

Slank uden at røre en finger

AF JAKOB E. BØRCH, PH.D. SPECIALLÆGE I DERMATOLOGI
Klinik Skønvirke v/ Hudklinikken Kastrup

Oprah, Time og Wall Street Journal kan ikke få armene ned og beskriver det som det ultimative alternativ til fedsugning – bare endnu bedre. CoolSculpting fryser fedtet væk for evigt og er en revolution inden for kropsbehandling.

Det lyder næsten for godt til at være sandt. Slip af med ridebukselårene, topmaven, mormorarmene eller rygdellen – uden at skulle slide ekstra hårdt i fitnesscentret eller helt forsage chokolade, piskefløde og rødvin. Ikke desto mindre er det, hvad coolsculpting kan gøre for os. En ny måde at få has på det overflødig fedt, som helt uden kirurgi og i løbet af en times behandling fryses væk. Efter bare en enkelt behandling, vil du se op til 25 pct. af fedtet glide fra lår, mave, ryg eller arme. Selve behandlingen er baseret på, at man nedkøler fedtvævet, som herefter starter en nedbrydning af fedtceller. Resultatet, ja, det er permanent – og hvem kunne turde håbe på det?

Skepsis var derfor stor, da et californisk biotekfirma i 2010 fik de amerikanske sundhedsmyndigheders godkendelse af et apparat og en behandling, der byggede på en ny og patenteret teknologi – cryolipolyse. Bag lå flere års forskning udført af forskere fra Harvard Medical School, og i årevis havde andre apparater med forskellige teknologier lovet at fjerne fedtdepoter og forme kroppen – men ingen havde vist sig betydeligt effektive.

CoolSculpting viste sig imidlertid at holde, hvad den lover: Fedtreduktion uden nåle og knive. Næsten smertefrit og med en behandlingstid på en time fjerner den altså permanent 20-25 pct. af det behandlede fedt i én behandling.

Siden har Coolsculpting været på alles læber, og amerikanske talk-

shows og livsstilsmagasiner har ikke kunnet få armene ned. Fra Good morning America, Today, The Early Show, Dr. Oz og The Doctors til Wall Street Journal, Time, Vogue, Elle, Marie Claire og Oprah Magazine. Behandlingen beskrives som alternativet til fedsugning – bare bedre. En time med én af CoolSculptings applikatorer på maven – og dellen, der har irriteret, er dødsdømt. Noget, som amerikanske kvinder jubede over. CoolSculpting boomer i dag over hele verden, og der er til i dag udført hundredetusindvis af behandlinger. Det har ingen kropsformende behandling kunnet præstere før. I 2012 udførtes der for hver fedsugning seks CoolSculpting eller lignende behandlinger. Og måske lige så opsigtsvækkende er, at lige så mange mænd som kvinder lader sig behandle.

Med sine reproducerbare og gode resultater har CoolSculpting derfor revolutioneret området for kropsbehandlinger. For hvem vil ikke gerne af med topmaven? Rygdellerne? Elskovshåndtagene? Eller inderlår, der gnider mod hinanden?

Ideen bag CoolSculpting er at forme hele kroppen frem for at få has på den enkelte delle. Ved forundersøgelsen ser behandleren derfor på hele kroppen og ikke bare på den eller de deller, man har set sig sur på. Problemområderne indtegnes, så det opnåelige resultat og omfanget af behandlingsplanen bliver tydeligt. Kroppen fotograferes derefter fra 8 vinkler, så resultaterne kan dokumenteres.

Området, der skal behandles, dækkes efterfølgende med beskyttende film og én af de 4 forskellige applikatorer gøres klar. Der tændes for et kraftigt sug, der suger dellen ind mellem de to køleplader. Når behandleren har sikret sig, at applikatoren sidder rigtigt, tændes der for kølingen. Nedkølingen af huden til omkring køleskabstemperatur eller lidt under prikker lidt i huden, men efter 7-8 minutter er huden helt følelsesløs. Under resten af behandlingen er man bundet til behandlingslejet, men man kan imens gøre hvad man vil: Arbejde på PC, læse en bog, surfe på sin iPad. Mange vælger at bruge vente-



Før behandling.

8 uger efter første behandling.

8 uger efter anden behandling.

tiden til at få foretaget andre behandlinger som laserbehandlinger, botox eller fillers. Efter behandlingen vil det behandlede hudområde fremstå rødt og koldt og firkantet og ligner mest en pakke smør. Huden masseres straks af behandleren for at knuse de krystalliserede fedtceller. Det kan føles lidt ubehageligt – især hvis man er kilden. Men allerede i dagene og ugerne efter vil rødmen fortage sig. Man kan være følelsesløs i det behandlede område i op til nogle uger efter behandling, men der er sjældent smerter af betydning.

