

# TOD DEM RASIERER

Vom Leben ohne Haare. In einer ersten **Langzeitstudie zur dauerhaften Haarentfernung mittels Laser** berichtet die Innsbrucker Ärztin Katharina Russe-Wifflingseder von zufriedenstellenden Ergebnissen.

WORT NINA HEIZER | BILD GERHARD BERGER



Dr. Russe-Wifflingseder erstellte die erste internationale Studie zur Laser-Epilation und kommt zu dem Ergebnis, dass sie dauerhaft funktioniert.

**W**erft die Rasierer in die Ecke, mottet die Epilier-Foltergeräte ein, vergesst den Harz-Termin. Nie mehr rasieren und trotzdem Beine ohne Stoppeln, haarfreie Bikinizonen und glatte Achseln. Oder in der männlichen Variante: Wangen wie ein Kinderpopo und Rücken, die nicht an unsere Vor-Vorfahren erinnern.

Dieser langgehegte Traum soll möglich sein. Das zumindest ergibt die erste internationale Studie zum Thema dauerhafte Enthaarung durch Laserbehandlung. Bei 89 Prozent ihrer Patienten ist die Innsbrucker Ärztin Katharina Russe-Wifflingseder mit dem Ergebnis auch noch nach zehn Jahren sehr zufrieden. Seit zwölf Jahren bietet die Fachärztin für Chirurgie und Plastische Chirurgie dauerhafte Haarentfernung durch Laser in ihrer Ordination im Innsbrucker Stadtteil Saggen an. Dauerhaft haarfrei im Gesicht sind 82 Prozent, unter den Achseln 95 und in der Bikinizone 93 Prozent der 1000 von ihr untersuchten Personen in Innsbruck und Barcelona. Haarlose Beine haben 92 Prozent und glatte Rücken 89 Prozent.

An der Klinik Innsbruck warnt man indes vor zu großen Erwartungen. „Diese Methode ermöglicht eine signifikante Reduktion des Haarwuchses von teilweise nur drei Monaten und nicht von einem ganzen Leben. Es ist keine hundertprozentige Sache und hält nicht ewig. Jeder und jede muss selbst entscheiden, ob das viele Geld da richtig eingesetzt ist“, fasst Dr. Alexis Sidoroff zusammen. Allerdings bestätigt der Arzt an der Hautklinik in Innsbruck, dass das die „noch am besten funktionierende Methode zur langfristigen Haarentfernung“ sei.

## Aufklärung

Die umfassende Aufklärung ist auch Russe sehr wichtig. Die Leute kommen inzwischen gut informiert in ihre Ordination. Meistens

haben sie sich im Vorfeld erkundigt. Das ist der Medizinerin sehr recht, denn nur, wer ein realistisches Bild hat, ist später nicht enttäuscht. Einige Mythen stimmen nämlich nicht: „Natürlich ist nach einer Behandlung noch nicht der ganze Haarwuchs gestoppt. Pro Sitzung werden rund 20 Prozent der Haarfollikel, in denen die Haare gebildet werden, zerstört. Daher ist man nicht sofort komplett haarfrei. Je nach Region sind unterschiedlich viele Sitzungen nötig“, erklärt die Fachärztin. Das habe mit dem Wachstumszyklus und der Beschaffenheit der Haare zu tun. Aber mit drei bis vier Behandlungen werden Gesicht, Achseln und Bikinizone dauerhaft enthaart. Beine und Rücken benötigen bis zu sieben Therapie-sitzungen. „Wichtig ist, dass der Patient weder vor noch nach der Behandlung nachwachsende Haare zupft. Das verfälscht das Ergebnis. Rasieren ist kein Problem.“ Je nach Hauttyp werden die Laser ausgewählt, die Pulsdauer eingestellt und individuell abgestimmt.

### Herrin der Laser

Russe hat neun Laser in ihrer Ordination stehen. Nicht alle werden zum Haarentfernen verwendet. Für hellere Hauttypen eignet sich der Alexandrit-Laser am besten, der mit Wellenlängen von Licht selektiv die Zelle, die er schädigen will, zerstört. „Vor allem Kosmetikalons verwenden Blitzlampen, die eine

ganz andere Bandbreite von Wellen haben, deswegen oft nicht das gewünschte Ergebnis liefern und manchmal sogar zu Verbrennungen führen können“, schildert Russe. Viele trauen sich nicht, die richtige Energiedichte einzustellen und dann „wird das Haar nur gestreichelt und nicht zerstört“. „Solche Behandlungen von ungeschulten Leuten mit den falschen Geräten sind die Grundlage für die Skepsis der Patienten.“ Die Laser-Haarentfernung sei völlig ungefährlich, habe keine Nebenwirkungen und es werde dabei auch nichts anderes angegriffen, wenn es richtig gemacht werde. „Ob ich das Haar ausreiße oder es zerstöre, bleibt sich für den Körper völlig gleich“, versichert Russe, die 1986 die erste niedergelassene Plastische Chirurgin ohne Standbein in einem öffentlichen Krankenhaus war.

