

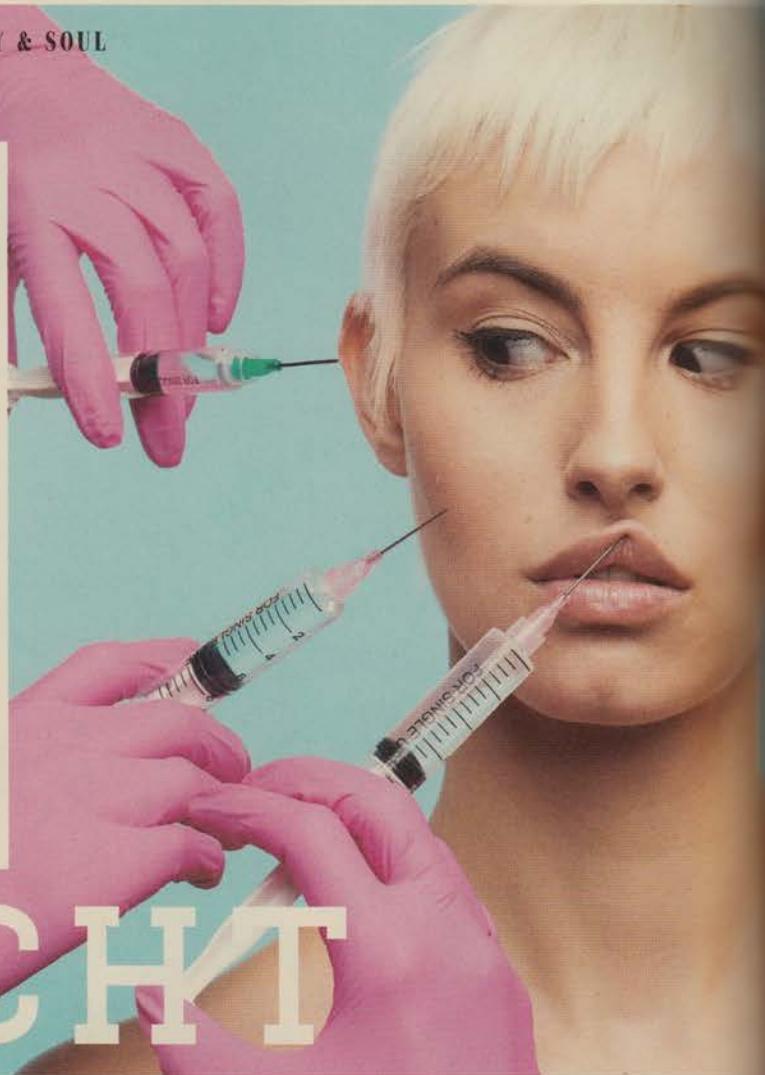
# DIE ZUKUNFT DER SCHÖNHEIT

Der Wunsch nach gutem Aussehen treibt fast alle Menschen an. Kein Wunder also, dass die Beauty-Industrie boomt. Doch was kann sie leisten? Und wo stößt sie an ihre Grenzen? Wir haben die aktuellen **ENTWICKLUNGEN GENAU UNTER DIE LUPE GENOMMEN** und stellen neue Methoden vor. Um Wohlbefinden und Zufriedenheit geht es auch danach. Das suchen viele beim Yoga. Bei der Sommer-Challenge waren zwei Leserinnen erfolgreich. Und auch Influencerin Anna Wilken hat mit ihrem Körper Freundschaft geschlossen.



**NACHBESSERN.** Die wenigsten sind von Natur aus mit perfekten Proportionen ausgestattet. Und da in der Beauty-Medizin enorme Fortschritte gemacht werden, interessieren sich immer mehr Menschen für Treatments.

**Vielfalt.** Das Gesicht ist definitiv die am meisten behandelte Region in der ästhetischen Medizin. Manche Ärzte prognostizieren gar, dass Botox und Filler bald so normal sein werden wie das Färben grauer Haare. Der Trend geht dabei in zwei Richtungen: Der Großteil der Patienten will immer noch, dass man eine Behandlung nicht sieht. Nur frischer und praller soll es aussehen. Die jüngere Generation, aufgewachsen mit geschönten Bildern aus sozialen Netzwerken, hat deutlich weniger Vorbehalte. Diejenigen, die nicht nur Falten vorbeugen, sondern auch das eigene Gesicht optimieren wollen, werden immer mehr: *Beautification* heißt der Trend, der aus den USA kommt und vor allem durch die Kardashians bekannt wurde. Die Frage, ob sich ständige Beauty-Behandlungen langfristig vielleicht sogar negativ auf den Alterungsprozess auswirken, wird in der Fachwelt eher verneint. In Bezug auf die Selbstwahrnehmung heißt es aber definitiv aufmerksam sein. Den Ärzten kommt hier eine wichtige Aufgabe in der Aufklärung zu.