Man kan behandle flere områder samme dag, men samme område bør først behandles igen efter 8 uger – en fedtcelle kan ikke slås ihjel mere end én gang.

Efter behandlingen er tålmodighed en dyd, også selv om du hungrer efter igen at kunne iføre dig stramme outfits. For først efter 4-6 uger begynder resultaterne at kunne ses, og de bliver gradvist tydeligere frem til 3 måneder efter behandlingen. Behandlingen kan gentages, så snart man vil, men for at få en maksimal effekt af hver behandling anbefales det af speciallæger at lade mindst 8 uger gå imellem behandling af samme område.

Med de eksisterende applikatorer kan **mave, elskovshåndtag, lænderyg, øvre ryg, hofter, inderlår og mormorarme** behandles. **Mandebryster** kan også behandles, men behandlingen er smertefuld. I løbet af sommeren 2014 vil en applikator til **ydersiden af lår** blive tilgængelig.

Behandlingen tilbydes kun fra speciallægeklinikker, hvilket sikrer seriøsiteten, resultaterne og sikkerheden.

DET STARTEDE MED EN ISPIND

Cryolipolyse bygger på en simpel observation læger offentliggjort i det ansete tidskrift New England Journal of Medicine tilbage i 1970'erne – at børn, der spiser mange ispinde, får smilehuller, fordi kuldepåvirkningen reducerer tykkelsen af fedtlaget i kinderene.

Fedtceller er utroligt følsomme for kulde og kan selektivt, smertefrit og permanent ødelægges. Processen begynder nogle uger efter behandlingen, hvor de nedkølede fedtceller gennemgår en proces, der kaldes "apoptose" og begynder at skrumpes ind og forsvinde. Kroppen udskiller gradvist resterne og indholdet af de ødelagte fedtceller helt naturligt. Fedtsyre, der ikke forbrændes, omfordeles.

CoolSculpting tilbydes p.t. 5 steder i Danmark:

Klinik Skønvirke v/ Hudklinikken Kastrup/Kastrup og Roskilde, GO'Beauty/Hellerup - www.skonvirke.dk
Nygart privathospital/Lyngby - www.nygart.dk, Prismet/Århus - plastikkirurgi-prismet.dk

PAS PÅ EFTERLIGNINGER

Selvom betegnelsen CoolSculpting og cryolipolyse ofte fejlagtigt bruges om apparater af ethvert fabrikat, som bruger kulde til behandle fedtvæv, er cryolipolyse og CoolSculpting registrerede varemærker og refererer til den patenterede og sikre teknologi udviklet af Zeltiq.

Hvor andre apparater fryser fedtet ved at tilføre kulde, køler CoolSculpting ved at fjerne varme fra vævet, hvilket er meget sikrere. Applikatorerne er desuden forsynet med tusindvis af små temperaturmålere, som flere gange i sekundet måler hudtemperaturen og dermed forebygger skader på huden. Effekten og sikkerheden er dokumenteret i adskillige videnskabelige undersøgelser, der er bragt i ansete videnskabelige tidsskrifter.

SÅDAN VIRKER COOL-SCULPTING

Selve behandlinger er enkel og ufarlig. Der er nemlig tale om en præcis og kontrolleret nedkøling af fedtvævet.

Den enkelte delle tåler ikke denne nedkøling, og fedtcellerne bliver slået ihjel. Derimod tåler hud, muskler og nerver denne kulde fint. Når fedtet bliver frosset på denne måde, startes en proces, hvor en langsom "celledød" foregår i fedtvævet.

Behandlingen er stort set smertefri. Blot mærkes en intens kulde i starten af behandlingen. Behandlingen kan foretages i en forlænget frokostpause og efterfølgende kan du vende tilbage til fuldstændig normal aktivitet.

Selve behandlingen varer 1 time. Herefter vil kroppen i løbet af 2-4 måneder nedbryde fedtcellerne i det behandlede område. Allerede efter 3 uger vil et resultat være synligt.

Gennemsnitligt vil behandlingen fjerne 20-25 pct. fedt. Ønskes mere fedt fjernet, kan behandlingen sagtens gentages.

Metoden er godkendt af de amerikanske og europæiske sundhedsmyndigheder. Den er klinisk afprøvet, sikker og effektiv.

EN BEHANDLING KOSTER 4.000 KR.



8 uger efter behandling af elskovshåndtag.



Her ses en CoolSculpting behandling af maven.