

Back to Bikini.

Der Winter war lang, das Essen üppig, die Bewegung knapp – schon ist's passiert: Extra-Kilos machen sich breit, vorzugsweise um die Taille. Wenn Bodystyling, Spa-Treatments, Bauch-Weg-Pflege und Slimfood nichts mehr nützen, um das ungeliebte Hüftgold wieder loszuwerden, kann Frau sich immer noch von der Ästhetischen Medizin helfen lassen.

Eine alte Weisheit sagt: Wer sich selbst liebt, ist leicht zu lieben. Wer seinen Körper nicht akzeptiert, darf nicht erwarten, dass andere ihn lieben. „Aber wie kann man denn jemanden lieben, der so einen Schwabbelbauch hat?“, höre ich Sie sagen. „Und noch dazu wenn es der eigene ist.“ Wenn die Chirurgie helfen kann, dass wir unseren Körper lieben, dann ist das mit Sicherheit keine Frage von Oberflächlichkeit oder Egozentrismus. Allerdings sollte nicht das, was uns die Modeindustrie vorgaukelt, das Maß sein, mit dem wir unseren Körper messen. In erster Linie sind eine ausgewogene Ernährung und viel Bewegung die besten Mittel, um eine gute Figur zu erzielen. Allerdings sind hier durch die Natur Grenzen gesetzt, da der Körperbau genetisch vorbestimmt ist. Und viele Problemzonen sind durch Schwangerschaft oder auch durch Diäten entstanden, die alleine durch bewusste Ernährung oder Körpertaining nicht wieder beseitigt werden können. In so einem Fall verspricht der Weg zum Ästhetischen Mediziner Erfolg.

#### ABDOMINALPLASTIK – BAUCHDECKENSTRAFFUNG

Straffungen eignen sich für jene Menschen, die sehr viel an Gewicht verloren haben oder deren Haut durch Schwangerschaften überdehnt wurde. Die Folgen:

# FLACHE MITTE

TEXT: GABRIELA TRAUTENBERG

Das Gewebe hängt und bildet eine Fettschürze. Bei der Abdominalplastik handelt es sich um einen chirurgischen Eingriff, bei dem die Körperkontur im Bauchbereich durch Entfernung von überschüssigem Fett- und Hautgewebe korrigiert wird. Der Schnitt beginnt dabei unmittelbar an der Schamhaargrenze und endet beidseitig auf Höhe der Beckenknochen. Dann wird der Nabel von der Bauchhaut abgelöst, der geöffnete Bauchlappen bis zum Rippenbogen angehoben und - falls notwendig – die erschlaffte Bauchmuskulatur gestrafft. Anschließend wird er wieder nach unten geklappt und entsprechend verkürzt. Zum Schluss wird durch einen Schnitt in die Haut der Nabel neu positioniert. Die Abdominalplastik wird in Vollnarkose im Rahmen eines stationären Aufenthalts von 2-3 Tagen durchgeführt. Nach dem Eingriff muss für ca. sechs Wochen ein Stützmittel getragen werden. Dr. Jörg Knabl: „Das Ergebnis bei der Abdominalplastik ist dauerhaft. Natürlich vorausgesetzt, dass keine größeren Gewichtsschwankungen auftreten.“

#### LIPOSUCTION – FETTABSUGUNG

„Frauen und auch Männer neigen hormon- und anlagebedingt zur Ausbildung von Fettansammlungen im Bauchbereich. Sollte die Haut stark erschlafft sein, ist die Kombination Fettabsaugung und Straffung sinnvoll“, so Dr. Gerhard Kögler. Durch einen winzigen Hautschnitt wird eine Kanüle in das Fettdepot eingeführt, und die überschüssigen Fettzellen abgesaugt.



#### GESPRITZT UND NICHT GESAUGT

Manchmal helfen weder ausreichend Sport oder gesunde Ernährung um an bestimmten Körperstellen genetischbedingte Fettansammlungen loszuwerden. Eine Revolution im Kampf gegen diese ungeliebten Fettpolster, die sich beispielsweise in der Bauchregion oder an der Taille befinden, ist die Fettweg-Spritze. Durch den Einsatz der sogenannten Injektionslipolyse kommt es zu einem Zelltod, und der Körper versucht diese Nekrose (das abgestorbene Gewebe) durch einen Entzündungsprozess wieder loszuwerden. Der Wirkstoff, ein unschädliches Soja-Lecithin wird direkt in die Problemzone injiziert und löst, vereinfacht gesagt das Fett auf und zerstört die Fettzellen. Um ein perfektes Ergebnis zu erzielen sind zwei bis drei Behandlungen mit jeweils unzähligen, brennenden Einstichen notwendig. Die therapierten Areale schmerzen und jucken ein zwei Tage lang und oftmals bilden sich auch großflächige Hämatome. Doch der schöne, schon nach kurzer Zeit sichtbare, Haut-Straffungseffekt lässt diese Unannehmlichkeiten schnell vergessen. Mit dieser minimalinvasiven Körperformungs-Methode sollten allerdings nur kleine Areale und nicht ganze Körperregionen behandelt werden. Beeindruckende Ergebnisse lassen sich auch beispielsweise bei einem „Doppelkinn“ oder an den Problemzonen wie Oberschenkeln, Lovehandles und Oberarmen, erzielen. Die Fett-Weg-Spritze ist eine ernstzunehmende Alternative für jene, die bei ästhetisch-medizinischen Körperformungswünschen eine invasive Methode ablehnen, beziehungsweise nach Fettabsaugungen das Ergebnis noch optimieren wollen.

Dr. Ursula Zierhofer-Tonar, Fachärztin für Dermatologie, 1010 Wien, Wollzeile 6-8, Tel. 0664/308 76 99 0664/308 76 99

FOTO: LOEAL