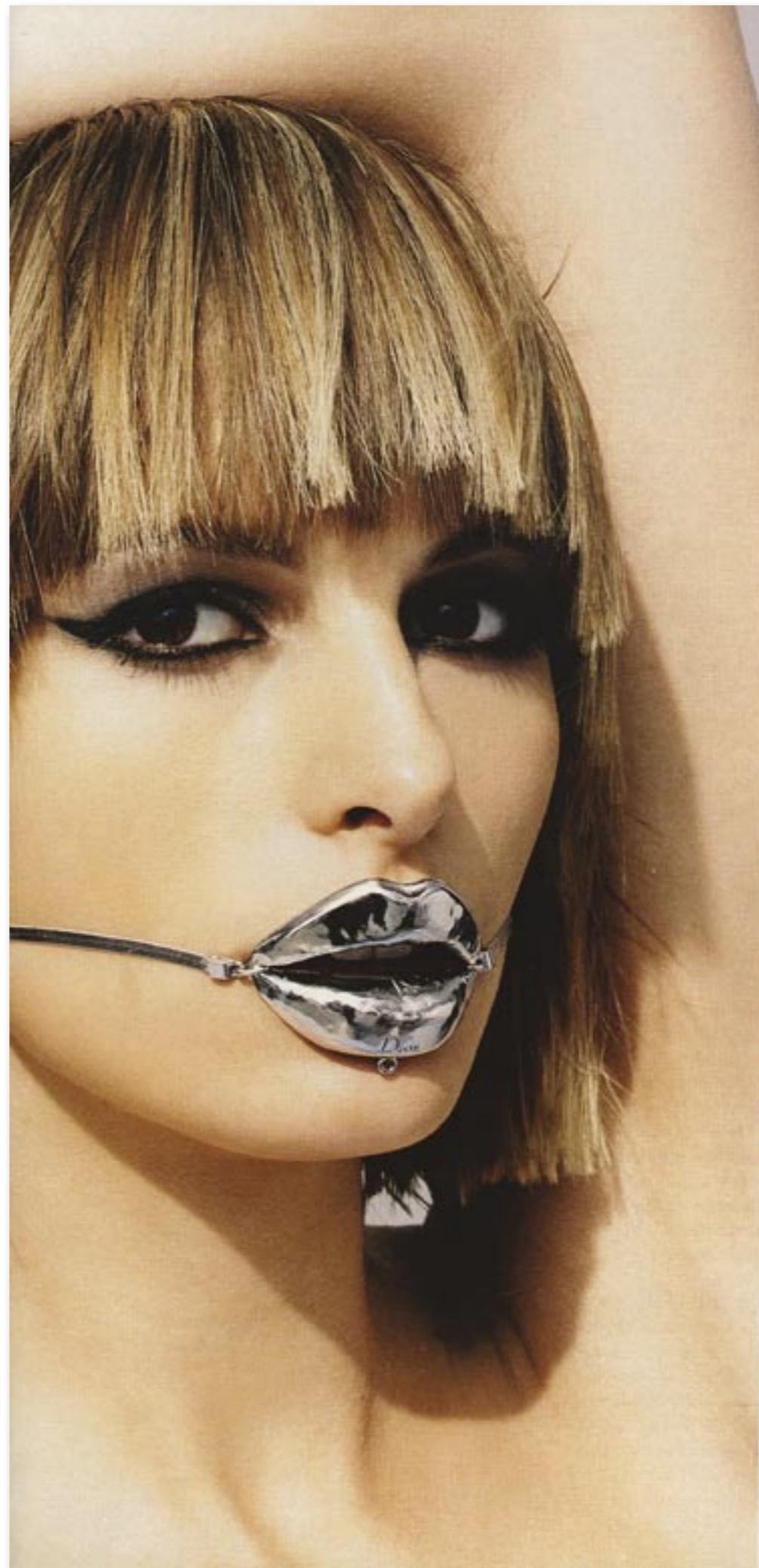




#### THINK BIG

Vollere Lippen rangieren auf der Wunschliste der sanften Gesichtskorrekturen auf dem 2. Platz. Die aktuellen Möglichkeiten: optische Täuschung durch permanentes Make-up mit tätowierter Kontur plus Schattierung. Oder Unterspritzungen, z. B. mit Hyaluronsäure. Mundschmuck: Dior. Auf diesen und den folgenden beiden Seiten: Frisuren von Renato Campora für The Wall Group. Make-up von Brigitte Reiss-Andersen für Artists, mit Produkten von Dior. Produktion: Claudia Englmann. „Wo zu kaufen“: ab Seite 332.



