

CELLULITE

---

Viele Frauen leiden an Cellulite, auch "Orangenhaut" genannt. Unter Cellulite wird eine Vermehrung von Fettzellen im Unterhautfettgewebe verstanden. Weil diese Fettzellen durch das erschlaffte Bindegewebe nach oben drücken, macht sich diese Vermehrung durch ein unregelmässiges Relief unter der Haut besonders am Bauch, Po und an den Oberschenkeln bemerkbar. Die Ursache für Cellulite liegt im weiblichen Hormonhaushalt, viele Frauen über 20 Jahre sind von diesem Phänomen mehr oder weniger stark betroffen.

Dr. Linde hat sich auf modernste Behandlungsmethoden gegen die Cellulite und zur Stärkung des Bindegewebes spezialisiert. Oftmals ist es notwendig, mehrere Verfahren miteinander zu kombinieren. Anhand der Anamnese, der klinischen Untersuchung und den Ergebnissen der Thermolipo-Analyse wird für jeden Patienten die effizienteste Therapie zusammengestellt.

## DIAGNOSTIK

### *Kneif-Test*

Dieser Test dient zur Lokalisation von Veränderungen, wenn diese noch nicht so sichtbar sind. Dabei wird die Haut zwischen Daumen und Zeigefinger genommen und unter Druck nach Unregelmässigkeiten (Dellen) im Unterhautgewebe gesucht.

### *Skala nach Nürnberger-Müller*

Diese Klassifizierung unterscheidet vier Stufen der Veränderung:

- 1) keine Dellen beim Zusammendrücken der Haut
- 2) spontan keine Veränderungen, nur Druck führt zu Dellen
- 3) Dellen zeigen sich im Stehen, aber nicht im Liegen
- 4) Veränderungen der Haut im Stehen und Liegen

## *Thermolipo-Analyse*

---

Neueste Diagnoseverfahren erlauben es, den Grad der Cellulite und ihre Beschaffenheit detailliert zu analysieren, um dann das beste und effizienteste Therapiekonzept ausarbeiten zu können. Wesentlicher Bestandteil der Diagnostik ist neben einer ausführlichen Anamnese der Einsatz der Thermolipo-Analyse, eines schmerzlosen Verfahrens, das das genaue Ausmass und die Art der Cellulite unter der Haut sichtbar macht. Anhand der Thermographiebilder können die verschiedenen Cellulite-stadien analysiert und die beste Therapie darauf abgestimmt werden. Nur so kann eine effiziente, sichtbar wirkende Behandlung geplant werden.

## BEHANDLUNG

Die LIPOCLINIC hat sich auf modernste Behandlungsmethoden gegen die Cellulite und zur Stärkung des Bindegewebes spezialisiert. Oftmals ist es notwendig, mehrere Verfahren miteinander zu kombinieren. Anhand der Anamnese, der klinischen Untersuchung und den Ergebnissen der Thermolipo-Analyse kann die effizienteste Therapie individuell zusammengestellt werden, die dann garantierte Ergebnisse liefert.

### *Ernährung und Sport*

Ernährung und Sport sind zwei wichtige Faktoren, mit denen es möglich ist, Cellulite zu kontrollieren und zu verringern.

Sinnvolle Sportarten sind Ausdauerdisziplinen wie Jogging, Walking, Nordic Walking, Biken, Aquajoggen und Aquafit sowie alle anderen Sportarten, die zu einer Verbesserung der Kondition und Muskelausdauer (aerobe Muskulatur) führen. Zwar verbessern auch Kraftsportarten eine Cellulite, doch gehen sie immer mit einem Muskel- bzw. Volumenzuwachs einher, was zu unästhetischen Proportionen führen kann.

