

# INTERVIEW MIT DR. ELISABETH SCHUHMA- CHERS: WIE WIRKT EIGENTLICH HYALURON? (Themenwoche)



BUSINESS. / DIGITAL SECRETS. / PEOPLE. / LIFESTYLE.  
/ PIN BOARD. / INNER CIRCLE. / ABOUT. / KONTAKT. /  
Mein Konto

 

**WERBUNG:** Der zweite Teil des Interviews enthält Produkthinweise

Einmal im Monat widmet sich LFSTL 7 Tage lang einem bestimmten Thema. Zu unserer LFSTL-Schwerpunktwoche gehören Kurz-Reportagen, Portraits, Tipps und Tricks sowie umfassende Interviews, in denen Experten Stellung beziehen und Sachverhalte erklären.

Im Januar nehmen wir uns den **Schönheitsbehandlungen mit Hyaluronsäure** an. Zu Gast im Interview: Frau [Dr. Elisabeth Schuhmachers](#), Dermatologin aus München.

**Wer regelmäßig von Ort zu Ort jettet, viel arbeitet, nicht minder oft in der Öffentlichkeit steht und... huch! – ein gewisses Alter erreicht hat, der weiß: Der morgendliche Blick in den Spiegel ist manchmal nichts für schwache Nerven. Das Hautbild verändert sich – und zwar aufgrund von vielen Faktoren: Sonne, Gene, Lebensweise, Ernährung, Schlafsituation und... ja: Alter.**

**Frau ahnt nichts Gutes: ordentliches Abreinigen, Cremes und auch der Besuch bei der Kosmetikerin sind also irgendwann nicht mehr genug, um das Motto „Ich möchte so bleiben, wie ich bin“ erfolgreich weiterzuführen.**

**Hyaluronsäure-Unterspritzungen sind in dieser Beziehung für viele der erste Schritt, um etwas frischer auszusehen. Schließlich sollen solche Behandlungen weitestgehend schmerzfrei und unkompliziert sein, kaum Nebenwirkungen haben und sofortige Ergebnisse erzielen.**

**Aber ist das wirklich so? Um das einmal im Detail in Erfahrung zu bringen, habe ich die Münchner Dermatologin Dr. Elisabeth Schuhmachers interviewt. Die engagierte und lebensbejahende Ärztin mit großer Praxis in der Münchner Innenstadt geht selbst als gutaussehendes Beispiel voran. Motiviert, konzentriert und sorgsam kümmert sie sich um ihre Patienten. Und nimmt sich zugleich den ernstesten Fragen der ästhetischen Medizin an, indem sie sich für einen verantwortungsvollen Umgang mit Patienten einsetzt und die Fortschritte der Medizin kritisch beobachtet und aus ihnen lernt.**

## Frau Dr. Schuhmachers: Was ist eigentlich "Hyaluronsäure"?

Hyaluronsäure – oder auch HA – ist chemisch gesehen ein langkettiger Zucker – ein sogenannter Glycosaminoglykan. HA wird in Bindegewebszellen, den sogenannten Fibroblasten, gebildet. Sie besitzt die Fähigkeit, ein Vielfaches ihres Molekulargewichtes an Wasser zu binden.

HA kommt natürlicherweise vor in Haut, Gelenksflüssigkeit, Knorpeln, Glaskörper, Nabelschnur... Und hat dort die Eigenschaft Wasser zu binden, zu schmieren und Struktur zu geben.

Als Filler eingesetzt hat sie mehrere positive Eigenschaften: Unmittelbar nach der Behandlung füllt sie Falten unterschiedlicher Tiefe, kann zum Volumenaufbau bzw. „Liquid Lift“ verwendet werden und hydratisiert, also befeuchtet, die Haut. Auf lange Sicht führt HA zu einer Stimulation der Fibroblasten. Diese bilden dadurch mehr eigenes Kollagen, Elastin und auch mehr HA. Das so gewonnene Kollagen hält – je nach UV Belastung, Stress, Alter und Lebensstil – fünf bis zehn Jahre. Das bedeutet, dass es bei regelmäßiger Anwendung zu einer echten Verjüngung der Haut kommt.

