

Fachgespräch über Altersflecken

Interview: Monika Zeller



Dr. med. Tobias Plaza,
Medical Beauty Lounge Uster

Herr Plaza, weshalb lassen sich Ihre Kundinnen und Kunden Altersflecken entfernen?

Dr. med. Tobias Plaza: Die meisten Kundinnen und Kunden lassen sich die Altersflecken entfernen, weil sie sie kosmetisch stören – insbesondere wenn sie im Gesicht oder an den Händen auftreten, wo sie nicht bedeckt werden können.

Sind Altersflecken gefährlich?

Altersflecken per se sind nicht gefährlich. Allerdings kann man harmlose Altersflecken leicht mit dem gefährlichen Schwarzen Hautkrebs verwechseln. Daher sollte auf jeden Fall ein dermatologischer Facharzt aufgesucht werden, bevor man einfach die Flecken entfernen lässt. Wir sehen in unserer Praxis immer wieder Patienten, bei denen ein Fleck beispielsweise von einer Kosmetikerin falsch eingestuft wurde und es dann im schlimmsten Fall zu Metastasierung kommt, weil eine chirurgische Entfernung ausgeblieben ist.

Weshalb soll man die Flecken überhaupt entfernen, wenn es keinen medizinischen Grund dafür gibt?

Der ästhetische Anspruch der Menschen ist sehr unterschiedlich. Viel Betroffene finden die braunen Flecken, die manchmal wie Warzen aussehen, einfach hässlich und leiden darunter, dass sie oft

darauf angesprochen werden. Die meisten Betroffenen wünschen eine Entfernung vor allem an den Stellen, wo die Haut nicht von Kleidern bedeckt ist, also in Gesicht, Hals und an den Händen. Es gibt aber auch Betroffene, die sich wegen der vielen Altersflecken oder -Warzen nicht mehr in die Badi trauen und daher auch eine Entfernung am Körper wünschen. Hinzu kommt sicher, dass wir in unserer aktuell digitalen Zeit permanent in Postings und Artikeln mit einem perfekten Körperideal konfrontiert werden. Das verstärkt oft das Gefühl, dass die Flecken stören. Häufig sinkt dadurch das Selbstwertgefühl. Ich habe aber auch viele Betroffene, die die Flecken einfach akzeptieren und zufrieden damit leben – meistens haben diese Menschen eine sehr tolle Ausstrahlung.

An welchen Körperstellen können Altersflecken auftauchen?

Altersflecken können an allen Körperstellen auftreten. Besonders betroffen sind allerdings die Körperstellen, an denen man im Laufe des Lebens viel Sonne abbekommt. Hauptsächlich sind es exponierte Stellen wie Gesicht, Hände und Arme. Diese Stellen bekommen im Laufe des Lebens am meisten UV-Strahlung ab, weil sie nicht von Kleidern bedeckt sind.

Gibt es Stellen, wo eine Entfernung nicht sinnvoll ist?

Grundsätzlich können Altersflecken an allen Körperstellen entfernt werden. Ich denke, es ist nicht zielführend über eine Sinnhaftigkeit zu diskutieren – letztlich ist der individuelle ästhetische Anspruch und der persönliche Leidensdruck des Betroffenen ausschlaggebend.

Welches Vorgehen empfehlen Sie Betroffenen?

Beim Auftreten störender Altersflecken rate ich grundsätzlich dazu, im ersten Schritt einen Dermatologen aufzusuchen, um die

Flecken richtig einordnen zu lassen, so dass es möglichst nicht zur Verwechslung mit einem Hautkrebs kommt. Die meisten Dermatologen verfügen dann je nach Art des Fleckes über verschiedene Möglichkeiten, diesen entfernen zu lassen. Dazu gehören beispielsweise die Entfernung mittels Laser, Operation oder chemische Peelings. In manchen Fällen ist vor der eigentlichen Entfernung auch eine kleine Probebiopsie erforderlich, um ein allfälliges Entartungsrisiko mittels feingeweblicher Untersuchung (Histologie) sicher auszuschliessen.

Ab wann genau macht eine Konsultation des Dermatologen Sinn? Ab einer bestimmten Anzahl Flecken oder bei einem bestimmtem Farbton?

