

# »ICH STEH DAZU!«

Filler, Botox, Faltenlaser, Frost gegen Fettzellen – Freundin-Autorin Johanna Zimmermann hat schon einiges an sich machen lassen und steht dazu. Ein Plädoyer für mehr Offenheit

Foto: Sima Dehgani

# N

Neulich auf dem Spielplatz fragte mich eine befreundete Mutter – sie sah aus, als hätte sie eine harte Nacht hinter sich –, warum ich eigentlich so erholt aussähe. Ich hätte vieles antworten können: Dass das an meiner neuen Tagescreme liegt. An der frischen Luft, die ich am Wochenende getankt hatte oder an ein paar Extrastunden Schlaf. Stattdessen sagte ich ihr die Wahrheit: „Ich war gerade beim Botoxen!“ Es folgte kurze Stille. Ein überraschter Blick. Verlegenes Kichern. Und Stunden später eine Textnachricht, ob ich ihr den Kontakt von meiner Ärztin weiterleiten könne. Gerne doch!

## »EINMAL WIEDER WIE ‚ICH‘ AUSSEHEN, BITTE!«

Mit 33 habe ich zum ersten Mal „etwas machen lassen“, relativ spontan. Ich war wegen einer gewöhnlichen Vorsorgeuntersuchung bei meiner Dermatologin gewesen und schimpfte nebenher über meine Zornesfalte, als sie sagte: „Ich mach Ihnen da schon Botox rein!“ Ich fackelte nicht lange, denn tatsächlich hatte mich die Furche zwischen meinen Augenbrauen schon lange gestört. Auf Fotos, in Videotelefonaten, beim Blick in den Spiegel, meine Augen wanderten stets sofort zu ihr. Sie verfinsterte meinen Blick,

ließ mich grimmig aussehen. Und damit überhaupt nicht so, wie ich mich selbst sah: fröhlich, (meistens) entspannt und aufgeschlossen. Inzwischen gehe ich alle sechs Monate zum „toxen“ und sehe, wenn ich in den Spiegel blicke, wieder mich.

Heute bin ich 39 und mit den Jahren kamen weitere minimalinvasive Eingriffe dazu: Filler gegen die Knitterfalten um den Mund, Laser gegen Krähenfüße und Ice Sculpting, um die Fettpölsterchen an der Hüfte loszuwerden. Warum ich das mache? Weil Sport, gesunde Ernährung und Cremes ihre Grenzen haben. Und mir das Ergebnis richtig gut gefällt.

## »DAS HAST DU DOCH GAR NICHT NÖTIG!«

Ich habe nie ein Geheimnis daraus gemacht, dass ich meinem Äußeren nachhelfe. Gerade in meinem engen Umfeld stoße ich damit auch auf Kritik. Zwar bekomme ich immer wieder Komplimente für mein frisches Aussehen, aber wenn ich sage, dass es aus der Spritze kommt, höre ich: „Was? Das hast du doch gar nicht nötig!“ Na ja, anscheinend schon, denn sonst wäre mein „frischer Look“ nicht direkt ins Auge gesprungen und ein Kompliment wert gewesen. Sowieso bewegt man sich mit diesem „nötig haben“ auf dünnem Eis. Weil es meist nicht ohne Zusätze auskommt wie: „Du bist doch so eine kluge/charmante/tolle Frau!“ Was impliziert das? Dass es für Menschen, die sonst nichts zu bieten haben, schon okay ist, zum Beauty-Doc zu gehen? Ich sag’s ja: dünnes Eis. »

## 73,5%

aller Beauty-Eingriffe zwischen September 2020 und Juni 2021 waren minimalinvasiv (z. B. Unterspritzungen mit Botox oder Hyaluronsäure).

