

# WIE WERDEN WIR JUNG BLEIBEN?

Und wollen wir das um jeden Preis? BRIGITTE-Autorin Diana Helfrich hat sich in Kanada auf dem weltgrößten Dermatologen-Kongress nach den Trends und Entwicklungen in Sachen Anti-Age umgesehen

FOTOS ANTONI BERNAD

**E**r guckt mich ganz deutlich an. Auf meiner linken Wange ist seit einigen Jahren ein Pigmentfleck, der mich schon lange stört. Und nun, in Kanada, wo ich mich auf der Toilette im Vancouver Convention Centre im Spiegel sehe, wird mir schlagartig klar: Das ist nicht irgendein dunkler Fleck – das ist eine Alterserscheinung. Das habe ich gerade gelernt auf dem 23. World Congress of Dermatology, einer „global celebration of dermatology“, wie die Veranstalter sagen, einer weltweiten Hautarzt-Party mit über 1600 Vortragenden, und natürlich ist Anti-Age ein ganz großes Thema hier.

Hautexperten beschäftigen sich ja längst nicht mehr nur mit Schuppenflechte, Wundheilung und Akne, auch wenn deren Erforschung und Behandlung natürlich das ist, was die Wissenschaft der Haut und ihrer Erkrankungen ursprünglich ausmacht. Doch Hautärzte auf der ganzen Welt verdienen viel Geld mit der Schönheit, und darum spielt sie auch hier, im derzeitigen Epizentrum der Dermatologie, eine so große Rolle.

Ich treffe Dr. Martin Kägi vom Hautzentrum Zürich, einen Facharzt mit jahrelanger Erfahrung im Bereich Anti-Age und ästhetischer Medizin, außerdem beratender Dermatologe für die Kosmetikfirma Kiehl's, die zur L'Oréal-Gruppe gehört. Und die ist der größte Sponsor des gigantischen Kongresses. Einer der Gründe, warum Martin Kägi hier in Vancouver ist. Ich darf den Kiehl's-Experten begleiten, der genau wie ich nach den neuesten Anti-Age-Trends sucht. Einer hat was mit dem Fleck zu tun, der kurz nach meinem 40. Geburtstag auftauchte. Denn zu glauben, das Alter der Haut sei vor allem an Falten festzumachen, ist überholt – meine erste wesentliche Erkenntnis hier.

Man hat sich auf neue Kennzeichen geeinigt. Und eines der wichtigsten ist eben die Ebenmäßigkeit der Haut bzw. -farbe, die sogenannte Evenness of skin. Je älter wir werden, desto wahrscheinlicher sind Flecken wie der auf meiner Wange, die unter anderem durch Sonne und hormonelle Veränderungen entstehen. Darauf hat die Kosmetikindustrie längst reagiert, mit unzähligen Produkten gegen Pigmentstörungen. Auf dem Kongress stellt die Dermatologin Yan Wu von der China Medical University die Strategien der Ärzte dagegen vor: Sehr wichtig ist natürlich Sonnenschutz, damit die Flecken gar nicht erst entstehen bzw. nicht noch dunkler werden. Dann kann man chemische Peelings anwenden, um die Pigmente wegzuschälen.

Und Laser, die sie abtragen. So weit, so bekannt. Doch als die Ärztin über Depigmentierungstabletten mit Tranexamsäure spricht, beugt sich Martin Kägi zu mir hinüber und flüstert: „Das ist was wirklich Neues.“ Es wäre das erste orale Präparat, das bei Pigmentflecken zum Einsatz kommt.

Tranexamsäure wird schon seit Jahrzehnten als Mittel gegen übermäßige Blutungen eingesetzt. Irgendwann fiel auf, dass die Substanz aufhellt, vor allem Flecken, die nach einer Entzündung der Haut zurückgeblieben sind – der Wirkstoff blockiert die Synthese des Hautfarbstoffs Melanin, indem er das Enzym Tyrosinase ausschaltet. Ebenmäßige Haut zum Schlucken? Ja, das wird wohl kommen. Auch wenn es noch ein weiter Weg ist von der Präsentation auf einem Kongress bis zur Zulassung eines Medikamentes für diesen Einsatzbereich. Denn die gibt es nicht ohne umfangreiche Studien.