Bei der Ernährung ist es wichtig, sich abwechslungsreich und ausgewogen zu ernähren. Erstes Ziel muss sein, das individuelle Wunsch- oder Idealgewicht zu erreichen. Oftmals reicht eine Gewichtsabnahme von 3-5 kg für eine deutliche Verbesserung des Hautbildes. Sofern es schwierig ist, dies durch eine Umstellung der Ernährung zu erreichen, empfehlen wir die HCG Diät. Diese spezielle Diät führt aufgrund der Hormonwirkung (HCG) zu einer Verbesserung der Hautstruktur, wie sie mit keiner anderen Behandlung dieser Art erreicht werden kann.

---

Grundsätzlich sollte die Ernährung in Richtung eiweissreicher Kost mit vielen Früchten und Gemüse, möglichst wenig Fett und nur ausgewählten Kohlenhydrate gehen, die einen geringen glykämischen Index aufweisen. Hierdurch wird ein längeres Sättigungsgefühl erzielt und Heisshungerattacken werden vermieden. Empfehlenswert ist zudem eine Testung auf Nahrungsmittelallergien bzw. -unverträglichkeiten, deren Befolgung oftmals bereits zu einer Reduktion der Cellulite führt, ohne hierfür hungern zu müssen. Hält man sich an diese Ernährungsrichtlinien, ist eine Idealfigur vorprogrammiert und das Risiko für sichtbare Cellulite minimiert.

### **Lipostraffung**

In manchen Fällen ist es sinnvoll und notwendig, neben der Behandlung des Hautbildes und der Cellulite zusätzlich tiefer liegende Fettpolster durch eine Mini-Liposuction zu entfernen, wobei es zu einer Straffung bis in die obersten Hautschichten, der sogenannten Lipostraffung kommt. Für optimale Ergebnisse wird hierbei das Lipopulsing mit Hochfrequenzstrom durchgeführt, was beste Resultate garantiert.

### **Endermologie**

Endermologie LPG ist die modernste, ärztlich kontrollierte Methode zur Lösung Ihres Problems mit Cellulite und Problemzonen. Hauptbestandteil der Therapie ist die spezielle Massage der Problemzonen mittels der LPG-Technik. Hierbei wird die Haut mit einem Vakuum angezogen und gleichzeitig durch zwei Massagerollen massiert. LPG ist die erste anhaltend wirksame Therapie zur Behandlung von Cellulite, aber auch anderer Bindegewebe-probleme. Sie ist inzwischen als die Standardtherapie gegen Cellulite weltweit anerkannt und etabliert.

Je nach Ausmass von Problemzonen, Verhärtungen, Schmerzen und je nach Alter sind ca. vierzehn Sitzungen vorgesehen. Bei der ersten Besprechung wird Sie unser Arzt beraten. Befunde werden erhoben und dokumentiert, ein Behandlungsplan erstellt. Die Therapie wird von einer speziell geschulten Therapeutin in der Regel 1-2mal wöchentlich für eine Dauer von ca. 35 Minuten durchgeführt. Zusätzlich erhalten Sie genaue Anweisungen für die wichtigsten Zusatzmassnahmen wie Gewichtsreduktion bzw. -kontrolle, Spezialcrèmes, Sportprogramm usw., die für einen langfristigen Erfolg wichtig sind. Die Behandlung ist absolut schmerzfrei und die Erfolge sind spektakulär – auch bei älteren Patienten.

---

Neben der Cellulite können folgende Probleme erfolgreich therapiert werden:

- Narbenbeschwerden
- Lymphstauungen
- Hautverhärtungen
- Problemzonen bei Übergewicht

### **Mesotherapie/Deep Meso®**

Die Mesotherapie ist eine moderne Behandlungsmethode, die in Frankreich seit über 30 Jahren mit Erfolg praktiziert wird. Sie hat einen hohen Bekanntheitsgrad in Spanien, Italien, Südamerika und auf dem afrikanischen Kontinent. Sie stellt eine Synthese aus einer Reflextherapie mit lokaler Wirkung dar und wirkt im Sinne einer Kombination aus Neuraltherapie/Akupunktur und Arzneimittelwirkung.

