

BRITNEY SPEARS & CO.

Bye-bye, Cellulite!



„Was sind das denn für Schwabbelbeine?!“ – Kommentare wie diese hat Britney früher täglich lesen müssen. „Das war hart“, gibt sie zu



Heute ist Britney nicht nur zehn Kilo schlanker, auch ihr Hautbild hat sich verbessert

BRITNEY SPEARS (36)

Hypoxi-Hautglätter

Im Fight gegen die Body-Beulen setzt die Sängerin ihren Körper buchstäblich unter Druck: mit 30 Minuten Radeln in der Unterdruckkammer. Der Sauerstoff in der Luft wird künstlich reduziert, das fördert die Produktion roter Blutkörperchen. Folge: Es wird mehr Sauerstoff zu den Muskeln transportiert. So wird das Gewebe von innen aufgepolstert. Kosten: 30 Minuten ca. 35 Euro.



Wie die Promis ihre Orangenhaut wirksam bekämpfen? OK! hat die neuen Methoden unter die Lupe genommen

Auch Superstars haben eine Schwäche... die fiese Bindegewebschwäche! Britney Spears (36) kämpfte jahrelang gegen die Dellen auf ihrer Kehrseite. „Sie hat sogar versucht, die Beulen mit Airbrush-Make-up optisch verschwinden zu lassen, wenn sie das Haus verließ“, verrät eine Visagistin. Doch seit Kurzem können sich Britneys Beine auch ohne Beauty-Tuning sehen lassen. Ihre Haut ist straffer, ihre Kleider entsprechend kürzer. Wie hat die Sängerin das geschafft? Ihr Glatt-Geheimnis ist: Fahrrad fahren. Nicht bloß morgens zum Bäcker, sondern auf einem Ergometer in einer Unterdruckkammer. Das Verfahren ist kompliziert und hat mit der Aktivierung roter Blutkörperchen zu tun. Fakt ist: Profisportler trainieren schon seit 50 Jahren damit – es steigert nicht nur die Leistung, sondern sorgt auch für knackige Kurven.

Wundercremes und -bürsten, Wechsel-duschen, Peelings, Massagen, spezielle Streich- oder Kneiftechniken... Es gibt so viele Methoden, den Hagelschaden auf Oberschenkeln und Po zu beheben. Aber was wirkt garantiert? J.Lo (48) schwört auf kalten Kaffeesatz und pusht mit dem Power-Peeling die Durchblutung. Eva Longoria (43) setzt im Kampf gegen Cellulite auf moderne Technik und Stromstöße. Kurze, gezielte Elektro-Impulse aus dem Celluteron sollen das erschlaffte Bindegewebe



Trotz Sixpack und Sport-Wahn hat auch J.Lo kleine Problemzonen



Mit einer Paste aus 3 EL Kaffeesatz und 1 EL Olivenöl hat sie ihre Schenkel gestrafft

JENNIFER LOPEZ (48)

Knackig durch Koffein

Kaffee trinken macht nicht nur fit, sondern auch fest. Koffein wirkt durchblutungsfördernd und entwässernd. Ein Peeling aus kaltem Kaffeesatz fördert die Straffung des geschwächten Bindegewebes von außen. In flüssiger Form zum Trinken regt er den Stoffwechsel an und damit auch den Fettabbau. Viele Anti-Cellulite-Cremes enthalten deshalb Koffein.





Bye-bye, Beulen!
Lady Gaga spritzte sich
die Spannkraft der Haut
einfach zurück

Carboxy-Cellu-Killer

LADY GAGA (32) Sport? Nein danke! Um ihrer Orangenhaut trotzdem den Garaus zu machen, nimmt die Sängerin lieber die schmerzhafteste Carboxy-Therapie in Kauf: Kohlenmonoxid wird mit dünnen Nadeln unter die betroffenen Stellen gespritzt, was partiell die Mikrozirkulation steigern und die Elastizität der Haut verbessern soll.



