

Aufhellen, straffen, minimieren

Kleine Beauty-Eingriffe

Egal ob Pigmentflecken, Muttermale oder Besenreiser – das Hautbild können sie empfindlich stören. Aber kein Problem: Laserbehandlungen und andere **moderne Therapien** helfen auf schonende Weise

➔ Die kleinen, nicht ganz so schönen Zeichen der Zeit lassen sich heutzutage ohne großen Aufwand entfernen. Nach den Eingriffen ist es allerdings wichtig, die betroffenen Partien eine Zeit lang vor der Sonne zu schützen. Was uns die moderne Medizin ermöglicht, erklärt Dr. Christian Merkel vom Haut- und Laserzentrum an der Oper in München. Der Dermatologe absolvierte seine Facharztausbildung an der Hautklinik der Technischen Universität in München. Er ist unter anderem auf Faltenunterspritzungen und Laserbehandlungen spezialisiert.

Muttermale weglasern

Wie entstehen Muttermale? Die bräunlichen Flecken bilden sich, wenn sich an einer Stelle besonders viele pigmentbildende Zellen (Melanozyten) ansammeln. Sie sind bereits von Geburt an vorhanden, können sich aber auch erst im Laufe des Lebens bilden, etwa während einer Schwangerschaft. Umgangssprachlich nennt man sie übrigens Leberfleck.

Wie läuft die Behandlung ab? Ist das Muttermal erhaben, kann es mithilfe eines Lasers schonend entfernt werden. Zuerst wird die Stelle lokal betäubt. Dann trägt ein CO₂-Laser, der gezielt auf das zu behandelnde Muttermal gerichtet ist, Schicht für Schicht ohne Blutverlust ab. Die Behandlung dauert nur wenige Minuten. Anschließend bildet sich eine Kruste, die nach wenigen Tagen abfällt. Wichtig: Ob das Muttermal gutartig ist, wird vor der Behandlung mit einem Auflichtmikroskop untersucht sowie nach der Behandlung bei einem feingeweblichen Check. Und: Flache Muttermale haben ihr Pigmentnetz zu tief, sie werden meist herausgeschnitten. Das Vereisen, also gezieltes Erfrieren mit flüssigem Stickstoff, wird dagegen kaum noch angewendet.

Risiken/Einschränkungen: Da mit dem Laser keine eingesunkene Narbe erzeugt werden soll, wird das Muttermal sehr vorsichtig entfernt. Wurde nicht alles erwischt, kann der Fleck erneut auftreten. Dann lasert man ein zweites Mal. Und sehr wichtig: Für mindestens vier Wochen muss die gelaserte Stelle mit LSF 50 geschützt werden.

Kosten/Wiederholungen: Ab ca. 200 Euro für die einmalige Behandlung.

Pigmentflecken reduzieren

Wie entstehen Pigmentflecken? Bei dieser Hyperpigmentierung verteilt sich der braune Farbstoff Melanin ungleichmäßig in der Haut und klumpt zusammen. Viele Pigmentflecken treten nach übermäßiger Sonneneinwirkung auf, daher sind die Verfärbungen oft an Stellen, die stark der Sonne ausgesetzt sind, wie Gesicht, Dekolleté, Arme und Hände.

Wie läuft die Behandlung ab? Um Pigmentflecken zu entfernen, kommt meist der Rubinlaser zum Einsatz. Bei dieser Lasermethode werden gezielt nur die oberflächlichen Pigmente behandelt. Der Laserstrahl entfaltet seine Wirkung erst im Pigment und zersprengt es regelrecht von innen in kleinste Teile. Diese werden über das Lymphsystem abtransportiert. Alternativ können die Pigmentflecken auch mithilfe von Microneedling in Form eines Derma-Rollers oder Derma-Pens behandelt werden. Bei beiden Methoden werden mikrofeine Verletzungen in der Haut gesetzt. Diese lösen Heilungsprozesse in der Haut aus, bei denen die braunen Flecken reduziert werden. Um den Effekt zu verstärken, können aufhellende Wirkstoffe während des Needlings aufgetragen werden.

Risiken/Einschränkungen: Wird die Haut nach der Behandlung ohne Lichtschutz ➔

Übermäßige Sonneneinstrahlung fördert bräunliche Verfärbungen, oft an Stellen wie dem Gesicht, Dekolleté, Armen oder Händen

”



Dr. med. Christian Merkel, Dermatologe am Haut- und Laserzentrum an der Oper in München hat sich u. a. auf Lasertherapie spezialisiert, haut-und-laser-zentrum.de

Spannkraft
Im Laufe der Jahre baut sich das Kollagen in der Haut ab, dem lässt sich aber entgegenwirken

➔ Der Laser ist bei vielen Hautmakeln einsetzbar

➔ der Sonne ausgesetzt, kann es zu neuen Flecken kommen. Daher muss man direkt nach dem Eingriff einen hohen Lichtschutzfaktor auftragen.

Kosten: Laserbehandlung pro Sitzung ca. 200 Euro. Es sind ca. ein bis zwei Wiederholungen

notwendig. Microneedling pro Sitzung ca. 250 Euro, es sind ca. drei bis vier notwendig.

