



Auf Streifen pfeifen!

SO SCHICKEN SIE DIE UNGELIEBTEN DEHNUNGSTREIFEN
INS ABSEITS.

Wie entstehen sie eigentlich? Wo fühlen sie sich besonders wohl? Und die wichtigste Frage: Wie wird man sie wieder los? Wir haben beim Experten nachgefragt und wissen, wie Sie dem ungeliebten Makel die rote Karte zeigen!

Was sind Dehnungsstreifen und wie entstehen sie?

Dehnungsstreifen sind rötlich oder weißlich schimmernde Risse in der Unterhaut, die bevorzugt am Bauch, der Brust, den Oberarmen und -schenkeln sowie dem Gesäß auftreten. Die Betroffenen leiden meist unter einer Bindegewebschwäche – ähnlich einem Gummiband, das durch Überdehnung seine Elastizität verliert. Besonders während der Schwangerschaft entstehen bei vielen Frauen die unschönen Streifen – allerdings beschränkt sich das Problem nicht bloß auf Mütter. „Dehnungsstreifen können auch durch starken Muskelaufbau wie Bodybuilding, bei extremem Übergewicht oder Kortisoneinnahme entstehen“, erklärt Prof. Dr. med. Werner Mang, Präsident der Internationalen Gesellschaft für Ästhetische Medizin (IGÄM). Hiervon sind sowohl Frauen als auch Männer betroffen. Um die unschönen Makel zu verhindern, ist eine starke Gewichtszunahme auf jeden Fall zu vermeiden. „Der BMI sollte einen Wert von 25 möglichst nicht überschreiten“, rät der Experte.

Was kann man dagegen unternehmen?

Eine komplette Entfernung ist in den meisten Fällen nicht möglich, doch mit einigen Methoden und Verfahren lässt sich die Sichtbarkeit der Dehnungsstreifen deutlich reduzieren. Verbessern kann man die Farbe und die Breite der Streifen: Kosmetische Behandlungen mildern ihre Tiefe, regen die Kollagenbildung an, lassen das Hautbild ebenmäßiger erscheinen und relativieren die Farbunterschiede.

► **Laserbehandlung:** Hierbei handelt es sich um die effektivste Methode. Bei konsequenter und intensiver Behandlung können deutliche Verbesserungen erzielt werden. Durch die Laserbehandlung wird die Hautregeneration angeregt und die Bildung von körpereigenem Kollagen unterstützt. „Bei dieser Methode sind leichte Rötungen und Schwellungen möglich, die ein bis zwei Tage anhalten können“, erklärt der Experte.

► **Microneedling:** Hier werden die Dehnungsstreifen mithilfe von Nadeln behandelt. Es funktioniert praktisch wie eine Walze, die mit ganz dünnen Nadeln besetzt ist und über die Haut gerollt wird. Dabei kommt es zu einem Reiz des Gewebes und anschließend zu einer Hautregeneration. Durch die Kollagenbildung der neuen Haut werden die Dehnungsstreifen vermindert.

► **Ultraschall:** Hierbei handelt es sich um eine sehr schonende Behandlung. „Durch die Schwingungen des Ultraschalls kommt es zu Stimulierungen von Stoffwechselprozessen und dadurch zu einer intensiveren Durchblutung“, weiß der Spezialist. Um einen bestmöglichen Effekt zu erzielen, sind etwa zehn Sitzungen mit einer Dauer von jeweils 20 Minuten notwendig.

► **Zupfmassage:** Hier wird die betroffene Haut durch den Daumen und Zeigefinger schräg nach oben weggezogen. Aber Achtung: Es darf nicht wehtun! „Diese Massage sollte täglich ungefähr 10 Minuten durchgeführt werden“, empfiehlt Prof. Dr. Mang. Ergänzend hierzu können auch spezielle Massageöle, wie Mandelöl oder Jojobaöl, verwendet werden.

mabelle

by myBody

**Abonnieren
Sie jetzt!**



Bestellung auch online möglich unter:
www.mybody.de/mabelle-abo

Lieferadresse

Vorname, Nachname

Firma

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail

Telefon

Zahlungsweise

jährl. Lastschrift

Kontoinhaber

IBAN

jährl. Rechnung

Widerrufsrecht:

Der Auftrag kann innerhalb von 14 Tagen ab Bestelldatum bei der DIVÄG mbH, Hirschstraße 8, 70173 Stuttgart, schriftlich widerrufen werden. Rechtzeitige Absendung genügt. Mit der Unterschrift zur Bestellung wird die Kenntnisnahme des Widerrufsrechts bestätigt.

Datum, Unterschrift

Ja, ich möchte mabelle im Jahresabonnement bequem frei Haus zum Preis von 29,80 €/Jahr inkl. gesetzl. MwSt. und Versandkosten beziehen und hiermit kostenpflichtig bestellen.

Die Lieferung beginnt mit der aktuellen Ausgabe nach Zahlungseingang und verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, wenn nicht sechs Wochen vor Ablauf des Bezugszeitraumes schriftlich gekündigt wird.

Versand ins Ausland auf Anfrage. Bei abweichender Rechnungsadresse bitten wir um kurze Mitteilung an unseren Abo-Service

Antwort

per Fax an
+49 (0)711 506 209 89

per E-Mail an
abo-service@myBody.de

per Post an
DIVÄG mbH
Hirschstraße 8
70173 Stuttgart