## Das klingt ja super. Dann könnte ich mir ja immer wieder mal eine kleine und nachhaltig effektive Schönheitsbehandlung während der Mittagspause gönnen, oder?

Also es ist so: Prinzipiell kann man Hyaluronsäure in der Mittagspause spritzen. Man muss nur bedenken, dass die Hyaluronsäure ja irgendwie unter die Haut gelangen muss. Und dazu braucht man eine kleine Inzision für die Kanüle oder feine Nadeln. Meistens geht das ohne blaue Flecken. Aber rein theoretisch kann es auch einen blauen Fleck geben.

Wenn man dann ins Büro zurückgeht und vor dem Computer sitzt, mag das für einige in Ordnung sein. Aber wenn man zum Beispiel Anwältin mit Gerichtstermin, Model kurz vorm Foto-Shooting oder Fernsehmoderatorin ist, wäre es eher unangenehm, ein Hämatom zu haben.

Das bedeutet, man sollte eine Unterspritzungs-Behandlung individuell planen. Ich berate immer gern dabei, den optimalen Zeitpunkt zu finden.

## Da wir gerade bei Berufsgruppen sind: Meine Leserinnen sind beruflich ambitioniert, viel unterwegs und unter Menschen. Warum würde sich Hyaluron in diesen Fällen anbieten?

Also abgesehen von der guten Wirkung auf das Aussehen bietet sich Hyaluronsäure an, weil es zu keinen Ausfallszeiten kommt, wie es beispielsweise bei Facelift oder Laserbehandlungen zum Tragen kommt.

Dennoch ist es meistens eine Kombination von mehreren Verfahren und optimaler Hautpflege, die zu optimalen Ergebnissen führt. Ein ästhetisch attraktives Gesicht ist keine Momentaufnahmen, sondern ein nachhaltiges Konzept, an dem gearbeitet werden muss. Für mich als Ärztin ist es ein Auftrag, Menschen auf diesem Weg zu begleiten. Auch hier braucht es einen gut ausgebildeten Dermatologen/in als Berater/in. Und ich halte es für wichtig, hier zu betonen, dass auf gute Fachärzte vertraut und Billiganbieter unbedingt gemieden werden sollten.

Das Besondere ist, dass man, vorausgesetzt man greift zu Fillern mit hoher Qualität, ein sehr gut verträgliches Material zur Verfügung hat, das steril verpackt ist, sich perfekt ins Gewebe integrieren, bei Anwendung durch einen Fachmann oder eine Fachfrau natürliche Ergebnisse liefert und es sich jederzeit auflösen lässt.

## Für welche Gesichts-Bereiche ist Hyaluronsäure denn überhaupt geeignet?

Mittlerweile wird HA in so gut wie allen Gesichtsbereichen erfolgreich angewendet.

HA eignet sich aber nicht so gut zur Behandlung von Mimikfalten. Hier ist eine Kombination mit Botulinumtoxin sinnvoll.

Auch bei sehr starkem „sagging“, also stark erschlaffter Kontur und stark gealtertem Hals, kann man mit Hyaluronsäure keine komplette Straffung mehr erreichen. Wenn so etwas gewünscht ist, rate ich meinen Patientinnen und Patienten zu einem Facelift, und arbeite da mit ausgezeichneten plastischen Chirurgen zusammen.

## Und inwiefern kann Hyaluronsäure vorbeugend angewandt werden?

HA eignet sich hervorragend zur Faltenprävention. Durch die Stimulation der Fibroblasten diese fit und produzieren Eigenkollagen und Elastin. Durch den antioxidativen Effekt kommt es auch langfristig zu weniger oxidativen Schäden. Das bedeutet weniger Falten, weniger Pigmentflecken und besserer „Glow“ der Haut.

