

Einfach frischer wirken

Auch **Männer** wollen länger jung aussehen – und begeben sich dafür in professionelle Hände. So hat sich die Zahl der **ästhetischen Eingriffe** 2019 verdoppelt und ist 2020 noch einmal gestiegen. Erfahren Sie, was dabei besonders gefragt ist.



Foto: stock.adobe.com/deagreed

Welches Schönheitsideal gilt für Männer? Und was finden Frauen an ihnen schön? Waren Beauty-Operationen bis vor einigen Jahren noch ein reines Frauenthema, hat sich mittlerweile das Blatt gewendet: Mit 8 621 operativen Eingriffen in 2018 und 9 184 Operationen in 2019 liegt die **Steigerung für Schönheitseingriffe** bei Männern bei 6,5 Prozent. Bei den minimal-invasiven Eingriffen verzeichnet die größte Fachgesellschaft Ästhetischer Chirurgen in Deutschland, die Vereinigung der Deutschen Ästhetisch-Plastischen Chirurgen (VDÄPC), sogar eine Zunahme der Behandlungen um knapp zehn Prozent zum Vorjahr (siehe auch Artikel Seite 10). Dabei haben Männer meist nicht den Wunsch nach kompletter Veränderung, sondern eher nach einer „Auffrischung“ – sie wollen z. B. wieder zehn Jahre jünger aussehen.

Die Corona Pandemie hat unser Leben ordentlich durcheinander gerüttelt. Auch der Blick in den Spiegel hat sich durch Corona stark verändert. Maskenpflicht und Online-Meetings setzten den Fokus stark auf das Gesicht und die Augen. Deshalb ist die Nachfrage nach **Augenlidstraffungen** sowie nach **Faltenbehandlungen** mit Hyaluronsäure und Botox stark gestiegen. Auch die minimal-invasiven Eingriffe, wie die Behandlungen mit hochfokussiertem Ultraschall oder Radiofrequenz zur Fettreduktion oder Hautstraffung, haben an Beliebtheit gewonnen. Den Wunsch nach einer Verjüngung des Gesichtes haben beide Geschlechter.

Die Kinn-Kieferlinie

Wer sich eine markante Kinnpartie wünscht, kann das mithilfe einer sogenannten **Jawline-Korrektur** erreichen. Ein ausgeprägtes Kinn wirkt maskulin und verleiht dem Männergesicht Kontur. Das Gesicht wirkt männlicher und auch jugendlicher. Bei manchen Männern ist der untere Gesichtsbereich bereits in jungen Jahren nicht besonders ausgeprägt. Mit zunehmendem Alter verliert die Männerhaut noch an Elastizität und Volumen. Die Folge sind Hängebäckchen, Fältchen und eine verschwommene Gesichtskontur. Um diesen Volumenverlust auszugleichen, kann Mann sich die Jawline mit Hyaluronsäure aufspritzen lassen. Als Jawline, zu Deutsch Kinnlinie, bezeichnet man die Kinn-Kiefer-Linie vom Kinn bis zum

Ohr. Beim Jawline-Contouring wird die untere Partie des Gesichts stärker definiert und die Kieferlinie betont. Zeitgleich kann auch ein Kinnaufbau vorgenommen werden, um beispielsweise ein fliehendes Kinn zu behandeln. Die Kinnlinie wird mit **Hyaluronsäure** leicht unterfüttert. Dennoch wirkt die Kinnpartie optisch verkleinert.

Das Kinn wird harmonisch an das Gesicht angepasst, sodass man(n) wieder markante Gesichtszüge erhält. Das Ergebnis einer Jawline-Korrektur ist direkt nach der Hyaluronsäure-Unterspritzung sichtbar. Auch ist der Patient direkt nach der Behandlung wieder gesellschaftsfähig. Das vollständige Ergebnis zeigt sich jedoch erst nach ca. sieben Tagen.

Schau mir in die Augen

Ein attraktives Äußeres vermittelt Dynamik, einen positiven Charakter und Erfolg – wichtige Faktoren in unserer heutigen Gesellschaft, die auch für Männer von großer Bedeutung sind.

