

Glätten, reduzieren, formen: Solange die Temperaturen noch kühler sind, ist die beste Zeit, den **KÖRPER SOMMERFIT ZU MACHEN**. Mit neuen Techniken und Kombis kriegen Beauty-Docs immer mehr Probleme immer sanfter in den Griff. Besonders spannend: neue Waffen gegen Cellulite und starkes Schwitzen.

**D**as Geschäft mit der Schönheit boomt, und jetzt, bevor der Sommer kommt, ist genau der richtige Zeitpunkt für ein Makeover – wo immer Sie es gerne hätten! Dafür gibt es brandneue Methoden und Kombinationen bewährter Treatments. Vorwiegend sind sie minimalinvasiv ohne Ausfallzeiten. Dieser nichtoperative Ansatz wird immer beliebter, da er weniger Risiko birgt, aber schöne Ergebnisse liefert. Auch bei Brust-OPs gibt es eine Innovation, die für noch mehr Sicherheit sorgt. Wir haben bei den Beauty-Docs nachgefragt.

**DEN DELLEN AM PO GEHT'S JETZT AN DEN KRAGEN**

Die für viele Frauen wohl spannendste Neuheit ist endlich eine nachhaltige Methode gegen Cellulite. *Cellfina* heißt sie, und Dr. Rolf Bartsch bietet sie als Erster in Österreich an. „Orangenhaut entsteht, weil sich die Bindegewebsstränge nach innen »

# STRAFFES Programm für den BODY



**SICHER.** Busen und Dekolleté stehen im Sommer im Mittelpunkt. Eine neue Brust-OP-Methode ohne Drainagen und ein Kombi-Treatment für den straffen Ausschnitt sorgen für schöne Einblicke.



VORHER



NACHHER

**LASER STATT SKALPELL**

**Neue Methode.** Brustvergrößerungen sind das Spezialgebiet von Dr. Thomas Aigner. Als Erster in Österreich verwendet er für den Schnitt statt eines Skalpells einen Laser, durch den das Implantat eingesetzt wird. „Ich kann so besonders präzise arbeiten, und das Gewebe wird viel weniger traumatisiert. So sind keine Drainagen nötig, und die Wundheilung ist viel besser.“ Die Patientin kann dadurch oft schon am selben Tag nach Hause gehen.

**Info.** Es handelt sich trotz Schnitt um eine Operation an der Körperoberfläche, dadurch sind schwere Komplikationen selten. Blutungen, Schwellungen und Schmerzen sind aber möglich. 4–6 Wochen trägt man einen Stütz-BH, Sport gibt es 8 Wochen nicht. Kosten: € 5.360,-. [dr-aigner.com](http://dr-aigner.com)



DR. AIGNER

**GLATTER SCHNITT.** Die Schnitttechnik mit Laser statt Skalpell ist besonders sauber und schonend. Bereits während der OP werden Blutungen gestillt, Drainagen sind danach nicht nötig. Viele Patientinnen gehen am gleichen Tag nach Hause, haben weniger Schmerzen, die Heilung geht schneller. Zuletzt hat sich auch die Qualität der Implantate deutlich gesteigert. Eine verbesserte Oberflächenstruktur mindert das Risiko einer Kapselbildung deutlich. „Trotzdem ist die OP ein schwerer Eingriff, man muss sich aller Risiken voll bewusst sein“, betont Dr. Aigner.