Schon merkwürdig, hier zu sitzen und über ebenmäßige Haut nachzudenken, während in den Nachbarsälen über schwarzen Hautkrebs oder Neurodermitis gesprochen wird. Doch das ist nun mal die Wirklichkeit der Dermatologie, und die Veränderungen im Anti-Age-Geschäft sind ja ohne Frage spannend. So gehört zu den „neuen“ Kennzeichen gealterter Haut auch ihre schwindende Elastizität. Unsere Hülle wird mit den Jahren schlaffer, da im Laufe der Zeit mehr und mehr Eiweißbindungen im Kollagen kaputtgehen, sodass es seine Festigkeit verliert. Und wie ich auf dem Kongress lerne: Es ist zwar ungeheuer mühsam, Kollagen zu festigen, doch vergleichsweise einfach, sein Erschlaffen zu verhindern. Das gelingt unter anderem, indem man „oxidativen Stress“ verhindert – also dafür sorgt, dass freie Radikale schnellstmöglich abgefangen werden oder gar nicht erst entstehen.

Hiervon handeln zwei der interessantesten Vorträge auf dem Kongress: Jean Krutmann vom Leibniz Institut für ▶

EINE  
TABLETTE  
GEGEN  
PIGMENT-  
FLECKEN:  
DARAN  
WIRD  
BEREITS  
GEARBEITET

Umweltmedizinische Forschung in Düsseldorf berichtet, dass leider keineswegs nur das gefürchtete UV-Licht für „oxidativen Stress“ in der Haut sorgt. Auch ein Teil des Infrarotlichts – umgangssprachlich oft mit Wärmestrahlung gleichgesetzt – dringe in die Zellen ein und trage dort massiv zur Hautalterung bei. Und, noch beunruhigender: Sichtbares Licht tut das auch. Sonnencreme schützt nicht vor diesen Strahlen.

**U**m Falten bestmöglich zu verhindern wäre tatsächlich ein Leben als Maulwurf gut. Aber zum Glück kann man auch für einen Sonnenschutz von innen sorgen. Das verdeutlicht der Vortrag Jürgen Lademanns von der Charité in Berlin: Er hat eine Methode entwickelt, um die Konzentration von Antioxidanzien in der Haut zu messen, und gezeigt, dass sich solche Substanzen dort anreichern. Sie fangen vor Ort Radikale ab und sind darum ein erwiesenermaßen wirksames Konzept gegen die Zeichen der Hautalterung. Wie gut das funktioniert, haben wir weitgehend selbst in der Hand, sagt Jürgen Lademann: „Die Radikale sind Fingerabdrücke unseres Lifestyles.“ Denn neben einer Grippe zum Beispiel ruinieren auch Alkohol, Rauchen und Stress diesen Mechanismus messbar. „Nach einer Party dauert es vier Tage, bis der volle Schutz wieder da ist“, lässt der Hautphysiologe sein Publikum wissen. Und natürlich können sich Antioxidanzien umso besser anreichern, je mehr man davon in Form von frischem Obst und Gemüse sowie hochwertigen Ölen zu sich nimmt.

Doch noch wichtiger als Ebenmäßigkeit und Elastizität ist offenbar das Volumen der Haut. Tamara Griffiths, eine der führenden kosmetischen Dermatologinnen Großbritanniens, hält es

für die „hallmark of ageing“, für das Kennzeichen des Alterns schlechthin. Und sie beschreibt eindrücklich, was sich im Laufe eines Lebens in einem Gesicht abspielt. In den 20ern gleiche das Antlitz einem gleichschenkligen Dreieck, dessen Spitze nach unten zeigt: volle Wangen und ein kleines Kinn. Fünf Jahrzehnte später habe sich das Dreieck umgedreht, das Volumen ist aus der Mitte des Gesichts nach unten gesackt. Für die Anti-Age-Behandlung bedeutet das aus ihrer Sicht: Es ist viel wichtiger, die Täler und flachen Bereiche aufzufüllen, als die Haut zu straffen. „Don't chase wrinkles!“, ruft sie ihren Kollegen mehrmals zu, man solle nicht die Falten jagen. Vor allem in der Mitte des Gesichts müsse man Volumen ersetzen, das sei deutlich effektiver als etwa wie früher verzweifelt zu versuchen, die Nasolabialfalte, die Furche vom Nasenflügel zum Mundwinkel, zu glätten.

