

**Wissen: 10 Fakten**

## Hundeschwumm

Fakten, die man wieder vergessen darf, beim Smalltalk jedoch nützlich sind: Schnelles Wissen mit SonntagsBlick.

VON FRANCA SIEGFRIED

**1 Bastille-Boom**  
Jeweils am 14. Juli feiern die Franzosen den Sturm auf die Bastille von 1789. Im Zeichen der Französischen Revolution entwickelte sich damals ein Medienboom – mit insgesamt 1600 Zeitungen als Grundlage für die Demokratisierung.

**2 Spermien-Quickie**  
US-Forscher haben einen Fruchtbarkeitstest für die Hosentasche entwickelt: Bald werden Männer binnen Minuten die Qualität ihrer Spermien analysieren können, der Vor-Schwangerschaftstest für Männer heisst «TrakFertility».

**3 Zoll-Zigaretten**  
Der Schmuggel von Zigaretten hat letztes Jahr um 38 Prozent zugenommen: Insgesamt 4939 Fälle hat der Schweizer Zoll aufgedeckt.

Balance, Koordination und Konzentration. Gefordert werden alle Stabilisations- und Stützmuskeln an Rumpf und Beinen – Muskelkater ist garantiert. Slacklining verbraucht zudem 350 Kalorien pro Stunde.

**6 Organ-Muffel**  
13 Personen pro Million Einwohner: So wenige Schweizer vermachen jährlich ihre Organe nach dem Tod anderen Menschen. Österreicher sind grosszügiger: mit 23 Personen pro Million Einwohner. In Deutschland sind es 14, in Spanien sogar 35 Menschen.

**7 Shopping-Sex-Appeal**  
Gemäss einer britischen Befragung denken Frauen im Schnitt 91-mal am Tag an modische Klamotten, Schuhe, Handtaschen und nur rund 10-mal an Sex.



# 10

Nicht alle haben das Talent fürs Schwimmen. Sie schlagen vorne wild auf das Wasser, vergessen derweil die Beine einzusetzen – und gehen unter. Darum gibt es Schwimmwesten auch für Hunde.

**4 Hirnkühlung**  
Beim Gähnen geht es uns nicht nur um frischen Sauerstoff, sondern auch um den Temperatursausgleich im Gehirn – so die neueste Erkenntnis einiger Forscher.

**5 Seiltanz**  
«Slackline» oder schlaffes Seil ist eine beliebte Trendsportart: Dazu braucht es zwei Bäume und ein Band mit Spannvorrichtung. Schon das Aufsteigen aufs Seil braucht viel

**8 Brotzeit**  
Vergangenes Jahr wurden in der Schweiz insgesamt 180518 Tonnen Brot gegessen. Davon stammten 23 742 Tonnen vom Bio-Bauern.

**9 Grümpel-Gaben**  
Nach der WM ab auf den Rasen: Grümpelturniere sind angesagt. Grümpel bezieht sich nicht etwa auf die Qualität des Matches, sondern das wenige, das es für Hobby-Tschütteler zu gewinnen gibt.



Makellose Haut an Po und Oberschenkel ist die Krönung der Bikini-Figur.

# Nur für Frauen

Warum leiden Frauen unter **Orangenhaut** und Männer nicht? Eine Dermatologin erklärt das Geheimnis. Und weckt Hoffnungen: Kälte soll den Makel mildern.

VON FRANCA SIEGFRIED

**P**op-Prinzessin Britney Spears (33) teilt das Los mit Leidensgenossinnen auf der ganzen Welt: Orangenhaut! Ihre Oberschenkel sind durch Cellulite deutlich gezeichnet. Seit den Schwangerschaften leidet Britney an schwachem Bindegewebe – allerdings steht sie selbstbewusst dazu und zögert nicht, sich auch in Shorts Fotografieren zu zeigen.

Sind diese kleinen Dellen nun Zeichen einer Krankheit? Oder sind sie einfach nur ein Schönheitsmakel? Unbestritten ist, dass sich Millionen von Frauen durch Cellulite im körperlichen Wohlbefinden gestört fühlen. Unbestritten ist auch, dass bis zu 90 Prozent der Frauen im Laufe ihres Lebens solche kleine Beulen an Oberschenkel und Po entdecken.

### Frauen müssen mit Cellulite leben lernen

«Cellulite ist ein häufiges Problem der Frauen in unserer Praxis», sagt Myriam Wyss Fopp (53). Die Dermatologin FMH in Meilen ZH



Britney Spears (33), zweifache Mutter, versteckt ihre Orangenhaut nicht.

