



»OBSERVER«

Wiener Journal (Wiener Zeitung)

Das Magazin der Wiener Zeitung
Wien, am 04.07.2014, Nr: 27, 52x/Jahr, Seite: _
Druckauflage: 23 344, Größe: 88,45%, easyAPQ: _
Auftr.: 8569, Clip: 8519335, SB: Kuzbari

Position

www.observer.at



Schön ohne Nadel und Skalpell

Der eigenen Attraktivität ein wenig nachhelfen, das wollen viele, sich deswegen unters Messer legen aber nicht. Es gibt jedoch auch andere Methoden ohne Nadel und Skalpell. Harmlos sind sie aber auch nicht alle...

Text: Christina Mondolfo

Viele Menschen empfinden sie irgendwann als störend, die Falten und Pigmentflecken im Gesicht oder die lästigen Fettpölsterchen, die jeder Diät und jeder Sportart hartnäckig standhalten. Ein wenig jünger aussehen, wieder ein enges Kleid oder eine schmale Hose anziehen zu können, ohne ständig den Bauch einziehen zu müssen – oft gehegte Wünsche, deren Erfüllung jedoch meist an der Angst vor einer Operation und den möglichen Folgen scheitert. Doch mittlerweile gibt es Verfahren, die die Behebung kleinerer und etwas größerer Mängel (wobei das natürlich immer eine sehr subjektive Einschätzung ist) ohne Piekser, Schnitte und Narben versprechen. Das „Wiener Journal“ hat sich vier davon angesehen und auf Effektivität, versprochene Schmerzfreiheit und Nebenwirkungen überprüft.

Rollen und kneten

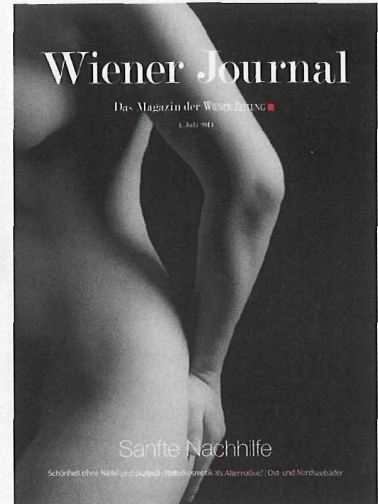
Täglich schaut man angestrengt in den Computer, legt beim Nachdenken die Stirn in Falten und lässt den Mundwinkeln freie Bahn nach unten. „Doch eine derart ständig angespannte Gesichtsmuskulatur macht harte Gesichtszüge und das wiederum lässt einen älter aussehen“, weiß Viktoria Goldovskiy. Das aus dem Mund eines Ex-Models Anfang 30 zu hören ist zwar ungewöhnlich, aber die Besitzerin des EcoSpa weiß, wovon sie spricht: Schließlich sind die mehr als 40 Gesichtsmuskeln meist unbewusst dauernd im Einsatz. Goldovskiy jedenfalls hat eine eigene Massagetechnik entwickelt,

die die Muskeln entspannt und dadurch die Gesichtszüge verjüngt und außerdem kleine Fältchen verschwinden lässt. Ein Test soll es beweisen...

Nach einer sorgfältigen Gesichtereinigung wird eine Maske aufgetragen und dann kommen die kundigen Hände der Kosmetikerin ins Spiel. Da werden die Muskeln in jede Richtung ausgestrichen, um dann sukzessive einer nach dem anderen gewalzt, gerollt und geknetet zu werden. Besonders die Stirn und die Augenbrauen sowie die Wangenmuskeln werden intensiv bearbeitet, sitzen da doch verhältnismäßig große Muskelpartien. Die Massage ist ungewöhnlich, aber äußerst entspannend, da auch Akupressurpunkte mit einbezogen werden. Die 20 Minuten sind viel zu rasch um, der Erfolg aber tatsächlich verblüffend: Entgegen der Schwerkraft scheinen sich die Gesichtszüge nach oben bewegt zu haben, die Augen sehen offener und damit strahlender aus und Falten wirken weniger tief. Der Effekt dieser Massage ist allerdings nur ein kurzfristiger, nach etwa zwei Tagen lässt die Wirkung merkbar nach. Für den Verjüngungskick zwischendurch oder den strahlenden Abendauftritt aber sehr zu empfehlen.