## Sie haben ja bereits von den nachhaltigen wirkungsvollen Vorteilen der Hyaluronsäure gesprochen. Hand aufs Herz: Wie lange hält es beim ersten Mal und bei regelmäßiger Anwendung?

Die Haltbarkeit hängt von mehreren Faktoren ab. Einmal vom Vernetzungsgrad der HA, dann von der Tiefe der Applikation und dann gibt es noch individuelle Unterschiede. Bei manchen Menschen halten Filler länger und bei anderen bauen sie sehr schnell ab etc.

Als Faustregel kann man sagen, dass Hyaluronsäurefiller ungefähr 9 bis 24 Monate halten können. Was den Rhythmus anbelangt: Am Anfang halte ich regelmäßige Behandlungen alle 2 bis 6 Monate für sinnvoll. Wenn dann der gewünschte Zustand erreicht ist, kommt die Erhaltungphase. Dann entsteht ein Rhythmus von 6 bis 12 Monaten.

Aber das ist sehr individuell und bei jedem anders. Daher sind das nur grobe Angaben.

## Gibt es Regeln, die ich vor, während und nach einer Behandlung einhalten sollte? Ich denke, da zum Beispiel an unschöne Ergebnisse so mancher Hollywood-Stars nach dem Fliegen...

Vor dem Eingriff sollte man mindestens 7 Tage, besser wären 14 Tage, kein Aspirin oder andere blutverdünnende Medikamente einnehmen. Falls diese aber aus medizinischen Gründen genommen werden müssen, sollte man sie auf keinen Fall eigenmächtig absetzen, sondern Rücksprache mit dem behandelnden Arzt halten bzw. damit rechnen, dass es eventuell blaue Flecken geben könnte. Selbiges gilt für Vitamin E.

Wer Lippenherpes hat, dem kann eventuell eine Prophylaxe mit Acyclovir helfen – was übrigens ein weiterer Grund dafür ist, weshalb nur Ärzte unterspritzen sollten.

Am Tag des Eingriffs und eine Woche danach gilt: Kein Sport, keine direkte Sonne und kein Solarium.

Kosmetikbehandlungen und alle anderen Behandlungen im Gesicht sollten nicht am selben Tag und je nach dem auch einige Tage vor und nach der Behandlung nicht gemacht werden.

Was das Fliegen anbelangt, habe ich selbst noch keine Nebenwirkungen in Bezug auf Hyaluronsäure gesehen und halte es für unbedenklich. Dennoch würde ich immer zur Vorsicht raten und empfehlen, wegen der Druckverhältnisse nicht am Behandlungstag zu fliegen.

## Mal abgesehen von den Dingen, die unterlassen werden sollten. Inwiefern können und sollten Patienten sich auf die Unterspritzung vorbereiten?

Optimal wäre ein Enzym-Peeling, Jetpeel oder Hydrafacial eine Woche vor der Behandlung. Direkt vor der Unterspritzung kann ein Lokalanästhetikum aufgetragen werden. Dadurch wird die zu unterspritzende Region betäubt und zusätzlich werden die Blutgefäße eng gestellt, was die Hämatombildung reduziert. Es ist auch sinnvoll, einen Tag vor der Behandlung auf Alkohol zu verzichten und wie gesagt mindestens eine Woche kein Aspirin zu sich zu nehmen.

In [Teil 2](#) spreche ich mit Frau Dr. Schuhmachers über Risiken und Vorsichtsmaßnahmen.

Bildnachweis: Dr. Elisabeth Schuhmachers

**VORHERIGER BEITRAG** **NÄCHSTER BEITRAG**

# INTERVIEW MIT DR. ELISABETH SCHUHMA- CHERS: HYALURON: NUTZEN UND RISIKEN (Themenwoche)



BUSINESS. / DIGITAL SECRETS. / PEOPLE. / LIFESTYLE.  
/ PIN BOARD. / INNER CIRCLE. / ABOUT. / KONTAKT. /  
Mein Konto

Suche...

