HAUT COUTURE

Wenn es um den Erhalt von Jugendlichkeit und Frische geht, sind oft Dermatologen die primäre Anlaufstelle. „Das Gesicht ist das erste und offensichtlichste Körperteil, an dem man das tatsächliche Alter erkennen kann", erklärt der Münchner Hautarzt Dr. Stefan Duve. „Hier läuft die Alterung im Endeffekt für jeden sichtbar ab. Außer natürlich, man hat durch Beautyeingriffe sein Äußeres schon stark verändert." Ungefähr ab dem 25. Lebensjahr beginnt die Hautalterung: Die Lederhaut verliert Kollagen und büßt damit ihre Elastizität und Spannkraft ein. Die Zellteilung verlangsamt sich und damit auch die Hauterneuerung. Zudem wird durch den Feuchtigkeitsverlust die Haut trockener. Wirklich erkennbar ist das in diesem Alter nicht, legt aber den Grundstein für den weiteren Alterungsprozess, der spätestens ab 40 sichtbar wird. Jetzt machen sich Falten bemerkbar, der Teint verliert Strahlkraft, die Kontur erschlafft, Pigmentflecken treten auf. Genetische Faktoren spielen bei der Hautalterung eine wichtige Rolle, aber auch der persönliche Lebensstil entscheidet, wie schnell die Haut altert. Genau dieser ist bei den meisten Menschen der Grund dafür, warum sie sich jünger fühlen. „Lifestyle-Gewohnheiten haben viel mehr Gewicht als früher. Heute weiß man, dass eine passende Pflege, gesunde Ernährung und regelmäßiger Sport ausschlaggebend für ein jüngeres Mindset und einen gesünderen Körper sind", so Dr. Duve. Ein Gefühl, das der Arzt auch für sich selbst in Anspruch nimmt. Fühlt er sich doch energetischer, leistungsfähiger und belastbarer, als es seinem eigentlichen Alter entspricht. Zudem blickt ihm im Spiegel ein Gesicht entgegen, das durch verschiedene Eingriffe jünger aussieht, was seiner Meinung automatisch dazu führt, sich auch jünger zu fühlen. Stichwort Gesicht: Um wie viele Jahre lässt sich die Haut mit medizinischen Behandlungen verjüngen? Dr. Duve: „Tatsächlich jünger machen lässt sie sich leider nicht. Man kann jedoch durch die Klassiker der minimalinvasiven Dermatologie – allen voran Botox und Unterspritzungsmittel –, aber auch durch Laserbehandlungen oder Fäden ein ebenmäßigeres, glatteres und gepflegtes Hautbild erlangen."

Und das besser früher als später, denn „obwohl die Haut einer Siebzigjährigen von einer Behandlung mit Hyaluronsäure oder Botox profitiert, kann man trotzdem nicht alle klassischen Alterszeichen kaschieren". Auch sogenannte noninvasive Skin-Booster können ein paar Jahre aus dem Gesicht zaubern. So sorgt beispielsweise das „AGNES Radiofrequenz-Microneedling" für eine leichte Straffung der Haut, die Ultraschall-Liftingmethode „Ultherapy" reduziert Fältchen rund um Mund und Augen und strafft die Kinnkontur. Ein Rat des Arztes: „Irgendwo am restlichen Körper verrät sich dann doch das eigentliche Lebensalter, weswegen auch dieser durch effektive Behandlungen, Stichwort Bodycontouring, jünger gehalten werden sollte."

FACE TIME

Der Wunsch nach einem jungen Look war nicht immer so präsent wie heutzutage. Interessanterweise wollten Menschen Anfang des 20. Jahrhunderts lieber älter als jung wirken. So verwendeten beispielsweise Männer in ihren Dreißigern gerne einen Gehstock. „Man hat damit ein nicht vorhandenes Gebrechen vorgetäuscht, um dadurch den Status von alt und erfahren zu erlangen", so Prof. Dr. Thilo Schenck. „Es war nahezu verpönt, den Alterungsprozess zu negieren oder gar zu beseitigen." Heutzutage muss man nicht mehr alt aussehen, um über Erfahrung zu verfügen. Im Gegenteil – Agilität, gepaart mit einem frischen Aussehen, zeugt von einem Lebensstil, der altersunabhängig ist.

Der Professor ist mit dem „Forever Young"-Effekt ziemlich vertraut: „Gerade wenn man sich mit Menschen umgibt, die man schon lange kennt, wird uns das Gehirn meist die jüngere Version des Gegenübers präsentieren. Es gibt da gleichsam einen blinden Fleck – man ruft sich eher die optisch schmeichelnde Erinnerung an diese Personen ins Gedächtnis als den Ist-Zustand. Ich bin da keine Ausnahme". Doch auch wenn ein wohlwollendes Gegenüber einem eine beständige Frische attestiert, der tägliche Blick in den Spiegel zeigt dann doch das wahre Alter. Und so sitzen in seinem Wartezimmer immer mehr Patientinnen und Patienten, die auch äußerlich ihre gefühlte Jugendlichkeit zum Ausdruck bringen möchten. Eine der effektivsten Maßnahmen dafür ist die Lidstraffung. Das Durchschnittsalter der PatientInnen beläuft sich dabei zurzeit auf rund 43 Jahre, also noch kein wirklich hohes Alter. Für Prof. Dr. Schenck aber genau das richtige: „Vor allem, was das Gesicht betrifft, ist es sinnvoll das Reverse-Aging mit regelmäßigen kleinen Eingriffen zu beginnen. So kann man sich sukzessive an das gewünschte Ergebnis heranarbeiten. „Die Patienten müssen wissen, was möglich ist und was nicht. Man wird nie das Gesicht des 20-jährigen Ichs bekommen, aber immer eine frischere Version des Jetzt-Zustands", so der Facharzt. Mit einer dauerhaften medizinischen Begleitung werden die Ergebnisse graduell auch immer natürlicher als mit einem einmaligen großen Eingriff.

sche Faktoren
die Menschen
JUNG fühlen