Blitzlicht-Gewitter

Die Fältchen habe ich erst einmal ad acta gelegt, dafür soll es roten Äderchen, Pigmentflecken und lästigen Härchen im Gesicht an den Kragen gehen. Eine Behandlung mit Blitzlichttechnologie soll für den entsprechenden Erfolg sorgen. Das ist zwar eine altbekannte Technologie, doch die >



Hätte uns auch gut gefallen

ALTERNATIVE TITELSEITE

Foto: Adam Hirons

Photography/Getty Images

Wir stellen vor



Christina MONDOLFO

REDAKTEURIN

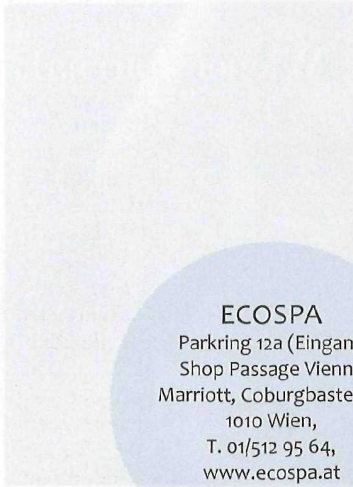
Im WJ-Team seit: 2005

Ist es leicht, über etwas zu schreiben, das man nicht selbst ausprobiert hat?

In diesem Fall nicht. Selbstversuche im Dienste des Lesers waren also angesagt...

Fotos: privat

Foto: Getty Images/Andreas Kuehn



ECOSPA
 Parkring 12a (Eingang
 Shop Passage Vienna
 Marriott, Coburgbastei 5),
 1010 Wien,
 T. 01/512 95 64,
 www.ecospa.at



Die Maske ist die Vorbereitung auf die Massage – eine entspannende Kombination.

Fotos: EcoSpa

> neuesten Geräte versprechen dank höherer Energien bessere Ergebnisse in nur wenigen Sitzungen. Silvia Koller, Fachärztin für Dermatologie und Venerologie bei KiproV in the City, arbeitet bei den angesprochenen Problemen mit dem Palomar Icon: „Das Gerät sendet hochenergetisch gepulstes Licht mit verschiedenen Frequenzen, die entsprechend dem zu behandelnden Problem eingestellt werden. Das Licht wird von den oberflächlichen Hautgefäßen absorbiert, die dadurch kurzfristig erhitzt und somit zerstört werden. Bei den Härchen werden die Haarwurzeln zerstört (funktioniert allerdings nur bei dunklen Haaren!), bei Pigmentflecken die Pigmentzellen. Im Fall einer gewünschten Hautverjüngung

wird die Bildung von neuem Kollagen stimuliert.“ Allerdings gibt es einen wichtigen Punkt zu beachten: „Die Blitzlichttechnologie wenden wir nur im Winter an, denn die Klienten sollten vier Wochen vor und nach der Behandlung nicht der Sonne ausgesetzt sein.“ Nach dem Treatment können laut Koller leichte Schwellungen oder Rötungen auftreten, die jedoch nach wenigen Tagen verschwunden sein sollten. Wir machen den Test: Kleine Pigmentflecken an den Wangen, rote Äderchen an der Nase und ein paar unerwünschte Härchen im Kinnbereich sollen der Blitzlichttechnologie zum Opfer fallen. Für jedes dieser Probleme wird ein anderer Geräte-Aufsatz verwendet. Der Bereich um den Pigmentfleck wird

mit einer Schablone abgedeckt, ein leises Surren, ein kurzer heißer Stich – fertig. Das wiederholt sich auch bei den Äderchen an der Nase und den Härchen und dauert insgesamt nur wenige Minuten. Danach nochmals ein kritischer Blick der Dermatologin, etwas Abdeckcreme und von den leichten Rötungen ist nichts mehr zu sehen. Sie sind ebenso wie die dezente Schwellung an der Wange tatsächlich nach zwei Tagen verschwunden, die Härchen noch am selben Abend ausgefallen. Da hier aber die jeweilige Wachstumsphase zu berücksichtigen ist, kommen immer wieder andere nach. Während die Pigmentflecke verschwunden sind, hat sich bei den roten Äderchen nicht allzu viel getan – sie sind zwar etwas schwächer,



aber immer noch deutlich sichtbar. Hier ebenso wie bei den Härchen sind also weitere Behandlungen notwendig, die allerdings bis zum Herbst warten müssen. Jedenfalls eine schmerzlose Möglichkeit mit minimalen Nebenwirkungen, kleinere Hautprobleme in den Griff zu bekommen.