# GESICHT

## BEAUTIFICATION

### Mit Filler und Botox die optischen Vorteile betonen

**Das Aussehen boosten.** „Die weitere Verschönerung bereits attraktiver Menschen und das Ausbessern kleiner optischer Fehler – das beschreibt das

Treatment perfekt“, erklärt Beauty-Doc Michaela Meister. Mit Fillern wird etwa die Kinnlinie geschärft, die Wangenknochen werden betont oder die Nase korrigiert. Mit Botox kann man die Brauen etwas heben oder den großen Kaumuskel lähmen, was das Gesicht schmaler wirken lässt.

**Junge Zielgruppe.** Interessant ist das vor allem für jüngere Frauen, die bereits gute Voraussetzungen mitbringen. „Die Basis muss stimmen. Es funktioniert nicht mehr, wenn bereits tiefere Falten vorhanden sind.“ Die Vorteile: (fast) keine Schmerzen, schnelles Ergebnis.

**Info.** Der Preis hängt vom verarbeiteten Material ab, Hyaluron und Botox werden nach Ampullen verrechnet. Es startet bei ca. € 400,- und kann bis € 2.000,- gehen. Haltbarkeit: 6–9 Monate.



**LANGE ERFAHRUNG.** Dr. Michaela Meister ist seit 15 Jahren im Beauty-Geschäft. Ihre Ordination ist in Korneuburg. [medkos.at](http://medkos.at)

## THERMA-LIFT & FADEN

### Straffe Konturen dank Hitze und Radiofrequenz

**Ohne Schnitte.** „Wird man älter, wird das Volumen weniger, das Bindegewebe erschlafft, die Kinnkontur verläuft. Gegen die Natur hat man einfach keine Chance. Außer man hilft nach“, erklärt Dr. Hajnal Kiprov mit einem Augenzwinkern. Genau dieses Nachhelfen ist derzeit wichtiges Thema auf internationalen Kongressen der ästhetischen Medizin.

Dr. Kiprov setzt auf eine Kombi-Therapie. *Thermage* erhitzt das Gewebe mit Radiofrequenz und regt die Kollagenneubildung an, das liftet das Gesicht quasi

von innen. In die Haut eingezogene, selbstauflösende Liftingfäden runden das Ergebnis ab.

**Langzeitwirkung.** Eine erste Verbesserung sieht man sofort, durch die Hitze gibt es einen Langzeiteffekt. Das Endergebnis kommt nach 2 bis 6 Monaten.

**Info.** Kosten für Lifting-Fäden: € 1.200,- pro Seite. *Thermage*: € 2.200,- Das Ergebnis ist dauerhaft. [kiprov.com](http://kiprov.com)



**PIONIERIN.** Dr. Hajnal Kiprov kennt jedes Beauty-Treatment. Sie setzt auf minimalinvasive Methoden. [kiprov.com](http://kiprov.com)



### MESO-BOTOX

## Feinere Poren und glattere Haut mit Micro-Nadeln

**Hautqualität.** Ein stempelartiges Gerät mit ganz feinen Nadeln ist das aktuelle Lieblingstool der Ästhetischen Dermatologin Dr. Barbara Franz. „Diese Nadeln sind dünner als ein menschliches Haar und mit 24-karätigem Gold überzogen. Sie kommen bei großen Poren, feinen Fältchen oder Hyperpigmentierung zum Einsatz“, erläutert sie. Hyaluronsäure, Botox oder Vitaminseren werden damit in die hautobersten Schichten eingebracht. „Dieses Treatment ist nahezu schmerzfrei, und es kommt zu keinen Hautirritationen. Maximal Rötungen sind möglich.“

**Individuell.** Der Vorteil: Die Wirkstoffe, werden individuell, abgestimmt auf die jeweiligen Bedürfnisse, zusammengemischt: „Botox etwa verfeinert die Poren, kleine Fältchen werden mit Hyaluronsäure behandelt“, weiß Expertin Franz.

