

Home > [Leben & Wissen](#) > [Lifestyle](#) > [Gesichts-BH, Eis oder die Nadel? : DAS hilft wirklich gegen ein Doppelkinn!](#)

GESICHTS-BH, EIS ODER DIE NADEL?

DAS hilft wirklich gegen ein Doppelkinn!



Foto: DigitalVision/Getty Images

[f](#) TEILEN

[TWITTERN](#)

[SENDEN](#)

Von: ADRIAN FEKETE
24.11.2021 - 12:08 Uhr

Viele Problemzonen lassen sich am Körper kaschieren, doch der Kopf verbirgt nichts! Gründe für ein Doppelkinn können vielfältig sein: Gewichtszunahme, steigendes Alter oder einfach Veranlagung. Beauty-Gurus schwören auf verschiedenste Behandlungsmethoden, doch was hilft wirklich? Ist es ein Gesichts-BH, eine Eis-Therapie oder gleich die Fettabsaugung?

Zwei Experten der berühmten Bodenseeklinik erklären, was funktioniert und was definitiv nicht.

Schon die Bezeichnung „Doppelkinn“ klingt gemein: Jemand hat so sehr die Kontrolle über sein Leben verloren, dass ihr oder ihm ein ZWEITES von einem Körperteil gewachsen ist. Wie bei den meisten Makeln stört sich natürlich die betroffene Person immer am meisten daran. Aber das widerspenstige Pölsterchen, das sich bei manchen unter dem Kiefer heraus wölbt, lässt sich weder gut kaschieren, noch besonders leicht wegtrainieren. Selbst bei einigen schlanken Menschen (wie einem berühmten Quiz-Master) ist es präsent.

Es werden viele Methoden in der Werbung angepriesen, doch es ist schwer, eine effektive auszuwählen. Prof. Dr. Werner Mang und Dr. Jens Altmann von der [Bodenseeklinik](#) haben für BILD die gängigen Methoden unter die Lupe genommen.

Gesichts-BH

Der „Face Bra“ ist eine Art Halfter, das mit elastischen Bändern das Gesicht umschließt und die untere Gesichtshälfte wie ein Push-up BH nach oben hält. Mit drei bis vier Sitzungen à 30-40 Minuten soll die Durchblutung gefördert und unerwünschtes Fettgewebe abtransportiert werden. Wer findet, das klingt zu schön, um wahr zu sein, könnte Recht haben. Auch Prof. Mang ist skeptisch:

► „Generell fördert Kompression die Durchblutung und sorgt dafür, dass Wassereinlagerungen zurückgehen“, sagt der Schönheitschirurg. „Sicherlich kann eine leichte Kompression erzielt werden, wenn man den BH sehr regelmäßig trägt – ein wirkungsvoller Effekt kann durch die Anwendung aber nicht erzielt werden.“

Fettabsaugung

Auch an den kleinsten Körperstellen, wie unter dem Kinn, sind Fettabsaugungen möglich. Es handelt sich um einen minimal-invasiven Eingriff, das heißt die OP wird durch sehr kleine Einstichstellen vorgenommen, geht jedoch (im Gegensatz zu anderen Methoden) unter die Haut. Die betroffenen Stellen werden markiert, bevor eine sogenannte Tumescenz-Lösung injiziert wird, die das Gewebe anschwellen lässt und die Fettzellen vom Gewebe löst. So entstehen weniger Schmerzen und Blutergüsse nach dem Eingriff. „Dies geschieht im Stehen, da sich die Fettverteilung am Kinn anders darstellt, wenn der Patient liegt“, sagt Prof. Mang.

► „Das Fett wird mittels einer millimeterdünnen Kanüle gewebeschonend abgesaugt. Die Operation ist zwar spürbar, nicht unangenehm, schmerzarm und kann auch im Dämmer Schlaf durchgeführt werden“, sagt Prof. Mang. „Eine Fettabsaugung ist generell eher unbedenklich. Nicht geeignet ist die Behandlung für Patienten, die an Herz- oder Lungenerkrankungen oder an schweren Leber- oder Nierenschäden leiden.“

Die Eis-Methode (Cryolipolyse)

Für Betroffene, denen eine operative Absaugung nicht geheimer oder zu teuer ist, jedoch etwas Zeit zur Verfügung haben, kommt eine Cryolipolyse oder die „Coolsculpting“-Methode infrage. Das Verfahren wird seit Jahren bei hartnäckigen Polstern an Oberschenkeln oder dem Bauch verwendet. Die betroffene Stelle wird auf null bis vier Grad runtergekühlt und anschließend massiert. Die Behandlung kann unangenehm sein, doch eine Betäubung muss vornehmlich nicht sein. „Durch einen kleineren Applikator können auch sehr kleine Fettdepots, beispielsweise am Kinn, an den Knien oder in der Achsel schonend behandelt werden,“ sagt Dr. Jens Altmann von der Bodenseeklinik.

► „Nach drei bis sechs Monaten sehen die meisten Patienten Ergebnisse. Dennoch ist es wichtig, dass die Patienten weiterhin einen gesunden Lebensstil pflegen“, so Dr. Altmann.

Eine Behandlung kostet ungefähr 700 Euro.

[BILD Restaurants: Hier gibt es die besten Restaurants in deiner Stadt!](#)