



Dr. Lissette Gerke
Ästhetische Dermatologie



Cellulite

Die Vorbereitung für den Sommer geht weiter...

Cellulite ist Ihnen auch als Orangenhaut bekannt. Cellulite ist keine Erkrankung, sondern wird als rein kosmetisches Problem angesehen.

Warum sind Frauen eher betroffen als Männer?

Frauen sind mit mehr Fettzellen ausgestattet als Männer. Durch die hormonellen Schwankungen, kommt es immer wieder zu einem verstärktem Aufbau von Depotfett.

Die Entstehung der Cellulite ist sehr kompliziert. Es sind verschiedene Faktoren, die die Cellulite beeinflussen:

1. Die Struktur des Bindegewebes: Bei Frauen verlaufen die Collagenfasern senkrecht zur Hautoberfläche, was anders bei den Männern ist. Dadurch werden die Fettzellen Richtung Hautoberfläche gedrückt und als Dellen sichtbar - folge Cellulite.
2. Hormonschwankungen: Diese monatlichen Schwankungen erhöhen den Aufbau von Depotzellen. Dadurch erhöht sich der Druck im Gewebe.

Viele betroffene Patienten leiden daran. Sie fühlen sich in ihrer Lebensqualität beeinträchtigt und suchen nach Behandlungsmöglichkeiten.

Wie können Sie Cellulite beeinflussen?

1. Anti-Cellulite Produkte: Es gibt viele kosmetische Produkte auf dem Markt, aber ob sie Ihnen helfen können, ist noch nicht bewiesen worden.
2. Auf die Ernährung achten: Weißmehl-, fett- und zuckerhaltigen Produkte setzen sich in den Zellen ab.
3. Nahrungsergänzung: Es könnte Arginin, Methionin und Glycin eingenommen werden.
4. Bewegung oder Sport: Einfach Spaziergehen, Fahrrad fahren, Wandern, Schwimmen, u.a.
5. Viel Wasser statt Kaffee trinken.
6. Wenig rauchen.
7. Massage und/oder Peelings
8. Liposuktion. Auch als "Fettabsaugung" bekannt.
9. Kryolipolyse. Mit einem speziellen Applikator wird die Haut untergekühlt. Der Effekt ist erst

nach drei Monaten sichtbar.

10. Ultraschallbehandlung. Stimulation der Zirkulation durch akustische Wellen.

In unserem nächsten Beitrag, werden Sie mehr über Fettabbau durch Ultraschall erfahren. Für weitere Fragen sind wir für Sie da.

Ihr Hautarzt aus Düsseldorf

Dr. Gerke