

DER KOMMENTAR



Von Axel Grysczyk

Alle Warnstufen stehen auf Rot

Rassismus-Debatte, ungelöste Migrationsfragen, ein politisch nicht zurechnungsfähiger US-Präsident, Überalterung – jeden Tag produzieren diese Themen immer düstere Schlagzeilen. Dass in dieser Woche bekannt wurde, dass der sogenannte Erdüberlastungstag bereits am 1. August war, ist eher nebensächlich. Wie drückte es ein Klimaforscher aus: Wenn ein Kreuzfahrtschiff angeschlagen ist, gibt es trotzdem andere Probleme: Das Essen ist miserabel, die Band spielt schlecht, die Matrosen werden ausgebeutet, aber wenn das Schiff untergeht, sind all diese Probleme irrelevant.

Beim Erdüberlastungstag rechnen Wissenschaftler aus, wann die weltweiten Ressourcen verbraucht sind, die innerhalb eines Jahres wieder nachwachsen könnten. 1970 war es rechnerisch erst am 29. Dezember so weit, im Jahr 2000 bereits im September. Inzwischen ist es der 1. August. Die Weltbevölkerung wirtschaftet laut Forschungsorganisation Global Footprint, als hätte sie 1,7 Erden zur Verfügung. Besonders bitter: Deutschland allein hatte seine Natur-Ressourcen für 2018 rechnerisch schon am 2. Mai aufgebraucht.

Dürre-Perioden, schmelzende Gletscher und das Verschwinden von immer mehr Arten – die Warnleuchten unseres Planeten zeigen die höchsten Stufe an. Wenn es uns nicht gelingt, unser Leben klimaneutraler zu gestalten, wird das Leben für unsere Enkel nicht mehr mit unserem jetzigen vergleichbar sein.

Wenn also das Schiff untergeht, brauchen wir über Rassismus oder demografischen Wandel nicht mehr nachzudenken. Den Klimawandel lösen wir nicht nächste Woche. Aber: Jeder kann damit anfangen, etwas klimafreundlicher zu leben.

Professor Hans Michael Ockenfels über Sonne, Falten und Promis im Botox-Wahn

„Männer stehen eher zu ihren kosmetischen Eingriffen“

Von Kristina Bräutigam

Glatte Haut gilt für viele Menschen als ultimatives Schönheitsideal. Nicht nur Frauen, auch immer mehr Männer lassen mit Botox und Co. nachhelfen. Im EXTRA TIPP spricht Professor Hans Michael Ockenfels, seit 21 Jahren Leiter der Klinik für Dermatologie und Allergologie in Hanau, über Beauty-Trends, Sonnenschäden und Schlauchbootlippen.

Zurzeit gibt es für viele Menschen nichts Schöneres, als am Badesee in der Sonne zu liegen und sich zu bräunen. Geht einem Dermatologen da der Hut hoch?

Nein. Wie bei Vielen gilt: Die Dosis macht das Gift. Die Existenz der Menschen und auch des gesamten Lebens auf der Erde ist ohne die Sonne nicht möglich. Die Menschen, insbesondere die Haut des Menschen, haben sich über 20.000 Jahre gut an die Sonne adaptiert. Wer nur wenige Stunden pro Tag am Badesee in der Sonne liegt, die Mittagszeit meidet und für entsprechenden UV-Schutz sorgt, hat erst mal alles richtig gemacht.

Trotzdem unterschätzen offenbar viele die Gefahr. Die Zahl der Hautkrebs-Neuerkrankungen in Deutschland steigt seit Jahren dramatisch.

Hautkrebs ist inzwischen der häufigste Krebs des modernen „weißen“ Menschen in Deutschland. Schuld hierfür ist eine zu hohe kumulative

Sonnendosis, also eine zu hohe Dosis an UVB- und UVA-Strahlen, die die Haut in einem bestimmten Zeitraum absorbieren muss. Wer im Dezember auf den Malediven Golf spielt, muss einkalkulieren, dass die Sonnenintensität 300 Prozent stärker ist als die Sonneneinstrahlung, die unsere Haut im Juli in Süddeutschland gewöhnt ist.

Sie wurden im vergangenen Jahr vom Internationalen Olympischen Komitee zum medizinischen Berater des modernen Fünfkampfs berufen. Welche Sportler sind besonders gefährdet?

Besonders gefährdet sind Läufer, Radfahrer und Wassersportler. Da die meisten Sonnenschutzmittel durch den Schweiß nicht haften und das oft zu Irritationen in den Augen führt, verzichten viele Sportler lieber auf angemessenen Schutz. Das ist fatal, zumal viele Profisportler in den Wintermonaten Trainingsorte auf der Südhalbkugel oder im Mittelmeerraum wählen. Aber auch viele Freizeitsportler handeln fahrlässig, insbesondere wenn sie regelrecht fanatisch in gleißender Mittagssonne trainieren. Viele meiner Hautkrebspatienten sind Tennisspieler, die genau das jahrelang gemacht haben.

