



## Reif und schön

*Zehn bis fünfzehn Jahre jünger aussehen. Die neuesten Treatments für klassische Krisengebiete*

**S**traffung und Glättung im Gesicht mit Hilfe minimal-invasiver Eingriffe sind mittlerweile legitime Strategien im Kampf gegen Falten und erschlafte Konturen: Allein 2009 ließen sich in Deutschland laut einer Studie der Gesellschaft für Ästhetische Chirurgie fast 146.000 Frauen mit Botox und Fillern verjüngen – damit stieg die Zahl solcher Treatments innerhalb eines Jahres um fast 50 Prozent. Doch was nützt ein glattes Gesicht, wenn an so manchen anderen Stellen des Körpers die Zeichen der Zeit unübersehbar geworden sind? Die aktuell effektivsten Makeover-Methoden für klassische Problemzonen:

**HALS UND DEKOLLETÉ** Dr. Sabine Zenker, Dermatologin aus München, rät zum Skin-Tightening-Verfahren mit Infrarotstrahlen: „Dabei erzeugt gepulstes Licht eine selektive Erwärmung der Dermis, ohne die oberste Hautschicht zu schädigen. So wird die Regeneration und Neuproduktion von Kollagen angeregt.“ Eine Betäubung ist dafür nicht notwendig. Die Behandlung des Halses dauert sieben, für das Dekolleté genügen fünfzehn Minuten. Im Abstand von zwei Wochen sind drei bis vier Sitzungen nötig. Kosten: Hals ab 100 Euro, Dekolleté ab 200 Euro pro Sitzung. Jährlich ist ein Update empfehlenswert.

**ARME** „Bei schlaffen Oberarmen lässt sich durch eine klassische Liposuktion ein gutes Ergebnis erzielen“, so Dr. Gerhard Sattler, Leiter der Rosenpark Klinik in Darmstadt. „Manchmal kann man diese Methode noch mit einer Radiofrequenz-Fettabsaugung oder der Lipolyse, einer Fettauflösung mittels Laser, kombinieren.“ Der Eingriff wird unter örtlicher Betäubung durchgeführt, inklusive OP-Vor- und Nachbereitung nimmt er etwa drei Stunden in Anspruch. Das Ergebnis ist von Dauer, aber erst nach rund sechs Monaten im optimalen Stadium sichtbar. Kosten: ca. 3.000 Euro, bei Kombination mit zusätzlichen Treatments kommen noch einmal 500 bis 1.000 Euro dazu. Faltige Haut in der Armbeuge lässt sich mit Hyaluronsäure aufpolstern. Kosten: zwischen 500 und 1.000 Euro.

**BUSEN** „Wenn die Brust von der Schwerkraft gezeichnet ist und leer wirkt, hilft ein Schnitt rund um die Brustwarze, bei dem die überschüssige Haut entfernt wird“, so Dr. Gabriele Pohl, plastische Chirurgin mit Klinik in Hannover. Der Heilungsprozess dauert etwa sechs Wochen, die Narben werden mit Spezialpflastern getapt, damit die Hautränder eng beieinander gehalten werden. Der beste Erfolg wird bei B- und C-Cups erzielt – „der Busen wirkt um zehn bis fünfzehn Jahre jünger.“ Kosten: ca. 5.000 Euro.

**SCHAMKLIPPEN** Seit mehr als zehn Jahren beschäftigt sich Prof. Stefan Gress aus München mit Operationen im Intimbereich, für die er eine eigene, nach ihm benannte Methode entwickelt hat: „Schlaffe, zu lang gewordene äußere Schamlippen verkürze ich unter örtlicher Betäubung entlang der sogenannten Umschlagsfalte und polstere sie anschließend mit Eigenfett auf.“ Für die Dauer der Heilung muss ein Netzhöschen mit Kompressen getragen werden, auf Sport und Sex sollte mindestens sechs Wochen verzichtet werden. Kosten: 2.900 bis 4.300 Euro.

**BEINE** „Die Innenseite der Oberschenkel lässt sich mit Hilfe von Ultraschall glätten“, so Dr. Stefan Duve vom Haut- und Laserzentrum München. „Ohne die Haut zu verletzen, wird dabei das Fett bis in eine Tiefe von vier Zentimetern zerstört, die Kontur wirkt wesentlich gefestigter.“ Der Dermatologe empfiehlt eine vier- bis sechsmalige Behandlung im Abstand von 14 Tagen, Kosten für das Package: ca. 1.200 Euro. Faltige Knie lasert Dr. Duve mit Fraxel oder Pixel, weist aber darauf hin, dass bis zu zwei Wochen kleine Abschürfungen sichtbar sein können. Kosten: 600 bis 800 Euro. Verdickte Venen behandelt Dr. Thomas Pröbstle aus Mannheim mit dem an der Uni Yale entwickelten ClariVein-System, bei dem ein 4-Millimeter kleiner Propeller am Katheter Blut und Verödungsmittel optimal vermischt. Krampfadern werden außerdem mit einer Dampf-Laser-Kombination verödet. Danach müssen für eine Woche Kompressionsstrümpfe getragen werden. Kosten: ab ca. 1.500 Euro. REGINA STAHL

## Ein zehn Jahre verjüngter Busen – ohne Silikon



**FRAUEN  
MÖGEN LIEBES-  
ERKLÄRUNGEN.  
AUCH VON  
IHREM SPIEGEL.**

Die schönste Liebeserklärung an Ihre Haut: eine individuell abgestimmte Pflege und fachkundige Behandlung. Ihre **MARIA GALLAND-FACHKOSMETIKERIN** berät Sie gerne. Informationen unter Tel. 00800 64255263 (gebührenfrei) oder [www.maria-galland.com](http://www.maria-galland.com)

MARIA  
GALLAND  
PARIS