

50 ist das neue 35:
Studien haben
herausgefunden,
dass Frauen mit 31
Jahren am schönsten
wirken. Ab diesem
Alter macht es
Sinn vorzusorgen



FOTOS: KOSTAS AVGIJIS/FOLEID.COM

Das Angebot ist riesig. Immer mehr Ärzte und Heilpraktiker bieten minimal-invasive Verjüngungsmethoden an. Aber wer ist vertrauenswürdig? Das fragen wir einen Profi: die Münchner Dermatologin Dr. Elisabeth Schuhmachers.

ELLE: Frau Dr. Schuhmachers, wie findet man den perfekten Arzt?

Dr. Elisabeth Schuhmachers: Die

beste Empfehlung ist das Ergebnis. Perfekt ist es, wenn man jemanden kennt, der mit einem Arzt zufrieden ist. Aber nicht alle Frauen reden offen darüber.

ELLE: Und wenn man ohne persönliche Empfehlung sucht?

E.S.: Man schaut nach einer auf Ästhetik spezialisierten Praxis. Meist handelt es sich um Hautärzte oder plastische Chirurgen.

Und dann würde ich immer ein oder zwei Beratungstermine ausmachen. Das Aufklärungsgespräch ist entscheidend. Hier wird das nötige Vertrauen aufgebaut.

ELLE: Was sollte man fragen?

E.S.: Nach der Erfahrung: Ein guter Ästhetikarzt hat eine hohe Fallzahl und eine fundierte Ausbildung. Er besucht regelmäßig Kongresse und bildet sich fort.

Es geht nicht mehr darum, einzelne Falten verschwinden zu lassen. Ziel ist es, auszusehen wie nach einem Wellness-Urlaub

ELLE: Was fragt ein guter Arzt?

E.S.: Er macht eine Anamnese: fragt nach einer Schwangerschaft, Allergien und Blutgerinnungsstörungen. Autoimmunkrankheiten sind eine Kontraindikation. Außerdem untersucht er Hautqualität, -struktur und -dicke, um den richtigen Filler zu wählen. Den man übrigens in jedem Fall in Erfahrung bringen sollte, um ihn anschließend in einen "Fillerpass" eintragen zu lassen. Für Nachfolgebehandlungen, denn nicht alles ist miteinander kombinierbar.

ELLE: Woher weiß man, ob das Füllermaterial hochwertig ist?

E.S.: Grundsätzlich sollte man sich nur Hyaluronsäurefiller spritzen lassen. Ich warne ausdrücklich vor sogenannten permanenten und semipermanenten Fillern. Die guten Firmen haben eine große Produktauswahl für verschiedene Indikationen, können zahlreiche Studien nachweisen, die man auf den Homepages findet, und sie führen alle Produktionsschritte unter strengen Richtlinien durch. Ich arbeite zum Beispiel mit Fillern der Schweizer Firma Teoxane. In der Schweiz wird sehr streng auf Qualität geachtet. Von billigen Füllern rate ich grundsätzlich ab.

ELLE: Noch etwas, wovor Sie warnen würden?

E.S.: Etwa vor Botoxpartys. Es geht darum, dass der Arzt sich wirklich Zeit nimmt für den Patienten. Er muss das Gesicht in aller Ruhe betrachten. Und sich ein Bild machen von der Schönheit und der Persönlichkeit des Menschen, der da vor ihm sitzt.

INTERVIEW: MELANIE KUNZE

Checkliste

• **GAMEPLAN** Bevor Sie sich zu ästhetischen Eingriffen entscheiden, besprechen Sie mit Ihrem Arzt einen "Gameplan". Darin legen Sie langfristig fest, wo Probleme liegen oder entstehen können und was gemacht werden soll.

• **GESAMTBILD** Wichtig ist es, die Erscheinung im Gesamten zu betrachten. Ästhetische Eingriffe haben dann maximalen Erfolg, wenn die natürliche Individualität erhalten bleibt.

• **BALANCE** Das Gesicht besteht aus verschiedenen beweglichen Partien, die miteinander verbunden sind. Daher ist es wichtig, sowohl Mimik als auch Proportionen zu berücksichtigen, um ein möglichst natürliches Ergebnis zu erzielen. Das gilt übrigens auch für angeborene Asymmetrien, die ein Gesicht erst recht attraktiv machen können.

• **FOTOALBUM** Bringen Sie Ihrem Arzt Bilder von sich mit, die Sie in verschiedenen Altersstufen zeigen. So kann der Arzt die Entwicklung Ihres Gesichts besser beurteilen. In Amerika werden mittlerweile spezielle 3-D-Kameras eingesetzt, um das Gesicht des Patienten genau zu untersuchen. Auf diese Weise können Tendenzen – etwa zu Volumenverlusten und anderen Veränderungen – früher vorhergesagt und präventive Eingriffe besser durchgeführt werden.

• **ADRESSEN** Einen Überblick über qualifizierte Ärzte bieten die erste Ausgabe von "Ästhetische Chirurgie – Premium Kliniken und Praxen 2013" (Edition Neureuter) und die dazugehörige Website www.premiumklinikenundpraxen.de



Und dann nach den Risiken: Der Arzt sollte zumindest darauf hinweisen, dass es, wenn auch selten, zu Unverträglichkeitsreaktionen in Form von Granulomen kommen kann. Auch Infektionen sind theoretisch möglich, selbst wenn ich das noch nie gesehen habe. Und blaue Flecken können entstehen. Das muss in der Planung berücksichtigt werden.