

# Better Aging – Älter werden? **Ja!** Alt aussehen? **Nein!**

Dr. med. Johannes Müller-Steinmann

Krähenfüße, Zornes-, Stirn- und Nasolabialfalten – die Liste an Alterserscheinungen, die sich im Gesicht zeigen, ist lang. Die Natur hat es so eingerichtet, dass wir etwa mit 25 Jahren in der Blüte unseres Lebens stehen. Danach beginnt der Körper mit einem Alterungsprozess. Rückgängig können wir diesen Prozess nicht machen, aber mithilfe von minimalinvasiven Behandlungen können Ärzte die Folgen jedoch minimieren und die Gesichter ihrer Patienten frischer und auch ein wenig jünger aussehen lassen.

**Laut des Statistischen Bundesamts** lag die durchschnittliche Lebenserwartung von Frauen im Jahr 1970 bei etwa 73,5 Jahren. Männer wurden im Schnitt circa 67 Jahre alt. Heute können Frauen damit rechnen, 84 Jahre alt zu werden, Männer 79 Jahre. Innerhalb von

50 Jahren stieg die durchschnittliche Lebenserwartung also zwischen 10 und 17 Jahren. Das hat viele Gründe – wie eine bessere medizinische Versorgung und ein gesünderer Lebensstil, eins aber bleibt: Unsere Haut altert trotzdem. Viele Menschen fühlen sich mit 60 Jahren nicht

**Abb. 1:** Behandler injizieren das Botulinumtoxin so in die Zornesfalte, dass die Muskulatur an dieser Stelle gehemmt wird. Dadurch entspannt sich die darüberliegende Haut und Falten werden geglättet. **Abb. 2:** Erschlaffte Haut können wir mithilfe von Zugfäden reduzieren. Dazu geben wir die Fäden mit kleinen Widerhaken unter die Haut und ziehen sie anschließend glatt.

wie Oma und Opa. Sie wollen reisen, etwas erleben, kleiden sich modern und haben daher den Wunsch, auch im Gesicht so auszusehen, wie sie sich fühlen.

## Sonne ist der Feind Nummer 1 für die Haut

Umwelteinflüsse, eine ungesunde Ernährung, Alkohol, Zigaretten, Stress und Bewegungsmangel sind einige Faktoren, die unserer Haut zu schaffen machen. Ihr größter Gegner ist jedoch die Sonne. Etwa 80 Prozent der Hautalterung ist auf UV-Strahlung zurückzuführen. All diese Einflüsse, die über Jahre und Jahrzehnte auf die Haut eingewirkt haben, kann kein Arzt rückgängig machen. Es gibt jedoch in der Ästhetischen Medizin zahlreiche Möglichkeiten, Falten zu minimieren, der Haut Volumen und Frische zurückzugeben und hängende Bereiche zu straffen – und das ganz ohne eine Operation, rein minimalinvasiv.

## Wunsch der Patienten: frischer statt faltenfrei

Die meisten Frauen und Männer, die zu uns ins Hautarztzentrum Kiel kommen, wünschen sich kein komplett faltenfreies Gesicht. Vielmehr möchten sie „besser altern“ – also nicht nur körperlich fit bleiben, sondern auch so aussehen. Uns stehen dafür eine Bandbreite an Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung: Botulinumtoxin, Hyaluron-Filler, das Fadenlifting, die Injektionslipolyse sowie Lasergeräte. Außerdem können wir all diese Methoden kombinieren, je nachdem, welche Problemzonen im Gesicht behandelt werden sollen.

### 1. Oberes Gesichtsdrittel

Stirnfalten behandeln wir mit zwei Methoden, je nach Tiefe und Anzahl der Falten. Wir können sie mithilfe von Botulinumtoxin glätten, indem wir den Wirkstoff unter die Haut injizieren. Dort hemmt er die Weiterleitung von den Nerven zu den Muskeln. Diese entspannen dauerhaft, sodass sich die Haut nicht zusammenziehen und Falten bilden kann. Weiterhin können wir Falten mit einem Fadenlifting minimieren. Dazu legen wir biologisch abbaubare PDO-Fäden so unter die Haut, dass sie die Haut durch Kollagenneogenese regenerieren oder wir sie mit einem leichten Zug glattziehen.

Auch die bekannten Zornesfalten zwischen den Augen und Krähenfüße seitlich der Augen können wir mithilfe beider Methoden reduzieren.



