

# Strahlend jung & faltenfrei

Schöne Menschen haben's einfach leichter - in den Chefetagen ebenso wie auf der Straße. Und noch nie begegnete man soviel Attraktivität wie heute. Ein Teil davon ist allerdings nicht Mutter Natur zu verdanken, sondern den geschickten Händen von Dermatologen und Chirurgen, die mit immer ausgeklügelteren Methoden gegen optische Unzulänglichkeiten und vorzeitige Alterserscheinungen kämpfen. Teil II der **BEAUTY life-Serie** «Schönheit ist machbar»: Ästhetische Medizin rund ums Gesicht.

TEXT VON URSULA KREBS

Unser Spiegelbild ist nicht einfach ein leb- und sinnloses Abbild unserer äußeren Erscheinung. Der Blick in den Spiegel ist für viele Menschen ein Blick auf ihr Selbstbewusstsein, auf ihre Akzeptanz im Freundeskreis, auf ihren Erfolg am Arbeitsplatz. Angeborene Unschönheiten wie Höckernase oder Schlupflider, Aknenarben, Pigmentflecken, Hautschädigungen durch Sonne, Umweltgift und falsche Ernährung oder tiefe Falten, die das Gesicht vorzeitig alt erscheinen lassen, sind Grund genug, um sich in seiner Haut unwohl zu fühlen. Wo die Kosmetik versagt, können Dermatologen und Chirurgen für die Glättung und Verschönerung der Hautoberfläche sorgen: Die Bandbreite reicht vom mechanischen Abschleifen über Chemo- und Laserpeelings bis hin zum kompletten Facelifting.

## HAUTVERJÜNGUNG

Eine so genannte Hautverjüngung wird als Laserbehandlung, Hautabschleifen, Peeling oder Faltenunterspritzung durchgeführt.

Diese Arten der Behandlung hinterlassen im optimalen Fall keine Narben, tragen aber zu einem deutlich jüngeren Hautbild bei. Welche der Methoden für Ihre Haut in Frage kommt, besprechen Sie am besten mit Ihrem Arzt. Er wird Ihnen die Erfolgchancen der jeweiligen Behandlung genau erläutern.

## WAS PASSIERT?

Die Laserbehandlung, das Hautabschleifen und das Peeling haben alle ein gemeinsames Ziel: Die obere Hautschicht soll abgetragen und so gleichzeitig eine Neubildung der Haut angeregt werden. Zum Hautabschleifen (Dermabrasion) verwendet der Arzt meist einen rotierenden Diamanten. Neben dem Effekt der Hautentfernung wird so gleichzeitig ein Reiz auf die Keimzellen ausgeübt, um die Haut zur Neubildung anzuregen. Eine unblutige und daher auch schmerzlosere Methode ist die Vakuum-Mikroabrasion, bei der mit sterilen Mikrokristallen gearbeitet wird.

Chemische Peelings werden im Abstand von einigen Wochen in mehreren Sitzungen angewandt. Die erste Sitzung beginnt mit einer niedrigen Säure-Konzentration, die im Laufe der Zeit gesteigert wird. Bei jeder Sitzung bleibt die Säure so lange auf der Haut, bis die obere Hautschicht aufgelöst ist.

Um einiges sanfter gestaltet sich die Hautverjüngung mittels Faltenunterspritzung bzw. der Einsetzung von Implantaten. Bei dieser Methode werden mit Collagen oder Eigenfett, aber auch mit Hyaluronsäure oder Botox Falten «aufgepolstert» und so entfernt. Zur Modellierung einzelner Gesichtspartien wie Wangen, Kinn oder Lippen eignen sich auch synthetische Produkte wie Artecoll oder Goldfäden, die einen hebenden, straffenden Effekt erzielen.

