



# *KOPF* HOCH

Mit Methoden der ästhetischen Medizin kann man das Älterwerden aus dem Gesicht zaubern. Auch gegen das Nachlassen der KINN-KONTUR gibt es effektive Push-up-Strategien: das aktuelle 4-D-Lifting zum Beispiel oder spezielle Hitze- und Kälte-Treatments

**N**ichts lässt einen jünger und frischer aussehen als feste Gesichtskonturen. Leider entwickelt sich aber gerade die untere Gesichtshälfte ab Mitte 40 bei vielen Frauen zu einer echten Problemzone, denn hier macht sich das Alter besonders deutlich bemerkbar: Die kollagenen Fasern des Bindegewebes werden unelastisch, das Gesicht verliert an Volumen, und das unvermeidliche Gesetz der Schwerkraft sorgt dafür, dass Hängebäckchen entstehen können. Kein Grund zu verzweifeln: Diese Treatments sind effektive Gegenmittel.

## Zukunft jetzt!

**FACE CONTOURING 4-D** Die weltweit erste Laser-Methode, die das „Sacking“-Problem vierdimensional angeht: Beim Face Contouring wird mit einem bohrerähnlichen Laser-Aufsatz zunächst die Mundschleimhaut behandelt. Richtig gelesen! „Von innen kann der Laser nämlich auch tiefe Bindegewebs- und Haltestrukturen erreichen“, erklärt der Dermatologe Dr. Stefan Duve. Danach wird die Gesichtskontur in drei Steps von außen mit unterschiedlich intensiver Wellenenergie bearbeitet. Das Gerät kann je nach Ausgangsbefund in zwei Stufen mit thermischer Tiefenwirkung eingesetzt werden und strafft so die kollagenen Fasern. Ablativ, also mit Hautabtragung, wirkt der Laser wie ein intensives Peeling und sorgt dafür, dass die oberste Hautschicht geglättet wird. **| SCHMERZFAKTOR** Wenn der Laser seine Wärme-Impulse im Mundinneren absetzt, spürt man dort lediglich ein leichtes Kribbeln. Ähnlich gering ist die Reaktion der Haut bei der Behandlung mit thermischer Tiefenwirkung. Die Peeling-Methode allerdings ist nur etwas für Abgehärtete. **| RISIKEN** Lediglich nach dem Peeling ist die Haut stark gerötet. Die anderen Behandlungsstufen hinterlassen keine Verletzungen oder Rötungen. **| GESELLSCHAFTSFÄHIG** Die Rötungen klingen nach vier Tagen wieder ab. **| ERGEBNIS** Nach circa einer Woche sieht man das straffe Ergebnis, das bis zu einem Jahr hält. **| KOSTEN** Ab 1500 Euro pro Sitzung.

## Wärme-Power

**THERMITIGHT** Neu ist auch die Tiefenbehandlung mit Radiofrequenz und Hitze, wodurch man hartnäckiges Fett in der unteren Gesichtshälfte reduzieren kann. Dazu werden die zu behandelnden Stellen zunächst lokal betäubt, um dann über kleinste Einschnitte Minisonden in das Gewebe einzuführen. Anschlie-

ßend wird das Fett über die Sonden gezielt weggeschmolzen. „Die US-Methode stammt ursprünglich aus der Wirbelsäulenbehandlung (Facettenverödung) und ist von daher absolut präzise“, so Dr. Afshin Moheb von der Hamburger Praxis für Plastische Gesichts- und Kopfchirurgie. **| SCHMERZFAKTOR** Durch die lokale Betäubung ist der Eingriff schmerzfrei. **| RISIKEN** Es kann zu einem vorübergehenden Taubheitsgefühl, zu Schwellungen und blauen Flecken kommen. **| GESELLSCHAFTSFÄHIG** Nach einer Woche sind die Schwellungen und Hämatome in der Regel verschwunden. **| ERGEBNIS** In Deutschland ist das Verfahren neu. Das Resultat soll laut Aussage der behandelnden Ärzte dem eines Facelifts ähneln und die Gesichtspartie bis zu zehn Jahre jünger aussehen lassen. **| KOSTEN** Zwischen 2500 und 3000 Euro.

