

# Handverjüngung



Hände verraten viel über die Lebensumstände eines Menschen. Nicht nur Gepflegtheit und Stil, auch das Alter einer Person bleibt beim Blick auf die Hände nicht verborgen. Die Haut ist täglich mit externen Faktoren wie Hitze, Kälte, Sonneneinstrahlung und Hausarbeit konfrontiert. Auch falsche Ernährung, Stress und Alkohol- sowie Zigarettenkonsum können ihr zusetzt. Da Haut auf dem Handrücken sehr viel dünner und empfindlicher als an anderen Körperstellen ist, reagieren die Hände besonders sensibel auf die oben genannten Faktoren. Zeichen der Hautalterung wie Altersflecken, Falten, schlaffe Haut, hervortretende Venen, Sehnen und Knochenstruktur treten hier häufig schon sehr viel früher auf. Jedoch gibt es heutzutage verschiedene Methoden, um gegen diese Anzeichen vorzugehen.

## ■ Diagnose und Indikation

Hier erfahren Sie, bei welchen Anzeichen der Hautalterung sich eine Handverjüngung empfiehlt.

## ■ Vor der OP

Was sollten Sie vor dem Eingriff beachten? Details haben wir hier für Sie zusammengestellt.

## ■ OP-Methoden

Individuell entscheidet der Facharzt über die Methode des Eingriffs. Welche Optionen es grundsätzlich gibt und wie eine Hautverjüngung abläuft, erklären wir Ihnen hier.

## ■ Narkose, OP-Dauer und stationärer Aufenthalt

Finden sie hier alle nötigen Informationen zu diesem Thema.

## ■ Erholungsphase und Nachbehandlung

Was müssen Sie nach der OP beachten? Mehr dazu finden Sie hier.

## ■ Mögliche Komplikationen

Jede Operation birgt Risiken. Welche Komplikationen speziell bei der Handverjüngung auftreten können, erfahren Sie hier.

## ■ Kostenrahmen

Was kostet eine Handverjüngung und wann können Sie bei Ihrer Krankenkasse eine Kostenübernahme beantragen? Aufklärung dazu gibt es hier.

## ■ Diagnose und Indikation

Vornehmlich Patienten, die unter den Alterserscheinungen ihrer Hände leiden, wünschen eine Handverjüngung. Fachärzte unterscheiden zwischen verschiedenen Formen der Hautalterung.

Altersflecken (Lentigo solaris), die sich mit fortschreitendem Alter vermehren, sind braune Flecken, die vor allem am Dekolletee, dem Handrücken und im Gesicht auftreten können. Hierbei handelt es sich um eine Pigmentstörung, deren Verursacher ein Übermaß an UV-Bestrahlung ist.

Die Kollagen- und Elastin-Fasern in der Haut, die für ein straffes Hautbild verantwortlich sind, reduzieren sich mit zunehmendem Alter und werden auch nicht mehr neu produziert. Es entstehen Falten und Runzeln. Zudem bedingen äußere klimatische und Umwelt-Einflüsse diesen Alterungsprozess. Ergebnis ist ein unebenes, furchiges Hautbild.

Zudem geht mit zunehmendem Alter die Unterhautfettgewebe im Handrückenbereich zurück. Dies führt zu einer Erschlaffung der Haut und zum markanten Hervortreten von Knochen, Sehnen und Venen.

## ■ Vor der OP

Bei handverjüngenden Eingriffen handelt es sich überwiegend um risikoarme Operationen. In einem ausführlichen Beratungsgespräch informiert der Facharzt den Patienten dennoch detailliert über die in seinem Falle anzuwendende Eingriffsmethode ([dazu: OP-Methoden](#)).

Bevor der Chirurg die Altersflecke entfernt, muss ein Dermatologe durch eine vorangegangene Untersuchung bestätigen, dass es sich bei diesen Pigmentierungen nicht um bösartige Verfärbungen oder Hautkrebs handelt.

Schmerz- und Rheumamittel sowie fiebersenkende Medikamente sollten Patienten vor der Operation nicht einnehmen, da sie die Blutgerinnung verzögern.

## ■ OP-Methoden

Es gibt verschiedene Methoden der Handverjüngung. Neben den kosmetischen Behandlungen wie Peelings mit Fruchtsäure, Laser oder chemischen Stoffen kann der Facharzt die Hände auch operativ verjüngen. Jede Form der Hautalterung weist eine individuelle Behandlungsmethode auf, die die Symptome verbessert beziehungsweise ganz beseitigt. Auch die Kombination verschiedener Methoden zur Erreichung eines optimalen Ergebnisses ist möglich.

Die Hautabschleifung (Dermabrasion oder Microdermabrasion) eignet sich zur Entfernung von Hautunebenheiten wie Narben und Tätowierungen. Altersflecken und Pigmentstörungen und auch kleine Falten werden mit Laser, chemischen Peeling und Microdermabrasion entfernt.