Rund 60.000 bis 100.000 Euro kosten die Laser-Geräte im Schnitt. „Wegen dieser großen Kosten entstehen auch die Kosten für die Therapien. Ein Laser lebt im Durchschnitt fünf Jahre und muss sich in der Zeit amortisieren“, rechnet Alexis Sidoroff von der Uniklinik vor. Jeder Schuss koste Geld. „Aber, was gibt man beim Frisör alle zwei Monate aus? Was kostet das Enthaaren mit Heißwachs ein Leben lang?“, gibt wiederum Russe zu bedenken. Außerdem kann zwischen den Behandlungen ein beliebig



„NIE WIEDER ÜBERLEGEN, OB ICH DAS ÄRMELLOSE T-SHIRT ODER DEN KURZEN ROCK ANZIEHEN KANN, IST EINFACH HERRLICH“, SAGT DR. RUSSE.

## INFO

### WIE FUNKTIONIERT LASER-HAARENTFERNUNG?

Laserlichtimpulse werden auf die vor drei Tagen rasierte Haut abgegeben. Diese gehen durch die Haut, werden von dem Melanin des Haarschafts absorbiert und schädigen dessen Brutstelle, das Haarfollikel. Dabei wird das Licht in thermische Energie umgewandelt. Bei der ersten Sitzung werden rund 20 Prozent der Haare permanent zerstört. Da das Haar mehrere Wachstumszyklen durchläuft, sind unterschiedlich viele Sitzungen je nach Körperregion für ein haarfreies Leben nötig.

Bei jedem gesunden Erwachsenen kann die Haarentfernung mit Alexandrit-Laser durchgeführt werden. Am besten eignen sich Patienten mit heller Haut und dunklen Haaren. Graue oder weiße Haare absorbieren kein Licht mehr und können daher nicht entfernt werden.



großer Zeitraum für die Wiederfüllung des Sparschweins bestehen. Es empfehlen sich zwei Sitzungen hintereinander, dann ein Jahr Pause und dann weitere Sitzungen. Die Haare sind nur in der Wachstumsphase für die Wellen des Lasers empfänglich. Laut Russe ist besonders die erste Anwendung wichtig. Diese entscheide über den weiteren Erfolg der Sitzungen. Bei hellen, dünnen Haaren wird zu wenig Licht absorbiert und der Laser kann die Haarzelle nicht zerstören. Graue oder weiße Haare können daher nicht entfernt werden.

#### Haarwachszyklus

Die Therapie ist „nicht ganz schmerzfrei“. Eine Creme soll die zu behandelnden Stellen betäuben und lindern. Für alle, die regelmäßige Erfahrungen mit Epilier-Geräten haben, wird es allerdings ein Kindergeburtstag sein. Und der Gedanke: „Was weg ist, ist weg“ dürfte beim Zähne zusammenbeißen helfen. Im Gesicht ist man bis zu vier Wochen nach der ersten Be-

„WER EINEN HAARWUCHS IN HERZFORM GELASERT HABEN WILL, IST BEI MIR FALSCH.“

KATHARINA RUSSE-WILFLINGSEDER

handlung haarfrei, auf den Unterschenkeln sogar bis zu acht Wochen. Danach setzt der nächste Haarwachszyklus ein, das nächste, bis dahin pausierende Haarfollikel wirft die Maschine an und macht sich an die Produktion. Wenn ihre Patienten drei Wochen davor nicht in der Sonne waren, zückt die energiegeladene Ärztin ihren Laser und stürzt sich erneut in den Kampf gegen abgestorbenes Horn.

Sonnenschutz vor und drei Wochen nach der Behandlung ist sehr wichtig. „Ich bin sehr streng, deswegen habe ich auch keine Probleme und bekomme keine Beschwerden“, sagt Russe, legt die Schutzbrille ab und streckt ihr glattes Bein zur Begutachtung aus. „Es ist einfach herrlich – so viel Zeit, die man spart. Und man muss sich nie wieder fragen, kann ich heute diesen Rock oder das ärmellose T-Shirt tragen.“ Extravaganter Modeerscheinungen kann die Spezialistin allerdings nichts abgewinnen: „Wer einen Haarwuchs in Herzform gelasert haben will, ist bei mir falsch.“

Die Studie von Katharina Russe-Wilflingseder wird in den nächsten Wochen in einem renommierten amerikanischen Fachmagazin veröffentlicht. Keine Pharmafirma und kein Laser-Hersteller hat sie ihr bezahlt. „Das war keine Auftragsstudie, eigentlich eher eine Nachuntersuchung aus Interesse an meinen Patienten.“ Die Innsbrucker Ärztin freut sich über das positive Ergebnis und das Aufsehen, das diese erste internationale Studie bei ihren Kollegen erregt. Auch Alexis Sidoroff meint: „Das dürfte alles seine Richtigkeit haben. Frau Russe weiß, was sie macht.“ Das ist das Um und Auf, nicht nur für ein enthaartes Leben. ■