

Mirko Fuchs, Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie, in Neunkirchen:

„Schöne Menschen sind glücklicher – und gesünder!“

Dass attraktive Menschen glücklicher und selbstbewusster durchs Leben gehen, und außerdem wesentlich mehr Chancen im Job und bei der Partnersuche haben, ist ein offenes Geheimnis. Doch wussten Sie schon, dass schöne Menschen generell gesünder sind?

Längst ist sich die Wissenschaft einig, dass Glück, Gesundheit und Attraktivität eng miteinander verwoben sind – und sich gegenseitig sogar beflügeln können. TOP spricht mit Mirko Matthias Fuchs, Facharzt für Plastische und Ästhetische Medizin in Neunkirchen, über die Geheimnisse gesunder Schönheit.

Herr Fuchs, warum sind schöne Menschen glücklicher – und letzten Endes auch gesünder?

Wer schön ist, erhält Komplimente, Anerkennung, wird bewundert und umgarnt. Das ist natürlich Balsam für die Seele – und stärkt das eigene Selbstvertrauen. Die psychologischen Effekte wirken sich positiv auf das Wohlbefinden aus – und halten sogar recht lange an. So hat eine Studie der Ruhr-Universität Bochum ergeben, dass Patienten selbst ein Jahr nach ihrer Beauty-OP mehr Lebensfreude, Zufriedenheit und Selbstwertgefühl an den Tag legten als die Probanden, die sich einst gegen einen Eingriff entschieden hatte.

Sind schöne Menschen seltener krank?

Ja. Renommierete US-Forscher haben herausgefunden, dass attraktive Menschen wesentlich seltener an Depressionen und Bluthochdruck leiden als weniger attraktive Menschen. Attraktive Frauen leiden auch seltener an Asthma und Diabetes, attraktive Männer haben niedrigere Cholesterinwerte.

Aber liegt Schönheit nicht im Auge des Betrachters? Und gehören Falten nicht zum Alter dazu?

Ja und nein. Letztlich geht es um die Frage: Wie alt fühle ich mich? Und wie alt möchte ich wirken? Ich kenne viele Menschen, die sich innerlich wesentlich jünger, fitter und vitaler fühlen als die Person, die sie morgens im Spiegel betrachten. Die moderne Schönheits-Chirurgie kann heute für ein frischeres und jugendlicheres Aussehen sorgen. Warum sollte man diese Möglichkeit nicht nutzen? Außerdem sprechen wir Experten mittlerweile von einer Ästhetik der Generationen – und da gehören manchmal sogar auch kleinere Fältchen dazu. Abgesehen davon kann Botulinumtoxin auch zu medizinischen Zwecken eingesetzt werden ...

Botox auf Rezept? Zu schön, um wahr zu sein ...

Ist aber so! Botulinumtoxin ist seit 2011 auch für die Migräne-Therapie zugelassen. Mit der Substanz lässt sich gegen Migräne-Attacken vorbeugen. Dies gilt jedoch nur für chronisch Kranke, die auf übliche Schmerzmittel nicht ansprechen.



Mirko Fuchs absolvierte seine Facharztausbildung in München, der Schweiz und im Saarland. Seit fast sieben Jahren ist er Leitender Arzt einer Fach-Klinik in Neunkirchen – und hat bereits vielen Menschen zu einem jüngeren, ästhetischeren und vitaleren Aussehen verhelfen können. Mirko Matthias Fuchs ist Mitglied in den wichtigsten Fach-Verbänden – darunter die Deutsche Gesellschaft für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie

Botox gegen Migräne – und die glatte Stirn gibt's gratis dazu?

Nicht wirklich. Die Dosis, die zur Migräne-Prophylaxe in die Stirn injiziert wird, ist deutlich geringer als die Dosis, die zur kosmetischen Behandlung eingesetzt wird und muss teilweise auch an anderen Stellen injiziert werden. Der Beauty-Effekt ist daher bei einer reinen Migränebehandlung kaum zu erkennen. Übrigens hilft Botox auch gegen Zähneknirschen, dem sogenannten Bruxismus.