**Info.** Eine Behandlung hält 3 bis 4 Monate, sie kann jederzeit wiederholt werden. Kosten je nach Areal ab ca. € 350,-. [hautsachegut.at](http://hautsachegut.at)

### EMOTIONS INSTEAD OF WRINKLES

## Fröhliche Ausstrahlung statt negativem Ausdruck

**Natürlichkeit.** „Viele meiner Patientinnen wünschen sich ein frischeres, freundlicheres Aussehen“, erzählt Dr. Thomas Aigner. Er geht in seinem Behandlungskonzept der Frage nach: Was stört mich wirklich? Ist es die eine Falte? Oder sind es die eingefallenen Augen, die müde wirken lassen? Die herabgezogenen Mundwinkel, die grimmig machen? Der Plastische Chirurg behandelt mit Kombinationstherapie aus Botox zur Glättung, Hyaluronsäure zum Auffüllen oder Plasmaneedling für bessere Hautqualität. Im Gespräch vorab werden Wünsche abgefragt, ein ganzheitliches Konzept erstellt.

**Mehr Strahlkraft.** Geeignet ist das Treatment für alle, die einen „freundlichen Ausdruck“ und ein harmonisches Gesamtbild möchten, das dennoch natürlich ist.

**Info.** Der Preis variiert nach Materialaufwand. Eine Region mit Botox behandeln kostet € 200,-, eine Ampulle Hyaluronsäure (1 ml) kommt auf € 280,-. Das Ergebnis hält circa 6 Monate.



### GANZHEITLICH.

Dr. Thomas Aigner kreiert mit Botox und Fillern ein harmonisches, natürliches Gesamtbild. [dr-aigner.com](http://dr-aigner.com)

Seit Tausenden Jahren ist Schönheit für die Menschen ein Thema. Schon in der Steinzeit wurde Schmuck als Grabbeigabe verwendet. Die alten Ägypter behandelten Pigmentflecken mit Bockshornklee-Salbe, Frauen aus der Oberschicht schwärzten ihre Brauen und Wimpern. Und auch die Männer waren eitel. Im 18. Jahrhundert etwa, in der Zeit des Barock und Rokoko, schminkten sich die „It-Boys“ der besseren Gesellschaft ganz selbstverständlich. Frauen legten sich rohe Kalbfleischscheiben gegen Falten auf. Das Empfinden für Ästhetik liegt offenbar in der Natur des Menschen. Kein Wunder also, dass in einer Zeit, wo die Möglichkeiten viel größer, die Methoden viel ausgefeilter, die Preise dafür immer erschwinglicher werden, die Selbstoptimierung in der Mitte der Gesellschaft angekommen scheint. Das hat Vor- und Nachteile. Fast jede(r) von uns hat wohl diesen einen kleinen „Makel“, der einen immer schon so gestört hat. Es ist legitim, daran etwas ändern zu wollen.

Gleichzeitig leben wir in einer von Bildern und Social Media dominierten Welt. Doch das, was wir da sehen, stimmt optisch sehr oft nicht mit der Wirklichkeit überein. Das führt vor allem bei einer jüngeren Generation, die mit Social Media aufgewachsen ist, zu einer Wahrnehmungsverschiebung in Sachen Schönheit. Man fühlt sich schnell unzureichend, wenn alles, was man sieht, perfekt scheint. Umso wichtiger ist es, zu informieren, aufzuklären und kritisch zu hinterfragen.