Tiefgekühlt

Trotz gesunder Lebensweise und Sport gibt es Fettpölsterchen, die sich einfach nicht verabschieden wollen, etwa am Bauch, an den Oberschenkeln und -armen oder am Rücken und an den Hüften. Hier verspricht die Kryolipolyse gute Ergebnisse. Im Kuzbari Zentrum für ästhetische Medizin klärt Rafi Kuzbari, Facharzt für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie, über dieses nicht-invasive Verfahren, das mit Kälte arbeitet, auf: „Englische Forscher haben zufällig entdeckt, dass Leute nach einer Kälteexposition Dellen in der Körperkontur und ein verändertes Fettgewebe hatten. Studien haben ergeben, dass der relativ hohe Wassergehalt in den Fettzellen bei einer Temperatur von

drei Grad kristallisiert und die Zellen absterben. Genau das macht sich die Kryolipolyse zunutze. Entwickelt wurde Cool Sculpting, die Methode, die auch wir hier im Zentrum anwenden, am Wellman Center im Massachusetts General Hospital, sie ist sowohl von den US-Gesundheitsbehörden als auch von den EU-Kontrollbehörden zugelassen.“

Bis zu 25 Prozent der subkutanen, also der unter der Haut liegenden Fettzellen werden pro Anwendung „weggefroren“ und im Lauf von etwa vier Monaten vom Körper abtransportiert: „Diese Fettzellen kommen auch nicht wieder, denn deren Gesamtanzahl ist mit dem Ende der Pubertät festgelegt. Was sich verändert ist ihre Größe.“ Das ist auch der Kernpunkt von Cool Sculpting: „Diese Methode ist nicht zur Gewichtsreduktion geeignet, nur zur Problemzonenkorrektur, denn das viszerale, also das tiefliegende Fett, wird dabei nicht erreicht. Eine gesunde Ernährung und Sport können das Ergebnis weiter verbessern und sind grundsätzlich wichtig.“ Sollte eine weitere Fettgewebe-Reduktion an einer bestimmten Stelle

erwünscht sein, kann die Behandlung wiederholt werden.

Je nach zu behandelndem Areal kommen ein größerer oder ein kleinerer Saugkopf zum Einsatz. In diese Vakuumglocke wird der Fettpolster gesaugt (die Haut wird dabei durch ein spezielles Vlies geschützt) und eine Stunde lang „tiefgekühlt“. Danach wird der Bereich noch kurz massiert. Da das Gewebe anfangs geschwollen ist, sind erste Ergebnisse frühestens nach drei Wochen sichtbar, deutlich erkennbar sind sie erstmals nach zwei Monaten. Der Abtransport der abgestorbenen Fettzellen dauert jedoch bis zu vier Monate, was natürlich Auswirkungen auf das endgültige Ergebnis hat. Abgesehen von der Schwellung können blaue Flecken, Rötungen, Taubheitsgefühl und Berührungsempfindlichkeit auftreten. So weit die Theorie, wir wollen es in der Praxis wissen. Testobjekt ist der Bauch, drei Areale werden hintereinander behandelt, um ein gleichmäßig-harmonisches Ergebnis zu erzielen. Das Einsaugen des Gewebes ist etwas unangenehm, doch man gewöhnt sich rasch daran. Ein >



KIPROV IN THE CITY

Am Graben 27-28/Stiege 2,
Dachgeschoß, 1010 Wien,
T. 01/877 52 15-40,
www.kiprov.com

Die Augen sind gut geschützt, während der Pigmentfleck „geblitzlichtert“ wird. Foto: Kiprov



KUZBARI ZENTRUM
für ästhetische Medizin,
Kärtner Straße 51/Stiege 1/
Top 3A, 1010 Wien,
T. 01/3285454,
www.kuzbari.at

Die Vakuumglocke kühlt das Gewebe, dabei kristallisieren die Fettzellen . Foto: Coolsculpting

> Polster stabilisiert den Saugkopf und verringert das bald einsetzende Kältegefühl. Das Abnehmen der Vakuumglocke verursacht ein kurzes Ziehen, die nachfolgende Massage des Gewebes ist für schmerzempfindliche Menschen eine gewisse Herausforderung. Mit einem recht kühlen Bauch, der sich nach Muskelkater anfühlt, geht es dann nach Hause, gespannt, wie das Experiment ausgeht. Nun, der „Muskelkater“ entwickelt sich prächt-

ig, ist aber auszuhalten. Blaue Flecken gibt es ebensowenig wie Rötungen, doch die Berührungsempfindlichkeit bei gleichzeitigem Taubheitsgefühl ist eine interessante Kombination. Nach vier Wochen hat sich aber alles gelegt, nach sechs Wochen staune ich: eine deutliche Verringerung der Fettdepots bei gleichzeitig strafferer Haut. Die entsteht durch die bewusst und kontrolliert herbeigeführte Entzündung, die durch die Kryolipolyse im

Gewebe entsteht und so die Kollagen-Produktion anregt. Zwei Fliegen mit einer Klappe sozusagen... Eine zeitaufwendige, nicht ganz schmerzfreie Methode, die Geduld erfordert, aber mit einem wirklich sehr guten Ergebnis belohnt.

