

Mit Kälte gegen unliebsame Fettpölsterchen

Die Kryolipolyse verspricht, Fettpolster mit einer Kältebehandlung fast schmerzfrei zu beseitigen. Das klingt verlockend. Doch ganz so einfach ist es nicht, erklären Experten.

VON DANIELA SCHULZ

KÖLN In die Praxis von Professor Dr. Thomas Kurscheid nach Köln kommen immer wieder Menschen, die über ihre Fettpölsterchen klagen. „Es sind mehrheitlich Frauen“, berichtet der Sport- und Ernährungsmediziner, „meist sind es schlanke Damen, die sich subjektiv an gewissen Stellen zu dick finden. Manche haben aber irgendwo von der Kältetherapie gehört oder gelesen und hoffen, dadurch ihr Übergewicht loszuwerden. Aber 15 oder 20 Kilo zu viel bekommt man durch diese Methode nicht weg.“

Das bestätigt auch Dr. Dirk Meyer-Rogge vom Berufsverband Deutscher Dermatologen: „Übergewicht ist für die Therapie ein Ausschlusskriterium. Hier ist es wichtig, durch bessere Ernährung und Sport erst mal generell abzunehmen, bevor man sich den Körperstellen zuwendet, die durch Kryolipolyse, also Fettvereisung, gut behandelt werden können.“ Am Anfang steht also immer ein Vorgespräch, der Patient kommt auf die Waage, dann wird gemeinsam überlegt, ob eine Therapie überhaupt sinnvoll ist.

Das Interesse an der Kryolipolyse ist groß. Nach einer Patientenbefragung der Deutschen Gesellschaft für Ästhetisch-Plastische Chirurgie lag die Therapie 2015 schon an vierter Stelle nach den Faltenbehandlungen. Mit der Kältebehandlung können vor allem die Körperstellen erreicht werden, an denen Abnehmen durch Sport schwierig ist, sagen die Ärzte: die klassischen Bauchröllchen, den Hüftspeck oder das ein oder andere Gramm zu viel an den Oberschenkeln. „Dort sammelt sich das sogenannte Puddingfett, ein weißes Fettgewebe“, erklärt Dirk Meyer-Rogge. „Diese Zellen kann man mit Hilfe von Kälte sehr gut zerstören. Im Gegensatz zum festeren Fettgewebe, das mit Bindegewebe durchsetzt ist, wie zum Beispiel bei der Reiterhose. Da muss man an-



Überschüssiges Fett am Bauch kann mit einer Kältebehandlung, der Kryolipolyse, reduziert werden. Für ein sichtbares Ergebnis sind aber mehrere Behandlungen notwendig.

FOTO: FOTOLIA

dere Maßnahmen wählen.“ Die so genannte „Reiterhose“ bezeichnet die Fetteinlagerungen im Hüft- und Pobereich sowie an den seitlichen Oberschenkeln.

Um bei der Kryolipolyse die Zellen zu erreichen, werden die Fettdepots mit Hilfe von Applikatoren angesaugt und in Intervallen gekühlt. „Sechs bis acht Grad kalt wird es an den entsprechenden Stellen“, so der Karlsruher Hautarzt, „wir erzeugen natürlich keinen Frost, denn das würde der Haut schaden.“ An den Körperstellen, an denen die Applikatoren aufliegen, kann es unmittelbar nach der Therapie zu Rötungen oder Juckreiz kommen. „Das sieht im ersten Moment etwas unschön

aus“, bestätigt Dirk Meyer-Rogge, „und kann sich kurzzeitig auch taub anfühlen.“ Die zerstörten Fettzellen werden vom Körper anschließend abgebaut. Das dauert

„Man darf nach der Therapie nicht denken, dass das Problem damit für immer erledigt ist.“

Professor Dr. Thomas Kurscheid
Facharzt für Allgemeinmedizin sowie Ernährungs- und Sportmedizin in Köln

aber einige Wochen – und mit einer Sitzung allein ist es nicht getan. Thomas Kurscheid arbeitet in seiner Praxis zusätzlich mit weiteren Verfahren, etwa der Lymph-

drainage, einer Massagetechnik, die das geschwollene Gewebe entstaut. „Das macht die Therapie effektiver“, erklärt er. „Die Zellen platzen, wenn Druck auf sie ausgeübt wird.“ Dennoch hält auch er pro Problemzone drei bis fünf Kältebehandlungen für nötig. Dazwischen sollten seiner Empfehlung nach zwei bis drei Wochen liegen.

Eine Bauchbehandlung koste pro Sitzung gut 200 Euro. Werden zwei Problemzonen gleichzeitig behandelt, steigen die Kosten. Kurscheid berichtet: „Die meisten Patienten sind nach fünf Anwendungen mit dem Ergebnis zufrieden.“ Nach Angaben von Dirk Meyer-Rogge sind pro Sitzung mit 300 bis 500 Euro zu rechnen. Die

Krankenkassen zahlen die Behandlung nicht. „Allerdings wissen viele Betroffene nicht, dass eine grundsätzliche Ernährungsberatung von Kassen meist übernommen wird“, sagt Thomas Kurscheid, „das ist ein Anfang, wenn man unter Gewichtsproblemen leidet.“

Beide Ärzte sind sich einig, dass die Kryolipolyse eine gute Alternative zur „Fett-weg“-Spritze ist, die ebenso Fettzellen zum „Schmelzen“ bringen soll. Allerdings sei die Kältebehandlung nur erfolgreich, wenn der Patient aktiv mitarbeitet. Kurscheid betont: „Man darf nach der Therapie nicht denken, dass das Problem für immer erledigt ist. Man muss auch danach auf seine

Ernährung und ausreichende Bewegung achten.“ Ähnlich sieht es Dirk Meyer-Rogge: „Zur Therapie gehört auch die Aufklärung über gute und schlechte Fette und über den Zucker, der heute ein großes Problem ist.“

INFO

Experten-Netzwerk informiert im Internet

Im medizinischen Netzwerk Lipolyse im Internet finden Interessierte eine Liste an Fachärzten, die auf dem Gebiet der Kryolipolyse tätig sind.

www.netzwerk-lipolyse.de