**WERBUNG:** Dieser Teil des Interviews enthält Produkthinweise

Einmal im Monat widmet sich LFSTL 7 Tage lang einem bestimmten Thema. Zu unserer LFSTL-Schwerpunktwoche gehören Kurz-Reportagen, Portraits, Tipps und Tricks sowie umfassende Interviews, in denen Experten Stellung beziehen und Sachverhalte erklären.

Im Januar nehmen wir uns den **Schönheitsbehandlungen mit Hyaluronsäure** an. Zu Gast im Interview: Frau **Dr. Elisabeth Schuhmachers**, Dermatologin aus München.

(Zum Teil 1 des Interviews geht es [hier entlang](#).)

Die Fachärztin für Dermatologie Dr.med. Elisabeth Schuhmachers ist Gründerin und Inhaberin der dermatologischen Praxis „[Meine Haut München](#)“. Ihre Schwerpunkte sind die Ästhetische Dermatologie und die Lasermedizin sowie das gesamte Spektrum der klassischen Dermatologie. Seit 20 Jahren faszinieren sie alle Themen rund um Beauty-Medizin, Hautverjüngung, minimal-invasive Eingriffe und Anti Aging. Besonders für die Gesichtsverjüngung brennt sie. Die Begeisterung für Symmetrie, Schönheit und Natürlichkeit treibt sie an.

In den Augen der lebensbehahenden Ärztin ist in jedem Gesicht etwas Besonderes und jedes hat etwas individuell Schönes an sich, das es hervorzuheben gilt. Das Wichtigste ist dabei für sie, das natürliche Ergebnis und das Eingehen auf individuelle Wünsche.

Aber sie weiß auch, dass unnatürliche Eingriffe in den Körper Risiken bergen, mit denen sich Mediziner und Patienten gleichermaßen stets auseinandersetzen sollten. Deshalb bildet die Dermatologin nicht nur andere Ärzte aus und spricht auf internationalen Kongressen sowie in der Presse häufig als Expertein zu diesen Themen. Sie engagiert sich auch gegenüber Patienten für einen aufmerksamen Umgang mit dem eigenen Körper.

**Frau Dr. Schuhmachers, lassen Sie uns über die möglichen Risiken von Hyaluronsäure-Behandlungen sprechen. Mich würde interessieren, ob es „gutes“ und „schlechtes“ Hyaluron gibt.**

Es gibt große Unterschiede bei den angebotenen Fillern. In den letzten Jahren explodiert der Markt geradezu und wird mit immer absurderen Billigangeboten überschwemmt. Ich selber verwende ausschließlich zertifizierte Filler von hoher Qualität und habe daher keine eigene Erfahrung mit Billigprodukten. Wohl aber habe ich schon viele Nebenwirkungen behandelt, die entweder durch schlechte Produkte oder unsachgemäße Anwendung entstanden sind.

Und damit wären wir auch schon bei einem weiteren Punkt, der mir sehr am Herzen liegt: Es gibt mittlerweile nicht nur zahlreiche Billig-Filler von schlechter Qualität. In den letzten Jahren werden in zunehmendem Ausmaß auch Filler-Behandlungen von unqualifizierten Anwendern angeboten. Es gibt Billig-Anwender, die einen Milliliter Hyaluronsäure für 100 Euro anbieten. Und Kosmetikstudios und Heilpraktiker werben im Internet und auf sozialen Medien mit Angeboten und Vorher-Nachher-Fotos, die professionell bearbeitet sind. Dadurch steigt auch weltweit die Zahl der Nebenwirkungen dramatisch an!

Es ist unfassbar wichtig, einen Arzt mit Erfahrung und entsprechender Ausbildung zu wählen, um sich keinem gesundheitlichen Risiko auszusetzen, indem man sich von unqualifizierten Anwendern behandeln lässt.

