

TO CUT OR NOT TO CUT

DR. PATRICK TONNARD

in samenwerking met
VEERLE COOLS



Waarom regeneratieve chirurgie de toekomst is
van natuurlijke gelaatsverjonging

INTERNATIONALE WAARDERING

‘Dit werk stelt de fundamenteën van de moderne esthetische geneeskunde ter discussie door de kloof tussen marketing en biologie bloot te leggen en illusie te vervangen door bewijs. Het herdefinieert verjonging niet als oppervlakkige correctie, maar als een doordachte terugkeer naar anatomie, regeneratie en waarheid. Daarmee zet het een nieuwe standaard voor zowel chirurgen als patiënten – een standaard die is geworteld in integriteit, duurzaamheid en respect voor levend weefsel. Dit boek is niet zomaar een bijdrage aan het vakgebied; het is een noodzakelijke koerscorrectie.’

Jerry O’Daniel, MD, FACS, MBS

Drievoudig gecertificeerd plastisch chirurg,
Louisville, Kentucky, vs

‘Dit boek is een tijdige en noodzakelijke terugkeer naar de wetenschap in een esthetische wereld die al te vaak wordt gedomineerd door commerciële beloften en snelle oplossingen. Met helderheid en overtuigingskracht legt het de beperkingen en mogelijke schadelijke effecten bloot van herhaalde en overmatig toegepaste niet-chirurgische behandelingen, terwijl het tegelijkertijd de krachtige regeneratieve mogelijkheden van vettransplantatie, nanofat en zorgvuldig geplande en uitgevoerde aangezichtschirurgie belicht. Meer dan een werk over gelaatsverjonging biedt het een diepere visie op esthetische geneeskunde en plastische chirurgie – een visie waarin schoonheid niet wordt gecreëerd, maar wordt hersteld door wetenschappelijke integriteit en respect voor het natuurlijke herstelvermogen van het lichaam. Een absolute aanrader voor zowel behandelaars als patiënten die op zoek zijn naar een eerlijker en meer evidence-based inzicht in wat echte verjongingschirurgie kan bereiken.’

Francisco G. Bravo, MD, PhD

Plastisch chirurg, Madrid, Spanje

Inhoud

Voorwoord	10
door André en Luiz Auersvald	
Stemmen uit het veld	12
Proloog	20
Tussen wetenschap en ervaring	
Een reflectie op wat decennia van chirurgische praktijk en onderzoek hebben blootgelegd: dat de toekomst van esthetiek niet enkel ligt in correctie, maar in correctie en regeneratie – in het begrijpen van de levende intelligentie van ons eigen weefsel.	
Hoofdstuk 1	24
Waarom dit boek nu: een oproep tot helderheid	
Het esthetische landschap verandert razendsnel, en de verwarring neemt toe. Dit hoofdstuk benoemt wat is misgelopen – hoe schoonheid werd gereduceerd tot een commercieel product – en introduceert een nieuw, wetenschappelijk onderbouwd kader dat esthetische geneeskunde opnieuw verankert in biologie en anatomie.	

Hoofdstuk 2

34

De magie van vetweefsel: van volume naar regeneratie

Vet wordt niet langer gezien als overtollig weefsel, maar als een van de krachtigste regeneratieve systemen van het lichaam. Dit hoofdstuk toont hoe vetweefsel evolueerde van louter structurele opvulling naar biologische herstelkracht – en hoe het van binnenuit vitaliteit, weefselkwaliteit en evenwicht herstelt.

Hoofdstuk 3

62

Voorbij de rimpels: wat chirurgie werkelijk kan betekenen

Moderne chirurgie kan, wanneer ze wordt geleid door anatomie en respect voor cellulaire processen, natuurlijke harmonie herstellen zonder vervorming. Dit hoofdstuk demystificeert de mogelijkheden van chirurgie en laat zien hoe precisie, proportie en biologie resultaten kunnen opleveren die heel juist, evenwichtig en levendig ogen – en niet alsof iemand is ‘behandeld’.

