

Fremdbeurteilung

Facelifting macht vier Jahre jünger und 20% attraktiver

Wer sein Gesicht straffen lässt, will jünger und dynamischer aussehen. Das scheint tatsächlich oft zu klappen.

— HNO-Ärzte von der Johns Hopkins University in Baltimore konnten 483 Personen für eine Online-Einschätzung von Personen mit Facelifting gewinnen. Alle bekamen in zufälliger Auswahl 13 Bilder von Frauen vor oder nach einem gelungenen Facelifting gezeigt. Dabei wurde den einzelnen Betrachtern keine Frau zweimal präsentiert, die Teilnehmer konnten also keinen Vorher-Nach-

her-Vergleich ziehen. Die Betrachter mussten nun das Alter der Frauen schätzen, zudem sollten sie auf einer 100-Punkte-Skala angeben, für wie attraktiv und gesund sie die Abgebildeten hielten.

In der Tat gab es deutliche Unterschiede beim Urteil der Testpersonen. Diejenigen, die Fotos der Frauen vor dem Eingriff zu sehen bekamen, schätzten deren Alter im Schnitt auf 59,6 Jahre, tatsächlich betrug es 58,4 Jahre. Damit lagen sie erstaunlich nahe an der Realität. Nach dem Urteil der Beobachter, die



© John Sommer / Getty Images / iStock

das jeweilige Nachher-Foto bekamen, wurden die Frauen hingegen im Schnitt auf 55,9 Jahre geschätzt und wirkten damit 3,7 Jahre jünger als auf den Vorher-Bildern.

Deutlich zulegen konnten die Operierten auch bei der Attraktivität – um rund 20% auf der Analogskala. Ähnlich groß war der Unterschied bei der Frage, wie gesund die Person erscheint. Und auch die Erfolgsausstrahlung war bei den gelifteten Frauen größer. — **mut**

▪ Nellis JC et al. JAMA Facial Plast Surg 2017, online 16. März; doi: 10.1001/jamafacial.2016.2206

Grünkohl und Tomaten

Schutz vor UV-Strahlung lässt sich schlucken

Schlucken statt cremen: Karotinoide, wie sie in Tomaten und Grünkohl enthalten sind, könnten die Haut vor Schäden durch Sonnenlicht schützen.

— An einer placebokontrollierten, randomisierten Cross-over-Studie der Universität Düsseldorf waren 65 Probanden beteiligt, die auf zwei Behandlungsgruppen verteilt wurden.

Als Verum getestet wurde zum einen ein lycopinreicher Nährstoffkomplex aus Tomaten in Kapselform. Die Kapseln enthielten 5 mg Lycopin, dazu weitere Phytonährstoffe wie Phytoen, Phytofluen, Tokopherole und Phytosterole. Die Dosis betrug zweimal täglich zwei Kapseln. Beim zweiten Verum handelte es sich um

Kapseln mit 10 mg Lutein, von denen zweimal täglich eine einzunehmen war. In den verwendeten Placebokapseln befand sich Sojaöl.

Jeweils zu Beginn und am Ende einer Therapiephase wurde die Haut der Probanden im Gesäßbereich mit UV-A-/UV-B- und UV-A1-Licht bestrahlt. 24 Stunden später entnahmen die Wissenschaftler Hautproben aus unbestrahlter und bestrahlter Haut und untersuchten sie auf Genveränderungen, die für solarstrahlungsbedingte Hautschäden typisch sind.

In der Analyse zeigte sich, dass der Tomaten-Nährstoff-Komplex und Lutein die UV-A-/UV-B- und UV-A1-bedingte Hochregulation von

mRNA der Hämoxygenase 1, des interzellulären Adhäsionsmoleküls 1 und der Matrix-Metalloproteinase 1 signifikant hemmen.

„Unter der Annahme, dass die genannten Gene Indikatoren für oxidativen Stress, Photodermatosen und lichtbedingte Hautalterung sind, könnten unsere Resultate Hinweise darauf geben, dass der Tomaten-Nährstoff-Komplex und Lutein vor Hautschäden durch Sonneneinstrahlung schützen“, schreiben die Forscher. Kapseln zu schlucken ist dafür ihren Angaben nach nicht nötig. Denn Tagesdosen von 20 mg Lutein und 20 mg Lycopin nimmt bereits zu sich, wer 130 g zerkleinerten Grünkohl und 242 g Tomatensaft konsumiert. — **rb**

▪ Grether-Beck S et al. Br J Dermatol 2017, online: 15. März 2017; doi: 10.1111/bjd.15080