Fotos: Thinkstock, Dukes / X17

nimmt sich mittels modernster, medizinischer Erkenntnis den Schönheitsmakeln von Frauen und Männern an, dazu gehört nicht etwa nur die Behandlung von Falten, sondern auch das Entfernen von Fettpolstern an Bauch, Hüften und Oberschenkeln.

«Cellulite ist keine Krankheit, sondern nur ein ästhetisches Problem», erklärt Myriam Wyss Fopp. «Zumal Cellulite nichts anderes als natürliche, weibliche Fettspeicher sind.» Während Männer Fett im Bauch einlagern, lenken die Sexualhormone bei Frauen Fettreserven an Po und Oberschenkel. Treffen die Fettzellen auf schwaches Bindegewebe, können sie sich zu Klumpen zusammenpappen und bilden dabei Dellen – auch Orangenhaut oder Hagelschaden genannt.

Wie stark Cellulite ausfällt, ist genetisch programmiert. Faktoren sind: dünne Haut, schlechte Durchblutung oder Wassereinlagerung. «Das Fettgewebe bei der Frau ist gitterförmig von Kollagensträngen aus Bindegewebe durchzogen. Somit entstehen matratzenartige Polsterchen, die unter Hormon-

veränderungen mehr oder weniger anschwellen und diese unschönen Dellen verursachen», sagt die Medizinerin. Bei Männern sei das Fettgewebe anders aufgebaut. Das starke Geschlecht bleibe darum im Allgemeinen von Cellulite verschont. «Es gibt seltene Fälle von Orangenhaut bei Männern und nur dann, wenn ihr Sexualhormon Testosteron aus der Balance gerät», sagt die Hautärztin.

Sie beschäftigt sich seit Jahren mit Methoden, die Cellulite den Garaus machen sollen. Saugmassagen, Radiofrequenzen, Ultraschall, Infrarot etc.: Der Aufwand ist gross, der Erfolg meistens mässig.

### Kältetherapie soll die Haut glätten

Auch viel Sport, gesunde Ernährung, Massagen und ein angemessener Body Mass Index (BMI) lassen Cellulite nur mildern, aber nicht ganz verschwinden. Trotzdem investieren Frauen weltweit rund drei Milliarden Dollar für Anti-Cellulite-Produkte – hoffen vergeblich auf makellose, glatte, seidene Haut.

Ein neues Gerät steht seit letzten Frühling in der Praxis von Frau Doktor Wyss Fopp. Sein Name ist vielversprechend CoolSmooth – Kälteglätter für Polsterchen am Oberschenkel. Das Gerät ist eine Weiterentwicklung von CoolSculpting, das die Hautärztin seit drei Jahren erfolgreich zur Fettreduktion anwendet: «Ich hätte mir früher nicht vorgestellt, dass es möglich ist, Fettdépos an Bauch und Hüfte so einfach und effektiv ohne Operation zu reduzieren.» Eine Forschergruppe an der Harvard Medical School in Boston hat diese Methode entwickelt: Sie wussten, dass

Fettgewebe empfindlicher auf Kälte reagiert als das übrige Gewebe.

«Wir haben gute Resultate mit der Behandlung von Reiterhosen, dicken Oberschenkeln», berichtet die Dermatologin. «Als Nebeneffekt liess sich teilweise auch eine Verbesserung der Hautstruktur und Milderung der Cellulite feststellen.» Die Hautärztin betont, dass ihre Patientinnen die schlankeren Oberschenkel als Befreiung empfinden und dabei einige Dellen in Kauf nehmen. «Schliesslich ist man nicht das ganze Jahr im Bikini unterwegs – wichtig ist eine gute Figur, die in alle Kleider passt.» ●

### Gesundheitspflege

## Was uns unsere Schönheit kostet

Eines vorweg: Ganz weg geht Orangenhaut nicht mehr. Viel Bewegung und Hautpflege kann den Schönheitsfehler mildern. Dazu gehören auch neue Methoden: Die Kältetherapie ist nicht billig, so kostet eine Sitzung ab

900 Franken. Aber Wohlbefinden darf etwas kosten: Schweizer werden gemäss Bundesamt für Statistik in diesem Jahr 15 Prozent von ihrem Warenkorb nur für Gesundheitspflege ausgeben – Männlein und Weiblein.