Hoofdstuk 4

112

De illusie-industrie: schijnjeugd en reële risico's

Achter de hedendaagse esthetische trends schuilt een industrie die sterk wordt gestuurd door commerciële belangen en angst voor veroudering. Dit hoofdstuk analyseert hoe bepaalde apparaten en fillers worden voorgesteld als regeneratieve of zelfs duurzame oplossingen voor veroudering, terwijl hun effect in werkelijkheid vaak oppervlakkig en tijdelijk is en gepaard gaat met een aanzienlijke biologische impact op de huid en het onderliggende weefsel.

Hoofdstuk 5

130

Achter de rimpels: waarom illusies biologisch tekortschieten

Wat gebeurt er werkelijk onder de huid wanneer artificiële behandelingen zich in de tijd opstapelen? Dit hoofdstuk legt de biologische gevolgen bloot van hitte, trauma en synthetische fillers op collageen, microcirculatie en cellulaire vitaliteit – en waarom regeneratieve methoden de enige weg vormen naar duurzame vernieuwing.

Hoofdstuk 6

162

De longevity-industrie: hoop, hype en menselijke biologie

Lang leven is uitgegroeid tot een nieuwe obsessie, maar de wetenschap vertelt een genuanceerder verhaal. Dit hoofdstuk bekijkt de beloften van de longevity-markt door een biologische bril en maakt duidelijk wat cellulaire gezondheid werkelijk ondersteunt en wat speculatief blijft. Het pleit voor een meer gegronde, evidence-based benadering van gezond ouder worden.

Hoofdstuk 7	186
De ervaring van de patiënt: van angst naar vertrouwen	
Achter elke patiënt schuilt een persoonlijk verhaal. Vanuit jarenlange ervaring onderzoekt dit hoofdstuk wat patiënten werkelijk zoeken: harmonie, coherentie, duidelijkheid en resultaten die natuurlijk aanvoelen. Het sluit de cirkel: regeneratie is niet alleen een biologisch proces, maar herstelt ook het vertrouwen in het eigen lichaam en het eigen uiterlijk.	
Epiloog	210
De werkelijke betekenis van regeneratie	
Regeneratie gaat niet over het terugdraaien van de tijd, maar over het herstellen van functie. Wanneer medische keuzes in overeenstemming zijn met de biologische eigenschappen van weefsel, verbeteren structuur, kwaliteit en duurzaamheid van het resultaat. Zo ontstaat een gelaatsverjonging die natuurlijk en evenwichtig is – niet opgelegd, maar het logische gevolg van biologie die opnieuw correct functioneert.	
Dankwoord	215
Bijlagen	217
Verklarende woordenlijst	229
Wetenschappelijke onderbouwing & verder lezen	245

Voorwoord

door André en Luiz Auersvald

To cut or not to cut

Toen Patrick Tonnard ons vroeg om het voorwoord van dit boek te schrijven voelden we ons vereerd, met een gevoel van verantwoordelijkheid ook, en een hernieuwde verbondenheid. De Shakespeareaanse titel nodigt lezers uit – van leken tot experts – om dit boek te verkennen en antwoorden te vinden op fundamentele vragen binnen de esthetische geneeskunde.

Als wereldwijd gerenommeerd plastisch chirurg en wetenschapper beschikt Patrick over een uitzonderlijk onderzoekende geest. Hij verlegt voortdurend grenzen door innovatieve ideeën te verbinden met een verfijnde wetenschappelijke observatie. Tegelijk is hij een scherpe en uitgesproken criticus van onbewezen wetenschap – een kwaliteit die bijzonder waardevol is in een tijdperk van sociale media en ongecontroleerde wetenschappelijke publicaties.

Wij leerden Patrick aanvankelijk kennen via zijn originele publicaties. Later ontmoetten we hem persoonlijk, geïntroduceerd door gemeenschappelijke vrienden. De klik was er onmiddellijk. Als plastisch chirurgen met een sterke focus op chirurgische gelaatsverjonging deelden we dezelfde uitdagingen. We pasten zijn werk rond microfat toe in onze eigen praktijk en omarmden recent ook zijn baanbrekende inzichten rond nanofat.

