

Dellen unter der Haut

Was bei Cellulite für ein straffes Hautbild sorgt und wie man sie aktiv und nachhaltig bekämpfen kann.

Makellos glatte Oberschenkel und ein straffer Po: Dieses Schönheitsideal ist nach wie vor weit verbreitet. Obwohl bekannt ist, dass Fotos von Stars und Sternchen in Hochglanzmagazinen und in sozialen Medien zumeist stark bearbeitet sind, streben viele Frauen dieses klischeehafte Äußere trotzdem häufig an. Jedoch bekommen 80 bis 90 Prozent aller Frauen im Laufe ihres Lebens Cellulite, was oft als störend und unschön empfunden wird. Dass sich Frauen, die stark unter Cellulite leiden, beim Sport oder im Freibad häufig unwohl fühlen, ist verständlich. Denn im echten Leben kann man Dellen und unregelmäßige Hautstellen nicht retuschieren.

Keine Krankheit, sondern eine kosmetische Angelegenheit

Um Cellulite bestmöglich zu bekämpfen, ist wichtig zu verstehen, wie sie entsteht. Vorweg: Cellulite darf nicht mit Cellulitis, einer durch Bakterien hervorgerufene Entzündung, verwechselt werden. Cellulite hingegen ist keine Krankheit, sondern eine kosmetische Angelegenheit. Die Dellen entwickeln

sich unter anderem aufgrund hormoneller Ursachen und einer geschwächten Hautstruktur. Erbliche Veranlagung sowie der eigene Lebensstil spielen ebenfalls eine Rolle. Auch wenn Cellulite häufig mit Übergewicht in Verbindung gebracht wird, ist dieser Zugang zu kurz gegriffen.

Ursachen

Cellulite hat verschiedene Ursachen: weiche Haut, schlaffes Bindegewebe, vermehrtes Fettgewebe und verkürzte Bindegewebsfasern. Der wichtigste Faktor bei der Entstehung von Cellulite ist das Bindegewebe. Frauen bekommen häufiger Cellulite als Männer, weil die Bindegewebsfasern im Fettgewebe senkrecht zur Hautoberfläche verlaufen und ihr Unterhautfettgewebe aufgrund des Sexualhormons Östrogen weniger stabil ist. Fettzellen können sich durch die flexible, weiche Haut relativ einfach nach oben drücken. Auf diese Weise dringt das Unterhautfettgewebe in die oberen Hautschichten vor und beult die Haut von außen sichtbar aus. Egal, ob jemand Übergewicht hat oder nicht: Ein typisches Merkmal von Cellulite ist, dass das Gleichgewicht zwischen Fettlobuli und Kollagenfasern fehlt.

Wirksame Maßnahmen gegen Cellulite:

Da die Cellulite wie schon beschrieben mehrere Ursachen hat, gibt es kein alleiniges Allheilmittel gegen die unliebsamen Dellen. Gegen die in aller Munde bekannte Orangenhaut, die oft durch das weiche Gewebe und vermehrtes Fettgewebe besteht, können folgende Maßnahmen helfen:

Sport & Ernährung

Das A und O gegen schlaffes Bindegewebe ist auf jeden Fall Bewegung durch Sport und eine ausgewogene Ernährung. Mit Diäten wird man Cellulite nicht wegzaubern können. Eine vitaminreiche Ernährung kann aber helfen, das Gewebe zu verbessern. Zum Beispiel Vitamin E, das in Nüssen und Vollkornprodukten enthalten ist, oder Vitamin C, das sich in Zitrusfrüchten und Gemüse befindet, ist sicher hilfreich!

Dennoch darf man nicht vergessen, dass es unterschiedliche Arten von Cellulite gibt. Die strukturelle Cellulite, welche durch die verkürzten Gewebestränge entsteht, kann weder durch Sport noch durch eine Ernährungsumstellung besiegt werden. Informieren Sie sich, welche Art Sie betrifft und was man dagegen tun kann. ■

von Redaktion



Es war einmal ... Cellulite

Fast jede Frau kennt das Problem der Dellen an den Oberschenkeln oder am Po. Dr. Rolf Bartsch bietet in seiner Praxis mit Cellfina eine neue Behandlungsmethode an, die Cellulite langfristig korrigiert.



Dr. Bartsch
Facharzt für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie

„Cellfina ist eine einmalige Behandlung mit einem Soforteffekt, der nachhaltig ist.“

SPONSORED



Cellulite als Begriff ist allgemein bekannt. Doch was ist Cellulite eigentlich genau?

