

JOHNNY DEPP ENDLICH GLÜCKLICH:

„DAS VERDANKE ICH MEINEN KINDERN

InStyle

Fashion + Stars + Beauty + Lifestyle

September 2009

€ 3

SPÄT-SOMMER

- ✓ Fransen-Stiefel
- ✓ Nieten-Taschen
- ✓ Leder-Hosen
- ✓ Grobstrick-Jacken
- ✓ Ringel-Pullis

SCHULTERPOLSTER
SOLL ICH MICH TRAUEN?

COOLE KLASSIK ODER SEXY RAPPER-MODE

Welcher Style passt zu mir?

Eva Longoria Parker

ÜBER DIE VORTEILE EINER WOCHENEND-EHE UND IHREN BABYWUNSCH

JUSTI TIMBERLAK

„Ich bin auch unverheiratet happy“

SIENNA MILLER

„Ich fühle mich manchmal verloren“

DIÄT-SENSATION

Flacher Bauch in 14 Tagen
(Sogar ein Big Mac ist drin)

Makellose Haut

Hightech-Cremes im Test



Osterreich € 3,50, Schweiz sfr 6,30, Belgien € 3,80, Niederlande € 3,80, Luxemburg € 3,80, Finnland € 5,50, Frankreich € 4,30, Italien € 4,30, Portugal (Cont.) € 4,30, Spanien € 4,30, Kanada € 4,50, Griechenland € 4,50, Dänemark dkr 24, Slowenien € 4,30

Ballon SATT!

Abnehmen mit dem Magenballon: Zwei sehr unterschiedliche Erfahrungsberichte

Die ersten Tage waren die Hölle! Mir war so schlecht, ich wäre am liebsten gestorben! Schwangerschaft, Norovirus? Von wegen, ich hatte mir einen Magenballon einsetzen lassen... Wie es dazu kam? Nach einem schweren Schicksalsschlag musste ich starke Medikamente nehmen, zur Beruhigung. Ich hatte einfach psychischen Stress. Dadurch nahm ich in kürzester Zeit zwölf Kilo zu, viel zu viel bei meiner Größe von 1,58 Metern. An einen Magenballon dachte ich zum ersten Mal, als ich darüber in der Zeitung las. Diäten hatten bei mir überhaupt nichts bewirkt. Und diese Lösung klang so faszinierend einfach, ideal für mich als viel beschäftigte Unternehmerin. Ich habe sofort meinen Arzt gefragt, er ist Internist, und er hat gesagt, dass er diese OP machen könne. Im Dämmer Schlaf wurde der Ballon dann oral eingesetzt. Das funktioniert so einfach wie eine Magenspiegelung. 20 Minuten und fertig!

Genau ein halbes Jahr ist das jetzt her, in den nächsten Tagen kommt der Ballon wieder raus. Ich kann nur sagen: endlich! Ich habe vier Geburten hinter mir, die waren nichts dagegen! Der Magenballon war die schlimmste Zeit meines Lebens. Kurz nach der OP ging es mir noch gut, doch schon bald kam mir alles hoch, jedes Getränk, jede Mahlzeit, einfach alles, was ich zu mir nahm. Mein Arzt verabreichte mir Schmerzmittel und Infusionen. „Alles normal“, sagte er. „Die Magenschleimhaut wird eben durch den Ballon gereizt.“ Die Arzthelferinnen haben mir dann verraten: „Sie sind nicht die Einzige, deren Magen so rebelliert. Viele lassen sich den Ballon vor der Zeit wieder entfernen, weil sie es einfach nicht aushalten.“ Ich hielt es aus. Zwei Wochen nach dem Einsetzen wurde es tatsächlich besser. Seitdem esse ich weniger, habe auch weniger Hunger. Aber richtig gut ist es nie geworden. Mein Magen reagiert auf Nahrungszufuhr nach wie vor so gereizt wie mein Banker auf Bad News vom Aktienmarkt. Er quittiert jeden falschen Bissen, jeden falschen Schluck (Champagner!) mit Bauchweh und irrem Sodbrennen.

Sechs Kilo habe ich abgenommen. Das ist nicht schlecht, aber für diese Leidenszeit zu wenig. Eigentlich hatte ich mir zwölf Kilo als Ziel gesetzt. Noch einmal werde ich diese Prozedur aber ganz sicher nicht auf mich nehmen. Nein, ganz sicher nicht.

Maren Ansbach/Protokoll: Margit Rüdiger

EIN ARZT ERKLÄRT Die Nebenwirkungen sind bei flüssigkeitsgefüllten Ballons ausgeprägter. Es kommt zu Übelkeit, Schmerzen, Erbrechen. Hier kann anfangs die medikamentöse Behandlung in einer Klinik sinnvoll sein. Luftgefüllte Implantate sind besser verträglich. Die Eingewöhnungsphase dauert immer fünf Tage. Ohne begleitende Ernährungstherapie und Sport kann man acht bis neun Kilo abnehmen. Für zwei bis drei Kilo lohnt sich der Aufwand nicht.