## DIE FOLGEN?

Nach dem Hautabschleifen oder einem chemischen Peeling ist die Haut zunächst stark gerötet und nässt. Dann bildet sich →

eine Schorfschicht, die nach einiger Zeit abfällt: Die neuentwickelte junge Haut kommt zum Vorschein. Diese neue Haut ist sehr empfindlich und immer noch gerötet. Sie darf nur mit speziellen Cremes behandelt und über einen Zeitraum von zwei bis sechs Monaten keiner direkten Sonnenstrahlung ausgesetzt werden. Nach einer Faltenunterspritzung ist die Haut meist sofort nach der Behandlung «vorzeigefähig». Allerdings sollte man in den nächsten Tag nichts tun, was die Haut zu einer verstärkten Durchblutung anregt, und sich etwa drei Wochen keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen.

#### **DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?**

Die Prognosen über die Dauerhaftigkeit der Behandlung reichen von wenigen Monaten bis zu vielen Jahren - je nach

Behandlungsart, Hautzustand und verwendetem Material. Eigenfett und Collagen werden beispielsweise relativ schnell absorbiert, manche synthetische Stoffe halten ein Leben lang - was allerdings auch ein Nachteil sein kann. Kombinierte Methoden aus biochemischem Peeling und Dermabrasion bzw. Laserbehandlung und anschließender Unterspritzung sollen besonders gute und dauerhafte Ergebnisse bringen, Nachkorrekturen sind aber auch in diesen Fällen durchaus üblich.

#### **LIDKORREKTUR**

Augenfältchen, Tränensäcke und erschlaffte Augenlider sind, familiär bedingt, mehr oder weniger stark ausgeprägt. Diese Schönheitsfehler lassen sich mit relativ geringem Aufwand und ebensolchen Kosten beheben.

#### **WAS PASSIERT?**

Der einfachste Eingriff im Rahmen der ästhetischen Korrektur um die Augenpartie ist der Augenbrauenlift, um einen «müden» Gesichtsausdruck zu beheben. Dabei wird oberhalb der Augenbraue ein etwa ellipsenförmiger Hautstreifen entfernt.

Bei einer Lidplastik wird die überschüssige Haut an Ober- oder/und Unterlidern herausgeschnitten. Indem die Haut an den Lidern exakt vermessen wird, kann ein gleichmäßiges, symmetrisches Ergebnis erzielt werden. Die Straffung von Haut und Muskulatur ergibt sich von selbst, wenn die überschüssige Haut entfernt wird - in etwa ist das soviel, wie mit zwei Fingern gefasst werden kann. Die aus Fettgewebe bestehenden so genannten Tränensäcke werden dabei schonend mit entfernt. Bei starken Lachfalten in den Unterlidern wird zusätzlich ein Teil der überstarken Lidmuskulatur weggenommen.

Eine weitere Möglichkeit bietet die Laserblepharoplastik, also die Lidkorrektur mittels Laser statt Skalpell, bei der sich unangenehme Nebenerscheinungen wie Blutergüsse verringern.

#### **DIE FOLGEN?**

Direkt nach der Operation kommt es zu mehr oder weniger starken Schwel-



lungen der Augen, die nach 1 bis 2 Tagen wieder abklingen. Außerdem entstehen Blutergüsse rund um die Augen. Der Bluterguss setzt sich in den Unterlidern ab und verschwindet innerhalb einer Woche. Da die Naht genau in den bei geöffneten Augen entstehenden Lidfalten zu liegen kommt, ist sie in der Regel bereits nach 8 Tagen kaum mehr sichtbar. Musste der Schnitt jedoch über die äußere Begrenzung der Augenhöhle geführt werden, so können diese zusätzlichen 1 bis 2 cm langen Narben noch einige Wochen gerötet sein.

Die Lidspalte kann etwas kleiner erscheinen, was vor allem von den Schwellungen herrührt. Nach einigen

Das MICRO-FACELIFT empfiehlt sich dann, wenn der untere Bereich des Gesichtes bzw. des Halses schlaff zu werden beginnt. Durch diese kleine Straffung kann der jugendliche Ausdruck des Gesichtes wieder zurückgewonnen werden.

Die MICRO-FETTINFILTRATION ist empfehlenswert, wenn durch eine Gewichtsreduktion oder das fortschreitende Alter die runden Gesichtsförmigkeiten verloren gehen. Mit Hilfe von sehr dünnen Nadeln werden mit körpereigenem Fett viele kleine Fettdepots über das Gesicht verteilt angelegt. Es entsteht dadurch ein bleibender Verjüngungseffekt. Auch Lippen lassen sich mit diesem System problemlos vergrößern.