Gibt es auch Brust-Korrekturen, die sich medizinisch begründen lassen?

Ja, erst neulich hatte ich eine junge Patientin, die unter ihrer extrem großen Oberweite litt. Nicht nur, weil sie gemobbt und sozial ausgegrenzt wurde, sie litt auch unter sehr starken Verspannungen und Rückenschmerzen. In diesem Fall war ein chirurgischer Eingriff sinnvoll. Dabei haben wir Fett, Drüsengewebe und überflüssige Haut entfernt – und so die Brust von DD auf ein kleines C reduziert, was die junge Frau heute als sehr angenehm empfindet. Die Rückenschmerzen sind mittlerweile Vergangenheit – Die junge Frau fühlt sich heute wie von einer schweren Last befreit. Eine Abrechnung mit der Krankenkasse ist jedoch nicht möglich, da es sich bei Belstetica um eine reine Privatpraxis handelt.

Sie gelten als erfahrener Brust-Operateur. Wie sollte die perfekte Brust aussehen?

Nicht zu klein, nicht zu groß. Schön geformt und angenehm straff. Für die meisten Frauen ist ein Wert von B oder C die richtige Wahl. Eine größere Oberweite kann schnell unnatürlich wirken. Besonders bei einer zierlichen Person ist Augenmaß vonnöten. Allerdings gibt es tatsächlich eine Busenformel, eine Brustform, deren Proportionen von den meisten Menschen als schön empfunden wird. Ein Spezialist kann danach die entsprechende Form und Größe der Brust vorab präzise bestimmen.

Raten Sie manchen Frauen auch von einer Brust-OP ab?

Ja, wenn ich merke, dass die Frau sich eigentlich noch unschlüssig ist. Oder allzu unrealistische Vorstellungen hat. Oder nur hier sitzt, weil ihr Partner sie geschickt hat. Ich operiere erst, wenn eine Frau den Eingriff auch wirklich selbst möchte. Bei Brustvergrößerungen mit Silikonimplantaten muss einem bewusst sein, dass es sich hierbei um einen Fremdkörper han-



„Botox, Brust-Korrektur, Augenlider: Viele Eingriffe machen auch medizinisch Sinn!“

Mirko Fuchs

delt, der vor allem in Übergrößen auf Dauer Probleme machen kann. Mit Eigenfett hingegen lässt sich häufig nicht so präzise formen und es baut sich teilweise auch wieder ab.

Thema „Augen“. Lässt sich durch eine Lid-Korrektur die Sehkraft verbessern?

Nein, aber das Gesichtsfeld vergrößern. Dies kann beispielsweise nach einem Schlaganfall notwendig sein. Wenn das Gewebe im Bereich des Oberlides durch Alter oder Krankheit übermäßig erschlafft, kann das Sichtfeld eingeschränkt sein. Heutzutage kombiniert man diese Eingriffe in solchen Fällen auch z.B. mit einer Straffung der Muskulatur, um den Blick wieder zu öffnen. In einigen Fällen hilft auch ein operatives Anheben der Augenbrauen. Manchmal liegt es auch einfach an übermäßigem Hautüberschuss im Bereich des Oberlides. Eine entsprechende Sichtfeld-Messung kann ein Augenarzt durchführen. Diese Kosten werden jedoch nicht von der Krankenkasse übernommen.

Mich stören ein paar kleine Fältchen, scheue jedoch ein richtiges Facelift. Was tun?

Keine Bange. Oft lässt sich schon mit ein paar wenigen Pieksern große Wirkung erzielen. Dabei wird das Gesicht mittels Injektionsbehandlungen wie Botox oder Hyaluron gezielt optimiert. Mit kleinen,

schonenden Eingriffen lassen sich wahlweise Fältchen minimieren, Gesichtspartien konturieren oder mehr Volumen erzeugen. Zugleich wird durch die Injektionen die Gesichtsmuskulatur gestrafft, was zu einem jugendlicheren Aussehen führt. Dazu gibt es mittlerweile Geräte, mit denen man zusätzlich z.B. feinste Fältchen und Poren regelrecht „herauspolieren“ kann. Ein großes Thema ist auch die Haut mithilfe von Bestandteilen des eigenen Bluts, dem so genannten PRP, zu regenerieren. Sogar Haarausfall kann dadurch gestoppt werden!

