



# Moderne Cellulitebehandlung

## Interview mit Dr. med. Martin Kägi



Dr. med. Martin Kägi

Was ist Cellulite und wie entsteht sie?

**Dr. med. Martin Kägi:** Von Cellulite sind nur Frauen betroffen. Die Cellulite tritt an Gesäss, Hüften und Oberschenkeln auf und ist gekennzeichnet durch Ausstülpungen von Fettgewebe in die Dermis. Es werden unregelmässige Verdickungen oder Höckerchen und Dellen sichtbar, weshalb die Cellulite auch als Matratzen- oder Orangenhaut bezeichnet wird. Frauen sind dazu prädisponiert, weil sie im Vergleich zu Männern strukturelle Unterschiede im subdermalen kollagenen Bindegewebe aufweisen. Bei Männern verlaufen die Bindegewebesepten in den oberen Subkutisschichten kreuzartig. Dadurch werden die Fettzellen klammerartig umschlossen und können nicht in die Dermis durchdrücken. Bei Frauen sind die Bindegewebesepten des Unterhautfettgewebes hingegen parallel angeordnet und verlaufen senkrecht zur Hautoberfläche. Diese weitmaschigen Kollagenfasern können sich bei Bedarf (Schwangerschaft) besser dehnen. Zwischen diesen Septen lagern sich die Fettgewebeläppchen ab. Es werden Vorwölbungen sichtbar. Damit Frauen für die Schwangerschaft Energiereserven anlegen können, haben sie generell viel mehr Fettzellen als Männer. Bei hormonellen Schwankungen in der Pubertät, Schwangerschaft oder vor der Menopause kann es zu einer Störung des Gleichgewichts zwischen Fettaufbau (Verstärkung der Lipogenese) und Fettabbau (Verminderung der Lipolyse) in Richtung Fetteinlagerung kommen. Dabei können sich die Fettzellen von Stecknadelgrösse bis zur 100-fachen Grösse verändern. Die vergösserten Adipozyten drücken nicht nur durch das weitmaschige weiche Bindegewebe bis zur Dellenbildung, sondern vermindern die lokale Mikrozirkulation, sodass Schlackenstoffe und Wasser durch das Lymphsystem weniger gut abtransportiert werden. Oftmals

sind die Lymphgefässe in den Cellulitearealen für diese Aufgabe zu klein und nicht gut genug ausgebildet. Mit der Zeit können sich Entzündungen und Ödeme bilden, und es kommt zur Verhärtung der kollagenen Fasern.

Welches Verfahren verwenden Sie zur Behandlung der Cellulite?

**Kägi:** Eine mögliche Form der Cellulitebehandlung basiert auf drei verschiedenen Elementen, nämlich einer Saugvakuummassage, die mit Radiofrequenz und Infrarotlicht kombiniert wird. Mithilfe der Radiofrequenz wird das Gewebe auf zirka 45 °C erwärmt. Dies hat eine Kontraktion der Kollagenfasern und somit Straffung der Haut zur Folge. Zusätzlich wird die Erwärmung des Gewebes durch eine Infrarotlampe unterstützt, was die Durchblutung und damit die intrazelluläre Sauerstoffdiffusion fördert. Zudem wird das Gewebe mechanisch durch eine Vakuummassage mit speziell geformten Rollen massiert und stimuliert. Diese Massnahmen aktivieren den Prozess der Entschlackung und des Wasserabtransports via Lymphgefässe (lymphogene Drainage) und erhöhen den Fettstoffwechsel (Lypolyse). Die Grösse der vorhandenen Fettkammern reduziert sich, was letztlich nicht nur zu einem glatteren Erscheinungsbild der Haut, sondern auch zu einer Verminderung des Umfangs im behandelten Bereich führt.

Welchen Einfluss hat die Kombination von Saugvakuummassage mit Radiofrequenz und Infrarotlicht auf die Nachhaltigkeit des Behandlungsergebnisses?

