



© Subbotina Anna/Shutterstock.com

# Ästhetische Eingriffe beim Mann – ein Überblick

**Autor:** Dr. med. Daniel S. Müller

Ästhetische Eingriffe sind längst nicht mehr nur weiblichen Patienten vorbehalten; immer mehr Männer haben den Wunsch, ihren Körper oder das Gesicht mithilfe ärztlicher Expertise zu optimieren. Der folgende Artikel gibt eine Einführung, welche Verfahren die beliebtesten sind und was der Behandler speziell bei männlichen Patienten beachten sollte.

**Eine Nassrasur und fertig?** Das gilt schon lange nicht mehr. Während der Umsatz von Beauty-Produkten für Frauen seit einiger Zeit auf hohem Niveau stagniert, hat sich der Markt für Herrenkosmetik in den vergangenen Jahren mehr als verdreifacht. Für die meisten Männer sind ein paar Falten verschmerzbar, wenn sich aber langsam der eigene Großvater im Spiegel abzuzeichnen droht, greifen auch sie neben äußerlich applizierbaren Pflegeprodukten immer häufiger zu tiefergehenden Therapien wie Botulinumtoxin, Fillerpräparaten & Co. Laut der GÄCD (Gesellschaft für Ästhetische Chirurgie Deutschland) werden schon 15 Prozent der gesamten ästhetischen

Eingriffe bei Männern vorgenommen, Tendenz steigend. Im angloamerikanischen Raum sind es bereits gut 25 Prozent.

## Geschlechtsspezifische Attraktivität

Die Gründe hierfür sind vielfältig, der wichtigste davon ist vermutlich die eigene Karriere. Besser aussehende Menschen bekommen mehr Gehalt. Das gilt in besonderem Maße für Männer: Nach einer Studie der London Metropolitan University verdienen gutaussehende Männer rund 15 Prozent mehr als weniger attraktive Kollegen. Und: Je höher Männer in der

Hierarchie aufsteigen, umso wichtiger wird ihr Äußeres, hat der Wiener Soziologe Otto Penz herausgefunden. Während weibliche Attraktivität sich relativ einfach mit großen Augen, klarer Haut, vollen Lippen, hoher Stirn und einem hohen Maß an Symmetrie beschreiben lässt, ist dies bei einem Mann weitaus differenzierter. Klar aber ist: Männer sind nur dann äußerlich wirklich attraktiv, wenn sie gesund und leistungsfähig wirken. Tiefe Nasolabial-, Stirn- und Glabellafalten, Schlupflid (Blepharochalasis) und Tränensäcke (Saccus lacrimalis) lassen ein Gesicht nicht nur älter und müde erscheinen, im schlechtesten Fall verbindet der Betrachter damit sogar negative Charaktereigenschaften, die sich in das Gesicht eingegraben haben. Eine graue, fleckige und ungepflegte Haut lässt auf einen ungesunden Lebenswandel schließen. Ein dicker Bauch und eine übermäßige Männerbrust (Gynäkomastie) suggerieren Schlaffheit und Passivität. Es ist also kein Zufall, dass unter den häufigsten Eingriffen, die bei Männern vorgenommen werden, eben jene sind, die genau diese Problemzonen behandeln und beheben.

### Gesichtsverjüngung mit Botulinumtoxin Typ A

Mimikfalten entstehen durch stetige Kontraktion der für die Mimik verantwortlichen Muskulatur, welche hauptsächlich im oberen Gesichtsdrittel vorhanden ist. Botulinumtoxin ist ein für den Menschen toxisches Stoffwechselprodukt des Bakteriums *Clostridium botulinum*. Dieses hemmt die Freisetzung des Neurotransmitters Acetylcholin, wodurch eine Reizüberleitung vom Nerv auf die Muskulatur verhindert wird. Diese Blockade der Reizüberleitung verhindert eine Muskelkontraktion und führt somit zu einer Ent-

spannung der mimischen Muskulatur. Die vollständige Wirkung von Botulinumtoxin entwickelt sich 7–10 Tage nach der Injektion. Durch die Hauterneuerung, die bei einem gesunden Menschen einem Zyklus von ca. 27 Tagen unterliegt, können auch stärkere Mimikfalten nach einer Botulinuminjektion mit der Zeit verschwinden. Wichtig bei der Injektionsbehandlung des Mannes ist die Berücksichtigung der stärker ausgeprägten Muskulatur. Diese hat Einfluss auf die Dosierung des Botulinums. Zudem müssen auch die Injektionspunkte anders gesetzt werden, da z.B. ein besonderer Schwung der Augenbraue beim Mann in der Regel nicht erwünscht ist.