Daarnaast heeft Patrick, net als wij, met groeiende bezorgdheid gezien hoe synthetische fillers en thermische toestellen steeds

vaker worden gepresenteerd als alternatieven voor de gouden standaard in gelaatsverjonging: de faceliftchirurgie. Hij analyseert deze ‘misleidend als “niet-invasief” bestempelde behandelingen’ kritisch in het licht van de biologische gevolgen. Daarbij toont hij aan dat de eventuele esthetische effecten vaak het resultaat zijn van een langdurig littekenproces, dat bovendien latere chirurgische ingrepen technisch kan bemoeilijken.

Vervolgens verdiept hij zich in een ander domein dat ons nauw aan het hart ligt: regeneratieve geneeskunde. Niet alleen langer leven is belangrijk, maar ook beter leven – en de biologie moet daarin een centrale rol spelen. Met heldere eerlijkheid biedt Patrick een boeiende filosofische analyse, waarin hij de revolutie rond levensduur schetst en laat zien hoe regeneratieve geneeskunde in ons voordeel kan worden ingezet.

Samengevat: wanneer u aan *To cut or not to cut* begint, zou u het gevoel kunnen hebben dat Patrick aan Hamlet doet denken – luidop nadenkend over zijn eigen wetenschappelijke existentiële vragen. Tegen het einde zal de lezer echter besluiten dat Patrick, net zoals Shakespeare bijdroeg aan het ontstaan van de moderne mens, heeft meegeholpen aan het kader waarin we het nieuwe tijdperk van menselijke levensduur kunnen begrijpen.

André Auersvald en Luiz A. Auersvald
Curitiba, Brazilië

Stemmen uit het veld

De afgelopen jaren waren er weinig domeinen binnen de geneeskunde die zich zo snel hebben ontwikkeld als die welke verband houden met veroudering, levensduurverlenging en esthetische geneeskunde. Wat ooit een versnipperde wereld was van cosmetische behandelingen en anti-agingtrends, groeit geleidelijk uit tot iets samenhangenders: een biologisch onderbouwde en steeds meer evidence-based benadering van gezondheid, vitaliteit en het verouderingsproces zelf.

Dit boek verkent die transformatie vanuit het perspectief en de klinische ervaring van dr. Patrick Tonnard.

De centrale gedachte is zowel eenvoudig als actueel: veroudering zou niet langer uitsluitend moeten worden gezien als een onvermijdelijke achteruitgang, maar als een biologisch proces dat steeds beter kan worden bestudeerd, begrepen en beïnvloed. Vanuit dit uitgangspunt leidt dr. Tonnard de lezer door wat vaak de ‘longevity-revolutie’ wordt genoemd, niet als een modieuze trend, maar als een bredere verschuiving binnen de moderne geneeskunde.

De eerste hoofdstukken introduceren veel van de wetenschappelijke fundamenteën van dit evoluerende vakgebied. Onderwerpen zoals biologische leeftijd, epigenetica, inflammatie, stamcellen en cellulaire veroudering worden op een toegankelijke manier gepresenteerd, zonder de wetenschap te simplificeren. Het resultaat is een tekst die zowel

professionals als lezers met een bredere interesse in de toekomst van gezondheid en veroudering zal aanspreken.

Vervolgens verschuift de focus van theorie naar klinische praktijk, met bijzondere aandacht voor regeneratieve en esthetische geneeskunde. Een van de sterke punten van het boek is het duidelijke onderscheid dat wordt gemaakt tussen verjonging en regeneratie. Verjonging richt zich voornamelijk op de zichtbare tekenen van veroudering, terwijl regeneratie probeert de kwaliteit en de biologische eigenschappen van het weefsel zelf te verbeteren. In plaats van traditionele technieken tegenover regeneratieve benaderingen te plaatsen, presenteert dr. Tonnard regeneratieve geneeskunde als een natuurlijke evolutie ervan.

De hoofdstukken over vettransplantatie, nanofat en stamcelgerelateerde toepassingen zijn bijzonder waardevol, omdat zij deze technieken plaatsen binnen een bredere medische en biologische context. In het hele boek blijft de nadruk liggen op anatomie, fysiologie en langetermijnresultaten, eerder dan op voorbijgaande trends of overdreven claims.

Deze evenwichtige benadering behoort tot de grootste kwaliteiten van het boek.

