



# HEAT IT UP!

*Text: Astrid Tomczak*

# FETTREDUKTION DURCH HITZEEINWIRKUNG

Wissenschaftliche Studien haben ergeben, dass Fettzellen weder Hitze noch Kälte besonders gut tolerieren. Aus dieser Erkenntnis sind Kälteanwendungen wie die Kryolipolyse und diverse Wärmeanwendungen gegen lästige Fettpölsterchen entstanden.

Dabei bestimmt die Höhe der Temperatur den Effekt auf das Gewebe. Bei der Fettzerstörung mittels Diodenlaser (z. B. SculpSure®) werden die Fettzellen daher auf 42–47 °C erhitzt. Dies führt zum Zelltod. Die abgestorbenen Fettzellen werden dann über die nächsten Wochen vom Körper auf natürliche Weise ausgeschieden. Das Verfahren kann an Bauch, Hüfte, Rücken, Oberschenkeln und Kinn zum Einsatz kommen. Eine während der Behandlung eingesetzte Kontaktkühlung sorgt für einen guten Patientenkomfort. Vorteil der Methode ist, dass sie ohne Nadeln und operativen Eingriff auskommt und der Patient direkt nach der ca. 25-minütigen Behandlung in seinen Alltag zurückkehren kann. Nachteil ist, dass nicht genau prognostiziert werden kann, wie viel Fettgewebe pro Behandlung abgebaut werden kann.

Eine andere Diodenlasertechnologie setzt dagegen auf Low-Level-Niveau und führt dabei nicht zur Zerstörung, sondern lediglich zur Entleerung der Fettzellen. Durch ein bestimmtes Signal werden Fettsäuren und Triglyceride aus den Fettzellen freigesetzt. Um zu verhindern, dass diese an anderer Stelle wieder aufgenommen werden, wird diese Technologie mit einem anschließenden kurzen Ausdauertraining von ca. 30–40 Minuten kombiniert. Der Low-Level-Diodenlaser (z. B. i-Lipo®) kann an Bauch, Beinen, Knie, Hüfte, Gesäß, Oberarmen und Kinn verwendet werden. Die Behandlung selbst dauert ca. 10 Minuten pro Areal und wird von Patienten als angenehm beschrieben. Nachteil der Methode ist, dass zehn Behandlungen im Zeitraum von fünf Wochen durchgeführt werden sollten. Im Jahr werden zudem 1–2 Behandlungen zur Auffrischung empfohlen. Vorteil ist, dass bereits nach der ersten Anwendung ein Erfolg sichtbar und damit natürlich die Motivation für weitere Behandlungen gegeben ist.

# FALTENGLÄTTUNG DURCH HITZEEINWIRKUNG

Die klassische Form der Faltenbehandlung mit Hyaluronsäure und Botulinum bekommt seit einiger Zeit ernsthafte Konkurrenz durch Gerätetechnologien. Mittels Hitzeeinwirkung wird glättend auf Falten und Fältchen eingewirkt.

So gibt es thermo-fractionelle Systeme (z. B. Tixel®), welche Wärme direkt über den Hautkontakt in die obersten Hautschichten einbringt. Dazu wird eine Platte mit winzigen Pyramiden auf ca. 400 Grad Celsius erhitzt. Die Pyramiden dringen leicht in die Haut ein und öffnen über die Temperatureinwirkung winzige Kanäle in der Haut. Zusätzlich können Wirkstoffe eingeschleust werden. Es werden zwei bis drei Behandlungen im Abstand von jeweils vier bis sechs Wochen empfohlen. Das endgültige Resultat ist nach ca. zwei bis sechs Monaten sichtbar. So lange braucht die Haut, um die Kollagenneubildung abzuschließen.