Ich denke, dass es diesbezüglich bald auch seitens des Gesetzgebers eine Veränderung geben wird.

**Mal abgesehen von Behandlungsfehlern, welche Nebenwirkungen können bei einer Hyaluronsäure-Behandlung generell auftreten? Welchen möglichen Risiken sollte ich mir als Patientin bewusst sein?**

Am häufigsten sind Hämatome. Seltener hingegen sind leichte Schwellungen und Rötungen, die auchmal ein bis drei Wochen bleiben können.

Sehr selten kann es passieren, dass die HA individuell nicht „vertragen“ wird. Es kann dann zu Verhärtungen, den sogenannten Granulomen, kommen. Diese sind behandelbar. Allerdings sollte nach einmaligem Auftreten von Granulomen für viele Jahre oder besser für immer auf Hyaluronsäure verzichtet werden.

Bei intraarterieller Injektion kann es im worst case zu Gewebnekrosen kommen. Ein erfahrener Anwender kann dies verhindern, indem er die HA wieder auflöst. Bei intraarterieller Injektion in bestimmte Arterien kann es sogar zu Erblindungen kommen. Das ist ein absolut seltenes Ereignis, jedoch wird weltweit von immer mehr Fällen berichtet. Wir kennen dieses Phänomen aus der Medizin: bei Injektion von Kortisonlösungen in die Kopfhaut kann es ebenfalls zu Erblindungen kommen.

Deshalb möchte ich noch einmal betonen: Hyaluronsäurefiller gehören in die Hand eines erfahrenen Arztes und keinesfalls in Kosmetikstudios. Auch müssen solche Behandlungen etwas kosten dürfen. Bitte riskieren sie nicht Ihre Gesundheit wegen ein- oder zweihundert Euro!

**Sie sprachen von Unverträglichkeiten. Für welche Menschen ist denn eine Hyaluronsäure-Behandlung ungeeignet?**

Für Menschen, die einen der HA-Bestandteile nicht vertragen oder mit Granulombildung in der Anamnese ist es nicht geeignet. Ebenso Menschen mit schweren Autoimmunerkrankheiten oder mit akuten Herpesbläschen oder Abszessen im Gesicht, sollten HA-Behandlungen meiden.

Schwangere Frauen bzw. Frauen, die stillen, sollten Hyaluronsäurebehandlungen ebenfalls auf einen späteren Zeitpunkt verschieben. Zwar ist die HA ist an sich unbedenklich, aber es gibt keine Studien über HA-Behandlungen während der Schwangerschaft. Und sollte man eine Nebenwirkung behandeln müssen, ginge das während einer Schwangerschaft eventuell nicht. Also lässt man es am besten gleich ganz!

**Unnatürliche – wenn auch nur kleine – Eingriffe in den Körper bergen immer das Image von gesundheitlichen Nachteilen oder gar Krankheiten. Wie sehen Sie Hyaluron-Behandlungen als Ärztin nach aktuellem wissenschaftlichen Stand?**

Insgesamt halte ich HA für ein sehr sicheres Verfahren zur Hautverjüngung und Faltenglättung mit einer sehr, sehr geringen Nebenwirkungsrate. Voraussetzungen dafür sind aber ein hochwertiges Produkt und ein erfahrener Arzt als Anwender.

**Als Ärztin müssen Sie sicher auch öfter mal Händchen halten. Wovor haben Patienten bei Hyaluronsäure-Unterspritzungen Angst. Und wie können Sie ihnen ihre Sorgen nehmen bzw. wie gehen Sie mit diesen Ängsten um?**

Die größte Angst bei den meisten ist die Angst vor dem schlechten oder unnatürlichen Ergebnis, und davor, dass jeder gleich von weitem sie, selber gemacht wurde. Ich nehme diese Ängste sehr ernst, weil ich sie selbst auch bis zu einem gewissen Grad teile. Entkräften kann ich sie meistens mit meinem eigenen Gesicht und einer Altersangabe dazu (lacht).