In een vakgebied dat vaak wordt beïnvloed door marketing, sociale media en onrealistische verwachtingen, benadrukt de auteur herhaaldelijk het belang van wetenschappelijk bewijs, zorgvuldige patiëntenselectie, transparantie en terug-

houdendheid. De lezer wordt niet alleen aangemoedigd te begrijpen wat moderne behandelingen kunnen bereiken, maar ook welke beperkingen zij hebben.

Tegelijkertijd is dit niet uitsluitend een wetenschappelijk of technisch boek.

Een belangrijk deel van het werk is gewijd aan de menselijke ervaring achter esthetische en regeneratieve geneeskunde: hoe patiënten veroudering beleven, hoe zij beslissingen nemen en waarom velen niet streven naar een ander uiterlijk, maar eenvoudigweg opnieuw meer in harmonie willen zijn met zichzelf. Deze psychologische dimensie geeft het boek warmte en diepgang en herinnert de lezer eraan dat geneeskunde uiteindelijk een diep menselijke discipline blijft.

Een andere sterkte van het boek is de integratieve benadering. In plaats van longevity, regeneratie, chirurgie en psychologie als afzonderlijke onderwerpen te behandelen, presenteert dr. Tonnard ze als onderling verbonden onderdelen van een bredere evolutie binnen de gezondheidszorg.

Voor klinici biedt het boek een waardevol kader om een snel veranderend vakgebied beter te begrijpen.

Voor patiënten en algemeen geïnteresseerde lezers biedt het een helderder en realistischer perspectief op de mogelijkheden én beperkingen van de moderne regeneratieve geneeskunde.

Misschien nog belangrijker is dat het boek kritisch denken stimuleert.

In een domein waar informatie overvloedig aanwezig maar vaak verwarrend is, maakt alleen al dat dit boek de moeite waard is om te lezen.

Daarnaast wil ik dr. Patrick Tonnard erkennen voor het feit dat hij, met zowel eerlijkheid als moed, enkele van de meer problematische tendensen binnen de moderne esthetische geneeskunde bespreekt.

In een tijdperk dat steeds sterker wordt beïnvloed door agressieve marketing, de impact van sociale media en het wijdverspreide gebruik van fillers en energiegebaseerde behandelingen, biedt dit boek een meer genuanceerde en biologisch onderbouwde visie. In plaats van tijdelijke correcties of overdreven transformaties te promoten, pleit dr. Tonnard voor benaderingen die de biologische integriteit van het weefsel en de natuurlijke processen van het lichaam respecteren.

Zijn nadruk op autologe vettransplantatie, nanofat en regeneratieve technieken weerspiegelt een bredere filosofie: het ondersteunen van het eigen herstel- en verjongingsvermogen van het lichaam, in plaats van overmatig te vertrouwen op synthetische of potentieel weefselveranderende interventies.

Deze visie is zowel actueel als belangrijk. Zij stimuleert een meer kritische, evidence-based en patiëntgerichte benadering van esthetische geneeskunde, waarbij natuurlijke resultaten, weefselgezondheid en welzijn op lange termijn voorrang krijgen boven kortstondige trends.

Alleen daarom al levert dit boek een waardevolle bijdrage aan het voortdurende debat over de toekomst van regeneratie en esthetische zorg.

Giovanni Botti

Plastisch chirurg, Salò, Gardameer, Italië. Klinisch hoogleraar plastische chirurgie, Universiteit van Padua en Katholieke Universiteit van Rome. Eerste voorzitter van de Italiaanse Vereniging voor Esthetische Plastische Chirurgie (AICPE).

Het boek van dr. Tonnard biedt een doordachte en bijzonder relevante analyse van de hedendaagse esthetische geneeskunde vanuit het perspectief van biologie, regeneratie en weefselgezondheid op lange termijn. In plaats van zich uitsluitend te richten op esthetische resultaten, daagt de auteur de lezer uit om een fundamenteelere vraag te stellen: ondersteunen onze interventies de natuurlijke regeneratieve processen van het lichaam, of creëren zij slechts de schijn van verbetering?

Een van de grootste verdiensten van dit boek is het vermogen om wetenschappelijke concepten en klinische realiteit met elkaar te verbinden in een taal die toegankelijk is voor zowel medische professionals als het brede publiek. In deze tekst onderzoekt dr. Tonnard het onderscheid tussen echte regeneratie en tijdelijke stimulatie, waarbij hij de lezer aanmoedigt kritisch na te denken over de biologische gevolgen op lange termijn van behandelingen die vaak uitsluitend worden beoordeeld op hun onmiddellijke zichtbare effecten.