Unter Deep Meso®, Meso Shaping oder Mesotherapie versteht man das Einbringen von einer Mischung aus Enzymen und Vitaminen in äusserst geringer Dosierung mittels multipler Mikroinjektionen direkt unter die Haut. Hierdurch werden maximale Reize zur Anregung der Mikrozirkulation unter der Haut gesetzt, was als unmittelbare Erwärmung des behandelten Bereiches verspürt wird. Diese Anregung der Mikrozirkulation führt zu einer maximalen Erhöhung des lymphatischen Rückflusses – Ödeme verschwinden, Cellulite bildet sich nachhaltig zurück.

Durch geschickte Auswahl der Mischungen, die mittels Mesotherapie unter die Haut gebracht werden, ist es möglich, auch schlaffe Haut optimal zu straffen oder kleine bis grössere Fettpolster zum Verschwinden zu bringen. Nennenswerte Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Die Mesotherapie ist vor allem auch für ihre verjüngende, vitalisierende Wirkung im Gesicht bekannt. Nach wenigen Behandlungen sieht die Gesichtshaut jünger, besser durchblutet und entspannter aus.

Bei der Behandlung im Gesicht sind wöchentliche Behandlungen über 4-6 Wochen notwendig, danach reichen Auffrischungsbehandlungen alle 4 Wochen aus. Bei der Behandlung der Haut am Körper benötigt es Behandlungen alle 2-4 Wochen, bei der Entfernung von Fettpolstern reicht oftmals eine einzige Behandlung aus.

Eine spezielle Nachbehandlung ist nicht notwendig. Wir empfehlen in individuellen Fällen die Kombination mit anderen von uns empfohlenen Massnahmen wie beispielsweise der Endermologie.

---

### **Hydrofor**

Die einzigartige Innovation dieser überaus effektiven Behandlungsmethode besteht im biomolekularen Transfer (Überwindung der Hautbarriere) natürlicher Wirkstoffe und Arzneimittel in das Unterhautgewebe und zwar ohne Injektion, schmerzfrei und ohne Nebenwirkungen mit schneller und langanhaltender Wirkung. Substanzen wie Carnitine, Q10-Coenzyme und Hyaluronsäure können gemeinsam mit Kollagen und Elastin durch die Hautbarriere ins Unterhautgewebe transportiert werden. Hiermit gibt Hydrofor der Haut genau diejenigen biologischen Stoffe zurück, die nur beschränkt vorhanden sind. So wird dem Altern der Haut gezielt entgegen gewirkt.

Diese weltweit patentierte Methode wurde während vieler Jahre in Universitäten entwickelt und in wissenschaftlichen Studien geprüft. Zunehmend arbeiten Schönheitskliniken mit dieser therapeutischen Methode zur Behandlung von Falten, Akne, Cellulite, Dehnungsstreifen, Gewebefestigung, Muskelmodellierung, Nachbehandlung bei Liposuction und Faltenunterspritzung. Die Elektrophorese mit Hydrofor ist nicht schmerzhaft, hat keine systemischen Auswirkungen und die Ergebnisse zeigen sich schon oft nach der ersten Sitzung.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.medestetic.ch](http://www.medestetic.ch).

### **Accent® Ultra**

Accent® Ultra ist das Ergebnis einer kontinuierlichen Weiterentwicklung von Radiofrequenztherapie und Ultraschalltechnologie. Das Ziel: Abbau von Fettzellen und Hautstraffung. Endlich sind Ergebnisse möglich, die bisher nur mit aufwendigen Operationen erreicht werden konnten.

Der Accent-Mechanismus führt über die Radiofrequenz zu einer Bewegung von Wassermolekülen in den behandelten Hautarealen. Die rotierenden Wassermoleküle verursachen einen mechanischen Effekt, der in spezifische Wärme umgewandelt wird. Man kann sich den Effekt wie die Funktionsweise eines Induktionsherdes vorstellen. Die Accent® Ultra Technologie führt zu einer kontrollierten, tiefreichenden Gewebeerwärmung bis zu 15mm Tiefe unter der Haut. Sie wirkt somit im Unterhautfettgewebe, was hier eine Wachstumsanregung von Kollagenfasern und eine Straffung der elastischen Bindegewebefasern bewirkt.