Dr. Karl Schuhmann



Ein weiterer sehr beliebter Eingriff bei Männern ist die **Lidstraffung**. Mit zunehmendem Alter erschlafft die Gesichtsmuskulatur und die Haut im Gesicht verliert an Spannkraft. Haut und Muskulatur folgen dann dem Gesetz der Schwerkraft und sacken nach unten. Dadurch wirkt der Gesichtsausdruck häufig müde und abgespannt, Schlupflider können entstehen und Fältchen bilden sich. Kommen dann zu den Schlupflidern noch Tränensäcke hinzu, wirkt der Gesichtsausdruck müde und erschöpft. Die Augenlidstraffung ist eine plastische Operation, die zur Entfernung von Schlupflidern, Tränensäcken, Augenfältchen und eingesunkenen Unterlidern dient. Dabei unterscheidet man zwischen einer Oberlid- und einer Unterlidstraffung. Sind die Augenlider so weit herabgesunken, dass der Augenarzt eine

Einschränkung des Gesichtsfeldes diagnostiziert, wird der Eingriff in einigen Fällen auch von den Krankenkassen übernommen. Um die gesamte Muskulatur im Gesicht anzuheben, kann die Augenlidstraffung auch zusammen mit einem **Facelift** durchgeführt werden.

Fettpolster loswerden

Der Trend zur **Selbstoptimierung** hat im letzten Jahr deutlich zugenommen. Die Menschen haben wesentlich mehr Zeit zu Hause und mit sich selbst verbracht. Kleine Schönheitsmakel sind da öfter und stärker ins Auge gefallen. 2020 war deshalb auch ganz klar das Jahr der Fettabsaugungen bei Männern. »



Dr. med. Karl Schuhmann

ist Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Er ist Chefarzt der Klinik für Plastische/Ästhetische Chirurgie & Handchirurgie, Augusta-Kliniken Bochum Hattingen. Er führt auch eine Privatpraxis in Düsseldorf und ist Mitglied vieler Fachgesellschaften.

» www.dr-schuhmann.de

Dezent verjüngen mit minimal-invasiven Eingriffen: Injektionen mit Botox und Hyaluronsäure sind auch bei Männern zunehmend gefragt



» Mit einer Zunahme von 16,2 Prozent zum Vorjahr avancierte die **Fettabsaugung** zur Nummer 1 der ästhetisch-plastischen Behandlung. Auch diese Entwicklung kann auf die Corona-Pandemie zurückgeführt werden. Da viele Menschen im Homeoffice arbeiten, konnten Schönheitschirurgische Eingriffe und Behandlungen „unbemerkt“ vorgenommen werden und gut ausheilen.

Der Alterung vorbeugen

Männerhaut ist dicker als die von Frauen und besitzt mehr Talgdrüsen sowie größere Poren. Sie produziert daher **doppelt so viel Talg** und ist damit fettiger. Der höhere Kollagenanteil der Männerhaut in Verbindung mit einem höheren Fettanteil sorgt für ein strafferes und festeres Aussehen. Daher altert Männerhaut anders als Frauenhaut. Die bessere Hautbe-

schaffenheit schützt jedoch auch Männer mit zunehmendem Alter nicht vor Faltenbildung. Ihre Haut altert zwar später, bildet dann aber sofort tiefe Falten. Somit stellt die Männerhaut auch andere Anforderungen an die **Anti-Aging-Pflege**. Männer sollten ihre Haut regelmäßig pflegen, um Trockenheits- und Mimikfältchen vorzubeugen. Die Versorgung der Haut mit **Feuchtigkeit** sollte ein wichtiger Bestandteil der täglichen Pflegeroutine sein. Auch hier steht die Pflege der Augenpartie im Fokus. Dieser Bereich ist auch bei Männern dünner und empfindlicher und sollte intensiv mit Feuchtigkeit versorgt werden, um Augenfalten vorzubeugen.

Verjüngende Eingriffe

Reicht eine Creme irgendwann nicht mehr aus, um tiefe Falten zu minimieren, kann eine **Unterspritzung mit Hyaluronsäure** gegen Trockenheitsfältchen helfen. Ebenso kann eine Faltenunterspritzung mit **Botox** gute Ergebnisse bei „Krähenfüßen“ und Mimikfältchen erzielen.

Bei Muskelschwund im Gesicht kann eine Augenlidstraffung wieder für einen offenen und wachen Blick sorgen. Die Jawline-Korrektur bringt hier definierte, männliche Gesichtskonturen wieder zum Vorschein. Gerade nach solchen plastisch-chirurgischen Eingriffen kann die Kosmetikerin die Behandlung z. B. durch abschwellende Maßnahmen positiv unterstützen. ■

Wie soll der „perfekte“ Mann aussehen?

- › **breite Schultern**
- › **flacher Bauch**
- › **muskulöse Brust**
- › **markantes Kinn**
- › **prägnante Wangenknochen**

So wünschen sich die meisten Männer ihr Äußeres. Auch für viele Frauen sind diese Merkmale an einem Mann

attraktiv und anziehend, wobei natürlich immer noch Werte und Charakterzüge, wie z. B. Humor, innere Stärke oder Verlässlichkeit das „Mannsbild“ komplett machen.

Ein markantes Kinn gilt als besonders maskulin und verleiht Kontur