Dit werk is bijzonder waardevol omdat het een groeiende uitdaging binnen de moderne esthetische geneeskunde aan de orde stelt: de neiging om technologische interventie gelijk te stellen aan biologische vooruitgang. Dr. Tonnard herinnert ons eraan dat levende weefsels functioneren volgens complexe regeneratieve principes die niet altijd zonder gevolgen kunnen worden versneld, gemanipuleerd of omzeild. Zijn nadruk op weefselbehoud, cellulaire communicatie, microcirculatie, ontsteking en regeneratief vermogen biedt een breder kader om zowel veroudering als verjonging beter te begrijpen.

Wat dit boek bijzonder overtuigend maakt, is dat het niet louter kritiek levert op bestaande praktijken. Integendeel, het nodigt uit tot een meer doordachte en biologisch onderbouwde benadering van patiëntenzorg. De centrale boodschap – dat de gezondheid van weefsels op lange termijn belangrijker moet zijn dan kortetermijnresultaten op visueel vlak – is zowel actueel als wezenlijk.

Als arts die gedurende meerdere decennia onderzoek heeft verricht naar weefselregeneratie, wondgenezing en herstellende geneeskunde, vond ik dit boek intellectueel stimulerend en bijzonder inspirerend. Sommige van de voorgestelde concepten zullen ongetwijfeld aanleiding geven tot debat en verdere wetenschappelijke discussie, maar juist daarin schuilt een van de grootste kwaliteiten van dit werk. Het moedigt de lezer aan vragen te stellen bij bestaande aannames, gevestigde paradigma's te heroverwegen en dieper na te denken over wat regeneratie werkelijk betekent.

Ik ben ervan overtuigd dat dit boek een betekenisvolle bijdrage levert aan het voortdurende debat rond esthetische geneeskunde, longevity en regeneratieve biologie. Het zal niet alleen interessant zijn voor artsen en onderzoekers, maar ook voor patiënten die een beter inzicht willen krijgen in de relatie tussen biologische gezondheid en uiterlijk.

De toekomst van de esthetische geneeskunde zal niet worden bepaald door ons vermogen om verandering te creëren, maar door ons vermogen om gezonde biologische functies in de loop van de tijd te meten, te behouden en te herstellen.

Met genoegen beveel ik dit werk aan en ik ben ervan overtuigd dat het de aandacht verdient van iedereen die geïnteresseerd is in de toekomst van regeneratieve en esthetische geneeskunde.

John P. Cole, MD

Oprichter van Forhair® en Forcells™, pionier van Follicular Unit Extraction (FUE), voormalig voorzitter van het wetenschappelijk programma van de International Society of Hair Restoration Surgery, onderzoeker in de regeneratieve geneeskunde en medisch uitvinder. Atlanta, Georgia, en New York City.

Patrick Tonnard heeft het boek geschreven dat het vakgebied nodig heeft, maar zichzelf zelden toestaat: een gedisciplineerd betoog dat echte gezichtsverjonging thuishoort in de anatomie en de biologie, niet in het marketingjargon dat de esthetische geneeskunde heeft gekoloniseerd. Wat ik het meest bewonder, is de weigering om gemakkelijke standpunten in te nemen. Dit is noch een verdediging van chirurgische overdaad, noch een modieuze afwijzing van het scalpel, maar een stillere, veel-

eisendere stelling: dat chirurgie, uitgevoerd met respect voor weefsellagen, vascularisatie en cellulaire vitaliteit, regeneratief kan zijn in plaats van reducerend.

De intellectuele ruggengraat van het boek is de herdefiniëring van vetweefsel: niet langer als een inert vulmiddel, maar als een levend, regeneratief orgaan. Die evolutie, van macrofat tot nanofat, wordt beschreven met het gezag van iemand die zelf heeft bijgedragen aan die ontwikkeling. De hoofdstukken over de ‘illusie-industrie’ en de biologische prijs van herhaalde thermische, mechanische en chemische beschadiging zijn confronterend en vormen het ethische hart van het boek: de biologie houdt haar eigen boekhouding bij, zelfs wanneer de rekening nog niet wordt gepresenteerd. De latere focus op de emotionele beleving van de patiënt zorgt ervoor dat de wetenschap verbonden blijft met de mens in de behandelstoel.

