



Lunchtime Treatments: Botox in der Mittagspause

Immer mehr Menschen nutzen die Möglichkeit sogenannter Lunchtime Treatments. Dabei handelt es sich um ästhetische Eingriffe, die oftmals während der Mittagspause oder nach Feierabend durchgeführt werden, weil sie meistens weniger als eine Stunde dauern und ambulant stattfinden. Mittlerweile greifen immer mehr Patienten, die geringfügige Eingriffe wünschen, auf diese Schnellverfahren zurück.

Dr. med Simone Kirkegaard, Dr. med. Tobias Kurz

Patienten neigen dazu, Lunchtime Treatments wirklich umzusetzen, da sie generell wenig Zeit in Anspruch nehmen. Außerdem müssen keine Urlaubstage genommen oder muss auf etwaige Anlässe verzichtet werden, weil eine örtliche Betätigung bei den Behandlungen ausreicht. Zudem kommt es auch immer häufiger vor, dass Patienten bestimmte Maßnahmen wie kleinere Filler extra für ein besonderes Event umsetzen lassen. Diese Eingriffe verlaufen normalerweise komplikationsfrei und sicher, da sie minimalinvasiv sind und sehr häufig durchgeführt werden. Zu den beliebtesten Lunchtime Treatments gehören vor allem kleinere Korrekturen im Gesicht. Schon einfache Eingriffe können die Haut jünger und straffer wirken lassen, besonders viel beschäftigte Berufstätige im mittleren Alter nehmen diese Methoden gerne in Anspruch. Dabei variieren die Möglichkeiten stark: Von hängenden Augenbrauen bis hin zu unliebsamen Fettpolstern – Experten schaffen mithilfe minimalinvasiver Eingriffe Abhilfe.

Hyaluronsäure für eine schöne Nase

Innerhalb weniger Minuten erhalten Patienten mithilfe von Hyaluronsäure ihre gewünschte Nasenform. Dabei füllt die Flüssigkeit Unebenheiten oder Absenkungen auf und kann leichte Verkrümmungen ausgleichen. Wenn eine schmalere Nase gewünscht ist, kann diese – beispielsweise durch eine Erhöhung des Nasenrückens – optisch verkleinert werden. Allerdings führt diese Methode nicht zu einer tatsächlichen Verkleinerung, da durch den Filler immer Volumen hinzugefügt wird. Asymmetrien, wie beispielsweise kleine Höcker oder Dellen, gleicht die Lösung ebenfalls aus. Bei einer Nasenkorrektur spritzt der Arzt die Säure mittels einer feinen Nadel in das Unterhautgewebe. Nach der Behandlung darf der Patient die Nase einen Tag lang nicht belasten, da sich sonst das Ergebnis verfälscht. Das Tragen einer Brille könnte das Ergebnis beispielsweise beeinflussen. Möglicherweise benötigt es für ein optimales Resultat eine zweite Behandlung circa

zwei Monate später. Da der Körper die Lösung nach einiger Zeit wieder abbaut, bedarf es rund zweimal jährlich einer neuen Nasenkorrektur. Hyaluronsäure ist eine körpereigene Flüssigkeit, die zwischen den Hautzellen des Bindegewebes liegt und einen füllenden sowie stützenden Effekt hat. Aufgrund der Tatsache, dass es sich um einen natürlichen Bestandteil des Körpers handelt, wirken sich Behandlungen nicht negativ auf Gewebe oder Muskeln aus. Indem Hyaluronsäure Wasser bindet, steigert sie den Feuchtigkeitsgrad der Haut und führt so zu einem strafferen Erscheinungsbild. Auch die entzündungshemmende Wirkung von Hyaluronsäure beeinflusst eine Behandlung positiv, da sie die Wundheilung fördert. Im Gegensatz zur klassischen Nasenkorrektur durch eine Operation bietet diese Variante zwei Vorteile: Zum einen ist eine Unterspritzung sicherer und zum anderen auch preiswerter.


Augenbrauenlifting mit Botox

Auch die Augenbrauen lassen sich Patienten immer öfter straffen, denn im Alter verliert das Bindegewebe an Elastizität, was sich optisch auf das Gesicht auswirkt. So sacken die Augenbrauen im Laufe der Zeit herab, was Betroffenen häufig einen dauerhaft müden Gesichtsausdruck verleiht. In extremen Fällen fördern die erschlafften Augenbrauen zudem ein Schlupflid. Um eine Operation zu umgehen, stellt Botox eine beliebte Option dar. Dabei injiziert ein Arzt die Substanz in bestimmte Muskelpartien in die Stirn, um diese künstlich zu entspannen, damit die Augenbrauen nicht weiter herabsinken. Durch das Nervengift schüttet der Körper an dieser Stelle kein Acetylcholin mehr aus, das normalerweise die Kontraktion der Muskeln steuert. So ziehen sich die ringförmig verlaufenden Muskelfasern in der Stirn weniger zusammen, wodurch es zu einem sichtbaren Lifting-Effekt kommt und das Gesicht des Patienten wieder wacher und frischer wirkt. Dieser Effekt hält für gut vier bis sechs Monate an.