## BUSEN & DEKOLLETÉ

**FADENLIFT UND NEEDLING MACHEN GLATTES DEKOLLETÉ**

**Einblicke.** Der Frühling kommt, und wir zeigen gerne wieder mehr Einblick. Doch Sonne, Ernährung und natürlich Erschlaffung können für Falten im Ausschnitt sorgen. Dr. Sabine Schwarz vom *Hautzentrum Wien* hat dagegen eine besondere Kombinationsmethode: „Bei schlaffer Haut ist das Fadenlifting ein großartiges Tool. Ich setze ein bis zwei Zugfäden zur Straffung unter die Haut an Hals und Dekolleté. Darunter ziehe ich ein Netz aus zarten Fäden, die für mehr Festigkeit sorgen. Denn um diese bildet sich neues Kollagen, das die Haut stärkt und festigt.“ Um auch die Hautqualität zu verbessern,

wird dazu ein Plasmaneedling kombiniert. Dafür wird dem Patienten Blut abgenommen und das Plasma herausgefiltert. Dieses wird, vermischt mit Vitaminen, Aminosäuren, Hyaluronsäure und Mineralstoffen, mit unzähligen kleinen Stichen wieder in die Haut injiziert.

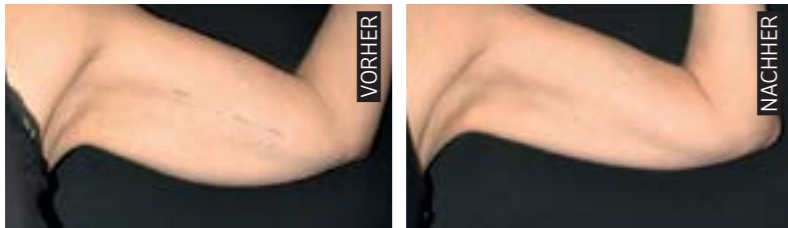
**Info.** Die Einstiche schmerzen etwas, häufig kommt es zu blauen Flecken. Die kann man aber gut überschminken. Nach einer Woche ist das Needling-Ergebnis sichtbar. Die Fäden zeigen ihre Wirkung nach ein bis zwei Monaten. Hält bis zu zwei Jahre. Kosten: Je nach Ausmaß € 600,- bis 700,-. [hautzentrum-wien.at](http://hautzentrum-wien.at)



DR. SCHWARZ

FOTOS: WARTENBERG/PICTUREPRESS, WERK





### DREI TECHNIKEN BEKÄMPFEN „FLEDERMAUSÄRMEL“

**Straffe Kombi.** Egal wie sehr man den Trizeps trainiert, irgendwann folgen die Oberarme der Schwerkraft. Doch „Fledermausärmel“ oder „Bingowings“ sind kein gottgegebenes Schicksal. Die *Privatklinik Kipro* setzt auf die innovative Kombination von drei bewährten Methoden: Radiofrequenz, Ultraschall und integrierte Kühlung. Radiofrequenz erhitzt das Gewebe bis zu 45°C, das strafft und führt zu Kollagenneubildung. Mit dem Ultraschall wird Schwingung ins Gewebe gebracht, die den Effekt verstärkt. Die integrierte Kühlung steuert, wie tief die Energie ins Gewebe dringt. Dadurch wird, je

nach Bedarf, oberflächlich gestrafft oder tiefer liegendes Fett aufgelöst. „Die Zeichen der Zeit kann man nicht aufhalten, aber man kann sozusagen auf Pause stellen. Durch das Treatment wird ein vormals strafferer Zustand der Arme wiederhergestellt“, betont Dr. Hajnal Kipro. Um das Ergebnis zu halten, empfiehlt sie eine jährliche Auffrischung. **Info.** Leichte Schwellungen, die rasch wieder verschwinden, sind möglich. Kompressionskleidung ist nicht nötig, es gibt keine Ausfallzeiten. Empfohlen sind vier bis sechs Behandlungen. Kosten für beide Oberarme pro Sitzung: € 500,-. [kipro.com](http://kipro.com)



DR. KIPROV



### STRAFFUNG MIT FILLER

**Schluss mit Falten.** Durch Sonnenschäden, schwaches Bindegewebe, falsche Ernährung oder starke Gewichtsreduktion können sich an den Oberarmen Falten bilden. Dr. Nikolaus Redtenbacher unterspritzt diese mit einem besonderen Füllmaterial: Radiesse. „Das ist ein rein biogenes Material, das auch im Knorpel vorkommt. Es hält aber viel länger als herkömmliche Hyaluronsäure. Der Effekt der Unterspritzung ist sofort sichtbar, zusätzlich sorgen die Einstiche für eine Bindegewebsneubildung und -straffung“, berichtet der Plastiker aus seiner täglichen Praxis.