## Eisgekühlt

**COOL MINI** Ebenfalls ganz neu ist die Kryolipolyse zur Behandlung eines Doppelkinns. Das Gewebe wird dabei gezielt unterkühlt, die Fettzellen sterben durch die Kälte ab und werden über den Stoffwechsel entsorgt. Die Behandlung dauert eine Stunde. Für ein optimales Ergebnis sind ein bis zwei Sitzungen nötig. **| SCHMERZFAKTOR** Man kann während der Behandlung sogar lesen oder schlafen. **| RISIKEN** Leichte Rötungen oder Schwellungen. **| GESELLSCHAFTSFÄHIG** Die Rötungen sind nach etwa einer halben Stunde wieder verschwunden. **| ERGEBNIS** Erste Ergebnisse sieht man nach etwa drei Wochen, das Endresultat nach ein bis drei Monaten. Der Effekt hält an, solange sich durch den Lebenswandel keine neuen Fettzellen bilden. **| KOSTEN** Pro Treatment circa 750 Euro.

## Am seidenen Faden

**FADEN-LIFTING** Mit einer Nadel wird ein spezieller Faden in das Gewebe unter der Dermis eingezogen. Der Faden ist entweder mit Kegelchen oder kleinen Widerhaken durchsetzt, sodass er fest fixiert ist. Ziel ist es, die Haut durch den leichten Zug zu straffen. „Um den Faden herum bildet sich außerdem eine gewünschte Fibrose, die einen zusätzlichen Straffungseffekt besitzt“, so die Dermatologin **Dr. Elisabeth Schuhmachers**. **| SCHMERZFAKTOR** Damit der etwa 30-minütige Eingriff schmerzfrei verläuft, ist eine örtliche Betäubung nötig. **| RISIKEN** Der „worst case“ ist eine Infektion der Fäden und es besteht die Gefahr, dass im Gesicht eine Asymmetrie entsteht. **| GESELLSCHAFTSFÄHIG** Abgesehen von den Nachwirkungen der Betäubung ist man gleich wieder einsatzfähig. **| ERGEBNIS** Die Fäden >

lösen sich nach etwa zwölf Monaten von selbst wieder auf, der Straffungseffekt hält drei bis vier Jahre. **KOSTEN** Ab 1500 Euro.

## Scharfes S

**S-LIFTING** Einen Schritt weiter geht das sogenannte S-Lifting. Dieser Eingriff ist zwar ein minimalinvasives, aber operatives Verfahren, um Wangen-, Kinn-, und Halspartie zu straffen. „Dazu wird ein kleiner S-förmiger Schnitt an der vorderen Ohrkante durchgeführt, die Haut wird etwa sieben Zentimeter nach vorn präpariert und das Bindegewebe so verankert, dass unter Zug die Haut gestrafft werden kann“, beschreibt Dermatologe Dr. Hans-Ulrich Voigt den Eingriff. Der Hautüberschuss wird entfernt, die Schnittlinien vernäht. **SCHMERZFAKTOR** Die etwa vierstündige Operation erfolgt im Dämmer Schlaf. **RISIKEN** Nachblutungen, Narbenbildstörungen sowie OP-Risiken. **GESELLSCHAFTSFÄHIG** Es treten Schwellungen und Blutergüsse auf, die nach etwa ein bis zwei Wochen verschwunden sind. **ERGEBNIS** Das S-Lifting lässt die Gesichtspartie bis zu zehn Jahre jünger aussehen. Nach dem Eingriff ist sie aber wieder dem normalen Alterungsprozess ausgesetzt. **KOSTEN** Ab 3500 Euro.