Die Laser-Methode eignet sich zur Entfernung von Pigment- und Altersflecken. Bei diesem Eingriff richtet der Facharzt den Laserstrahl direkt auf die zu behandelnde Region. Durch die Laserenergie zersetzt sich der Pigmentkörper und wird vom menschlichen Organismus abgebaut.

Bei der Lifting-Methode entfernt der behandelnde Arzt überschüssige Haut im Bereich des Handrückens. Hierbei entnimmt er im seitlichen Handbereich ein Stück Gewebe und vernäht die Wunde wieder. Den Patienten erwartet nach der Heilung ein deutlich strafferes Hautbild.

In zunehmendem Alter kommt es häufig zum Verlust des Unterhautfettgewebes im Handbereich. Ergebnis: Ein erschlafftes Hautbild und ein Hervortreten von Blutgefäßen, Knochen und Sehnen ([dazu: Diagnose und Indikation](#)). Um dem entgegenzuwirken, spritzt der Facharzt dem Patienten zuvor an einer anderen Körperpartie entnommenes Eigenfett in eine dafür vorgesehene Ebene der Hand. Der behandelnde Arzt kann so die Hand neu modellieren. Nach der Heilung erfreut sich der Patient eines ausgepolsterten und gestrafften Hautbildes. Neben der Eigenfettunterspritzung (Lipofilling) am Handrücken gibt es noch die Möglichkeit Hyaluronsäure im gleichen Verfahren „der Handverjüngung“ zu verwenden.

Hervortretende Venen kann der behandelnde Arzt auch mit Hilfe der Verödung (Sklerotherapie) beseitigen. Bei dieser Methode spritzt er ein Serum aus Salzlösung, Betäubungsmittel und Alkohol direkt in die Vene. Dadurch verschließt sich das Blutgefäß und verodet schließlich. Der Körper baut nach und nach das Venengewebe ab und verringert somit die Größe des Blutgefäßes. Nach dem Eingriff legt der Facharzt zur Verbesserung des Ergebnisses und zur Schonung einen Kompressionsverband an ([dazu: Erholungsphase und Nachbehandlung](#)).

Auch eine eventuelle Kombination der verschiedenen Methoden ist möglich, um ein optimales Ergebnis zu erzielen.

## ■ Narkose, OP-Dauer und stationärer Aufenthalt

Der behandelnde Arzt führt die verschiedenen Techniken der Handverjüngung ambulant und unter örtlicher Betäubung oder auch im Dämmer Schlaf durch. Der Patient kann also nach einer kurzen Erholungsphase die Klinik direkt wieder verlassen. Durchschnittlich dauert der Eingriff etwa eine Stunde.

## ■ Erholungsphase und Nachbehandlung

Der Patient sollte nach dem Eingriff die behandelten Hände für circa drei bis vier Tage ruhig stellen. Zur Stabilisierung bekommt der Patient noch einen Kompressionshandschuh angepasst. Abhängig von der Operationsmethode empfehlen Fachärzte den Patienten zunächst, auf Hausarbeit und handwerkliche Tätigkeiten zu verzichten sowie den Kontakt mit reizenden Substanzen wie zum Beispiel Putzmitteln zu vermeiden. Besonders nach der Hautabschleifung sollten Sauna- und Solariumgänge sowie direkte Sonneneinstrahlung während der nächsten Tage bis Wochen nach der Operation unterlassen werden. Insgesamt dauert die Heilungsphase circa zwei bis sechs Wochen. Der Alltag ist aber nach ein paar Tagen möglich.

## ■ Mögliche Komplikationen

Wie bei jedem operativen Eingriff birgt auch die Handverjüngung Risiken und es kann zu Komplikationen kommen. Allerdings treten diese nur sehr selten auf. Zu den möglichen Risiken zählen die Infektion der Wunde, Nachblutungen oder Wundheilungsstörungen. Nach dem Handlifting bleibt eine unauffällige Narbe zurück. Beim Lipofilling kann es in seltenen Fällen zu Unregelmäßigkeiten des Hautreliefs kommen, die aber leicht zu korrigieren sind. Bei der Dermabrasion oder Adernverödung treten eventuelle Schwellungen, Rötungen oder Blutergüsse auf.

## ■ Kostenrahmen

In Abhängigkeit der gewählten Methode kostet der Eingriff etwa 500 bis 1.500 Euro pro Hand. Die Kosten für einen rein aus kosmetischen Gründen vorgenommenen operativen Eingriff übernimmt die Krankenkasse generell nicht. Führt ein Facharzt einen Eingriff allerdings aufgrund wichtiger gesundheitlicher Motive durch – zum Beispiel Funktionsstörung der Venentätigkeit und auch entartenden Altersflecken – übernimmt die Krankenkasse die bei der Behandlung entstandenen Kosten. Näheres über eine eventuelle Kostenübernahme erfahren Sie direkt bei Ihrer zuständigen Krankenkasse.