Das Ultraschall-Modul des neuen Accent® Ultra kombiniert zwei der modernsten Ultraschall-Technologien zur Behandlung von Fettgewebe: "cold mode" und "hot mode". Im "cold mode" treffen hochaktive Schockwellen auf die Zellmembran der Fettzelle und zerstören sie. Der nachgeschaltete "hot mode" generiert Kompressionswellen, die zu Hitzeentwicklung im Fettgewebe führen und den Untergang der

---

behandelten Fettzellen besiegeln. Fettpölsterchen schmelzen ein und verschwinden. Erst die Kombination dieser beiden Verfahren macht die Entfernung lästiger Fettpolster ohne Operation effizient möglich.

Die Behandlung mit Accent® Ultra dauert je nach Körperzone 45-90 Minuten. Hierbei wird das Behandlungsareal mit der Geräteelektrode auf eine Temperatur von etwa 41°C erwärmt. Das ist die Temperatur, die im Unterhautgewebe benötigt wird, um ein optimales Ergebnis zu erreichen. Je nach Körperareal kann die Erwärmung in manchen Fällen als etwas unangenehm wahrgenommen werden, in der Regel ist die Behandlung jedoch angenehm und schmerzfrei. Direkt nach der Behandlung ist der Patient vollkommen einsatzfähig und hat keinerlei Einschränkungen. Eine spezielle Nachbehandlung ist nicht notwendig.

Wichtig: Die Straffungsreaktionen benötigen etwas Zeit. Auch wenn direkt nach der Behandlung ein Straffungsgefühl verspürt wird, so ist das Ergebnis erst Wochen später ersichtlich. Etwa 2-6 Behandlungen sind für ein optimales und dauerhaftes Ergebnis notwendig.

---

### **Carboxytherapie**

Die Carboxytherapie, d. h. die Anwendung von medizinischem Kohlendioxid (CO<sub>2</sub>) im Unterhautfettgewebe, wird seit den neunziger Jahren in Italien und Lateinamerika zur Behandlung der Cellulite und bei lokalisierten Fettdepots durchgeführt.

Mittels dünnster Nadeln wird das medizinische CO<sub>2</sub> in die Cellulite bzw. die Fettpolster eingebracht. Das Gas verteilt sich im Unterhautfettgewebe, verstärkt die Mikrodurchblutung (Wärmegefühl) und fördert die venöse sowie lymphatische Drainage des Gewebes.

Ein weiterer Effekt betrifft die Membran (Aussenhaut) der Fettzellen selbst. Das Gas hat einen fettauflösenden Wirkmechanismus und steigert durch den entstehenden Sauerstoff den Oxidationsprozess der Fettsäuren.

Durch die Freisetzung von Körperenzymen wird zusätzlich die Aufspaltung der Triglyceride, das heisst der freien Fette, gefördert und verstärkt abgebaut.



---

### **Welche Zonen können behandelt werden?**

Grundsätzlich kann jede Zone am Körper behandelt werden wie Arme, Bauch, Gesäss und Schenkel. Hervorragende Ergebnisse können auch bei der Behandlung von Dehnungstreifen (Schwangerschaftsstreifen), Haarausfall oder bei dunklen Augenringen erzielt werden. Die durchblutungsfördernde Wirkung und Anregung des Lymphabflusses führt bei Lipödembeschwerden (müde, geschwollene Beine) zu Beschwerdefreiheit.

### **Behandlungsablauf**

Da es sich um eine körpereigene Stoffwechselstimulation handelt, sind mehrere Sitzungen erforderlich. In der Regel empfehlen sich 2 Behandlungen pro Woche. Um eine dauerhafte Straffung – beziehungsweise ein Einschmelzen störender Fettpolster – zu erreichen, sind mindestens 10 Behandlungen nötig. Die Verteilung des Gases bei der Behandlung grösserer Flächen (Beine und Po) wird verbessert durch eine anschliessende Endermologie-Behandlung, der Straffungseffekt wird dabei verstärkt.