Nachdem es äusserst wichtig ist, dass die Altersflecken nicht mit einem Hautkrebs verwechselt werden, macht eine Konsultation sicher bei geplanter Entfernung Sinn, unabhängig davon, wo und mit welcher Methode der Fleck entfernt werden soll. Hinzuzufügen ist noch, dass die punktgenaue schonende Entfernung mit chirurgischen Lasern ausschliesslich Ärzten vorbehalten ist. Bei der Wahl des Lasertherapeuten sollte man ausserdem darauf achten, ob dieser den Fähigkeitsausweis für medizinische Lasertherapie der FMCH besitzt und damit nachweislich über entsprechende Erfahrung und Kenntnisse in der Lasertherapie verfügt. Ausserdem rate ich jedem, der Altersflecken oder Pigmentmale hat, diese auf jeden Fall zu zeigen, wenn sie zunehmen oder sich verändern.

Können Altersflecken nach einer bestimmten Zeit wieder an der bereits behandelten Stelle erscheinen?

Ja, das ist leider der Fall. Nebst der UV-Belastung ist die Genetik ein weiterer wichtiger Faktor für die Entstehung von Altersflecken. Häufig kommen diese in Familien gehäuft vor. Es ist nicht selten,

dass neue Altersflecken an gleicher Stelle nach ein paar Jahren entstehen. Sollten diese jedoch in kürzerer Zeit wieder auftreten, beispielsweise innerhalb von drei Monaten nach der Therapie, empfehle ich den Therapeuten in dem Zeitrahmen nochmal aufzusuchen, um mit ihm zu sehen, ob die durchgeführte Therapie wirklich ausreichend war. Ziel bei der Entfernung ist es immer, möglichst keine Narben davon zu tragen – bei vorsichtigem Vorgehen kann es daher manchmal möglich sein, dass man den Fleck nicht tief genug abträgt und er dann innerhalb kurzer Zeit wieder auftritt oder gar nicht ganz verschwindet.

Wie schütze ich mich am effizientesten vor Altersflecken?

Die wichtigste Präventionsmassnahme vor Altersflecken, Falten und Hautkrebs ist ein guter UV-

Schutz. Ich empfehle daher jedem, sich täglich am Morgen unabhängig von Jahreszeit und Wetter jene Hautpartien mit einer Sonnencreme von Schutzfaktor 50 einzucremen, die nicht von Kleidern bedeckt sind. Das sind vor allem Gesicht, Hals, Hände und Ohren. Schutzfaktor 50 klingt für manche vielleicht etwas hoch, Studien an freiwilligen Probanden haben jedoch gezeigt, dass wir uns nicht so dick mit Sonnencreme eincremen, wie erforderlich, um auf der Haut den effektiven Schutzfaktor zu haben, der auf der Verpackung steht. Meist landet man bei einem Schutzfaktor von 20, wenn man das Gesicht mit normaler Menge Sonnencreme behandelt. Menschen mit heller und sonnenempfindlicher Haut sind meistens besonders stark betroffen und müssen daher noch besser vor UV-Belastung schützen.



**Shopping-Erlebnis!
Laufend
treffen Neuheiten ein.**

pearls of fashion
Boutique - Pfäffikon ZH

LILIANE TOMIZZOLI
Hochstrasse 26, 8330 Pfäffikon ZH
Telefon 043 288 88 53
www.pearlsoffashion.ch

Neue Öffnungszeiten:
Di, Mi, Fr 10-12, 14-18.30 Uhr / Do 10-12, 14-20 Uhr
Sa 10-16 Uhr (Mo geschlossen)

MARK NANI, MODLORICH, PIU & PIU, OFFROAD, yukai, River, WOLFRUM, ANA, SCHNEIDER, Dorothea, Langthaler

**Heilen ohne Pillen!
Heuschnupfen, Migräne**

Die Traditionelle Chinesische Medizin hilft ohne Chemie – mit Akupunktur, Tuina-Massage, Schröpfen, u. a. bei **Rücken-, Gelenkschmerzen, Heuschnupfen, Migräne, Hautallergien, Schlafstörungen, Stress- und Augenleiden**

Lihua Dai, Deutsch sprechende Schweizerin, in China promovierte Chirurgin, EMR/ASCA/NVS anerkannte TCM-Therapeutin mit über 30 Jahren Erfahrung behandelt bei

AKUPUNKTUR KANG FU
Bahnhofstrasse 182, 2. Stock (über Rest. Suan Long)
8620 Wetzikon, Telefon 043 497 01 20, www.kang-fu.ch

Von KK-Zusatzversicherung anerkannt!

**Nachhaltig SCHMERZFREI
ohne Medikamente oder OP**

mit

- manuelle Schmerztherapie
- Faszien-Trainingskurs
- Feldenkrais-Gruppenkurs

von Krankenkassen anerkannt
Hausbesuche auf Anfrage

www.feldenkrais-massage.ch