

# Sommerfitter *Body*

**KÖRPER-TREATMENTS** – Da sich Ihre Kundinnen mittlerweile der Pflege des Körpers – ausgelöst durch ein stärkeres Körperbewusstsein – fast so ausgiebig widmen wie der Gesichtspflege, stehen neben professioneller Gesichtsbehandlung auch Cellulitebehandlungen bei der Kosmetikerin hoch im Kurs. Was es dabei zu beachten gilt, lesen Sie hier.



„Wundermittel, um Cellulite „verschwinden“ zu lassen, gibt es keine.“

Fit und „knackig“ aussehen und in „good shape“ bleiben, das wollen wir alle. Eine „Orangenhaut“ hingegen möchte wirklich niemand haben! **Allerdings sind neun von zehn Frauen, unabhängig von Konfektionsgröße und Alter, von Cellulite betroffen.** Diese manifestiert sich meist an Gesäß, Oberschenkeln und am Bauch. Aber auch die Oberarme können betroffen sein. Sie ist kein krankhafter Prozess, sondern ein physiologischer Zustand.

## Was ist Cellulite?

Cellulite ist eine nicht krankhafte, nicht entzündliche (daher nicht

„Cellulitis“) Veränderung des subkutanen Fettgewebes. Sie entsteht ausschließlich bei Frauen, bedingt durch eine besondere anatomische Beschaffenheit/Struktur des weiblichen Fettgewebes. **Frauen sind genetisch für die körperliche Belastung während einer Schwangerschaft vorbereitet.** Das weibliche Bindegewebe ist im Vergleich zum männlichen daher dünner, dehnbar und anders aufgebaut. In der Unterhaut befinden sich traubenartig angeordnete Fettzellen, die durch ein Gerüst von Bindegewebsfasern (Septen) in sogenannten „Fettlappchen“ zusammen- bzw. in Form gehalten werden. Diese Fettkammern können sich auf das 10-Fache vergrößern. Bei Frauen verlau-

fen die Bindegewebsfasern senkrecht zur Hautoberfläche, parallel nebeneinander und stehen mit der Oberhaut in Verbindung. **Nimmt das Fett in der Unterhaut zu, wird es innerhalb der Fettkammern nach oben gedrückt.** Die sehr elastische weibliche Haut kann dem Druck nicht genügend entgegenwirken, sodass die Fettpölsterchen die Haut vorwölben. An der Hautoberfläche entstehen dadurch, wie bei den Steppnähten einer Matratze, Einziehungen an den Stellen, wo die Bindegewebssepten mit der Oberhaut in Verbindung stehen. Dieser Effekt ist für die wellige Hautstruktur verantwortlich.

**Männer haben dickere Bindegewebsfasern**, die gitterartig gekreuzt zur

Hautoberfläche verlaufen. Die Fettzellen stecken wie in einem Korsett und werden daher viel fester gehalten. Das verleiht der Haut größere Stabilität, sie kann sich nicht nach außen vorwölben.

**Die Häufigkeit von Cellulite ist unabhängig vom Körpergewicht.** Das Erscheinungsbild kann jedoch bei übergewichtigen Personen stärker ausgeprägt sein. Und mit fortschreitendem Alter haben bis zu 90% aller Frauen Cellulite.

## Ursachen von Cellulite

Als Ursache ist in erster Linie der anatomische Hautaufbau – also das schwächere Bindegewebe – anzusehen, aber nicht nur. Es gibt viele weitere Faktoren. Früher wurden z.B. Störungen der Mikrozirkulation, Ansammlungen bestimmter Stoffwechselprodukte und Übersäuerung verantwortlich gemacht. Dies ist wissenschaftlich jedoch nicht belegt. Aber der Hormonhaushalt, die Lebens- und Ernährungsweise sowie die sportliche Aktivität sind Parameter, die die Körpersilhouette und das Erscheinungsbild von Cellulite beeinflussen.

**Mit jedem Lebensjahr nimmt die lipolytische Aktivität des Körpers ab.** Der Fettabbau wird erschwert und der hektische, oft ungesunde Lebensstil fördert zusätzlich, dass Fett gespeichert wird. Die Silhouette wird dicker, das Gewebe schlaff und Cellulite bildet sich aus. Hormone (Östrogene) begünstigen zusätzlich Fettdepots an Schenkeln, Hüfte, Gesäß und Bauch und fördern die Ansammlung von Wasser.

**Die Ernährung und die Ausprägung des sportlichen Lebensstils spielen zudem eine wichtige Rolle.** Fast Food, kalorienreiches, ungesundes Essen und Bewegungsmangel fördern den Aufbau von Fettgewebe. Das z.B. sind durchaus Faktoren, auf die jeder Einzelne selbst einwirken kann, indem Ernährung und körperliche Aktivität angepasst werden. Eine erhöhte Aufnahme von zu vielen Transfetten und zu viel Zucker haben z.B. fata-



Eine der effektivsten kosmetischen Behandlungsmethoden bei Cellulite ist das Bodywrapping mit Spezialfolie.