Aufgewärmt

Ein besonders bei Frauen häufig auftretendes Problem sind Reiterhosen, Fetteinlagerungen an der Außenseite des Oberschenkels und Gesäßes. Sichtbar sind jedoch nicht nur die Wölbung an sich, sondern meist auch noch unschöne Dellen namens Cellulite. Die Verbesserung dieses Zustandes ist der letzte Punkt auf der Test-Liste. Im Health Aesthetic Center (HAC) kommt jedoch vor einer Behandlungsempfehlung erst einmal eine Körpermessung. „Viele Behandlungen wirken oft gar nicht richtig, weil der Stoffwechsel nicht stimmt oder weil der Wasseranteil im



Vorher – nachher: Endlich sitzt die Hose so, wie sie gehört. Foto: Coolsculpting



Körper zu gering ist oder der Fettanteil nicht passt“, erklärt HAC-Geschäftsführer Martin Kaspar. Sind diese Faktoren überprüft und für in Ordnung befunden, wird die Problemzone begutachtet. Daniela Kaspar drückt und schiebt ein wenig, dann entscheidet sie, dass Radiofrequenz die beste Methode ist. Dabei wird das Gewebe durch die Energieübertragung mittels eines kleinen Handstückes erwärmt und gleichzeitig massiert, was die Fettzellen dazu anregt, Toxine und überschüssige Flüssigkeiten abzugeben. Die Zellaktivität wird gefördert und die Elastin- und Kollagenproduktion gesteigert. Fettzellen werden nicht zerstört. Um deren Inhalt besser abtransportieren zu können, empfiehlt Kaspar nach der Behandlung entweder eine Lymphdrainage oder viel Bewegung: „Auch die Ernährung ist wichtig, besonders am Tag der Behandlung selbst und den nachfolgenden. Ein zu hoher Blutzuckerspiegel bewirkt nämlich, dass Fett- und Schlackenstoffe gleich wieder eingelagert werden.

Also in dieser Zeit am besten auf kohlenhydratreiche Lebensmittel verzichten.“ Was in der Theorie schlüssig und interessant klingt, will auch in der Praxis ausprobiert werden. Die zu behandelnden Stellen werden mit einem Gel eingestrichen, damit das Handstück besser gleitet und die Wärme der Haut nicht schadet. Die gleichmäßigen Bewegungen und der sanfte Druck bewirken eine angenehme Entspannung, fast schon Müdigkeit. Wird die Wärme unangenehm, kann die Frequenz verringert werden. Nach 40 Minuten ist der Zauber vorbei, die Haut leicht gerötet und das Gewebe kribbelt ein wenig, doch das ist nach wenigen Minuten vorbei. Leider ist es mit einmal nicht getan: „Gerade bei der Radiofrequenz braucht man mindestens fünf Behandlungen, bei starker Cellulite sogar zehn, um einen nachhaltigen Erfolg zu erzielen“, sagt Daniela Kaspar. „Und wenn ich kein gesundes Leben in Bezug auf Ernährung und Bewegung führe, ist der Erfolg

auch nicht von Dauer“, ergänzt Martin Kaspar. Ganz erfolglos ist die erste Behandlung jedoch nicht, die Außenseite der Oberschenkel fühlt sich straffer an und sieht etwas weniger dellig aus. Das lässt Positives nach den restlichen vier erwarten... Es lässt sich also tatsächlich etwas für die Schönheit tun, ohne sich gleich unters Messer legen zu müssen oder eine Nadelphobie zu entwickeln. Es können mit nicht-invasiven Methoden ebenso schöne, wenn nicht sogar bessere Ergebnisse (je nach Problem) erzielt werden und die Belastungen sind, was die körperliche Seite betrifft, wesentlich geringer. Billig sind die Behandlungen aber nicht und sie sollten nur von ausgewiesenen Spezialisten mit Erfahrung durchgeführt werden: „Es gibt Trittbrettfahrer, die das Blaue vom Himmel versprechen und dabei aber mehr kaputt machen als verbessern“, betonen sowohl Rafi Kuzbari als auch Martin Kaspar. Und wer will sich schließlich für teures Geld verunstalten statt verschönern lassen? ┘

HEALTH
AESTHETIC
CENTER WIEN
Kupelwiesergasse 27/1,
1130 Wien, T. 01/228 45 50,
www.hac-wien.at



Dank Radiofrequenz löst sich der Inhalt der Fettzellen, Cellulite wird reduziert. Foto: Martin Kaspar