Allerdings stellt diese Methode nur bei leichten Schlupflidern eine Option dar. Schränken die überschüssigen Hautfalten das Sichtfeld beispielsweise so stark ein, dass der Betroffene nicht mehr richtig sehen kann, benötigt er eine operative Entfernung des Schlupflides.

Faltenfrei durch Mesotherapie

Ebenfalls großer Beliebtheit erfreut sich die sogenannte Mesotherapie, welche Falten natürlich bekämpft. Im Laufe der Zeit verliert die Haut Elastin und Kollagen, welche maßgeblich zur Spannkraft des Gewebes beitragen. Durch diesen Verlust bilden sich aufgrund von sich ständig wiederholenden Gesichtsregungen, wie beispielsweise Lächeln oder die Augen zusammenkneifen, kleine Falten. Bei der Mesotherapie spritzen Experten mithilfe feiner Mikronadeln verschiedene straffende Stoffe in die mittlere Hautschicht. Unter anderem befinden sich Vitamine, Antioxidantien oder Aminosäuren in der Substanz. Diese ist bei jedem Patienten individuell zusammengesetzt und hängt beispielsweise davon ab, welche Zonen behandelt werden. Generell erzielen die Wirkstoffe eine verbesserte Durchblutung, Sauerstoffversorgung sowie eine verstärkte Feuchtigkeitsbindung der Haut. Des Weiteren regen sie die körpereigene Neubildung von Kollagen und Elastin an, um dem Gewebe wieder mehr Festigkeit zu verleihen. So lassen sich Falten gezielt verringern. Außerdem kann eine Mesotherapie präventiv gegen Haarverlust wirken, da die Wirkstoffe die Haarwurzeln anregen und stärken.



© berdsigns - stock.adobe.com

„Zu den beliebtesten Lunchtime Treatments gehören vor allem kleinere Korrekturen im Gesicht. Besonders viel beschäftigte Berufstätige im mittleren Alter nehmen diese Methoden gerne in Anspruch.“



Radiofrequenztherapie

Neben diesen drei Klassikern gewinnen auch andere Lunchtime Treatments an Popularität. Als besonders beliebt stellen sich dabei Behandlungen heraus, die der Haut ohne Operation mehr Elastizität verleihen, wie beispielsweise eine Radiofrequenztherapie. Diese verfolgt zwei Ziele: zum einen die Minderung von Altersspuren wie Falten und zum anderen das Entfernen kleinerer Fettansammlungen. Bei der Behandlung erwärmt hochfrequenter Strom die Haut, das Unterhautgewebe sowie das Fettgewebe auf bis zu 43 Grad Celsius. Dieses Erhitzen führt unter anderem dazu, dass die Wände der Fettzellen zerfallen und diese dann über die Lymphbahnen abgebaut werden. Gleichzeitig ziehen sich die Kollagenfasern im Gewebe durch die Wärme zusammen, sodass die Haut straffer erscheint und sich leichte Falten glätten. Damit lassen sich kleinere Unebenheiten im Gesicht, am Hals und am Dekolleté behandeln. Mittels einer Radiofrequenztherapie lässt sich zudem Fettgewebe an Armen, Beinen, Bauch und Gesäß reduzieren. Eine Anwendung ist schmerzfrei und es bedarf keiner Betäubung. Je nachdem, welche Zone behandelt wird, benötigt ein Patient zwischen zwei und sechs Sitzungen, um ein optimales Ergebnis zu erzielen. Da der Kollagenaufbau durch den Körper ein wenig Zeit in Anspruch nimmt, zeigt sich das endgültige Resultat nach rund drei bis sechs Monaten.

Fadenlifting

Bei diesem Lifting straffen selbstauflösende Polymilchsäure-Fäden die Haut und glätten sie dadurch sichtbar. Unter örtlicher Betäubung bringt ein Facharzt mittels feiner Nadeln in der Regel zwei bis vier Fäden pro Gesichtshälfte ins Unterhautfettgewebe im Gesicht ein. Wie lang diese sind und wie viele genutzt werden, entscheidet sich individuell je nach Patient und dem zu behandelnden Bereich. Durch die Aufnahme der Polymilchsäure verstärkt sich die körpereigene Kollagenbildung, wodurch es zu gesteigertem Volumen im betroffenen Bereich kommt. Nach sechs bis acht Monaten löst der Körper die Substanz wieder auf, jedoch bleibt der Effekt durch die Anregung des Bindegewebes weiterhin für bis zu zwei Jahre bestehen. Anschließend kann der Eingriff jederzeit wiederholt werden. Durch die Behandlung kann es zu leichten Schwellungen oder kleinen Blutergüssen kommen. Besuche beim Zahnarzt, in der Sauna, im Solarium und im Fitness-

studio sollten Patienten für zwei Wochen vermeiden. Da ein Fadenlifting am meisten Wirkung zeigt, wenn die Haut noch nicht gänzlich an Elastizität verloren hat, eignet sich dieser Eingriff am besten für Betroffene zwischen dem 30. und 50. Lebensjahr.

