

Simp my Body

Von Irmie Schüch-Schamburek

Kaum eine Frau ist mit ihrem Körper vollends zufrieden. Und das, obwohl Männer weibliche Formen weit weniger kritisch beurteilen als Frauen sich selbst. So wundert es wenig, dass Kosmetikprodukte und Methoden boomen, die das Körpergewebe straffen, glätten oder Cellulite minimieren.

Fälschlicherweise wird oft angenommen, die unschönen Dellen bildeten sich vorwiegend durch übermäßigen Fettkonsum. Sie sind jedoch das Resultat einer genetischen Veranlagung, die bei mehr als 80 Prozent aller Frauen vorhanden ist. Schon während der Pubertät treten zumeist aufgrund erhöhter Hormonproduktion die ersten Anzeichen dieser Gewebeschwäche auf, die oft durch ungünstigen Stoffwech-

sel, mangelnde Bewegung sowie Nikotinkonsum zusätzlich begünstigt wird.

Der erste Schritt zum maßgefertigten Körper wird im Kopf gesetzt. Yves Saint Laurent brachte das Dilemma auf den Punkt, indem er bemerkte: „Damit sich eine Frau in Kleidern wohlfühlt, muss sie sich zuerst mit sich selbst wohlfühlen.“

Diese Erkenntnis, ein ehrlicher Wille und ein realistisches Ziel der Mühen sind Voraussetzung für die Erlangung eines attraktiveren Körpers. Handelt es sich dabei um „kleine“ Optimierungen, ist die Anwendung von Figur formenden Kosmetika ausreichend.

Doch wird das Ergebnis ganz ohne vernünftige Ernährung, ein Mindestmaß an sportlicher Betätigung und unterstützende (Selbst-)Massagen immer mäßig bleiben. Effektiver sind in Kosmetikstudios ▶

News



ing ist ein Sporttraining, das durch kleine elektrische Impulse unterstützt effektive Methode, schneller zur Bikinifigur zu kommen



„Body-Contouring steht mittlerweile an erster Stelle der Beauty-Operationen“

Ali Saalabian
Arzt für ästhetische Medizin
am Kuzbari-Zentrum

und bei Schönheitsmedizinerinnen angebotene Behandlungen wie die mechanische Druck-Zupf-Massage Endermologie.

Auch Schönheitschirurgische Eingriffe zur Körperkorrektur werden immer beliebter. „Dies liegt auch daran, dass das Thema in den letzten Jahren etwas enttabuisiert wurde“, sagt Boris Todoroff, Facharzt für plastische, ästhetische und rekonstruktive Chirurgie. Die Methoden sind heute schonend und ausgefeilt, was zu einer deutlichen Steigerung der Attraktivität dieser Eingriffe beitrug.

„Während vor einigen Jahren Brust-OPS an erster Stelle der Begehrtheit standen, liegt jetzt Body-Contouring vorne. Seit neuestem mit einem Fokus auf das Gesicht“, weiß Ali Saalabian, Arzt am Kuzbari-Zentrum für Ästhetische Medizin.

„Dieser rasant wachsende Trend zum Bootylift kommt mit etwas Verspätung aus Amerika zu uns“, ergänzt der Schönheitschirurg. Das bringt auch Vorteile mit sich. So wurden anfangs Implantate und Hyaluronfüller verwendet, mittlerweile gibt es ausgeklügelte Praktiken mit Eigenfett, die der Bauch-, Bein- oder Rückenzone entnommen werden.

Hitze und Kälte gegen Fett

Neben der klassischen Fettabsaugung haben sich Cool Sculpting – bei dem Fetteinlagerungen mittels Kälteschocks minimiert werden – sowie Thermage etabliert. Bei dieser Hitzebehandlung mit Radiofrequenz werden Fettzellen „weggeschmolzen“, das Gewebe wird gestrafft. Ebenso effektiv seien Kombinationssysteme, bei denen durch das Zusammenwirken von Radiofrequenz, Ultraschall und integrierter Kühlung zugleich der Umfang minimiert und der Körper gefestigt werde, erklärt Dermatologin und Schönheitschirurgin Hajnal Kiprof.

Ebenfalls sehr wirksam ist die Stoßwellen-Therapie in Verbindung mit Ultraschall. „Die Fettweg-Spritze wird vor allem bei kleineren Arealen angewandt. Aber mittlerweile wurden sogar spezielle Präparate für großflächigere Cellulite-Behandlungen konzipiert“, sagt Barbara Franz, Fachärztin für ästhetische Medizin und operative Dermatologie.

Bahnbrechende neue Bodyshaping-Technologien sind in naher Zukunft nicht zu erwarten; wohl aber eine weitere Steigerung der Effizienz sowie schonendere Varianten bereits bestehender Methoden. Längerfristig sehen die Experten den vermehrten Einsatz von Stammzellen in der ästhetischen Medizin.

Welche Behandlung oder welcher Arzt letztendlich gewählt wird, ist eine sehr persönliche Entscheidung. Empfehlungen aus dem Bekanntenkreis spielen hierbei

eine wichtige Rolle. Denn es ist nicht garantiert, dass ein Arzt, der einer Freundin eine schöne Nase gemacht hat, auch eine Koryphäe der Fettabsaugung ist.

Unbedingt sollte darauf geachtet werden, dass die Eingriffe von Spezialisten mit viel Erfahrung vorgenommen werden. Bei der Recherche im Internet ist Vorsicht angesagt. Einige Institute präsentieren sich auf ihren Websites sehr professionell und seriös – oft mit für den Laien nicht deutbaren, hochqualifiziert klingenden Ausbildungen und Referenzen, die jedoch keinerlei Fachwissen garantieren. Auch Billigangebote, insbesondere im Ausland, soll-