



# Lifting ohne Risiko



Faltenfrei in wenigen Minuten – das funktioniert wirklich. Wir zeigen die neuen Methoden: sanft, schnell und ohne Skalpell

**E**rste Fältchen sind noch kein Problem. Aber wenn sie sich tiefer in die Haut graben, denkt jede 5. Frau an eine Schönheits-OP. Die Folge: Jedes Jahr lassen sich bei uns 400 000 Frauen liften. Der neue Trend jedoch: Immer mehr wählen dabei Methoden ohne Skalpell. Aber was bringen die Verfahren, und sind sie wirklich ohne Risiko? Wir haben Dr. Boris Sommer (42), Schönheits-Chirurg aus Frankfurt am Main gefragt:

**Welche Vorteile hat sanftes Lifting?**  
„Im Gegensatz zu Eingriffen mit dem Skalpell wirkt das Gesicht nicht starr, und es bleiben keine Narben. Man verwendet zur Sicherheit Materialien, die der Körper selbst wieder abbaut. Allergien auf Botox – das ist ein chemisches Gift – oder aufpolsternde Substanzen sind kaum bekannt.“

**Wie lange dauern die Behandlungen?**  
„Eine Falten-Unterspritzung etwa 15 Minuten, Botox-Injektionen fünf bis zehn Minuten, das Lasern zehn bis 20 Minuten. Davor werden ausführliche Beratungsgespräche gemacht.“

**Sind die Eingriffe schmerzhaft?**  
„Die Pikser sind kaum spürbar. Sensible Partien wie z. B. am Mund werden kurz betäubt. Bei langen Laser-Sitzungen rate ich zu lokaler Anästhesie.“

**Wo finde ich den richtigen Experten?**  
„Fachverbände für ästhetische Chirurgie geben Auskunft.“

**Infos und Ärzte-Adressen über:**  
Deutsche Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie  
Tel.: 0 40 / 85 37 03 31, [www.dgaepc.de](http://www.dgaepc.de)  
Gesellschaft für Ästhetische Chirurgie Deutschland  
Tel.: 0 61 92 / 96 26 70, [www.gacd.de](http://www.gacd.de)  
Spezialpraxis für Faltentherapie  
Tel.: 0 69 / 92 88 27 71,  
[www.drborissommer.de](http://www.drborissommer.de)

## Schonend und schnell: Ultraschall

**Methode:** Garantiert schmerzfrei – per Ultraschall wird ein Anti-Falten-Gel („Beautox“, synthetisch hergestellt) tief in die Haut transportiert. Dort entspannt es die Muskulatur und stärkt das Bindegewebe. Die Mikromassage per Ultraschall regt außerdem die Kollagenproduktion an, Mimikfältchen rund um Augen und Mund wirken straffer. Wird in Arztpraxen und Kosmetikstudios angeboten. Info: [www.fuhlendorf-beauty.de](http://www.fuhlendorf-beauty.de).

**Kosten:** 40 Euro pro Sitzung (10 Minuten), empfohlen werden zehn Sitzungen und eine Auffrischung alle 4 Wochen.

**Experte Dr. Sommer:** „Könnte helfen, allerdings handelt es sich noch nicht um eine geprüfte Standardmethode.“



## Faltenkiller auf Zeit: Botox

**Methode:** Botulinumtoxin, kurz Botox, ist ein natürliches Bakteriengift, das für die Faltenbehandlung im Labor nachgebaut wird. Es blockiert Muskelbewegungen, die Muskulatur entspannt und die Haut darüber auch. Das Gift wird extrem verdünnt gespritzt und vom Körper nach und nach wieder abgebaut. Botox glättet Stirnfalten

und Lachfältchen. Neuerdings wird es auch bei Mund-, Hals- und Dekolleté-Falten eingesetzt.  
**Kosten:** 300 bis 500 Euro, hält 4 bis 6 Monate.  
**Experte Dr. Sommer:** „Botox ist sicher und hoch effektiv – wenn ein Fachmann es spritzt! Dann besteht nicht die Gefahr, dass die Mimik erstarbt oder falsche Muskeln lahm gelegt werden.“