Richtigen Facharzt wählen

Auch bei diesen schnellen Eingriffen gilt: Nur ein Facharzt sollte sie durchführen, um mögliche Komplikationen oder unerwünschte Ergebnisse zu vermeiden. Da sogenannte Lunchtime Treatments sich gerade großer Beliebtheit erfreuen, gibt es immer wieder weniger qualifizierte Angebote. Auch wenn diese auf den ersten Blick ansprechend erscheinen, da sie häufig günstiger sind, sollten Patienten diese preiswerten Angebote meiden, da sie einen Indikator für Mängel darstellen. Oft bedeuten diese nämlich, dass entweder das Personal nicht richtig ausgebildet ist oder minderwertige Präparate für die Anwendung genutzt werden.



Dr. med. Simone Kirkegaard

Dr. med. Tobias Kurz

MED ESTHETIC KIRKEGAARD | KURZ

Rothenbaumchaussee 5

20149 Hamburg

Tel.: +49 40 440447

contact@medesthetic-kk.de

www.medesthetic-kk.de

Infos zur Autorin



Infos zum Autor



PRP-Behandlung mit der Arthrex ACP® Doppelspritze

Dr. med. Hans-Ulrich Voigt erörtert die Anwendungsgebiete von PRP.

Was ist PRP?

PRP bedeutet Platelet Rich Plasma, also plättchenreiches Plasma. Es handelt sich um ein Konzentrat von Blutbestandteilen, hauptsächlich Thrombozyten (Blutplättchen), das mit Hilfe der Arthrex ACP® Doppelspritze aus dem Blut der Patienten entnommen und durch sanfte Zentrifugation gewonnen wird. Dieses Konzentrat wird auch ACP (Autologous Conditioned Plasma) genannt und besteht aus Eigenblut, weshalb die PRP-Behandlung auch als Vampir-Lifting bezeichnet wird.

Effekte sowohl bei alleiniger Anwendung von PRP, als auch in Kombination mit Minoxidil und Finasterid. In einer Vergleichsstudie gegen topisches Minoxidil übertraf die PRP-Monotherapie den Effekt der alleinigen Minoxidiltherapie. Es zeigte sich eine Verdickung der Epidermis, eine Zunahme von Größe und Zahl der Haarfollikel und eine Vermehrung von Blutgefäßen. Der Haarausfall reduzierte sich signifikant nach 1-4 Behandlungen.



Blutplättchen sind reich an Wachstumsfaktoren; es sind mindestens 9 Wachstumsfaktoren bekannt, die in Thrombozyten gebildet und gespeichert werden. Diese spielen bei der Wundheilung, der dabei erforderlichen Gewebsneubildung und der Narbenbildung eine entscheidende Rolle. Die Wachstumsfaktoren bewirken die Neubildung von Kapillaren und insbesondere von neuen Kollagenfasern. Wenn das ACP in die Haut gespritzt wird, wird neues Kollagengewebe im Corium aufgebaut, was die Haut verdickt und verfestigt.

Das PRP-Konzentrat wird entweder manuell mit der Spritze, mit dünnen Kanülen (Mesotheapie) oder mit Hilfe einer elektrischen oder mit Pressluft betriebenen Injektionspistole in die Haut eingespritzt. Üblicherweise wird eine Serie von 3-6 Behandlungen in 3-4 wöchigem Abstand durchgeführt.

Welche weiteren Anwendungsmöglichkeiten gibt es für PRP?

Die Wachstumsfaktoren im PRP können auch andere Gewebe stimulieren, z.B. Haarwurzelzellen, weswegen sie auch bei androgenetischer Alopezie und Alopecia areata eingesetzt werden. In zahlreichen Studien wurden diese haaraufbauenden Effekte mittlerweile nachgewiesen*. In Placebo-kontrollierten Studien und in Vergleichsstudien zeigten sich positive



In anderen Fachgebieten wird das PRP ebenfalls zum Gewebenaufbau eingesetzt, z.B. in der Orthopädie bei Arthrose und Sehnenschäden, in der Neurologie bei Nervenschäden oder in der Kardiologie bei Herzmuskelschäden.

Kann man PRP mit anderen Behandlungen kombinieren?

