

Die SCHÖNHEITS-Olympiade von BUNTE

Schneller, höher, weiter: Das wunderbare Olympia-Motto macht Lust auf Wettkampf und neue Herausforderungen. „Schlanker“ zum Beispiel. Aber mal ganz anders, mit minimal-invasiven Methoden beim Beauty-Doc oder zu Hause. Behandlungen also, bei denen garantiert nicht operiert wird, die ohne Narkose und Auszeiten ablaufen. Bei denen man ganz normal essen darf, auf nichts verzichten und schon gar nicht sportlich aktiv werden muss.

Fünf Kolleginnen mutierten für die interne BUNTE-Olympiade zu Athletinnen. Suchten sich verschiedene Münchner Dermatologen als Trainer (eine kam sogar ganz ohne aus). Traten tapfer und (relativ) furchtlos bei den aktuellsten Fett-weg-Behandlungen an – in verschiedenen Disziplinen zwischen Doppelkinn und Oberschenkeln. Sie ließen sich auch von großer Kälte und gewaltigem Druck nicht abschrecken. Blieben geduldig bei der Sache, auch wenn's ein paar Wochen oder Monate dauerte. Und wagten schließlich den endgültigen kritischen Blick in den Spiegel und den beherzten Griff zum Metermaß. Herausgekommen ist ein recht beachtlicher Medaillenspiegel.

NICHT IN SOTSCHI, sondern in der Redaktion. Am Start: 5 BUNTE-Redakteurinnen im Kampf um die eigenen Ideale. Ergebnis: ein Medaillenregen – und das ohne Sport!



Disziplin:
BAUCH BEINE PO

Athletin:
Laura Glynn

Nach ausgedehnten Schlemmereien musste was passieren am „mittleren Ring“. Das Set **ALPHASENSE** verspricht Abhilfe – dank einer Kombi aus Slimminghose, Maske, Gel und Tee für ca. 310 € (alphasense.de).

So geht's: Zehn Tage lang beginnt mein Fernsehabend so – Maske auf Bauch, Beine und Po streichen, rein in die Slimminghose, die knalleng wie ein Neoprenanzug sitzt. Es kribbelt, ich fühle, dass sich was tut. Nach einer Stunde darf die Hose runter, eine Schicht kaltes Gel folgt. Angenehm ist was anderes, auch wenn ich relaxen darf.

Ergebnis: Ich fühle mich schlanker, habe aber auch weniger gegessen. Daher gebe ich mir ...



Disziplin:
OBERARME

Athletin:
Daniela Schwarzer

Meine Oberarme erinnern vom Umfang her an eine Leistungsschwimmerin – wenn sie nur auch so straff wären! Schlanker und fester sollen sie durch **SKINTIGHTENING** werden. „Dahinter steckt ein Speziallaser, der mit Infrarotwärme arbeitet“, erklärt Hautarzt **Dr. Timm Golüke**. Dabei wird das Gewebe erwärmt, was die Bildung von Kollagen anregen und so die Haut straffen soll.

So geht's: Ich darf mich entspannt hinlegen und der Laserkopf wird mit leichtem Druck über die Haut geführt. Das finde ich recht angenehm. Nur an den Oberarm-Innenseiten brennt's ein bisschen, ist aber gut auszuhalten.

Ergebnis: Nach zwei Sitzungen, die jeweils 30 Minuten dauerten, finde ich meine Oberarme straffer, ein paar Millimeter auch messbar schlanker. Das reicht auf jeden Fall für Silber. Vielleicht schiebe ich noch mal ein, zwei Behandlungen (à ca. 450 Euro) nach und arbeite mich auf Goldniveau hoch!



Silber



Disziplin:
BAUCH
Athletin:
Petra Pfaller

„Eine Frau ohne Bauch ist wie der Himmel ohne Sterne“ heißt ein arabisches Sprichwort, und manche Frauen können sich dank der Poesie des Orients offenbar gut mit ihren Fettröllchen in der Leibesmitte arrangieren. Ich nicht. Ich bin eher der Technik-Typ – berechnend, eiskalt, eine Killerin, wenn es um den „programmierten Zelltod von Fettzellen“ geht. Nichts Geringeres verspricht die **KRYOLIPOLYSE**. Der Name setzt sich aus drei griechischen Worten zusammen: Kryos = Frost, Lipa = Fett und Lysis = Auflösung. Das verrät schon viel: Durch eine Art Schockfrost-Behandlung werden Fettzellen, die ja sehr temperaturempfindlich sind, dazu gebracht, sich aufzulösen.