**Z**wei Türen weiter und einen Tag später zeigt auch Susan Weinkle aus Florida Bilder von der „cheek deflation“, also vom Flachwerden der Wangen, die sie mit „it makes you look tired“ kommentiert, „es lässt einen müde aussehen“. Und demonstriert den Anwesenden direkt, wie man dagegen vorgeht: Im Extremfall werden Implantate eingesetzt, viel häufiger Füllmaterialien wie körpereigenes Fett oder synthetische, sogenannte Filler. Mit diesen Stoffen kann man ein Gesicht regelrecht modellieren. An einem Foto von Angelina Jolie leitet sie her, wo genau auf den Wangenknochen der „süße Punkt“, der „sweet spot of beauty“ sei, an dem man die Nadel ansetzen müsse. Dann zeigt sie ein Video, wie sie genau das bei ihrer besten Freundin tut. Oha, denke ich, wer schön sein will muss leiden – es sieht schmerzhaft, ja, nahezu grob aus.

Obwohl es verboten ist, klicken die Smartphones, die Kongressbesucher fotografieren Weinkles Charts. Ich male mir aus, wie die rund 500 Zuhörer bei ihren nächsten Patienten nach Weinkles Kurzanleitung den Abstand zu Ohren und Nase abmessen, um den „süßen Punkt“ zu finden, und frage mich: Kann das gut gehen? Darf das wirklich jeder der hier anwesenden Ärzte einfach so machen? „Man muss noch nicht mal Dermatologe oder plastische Chirurgin sein, um solche Spritzen zu setzen – ein Riesenproblem auch in Europa“, sagt der Schweizer Anti-Age-Spezialist Martin Kägi. Wenn aber die nötigen

Qualifikationen nicht eindeutig geregelt sind, ist es am besten, zu denjenigen zu gehen, die am meisten Erfahrung haben. Bei den Fillern etwa gebe es um die 200 verschiedene Produkte, die in Europa zugelassen sind, und je nach Falte, Hauttyp und Bedürfnis der Patientin ist Kägi zufolge ein anderes optimal. Nur wer viel spritzt, kann das gut überblicken. Das tun natürlich vor allem die Dermatologen mit den großen Praxen – also genau diejenigen, die dann sehr hohe Preise nehmen können. Und das macht das Geschäft mit der Schönheit aus der Praxis noch undemokratischer, als es ohnehin schon ist. ▶

**DASA & O?  
VOLUMEN!**  
Tränensäcke  
lassen sich  
etwa mit  
Hyaluron-  
säure  
behandeln

AUF DEN  
WANGEN-  
KNOCHEN  
SOLL ER  
SITZEN,  
DER  
„SWEET  
SPOT OF  
BEAUTY“



Und noch etwas hat sich verändert: Permanente Methoden haben sich nicht bewährt, Füllmaterialien, die sich nicht nach einigen Monaten oder Jahren von selbst abgebaut haben, sind out. Genau wie Facelifts. „Die versucht man heute möglichst lange rauszuzögern, am besten bis zum Rentenalter“, sagt Martin Kägi. Und auch dann mache man eher nur noch einen Mini-Lift, etwa um Hängebacken zu straffen.