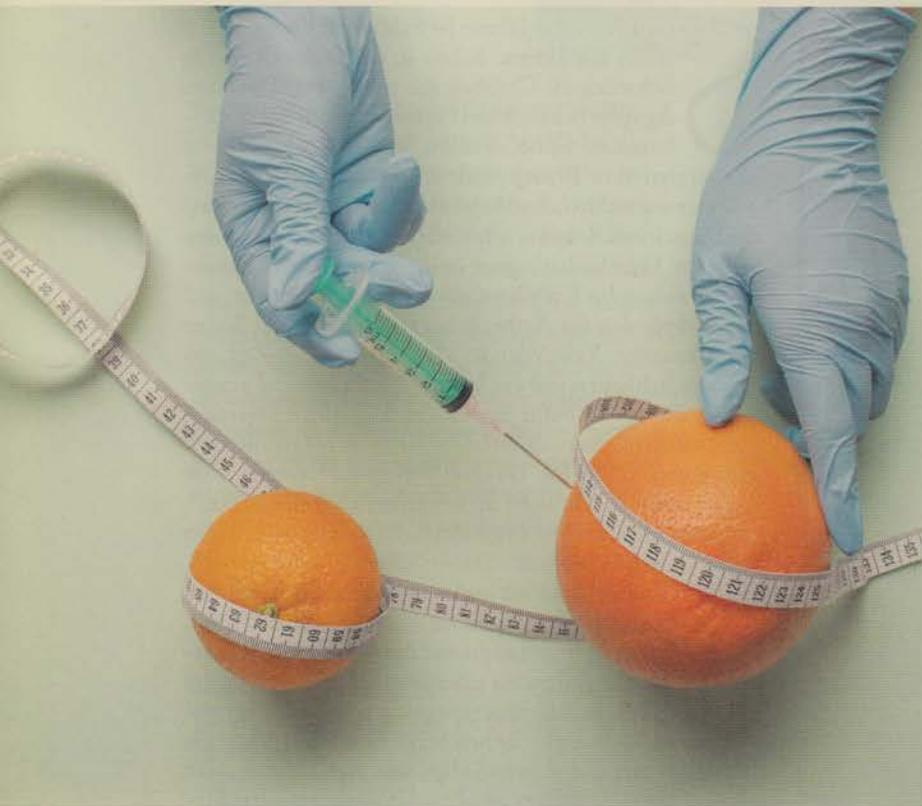
Wir haben bei Ärztinnen und Ärzten recherchiert, wo der Trend hingeht, welche Möglichkeiten technische Innovationen bringen und wie sie das in ihrer täglichen Praxis umsetzen. Plus: Gutes Aussehen wird auch durch den Lifestyle geprägt. Stress, falsche Ernährung oder Extremsport können viel „Schaden“ anrichten. Wir haben neueste Erkenntnisse.

**DAS PERFEKTE GESICHT.** Eines ist sicher: Die Menschen werden kritischer, was ihr Aussehen anbelangt, da sind sich alle Experten einig. „Das hat sicher mit den vielen neuzeitlichen Spiegeln zu tun. Selfies, Facebook, Instagram oder Snapchat konfrontieren uns ständig mit unserem Abbild, wir werden fast dazu gezwungen, uns permanent zu vergleichen“, weiß der Plastische Chirurg Dr. Rafic Kuzbari und erklärt weiter: „Der Körper wird auch zunehmend zum Statussymbol. Man zeigt, dass man es sich leisten kann, etwas für sein Aussehen zu tun. Sei es Wellness, Fitness oder eben Schönheitsmedizin.“ Bei Letzterer legen die meisten übrigens Wert darauf, dass man „es nicht sehen soll“. Natürlichkeit ist gefragt. Beauty-Docs tragen diesem Wunsch Rechnung, indem sie das Gesicht ganzheitlich wahrnehmen. Dr. Thomas Aigner etwa arbeitet mit seinem Konzept *Emotions instead of Wrinkles* in diese Richtung: „Ich bespreche mit meinen Patientinnen, was ihr Ziel ist. Wollen sie frischer aussehen? Fröhlicher? Weniger müde? Viele denken, wenn etwa die Falte zwischen den Augen weg ist, dann sehe ich nicht mehr so grantig aus. Doch es können auch Augenschatten dahinterstecken oder eine abgesunkene Kinnpartie, die die Mundwinkel nach unten zieht. Da muss man dann ein ganzheitliches Konzept erstellen.“ Für einen enormen



**Man soll nicht sehen, dass man ein Beauty-Treatment hatte. Dieses Credo gilt immer noch.“**

**DR. THOMAS AIGNER,**  
PLASTISCHER CHIRURG



**Besonders beliebt.** Eingriffe an der Brust zählen seit vielen Jahren zu den beliebtesten Operationen überhaupt. Vorwiegend handelt es sich dabei um Vergrößerungen, aber auch Straffungen und Verkleinerungen sind gefragt. Vor allem Vergrößerungen sind im Verhältnis simple Eingriffe mit wenig Nebenwirkungspotenzial. Durch schonende OP-Verfahren sind im Normalfall auch keine Wunddrainagen mehr nötig, dadurch ist es oft möglich, noch am Tag des Eingriffs die Klinik wieder zu verlassen. Neuere OP-Methoden setzen etwa auf Knopfloch-Chirurgie, wo die Naht in der Achsel geführt wird und an der Brust selbst keine Narbe mehr sichtbar ist (WOMAN hat bereits berichtet). Auch die Implantate werden immer sicherer. Für eine der relevantesten Entwicklungen sorgt hier Virtual Reality. Ein computergeneriertes, virtuelles Bild gibt einen komplett realen Eindruck davon, wie eine neue Brust aussehen könnte. Ein weiterer Fokus liegt auf der Hautqualität am Dekolleté. Denn diese Region ist Umwelteinflüssen und Sonneneinstrahlung besonders häufig ausgesetzt, gleichzeitig ist die tägliche Pflege immer noch nicht so etabliert wie im Gesicht.