Die PRP-Behandlung eignet sich hervorragend zur Kombination mit anderen, Kollagenaufbauenden Behandlungen, wie Laser-, Radiofrequenz- oder Ultraschallbehandlungen und Microneedling. Die durch Verletzung (Microneedling) oder Wärme (Laser, Radiofrequenz, Ultraschall) erzeugte Stimulation der Kollagenaufbauenden Zellen (Fibroblasten) wird



Dr. med. Hans-Ulrich Voigt – Facharzt für Hautkrankheiten, Allergologie – Phlebologie, Promenadeplatz 10, 80333 München



durch das PRP deutlich verstärkt. Im Falle des Haarausfalles ist es sinnvoll, die PRP-Behandlung durch die gleichzeitige Injektion von konzentrierten Haarernährungsfaktoren zu ergänzen. Die Kosten für eine PRP-Behandlung liegen bei ca. 300€, für eine Kombinationsbehandlung mit Hyaluronsäure bei ca. 400€. Bei ausgeprägtem Haarausfall wird die PRP Behandlung (aufgrund der guten Studienlage) häufig von den Privatkassen übernommen.

Was ist das Besondere an der Arthrex ACP® Doppelspritze von Croma-Pharma?

Die Arthrex ACP® Doppelspritze, erhältlich über Croma-Pharma, ist ein innovatives, geschlossenes System für eine einfache und schnelle PRP Herstellung. Hiermit kann innerhalb weniger Minuten ein PRP mit der optimalen Thrombozyten Konzentration (x2,5) hergestellt und angewendet werden. Der Patientenkomfort ist wesentlich höher als mit anderen Systemen, da bei der Arthrex ACP® Doppelspritze keine Antikoagulantien oder Trenngele eingesetzt werden und die Injektion dadurch kein unangenehmes Brennen hervorruft. Dies ist auch durch die Sicherheit des Systems gewährleistet, welches geschlossen, steril und nadelfrei sogar im OP angewendet werden kann.

* Literatur:

Dermatol Ther. 2016 Oct 28. Doi: 10.1111/dth. 12437 (Epub ahead of print). El Taieb MA¹, Ibrahim H², Nada EA³, Seif Al-Din M⁴. Platelets rich plasma versus minoxidil 5% in treatment of alopecia areata: A trichoscopic evaluation

Stern Cells Transl Med. 2015 Nov,4(11): 1317–23. Gentile P¹, Garcovich S², Bielli A³, Scioli MG³, Orlandi A³, Cervelli V⁴. The Effect of Platelet-Rich Plasma in Hair Regrowth: A Randomized Placebo-Controlled Trial.

J Cutan Aesthet Surg. 2014 Apr;7(2): 107–10. doi: 10.4103/0974-2077.138352. Khatu SS¹, More YE¹, Gokhale NR¹, Chavhan DC¹, Bendsure N¹. Platelet-rich plasma in androgenic alopecia: myth or an effective tool.

Asian J Transfus Sci. 2015 Jul–Dec; 9(2): 159-62. doi: 10.4103/0973-6247.162713 Singhal P¹, Agarwal S², Dhot PS¹, Saval SK². Efficacy of platelet-rich plasma in treatment of androgenic alopecia.

Chen JX, Justicz N, Lee LN. Platelet-Rich Plasma for the Treatment of Androgenic Alopecia: A Systematic Review. *Facial Plast Surg.* 2018 Dec;34(6):631-640. doi: 10.1055/s-0038-1660845. Epub 2018 Jun 28.

J Dermatolog Treat. 2016 May 6: 1–4. (Epub ahead of print). Gupta AK¹, Carviel JL². Meta-analysis of efficacy of platelet-rich plasma therapy for androgenetic alopecia.

Int J Trichology, 2015 Apr-Jun; 7(2):54–63. doi: 10.4103/0974-7753.160098. Maria-Angeliki G¹, Alexandros-Efstratios K¹, Dimitris R², Konstantinos K¹. Platelet-rich Plasma as a Potential Treatment for Noncicatricial Alopecias.

Dermatol Surg. 2016 Apr;42(4): 491–7. Alves R¹, Grimalt R. Randomized Placebo-Controlled, Double-Blind, Half-Head Study to Assess the Efficacy of Platelet-Rich Plasma on the Treatment of Androgenetic Alopecia.

Dermatol Surg. 2016 Sep 14. (Epub ahead of print). Gupta AK¹, Carviel J. A Mechanistic Model of Platelet-Rich Plasma Treatment for Androgenetic Alopecia.

Anitua E, Pino A, Jaén P, Navarro MR. Platelet rich plasma for the management of hair loss: Better alone or in combination? *J Cosmet Dermatol.* 2019 Apr;18(2): 483-486. doi: 10.1111/jocd.12683. Epub 2018 Jun 14.