### 2. Mittleres Gesichtsdrittel

Besonders markant sind meist die sogenannten Nasolabialfalten. Sie liegen rechts und links senkrecht der Nase und lassen unser Gesicht traurig erscheinen – und dass, obwohl sie vor allem durch häufiges Lachen begünstigt werden. Nasolabialfalten lassen sich gut mit speziellen Zugfäden reduzieren. Dazu geben wir Fäden mit kleinen Widerhaken unter die Haut und ziehen die Falten glatt. Der positive Nebeneffekt: Die biokompatiblen Fäden sorgen dafür, dass der Körper an den behandelten Stellen Kollagen produziert, das die Haut frischer erscheinen lässt und zusätzlich ein wenig aufpolstert.

Weiterhin lassen sich die Nasolabialfalten auch mit der Injektionslipolyse reduzieren. Dabei bringen wir den Wirkstoff so unter einen bestimmten Bereich der Haut, dass dort überschüssiges Fett abgebaut wird und sich die Falten dadurch glätten.



**Abb. 3:** Hyaluron-Filler sind vielseitig einsetzbar. Falten können damit aufgepolstert und dem Gesicht verloren gegangenes Volumen zurückgegeben werden.

Mithilfe von Hyaluron-Fillern können wir dem Gesicht zudem verloren gegangenes Volumen zurückgeben. Meist injizieren wir das Hyaluron-Gel in den Bereich der Wangenknochen. Dort polstert es die Haut auf und hebt sie damit an. So werden die Tränensäcke, die Nasolabialfalten, kleine Hängebäckchen und Knitterfalten minimiert.

### 3. Unteres Gesichtsdrittel

Die Mundwinkelfalten, auch Marionettenfalten und auf internationalen Kongressen German Folds genannt, sind neben den Knitterfältchen um die Lippen und schlaffer Haut am Hals, der sogenannte Truthahnals, die häufigsten Behandlungsgründe im unteren Gesichtsdrittel. Kleinere Fältchen, die Barcodefältchen rund um die Lippen, behandeln wir mit Hyaluron-Gelen und gleichzeitig mit Botulinumtoxin. Oft können Patienten hier zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen. Geben wir das Gel in die Oberlippe, wird diese nicht nur ein wenig vergrößert. Auch kleinere Knitterfalten verschwinden. Mit Botulinumtoxin vermindert sich die Spannung des Musculus orbicularis oris. Dadurch vermindern sich die Knitterfältchen, und die Oberlippe vergrößert sich etwas. International wird dies auch Lip-Flip-Technik genannt.

Tiefere Marionetten- und Lippenfalten sowie hängende Haut am Hals behandeln wir hingegen mit dem Fadenlifting.

**Hinweis:** Behandler können die Behandlungsmethoden kombinieren, um ihren Patienten das gewünschte Ergebnis zu liefern. So können gleichzeitig Stirnfalten und die Nasolabialfalten reduziert werden – für ein jünger wirkendes Gesicht.

## Die Vorteile von minimalinvasiven Behandlungen

- Keine Operation, keine stationären Aufenthalte.
- Keine Narben und ein geringes Risiko für Nebenwirkungen.
- Patienten sind schnell wieder gesellschaftsfähig.
- Patienten sehen nicht „gemacht“ aus. Der Alterungsprozess der Haut wird ein wenig unterbrochen.
- Ergebnisse sind nicht dauerhaft, können aber jederzeit wiederholt und damit dem Alterungsprozess angepasst werden.
- Die Kosten sind überschaubar.
- Fortbildungen für Ärzte je Behandlungsmethode erstrecken sich bei einem Intensivkurs über einen vollen Tag.

## Fortbildungen für Ärzte unbedingt zu empfehlen

Behandler, die minimalinvasive Methoden in der Praxis anbieten möchten, sollten sich fortbilden lassen. Für einen optimalen Behandlungserfolg ist es absolut wichtig, sich mit der Anatomie des Gesichts auszukennen und genau zu wissen, wie die Materialien angewendet werden. Falsch injiziertes Botulinumtoxin kann zu hängenden Augenbrauen oder -lidern führen, zu tief eingebrachte Fäden zu Muskelschmerzen und Nervenschäden und eine falsch ausgewählte Viskosität des Hyaluron-Gels zu Unebenheiten unter der Haut. In den Workshops erfahren Ärzte alles, was sie zu den Behandlungen wissen müssen, inklusive eines Nebenwirkungs- und Komplikationsmanagements. Am Ende des Seminars sollten Hands-on-Übungen an Patienten stattfinden, um das Wissen auch praktisch anzuwenden.

Patienten sollten bei der Auswahl eines Behandlers unbedingt darauf achten, dass dieser entsprechende Fortbildungen vorweisen kann.

## Kontakt



**Dr. med.**  
**Johannes Müller-Steinmann**  
Kiel Medical Academy  
Alter Markt 1–2  
24103 Kiel  
Tel.: +49 431 3801833  
www.kiel-medical-academy.com

Infos zum Autor