Sonne macht aber nicht nur krank, sondern ist auch Hautalterungsfaktor Nummer eins. Sie sind Experte für die ästhetische Dermatologie. Welche Maßnahmen sind bei den weiblichen Patienten besonders gefragt, um Falten loszuwerden?

Der Trend geht ganz klar zu den „nicht sichtbaren Eingriffen“. Vor ein paar Jahren haben die Patientinnen noch großzügig ein bis zwei Wochen Urlaub genommen, jetzt bevorzugen sie ästhetisch-korrektive Gesichtsbearbeitungen wie Plasma, Eigenfettun-

terspritzen, Detox- oder Meso-Behandlungen oder Fadenlifting, deren Auswirkungen nach ein, zwei Tagen nicht mehr sichtbar sind. Die Patientin lässt am Freitag einen Eingriff vornehmen und muss sich am Montag nicht mit Verbänden im Büro zeigen. Frauen sprechen heute wieder weniger offen über die Eingriffe.

Und was lassen die Männer machen?

Vor allem bei sportlichen Männern, die über Jahre starker Sonnenbestrahlung ausgesetzt waren, besteht oft ein großer Widerspruch zwischen dem schlanken, sportlichen und gepflegten Aussehen und einer im Gesicht oft faltigen Haut, die fünf bis zehn Jahre vorgealtert ist. Um die Falten loszuwerden oder zu verhindern, stehen Botox und Filler aber auch kleine Liftings bei Männern derzeit hoch im Kurs. Interessanterweise reden Männer auch eher darüber. Das ist für viele, als hätten sie ein neues Auto gekauft.

Der Druck, eine makellose Haut zu haben, wird auch durch Plattformen wie Instagram immer größer. Für wie bedenklich halten Sie die Entwicklung, dass sich schon 20-Jährige Botox spritzen lassen?

Damit sich Falten bilden, muss erst mal Bindegewebe erschlaffen, kollagene Fasern müssen sich abbauen und die Elastizität schrumpfen. Bei der Mehrzahl der Frauen ist das in großem Umfang nicht vor dem 35. Lebensjahr sichtbar. Insofern wäre das, je nach Fall, für mich ein vernünftiges Einstiegsalter, beispielsweise für eine Botox-Behandlung im Stirnbereich. Eine 20-Jährige behandle ich nicht. Stattdessen würde ich versuchen, sie zu überzeugen, warum eine Behandlung noch keinen Sinn macht.

Es gibt viele Prominente, die bis

zur Unkenntlichkeit gestrafft und unterspritzt sind. Sind diese Menschen süchtig nach Eingriffen?

Die Veränderung bis zu Unkenntlichkeit entwickelt sich nicht von jetzt auf gleich, sie ist ein schleichender Prozess, der über Jahre stattfindet. Nach der vierten, fünften oder sechsten Aufpolsterung einer Oberlippe verliert der Patient die Wahrnehmung für sein früheres Ich und wünscht stattdessen immer mehr. Durch immer neue Eingriffe entfernt sich der Patient von seinem eigentlichen Ursprungsbild, ohne es zu merken. Das Schönheitsideal verändert sich bei diesen Menschen quasi stündlich, bis das furchtbare Endresultat erreicht wird. Leider gibt es viele Ärzte, die das Spiel mitspielen, weil sie Umsatz generieren müssen. Ich muss das nicht, weil die ästhetische Dermatologie nur ein Schwerpunkt unseres Leistungsspektrums ist. Meine Klinik hat noch keiner mit Schlauchbootlippen verlassen.

Sehen Sie eigentlich auf Anhieb, wenn jemand im Gesicht nachgeholfen hat?

Wenn es richtig gut gemacht wird, sieht man es nicht. Denn genauso sollte es sein.

Warum haben wir eigentlich alle solch eine große Angst vor Falten. Schließlich sind die doch auch Ausdruck eines gelebten Lebens.

Es gibt heute eine große Spannung zwischen dem biologischen und dem gefühlten Alter. Bei vielen Menschen entspricht die körperliche Fitness dem eines zehn oder 15 Jahre jüngeren Menschen. Selbst ein 70-Jähriger hat heute eine ganz andere Gesundheit und ist körperlich viel aktiver als ein 70-Jähriger vor 30 oder 40 Jahren. Die Eingriffe sind gewissermaßen der Wunsch, das Äußere mit dem gefühlten Alter in Einklang zu bringen.



Prof. Dr. med. Hans Michael Ockenfels in der neuen Detox-Lounge. Auch Promis wie DJane Giulia Siegel zählen zu seinen Patienten. Foto: kb