Eine andere Möglichkeit liegt in der Anwendung von hochfrequenten Radiowellen (z. B. Thermage®). Diese erzeugen unter der Haut Hitze und sorgen dadurch

für ein sogenanntes „Shrinking“ (Zusammenziehen) der kollagenen Fasern. Auch die Kollagenneubildung wird angeregt. So gewinnt die Haut über die Zeit an Elastizität und Spannkraft. Das Thermalift®-Verfahren eignet sich für die Anwendung an Augen, Gesicht und Körper. Eine Behandlung dauert ca. 20 Minuten. Es gibt praktisch keine Ausfallzeiten. Die Behandlungsareale können sich für kurze Zeit röten, schwellen oder auch kleine Bläschen aufweisen.

Und auch Plasmaanwendungen (z. B. PlexR®) helfen gegen Faltenbildung. Sie werden besonders gerne am Ober- und Unterlid, den Krähenfüßen und auch für die Oberlippenfältchen („Barcode“) eingesetzt. Plasma ist neben fest, flüssig und gasförmig der vierte Aggregationszustand, den wir kennen. Dabei werden Sauerstoff- und Stickstoffpartikel durch Energiezufuhr weiter angeregt und sorgen über den Plasmablitzz für eine sanfte Abtragung jeglichen Hautüberschusses. Die Straffung der Haut ist sofort sichtbar. Nachteile sind die anschließende starke Schwellung für ein bis drei Tage und die Bildung von Krusten, die nach ca. sieben Tagen abfallen.

