

DER FALL Operatives Lifting oder Filler?

«Ich möchte mein **Gesicht verjüngen** lassen, fürchte mich aber vor einem Facelifting.»



Dr. Jens Otte ist Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie und leitet eine Praxis in Zürich.

Wir alle erleben es früher oder später: Unser Gesicht altert, die Spannkraft lässt nach, Konturen verlieren ihre Definition, es zeigen sich Augenringe und Hohlwangen, Hamsterbäckchen kündigen sich an. Nicht jeder ist sofort bereit, sich unters Messer zu legen, und was viel wichtiger ist: Nicht immer ist das auch sofort notwendig!

Eine natürliche Auffrischung des Gesichtes besteht nicht nur aus chirurgischem Straffen, also einem Facelifting, sondern vor allem in der dreidimensionalen Behandlung: Was hängt, muss gestrafft werden, unter anderem am Hals, was zu viel ist, muss abgesaugt werden,

wie zum Beispiel bei einem Doppelkinn, und was zu wenig ist, muss aufgefüllt werden! Heute empfehlen wir deshalb ein Volumenlifting. Im Gegensatz zum Auffüllen einzelner Falten mit dünnflüssigen Fillern wie Hyaluronsäure in oberflächlichen Schichten, spritzen wir immer häufiger dickflüssige Filler in die Tiefe, um Konturen wieder herzustellen, wie zum Beispiel bei den Wangenknochen, oder wir ersetzen Volumen. Dies vor allem bei Augenringen, Hohlwangen oder im Mundbereich. Das tief injizierte Hyaluron hebt mehrere Gewebeschichten an und verursacht deshalb trotz grossen Volumina keine Unebenheiten an der Hautoberfläche. Vielmehr treffen zwei Effekte in völliger Synergie aufeinander: viel Volumen und dadurch eine sanfte Sofortstraffung – ganz ohne Narben!

Eine wichtige Neuerung auf dem Gebiet der Volumenbehandlung ist die Einführung der Pix'l-Microkanüle. Führte man früher die Unterspritzung mit spitzen, scharfen Kanülen durch, so

benötigte man dabei häufig multiple Einstiche, die durchaus schmerzhaft sein können. Nicht selten kam es mit den scharfen Kanülen zu Schwellungen, Blutungen und blauen Flecken. Durch die stumpfe, abgerundete Spitze der Pix'l-Kanüle sind Verletzungen der Gefässe in den tiefen Gewebeschichten, wo das Volumen gebraucht wird, nahezu ausgeschlossen. Die Microkanüle gleitet gewebeschonend an den Blutgefässen vorbei, anstatt sie zu verletzen. Der Eingriff ist deutlich weniger schmerzhaft, und Schwellungen sind um ein Vielfaches minimiert, sogar im Bereich der Lippen. Durch die Länge der Kanüle und ihre Flexibilität kann man von nur ein bis zwei Punkten, also Einstichen, grosse Areale des Gesichtes behandeln. Zusätzlicher Vorteil: Trotz einer grossvolumigen Unterspritzung kommt es zu keiner langen Ausfallszeit im privaten oder beruflichen Alltag.

www.dr-otte.ch



GESUNDHEIT Sprechstunde **TV-Tipp**

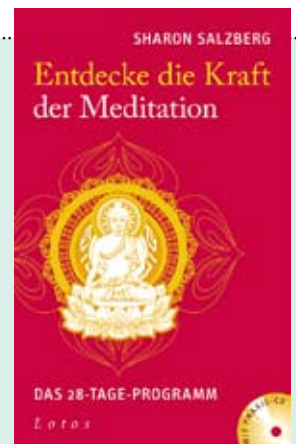
SF | Samstag, 30. Juli, 18.10 Uhr

Herzfehler Jedes hunderste Baby kommt in der Schweiz mit einem Herzfehler zur Welt. Trotz rettenden Operationen müssen diese Patienten lebenslang betreut werden. Zwei Frauen berichten, wie sie mit den Benachteiligungen fertig werden. Natascha Coppola kam vor 35 Jahren mit einem Herzfehler zur Welt. Jetzt aber ist ihr Herz so geschwächt, dass nur noch eine Transplantation sie retten kann. Ihr Bericht, wie man sich fühlt, wenn man auf der Warteliste zum Leben steht (Wiederholung im Sommerprogramm).

www.gesundheitsprechstunde.ch

Wellness für den Geist

► **BUCHTIPP** Kommen Sie zur Ruhe, und widmen Sie sich etwas Zeit! Dazu müssen Sie nicht nach Indien oder Tibet reisen – das Wohnzimmer oder das Büro in der Mittagspause reicht vollkommen aus. In ihrem neuen Buch erklärt die amerikanische Meditationslehrerin Sharon Salzberg, wie man beim Meditieren richtig sitzt, atmet und den Geist beruhigen kann. Eine CD mit vier geführten Meditationen leistet zusätzliche praktische Hilfe. ISBN 978-3-7787-8230-9.



TIPP

Ein kalter Guss am Morgen beugt **schweren Beinen** vor. Wer die kalte Dusche regelmässig macht, stärkt zudem die Venen.

TIPP

Laufen Sie wieder einmal **barfuss!** Vor allem auf weichem und unebenem Boden stärkt das die Fussmuskulatur.