Mit zunehmendem Alter senkt sich die Augenbraue langsam ab. Wenn dieser Zustand störend wird, kann man mit einer AUGENBRAUENHEBUNG sehr gut aushelfen. Dabei wird über der Augenbraue etwas Haut entfernt, wodurch der Abstand zwischen Braue und Oberlid wieder größer wird. Falls das Oberlid faltig wird, kann eine LIDKORREKTUR gemacht werden. Dabei wird aus dem Oberlid ein Hautstreifen entnommen. Das gleiche ist auch beim Unterlid möglich. Tränensäcke werden von innen durch das Unterlid operiert, indem überschüssiges Fett entfernt wird. Alle diese Operationen hinterlassen „unsichtbare“ Narben.

## REAKTIONEN auf unseren ersten Teil

Schon seit langem mit meinen Hüften und Oberschenkeln unzufrieden, ließ ich mich zu einer Liposculptur überreden. Die ersten Tage nach dem Eingriff waren wesentlich unangenehmer und schmerzhafter, als ich es mir vorgestellt habe, und der durchführende Arzt meinte, dass das mit dem individuellen Schmerzempfinden zusammenhängt. Jetzt, nach einem halben Jahr bin ich froh, dass ich den Eingriff machen hab' lassen, und ich freue mich schon auf die Badesaison.

*Susanne L., 4020 Linz*

*Wie kann ich meine geplatzen Äderchen im Gesicht wegbekommen? (Michaela Z., Linz)*

Geplatze Äderchen können entweder mit sehr feinen Nadeln elektrisch verödet oder mit modernen Lasergeräten entfernt werden.

*Wie werde ich mein Doppelkinn los? (Franz M., Baden bei Wien)*

Meistens werden bei einem Doppelkinn die überschüssigen Fettsammlungen entfernt und die Halsmuskulatur gestrafft. In ausgeprägten Fällen ist für ein optimales Ergebnis eine Halsspannung notwendig.

*Ab welchem Alter ist eine Gesichtsspannung sinnvoll?*

*(Christine W., Bischofshofen)*  
Altersangaben sind aufgrund des individuellen Alterungsprozesses nicht zielführend. Obwohl die Gesichtsspannung wesentlich zu einem jüngeren Aussehen beiträgt, sind häufig zusätzliche Verfahren wie etwa Lidkorrekturen, Augenbrauenhebungen, Peelingverfahren etc. notwendig. Dies muß in einem ausführlichen Beratungsgespräch individuell erörtert werden.

Beim Full Face, dem umfassendsten Lifting, werden Schläfen, Wangen und Hals auf einmal gestrafft, wobei zusätzlich eine Verlagerung der oberflächlichen Muskulatur vorgenommen wird. Durch diesen Eingriff in das superfizielle muskuloaponeurotische System (SMAS) wird insgesamt eine deutlich bessere Spannung erzielt. Das Lifting einer oder mehrerer Gesichtsregionen kann durch weitere Eingriffe, wie etwa eine Lidplastik, Peelings oder Laserbehandlungen, ergänzt werden.

Der normale Schnittverlauf beim Full Face reicht von den Schläfenhaaren etwa 5 cm hinter dem Haaransatz, geht vor dem Ohr vorbei und endet dann hinter den Ohren im Nacken. Bei einem Stirnlifting liegt der Schnitt in Scheitelhöhe und reicht von einem Ohr zum anderen. Vor allem an der Stirn, im Wangenbereich und in der Augenregion können viele dieser Korrekturen heute auch endoskopisch vorgenommen werden. Diese so genannte «Knopflochchirurgie», bei der mit Minikameras gearbeitet wird, erspart einen langen Hautschnitt im Haarbereich und die damit verbundene Narbe - es genügen zwei bis drei kleine Schnitte im Haaransatz.