## Perfektes Doppel

**ADVANCED ULTHERAPY** Das Zusammenspiel von der nicht invasiven Lifting-Methode Ultherapy und der Fettweg-Spritze bezeichnen Spezialisten als Advanced Ultherapy. Im ersten Schritt wird dabei mit mehreren Stichen die Fettweg-Spritze eingesetzt, kleine Fettdepots können so ganz gezielt entfernt werden. Anschließend erfolgt die Ulthera-Behandlung, bei der durch Ultraschall das Bindegewebe bis auf 65 Grad erhitzt und dadurch gestrafft wird. Die Kombi-Behandlung hat sich vor allem dann bewährt, wenn ein Doppelkinn und erschlaffte Haut gleichzeitig behandelt werden sollen. **SCHMERZFAKTOR** Hängt sehr vom individuellen Schmerzempfinden ab. Bei den meisten Patienten reicht es aus, eine Anästhesiesalbe zu verwenden. **RISIKEN** Als Nebenwirkung können Schwellungen und leichte Schmerzen auftreten, die nach wenigen Tagen abklingen. Bei Menschen, die unter Blutungsneigung leiden oder eine Chemotherapie machen, darf dieses Verfahren nicht angewendet werden. **GESELLSCHAFTSFÄHIG** Wegen der Schwellungen die Behandlung am besten während der kalten Jahreszeit durchführen. Dann kann man die betroffenen Stellen mit Halstuch oder Rollkragen kaschieren. **ERGEBNIS** Das endgültige Ergebnis zeigt sich erst nach vier bis sechs Monaten und hält dann bis zu fünf Jahre. **KOSTEN** Ab 2500 Euro.

## Mehr Volumen

**FILLER** Ein Grund, warum die Gesichtskontur im Laufe der Jahre immer weniger definiert wirkt, liegt am schwindenden Volumen. Das Fettgewebe nimmt ab und verlagert sich gleichzeitig immer weiter nach unten. Mit sogenannten Fillern lässt sich verloren gegangenes Volumen wieder aufbauen. Die Filler gibt es in unterschiedlichen Zubereitungsformen mit unterschiedlich großen Gelpartikeln. „Man kann die Gesichtskontur auch straffen, indem man zusätzlich Botox in den Kaumuskel spritzt“, erklärt der Plastische Chirurg Dr. Dominik von Lukowicz, der damit in seiner Praxis gute Erfahrungen gemacht hat. **SCHMERZFAKTOR** Die Filler-Injektion spürt man etwas intensiver als eine normale Spritze, da der Filler (meist Hyaluronsäure) dickflüssig ist. **RISIKEN** Blaue Flecken oder auch ein Zuviel an Volumen, das man mit dem Gegenmittel Hylase wieder auflösen kann. **GESELLSCHAFTSFÄHIG** Die Blutergüsse verschwinden nach wenigen Tagen. **ERGEBNIS** Das Resultat ist sofort sichtbar und hält zwischen vier Monaten und einem Jahr. **KOSTEN** Ab 150 Euro pro Milliliter.

MARINA JAGEMANN

## LINIENTREUE HELFER

1 **Fördert die Hyaluronsäureproduktion der Haut:** „New Dimension Shape + Fill Expert Serum“, Estée Lauder, um 140 Euro



2 **Guarana und Koffein verfeinern die Konturen:** „Lift Affine Visage“, Clarins, um 58 Euro



3 **Pflanzenextrakte sorgen für einen Lifting-Effekt:** „Repairwear Sculpting Night Cream“, Clinique, um 87 Euro



4 **Strafft die Kinn- und Halspartie:** „Firming Massage Mask“, Shiseido, um 66 Euro

5 **Festigendes Gel mit Aminosäuren:** „Chin & Neck Lift“, Rodial, um 84 Euro



6 **Braunalge regt die Zellen an:** „Youth Control Bi-Phase Ampoule“, Babor, 14 Stück um 79 Euro

