Mitbegründer der Zürcher Praxis Derma Utoquai: Dermatologe und Anti-Aging-Spezialist Stefan Duve.

«Eine Investition in die Zukunft der Haut»

Stefan Duve Der bekannte Dermatologe und Buchautor Stefan Duve erklärt, wie regenerative Medizin dem Körper hilft, sich selbst zu helfen.

Silvia Aeschbach

Was muss man sich unter regenerativer Medizin vorstellen, wenn es um Schönheitsbehandlungen geht?
In der regenerativen Medizin bei Haut und Ästhetik geht es einerseits um die Reparatur von etwa durch Sonnenstrahlung entstandenen Hautschäden. Das zweite Feld ist die Prävention. Durch eine verbesserte Hautstruktur können wir verhindern, dass neue Falten entstehen. Denn die Haut produziert mithilfe regenerativer Medizin mehr Blutgefässe und wird besser mit Sauerstoff versorgt. Die Hautbarriere verbessert sich, und dadurch ist die Haut besser geschützt.

Dann ist regenerative Medizin ein eher langfristiger Prozess?
Ergänzend zu herkömmlichen Methoden mit Fillern, Lasern und chirurgischen Eingriffen setzt die regenerative Medizin quasi auf Hilfe zur Selbsthilfe durch den eigenen Körper. Mit spezifischen Wirkstoffen und Technologien können wir die Zellkommunikation fördern, Mikroentzündungen bekämpfen und die Bildung von neuem Kollagen und Elastin stimulieren.

In der Anti-Aging-Medizin tauchen immer wieder neue Begriffe auf, wie jener der Exosomen, die momentan einen echten Hype erleben. Worum geht es da?
Exosomen sind winzige Bläschen, ähnlich wie Sprudelblasen, die von einer Lipidhülle umgeben sind und in jeder menschlichen Zelle vorkommen – nicht nur bei Menschen, sondern auch bei Pflanzen und Tieren. Sie enthalten bestimmte Signale für andere Zellen in Form von Botenstoffen und kommunizieren beispielsweise mit einer Nachbarzelle: «Produziere mal wieder Kollagen oder elastische Fasern!»

Und warum sind Exosomen in der ästhetischen Medizin so beliebt?
In der ästhetischen Medizin werden sie wegen ihrer regenerativen Eigenschaften geschätzt. Ihre guten Wirkstoffe verursachen praktisch keine Nebenwirkungen, und als Bio-Booster sorgen sie für einen bessere Hautqualität.

Sie spritzen Exosomen also unter die Haut?
Diese Behandlung ist nur sicher, wenn die Exosomen mittels Nanofettgewinnung bei der Patientin selbst gewonnen werden können. Obwohl Injektionen mit nicht körpereigenem Material verboten sind, werden sie leider auf dem Schönheitsmarkt angeboten. Da die Studienlage nicht klar ist, halte ich das für gefährlich.

Wird das Nanofett mit einer klassischen Fettabsaugung entnommen?
Nein, nein! Das ist nicht nötig. Es braucht nur ein kleines Röllchen Fett, das danach mit einer speziellen Methode «zerkleinert» wird. Aus diesen freigesetzten Fettzellen gewinnen wir die Exosomen, Wachstumsfaktoren und Biostimulatoren.

Und wo sonst wird Nanofett in der ästhetischen Medizin eingesetzt?
Beispielsweise bei dunklen Augenringen. Oder flächig in Wangen, Hals und Dekolleté gespritzt, entsteht eine bessere Hautstruktur. Nicht, dass alle Falten verschwinden würden, aber als Resultat sieht man einfach frischer und erholter aus.

Als erfolgversprechend gilt Nanofett ja auch bei Haarausfall.
Ja, und zwar bei Frauen und Männern. Dazu unterspritzt man natürlich nicht das körpereigene, dickflüssige Fett. Dieses wird noch einmal zentrifugiert und die trübe Flüssigkeit, die so entsteht, wird dann in den Haarboden zurückgespritzt. Man erreicht damit zwar keine Wunder – aus einer Glatze wird kein Lockenkopf –, aber es sind doch sehr gute Ergebnisse. Meine Patientinnen und Patienten sind super happy damit, da es sonst fast keine Alternativen gibt.

Wie oft müssen Sie die Wünsche Ihrer Patientinnen und Patienten eigentlich dämpfen?
Wenn eine Patientin kommt und sagt: «Ich will keine OP, möchte aber so aussehen – und zieht die Gesichtshaut straff zurück.» Darauf antworte ich jeweils: Wenn Sie dieses Ergebnis wollen, muss ich Sie weiterschicken. Wenn Sie allerdings gewisse Abstriche an ihren Wünschen machen, kann ich Ihnen weiterhelfen.

Wie muss ich mir ein erstes Gespräch vorstellen?
Ich habe mir angewöhnt, meinen Patientinnen und Patienten erst einmal zuzuhören, was sie sich von einer Behandlung erwarten. Dann muss ich sie entweder von ihren Vorstellungen herunterholen oder sagen, ja, das und das ist möglich. Wichtig ist einfach, dass wir auf einem gleichen Niveau reden. Nur so kommt es nicht zu übertriebenen Erwartungen – und dann zu Enttäuschungen.

Gibt es eigentlich noch Dinge, die Sie überraschen?
In der innovativen Welt, in der wir leben, ist das schwierig (lacht). Aber ich lasse mich gerne immer wieder überraschen. Vor drei, vier Jahren hätte ich nicht gedacht, dass die regenerative Medizin so einen Boom erleben wird. Das Innovativste in den letzten dreissig Jahren war sicher Botulinumtoxin. Aber ass sich das so lange hält und dass sich X-Millionen damit behandeln lassen, das hatte ich wirklich nicht erwartet.