Quelle: VDÄPC

BOTOX IN DIE  
ZORNESFALTE

LASER  
GEGEN  
KRÄHEN-  
FÜSSE

HYALURON  
IN DIE  
NASOLABIAL-  
FALTE

Mir wurde schon so einiges unterstellt: dass ich mich selbst auf mein Äußeres reduzieren würde (machen das eigentlich die, die sich aufgrund meiner Beauty-Behandlungen ein Urteil über mich erlauben?). Oder dass ich irgendwann nicht mehr genug kriegen und wie Harald Glööckler aussehen werde (eher unwahrscheinlich: Bistlang kann meine Tochter in meinem Gesicht noch ablesen, ob es Ärger gibt oder nicht). Und von meiner älteren Schwester, die Beauty-Eingriffe verteufelt, sich aber jeden Abend Anti-Aging-Creme ins Gesicht schmiert, höre ich, dass ich nicht in Würde altern könne. Da frage ich mich aber: Wer legt hier die Spielregeln fest? Gilt es noch als würdevoll, graue Haare zu färben, mit einem Massage-Roller die Kinnlinie zu straffen, Falten mit Seren zu glätten, mit Klebestreifen hängende Lider zu kaschieren (gibt's wirklich), Bauchspeck mit Elektro-Impulsen zu bearbeiten oder auf Instagram Beauty-Filter zu verwenden? Was es heißt, in Würde zu altern, kann am Ende doch nur jeder für sich selbst definieren. Für mich heißt es vor allem, dass ich es selbstbestimmt tue. Mein Körper, meine Vorstellung von Schönheit, meine Regeln. Ich brauche nicht Falten, um authentisch, Feministin oder selbstbewusst zu sein – das regle ich schon über meiner Persönlichkeit.

### »BOTOX? NEIN, ICH TRINKE NUR WASSER!«

Allein in 2021 meldeten die 100 Ärzte, die in der Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen registriert sind, 94 000 minimalinvasive Eingriffe. Sie boomen seit Jahren, trotzdem ist es nach wie vor ein Tabu, darüber zu sprechen – vor allem unter Prominenten. Werden Models, Influencerinnen und Schauspielerinnen zu ihren Beauty-Geheimnissen befragt, sagen diese deshalb Dinge wie „Ich trinke jeden Tag zwei Liter Wasser!“, „Ich meditiere und mache Yoga!“ oder „Ich benutze eigentlich nur Lipgloss!“. Selbst Jennifer Lopez, die mit 53 wie eine 25-Jährige aussieht, verkündete, sie habe ihr Aussehen ausschließlich den Cremes ihrer eigenen Pflegeserie zu verdanken. Und natürlich ihrer freundlichen Art.

Wenn ich so etwas höre, möchte ich laut „Bullshit!“ schreien. Denn mit derartigen Aus-



### TUT NUR KURZ WEHI!

Links: Johanna beim Botoxen in der Münchner Praxis von Dr. Elisabeth Schuhmachers. Oben: Auch Dr. Duve mit Praxis in München ist Experte für minimalinvasive Eingriffe. Hier lässt er Johannas Fältchen mit einem Filler verschwinden

# 27%

der 16- bis 39-jährigen Frauen haben sich bereits die Lippen aufspritzen lassen oder denken ernsthaft darüber nach

Quelle: Beauty Impact Report 2021

sagen lässt man Frauen in dem Glauben, ewig junges Aussehen oder ein schlanker Körper seien mit der richtigen Creme, durch Vulkanstein gefiltertem Wasser, einem Lächeln und Sonnenbrillen für jedermann zu haben. Ist doch alles ganz einfach, oder? Wenn es trotzdem nicht klappt, ist man wohl selbst schuld.

Die Wahrheit ist doch: Wer mit 53 nicht mal beim Lachen Falten wirft, war mehr als einmal beim Beauty-Doc. Und wer Schlauchbootlippen wie Kylie Jenner haben möchte, wird selbst mit dem besten Gloss und Kamerawinkel nicht weit kommen, sondern stattdessen alle paar Monate für teures Geld zum Fillern gehen müssen.

Es lässt sich natürlich darüber streiten, ob wir den „richtigen“ Schönheitsidealen nacheifern – an denen auch die Body-Positivity-Bewegung, Hashtags gegen Altersdiskriminierung und Werbekampagnen mit „Normalo“-Frauen bislang nur wenig gerüttelt haben. Dass viele Frauen aber auf die ein oder andere Weise einem Ideal entsprechen wollen, ist wohl unstrittig. Ich plädiere deshalb dafür, dass wir öfter mit offenen Karten spielen. Am Ende können wir davon nur profitieren. Weil man sich dann auch ehrlich über Risiken (die gibt es!) oder schlechte Erfahrungen austauschen kann und so vielleicht andere davor bewahrt, in falsche Hände zu geraten. Oder weil man die andere Mutter auf dem Spielplatz nicht in dem Glauben lässt, ein faltenfreies Gesicht ohne Augenringe sei einfach zu bekommen. Wenn sie sich nur anstrengt und, wie J. Lo, immer nett lächelt. ☺