

Mit Laser, Cremes und Silikon | Wie macht man Narben unauffälliger?



Narben an Bauch und Beinen: Patricia Blanco zeigt sich selbstbewusst in der RTL-Show „Adam sucht Eva“

Foto: MG RTL D

60 Kilogramm hat Patricia Blanco (46) abgenommen und zeigt ihren Körper nun in der RTL-Show „Adam sucht Eva“ komplett nackt – deutlich sichtbar sind Narben, die von einigen chirurgischen Eingriffen zur Hautstraffung geblieben sind.

Auch wenn Blanco betont, rundum zu ihrem neuen Körper zu stehen, lässt sie ihre Narben behandeln: „Ich habe mit den Narben kein Problem. Ich unterziehe mich deswegen zwar auch einer langwierigen Laserbehandlung, aber ganz weggehen werden sie nie. Natürlich sieht man sie – unter den Armen vor allem, auch am Bauch. Aber das gehört zu meinem Leben. Wie eine Tätowierung, das ist eben ein Lebensabschnitt.“

Manchen Menschen fällt es schwerer, diese Spuren auf der Haut zu akzeptieren. Doch welche Möglichkeiten gibt es, Narben unauffälliger wirken zu lassen?

Im BILD-Interview verrät **Dr. med. Karl Schuhmann**, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie in der Fachpraxis [Kö Medicals](#) in Düsseldorf, in welchen Fällen die richtige Hautpflege schon etwas bringt und wann wirklich Laser und weitere Eingriffe sein müssen.

Die Stärke der Narbenbildung ist von verschiedenen Faktoren abhängig. Dr. Schuhmann: „Betroffene mit einem dunkleren Hauttyp haben ein erhöhtes Risiko für verstärkte Narbenwucherungen. Darüber hinaus kann auch das Alter eine Rolle spielen: Die Narbenbildung in jüngeren Jahren ist stärker ausgeprägt als im höherem Alter. Zudem ist der Bereich um die Brust und an den Schultern besonders anfällig für Narbenwucherungen.“



„ **Im Vorfeld einer Operation kann kein Einfluss auf die Narbenbildung genommen werden. Lediglich die Narbentherapie nach der Operation kann beeinflusst werden. Nach dem erfolgten Eingriff sollte darauf geachtet werden, dass keine Spannung auf die Wundränder ausgeübt wird. Der Heilungsprozess sollte so wenig wie möglich gestört werden.** “

DR. MED KARL SCHUHMAN

Foto: KÖ MEDICALS

Nach dem Eingriff gibt es verschiedene Möglichkeiten der Narbenpflege. „Grundsätzlich sollte man so früh wie möglich mit der Nachbehandlung beginnen“, rät der Experte. „Diese kann durch die Verwendung von Narbencremes und -gels unterstützt werden. Man sollte darauf achten, dass die Narben nicht ungeschützt der Sonnen- oder UV-Strahlung ausgesetzt werden – daher ist eine sorgfältige Verwendung von Schutzcremes ratsam.“

Darüber hinaus können Experten eine Narbenbehandlung vornehmen, die sich nach der Ausprägung der Narben richtet:

Möglichkeiten für Narbenbehandlung

Silikon

Die Verwendung von Silikon in Form von Gels oder Pflastern ist im Vergleich zu herkömmlichen Pflegemitteln besonders wirksam, weil sie eine hohe Elastizität mit sich bringt. Das Silikon bildet einen Film um die Narbe, schützt diese vor der Austrocknung und komprimiert die Narbenausreifung. Hierdurch kann die Sichtbarkeit der Narben minimiert werden.

Laserbehandlung

Bei der Narbentherapie durch eine Laserbehandlung werden die Gefäße in der Narbe verödet. Der Laser verödet gezielt kleine Gefäße, die das Narbengewebe versorgen und verhindert so ein fortschreitendes Wachstum.

Hyaluronsäure

Bei tiefen Narben ist auch eine Auffüllung mit Hyaluronsäure möglich. Sie wird in die Narbenmulden eingespritzt. Dadurch wird die Haut angehoben und angeglichen. Für das bestmögliche Ergebnis sind zwei Behandlungen im Abstand von drei bis vier Wochen zu empfehlen. Um das Ergebnis langfristig zu halten, muss diese Behandlung jährlich aufgefrischt werden.

Microneedling

Eine weitere non-invasive Möglichkeit, um Narben zu behandeln, ist das Microneedling: Hierdurch wird die Kollagenproduktion angeregt und das Hautbild bei einer starken Narbenbildung verbessert.

Dermabrasion

Bei Narben, die erhaben sind, kann eine Dermabrasion durchgeführt werden. Bei dieser Methode wird die obere Hautschicht mit einem speziellen Gerät abgeschliffen. Meist ist eine örtliche Betäubung ausreichend, nur bei tieferen Narben wird eine Vollnarkose angewendet. Für tiefe Narben, wie Keloiden, ist diese Behandlung nicht möglich.

Hilft es, Narben operativ zu verkleinern?

Die erneute Operation einer Narbe ist abhängig von ihrer Größe, Beschaffenheit und Lokalisation. Dr. Schuhmann: „Bei großen Narben kann eine Serienexzision angewendet werden. Hierbei wird die Narbe in einem Abstand von drei bis sechs Monaten stückweise verkleinert und jeweils neu vernäht. Im besten Fall bleibt nach der letzten Behandlung nur noch ein kleiner heller Strich übrig.“

Kann man Narben „wegtätowieren“?

Die Tätowierung einer Narbe ist grundsätzlich möglich, aber aufgrund der Unebenheit sehr schwierig. Besonders wichtig: „Die Narbe muss vollständig abgeheilt sein, daher ist vor einer Terminabsprache mit dem Tätowierer eine Rücksprache mit dem Hautarzt oder dem behandelnden Plastisch-Ästhetischen Facharzt auf jeden Fall zu empfehlen“, sagt Dr. Schuhmann. „Zudem kann es sein, dass die Narbe deutlich schmerzempfindlicher als die restliche Haut ist. Es sollte auf jeden Fall ein Tätowierer gewählt werden, der bereits mit Narbentätowierungen Erfahrung hat.“



Patricia Blanco früher und heute. Nachdem sie 60 Kilogramm verlor, waren Hautstraffungen notwendig, die Narben hinterlassen haben

Fotos: BILD, MG RTL D