Moderne Anti-Age-Methoden begleiten Menschen durchs Leben, müssen, wie man es bei Botox erstmals gesehen hat, für einen dauerhaften Effekt immer wieder angewendet werden. Das Nervengift ist übrigens immer noch ein großer Trend, vor allem, weil sich über die Jahre einige hocharbeitende Zusatzeffekte abzeichnen haben: Botox scheint die Aktivität der Talgdrüsen und der Blutgefäße zu beeinflussen, weshalb es die Hauttextur und -farbe auffrischt. Zudem wirkt es offenbar auch vorbeugend: Wer seine Muskeln immer wieder per Spitze lahmlegt, sorgt dafür, dass sie mit den Jahren verkümmern und Zornesfalten etwa gar nicht erst entstehen. Shannon Humphrey, Dermatologin mit großer Ästhetik-Praxis in Vancouver, zeigt hierzu Fotos eines Zwillingspärchens Ende 30: Eine der Frauen hatte sich in den letzten 13 Jahren zwei- bis dreimal im Jahr botoxen lassen, wenn auch nur mit kleinen Mengen. Die andere hatte

## BOTOX BLEIBT IM SPIEL - UND WIRKT OFFENBAR AUCH PRÄVENTIV



**EINE FRAGE DES ANSATZES**  
Kollagen zu festigen ist mühsam, sein Erschlaffen zu verhindern viel einfacher

insgesamt zwei Behandlungen. Und, was soll ich sagen? Die Frau mit den vielen Spritzen sieht für jeden erkennbar jünger aus.

Ich bin mit Sicherheit nicht die Einzige im Saal, die sich jetzt ausmalt, wie ein Zwilling von mir aussehen würde, der regelmäßig mehr Zeit und Geld in sein Äußeres investiert hätte. Trotzdem: Ich finde, hier laufen eindeutig ein paar Ärztinnen und Ärzte rum, die ein bisschen zu viel haben machen lassen oder selbst gemacht haben. Etwas übertrieben oder den falschen Filler, und die Haut wirkt seltsam aufgedunsen, darauf weist mich Martin Kägi hin. Der Grat ist schmal, und wie bei den weißen Hollywood-Gebissen ist es natürlich auch Geschmacksache, wie offensichtlich behandelt man aussehen möchte.

Was mich aber unheimlich stört, ist der Gedanke, dass es bald unvermeidlich sein könnte, etwas machen zu lassen. Das behauptet der Journalist Joel Stein in einer Titel-Story des US-amerikanischen „Time-Magazine“, die kurz nach dem Kongress erscheint: Es sei wie mit der Zahnregulierung, die heute einfach dazugehört. Man werde es sich gar nicht mehr leisten können, ein Gesicht zu tragen, das dem Alter entspricht.

Nur, wenn jetzt nicht jeder einsteigt, können wir Joel Stein widerlegen. So gesehen wäre es vielleicht sogar unsolidarisch, überhaupt mit Anti-Age-Behandlungen anzufangen. Trotzdem habe ich einen Termin bei einer Dermatologin in der Hamburger Innenstadt zum Lasern meines Pigmentflecks gemacht. Und was das Haut-Volumen angeht, werde ich einfach ein paar Kilo zunehmen. Das sollte gar kein Problem sein.

### VON DER WISSENSCHAFT ZUR CREME

Hinter vielen Anti-Aging-Produkten steckt jahrelange Forschung: Wirkstoffe wie Retinol werden überarbeitet, Vitamin C in neue Wirkstoffkomplexe gebracht - alles, um Falten, Volumen- und Leuchtkraft-Verlust zu stoppen



- 1 Stimuliert die Kollagenbildung „Collagen M/P Serum“ von Matriskin, ca. 85 Euro
- 2 Verbessert die Leuchtkraft „Bio-Retinoïd Anti-Ageing Cream“ von Ren, ca. 60 Euro
- 3 Unterstützt die Zellregeneration „Visionnaire Nuit“ von Lancôme, ca. 85 Euro
- 4 Polstert auf „Force C3“ von Helena Rubinstein, ca. 149 Euro
- 5 Reduziert Falten „Powerful Strength Line-reducing Concentrate“ von Kiehl's, ca. 73 Euro



**DIANA HELFRICH, 45**, hat in Kanada erlebt, dass man jemanden in eine unangenehme Situation bringen kann, wenn man ihn nach dem Alter eines Dritten fragt - wann jemand geboren wurde, wird in manchen Kreisen wie ein Geheimnis gehütet. Und erstaunlich viele Leute sind zehn Jahre älter, als sie aussehen.