Verfärbte Stellen aufhellen

Wie entstehen die Verfärbungen? Die Knie und ebenso die Ellbogen werden viel und oft beansprucht. Das macht die Haut dort rauer und trockener – auch weil es dort kaum Talgdrüsen gibt. Dadurch lagern sich festere, tote Hautzellen ab, die sich zu dunklen Flecken wandeln können. Auch übermäßige Sonneneinstrahlung kann zu den Verfärbungen führen.

Wie läuft die Behandlung ab? Dagegen hilft ein aufhellendes Trichloressigsäure-, kurz TCA-Peeling, dabei werden bleichende Substanzen in die Haut eingebracht. Dies erfolgt in der Regel in zwei Schritten. Zuerst peelt der Dermatologe die Haut oberflächlich. Die Säure ist deutlich intensiver als beispielsweise bei einem Fruchtsäure-Peeling und muss 30 Minuten einwirken. Im zweiten Schritt folgt die Mesotherapie. Hier injiziert man mittels feiner Nadeln bleichende Substanzen in die Haut. Die einzelnen Pikse spürt man kaum.

Auch das hilft: Bei weniger starken Verfärbungen kann eine Intense-Pulsed-Light-Behandlung mit einer Blitzlampe zum Einsatz kommen. Dabei gleichen hochenergetische Lichtimpulse den Hautton an.

Risiken/Einschränkungen: Es darf keine Sonne an die behandelten Stellen, ansonsten riskiert man erneut dunkle Partien. Eventuell können leichte Schmerzen oder Schwellungen auftreten.

Kosten/Wiederholungen: Damit die Hautfarbe komplett angeglichen wird, sind in der Regel drei bis fünf Sitzungen im Abstand von jeweils vier Wochen notwendig. Eine Sitzung kostet ca. 100 Euro.

Schlaffes Bindegewebe straffen

Wie entsteht schlaffes Bindegewebe? Durch Alterungsprozesse, Veranlagung, Hormonschwankungen, Bewegungsmangel oder auch nach einer starken Gewichtsabnahme kann die Haut ihre natürliche Elastizität verlieren. Im Laufe der Zeit lässt auch die Produktion

von Kollagen, dem wichtigsten Baustoff für das Bindegewebe, nach. Die Zelldichte im Bindegewebe verringert sich, die Spannkraft des Gewebes lässt nach.

Wie läuft die Behandlung ab? Beim minimalinvasiven Verfahren des Microneedlings wird die Haut mit einem sogenannten Derma-Roller behandelt. Dieser ist mit einer Vielzahl winziger Nadeln besetzt. Das Bewegen dieser feinen Nadeln über die Haut verursacht eine Reizung bestimmter Rezeptoren in der Epidermis, der obersten Hautschicht. Dadurch werden Reparaturmechanismen in Gang gesetzt. Unter anderem bilden sich Kollagenfasern und Hyaluronsäure im Bindegewebe neu.

Risiken/Einschränkungen: Wird der Eingriff bei einem erfahrenen Dermatologen durchgeführt, sind kaum Nebenwirkungen zu erwarten. Am Behandlungstag muss auf Sport, Schwimmen und Sauna verzichtet werden. Zudem sollte man in den folgenden Wochen einen hohen Lichtschutzfaktor verwenden.

Kosten: Eine Behandlung dauert 30–45 Minuten und kostet zwischen 100 und 500 Euro, je nach Körperregion. In der Regel sind zwei bis fünf Sitzungen nötig.

Besenreiser minimieren

Wie entstehen Besenreiser? Die rötlich oder bläulich durch die Haut schimmernden Äderchen sind in der Regel harmlos und entstehen bei einem schwachen Bindegewebe. Frauen neigen eher dazu als Männer. Da die feinen, spinnennetzartigen Gefäße oftmals zu klein sind, um sie zu veröden, kommt häufig der Neodym-YAG-Laser zum Einsatz.

Wie läuft die Behandlung ab? Das Laserlicht wird punktuell über die betroffenen Hautstellen geführt, um den Blutfluss in der Vene zu stoppen. Durch den Hitze-Effekt des Lasers verschließt sich das entsprechende rötlich-bläuliche Gefäß und wird vom Körper nach und nach abgebaut. Vorübergehend bilden sich an den behandelten Stellen dunkle Schatten, die aber nach wenigen Wochen von selbst wieder verschwinden. Im Anschluss an das Lasern ist es ratsam, Kompressionsstrümpfe zu tragen.

Risiken/Einschränkungen: Sind die Patienten vor oder nach der Behandlung stark gebräunt, können an der behandelten Stelle Pigmentflecken entstehen. Ebenso ist zwei Wochen nach der Neodym-YAG-Laserbehandlung ein Sauna- bzw. Solariumbesuch tabu.

Kosten: Das richtet sich nach der Anzahl bzw. Menge der zu behandelnden Areale. In der Regel reichen eine bis drei Behandlungen aus. Die Kosten liegen bei ca. 170 Euro pro Sitzung. ◀