**Info.** Blaue Flecken oder Schwellungen sind möglich, verschwinden aber nach ein paar Tagen. Auf körperliche Anstrengung und Sonnenbäder sollte man fünf Tage lang verzichten. Das Treatment hält etwa ein Jahr, bis der Filler wieder abgebaut ist. Kosten ab € 950,-. [nikolaus-redtenbacher.at](http://nikolaus-redtenbacher.at)



DR. REDTENBACHER



**KOMBITHERAPIE.** Die Unterspritzung mit Radiesse wirkt besonders gut bei schlanken Personen, die aber schon erschlaffte Haut haben. Ist bereits zu viel Gewebe vorhanden, empfiehlt Dr. Redtenbacher eine Kombinationstherapie mit Radiofrequenz. Dabei wird das Gewebe auf 41–43°C erwärmt, was eine Straffung bewirkt. Ab € 150,-.

ziehen, das Unterhautfettgewebe dringt bis an die Oberfläche vor“, weiß der Experte. Bei der revolutionären Methode werden eben diese Stränge mit einer Mikroklinge eingestochen und so durchtrennt. Die wachsen dann auch nicht mehr zusammen, die Dellen sind dauerhaft beseitigt. „In den USA gibt es das Treatment schon länger. Und erste aktuelle Studien zeigen, dass das Ergebnis auch nach drei Jahren noch genauso gut ist wie direkt nach dem Eingriff.“ Klingt ja ganz vielversprechend!

### ÜBERMÄSSIGES SCHWITZEN? DA GIBT ES JETZT WAS.

Klar, schwitzen ist manchmal lästig, aber es ist auch notwendig und gesund. Nur wenn es zu viel wird und der Schweiß auch ohne Aktivität rinnt, ist das zu viel. Hyperhidrosis heißt das, und die Betroffenen leiden sehr darunter. Bislang ist man dem Problem mit Botox in den Achselhöhlen zu Leibe gerückt. Effektiv, aber leider nicht dauerhaft. Und das operative Absaugen der Schweißdrüsen ist schwierig und bereitet viele Komplikationen. Hier bietet *MiraDry* eine nachhaltige Lösung. Dabei erwärmen Mikrowellen die Schweißdrüsen und veröden sie dadurch. Einmal behandelt, regenerieren sie sich nicht. Keine Sorge, verödet werden nur 80–85 Prozent der Drüsen. Die restlichen reichen für ein gesundes Schwitzen völlig aus. Dr. Carlo Hasenöhr in Innsbruck war vergangenes Jahr der erste Anbieter in Österreich, mittlerweile gibt es mehrere, unter anderem der *Moser Milani Medspa* oder das *Kuzbari Zentrum* in Wien. Achtung, es kann zu Schwellungen kommen. Die Behandlung ist daher nicht für den Sommer geeignet, jetzt ist der bessere Zeitpunkt.

### LEEREN UND FÜLLEN – ZWEI SEITEN DER LIPOSUKTION

Beinahe jede Frau, und ist sie noch so schlank, kennt diese kleinen Stellen, wo ein Röllchen einfach nicht verschwinden will. An der Achsel, über dem Hosenbund, an den Knien ... Ärzte greifen hier zur Fettweg-Spritze oder empfehlen eine lokale Liposuktion. Die hat nämlich einen zusätzlichen Vorteil: Mit dem Eigenfett, das man dabei absaugt, kann man