## EINE (FAST) NATÜRLICHE FRAU

Kleine Makel korrigieren, Ihre persönliche Aura behalten: die besten Lifting-Alternativen – von Unterspritzung bis Dauer-Make-up

Fotograf: Ilan Rubin



# G

latte Haut, eine schlanke Taille, weiße Zähne, volles Haar – immer mehr Frauen wollen sich den Traum von perfekterer Schönheit, die ihre Authentizität nicht zerstört, erfüllen. Allein letztes Jahr wurden in Deutschland rund 400.000 „weiche“ Beauty-Korrekturen vorgenommen und dabei insgesamt zirka 110 Liter Faltenmaterial verwendet. Die Beseitigung kleinerer Makel durch Unterspritzen sehen vor allem Jüngere als ideale Lösung – die Wahrscheinlichkeit, natürlicher auszusehen als nach einem Lifting, ist der entscheidende Faktor. „Aber auch diese schnellen Eingriffe bergen Risiken und sollten unbedingt von Experten ausgeführt werden“, warnt Dr. Boris Sommer, Dermatologe in Darmstadt und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Ästhetische Chirurgie (DGÄC). Gruppenabfertigungen auf „Botox-Partys“, bei denen Kosmetikerinnen mit der Spritze hantieren, sollte man meiden. Auskunft hierzu erteilen u.a. die DGÄC in Hofheim und die Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (VDÄPC) in Berlin.

Jede Körperregion benötigt ihre individuelle Behandlung. Gerade das Nervengift Botulinumtoxin A, kurz Botox genannt, hat sich in den vergangenen Monaten als Wundermittel gegen Zornesfalten und Krähenfüße etabliert. In der Medizin wird es bereits seit 20 Jahren verwendet, etwa um Muskelverkrampfungen zu lösen, in jüngster Zeit auch bei Schlaganfallpatienten mit spastischen Lähmungen. Dabei kommt es auf die richtige Dosierung an – schon 0,1 Mikrogramm können tödlich sein. Bei Beauty-Unterspritzungen injiziert der Arzt minimalste Mengen in den entsprechenden Muskel, sodass dieser in seiner Bewegungsfreiheit gehindert wird und sich entspannt – Falten glätten sich. Vorher wird das Gesicht an den entsprechenden Stellen mit einer kühlenden Creme behandelt, damit man den Einstich so wenig wie möglich spürt. Da die Substanz an sich aber kein Gewebefüller ist, müssen tiefe Falten zusätzlich unterspritzt werden, beispielsweise mit Collagen oder Hyaluronsäure. „Ich rate meinen Patientinnen, am Tag der Injektion die betroffene Region nicht mehr zu berühren, damit sich das Botox nicht ungewollt ausbreitet“, erklärt der Münchner Dermatologe Dr. Stefan Duve. „Das heißt: keine Gesichtsmassage, keine Creme benutzen, nicht mal Reinigungs lotion mit einem Wattepad auftragen. Und sie sollten mindestens vier Stunden warten, bis sie sich zum Schlafen hinlegen. Dann beträgt das Risiko, dass das Mittel wandert und schlimmstenfalls ein hängendes Lid verursacht, weniger als ein Prozent.“

**STRAFF, ABER NICHT STARR** Als Variante der klassischen Botox-Behandlung schlägt Prof. Dr. Martina Kerscher, die an der Universität Hamburg Kosmetologie lehrt, den „Chemical Brow Lift“ vor. „Je nach Lage der Falten steche ich knapp über der Augenbraue oder unter dem Haaransatz ein. Dadurch hebt sich die Stirnpartie.“ Sie findet Gespräche mit der Patientin vor dem Eingriff besonders wichtig: „Dabei beobachte ich ihre natürliche Mimik. Wenn eine Frau beim Sprechen oft die Brauen bewegt, sollte man ihr dieses für sie typi- →

Das Ziel:  
perfekte  
Schönheit.  
Vor dem  
Eingriff  
sollte der  
Arzt lange  
mit der  
Patientin  
reden – und  
sie dabei  
genau  
beobachten