So geht's: Die betroffene Partie, in meinem Fall der Bauch, wird von einem großen, quadratischen Saugnapf angepresst und langsam auf bis zu 4 Grad heruntergekühlt. Das tut nicht weh und die Kälte (Flüssigstickstoff) dringt auch nicht bis zur Blase oder zu anderen Organen durch. Nach ca. einer Stunde ist der Bauch knallrot und erinnert an ein Stück Gefrorenes aus der Kühltheke.

Ergebnis: Drei Monate tut sich gar nichts – doch dann zieht sich der Bauch tatsächlich spürbar zurück – zwei Zentimeter und zwei Kilo weniger. Nicht schlecht! Gut zu wissen: „Kryolipolyse funktioniert wirklich nur bei lokalen Fettpolstern und nicht als Ganzkörper-Schlankheitskur“, warnt Dermatologe **Dr. Stefan Duve**. Schade, aber die Silbermedaille ist auf jeden Fall drin! Kosten: ca. 750 Euro pro Sitzung.

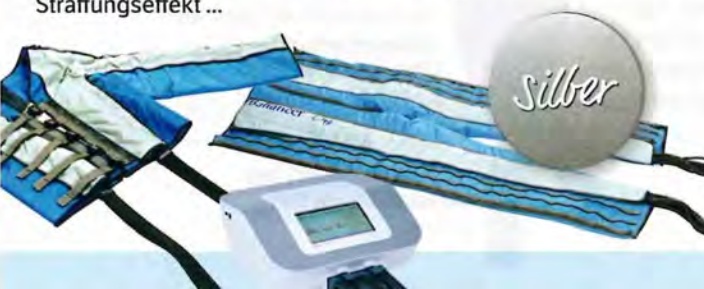


Disziplin:
REITERHOSEN
Athletin:
Yvonne Walbrun

Nehme ich zu, dann an Po und Oberschenkeln, und dieses Fett hält sich auch beim Abnehmen hartnäckig. Dazu kommt weiches Gewebe. Zeit, aktiv zu werden! Dermatologin **Dr. Patricia Ogilvie** rät zum **BALLANCER**: „Das Gerät funktioniert wie eine Lymphdrainage, aber mit Druckluft. Es pusht Bindegewebe und Durchblutung.“

So geht's: Zuerst bekomme ich Feuerameisen auf die Haut – in Form einer Chilicreme. Dann schlüpfe ich in die überdimensionale Kompressionshose, die an Schläuchen hängt und in die Luft gepumpt wird. Das ergibt einen Druck wie eine knallharte Umklammerung, an den ich mich gewöhnen muss – 60 Minuten lang.

Ergebnis: Direkt danach sind meine Beine krebsrot, fühlen sich aber leichter an. Nach vier Behandlungen (à ca. 60 Euro) wirken die Oberschenkel glatter, die Cellulite ist gemildert. Silber für den Straffungseffekt ...



Disziplin:
DOPPELKINN
Athletin:
Cornelia Menner

Mein Unterhautfettgewebe im Gesicht hat durchaus sein Gutes: Gut gepolsterte Haut bedeutet schließlich auch weniger Falten. Wenn allerdings die Kontur verschwimmt, ist Schluss mit lustig. Hier soll die **FETT-WEG-SPRITZE** helfen – mit einem Soja-Lezithin-Mix. „Die Substanz bricht die Fettzellen auf, das Fett wird abtransportiert und ausgeschieden“, erklärt die Münchner Hautärztin **Dr. Elisabeth Schuhmachers**.

So geht's: Mit Spritzen habe ich immer ein Problem, der Pikser am empfindlichen Kinn tut richtig weh. Allerdings nur kurz, der Eisbeutel danach beruhigt. Nach 20 Minuten ist alles ausgestanden.

Ergebnis: Zwei Wochen lang trage ich Rollkragenpulli, die Partie zwischen Kinn und Hals leuchtet blau, lila und rot. Sechs Wochen später ist der Doppelkinnansatz fast weg! Eine weitere Sitzung (ca. 200 Euro) könnte noch optimieren. Für mich ist das jetzt schon klares ...