**Kägi:** Früher beschränkte sich die Behandlung auf eine reine Vakuummassage mit Endermologiegeräten, wobei die Wirkung höchstens 2 bis 3 Wochen anhielt. Um dauerhafte Resultate zu erzielen, wurden deshalb bessere Verfahren entwickelt. Indem heute das Gewebe erwärmt und zusätzlich gestrafft wird, können nachhaltigere Ergebnisse erreicht werden. Zu empfehlen sind zweimal im Jahr 10 bis 20 Sitzungen. In der Regel hält das Resultat der Behandlung bis zu 6 Monaten an. Bei einzelnen Patientinnen ist es jedoch sinnvoller, eine Erhaltungstherapie während des ganzen Jahres mit 2 bis 4 Sitzungen pro Monat durchzuführen.

*Gibt es Kontraindikationen?*

**Kägi:** Zu den Kontraindikationen zählen alle systemischen Erkrankungen aus dem internistischen und rheumatologischen Formenkreis, Lipödeme, schwere Varikosis, Thrombosen und Tumore. Bei vielen oberflächlichen Krampfadern ist Vorsicht geboten. Besenreiser müssen vor Beginn der Cellulite-Therapie behandelt werden. Da hauptsächlich Bauch-, Gesäss- und Hüftbereich bis Mitte Oberschenkel therapiert wird, sind nur wenige lokale Kontraindikationen zu beachten.

*Sind für eine erfolgreiche Therapie auch adjuvante Massnahmen notwendig?*

**Kägi:** Es sind immer zusätzliche Massnahmen notwendig. Die Behandlung kann unterstützt werden durch Gewichtsreduktion, Ernährungsberatung und gezieltes Training (z.B. Power Plate).

*Gibt es für die beschriebene Behandlungskombination Saugvakuummassage mit Radiofrequenz und Infrarotlicht noch weitere Anwendungsmöglichkeiten?*

**Kägi:** Dieses Kombinationsverfahren wird vor allem bei Cellulite angewendet. Wenn nach einer Liposuktion Unregelmässigkeiten im Gewebe zurückbleiben, kann mit dieser Behandlung die Oberfläche der Haut ausgeglichen werden. Dies ist ein

sehr wichtiges Einsatzgebiet. Hier werden neben Frauen auch Männer behandelt, bei welchen nach mehreren Fettabsaugungen noch Dellen sichtbar sind.

Neben der Cellulite sind auch gewisse Formen des Lipödems für die Behandlung geeignet. Hierfür muss aber zuerst nach dessen Ursachen gesucht werden. Eine Behandlung darf erst erfolgen, wenn das Vorhandensein medizinisch relevanter Erkrankungen abgeklärt wurde.

*Ganz neu zur Cellulite-Behandlung ist die akustische Wellentherapie. Wie beurteilen Sie diese Methode?*

**Kägi:** Die akustische Stosswellentherapie ist eine neue Methode, die für die Cellulite-Behandlung noch in Entwicklung ist. Akustische Pulse werden ausserhalb des Körpers erzeugt und breiten sich als Wellen im Gewebe aus, die zur Stimulierung des Gewebes und Straffung der Haut genutzt werden können. Im Moment fehlen noch breit abgestützte klinische Vergleichsstudien. Im Vergleich dazu ist die Kombination von Saugvakuummassage mit Radiofrequenz und Infrarotlicht von der FDA zugelassen, und alleine in den USA werden inzwischen über 2000 solcher Geräte betrieben. Die akustische Stosswellentherapie stellt eine neue Option dar, die möglicherweise das therapeutische Spektrum für die Behandlung der Cellulite erweitern wird.

*Die Redaktion dankt Herrn Dr. med. Martin Kägi für das interessante Gespräch.*

*Korrespondenzadresse:*

*HautZentrum Zürich*

**Dr. med. Martin K. Kägi**

*Leitender Arzt*

*Schaffhauserstrasse 355, Sternen Oerlikon*

*8050 Zürich*

*Tel. 044-318 88 99, Fax 044-318 88 98*

*E-Mail: martin.kaegi@hin.ch*