Dit is onmiskenbaar het werk van een chirurg-wetenschapper die schrijft voor een intelligent publiek: helder, principieel en altijd verankerd in bewijs. Tonnard heeft zowel chirurgen als patiënten een eerlijkere taal gegeven om te beschrijven wat wij doen. Ik verwacht dat dit boek nog lange tijd gelezen, besproken en geciteerd zal worden.

Dr. Tim Papadopoulos

Plastisch chirurg, Sydney, Australië.

PROLOOG

Tussen wetenschap en ervaring



Toen ik mijn carrière begon als jonge chirurg geloofde ik dat verjonging vooral een kwestie was van precisie: dat we, met voldoende technische beheersing, konden terugdraaien wat de tijd had veranderd. Chirurgie ging over correctie: strakker trekken, zuiver snijden, herstellen wat verloren leek te zijn. Maar met de tijd en door patiënten en wetenschap wordt zichtbaar wat we vroeger nog niet konden zien.

Door de jaren heen evolueerde mijn inzicht. Ik merkte dat de meest natuurlijke en duurzame resultaten niet voortkwamen uit wat we weghaalden of aanspanden, maar uit wat we herstelden: vitaliteit, volume en cellulaire integriteit. Het weefsel zelf bleek een intelligentie te bezitten die ver voorbijgaat aan wat onze instrumenten kunnen afdwingen.

Via onderzoek, samenwerking en duizenden ingrepen ontdekte ik wat veel wetenschappers ook begonnen te zien: vet is geen inert vulmiddel, maar een levend orgaan – een systeem rijk aan stamcellen, dat structuur, spanning en harmonie van binnenuit kan herstellen. Dat is wat een regeneratief systeem doet. Dat inzicht veranderde alles. Het transformeerde niet alleen hoe ik opereer, maar ook hoe ik kijk naar veroudering, genezing en schoonheid zelf.

Dit boek is geboren uit die reis – uit de spanning tussen het meetbare en het betekenisvolle, tussen wetenschap en ervaring. Het is geen pleidooi tégen chirurgie, en evenmin een romantische afwijzing van vooruitgang, maar een uitnodiging om te zien waar de toekomst van de esthetische geneeskunde werkelijk ligt: in het begrijpen van en samenwerken met het eigen regeneratieve vermogen van het lichaam.

Eén waarheid die ik heb geleerd is deze: schoonheid kan niet worden opgelegd, ze kan alleen worden onthuld. Wanneer we mét het lichaam werken in plaats van ertegen, wordt esthetische en regeneratieve plastische chirurgie iets wat veel groter is dan correctie. Het wordt vernieuwing: een herstel van vitaliteit, harmonie en vertrouwen in de eigen intelligentie van het lichaam.

Het idee voor dit boek is ontstaan na jarenlang klinisch werk, onderzoek en ervaring, en vanuit de overtuiging dat deze kennis toegankelijk moet zijn voor een breder publiek. Daarom schreef ik dit boek in samenwerking met mijn echtgenote Veerle Cools. Met haar achtergrond als advocaat, coach en schrijver moedigde zij mij aan om mijn visie en inzichten binnen de medische wereld én voor de gewone lezer begrijpelijk en toegankelijk te maken. Zij werkte mee aan de opbouw, de flow, de verhaallijn, de titels en de algemene leesbaarheid van het boek, en hielp complexe medische inzichten te vertalen naar een heldere en toegankelijke vorm – zonder daarbij de wetenschappelijke diepgang te verliezen.

Samen wilden we een genuanceerd en wetenschappelijk onderbouwd antwoord bieden op de vele misverstanden en commerciële beloften binnen de esthetische geneeskunde. *To cut or not to cut* verdedigt een visie waarin diepgaande kennis van anatomie, biologie en regeneratie centraal staat, en waarin natuurlijke chirurgische verjonging – gecombineerd met lichaamseigen weefseltransplantatie zoals micro- en nanofat – vaak een duurzamer en biologisch verstandiger alternatief vormt voor synthetische fillers en energiegebaseerde apparaten.