Das Gewebe der Blondine machte mit den Jahren schlapp. Dank Saugnapfen straffte Blake ihre Beinchen wieder

Squeeze-Straffer

BLAKE LIVELY (30) Den Dellen in seinen Schenkeln rückte das Ex-„Gossip Girl“ mit „Circu-Lite Squeeze“ auf die bucklige Pelle. Hier wird ein spezieller Saugnapf so aufgesetzt, dass ein Vakuum bis tief in die unteren Hautschichten entsteht. Dank der Unterdruck-Massage soll der Lymphfluss angeregt werden.



Cellulite ist genetisch bedingt, kann aber auch als Folge von starken Gewichtsschwankungen und hormonellen Faktoren wie Stress auftreten. Eva ist sich sicher: Die Dellen hat ihr Mama Ella Eva Mireles mitgegeben



EVA LONGORIA (43)

Cellutron-Zellenpusher

Cellutron ist ein Therapiegerät, das durch geringe Stromimpulse den Stoffwechsel in Muskeln und Gewebe anregen und beschleunigen soll. Elektroden haften direkt an den Problemzonen und bringen Fettzellen zum Schmelzen. Bei Eva wirkte es Wunder! Kosten für 30 Minuten: 30 Euro.



webe wieder festigen. Und Lady Gaga (32) unterzieht sich sogar einer schmerzhaften Nadel-Prozedur!
Besonders im Trend ist aktuell die Fettweg-Spritze. „Wir reduzieren dadurch die vermehrte lockere Fettansammlung bei der Orangenhaut“, erklärt uns Dr. Walter Trettel, Leiter der Kosmed-Klinik in Hamburg. Um sichtbare Ergebnisse zu erzielen, sind vier Sitzungen à 230 Euro notwendig. „Außerdem setzen wir auch gerne den sogenannten SculpSure-Laser ein“, so der Experte. „Bei der Methode wird Fettgewebe reduziert und durch Wärme das Unterhautgewebe gestrafft.“ Kostenpunkt: Maximal 800 Euro pro Sitzung, möglicherweise sind mehrere Sitzungen nötig.
Radikaldiäten bringen übrigens gar nichts. „Wer in kurzer Zeit sehr viel abnimmt, baut in erster Linie Muskeln ab – damit beginnt die Cellulite“, warnt Diätwissenschaftler Sven-David Müller. „Es ist nicht möglich, gleichzeitig Fettgewebe abzubauen und Muskeln aufzubauen. Abmagern ist möglich, dabei knackig bleiben nicht. Bewegung und Ernährungsoptimierung sowie Entspannung sind ideal, um die Figur zu optimieren.“

OK! Meike Rhoden

Sie haben Orangenhaut – und stehen dazu!



DANIELA KATZENBERGER (31) Herrlich selbstbewusst postete der Reality-TV-Star dieses Pool-Pic mit den Worten: „Cellulite ist voll okay“ und „Kleiner Hagelschaden am Hintern!“



ASHLEY GRAHAM (30) Das Plus-Size-Model hat mit seinen Normalo-Maßen die Size-Zero-Regel des Modelbiz gebrochen und verweigert auch die Retusche seiner Beulen nach Shootings



DEMI LOVATO (25) „Ja, ich habe Cellulite, und ich liebe mich trotzdem“, pusht Demi ihre Netzcommunity zu mehr Selbstliebe. Ihre Fans feiern sie dafür!



CHRISSEY TEIGEN (32) Nach zwei Schwangerschaften ist die Haut des Models nicht mehr so straff. Doch die Ehefrau von John Legend will sich nicht verstecken

FOTOS: DDP, IMAGES (2), GETTY, IMAGES (5), HGM, PRESS (2), INTERTOPICS, IMAGO STOCK (2), INSTAGRAM.COM/CHRISSEYTEIGEN, INSTAGRAM.COM/DANIELAKATZENBERGER, SPLASH NEWS, PR