

**LED-LICHTTHERAPIE**

Eine LED-Behandlung mit rotem Licht kann die Poren verfeinern und sogar UV-Licht-bedingte Schäden bis zu einem gewissen Grad rückgängig machen. Gegen Akne kommt das innovative Licht-Treatment immer häufiger zum Einsatz, da es auch hemmend auf entzündliche Prozesse (beispielsweise Pickel) wirkt. Es wird eingesetzt zur Hautverjüngung, Hauterneuerung, Hautstraffung, Hautglättung, Hautbildverbesserung gegen Pigmentflecke, Akne und Aknenarben. Kosten ab 60 Euro. In Deutschland zum Beispiel bei Dr. Susanne Steinkraus in Hamburg.

**CRYO-FACIAL**

Promis lieben Cryo-Facials vor einem Auftritt auf dem roten Teppich, sagt Dr. Durian. Während der Behandlung wird die Haut mit einem Eisstrahl, der aus flüssigem Stickstoff besteht, auf 15 Grad Celsius abgekühlt. Durch die trockene Kälte wird die Durchblutung gefördert, die Kollagenproduktion aktiviert und die Elastizität der Haut gesteigert. Außerdem gehen Schwellungen zurück. Es verleiht der Haut sofort ein festeres und straffereres Aussehen, ganz ohne Nadeln. Kosten ab circa 20 Euro, zum Beispiel bei [cryopoint.com](http://cryopoint.com) an mehreren Standorten.

**USRF-HAUTSTRAFFUNG**

USRF steht für „Ultraschall“ und „Radiofrequenz“. Diese werden in einem Gerät namens „BTL Exilis Elite“ vereint mit integrierter Kühlung. Damit sind eine gleichzeitige Fettreduktion und Hautstraffung möglich. Es eignet sich für Gesicht und Körper. Gesichtskonturen, aber auch Knie werden definiert. Der Nachteil: Man braucht mehrere Sitzungen, vier im Abstand von zwei Wochen und alle sechs Monate eine Auffrischung. Kosten je nach Region unterschiedlich, zum Beispiel bei Dr. Kathrin Friedl in Regensburg.

**NICHT INVASIVES BROW-LIFTING**

Durch eine Mischung aus Botox und bei Bedarf auch Fillern wird der Bereich um die Brauen herum angehoben, und die Augen werden „geöffnet“. Das Ergebnis sind ein höherer Brauenbogen, weniger Stirnfalten, reduzierte Krähenfüße und ein insgesamt offeneres, frischeres Aussehen. Der Effekt hält drei bis sechs Monate an. Nicht geeignet für stärkere, ausgeprägtere Falten, weil diese eher ein chirurgisches Lifting benötigen, um die gewünschte Ästhetik zu erreichen. Kosten ab ca. 200 Euro, zum Beispiel bei [m1-beauty.de](http://m1-beauty.de) an mehreren Standorten.

**„PLEXR“-PLASMA-LIDLIFT**

Dank der Plasmatechnologie des „PlexR“-Geräts kann eine Straffung der Schliupflider erzeugt werden, ohne dass eine OP notwendig ist. „PlexR“ entfernt überschüssige Haut mittels Plasmaenergie. Das Gewebe wird schonend vaporisiert, also verdampft, damit abgetragen und zum Schrumpfen gebracht. Es bildet sich Schorf, der abfällt. Schliupflider werden stark verringert, das Auge wirkt größer und frischer. Downtime: ein bis zwei Wochen. Kosten ab ca. 1500 Euro. Zum Beispiel bei Capital Aesthetics in Berlin.

**RADIOFREQUENZ-MICRONEEDLING**

Wenn die Nadelchen durch die Hautbarriere dringen, wird in der Tiefe eine Radiofrequenz abgegeben. Das ist eine Art Hitzeenergie, durch die Kollagensynthese im Gewebe angeregt, und es kommt zu einer Straffung der Haut, ohne dass man einen Fremdkörper spritzt. Zum einen verfeinert es die Poren, zum anderen macht es auch die Haut straffer. Es empfehlen sich drei bis fünf Sitzungen im Abstand von jeweils vier Wochen. Der Effekt hält ungefähr ein bis zwei Jahre. Kosten ca. 400 Euro pro Sitzung, zum Beispiel beim Haut- und Laserzentrum an der Oper in München.

**PRP (PLATELET RICH PLASMA)**

Auch als Vampirlifting oder Vampir-Facial bekannt, weil hier mit Eigenblut gearbeitet wird. Durch das Herausfiltern des Plasmas aus Eigenblut werden Wachstumsfaktoren hochkonzentriert gewonnen und können schonend in die tieferen Hautschichten eingearbeitet werden. Das bedeutet eine Reduktion kleinerer Faltchen, Verminderung der Falttiefe, Verbesserung des Teints, Reduktion von Aknenarben und ein strahlendes Hauterscheinungsbild. Kosten ab ca. 450 Euro, zum Beispiel bei LVÄTE in München.

**PRP - STAMMZELLEN-HAAR-TREATMENT**

PRP ist eine Plasma-Therapie aus Eigenblut, das entnommen, zentrifugiert und aktiviert wird. Dann wird das Plasma in die haarlosen Areale zurückgespritzt. Meistens behandelt man damit den gesamten Oberkopf, in 30 bis 40 Mikro-Injektionen. PRP kann dazu führen, dass Haarausfall gestoppt wird und auch dass neue Härchen in den haarlosen Arealen nachwachsen. Nicht geeignet ist es für Haarausfall bedingt durch hormonelle Verschiebungen, Schilddrüsenprobleme oder Eisenmangel. Kosten ca. 300 Euro pro Sitzung, zum Beispiel bei Dr. Miriam Rehbein, Dermatologie am Friedensengel, München.