### Gesichtsverjüngung mit Fillerpräparaten, Fadenlift oder Eigenfett

Bereits vorhandene statische Falten können mit verschiedenen Fillern (Hyaluronsäure, Fäden aus resorbierbaren Materialien, Calciumhydroxylapatit oder Eigenfett) behandelt werden. Hier geht es um eine direkte Unterfütterung der Falten bei Volumenverlust bzw. um die Gesichtskonturierung bei durch Alterselastose bedingtem Konturverlust. Auch hier gibt es spezielle Ansprüche an den Arzt in Sachen Männerästhetik. Eine scharfe Mandibularlinie, ein prominenter Kieferwinkel, ein markantes Kinn und klar konturierte Wangenknochen sind hier wichtige therapeutische Ansatzpunkte. So sollten z.B. Nasolabialfalten beim Mann nie komplett durch eine Injektionstherapie verschwinden. Es geht vielmehr um eine Linderung, um die Natürlichkeit des maskulinen Gesichts zu erhalten. Zunehmender Beliebtheit erfreuen sich auch Hautbildverfeinerungen mittels niedrig vernetzter Hyaluronsäure oder PRP (Platelet Rich Plasma). Männer stehen – wie zunehmend auch Frauen – permanenten





© Andrey\_Popov / Shutterstock.com

Implantaten ablehnend gegenüber, da das entspannte Altern mit einem natürlich frischen und dennoch altersgerechten Äußeren im Vordergrund steht.

### Laserbehandlung

Anwendungsmöglichkeiten der Lasertechnologie, die vermehrt von Männern in Anspruch genommen werden, sind: Beseitigung von Teleangiectasien mittels IPL oder Nd:YAG-Laser, Lentigo solaris oder senilis mithilfe von IPL oder Rubinlasern. Die Narbenverfeinerung mit der fraktionierten Lasertherapie, lokalisierte Hypertrichose und der Wunsch nach Tattoo-Entfernung sind häufig weitere Indikationen für eine Lasertherapie bei Männern.

### Medical Needling

Auch der Wunsch nach Verfeinerung der Hauttextur bzw. Reduktion der Großporigkeit mithilfe von Micro Needling nimmt beim männlichen Geschlecht zu. Begünstigend hierauf wirkt die generell eher zur Seborrhoe neigende Männerhaut. Die Haut kann mit einem Dermaroller® oder einem Microneedling-Gerät behandelt werden. Der Epidermis werden hier mikrofeine Verletzungen zugefügt. Während des Wundheilungsprozesses sprießen aus den nicht verletzten Arealen Fibroblasten ein, die vermehrt Kollagen und Elastin produzieren und somit zu einer Straffung des Bindegewebes und Verfeinerung der Hautstruktur beitragen.

### Lidchirurgie

Bei der Blepharoplastik der Augenlider werden jeweils überschüssiges Haut-, Fett- und Muskelgewebe entfernt. Hier handelt es sich um einen Eingriff mit gerin-

ger Downtime, worauf Männer sehr häufig Wert legen. Die Fäden können bereits fünf Tage postoperativ entfernt werden. Welche Methode hier angewandt wird, ob klassisch mit dem Skalpell oder laserchirurgisch, bleibt den Vorlieben des Behandlers überlassen. Das Resultat ist ein offener und wacher Blick.

### Liposuktion

Am häufigsten wird die Liposuktion heute in lokaler Tumescenz-Lokalanästhesie mit der Vibrationskanüle durchgeführt. Areale, die von Männern häufig nachgefragt werden, sind der Ober- und Unterbauch, die Hüften („love handles“) und bei einer Gynäkomastie die Brustregion. Dies sind Areale, die mit zunehmendem Alter auch durch körperliche Betätigung schwer oder gar nicht in Form zu bringen sind. Zusätzlich zur dauerhaften Entfernung der Fettzellen kommt es durch die Wundheilungsprozesse zu einer Straffung des Bindegewebes, dieser Prozess kann bis zu neun Monate in Anspruch nehmen. Im Endergebnis kann eine deutliche Körperkonturierung erreicht werden.

### Fazit

All diese Eingriffe sind vor allem dann erfolgreich, wenn sie rechtzeitig erfolgen und flankierende Maßnahmen zu einer gesunden Lebensweise mit beispielsweise ausgewogener Ernährung, regelmäßiger Bewegung und ausreichendem Schlaf sind. Der Trend zur Prophylaxe setzt sich auch in der ästhetischen Behandlung von Männern immer mehr durch. Laut Volksmund habe man „im Alter das Gesicht, das man verdient“, und wie in der Einleitung bereits erwähnte Studien zeigen, wird sich eine rechtzeitige Investition in sich selbst – und dies betrifft selbstverständlich Männer wie Frauen, auch wenn es hier Unterschiede in der Priorisierung gibt – immer bezahlt machen. \_

### Kontakt



**Dr. med. Daniel S. Müller**  
 Rosenpark Klinik  
 Heidelberger Landstraße 18–20  
 64297 Darmstadt  
 Tel.: 06151 9547-0  
 Fax: 06151 9547-77  
 info@rosenparkklinik.de  
 www.rosenparkklinik.de

Infos zum Autor



$$\oint_S \vec{J} \cdot d\vec{s} = \frac{1}{\mu_0} (\vec{E} \times \vec{B}) \quad 8mL^2 h^2$$

# Die Kunst der Körperformung



## VelaShape III With New Guided Mode

- Body Contouring
- Umfangsreduzierung
- Verbesserung der Cellulite
- Hautstraffung

## UltraShape POWER

- Körperformung
- Umfangsreduktion
- Selektive Zerstörung der Fettzellen

### UltraShape POWER

Pulsbasierte Abgabe fokussierter  
Ultraschallenergie.



### VelaShape III With New Guided Mode

Synerons patentierte eLōs Technologie,  
kombiniert mit Infrarot, bipolare  
Radiofrequenz und Vakuum.

