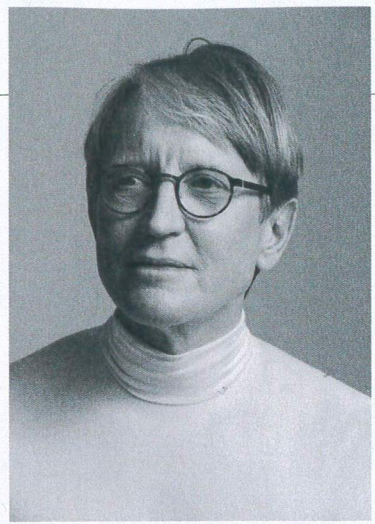


Dr. Stefan Duve zählt zu den besten Dermatologen Europas. Ein Behandlungsschwerpunkt in seiner Praxis im Herzen Münchens ist die Hautverjüngung.



REINE HANDARBEIT

Die zarte Haut der Hände muss oft ziemlich leiden.

Dr. Stefan Duve rät zur Verjüngungskur

Ein Künstler malt mit seinem Hirn, nicht mit den Händen. Das soll der italienische Maler, Bildhauer, Baumeister und Dichter Michelangelo Buonarroti (1475 - 1564) gesagt haben. Und malte mit der „Erschaffung des Adams“ wohl die berühmtesten Hände der Kunstgeschichte an die Decke der Sixtinischen Kapelle. Groß mit schlanken, langen Fingern, glatt und schön. Laut neuer Studien waren seine eigenen Hände allerdings von Arbeit, Anstrengung und Farbe deutlich gezeichnet mit einer rissigen Haut, Schwielen und Verdickungen an den Fingergelenken, die Folge einer Vergiftung durch Bleifarben oder Gicht.

Unsere Hände verraten viel über Lebensstil, Gesundheit und Alter. Die Hand ist ein äußerst komplexes System mit je 27 Knochen, drei Nerven und durchzogen von einem Geflecht aus Muskeln und Sehnen. Ihre Haut ist äußerst dünn und enthält wenig Talgdrüsen – und das ausgerechnet bei starker Beanspruchung. Zudem sind die Hände besonders oft der Sonnenbestrahlung ausgesetzt. Häufiges Händewaschen und Desinfizieren, was den Säureschutzmantel zusätzlich angreift, trocknet die Haut noch einmal mehr aus. Für die tägliche Pflegeroutine bedeutet das regelmäßiges Eincremen und ganzjährig auch hier einen Sonnenschutz benutzen.

Sichtbare Spuren der Alterung wie Pigmentflecken, erweiterte Äderchen und der Volumenverlust des Unterhautfettge-

webes sind an den Händen besonders sichtbar. Eine verjüngende Behandlung hängt in erster Linie von der Art und Intensität der Hautschäden beziehungsweise der Hautalterung ab. Bei oberflächlichen Mängeln kommen wie im Gesicht in der Regel Lasertechnik zum Einsatz, zum Beispiel bei Pigmentflecken und erweiterten Äderchen oder auch zur Straffung von Knitterfältchen. Auch bekannte Treatments wie Radiofrequenz, Microneedling oder Ultraschall können erfolgreich eingesetzt werden, wobei es hier um eine Stimulation der Kollagenproduktion geht und eine Neuausrichtung der Kollagenfasern, was eine Straffung der Haut bewirkt. Je nach Intensität und Treatment sind zwei bis vier Behandlungen notwendig. Bei einem Volumenverlust des Unterhautfettgewebes ist die meist praktizierte Behandlung das „Auffüllen“ mittels Hyaluronsäure oder neuerdings auch durch sogenannte Biostimulatoren. In besonders schweren Fällen kann auch ein „Handlifting“ durchgeführt werden. Dabei wird die Haut ähnlich wie beim Facelift gestrafft, allerdings bleibt dabei häufig eine Narbe an der äußeren Kante der Hand zurück.

Übrigens: Bei den Füßen sieht es ganz ähnlich aus wie bei den Händen, auch wenn sie weniger durch Waschen, Desinfizieren oder Sonnenbestrahlung strapaziert werden. Doch auch sie können durch regelmäßige Pflege (das Eincremen wird hier ja gern mal vernachlässigt) und minimalinvasive Treatments wie bei den Händen wieder deutlich frischer aussehen. Vielleicht nicht so, als wären sie von Michelangelo gemalt, auf alle Fälle aber gepflegt und verjüngt.