

Einen PRP-Biocoocktail *bitte!*

Golf wird in der freien Natur gespielt – bei fast jedem Wetter, am liebsten aber bei Sonnenschein. Dass UV-Strahlen nicht nur das Gemüt erhellen, sondern der Haut auch Schäden zufügen können, ist bekannt, wird aber leider oft vergessen. Die beiden Dermatologinnen Myriam Wyss Fopp und Petra Becker-Wegerich geben Tipps für optimalen Sonnenschutz und für «Wiedergutmachungsmassnahmen».

Frau Dr. Wyss Fopp, Sonnenschutz ist Dermatologen seit Jahren ein Anliegen. Trotzdem sieht man auch im Jahr 2013 immer wieder Menschen mit Sonnenbrand. Auch auf dem Golfplatz. Wo liegen die versteckten Gefahren?

Myriam Wyss Fopp: Viele Golfer sind sich nicht bewusst, dass sie auch bei bewölktem Himmel UV-Belastung ausgesetzt sind – diese beträgt 70 bis 80 Prozent des Wertes bei blauem Himmel. Weht eine kühle Brise, empfindet man die Sonne als weniger heiss und der Sonnenschutz kann leider leicht vergessen gehen.

Wie schützt man sich gegen Sonnenschäden?

Am besten mit einer Kombination von textilem Sonnenschutz und einer Sonnencreme mit Schutzfaktor 30 bis 50+. Für ästhetisch Anspruchsvolle gibt es sehr gute getönte Sonnenschutzmittel – oder man trägt das Make-up über dem Sonnenschutz auf. Ich empfehle, immer einen Sunblock-Stift im Golfbag mitzuführen. So lassen sich nach zwei Stunden exponierte Hautareale wie Nase, Wangen, Ohren und Lippen nachcremen, ohne dass die Hände fettig werden. Ideal ist Sportbekleidung mit UV-Schutz. Ein Hut ist obligatorisch. Noch ein Geheim-

tipp von meiner golfenden Praxiskollegin: Tragen Sie an beiden Händen einen Golfhandschuh, damit nicht ein Handrücken vorzeitig altert und somit hautkrebsgefährdet sein kann.

Was, wenn man schon einen sonnenverbrannten Kopf hat?

Wir empfehlen kühlende Umschläge; zusätzlich können zur Hautberuhigung eine leicht kortisonhaltige Creme und eventuell Tabletten mit anti-entzündlicher Wirkung verwendet werden. Und bis zur Erholung der Haut regelmässig eine pflegende After-Sun-Lotion anwenden.

Bis in die 80er Jahre galt tiefbraune Haut als erstrebenswert. Zu viel Sonne verursacht aber Hautschäden. Was sind die häufigsten und wie begegnet man ihnen?

Einerseits gibt es die medizinisch bedeutsamen Sonnenschäden, das heisst Hautkrebsvorstufen und Hautkrebs. Je nach Diagnose und Stadium





Dr. med. Myriam Wyss Fopp

Dr. med. Petra Becker-Wegerich

Dr. med. Myriam Wyss Fopp

Dermatologin und Allergologin,
Ästhetik- und Laserzentrum Zürich-
see in Meilen; www.laserepilation.ch

Dr. med. Petra Becker-Wegerich

Ästhetische Dermatologin, Ästhe-
tik- und Laserzentrum Zürichsee,
Meilen; www.laserepilation.ch

kann eine Behandlung mit Creme oder mit dem Laser erfolgen, oder aber eine Creme-Lichttherapie angezeigt sein. Ist der Hautkrebs schon in die tieferen Hautschichten vorgedrungen, oder handelt es sich gar um schwarzen Hautkrebs, ist eine chirurgische Behandlung nötig. Es gibt aber auch eine Vielzahl ästhetisch störender Sonnenschäden wie beispielsweise Fältchen, Altersflecken, Gesichtsfalten etc. Hier steht eine ganze Reihe moderner Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung: fraktionierte Laser, Thermage, Pigmentlaser, Botulinumtoxin, Hyaluronsäure. Viele dieser Behandlungsmethoden lassen sich auch miteinander kombinieren. Neuester Trend ist eine Eigenplasma-Behandlung – alleine angewendet auch PRP-Rejuvenation genannt, in Verbindung mit Hyaluronsäure nennt man sie PRP-Bicocktail, und mit Laser kombiniert ist's ein «Vampirlift».

Frau Dr. Petra Becker Wegerich, Eigenplasma bedeutet, dass mit Eigenblut des Patienten gearbeitet wird. Wie sieht der zeitliche Ablauf einer Behandlung mit Eigenplasma aus?