# BRUST

## STRAFFES DEKOLLETÉ MIT BOTOX

### Glättet beginnende Falten über der Brust

**Mit der Spritze.** Wenn es im Gesicht funktioniert, warum nicht auch am Dekolleté? Eine berechtigte Frage, vor allem, da die sensible Region durch Sonneneinstrahlung, Rauchen oder Zugkraft der Brust knitterig werden kann – verstärkt durch den abnehmenden Hyalurongehalt der Haut. „Diese Fältchen kann man mit Botox wunderbar behandeln“, meint die Plastische Chirurgin Dr. Barbara Greibl. Oberflächlich eingebracht, entspannt das die Muskulatur.

**Am Hals.** Die Behandlung kann auch am Hals angewendet werden. „Doch nur erfahrene Ärzte dürfen Hand anlegen, ein Stich an der falschen Stelle kann Schluckstörungen auslösen“, betont Dr. Greibl. Unterspritzungen mit Hyaluron oder Microneedling verstärken den Effekt.

**Info.** Botox am Dekolleté kostet ab € 290,-, am Hals ab € 300,-. Hält bis zu 6 Monate. Dr. Greibl ordiniert in Wien und Leonding. [dr-greibl.at](http://dr-greibl.at)



## VIRTUAL REALITY AM BUSEN

### Die neue Brust schon vor der OP hautnah erleben

**4D-Technologie.** Virtual Reality ist überall. Selbst in der Brustchirurgie. Mit gutem Grund: „Die Patientin will natürlich eine Vorstellung davon bekommen, wie ihre neue Brust aussehen wird. Mit der 4D-Technologie von *Crisalix* kann sie das jetzt tatsächlich sehen, wenn sie mit Virtual Reality-Brille an sich hinunterschaut“, erklärt der Plastische Chirurg Dr. René Draxler. „Wir können noch besser auf die Vorstellungen der Patientinnen eingehen, das erhöht die postoperative Zufriedenheit enorm, wie erste Erfahrungen bereits zeigen.“

**Vielfältig anwendbar.** Die Technologie macht nicht bei der Brust halt. Auch andere Körperregionen, z. B. vor einer Straffung, können visualisiert werden.

**Info.** Eine Brustvergrößerung ist prinzipiell ein Standardeingriff. Nachblutungen oder Infektionen sind aber möglich. Langfristig besteht das Risiko einer Kapselbildung, was einen zweiten Eingriff erforderlich machen kann. Kosten ab € 5.000,-.



**SPEZIALIST.** Dr. René Draxler ordiniert in Wien im Zentrum für Ästhetische Medizin Kuzbari und in der Südsteiermark. [kuzbari.at](http://kuzbari.at)



» Sch...  
sche En...  
zwei seh...  
ckelt we...  
Haut oh...  
Eingriff...  
gend wi...  
dadurch...  
kann“,  
MIN...  
heitsope...  
betont C...  
Miminn...  
oder we...  
ten ist...  
kann nu...  
nis bring...  
rende B...  
keinen o...  
egal ob...  
men ode...  
Da sehe...  
den ästh...  
aufklärt...  
betont e...  
technike...  
der Med...  
können...  
werden,

Sin...  
ma...  
Mög...  
aus...  
hilf...  
das

DR...  
PLAS...

pereigen...  
lungsre...  
Stammz...  
eingebr...  
Behand...  
füllen v...  
wird, lie...  
wird da...  
Eigenfet...  
nutzen z...

SCHÖ...

Schöne...  
arbeiten...  
großen...  
mit gesu...  
Nikotin...  
sorgt da...  
beitrage...  
für sich...  
denheit.

» Schub in der Beauty-Medizin sorgt auch die technische Entwicklung. Laser und Radiofrequenz etwa sind zwei sehr potente Technologien, die ständig weiterentwickelt werden und straffere, schönere und strahlendere Haut ohne Narben versprechen. „Diese minimalinvasiven Eingriffe werden immer wichtiger, da sie auch vorbeugend wirken und ein eventueller chirurgischer Eingriff dadurch hinausgezögert oder sogar unnötig werden kann“, betont Beauty-Doyenne Dr. Hajnal Kiprov.