Dann gibt es natürlich noch die Angst vor Nadeln und vor Unverträglichkeiten. Die Nadelangst ist meistens nicht so stark wie der Wunsch nach gutem Aussehen. Über Nebenwirkungen kläre ich auf und auch über die Wahrscheinlichkeit ihres Auftretens. Danach muss dann jeder selber entscheiden, ob er/sie das Risiko eingehen möchte oder nicht.

**Ihnen ist eine gute Aufklärung wichtig. Nicht zuletzt auch, weil zu Ihnen auch Menschen kommen, die nach unsachgemäßer Behandlung bei anderen Anwendern mit Nebenwirkungen zu kämpfen haben. Auf welche Qualifikationen sollten Patienten achten, bevor sie eine Unterspritzung angehen?**

Wenn ich mir einen Arzt aussuchen müsste, würde ich auf jeden Fall eine Dermatologin oder plastische Chirurgin aussuchen, die schon viele Jahre mit hohen Fallzahlen und guten Ergebnissen arbeitet und gut ausgebildet ist. Oft hilft auch eine persönliche Empfehlung. Daran angeschlossen würde ich ein Gespräch führen und schauen, ob ich menschlich und fachlich Vertrauen zum Arzt aufbauen kann. Auch wichtig ist die Frage nach den Produkten, die verwendet werden. Ich arbeite zum Beispiel seit über 15 Jahren mit Fillern der Firma Teoxane. Auch gut und seriös sind die Filler der Firmen Galderma (Emervel), Allergan (Juvedem), Merz (Belotero) und einige andere.

Und ein Tipp noch zum Schluss: Lieber regelmässig kleine Mengen fillern, als einmal ganz viel und dann lange nichts.

**Sie stehen mit Ihrer Praxis für einen möglichst natürlichen Look, einen umsichtigen Umgang mit Ihren Patienten und einer verantwortungsvollen medizinischen Versorgung. Was ist Ihnen bei der Behandlung Ihrer Patienten besonders wichtig? Worauf achten Sie?**

Mir ist es besonders wichtig, ein ausführliches Gespräch zu führen. Dafür nehme ich mir immer Zeit. Während des Gespräches und der Erhebung gesundheitlicher Daten und eventueller Kontraindikationen, mache ich mir schon ein Bild, in welche Richtung es geht und was sich der Patient wünscht. Oft muss man sehr genau zuhören und auch nachfragen.

Danach gebe ich der Person einen Spiegel in die Hand und sage, was ich alles sehe und was ich machen und empfehlen würde. Dann kommt manchmal ein Widerstand gegen das eine oder andere oder noch ein paar Fragen oder Wünsche – und am Ende entsteht ein Behandlungsplan oder eine Marschrichtung, die man dann gemeinsam einschlägt. Denn: Beauty ist keine einmalige Sache – man beschreitet einen Weg.

**Und wo setzen Sie als Ärztin Grenzen?**

Ich fillere prinzipiell keine Minderjährigen und ich weigere mich, übergroße Lippen zu spritzen. Und wenn ich das Gefühl habe, dass genug Hyaluronsäure gespritzt ist, dann sage ich das und biete ein anderes Verfahren an. Die allermeisten Patienten sind dafür dankbar und wollen nicht grotesk und überspritzt aussehen. Die, die so etwas wollen, gehen woanders hin.

Mir ist es wichtig, dass meine Patienten jung und frisch aussehen. Ich spritze nicht verzweifelt gegen einzelne Fältchen an, sondern ich achte auf den positiven Ausdruck, den Gesamteindruck und die Jugendlichkeit eines Gesichtes.

**Vielen Dank für unser aufschlussreiches Gespräch.**

(Zum Teil 1 des Interviews geht es [hier entlang](#).)

Bildnachweis: Dr. Elisabeth Schuhmachers

**VORHERIGER BEITRAG**