## HÜFTE & PO

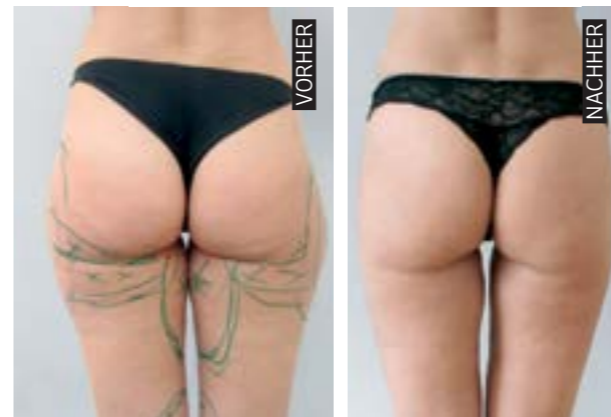
### KOMBIATTACKE AUF REITERHOSEN

**Straffung innen und außen.** Gerade an Hüfte und Oberschenkeln gibt es oft ungeliebte Fettdepots – solche Reiterhosen sind ein Albtraum für die Bikinifigur. „Bei kräftigen Schenkeln ist eine Kombination aus Absaugung außen und operativer Straffung innen ideal, so kann man die Region wunderbar formen“, erklärt Dr. Paul Pointinger.

**Info.** Vor der OP keine blutverdünnenden Medikamente. Danach können die Wunden nassen, drei Wochen trägt man eine Miederhose & verzichtet auf Sport. An der Innenseite entstehen Narben, die aber gut verblassen. Kosten ab € 4.500,-. [dr-pointinger.com](http://dr-pointinger.com)



DR. POINTINGER



### FETTPÖLSTERCHEN AUFLÖSEN

**Spritz-Technik.** „Es gibt so kleine Fettpolster, die trotz hartem Training nicht weggehen“, kennt Dr. Sandra Rigel von *Woman & Health* das lästige Problem. Und hat gleich eine Lösung parat: „An solchen Stellen hilft die Fettweg-Spritze.“ Mit der Nadel wird ein Stoff injiziert, der eine Entzündungsreaktion bewirkt und die Fettzellen zum Platzen bringt. Besonders effektiv an Hüftgold, Innenseiten der Oberschenkel oder Knien.

**Info.** Pro Stelle sind ein bis zwei Einstiche nötig, drei Anwendungen im Abstand von einigen Wochen sind empfohlen. Blaue Flecken sind möglich, aber selten. Pro Sitzung € 400,-. [womanandhealth.at](http://womanandhealth.at)



DR. RIGEL



**GLATT & STRAFF.** Eine OP gegen Reiterhosen, die Fettweg-Spritze und ein revolutionäres Cellulite-Treatment machen eine runde Kehrseite.



### CELLU „ERSTECHEN“

**Glatt verlaufen.** Klar, Ernährung und Sport helfen gegen die Dellen an Po und Schenkeln, aber sie kommen wieder, wenn man nachlässt. Das ändert die neue Methode *Cellfina* nachhaltig. „Grübchen entstehen, weil sich Bindegewebsfasern nach innen ziehen. Durchtrennt man die, kommen sie nicht mehr zurück“, weiß Dr. Rolf Bartsch von *The Aesthetics*. **Info.** Blaue Flecken, erhöhte Empfindlichkeit, Spannungsgefühle sind vorübergehend möglich. Einige Tage kein Sport. Kosten ab € 2.900,-. [cellfina.at](http://cellfina.at)



**MASSARBEIT.** Im Vorfeld zeichnet Dr. Bartsch die Dellen an. Nach einer lokalen Betäubung sticht der Arzt in die betroffenen Stellen mit einer Mikroklinge, die eingezogenen Bindegewebsstränge werden gelöst. Diese Durchtrennung ist nachhaltig, die Stränge bilden sich nicht neu. Die Behandlung ist minimalinvasiv, eventuelle Nebenwirkungen sind nach wenigen Tagen abgeklungen. Dr. Bartsch ist überzeugt: „Diese Methode kann erstmals die Patientenbedürfnisse nachhaltig befriedigen.“