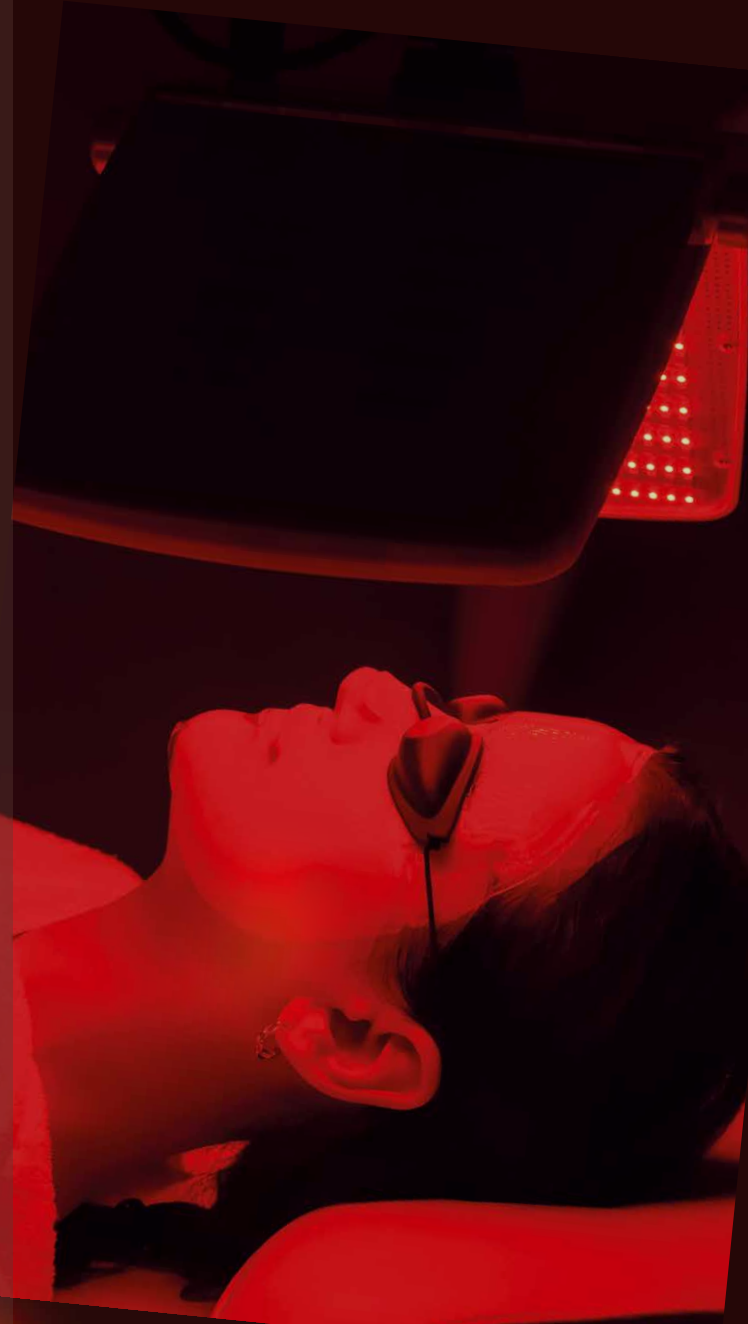
## SCHÖNE HAUT DANK WÄRME

Schöne, reine und feinporige Haut ist der Wunsch vieler Patientinnen. Neben klassischen Kosmetikanwendungen kann hier auch mit verschiedenen apparativen Methoden gearbeitet werden. Insbesondere Technologien mit Wärmeabgabe haben sich bewährt.

Effektiv und beliebt sind Radiofrequenzanwendungen. Während der Behandlung wird ein elektromagnetisches Feld aufgebaut und in der Haut in Wärmeenergie umgewandelt. Elastin- und Kollagenfasern werden über diesen Mechanismus revitalisiert. Es erfolgt zudem eine Kollagenneubildung. Häufige Indikationen sind Mitesser, Akne und erweiterte Poren, aber auch die Hautstraffung. Gerade für die unreine Haut wurden Geräte mit Mikronadeln (z. B. AGNES®) entwickelt, die in die Haut eindringen und durch Thermolyse und Koagulation die Talgdrüsen zerstören. So kann gezielt eine häufige Ursache für unreine Haut beseitigt werden. Die Radiofrequenz wird in Kombination mit Infrarot und Vakuumtherapie auch gerne am Körper für die Behandlung von Cellulite an Bauch, Oberschenkeln und Po eingesetzt.

Hochfrequenter Ultraschall (z. B. Ulthera®) steuert dagegen gezielt tiefere Gewebsschichten an und erwärmt diese. Die Wärme wird mit hochfrequenten Schwingungen in bis zu 4,5 mm Tiefe gebracht. An der Hautoberfläche entsteht kein Schaden. Einsatzgebiete für diese hautstraffende Behandlung sind Gesicht, Hals und Dekolleté. Die Haut reagiert auf den Wärmestimulus mit frischem Kollagen und Elastin. Der finale Effekt stellt sich über einen Zeitraum von bis zu sechs Monaten ein.

Die Photodynamische Therapie (PDT) hat ihren Ursprung in der Hautkrebstherapie, wird aber auch zur Hautverjüngung eingesetzt. Durch gezielten Einsatz von Licht werden die natürlichen Regenerationsprozesse angekurbelt, Altersflecken und Pigmentstörungen entfernt und neues Kollagen aufgebaut. Die Wärmeinwirkung und die Wirkstoffe einer speziellen Creme sorgen zudem für eine Zerstörung von geschädigten, alten Hautzellen. Leichte Rötungen, Schwellungen und Krusten sind nach 1–2 Wochen abgeheilt.



# mabelle

Abonnieren  
Sie jetzt!



Bestellung auch online möglich unter:  
[www.mybody.de/mabelle-abo](http://www.mybody.de/mabelle-abo)

## Lieferadresse

<input type="text" value="Vorname, Nachname"/>	
<input type="text" value="Firma"/>	
<input type="text" value="Straße, Hausnummer"/>	
<input type="text" value="PLZ, Ort"/>	
<input type="text" value="E-Mail"/>	<input type="text" value="Telefon"/>

## Zahlungsweise

jährl. Lastschrift

<input type="text" value="Kontoinhaber"/>	<input type="text" value="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.

<input type="text" value="Datum, Unterschrift"/>
--

**Ja**, ich möchte mabelle im Jahresabonnement bequem frei Haus zum Preis von 29,80 Euro/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**