Als Cellulite bezeichnen wir Hautstellen, die unregelmäßig sind. Dellen oder Wellen können an den Oberarmen, am Bauch, am Po oder an den Oberschenkeln auftreten. Wenn wir von zu behandelnder Cellulite sprechen, befindet sich diese am Po und an den Oberschenkeln. Hier sind drei beeinflussende Komponenten entscheidend. Erstens - weiches Gewebe. Wenn das bienenwabenartige dreidimensionale Geflecht, das für die Festigkeit verantwortlich ist, weicher wird, entstehen kleine Wellen oder Dellen. Zweitens - Volumen, das gerade dann entsteht, wenn man viel abgenommen hat. Dieser Aspekt ist schwerer zu behandeln, denn dabei geht es vor allem um die tiefere Gewebsschicht. Und drittens - strukturelle Cellulite. Diese entsteht erst nach der Pubertät, wenn sich das Fettgewebe ändert und Dellen an jenen Stellen entstehen, an denen das bienenwabenartige Gewebe die Haut im Niveau hält, während links und rechts das Fettgewebe größer wird.

Mit Cellfina gibt es eine neue, innovative Methode, Cellulite zu behandeln. Wie funktioniert Cellfina?

Wir arbeiten mit Cellfina in drei Schritten. Zunächst zeichnen wir gemeinsam mit den Patientinnen die Dellen an und identifizieren dabei, was eine strukturelle Delle und was weiches Gewebe ist. In einem weiteren Schritt setzen wir eine Sauglocke an und führen eine lokale Betäubung durch. Im dritten Schritt durchtrennen wir dann mit einer Mikroklinge die Bindegewebsfasern. Die Haut poppt dann richtig auf und wir haben einen Soforteffekt, der sich außerdem mit der Zeit zusätzlich noch verbessert, weil durch das Durchtrennen neues Bindegewebe wächst.

Was ist das Besondere an dieser Methode?

Cellfina ist eine einmalige Behandlung mit einem Soforteffekt, der nachhaltig ist. Wir betäuben bei dieser minimalinvasiven Behandlungsmethode nur lokal. Mit Cellfina erhalten wir immer konstante Ergebnisse - das wurde auch in Studien bewiesen. Es gibt heute viele Methoden, die das Gewebe behandeln, aber Cellfina steht aufgrund seiner Ergebnisse allein auf weiter Flur.

Ist die Behandlung schmerzhaft oder bestehen Risiken?

Insgesamt ist Cellfina sehr schmerzarm. Auf einer Skala von 0 bis 10 beträgt die Schmerzgrad ma-



ximal 2 bis 4. Die Durchtrennung selbst ist eine eine 0-1, also nahezu schmerzfrei. Nach der Behandlung berichteten Patientinnen auch nur von einer 1 bis 2. Die Frage nach den Risiken besteht natürlich immer. Es besteht das Risiko, dass die blauen Flecken nach der Eingriff noch ein bisschen bestehen bleiben können sowie die kleinen Einstichstellen sich für eine Zeit lang rot zeigen. Ich hatte aber bislang noch keine Patientin, die das gestört hätte.

Wie lange hält Cellfina an?

Das Ergebnis ist für Jahre konstant. Nach der einmaligen Behandlung wachsen die Bindegewebsfasern nicht nach. Mittlerweile haben wir in allen großen Studien stabile Ergebnisse - auch noch nach Jahren. Es gibt keine andere Behandlung

auf der Welt, die von sich behaupten kann, in drei Jahren ein konstantes Ergebnis bei Cellulite vorzuweisen.

Gibt es ein Alterslimit für die Behandlung?

Wir machen keine Behandlungen unter 18 Jahren. Nach oben gibt es eigentlich keine Altersgrenze. Natürlich wird es ab 50 Jahren schwieriger, weil das Gewebe weicher wird. Aber es gibt 60-Jährige, die ein besseres Gewebe haben als 30-Jährige. Das hängt stark vom Lebensstil und auch von den genetischen Voraussetzungen ab.

Was können sich Patientinnen nun von Cellfina erwarten?

Cellfina hat ein tolles Alleinstellungsmerkmal. Wichtig ist aber zu sagen, dass man Cellulite trotzdem nicht „heilen“ kann, weil Cellulite ja auch keine Krankheit ist, sondern eine Tatsache der Natur. Realistischerweise können wir Cellulite um ein bis zwei Grade verbessern. Aber eine starke Cellulite wird immer schwerer zu behandeln sein, weil diese nicht nur strukturell ist, sondern auch mit Volumen und Weichheit in Verbindung steht. Wir haben auf dr-cellulite.com einen Cellulite-Test kreiert. So können Patientinnen im Vorfeld testen, ob sie für eine Cellfina-Behandlung geeignet sind oder nicht. ■



www.ilovecellfina.at
www.dr-cellulite.com