### DIE FOLGEN?

Nach der Operation ist die Haut gespannt und geschwollen. Auch Blutergüsse im Bereich der Wangen und unter dem Kinn sowie ein leichtes Taubheitsgefühl im gesamten Gesichtsbereich sind normal. Die stärksten Schwellungen treten 1 bis 2 Tage nach dem Eingriff auf und bilden sich innerhalb der folgenden 2 bis 3 Wochen wieder zurück. Das endgültige Ergebnis ist aber frühestens zwei bis drei Monate nach der Operation zu sehen.

### DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Mit einem Facelifting wird die Haut gestrafft, man wirkt jünger und strahlender - und fühlt sich auch so. Der natürliche Alterungsprozess der Haut lässt sich zwar durch ein Lifting nicht aufhalten, doch die Alterserscheinungen können um bis zu 10 Jahre zurückversetzt werden. Wie lange das Ergebnis eines Liftings anhält, ist von der

individuellen Anlage sowie der Beschaffenheit des Gewebes abhängig. Normalerweise ist es kein Problem, die Operation nach 8 bis 10 Jahren zu wiederholen. Um die natürliche Mimik zu erhalten, werden auch nach dem Eingriff einige Fältchen bleiben. Würden rigoros alle Falten geglättet, erhielte man ein maskenhaftes Aussehen. Hier sind das Können und die Erfahrung des Chirurgen ganz entscheidend für den guten Erfolg der Operation.

### NASENKORREKTUR

Die Nasenkorrektur war eine der ersten Operationen in der ästhetischen Chirurgie und gehört heute zu den am häufigsten durchgeführten. Nicht zuletzt deshalb, weil die Nase im Mittelpunkt des Gesichtes steht und damit auch der Persönlichkeit jedes Menschen. Wem die eigene Nase «nicht paßt», der leidet oft jahrelang. Eine erfolgreiche operative Korrektur führt deshalb bei allen Betroffenen zu einer großen psychischen Erleichterung und Stärkung des Selbstwertgefühls.

### WAS PASSIERT?

Grundsätzlich wird zwischen «offenen» und «geschlossenen» Rhinoplastik unterschieden. Welche Methode zum Einsatz kommt, entscheidet der Chirurg. Bei der offenen Variante erfolgt der Schnitt normalerweise am Nasensteg und hinterläßt eine kleine, bei erfolgreicher Operation fast unsichtbare Narbe. Bei der geschlossenen Variante wird das Knorpel- und Knochengerüst in chirurgischer Feinarbeit durch Schnitte innerhalb der Nasenöffnung präpariert und verändert. Meistens ist ein zu hoher Nasenrücken zu verkleinern, die Nasenspitze anzuheben, die Nasenflügel zu verfeinern und das Knochengerüst zu verschmälern. Schiefnasen haben oft eine Fehlstellung der Nasenscheidewand, die auch die Nasenatmung behindern kann. Die Begradigung der Nasenscheidewand gehört dann ebenfalls zu der Operation.

In Einzelfällen muss auch zusätzliches Gewebe wie Knorpel oder Knochen zum Ausgleich von Sattelnasen oder anderen Defekten eingeplant werden.



## DIE FOLGEN?

Unmittelbar nach dem Eingriff ist zwar nur mit leichten Schmerzen, aber mit deutlich sichtbaren Schwellungen und Blutergüssen besonders im Wangen- und Unterlidbereich zu rechnen. Beides bildet sich innerhalb von wenigen Tagen wieder zurück. Die innere Schienung der Nasengänge mit den weichen Röhrchen oder den Salbenstreifen wird nach einer Woche schmerzlos entfernt, die äußere Kurfstoffschiene sollte tagsüber für maximal 2-3 Wochen getragen werden, um die neue Form der Nase zu stützen.

## DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Bei einer plastischen Nasenkorrektur wird die Form und Größe entsprechend den Vorstellungen des Patienten/der Patientin verfeinert und in harmonische Proportionen zu den übrigen Gesichtszügen gebracht. Nasenhöcker und übergroße Nasenflügel können dabei effektiv verkleinert, eine breite Nase verschmälert und eine Schiefnase begradigt werden. Wie präzise der chirurgische Eingriff verlaufen ist, zeigt sich allerdings oft erst nach einigen Jahren. Nachkorrekturen sind aber in den meisten Fällen möglich.