## BOTOX GILT ALS WUNDERMITTEL, EINE INJEKTION JAHRE LANG. ABER BOTOX HAT AUCH GEGNER. DER REGISSEUR

sche Merkmal nicht nehmen – es sei denn, sie wünscht sich ausdrücklich eine unflexible Brauenpartie.“ Abschreckendes Beispiel Hollywood: Regisseure wie Martin Scorsese und Baz Luhrmann mokierte sich bereits über den „Botox-Missbrauch“ unter Schauspielerinnen: Manche Stars lassen sich so stark unterspritzen, dass ihr Gesicht nicht mehr in der Lage ist, Emotionen auszudrücken. Und das für eine geraume Zeit: Eine Botox-Injektion an Stirn oder Augen hält mindestens drei bis sechs Monate, bei häufigeren Anwendungen auch länger. Kosten: ab 400 Euro.

**FÜLLEN MIT GEFÜHL** Zu den so genannten statischen, also nicht nur durch Mimik deutlich werdenden Falten gehört die Nasolabialfalte zwischen Nasenflügel und Mundwinkel. Um diese Vertiefung zu polstern, braucht man eine auffüllende Substanz, etwa Kollagen (ein Eiweißstoff aus Haut und Sehnen von Rindern) oder aus Hahnenkämmen gewonnene Hyaluronsäure (z. B. Hylaform, Restylane, Hyal-System). Vorteil dieser Verfahren: Sie lassen sich beliebig oft wiederholen. Manche Patientinnen reagieren auf die Einstiche mit Quaddeln, Rötungen oder Blutergüssen, die aber – je nach Hauttyp – meist nach einigen Stunden, spätestens nach zwei Tagen wieder verschwinden. Die biologisch abbaubaren Seren haben eine maximale Wirkung von sechs Monaten. Kosten pro Injektion: ab 300 Euro. Eine Unterspritzung mit Eigenfett hingegen hält bis zu zwölf Monate. Allerdings ist die rund 1000 Euro teure Behandlung etwas umfangreicher, da zuerst Fett aus Bauch, Hüfte, Po oder Oberschenkeln abgesaugt und anschließend gereinigt werden muss, sodass lediglich injizierbare Fettzellen übrig bleiben. Sie werden portionsweise in einem Spezialkühlschrank eingefroren und überdauern dort bis zu zwei Jahre. Während dieser Zeit lassen sie sich für weitere Unterspritzungen nutzen.

**GUT GEPOLSTERT** Wenn die Elastizität der Wangen nachlässt, empfiehlt Prof. Kerscher Unterspritzungen in der Cross-Link-Technik: Flüssige Hyaluronsäure oder die Milchsäure Polylactat polstern die entsprechende Partie wie ein Stützgerüst auf. Sollten die Kinnkonturen an Festigkeit verloren haben, sticht die Expertin fächerförmig ins Gewebe. Nach rund zwei bis sechs Wochen wird die Injektion aufgefrischt, je nach Hautzustand muss nach drei bis vier Monaten nachgebessert werden. „Falls die Patientin wenig oder gar nicht raucht und auf ausgedehnte Sonnenbäder beziehungsweise Solariumsbesuche verzichtet, bleibt der Verjüngungseffekt mehrere Jahre erhalten“, so Martina Kerscher. Kosten: ab zirka 400 Euro.

Eine große Zukunft prophezeien Fachleute Treatments mit Aptos-Fäden, die der Moskauer Dermatologe Dr. Marlen Sulamanidze entwickelt hat und die wegen ihrer Herkunft auch „russische Fäden“ heißen. Sie werden unter lokaler Betäubung mit Hilfe einer feinen Kanüle in das Unterhautgewebe eingezogen und an beiden Enden so gespannt, dass sich die Gesichtshaut wieder glättet. Winzige Widerhaken sorgen dafür, dass sie ihre Position nicht verändern. Über den feinen Lifting-Strängen bildet sich in der Heilungsphase neues Bindegewebe – dadurch wird die