Vorher



Nachher



## Gut verträglich: Hyaluronsäure

**Methode:** Gel aus Hyaluronsäure (körpereigener Zuckerstoff, der synthetisch hergestellt wird) polstert feine und tiefe Falten auf. Es wird mit einer feinen Nadel gespritzt und verteilt sich sofort im Gewebe. Hyaluronsäure-Unterspritzungen (z. B. „Restylane“, „Hydra Fill“) eignen sich für Augen-, Stirn- und Lippenfalten sowie Nasolabialfalten zwischen Nase und Mund. Sie glätten auch Narben.  
**Kosten:** 300 bis 450 Euro. Nach 3 bis 9 Monaten baut der Körper die Säure ab.  
**Experte Dr. Sommer:** „Die Behandlung wird häufig angewendet, ist sehr gut verträglich, es besteht kaum Allergiejähr. Kann mit Botox kombiniert werden.“

## Superpräzise: Laserlicht

**Methode:** Mit der Zeit produziert der Körper weniger Kollagen (elastische Erweißfasern), und die Haut erschlafft. Gebündelte Licht-Energie durchdringt die obersten Hautschichten, regt die Kollagenbildung im Gewebe an. Je nach Lasertyp werden feine Fältchen geglättet oder obere Hautschichten abgetragen. Durch das Abtragen der Haut verschwinden tiefe Falten, Pigmentflecke oder Narben.

**Kosten:** Ca. 150 bis 4 000 Euro, je nach Lasertyp, Zahl der Sitzungen und Größe der behandelten Fläche. Der Lifting-Effekt hält, bis sich durch die natürliche Hautalterung neue Falten bilden – also mindestens 3 Jahre.  
**Experte Dr. Sommer:** „Lasern ist sehr effektiv. Intensive Behandlungen haben den Nachteil, dass die Haut erst nach Tagen heilt und sechs Monate keine Sonne sehen darf.“



## Ohne Allergierisiko: Eigenfett

**Methode:** Mit Langzeiteffekt bis zu drei Jahren. Bei der Eigenfettbehandlung werden Fettzellen aus der Knie- oder Po-Partie entnommen, aufbereitet und unter die Haut gespritzt. Bügelt Fältchen aus, bewährt auch z. B. bei Akne Narben.

**Kosten:** Ca. 1 500 Euro, mit Fettabsaugung bis zu 4 000 Euro. Eigenfett kann für Nachbehandlungen (ca. 300 Euro) eingefroren werden.

**Experte Dr. Sommer:** „Risikolos, da es sich um eigenes Körperfett handelt. Die Patienten werden ambulant behandelt, müssen aber 4 bis 6 Wochen ein Mieder tragen.“

## Aktiviert gezielt: Bio-Pulsations-Therapie

**Methode:** Gilt als Bio-Lifting, da ein pflanzlich-mineralischer Wirkstoff-Mix (z. B. mit Opal, Quarz, Schlüsselkraut) verwendet wird. Eine Vakuumsaugpumpe („Pneumatische Pulsations-Therapie“) versetzt die Haut in Schwingungen und aktiviert den Stoffwechsel. Anschließend wird der Lifting-Wirkstoff in Akupunkturpunkte gespritzt. So soll der Alterungsprozess verlangsamt werden.

**Kosten:** Ab 1 300 Euro für 10 Sitzungen, hält ca. 1 Jahr. Wird von Heilpraktikern angeboten. Infos: [www.pneumed.de](http://www.pneumed.de).

**Experte Dr. Sommer:** „Die Methode ist erst wenig erprobt. Bei pflanzlichen Methoden rate ich zu einem Allergietest.“



## Neuer Trend: Milchsäure

**Methode:** Seit 20 Jahren wird in der Medizin Poly-L-Milchsäure eingesetzt – für Nahtfäden, die sich von selbst auflösen. Neu ist die Verwendung der Milchsäure (kommt als Baustein in Darm und Muskeln vor) für Beauty-Behandlungen. Die Säure („New Fill“, „Sculptura“) wird im Labor nachgebaut, in Wasser gelöst und injiziert. Sie eignet sich speziell für tiefe Mund- und Nasenfalten und füllt auch eingesunkene Wangen auf.  
**Kosten:** Ab 300 Euro pro Sitzung, bis zu 3 sind nötig. Hält ca. 2 Jahre.

**Experte Dr. Sommer:** „Milchsäure wird vom Körper gut angenommen, das Lifting hält lange. Das Spritzen verlangt viel Fingerspitzengefühl!“

