

Älter werden wir SPÄTER!

Wir alle hoffen, dass unsere Haut möglichst lange glatt bleibt – und wappnen uns mit schlaun Pflegeprodukten gegen erste Fältchen. Doch vor allem präventive Treatments können die Zeit tatsächlich für einige Jahre anhalten

Unsere Experten



DR. MARTIN KÄGI
Der leitende Dermatologe aus dem Hautzentrum Zürich ist Spezialist im Bereich ästhetische Medizin.



HOLGER FUCHS
Der Facharzt für plastisch-ästhetische Chirurgie ist Klinikdirektor der Praxis Klinik Pöselndorf in Hamburg.

Keiner wirkt gern eitel. Vor allem in Deutschland wird beim Kampf gegen erste Fältchen deshalb gern geschummelt. Viele Frauen tun dann so, als sei ihre pralle, glatte Haut ein genetischer Glücksfall – obwohl sie sich ingeheim längst tatkräftige Unterstützung vom Dermatologen geholt haben. Und dagegen ist ja auch nichts zu sagen: Die einen bevorzugen eben, natürlich zu altern – die anderen nutzen den Fortschritt der Ästhetischen Medizin. „Viele Frauen

fühlen sich nun mal zehn Jahre jünger, als sie sind – und wollen auch so aussehen. Dabei helfen minimalinvasive Treatments mit Botox und Fillern. Oder Laserbehandlungen, die die Zeit für einige Jahre anhalten“, so Dermatologe Dr. Kägi. „Dann kann man mit 40 tatsächlich noch aussehen wie 30.“ Und zwar ohne, dass jemand merkt, dass nachgeholfen wurde. Allerdings: „Der Lebensstil ist das A und O. Viel rauchen oder exzessives Sonnenbaden sind Hautkiller. Das sollte man also unbedingt lassen“, so der plastische Chirurg Holger Fuchs.

1 DAS MACHT DIE HAUT GLATT:

„Die meisten Frauen sehen mit Mitte 20 die ersten Alterserscheinungen an sich – manche aber auch erst zehn Jahre später“, so Holger Fuchs. Wer wann wie viele Fältchen bekommt, das hängt stark vom Hauttyp ab. „Empfindliche, trockene Haut altert schneller, vor allem im Augen- und Stirnbereich“, erklärt Dr. Kägi. Und in diesem Fall gilt tatsächlich: „Wehret den Anfängen. Botox ist ideal, um zu verhindern, dass sich erste Fältchen schnell als tiefe Falten eingraben“, so Holger Fuchs. „Auch wenn man eine ausgeprägte Mimik hat, die im Gesicht Spuren hinterlässt, kann man durchaus schon mit 25 beginnen, das unbewusste Mienenspiel durch das Nervengift zu reduzieren.“

Botulinumtoxin (Botox) ist ein Nervengift, das in geringen Dosen gespritzt wird, um die Signale zwischen Nervenzellen und Muskeln zu hemmen. Mimikfalten können so um Jahre verzögert werden. Eine Sitzung kostet ab 150 Euro, das Ergebnis hält 3–6 Monate.

2 DAS MACHT DIE HAUT PRALL:

Volumenverlust der Haut ist in jungen Jahren noch kein großes Problem. Trotzdem kann bei einigen Frauen schon ab 30 vor allem die Nasolabial-Falte zwischen Nase und Mundwinkel stark ausgeprägt sein. Oder starke Augenschatten lassen sie älter wirken. Da hilft Hyaluronsäure. „Sie wird unter die Falten gespritzt und füllt sie so von innen auf“, erklärt Dr. Kägi. „Auch Augenschatten werden durch Unterspritzen blasser“, so der Dermatologe. Experte Holger Fuchs beobachtet auch einen weiteren positiven Effekt dieser Behandlung: „Die minimalen Verletzungen durch die Nadel heilt die Haut, da sie danach vermehrt Collagen produziert. Und das wiederum strafft sie.“

Hyaluronsäure ist ein natürlich im Körper vorkommender Stoff. Als Filler wird sie meist biotechnologisch und in diverser Festigkeiten hergestellt – und deshalb unterschiedlich schnell vom Körper abgebaut: in 6–12 Monaten. Eine Sitzung kostet ab 250 Euro.

3 DAS MACHT DIE HAUT EBEN:

„Wenn Sie Falten eliminieren, die Haut an sich aber nicht verjüngen, wird man Ihnen trotzdem Ihr wahres Alter ansehen“, sagt der plastische Chirurg Holger Fuchs. Eine unebene Haut mit Pigmentstörungen wird im Schnitt 12 Jahre älter geschätzt. „Eine Microdermabrasion ist da ein ideales Einstiegs-Treatment“, so Dr. Kägi. Dabei wird die oberste Hautschicht mit kleinen Kristallen bestrahlt. „Das verkleinert die Poren und ebnet die Oberfläche.“ Ein Spezial-Laser zerstört zudem Pigmentansammlungen. Und: Dadurch, dass er tief in die Hautschichten eindringt und dort das Gewebe erhitzt, regt er die Kollagenbildung an – das glättet kleine Narben und Fältchen.

Microdermabrasion: Der Effekt hält ca. eine Woche. Kosten: ca. 100 Euro. Laser: Nötig ist eine Behandlung, evtl. eine zweite nach sechs Wochen. Kosten: ab 500 Euro. Die Haut ist danach mehrere Tage gerötet. Pigmentflecken verschwinden dauerhaft, Falten für ca. ein Jahr.

FOTOS:FRAUKE FISCHER · MODELL: TARRYN

Kleine Fältchen oder einen unebenen Teint können Sie mit minimalinvasiven Treatments um Jahre aufschieben. Oder einfach mit einem Lachen überstrahlen!