Welche anderen Beauty-Behandlungen haben sich in den letzten dreissig Jahren überdurchschnittlich weiterentwickelt?
Vor allem Laserbehandlungen. Früher hatten Patientinnen und Patienten davon während Monaten eine verbrannte Haut. Das ist heute viel besser und kaum mehr vergleichbar. Früher gab es meist nur einen Laser für alle Behandlungen. Heute gibt es für jede Zielstruktur einen speziellen. Egal ob bei Pigmentstörungen, erweiterten Äderchen oder anderem: Für jedes Problem gibt es eine andere Wellenlänge.

Wie beurteilen Sie als «Ästhetik-Profi» die Ergebnisse von Schönheitseingriffen, wie man sie im Alltag oder in den Sozialen Medien anschauen kann?
Was heute auf Social Media präsentiert wird, empfinde ich oft als grauenhaft. Noch schlimmer ist, wie gewisse Eingriffe verharmlost werden. Wenn das nicht Fachleute machen, kann sehr viel passieren, beispielsweise wenn nicht steril gearbeitet wird. Ich höre auch immer wieder, dass zu viel versprochen wird.

Sie sind bekannt dafür, dass Sie auf die Gefahren von sogenannten «Schönheitskorrekturen» hinweisen.
Ja, ich rate dazu, nicht blind einfach alles machen zu lassen, was auf Instagram oder Tiktok gezeigt und angepriesen wird. Aber selbst wenn seriöse Fachpersonen solche Wünsche ablehnen – wer etwas machen lassen will, der findet auch jemanden, der es macht.

Was ist von den momentan sehr gehypten Deep Plane Facelifts zu halten, die in Sozialen Medien beinahe als Spaziergang angepriesen werden?
Oft werden die Patientinnen und Patienten im Unklaren gelassen, was solche Eingriffe in Wahrheit bedeuten. Beispielsweise, dass sich ihr Gesicht für das erste halbe Jahr taub anfühlen wird, oder dass gewissen Sportarten tabu sind. Wenn sie dann zu mir kommen, höre ich immer wieder: «Das hat mir niemand gesagt!» Darum lege ich grossen Wert darauf, für diese Behandlungen mit seriösen, ausgewiesenen Partnern zusammenzuarbeiten.

Und wieso wird nicht mehr über solche schwerwiegenden Nebenwirkungen aufgeklärt?
Teilweise aus finanziellen Gründen, weil man seine Patienten nicht verlieren möchte.

Schaut man sich die Influencerinnen auf Social Media an, die ihre Vorher-nachher-Fotos präsentieren, fragt man sich schon, ob diese Ergebnisse möglich sind.
Durch Filter werden Ergebnisse suggeriert, die unrealistisch sind. Gefährlich finde ich, dass viele jungen Frauen und Männer sich nonstop mit diesen Fakebildern befassen, statt dass sie Sport machen oder einmal ein Buch lesen.

Gibt es bezüglich Schönheitsideale eigentlich länderspezifische Unterschiede?
Ja! Auf Kongressen kann ich schon vom Aussehen der Ärztinnen und Ärzte her sagen, aus welchem Kulturkreis sie stammen. Italienerinnen und Spanierinnen etwa legen viel mehr Wert auf sichtbare Ergebnisse. Sie wollen «mehr» Lippen, mehr Wangenknochen. In den USA wiederum sollte man schon sehen, dass man sich diese Eingriffe leisten kann. Extrem ist aber der arabische Kulturkreis, also Dubai, Abu Dhabi und Saudiarabien. In diesen Ländern kann es nicht extrem genug sein.

Gibt es Unterschiede zwischen Ihren Patienten in Deutschland und in der Schweiz?
Ich bin ja Hamburger. Insofern liegt mir das Diskrete, das auch in der Schweiz vorherrscht, sehr. Die meisten Patientinnen und Patienten wollen einfach frischer und erholter aussehen. In Norddeutschland ist es wieder anders als im Rheinland oder auch in München. Kürzlich kam dort eine «Dschungelcamperin» in meine Praxis, die das Gefühl hatte, es müsste für mich eine Ehre sein, sie gratis behandeln zu dürfen (lacht).

Dermatologe und Autor

Stefan Duve, geboren 1962 in Köln, zählt mit mehr als dreissig Jahren Erfahrung zu den Pionieren und weltweit erfahrensten und bekanntesten ästhetischen Dermatologen und Anti-Aging-Spezialisten. Er arbeitete mehrere Jahre am Klinikum Grosshadern in München sowie an der New York University. 1995 gründete er das Haut- und Laserzentrum an der Oper in München, das zu einer international renommierten Praxis für ästhetische Medizin, Dermatologie, Laserbehandlungen, medizinische Kosmetik und Body Contouring wurde. Zusammen mit dem Hautkrebsspezialisten Ralph Braun gründete er 2025 unter einem Dach mit der Clinic Utoquai in Zürich die Praxis Derma Utoquai. Bekannt ist Duve aber auch als Buchautor. Mit Nina Ruge schrieb er das Buch «Das Geheimnis gesunder und schöner Haut», mit Kollegin Antje Söller «Das Kinderhautbuch», das erste Nachschlagewerk über Hautveränderungen bei Babys, Kindern und Jugendlichen – ein Herzensanliegen von Stefan Duve, der als Kind selbst unter starken Ekzemen litt. Stefan Duve lebt mit seinem Mann und zwei Kindern in Zürich.
www.dermautoquai.ch
www.doctor-duve.com