Haut zusätzlich gestrafft. „In Kombination mit Unterspritzungen, etwa Hyaluronsäure oder Milchsäure, kann diese Methode einen operativen Eingriff um mindestens zehn Jahre hinauszögern“, sagt der Darmstädter Spezialist Dr. Gerhard Sattler. Allerdings müsse sich die Patientin darauf einstellen, dass das Gesicht zunächst an- und erst nach einiger Zeit wieder abschwillt: „Das eigentliche Resultat ist nach zwei bis drei Wochen zu sehen.“ Kosten: ab 1000 Euro. Zu möglichen Risiken erklärt Dr. Georg Popp, Leiter der Licca-Klinik in Augsburg, wo ebenfalls mit der Aptos-Methode gearbeitet wird: „Die Kanüle hinterlässt nur winzige Einstichstellen, wie man sie vom Blutabnehmen kennt. Die Narben, die zurückbleiben, sind höchstens unter einem Vergrößerungsglas zu erkennen.“ Auch Abstoßungsreaktionen kommen kaum vor: „Nur in seltenen Fällen werden die Fäden nicht vertragen und müssen entfernt werden.“

Falten um den Mund sind oft tief und relativ kurz. Eine Unterspritzung ist deshalb so schwierig, weil sich leicht kleine Verklumpungen bilden können. Bei der mit 300 Euro veranschlagten Erstbehandlung empfiehlt es sich auf jeden Fall, kein permanentes, sondern ein abbaubares Produkt zu verwenden und erst einmal zu prüfen, ob das Ergebnis den Vorstellungen entspricht. Bei Aufpolsterungen in der Mundregion sollte man drei bis vier Stunden nichts essen und einen Tag lang so wenig wie möglich lachen oder sprechen – so der Rat von Experten.

**STROM ODER SPRITZE?** Auch zur Vergrößerung der Lippen werden zunächst abbaubare Substanzen, beispielsweise Hyaluronsäure, eingesetzt. Dr. Antoine Aschmann, ärztlicher Leiter der Medica Mülheim Privatklinik, injiziert das Mittel unter örtlicher Betäubung von der Innenseite der Lippen her: „Dadurch kommt das natürliche Rot besser zur Geltung. Und der Mund wirkt nicht so aufgeblasen.“ Kosten: ab 400 Euro.

Alternative Gesichtsbehandlung für Vorsichtige: passives „Bodybuilding“ für die Haut durch leichte Stromstöße, bei denen man lediglich ein leichtes Kribbeln spürt. Das „Pro-Lifting“ von Carita, das unter anderem bei Horst Kirchberger in München angeboten wird, stimuliert die Muskeln durch oberflächliche Schwingungen – der Teint wirkt jünger und erholter. Für einen dauerhaften Effekt sorgt eine Kur von einer zweistündigen und ca. acht 30-minütigen Sitzungen innerhalb zwei bis drei Wochen, anschließend sollte die Behandlung einmal im Monat wiederholt werden. Preis für die erste Sitzung: ca. 100 Euro; Kur nach Absprache.

„Schlaffalten“ im Dekolleté lassen sich mit Botox beheben. Um die Haut zusätzlich aufzupolstern, empfiehlt die Münchner Dermatologin Dr. Lieselotte Weigl-Heider eine ergänzende Unterspritzung mit der flüssigen Hyaluronsäure Hyal-System: „Unter der Haut bildet sich ein Film, der wie ein kleines Kissen wirkt.“ Für einen optimalen Effekt rät sie gerade älteren Frauen zu vier Behandlungen im Abstand von drei bis vier Wochen, die im Vierteljahres-Rhythmus aufgefrischt werden sollten. Eine Unterspritzung kostet ab 200 Euro.

Überflüssiges Fett lagert sich oft an Stellen ab, die sich jeglichen Trainingsanstrengungen widersetzen: zwischen BH-Trä-

## N STIRN ODER AUGEN HÄLT MINDESTENS EIN VIERTEL-JAHRE LANG. MARTIN SCORSESE SPRICHT VON EMOTIONELLER ARMUT

ger und Achsel, an der Taille, an Knie und Knöchel. „Damit muss man nicht leben“, meint Silhouettenspezialist Dr. Gerhard Sattler. Zusammen mit seinem amerikanischen Kollegen Dr. William Hanke hat er eine Vibrationslipolyse-Technik entwickelt, bei der nicht nur Fettzellen abgesaugt werden, sondern gleichzeitig die Wundheilung angeregt wird: So bildet sich ein neues, festes Gewebe, das die Haut straffend unterstützt. Die Einstichnarben von drei bis vier Millimeter Länge verschwinden nach spätestens sechs Monaten. „Der Umfang eines Knöchels kann sich so leicht um fünf Zentimeter reduzieren.“ Während für diesen Eingriff rund 2000 Euro berechnet werden, kostet das Absaugen an Knien und Taille jeweils etwa 2500, in der Brustregion zirka 1000 Euro.