Petra Becker-Wegerich: Wie beim hausärztlichen Check-up wird Blut aus der Vene abgenommen und innert 30 Minuten für die PRP-Behandlung vorbereitet. Danach sollte innerhalb von 15 bis 30 Minuten gespritzt werden. Für die Initialtherapie empfehlen wir drei PRP-Sitzungen in sechswöchigen Abständen, eine weitere Behandlungssitzung dann sechs Monate später. Zur Erhaltungstherapie können je nach Wunsch und Behandlungsziel auch weitere Zyklen in gleichen Abständen erfolgen.

Ist die Behandlung schmerzhaft, sind Nebenwirkungen zu erwarten?

Vor der Injektion wird eine Betäubungscreme aufgetragen. Während der zehn- bis 20-minütigen Behandlung ist ein leichtes Brennen zu spüren. Ich selber habe diese Behandlung sehr gut vertragen. Je nach Empfindlichkeit kann im Anschluss an die Behandlung ein bis drei Tage lang eine leichte Schwellung bestehen. Direkt im Anschluss an eine PRP-Behandlung ist das Aussehen der Haut ähnlich wie nach einem Saunagang: leicht gerötet und frisch.

Welche Vorteile bringt eine Eigenplasma-Behandlung?

Die Eigenplasma-Methode ist eine natürliche Behandlung, mit ihr steht erstmals eine Alternative für jene Patienten zur Verfügung, die Botox ablehnen. Das langanhaltende Resultat ist nicht sofort sichtbar, sondern entwickelt sich «langsam» und nachhaltig. Über eine längere Zeit entstehen eine Glättung der Haut und dezente Volumenkonturierung, was sehr natürlich wirkt. Eigenplasma-Behandlungen eignen sich auch für Patienten, die eine Allergie auf «Füllmaterial» haben. Die PRP-Methode kann auch bei lichtgeschädigter Haut in Kombination mit anderen Verjüngungsmethoden angewendet werden, nicht nur im Gesicht, sondern auch im Dekolleté.

Aus der Dermatologie-Praxis direkt auf den Golfplatz – ist das nach einer Eigenplasma-Behandlung möglich?

Nach der Behandlung sollte für zehn Tage extreme Sonne gemieden werden. Drei Tage nach der Behandlung ist eine Golfrunde mit Sonnenschutzfaktor 50 und Hut aber durchaus möglich.

Ist die PRP-Behandlung auch für männliche Golfer geeignet?

Myriam Wyss Fopp: Selbstverständlich schmeckt ein PRP-Cocktail auch dem starken Geschlecht – gerade, weil die Methode keine berufliche Ausfallzeit verursacht. Übrigens kann PRP auch bei Haarverlust helfen.

Nur bei Männern, oder auch bei Frauen?

Haarverlust bei Frauen kann viele Gründe haben – Eisenmangel oder Schilddrüsenerkrankungen beispielsweise. Wichtig ist deshalb, zuvor eine Ursachenanalyse des Haarausfalls durchzuführen. Häufig ist der Haarverlust bei Frauen hormoneller Natur, dann stellt eine PRP-Haarboden-Behandlung eine willkommene zusätzliche Behandlungsoption dar.

Text: Mirjam Fassold

Fotos: istockphoto, Pressedienst
und Stefan Stengel (DBLSO 2012)

PRP-Biococktail...

... wird eine mit Hyaluronsäure kombinierte Eigenplasma-Behandlung genannt. Eigenplasma- oder eben PRP-Behandlungen sind eine natürliche Methode der Hautverjüngung. Auch sonnenbedingte Hautschäden lassen sich so korrigieren. Für Eigenplasma-Behandlungen wird dem Patienten Blut abgenommen, dieses aufbereitet und an der gewünschten Stelle unter die Haut gespritzt. PRP-Behandlungen führen zu sehr natürlich wirkenden Behandlungsergebnissen und eignen sich auch für Patienten, die Botox ablehnen oder an einer Unverträglichkeit gegenüber «Füllmaterial» leiden. Durchgeführt werden PRP-Behandlungen von speziell ausgebildeten Dermatologen in Facharztpraxen.



Professionell, nicht nur auf dem Grün: Die Tessiner LET-Spielerinnen Anaïs Maggetti und der ehemalige Ski-
rennfahrer Didier Cuche schützen ihre Köpfe beim Golf-
spielen mit Baseball-Caps vor zu viel Sonne.