Da könnte man doch auch zu einer Kosmetikerin gehen, oder?

Hyaluron darf zwar auch von Heilpraktikern – aber nicht von Kosmetikerinnen gespritzt werden. Botox ausschließlich von Ärzten! Und viele Geräte sind in wirksamer Stärke nur für Ärzte zugelassen. Ich warne auch generell davor, sich von Nicht-Medizinern – beispielsweise auf einer „Botox-Party“ spritzen zu lassen. Allein schon aus hygienischen Gründen. Selbst bei vermeintlich kleinen Eingriffen wie einer Botox-Spritze braucht es einen erfahrenen Spezialisten mit umfänglich anatomischem Wissen. Sonst können Blutgefäße oder Nerven dauerhaft geschädigt werden, was im schlimmsten Fall zum Absterben von Haut bis sogar zur Erblindung führt.



Botulinumtoxin hat sich auch als wirksames Mittel gegen chronische Migräne bewährt

Sie sind regelmäßig auf Fortbildungen, geben selbst zahlreiche Seminare im In- und Ausland. Welcher Trend ist derzeit in der Schönheitschirurgie besonders angesagt?

Ganz klar: Konturen! Zum Beispiel am Kinn. Eine prägnante Kinn-Linie lässt uns um Jahre jünger erscheinen und setzt starke Akzente. Sie brauchen sich nur Top-Models wie Stella Tennant oder Sasha Luss anzusehen. Die haben alle ein konturiertes Kinn. Mit Hilfe einer ambulant durchgeführten und nahezu schmerzfreien Hyaluron-Behandlung lässt sich dies problemlos erreichen. Auch Männer lassen sich die Kinn-Kiefer-Partie unterspritzen, um einen maskulinen Look zu errei-

chen. Weg vom Bubi-Look, hin zu einem maskulinen definierten Unterkiefer. Bei ausgeprägten Hängebäckchen oder schlaffem Hals gibt es jedoch nach wie vor keine Alternative zum Lifting. Wichtig ist es, dabei die unterschiedliche Ästhetik der Generationen zu berücksichtigen: Von dem was möglich und sinnvoll ist, muss man häufig junge Menschen, die nur mit Handy und Social Media aufgewachsen sind, eher etwas zurücknehmen. Die etwas älteren sind oft etwas zurückhaltend und ich muss sie überzeugen, dass Ästhetik mehr ist, als faltenfrei zu sein.

Sie sind mit Prof. Werner Mang befreundet. Ein Vorbild?

Absolut. Prof. Mang ist ein Pionier auf dem Terrain der Schönheitschirurgie – und hat in den letzten Jahrzehnten gerade in der Öffentlichkeit viel dafür getan, dass der Gang zum Beauty-Doc auch hierzulande selbstverständlicher wird. Fachlich gesehen gibt es viele tolle Kolleginnen und Kollegen, die mit Leidenschaft das Thema Schönheit leben, daran arbeiten und weiter entwickeln. Ästhetik ist eine Lebenseinstellung, sicherlich nicht das wichtigste im Leben, aber ein wichtiger Teil des Ganzen. ■

Herr Fuchs, vielen Dank für das Gespräch!

Nanolex Car Care entwickelt und produziert moderne Oberflächenbeschichtungen und Pflegemittel für Fahrzeuge im Saarland. Die Produkte werden mittlerweile in mehr als 50 Ländern weltweit exportiert. Neuerdings wird die professionelle High-End-Aufbereitung auch direkt am Firmensitz der Nanolex Car Care in Saarbrücken angeboten. Infos unter: 0681/90677650



nanolex

cleaner

faster

longer

**Fahrzeugpflege
& Keramikversiegelung**

im Saarland
www.nanolex.de