EIN PATIENT ERZÄHLT Als Student war ich super sportlich. Basketball, Hiking, Kardiotraining, ich unternahm alles, um meinen Körper in Form zu halten. Sicher auch aus Angst davor, so überge-
wichtig wie meine mediterranen Verwandten zu werden. Als es mit dem Job richtig losging, übernahmen meine Gene dann aber doch das Steuer. Man könnte sagen: vom Sixpack über den Wohlfühl-
bauch zur Plauze... Ich bin als Immobilienmakler beruflich viel unterwegs, da ist es schwer, auf regelmäßige Essenszeiten zu achten, geschweige denn, jeden Tag ins Fitnessstudio zu gehen. Bei einer Größe von 1,80 Metern wog ich irgendwann 110 Kilo!

Und Diäten waren die Hölle. Ich verlor dann drei bis vier Kilo, war aber fürchterlich gelaunt und extrem hungrig. Aß ich wieder normal, nahm ich im Eiltempo zu, der berühmte Jo-Jo-Effekt. Eine Bekannte erzählte mir dann vom Weg-mit-dem-Speck-Erfolg ihres Vaters mit einem Magenballon. Magen-was? Ich fing noch am selben Tag mit der Internetrecherche an, fand eine Klinik und verabedete einen Beratungstermin. Etwas irritierend: Die beratende Dame hatte XXL-Format, also offensichtlich keinen Magenballon! Dennoch, was sie mir erzählte machte Sinn: Der Magenballon wird oral mit einem dünnen Schlauch in den Magen eingeführt, dort angekommen mit blauer Kochsalzlösung aufgepumpt. Blaue Kochsalzlösung? Ja, dann sieht man am blauen Urin, wenn der Ballon beschädigt wird. Im Magen bleibt der Ballon bis zu sechs Monate: genug Zeit, um mit ausgewogener Ernährung und Bewegung zehn bis 25 Kilo abzunehmen. Für mich stand fest: Das will ich auch! Zehn Tage später war es so weit, meine Operation Wunschgewicht konnte beginnen. Im Dämmer Schlaf schluckte ich den Ballon. Die ersten Tage waren unangenehm. Mir war oft übel und ich litt unter extremem Völlegefühl. Aß ich eine winzige Portion Salat, fühlte ich

mich, als hätte ich zehn Big Macs verschlungen. Lag ich auf dem Bauch, konnte ich den Ballon deutlich spüren und hatte Angst, er könnte platzen. Lag ich auf dem Rücken und lachte oder hustete, schlug der Ballon in meinem Bauch Purzelbäume.

Ob sich ein Baby so anfühlt? Ich war ja auch irgendwie schwanger mit einem blauen Ball im Bauch. Mir war andauernd übel und ich konnte nichts essen. Der einzige Unterschied, ich wurde nicht neun Monate lang dicker, sondern verlor rasant Gewicht, bereits zwei Wochen nach der OP hatte ich drei Kilo abgenommen. Ohne Hunger, Leid, Verzicht oder übertrieben viel Sport. Ich war die meiste Zeit sowieso satt und wenn ich aß, dann nur super gesund: morgens Müsli mit Obst, mittags Suppe und Salat, abends Fisch mit Gemüse. Ich fühlte mich großartig, fit, aktiv und glücklich, auf dem besten Weg zur lang ersehnten Traumfigur.

Inzwischen bin ich 15 Kilo leichter, dabei sind seit dem Einsetzen des Ballons erst drei Monate vergangen. Ich bin wirklich glücklich, mich dafür entschieden zu haben. Der Ballon hat mir geholfen, meine Ernährung umzustellen, gesünder und bewusster zu leben. Und attraktiver fühle ich mich auch. Seit zwei Monaten habe ich eine neue Freundin und die findet mich in meinen neuen Badeshorts am Strand super sexy!

Emilio Barosa/Protokoll: Chiara Ohoven

EIN ARZT ERKLÄRT Der Magenballon kann nicht platzen, allenfalls lecken, wenn die Oberfläche beschädigt ist. Flugreisen sind ohne Weiteres möglich, allerdings sollte man mit dem Ballon keine Tauchgänge unternehmen. Der Ballon füllt etwa ein Drittel des Magens. Es ist angesichts der Größe doch erstaunlich, wie schnell sich viele Patienten an ihren neuen Freund gewöhnen. Bis hin zu dem Punkt, dass sie ihn eigentlich gar nicht mehr abgeben möchten... Infos über www.villa-bella.org

Dr. Ludger JM Meyer

DIE FAKTEN: SO FUNKTIONIERT DER BALLON

■ **Was er ist** Ein mit Luft oder Flüssigkeit gefüllter Silikonballon, der für sechs bis maximal zwölf Monate im Magen bleibt.

■ **Wie es geht** Eingesetzt wird er durch einen Schlauch in Mund und Speiseröhre, der in den Magen gesteckt wird. Der Ballon ist gefaltet und wird erst im Magen

befüllt. Dauer: 20 bis 30 Minuten in Dämmer Schlaf-Betäubung. Entfernt wird er genauso, die Hülle wird zerstört.

■ **Was er kostet** Ab ca. 2800 Euro.

■ **Wie er wirkt** Sein Volumen simuliert einen gefüllten Magen. Nebenwirkungen sind u. a. Übelkeit, Würgereiz, Erbrechen,

Schmerzen. Wichtig: anfangs keine Anstrengungen und ärztliche Kontrolle.

■ **Wem er nützt** Allen mit einem Body-Mass-Index zwischen 28 und 40, das sind mehr als 6,5 Mio. Deutsche. Man kann damit (ohne Sport und Ernährungsumstellung) acht bis 25 Kilo in sechs Monaten abnehmen.