### **Mögliche Nebenwirkungen**

CO<sub>2</sub> ist absolut unschädlich, es wird im Körper zu aktivem Sauerstoff abgebaut, weshalb auch grosse Flächen behandelt werden können. Bis auf einen eventuellen minimalen Bluterguss an den jeweiligen Einstichstellen sind keine unerwünschten Nebenwirkungen zu befürchten.

Die Behandlung ist nur gering oder gar nicht schmerzhaft.

### **Haltbarkeit der Ergebnisse**

Die Ergebnisse halten ungefähr zwei Jahre an. Um die Haltbarkeit zu verbessern sind gegebenenfalls eine Ernährungsumstellung sowie ein Sportprogramm empfehlenswert.

---

### **CelluTite™**

CelluTite™ ist eine ganz neue Methode, die es erlaubt, in einer einzigen Behandlung Cellulite deutlich zu verbessern und die Haut zu straffen. Bei diesem Verfahren wird das Unterhautgewebe im Rahmen eines kleinen operativen Eingriffes gezielt durch Radiofrequenz erhitzt. Die Erwärmung dieser Gewebestrukturen führt zu einer Neubildung von Kollagengewebe und zu einem Zusammenziehen der Strukturen des Unterhautbindegewebes, was eine Straffung bewirkt, wie sie bisher noch nie erzielt werden konnte. Eine einzige Behandlung reicht. Im Prinzip ist CelluTite™ dem Radiofrequenzverfahren des Accent® Ultra ähnlich, doch wirkt beim CelluTite™ die Hitze direkt dort, wo sie benötigt wird. Die Wirkung ist viel stärker im Vergleich zu nicht-invasiven Verfahren, was erklärt, weshalb nur eine einzige Behandlung für ein dauerhaftes Ergebnis ausreicht.

Der Eingriff mit CelluTite™ bei Cellulite erfolgt wie eine kleine Fettabsaugung, es handelt sich somit um einen kleinen operativen Eingriff. Dieser wird ambulant durchgeführt, am nächsten Tag kann der Patient wieder zur Arbeit. Eine spezielle Nachbehandlung ist nicht notwendig.

Zu Anfang wird das zu behandelnde Gewebe mit der örtlichen Betäubung, der Tumescenzanästhesie, aufgefüllt. Diese schont die Haut beim Eingriff vor der Hitze und macht das Behandlungsgebiet schmerzfrei. Eine dünne Kanüle wird in die Fettschicht unter der Haut eingeführt, die durch die Energie der Radiowellen eine gezielte und kontrollierte Erwärmung des Gewebes erzeugt. Diese führt zu der gewünschten Straffung der Haut, Cellulite verschwindet für immer. Ein weiterer Vorteil ist, dass überflüssiges Fett gleichzeitig ebenfalls reduziert wird. Nach der Operation gibt es einen Verband, der bereits am nächsten Tag wieder entfernt werden kann.

Der Eingriff ist schmerzfrei, und auch zu einem späteren Zeitpunkt treten keine Schmerzen auf. Im Bereich der behandelten Körperareale empfinden Patienten in der Regel Muskelkater-ähnliche Symptome.

Der Einsatz von CelluTite™ hat den grossen Vorteil, dass nur eine einzige Behandlung ausreicht. Sie ist zur Zeit das einzige Verfahren, das langfristig Cellulite erfolgreich behandeln kann. Nachteile gibt es kaum, bis auf die Tatsache, dass es sich um einen – wenn auch kleinen – operativen Eingriff handelt.



**Dr. Linde St. Gallen**

Silberturm  
Rorschacherstrasse 150  
9006 St. Gallen

Tel. +41 (0)844 44 66 88  
info@drlinde.com

**Dr. Linde Zürich**

am Stauffacher  
Badenerstrasse 29  
8020 Zürich

Tel. +41 (0)844 44 66 88  
info@drlinde.com