DR. BARTSCH

FOTOS: WARTENBERG/PICTUREPRESS, RUDI FROESE, XANIA MLINSIN, AMRIPHOTO/WERK



## body & soul TREATMENTS

### SCHWEISSDRÜSEN VERÖDEN

**Aus für starkes Schwitzen.** Jeder Mensch schwitzt, und das ist gut so. „Aber es gibt ein Zuviel, wenn der Schweiß auch fließt, wenn man gar nicht aktiv ist“, erklärt Dr. Carlo Hasenöhrl von *Excellent Beauty*. Das neue Verfahren *MiraDry* bietet da Abhilfe. Dabei werden die Schweißdrüsen mit Mikrowellen erwärmt und dauerhaft zerstört. 15–20 Prozent der Drüsen überleben. Das ist ausreichend für normales, gesundes Schwitzen.

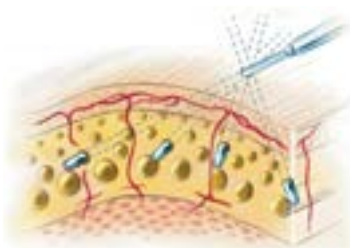
**Info.** Schwellungen, die auch schmerzen, sind möglich. Danach einige Tage auf schweißtreibende Aktivitäten verzichten. Das Ergebnis ist dauerhaft. Kosten: € 2.200,-. [excellentbeauty.com](http://excellentbeauty.com). Weitere Anbieter auf [miradry.at](http://miradry.at)



DR. HASENÖHRL



**SAUBER.** Kleinen Speckröllchen an der Achsel und übermäßigem Schwitzen sagen Liposuktion und *Miradry* den Kampf an.



### LIPOSUKTION AN DER ACHSEL

**Fettzellen absaugen.** Der Sommer kommt näher, und damit ärmellose Kleider. Da zeigen sich aber oft Speckröllchen an den Achseln. „Der Grund dafür ist eine unregelmäßige Verteilung der Fettzellen“, weiß Dr. Johann Umschaden von der *Schwarzklinik*. „Die kann man nicht weg-hungern. Bei einer Liposuktion werden sie deshalb komplett entfernt.“ Dafür wird eine Kanüle in Lokalanästhesie oder Tief-schlaf unter die Haut geführt. Zusatznutzen: Die Miniverletzung erzeugt einen Straffungseffekt.

**Info.** 4–5 Tage lang sind Schwellungen möglich, man trägt Kompressionskleidung. Nach etwa einem Monat ist alles so verheilt, dass nichts mehr sichtbar ist. Ab € 1.800,-. [schwarzklinik.at](http://schwarzklinik.at)



DR. UMSCHADEN



ACHSEL

» kleine, durch Impfungen entstandene Dellen oder eingezogene Narben auffüllen und ausgleichen. „Das kommt ursprünglich, wie so vieles, aus der Verbrennungschirurgie und dem Rekonstruktionsbereich“, erklärt Dr. Johann Umschaden, der diese Methoden sehr gern kombiniert. Denn durch die im Eigenfett enthaltenen Stammzellen wird das Ergebnis besonders schön und auch komplikationsfrei.

Ist bei den Treatments auch etwas für Sie dabei? Dann legen Sie am besten jetzt los, und der Sommer kann kommen!

PIA KRUCKENHAUSER ■

FOTOS: WARTENBERG/PICTUREPRESS, WERK

## Für die Vaginalflora

Nahrungsergänzungsmittel mit vermehrungsfähigen Milchsäurebakterien

ZUR ORALEN EINNAHME

Jetzt in Ihrer Apotheke

Alles Gute! [www.ombe.at](http://www.ombe.at)



STADA

870\_0108\_1716