

NARBEN-THERAPIE

Weil Zeit nicht alle Wunden heilt

Sei es nach einem Kaiserschnitt, einer Unfallbehandlung oder weil eine Schürfwunde nicht gut abgeheilt ist: Viele Menschen fühlen sich durch störende Narben beeinträchtigt



TEXT: MARINA JAGEMANN

ie stören fast immer. Ob an Beinen, Händen oder im Dekolleté – Narben sind selten schön. Leider hat fast jeder Mensch irgendwo schon einmal eine kleinere oder größere Verletzung erlitten. Und aus jeder dieser Wunden kann eine störende Narbe werden. Der Grund dafür: Unmittelbar nach einer Verwundung aktiviert der Körper einen Selbstheilungsmechanismus, um die Wunde zu schließen. Als sichtbares Zeichen bleiben dann häufig Narben zurück. Frische sind rötlich bis bläulich, ältere werden meist weiß. „Es gibt aber auch hyperpigmentierte Narben, die dann braun erscheinen. Das passiert vor allem, wenn man frische Narben der Sonne aussetzt, und bei dunklen Hauttypen“, erklärt **Dr. Elisabeth Schuhmachers**, Dermatologin aus München. „Außerdem gibt es eine überschießende Narbenbildung, auch Keloide genannt, sowie krater- oder trichterförmige Narben, sogenannte atrophische Narben, und hypertrophe, also verdickte Narben.“ Zum Glück aber können die optischen Störenfriede inzwischen mit modernen medizinischen Verfahren vollständig eliminiert oder zumindest deutlich optimiert werden.



BEHANDLUNG MIT LASER

Für die Behandlung von Aknenarben kommen sehr häufig ablativ Laser wie der ultragepulste CO₂-Laser oder der Erbium-Yag-Laser – ein Infrarotlaser – zum Einsatz. Sie sind in der Lage, die oberste Hautschicht bis hin zur mittleren Dermis abzutragen. Mit dem CO₂-Laser können vor allem Narben mit vielen Niveau-Unterschieden angeglichen werden. Sanfter – mitsamt verkürzter „Downtime“ – ist eine fraktionierte Laserbehandlung. Dabei wendet der Dermatologe das Licht so an, dass es durch die oberste Hautschicht bis zur Dermis vordringt, ohne jedoch die Oberfläche zu verletzen. Mikroskopisch kleine Lichtblitze erzeugen mit gezielt gesetzten Punkten Verletzungen, zwischen denen Hautbrücken stehen bleiben, von denen dann die Wundheilung ausgeht. „Diese kleinen Löcher heilen schnell und erneuern die Hautoberfläche durch das Bilden neuer Zellen, während das Gewebe zwischen den getroffenen Hautzellen unverletzt bleibt“, erläutert Prof. Dr. Alina Fratila, ärztliche Direktorin der Jungbrunnen-Klinik in Bonn. „Die Haut soll sich dadurch regenerieren, Narben und Dehnungstreifen sollen sichtbar verschwinden.“

SPRITZEN KÖNNEN HELFEN

Bei stark wuchernden Narben, die sich auch auf das umliegende Gewebe ausbreiten, erzielt die Injektionstherapie mit Kortison gute Erfolge. „Die Behandlungen sollten im Abstand von vier bis sechs Wochen stattfinden. Das Medikament verdünnt die Haut, wodurch das Narbengewebe schrumpft“, so Dr. Schuhmachers. „Einzelne schüsselförmige Narben können sehr gut mit der Injektion von Hyaluronsäure direkt in die Narbe behandelt werden.“ Das führt zu einer unmittelbaren Verbesserung durch den auffüllenden Effekt. Da die Hyaluronsäure außerdem dafür sorgt, dass neues Kollagen gebildet wird, garantieren diese Unterspritzungen einen langfristigen Erfolg. Elisabeth Schuhmachers behandelt

GEDULD WIRD BELOHNT

Vorsichtige Massagen helfen auch bei alten Narben, weil sie Durchblutung und Stoffwechsellaktivität der Haut stärken. Am besten hilft eine Zupfmassage, bei der man die betroffenen Hautstellen minimal anhebt und dann loslässt – allerdings nur der Länge nach, niemals quer zum Verlauf. Regelmäßig angewendet, kann diese Massage sogar gegen die am weitesten verbreitete Form von Narben helfen: Dehnungstreifen, die nach Schwangerschaft oder schnellem Wachstum auftreten.

len Schnitttechnik im Zickzackmuster und fügen sie dann mit einer sehr feinen Naht wieder zusammen“, erklärt Dr. Ingo Dantzer von der Klinik am Weserbogen in Nienburg. Eine weitere Möglichkeit ist das intrakutane, also unter der Oberhaut stattfindende, Verkleben der Narbe mit einem speziellen Acrylpräparat. Zwar bleibt nach dem Abheilen auch weiterhin eine Linie sichtbar, doch die fällt viel schmäler aus und ist damit viel weniger auffällig als die ehemalige Narbe.

SANFTE METHODEN

„Eine neue und schmerzfreie Methode für eingesunkene Narben ist die Photobiomodulation mit modernster LED-Technologie“, berichtet die Dermatologin Dr. Melitta Löwenstein-Frey mit Praxis in Krailling. „Dabei bestrahlen die unterschiedlichen Wellenlängen von Gelb, Rot und Infrarot die betroffenen Bereiche, was vor allem bei Dehnungstreifen und frischen Narben beeindruckende Ergebnisse erzeugt.“ Gute Erfahrungen hat die Dermatologin zudem mit dem fraktionierten Mikro Needling gemacht: Es verursacht kleinste Verletzungen in den behandelten Arealen und regt dadurch die körpereigene Kollagen-Neubildung an. Eingesunkenes Narbengewebe kann sich mit dem neuen Bindegewebe füllen und wirkt dadurch frischer und glatter.

Narben seit zwei Jahren mit „Redensity 2“ von Teoxane und kann dabei, wie sie berichtet, „sehr gute Ergebnisse“ vorweisen.

OPERATIVE THERAPIE

Manchmal ist es nötig, Narben durch einen chirurgischen Eingriff zu korrigieren. Doch das ist frühestens ein Jahr nach der Operation oder Verletzung möglich. Wesentlich für den Erfolg sind dabei Art, Größe und Tiefe der Narbe. Zumeist führen die Ärzte die operative Therapie ambulant und unter lokaler Betäubung durch. „Bei dicken und wulstigen Narben öffnen wir die bestehende Hautlinie mit einer speziel-