



Endlich! Eine persönliche Sprechstunde für Leserinnen.
Vier Expertinnen machen Sie schlauer – und schöner

TEXT: Margit Rüdiger

Wäre doch klasse, eine persönliche Sprechstunde für alle möglichen Beauty-Probleme zu haben! In der Deutschlands Top-Expertinnen aus den Bereichen Dermatologie, Chirurgie und Kosmetik sämtliche Fragen beantworten, die man sich schon immer (oder neuerdings) gestellt hat. Ist CBD das neue Wundermittel? Was passiert nach Fillerbehandlungen, und wie kriegt man Pigmentflecken weg? Willkommen in der neuen *myself* Beauty-Kli-

nik. In den vergangenen Monaten hat die Redaktion Mails und Nachrichten der Leserinnen gesammelt und gescannt. Was interessierte sie besonders? Welche Themen tauchen immer wieder auf? Jetzt werden diese Fragen exklusiv von einer Expertinnenrunde beantwortet. Und die Beauty-Klinik ist weiterhin geöffnet. Bis zum 14. Juli 2021 können Sie Ihre Fragen auf myself.de/beautyklinik einreichen. Die Haut-Profis stehen ab dem 15. Juli im neuen Talk-Format auf Instagram Rede und Antwort.

Das dermatologische Quartett

Diese Frauen wissen, worauf es ankommt



Anne Gürtler ist Ärztin für Dermatologie und Allergologie an der Uniklinik München und damit auch Spezialistin für Pigmentflecken.



Als Ärztin für ästhetische Dermatologie kennt sich Elisabeth Schuhmachers besonders gut mit Fillern und Botox aus.



Skalpell oder Spritze? Die plastische Chirurgin Caroline Kim aus München hat die Antwort.



Die Hamburger Kosmetologin Sabine Gütt weiß genau, was die Haut wirklich braucht.

Was man über Filler wissen sollte

myself
IGTV-
Talk



Ärztin Dr. Elisabeth
Schuhmachers

Die besten Botox-Alternativen und was wirklich gegen Augenschatten und Fältchen hilft, erklärt Dermatologin Elisabeth Schuhmachers in der zweiten Folge der Beauty-Klinik.

Stimmt es, dass Filler das Hautbild verschlechtern?
„Im Gegenteil: Je häufiger man sie spritzt, desto feiner, straffer und kleinporiger wird der Teint, denn Filler regen die Kollagenbildung an – und das sorgt für eine elastische, jung aussehende Haut. Ebenfalls ein Mythos ist, dass das Gewebe erschlafft, wenn sich der Filler abgebaut hat. Hyaluronsäure ist zudem ein besonders sicherer Wirkstoff und kann vielfältig eingesetzt werden. Für kleine Fältchen verwende ich etwa eine dünnflüssigere Variante als für den Volumenaufbau der Wangen.“

Was hilft gegen hängende Wangen und Mundwinkel?
„Schlaffe Konturen werden spätestens ab Mitte 40 ein Thema. Dagegen können einerseits kollagenbildende Behandlungen wie Ultherapy, Radiofrequenz, Mesotherapie oder ein Fadenlifting helfen. Andererseits aber auch Hyaluronsäure-Konturfiller am Kinn und der Kieferline. Ich setze meistens auf eine Kombination aus Microneedling und verschiedenen Radiofrequenz-Therapien. Aber auch damit kommt man irgendwann an seine Grenzen. Wer zu viel spritzen lässt, bekommt ein aufgequollenes Gesicht. Älteren Patientinnen rate ich deshalb eher zu einem Facelift.“

FOLGE 2: AM 22. JULI UM 19.00 UHR @MYSELFGERMANY

Neues aus dem OP-Saal

Sind Facelifts immer noch so aufwendig wie früher?
„Vor einigen Jahren war ein Facelift in der Tat noch eine große Sache, aber das hat sich längst geändert. Die OP-Techniken sind schonender geworden, die Narkose ist besser verträglich und die Heilungszeit deutlich kürzer. Ich straffe nicht die Haut, sondern die darunterliegende Schicht, das sogenannte SMAS. Außerdem setze ich auf innen liegende ‚Tabaksbeutelnähte‘, die leichter abheilen. Und nicht zuletzt sind die Schnitte kürzer und werden so platziert, dass sie kaum noch zu sehen sind. Das Ganze hält etwa zehn Jahre.“

Für wen eignet sich eine Fettabsaugung am Bauch – und für wen nicht?
„Absaugen kann man nur das subkutane, also das Unterhautfettgewebe, das direkt unter der Bauchdecke liegt. Das sogenannte viszerale Fett hingegen sitzt im Inneren und umgibt die Organe im Bauch. Bei apfelförmigen Figuren gibt es oft mehr viszerales Fett – eine Absaugung macht deshalb nur wenig Sinn. Anders bei einer birnenförmigen Figur mit mehr subkutanem Fett. Grundsätzlich zählen Absaugungen zu den sicheren Operationen, nur in seltenen Fällen kann es zu Kreislaufproblemen oder einem Lungenödem kommen.“



Chirurgin
Dr. Caroline
Kim

myself
IGTV-
Talk

Worauf man bei einer Brustverkleinerung achten sollte und wie eine Lidstraffung funktioniert, beantwortet Chirurgin Caroline Kim exklusiv im Beauty-Klinik-Talk.

FOLGE 3: AM 29. JULI UM 19.00 UHR @MYSELFGERMANY