**B**eauty-Revolution auch beim Friseur. Per Luftdruck wird Eigenhaar mit fremden Strähnen verlängert. Die Übergänge sind kaum zu erkennen

**KOSMETISCHE TRICKS** Neben Faltenunterspritzungen und Mini-Liposuktion gibt es weitere sanfte Treatments, die das Aussehen optimieren. Ideal geschwungene Augenbrauen zum Beispiel können wie ein kleines Lifting wirken. Wenn die Härchen durch zu viel Zupfen – oder auch durch eine Verletzung – spärlich geworden sind, raten Experten zu einem „Permanent-Make-up“, das heißt zu einer kosmetischen Tätowierung. „Dabei zeichne ich bei Bedarf einzelne Härchen auf, in vielen Fällen genügt es, die Zwischenräume mit winzigen Pünktchen aufzufüllen“, erklärt Beauty-Expertin Horst Kirchberger. Zuerst hält er ein Beratungsgespräch vor dem Spiegel ab, bei dem er die gewünschte Form der „neuen“ Brauen skizziert und den zur Haarfarbe passenden Ton mischt. Unmittelbar vor der Behandlung vereist er die Hautpartie, um daraufhin pflanzlich-mineralische Farbpigmente mit einem Spezialstift in die Hautoberfläche zu ritzen. Die Kundin spürt lediglich ein leichtes Prikkeln, die betroffene Stelle bleibt bis zu zwei Stunden danach leicht gerötet. „Am nächsten Tag bildet sich ein leichter Schorf, der nach vier bis fünf Tagen ganz von allein abfällt“, so Horst Kirchberger. „Ganz wichtig ist, dass man nicht daran kratzt – sonst könnten sich frisch pigmentierte Hautpartikel lösen.“ Außerdem empfiehlt er, bis zu 48 Stunden danach nicht in die Sonne oder in die Sauna zu gehen und keinen Sport zu treiben, der die Transpiration anregt. Dafür garantiert er einen Longlasting-Effekt von gut zwei Jahren, bei trockener Haut sogar länger. Kosten: ab zirka 750 Euro.

Für alle Frauen, die von längerem oder vollere Haar träumen, gibt es die „Great Lengths“-Methode. Ab diesem Sommer arbeiten speziell ausgebildete Friseure mit den neuen „Air Pressure Extensions“: Per Luftdruck werden innerhalb von neun Sekunden sechs Eigenhaar-Strähnen gleichzeitig mit Echthaar-Strähnen verbunden. Durch die deutlich verfeinerte Applikationstechnik sind die Übergänge zwischen eigenem und fremdem Haar viel weniger sichtbar als bisher. Informationen über qualifizierte Salons und Preise lassen sich gebührenfrei unter der Telefonnummer 00800/82 84 82 84 erfragen.

Zahn-Bleaching verhilft zu einem strahlenderen Lächeln. Als besonders effektiv gilt die „Brite Smile“-Methode, die von einem früheren NASA-Wissenschaftler entwickelt und von Experten verschiedener Universitäten nach Tests als sicher bezeichnet wurde. Das Aufhellen (bis zu neun Nuancen sind möglich) dauert eine bis eineinhalb Stunden. Bei der Prozedur wird ein Bleichgel, das fünfzehnprozentiges Wasserstoffperoxid enthält, aufgetragen und durch laserähnliches Plasmalicht aktiviert. „Nur in den ersten Tagen können die Zähne empfindlich auf heiße oder kalte Reize reagieren“, sagt der Münchner Zahnarzt Dr. Ulrich Kurze, der seit gut einem Jahr erfolgreich mit „Brite Smile“ arbeitet. Etwa 1300 Euro kostet das neue Strahlen – wer den Konsum von Tee, Rotwein und Zigaretten nach der Behandlung vierundzwanzig Stunden lang einschränkt, sorgt dafür, dass es bis zu drei Jahren anhält. REGINA STAHL