## OHRENKORREKTUR

Abstehende Ohren sind die am häufigsten vorkommenden Fehlbildungen der Ohren. Im Gegensatz zum fernen Osten, wo sie oft als Zeichen von Klugheit und Wohlstand betrachtet werden, verleiten abstehende Ohren hierzulande eher zu spöttischen Bemerkungen. Mit einer Operation läßt sich der Ohrknorpel neu formen und das Ohr anlegen.

## WAS PASSIERT?

Da bei den abstehenden Ohren meist die Hauptfältelung der Ohrmuschel entweder zu schwach ausgebildet ist oder gar ganz fehlt, muß der Ohrknorpel neu geformt und in dieser neuen Form fixiert werden. Der Ohrmuschelknorpel wird bei der am häufigsten angewandten Technik von einem weitgehend verdeckten Schnitt innerhalb des Ohrmuschelrandes freigelegt und

mit einem feinen Diamantschleifkopf ausgedünnt, bis sich der Knorpel in die gewünschte Form legt, und dann mit 3 bis 4 feinen U-Nähten fixiert. Anschließend wird die Haut mit einer fortlaufenden Naht verschlossen. Sollte allein mit dieser Technik die Ohrform nicht ausreichend zu korrigieren sein, kann von einem zusätzlichen Schnitt an der Rückseite der Ohrmuschel eine weitere Verkleinerung erfolgen.

## DIE FOLGEN?

Unmittelbar nach der oft ambulant erfolgten Operation ist mit leichten Schmerzen und evtl. mit einer bläulichen Verfärbung zu rechnen. Beides bildet sich innerhalb von einigen Tagen zurück. Beim Schlafen und Liegen sollte man die ersten drei Wochen einen Mützenverband oder ein weiches Stirnband tragen, damit es zu keiner Abknickung der Ohrmuschel kommt. Außerdem sind die Ohren solange noch geschwollen und berührungsempfindlich. Die Pflaster und der Hautfaden am Ohr werden nach ca. 10 Tagen bei Wiedervorstellung in der Praxis entfernt. Die endgültige Ohrform ist wegen der noch bestehenden Restschwellung erst nach 2-3 Monaten erreicht. Die Narbe verblaßt im Laufe der Zeit und ist später kaum noch erkennbar.

## DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?

Die Ohranlageplastik zählt für die meisten Schönheitschirurgen zu den Routine-Operationen - dementsprechend hoch liegt die Erfolgsquote. Die stärksten Auswirkungen hat eine Ohrenkorrektur im Bereich der Psyche - bei Erwachsenen ebenso wie bei Kindern und Jugendlichen. Wer - oft nach vielen Jahren - erstmals eine «ohrenfreie» Frisur trägt oder sich einen Kurzhaarschnitt gönnt, gewinnt nicht nur an Lebensqualität, sondern auch an Selbstbewußtsein. (>



# Der Spezialist

Das Kredo von Prim. Dr. Wolfgang Metka: "Man muss auf dem Klavier der medizinischen und chirurgischen Techniken so spielen können, dass die künstlerische Begabung des Chirurgen das Optimum für seine Patienten bringt."

Dr. Metka hat sich - nach seiner allgemeinchirurgischen, unfallchirurgischen und plastisch-chirurgischen Facharztausbildung - auf Ästhetische Chirurgie und Ästhetische Medizin spezialisiert. Sein künstlerisches Können entwickelte er durch Mal-Aufenthalte bei Kokoschka und Pablo Picasso. "Die größte künstlerische Herausforderung für mich ist, an einem Menschen die Schönheit sichtbar zu machen, die in ihm schlummert." Und darüber mit ihm zu diskutieren ist ein wahres Erlebnis.