Massagetechniken zielen zusätzlich auf eine Stärkung des Bindegewebes ab, um das Erscheinungsbild der Cellulite zu verbessern.

le Folgen. Die Transfettsäuren sind die „schlimmsten“ Fette in der Nahrung und vor allem in Fast Food enthalten, aber z.B. auch in Milch oder Blätterteig. Das Fettgewebe beginnt vermehrt Fette zu speichern und die Fettzellen nehmen an Volumen zu. Durch Bewegungsmangel kommt hinzu, dass nicht ausreichend Kalorien verbraucht werden und auch das Gewebe mangelhaft durchblutet und versorgt wird.

### Subzision

Wundermittel, um Cellulite „verschwinden“ zu lassen, gibt es keine. Im medizinischen Bereich wird seit

einiger Zeit neben Lasertherapien die Subzision (Durchtrennung) der bindegewebigen Septen vorgenommen. Die für die Dellenbildung bei Cellulite ursächlichen Septen ziehen die Oberfläche der Haut wie ein Gummiband in die Tiefe und erzeugen das unregelmäßige Relief der Cellulite.

**Bei der Subzision werden diese Septen durchtrennt bzw. gelöst und die Haut kann in ihren geglätteten Hautzustand zurückkehren.** Das Ergebnis hält ca. drei Jahre. Die Kosten einer Behandlung liegen bei ca. 3500 Euro. Eine weitere bewährte medizinische Methode ist die Fettabsaugung. Subzision und Fettabsaugung fallen nicht in den Bereich der Kosmetik.

### Bodywrapping

Die gute Nachricht ist, dass auch im kosmetischen Bereich die Symptome effektiv behandelt werden können und mit den richtigen Methoden und Produkten sichtbare Erfolge erzielt werden. **Die Behandlungskonzepte zielen auf die Kräftigung des Bindegewebes und die Reduktion der Fettmasse ab.** Eine der effektivsten kosmetischen Behandlungsmethoden ist das Bodywrapping mit Spezialfolie. Bereits nach wenigen Wochen werden die Erfolge sichtbar. Neben apparativen Verfahren wie z.B. der **Radiofrequenzbehandlung** ist **Bodywrapping** sowohl effektiv als auch leicht zu handhaben. Die kostenintensive Anschaffung eines Geräts ist nicht not-



### MEHR ERFAHREN – ONLINE GEHEN!

Exklusiv für BASIC-Online- oder PREMIUM-Kombi-Abonnenten von BEAUTY FORUM: Welche Kontraindikationen es bei Bodywrapping gibt und wie die Behandlung genau abläuft, erfahren Sie auf unserer Internetseite unter [www.beauty-forum.com](http://www.beauty-forum.com). Geben Sie einfach den Webcode 151896 ein.

wendig und es werden auch keine aufwendigen Umbauten für Duschräume benötigt. Wrapping wirkt intensiv, da die Folie Wärme am Körper halten kann, ohne unangenehm zu werden. Besonders gute Ergebnisse werden im Bereich Anti-Cellulite, Hautstraffung und Fettabbau erzielt, vor allem bei gleichzeitiger **Anwendung von Spezialmassagen und effektiven Bodyprodukten.** Die topischen Produkte und Massagetechniken zielen zusätzlich auf eine Stärkung des Bindegewebes ab, um das Erscheinungsbild der Cellulite zu verbessern. Beim Bodywrapping (ursprünglich in der Medizin in der Ödemtherapie eingesetzt) tritt unter der Folie ein Mehrfacheffekt auf: es wird Wärme erzeugt, die Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt. Durch den Druck und die vorab aufgetragenen Wirkstoffprodukte, werden die Fettzellen aktiviert und ein wenig zusammengesoben. Dabei treten Wasser und Stoffwechselendprodukte aus den Zellen aus und werden abtransportiert. **Erste Erfolge sieht man nach einer sechswöchigen Kur mit je einer Behandlung pro Woche.** Regelmäßige Wiederholung intensiviert den Behandlungserfolg. □



**DR. MED CHRISTINE SCHRAMMEK-DRUSIO**

Die Dermatologin, Allergologin und Anti-Aging-Expertin entwickelte verschiedene Behandlungsmethoden, u.a. die Kräuterschälkur „Green Peel“.

## DER SCHWERE-GRAD DER CELLULITE

**Stadium 1:** Nur beim Zusammenschieben der Haut erscheint ein „Peau-d`Orange“-Effekt.

**Stadium 2:** Bei Muskelanspannung wird insbesondere am Gesäß eine wellige Hautoberfläche sichtbar.

**Stadium 3:** Auch in Ruhe und im Liegen ist eine wellige Hautoberfläche sichtbar.

**Stadium 4:** Auch in Ruhe und im Liegen weist die Haut eine höckerige Hautoberfläche auf.