**MINIMALINVASIV VERSUS OP.** Heißt das, die Schönheitsoperation hat bald ausgedient? „Nein, gar nicht“, betont Chirurg Kuzbari. „Beide haben ihren festen Platz. Minimalinvasive Methoden dienen der Prävention oder wenn die Alterung noch nicht so weit fortgeschritten ist. Aber sind diese Möglichkeiten ausgeschöpft, kann nur der Griff zum Skalpell das gewünschte Ergebnis bringen.“ Da sind sich Chirurgen und nicht operierende Beauty-Docs auch einig: „Viele Menschen wollen keinen operativen Eingriff. Aber wenn zu viel Haut da ist, egal ob am Oberlid, an der Kinnpartie, bei den Oberarmen oder am Bauch, muss das weggeschnitten werden. Da sehe ich auch die Verantwortung bei nicht operierenden ästhetischen Ärzten, dass man die Patienten darüber aufklärt. Am Ende des Tages sollen die ja zufrieden sein“, betont etwa Michaela Meister. Und da die Operationstechniken ständig verfeinert werden, die Fortschritte in der Medizintechnik auch im OP-Saal umgesetzt werden, können Ausfallzeiten nach so einem Eingriff verkürzt werden, Narben werden immer unauffälliger, die Menschen sind insgesamt schneller wieder fit. Und einen ganz deutlichen Vorteil haben operative Eingriffe: Sie sind, anders als Botox oder Filler, nachhaltig.



**Sind die minimalinvasiven Möglichkeiten ausgeschöpft, hilft nur noch das Skalpell.“**

**DR. RAFIC KUZBARI,**  
PLASTISCHER CHIRURG

Verwendung von körpereigenen Stoffen. Der Vorteil: Die Gefahr einer Abstoßungsreaktion ist minimiert. Aus Eigenblut gewonnene Stammzellen etwa, die bei einem Needling in die Haut eingebracht werden, boosten deren Qualität enorm. Behandlungen mit Eigenfett, das zum dauerhaften Auffüllen von altersbedingtem Volumensverlust genutzt wird, liefern vielversprechende Ergebnisse. Im Gesicht wird das bereits angewendet. In Zukunft hofft man, Eigenfett auch für Busen, Po oder andere Körperstellen nutzen zu können.

**SCHÖNHEIT VON INNEN.** Eines ist aber klar: Auch die Schönheitsmedizin kann nur mit den Voraussetzungen arbeiten, die vorhanden sind. Und auf die haben wir einen großen Einfluss. Ein gesunder, ausgewogener Lifestyle mit gesunder Ernährung, möglichst wenig Alkohol und Nikotin, ausreichend Schlaf und körperlicher Bewegung sorgt dafür, dass die körpereigenen Systeme das ihre dazu beitragen, unsere Schönheit zu erhalten. Denn sorgt man für sich selbst gut, erhöht das auch die individuelle Zufriedenheit. Und das sieht man definitiv.

PIA KRUCKENHAUSER ■



**5 kg in 5 Wochen abnehmen!  
MIT GARANTIE!**

# Essen, so viel du magst

WW inspiriert zu gesunden Gewohnheiten fürs echte Leben! Einfach drauflosessen, so viel du magst, kein Frust auf der Waage und trotzdem gesund und ausgewogen. Mehr als **200 zero Points™** Lebensmittel geben dir diese Freiheit! Sie dürfen genossen werden, bis der Hunger verschwunden ist – ohne wiegen, ohne zählen. Einfach optimal abnehmen und genießen!

**AKTION: Preise noch bis 30. September gültig**

- gratis Einschreibung, du sparst ..... € 33,00
- Wochengebühr..... € 21,00
- Wochengebühr 10–23 Jahre ..... € 11,00

**Easy Pass\*, das günstigste Angebot:**

wöchentlich nur..... € 18,00

(\*Mindestbuchung: 3 Monate, danach jederzeit kündbar!)

**weightwatchers**



WW ist nicht geeignet für Schwangere, Personen mit Essstörungen und Kinder unter 10 Jahren. Vor Beginn einer Abnahme sollte ärztlicher Rat eingeholt werden. © 2019 WW International, Inc. Alle Rechte vorbehalten.

[www.weightwatchers.at](http://www.weightwatchers.at) | Tel. 01 532 53 53

f WW Österreich | @ ww\_oesterreich