Dass Dr. Metka einer der wenigen Mediziner mit internationalem Ruf ist, ist vor allem auf seine vielen Auslandsstudien bei den bekannten Meistern der Plastischen Chirurgie in Amerika und Frank

reich zurückzuführen. Die dabei gewonnenen Sprachkenntnisse, er spricht neben Deutsch ausgezeichnet Englisch, Französisch und Spanisch, kommen natürlich seinem internationalen Patienten voll zugute. Denn das persönliche Gespräch und das dabei gewonnene Vertrauen ist für Herrn Dr. Metka die Basis für eine gute Partnerschaft zwischen Patient und Arzt.

Sie sollten eine Schönheitsoperation verschieben, wenn Sie wenig Zeit haben, wenn Sie unsicher sind oder sich gerade in einer Krise befinden. Auch Körper und Gesichtszüge sollen ausgewachsen sein. Wenn Sie eine Herz-Kreislauf-Krankheit oder Nervenleiden haben, muss dies zunächst untersucht werden.

VORHER

NACHHER



OPERATION VON DR. METKA, FOTOS: WOLFGANG PABLIK

Raucher sind ein Risiko wegen schlechter Heilung.

Übertriebener Perfektionismus ist ein Problem. Auch die "Chemie" zwischen Arzt und Patienten soll stimmen, sonst hat eine kosmetische Operation wenig Sinn.

Die meisten Operationen führt Dr. Metka in ausgewählten Sanatorien in Wien oder in seiner Ordination durch. Am stärksten gefragt ist sein Können bei Gesichtskorrekturen (Nase, Facelift, Lippenvergrößerungen etc.) und Brustvergrößerungen.

Gekannte Fettabsaugungen, Peeling und das Arbeiten mit Collagen runden seine Tätigkeit ab.

Für Beratungsgespräche, die er ausschließlich persönlich durchführt, ist Dr. Metka unter den Tel. Nummern 01/585 08 00, 070/775305 oder 0664/1220000 erreichbar.



Aesthetic Surgery



Wochen bildet sich dies jedoch vollständig zurück.

#### **DIE ERFOLGSAUSSICHTEN?**

Nach der Operation sollten die Unterlider im Ruhezustand faltenlos sein, nicht jedoch beim Lächeln. Zurück bleibt eine feine, dünne Linie, die sich an den natürlichen Lidfalten orientiert. Die Oberlider sind nach dem Eingriff deutlich glatter, der Blick wird offener und die Augen wirken strahlender. Über das Endergebnis entscheidet aber nicht nur der chirurgische Eingriff, sondern auch die postoperative Pflege, also Lymphmassagen und die Verwendung spezieller Salben etc. Dabei gilt: Je konsequenter, desto besser.

#### **FACELIFTING**

Im Zuge des natürlichen Alterungsprozesses geht die Hautelastizität verloren und die Muskulatur des Unterhautgewebes erschlafft. Es entsteht der Eindruck, als wäre viel zu viel Haut vorhanden, die der Schwerkraft folgend nach unten absackt. Mit einem Facelifting - DER Schönheitsoperation schlechthin - können diese Zeichen der Zeit für einige Jahre ausgebügelt werden. Wann ein Facelifting sinnvoll ist, hängt primär von den bereits bestehenden Zeichen des Alterns ab.

#### **WAS PASSIERT?**

Das typische Facelifting gibt es nicht. Es richtet sich immer danach, welche Ver-

änderungen gewünscht werden. Mit einer Straffung der Stirn werden die Augenbrauen angehoben und die Zornesfalten geglättet. Ein Schläfenlifting führt zusätzlich zu einer Straffung der Augenpartien. Bei dem Wangenlifting werden nicht nur die Falten in dieser Region entfernt, sondern es wird auch das Fettgewebe, das vom Jochbogen nach unten abgerutscht ist, wieder an Ort und Stelle gebracht. Bei der Straffung des Halses kann durch einen weiteren kleinen Hautschnitt unter dem Kinn überschüssiges Fett entfernt werden.

. Das so genannte Minilifting spielt sich vorwiegend im Bereich der Schläfen ab und ist nur sinnvoll, wenn keine großen Veränderungen gewünscht werden.

***Dr. Wolfgang Metka, Facharzt für Plastische Chirurgie – Ästhetische Chirurgie –***

***Tel. 01/585 08 00***