Dr. Patrick Tonnard
Gent, België

HOOFDSTUK 1

Waarom dit boek nu

Een oproep tot helderheid

*‘Het eerste principe is
dat je jezelf niet voor de
gek mag houden – en jij bent
de gemakkelijkste persoon om
voor de gek te houden.’*

– Richard Feynman



Dit boek is geschreven uit noodzaak. De wereld van de esthetische geneeskunde is overspoeld geraakt door informatie – vaak overtuigend gebracht, maar zelden echt accuraat. Het doel is eenvoudig: opnieuw helderheid brengen waar wetenschap is vervangen door marketing. Al jaren zien we hoe esthetische geneeskunde is geëvolueerd tot een industrie van snelle resultaten en verleidelijke beloften, vaak losgekoppeld van de biologie die ze beweert te verbeteren. De sector is sneller veranderd dan haar ethisch kompas, gedreven door marketing, technologie en sociale druk.

Patiënten worden vandaag geconfronteerd met een landschap vol claims die wetenschappelijk klinken maar dat zelden zijn. Mijn bedoeling is om feiten te onderscheiden van modetrends en om te laten zien dat echte vooruitgang in aangezichtsverjonging voortkomt uit inzicht in anatomie en biologie – niet uit het najagen van het nieuwste trendproduct.

In de dagelijkse praktijk zien we wat die verwarring veroorzaakt. Mensen komen binnen met onrealistische verwachtingen, overtuigd dat apparaten of injecties chirurgische precisie kunnen vervangen. Velen zijn misleid door goedbedoelende zorgverleners die zelf slachtoffer zijn geworden van commerciële beïnvloeding.

Ik schreef dit boek om opnieuw perspectief te brengen – voor patiënten die bewuste keuzes willen maken én voor professionals die nog steeds geloven dat geneeskunde en chirurgie beginnen bij anatomie en wetenschappelijke evidentie.

Onze samenleving verdient transparantie: geen marketing-verhalen, maar feiten die gesteund zijn op wetenschap en langetermijnresultaten.

Mijn dagelijkse werk in de aangezichtschirurgie wordt altijd ondersteund door één overtuiging: schoonheid wordt niet gecreëerd, ze wordt hersteld. Elk gezicht draagt een biologische herinnering aan zijn eigen harmonie. Wanneer we opereren, jagen we geen perfectie na, maar helpen we die herinnering opnieuw zichtbaar te worden. Dit inzicht – voortgekomen uit decennia van chirurgie, onderzoek en observatie – heeft geleid tot een nieuwe visie op esthetische geneeskunde: een visie gebaseerd op anatomie, regeneratie en integriteit.

Waar passie richting krijgt

Toen ik mijn chirurgische opleiding begon, was plastische chirurgie in de eerste plaats reconstructief. Het doel was om vorm en functie te herstellen na veroudering, trauma of ziekte. Elke incisie vereiste anatomische kennis, respect voor weefsels en inzicht in genezing. Die lessen zijn nooit veranderd. Ze vormen nog steeds de basis van veilige en duurzame esthetische chirurgie.

Door de jaren heen groeide de publieke interesse in cosmetische verbetering sterk. Innovatie volgde – en daarmee een lawine aan nieuwe technieken, *injectables*, tools en toestellen. Elk belooft snellere, eenvoudigere en ‘veiliger’ verjonging. Maar snelheid en eenvoud zijn niet hetzelfde als veiligheid of kwaliteit.

Al snel werd duidelijk dat veel van deze trends de logica van het lichaam negeren. Ze bieden oppervlakkige verandering, terwijl

ze diepere structuren verstoren die het gezicht zijn vitaliteit geven. Mijn professionele pad verschoof daarom van klassieke liftprocedures naar technieken die samenwerken met de biologie.

De ontdekking van de regeneratieve eigenschappen van vetweefsel vormde een beslissend keerpunt. Terwijl anderen op zoek gingen naar kunstmatige vervangers, richtte ik me op het levende materiaal dat elk mens al in zich draagt: vet. Door systematisch onderzoek verfijnde ik methodes om dit weefsel te oogsten en opnieuw in te brengen, met behoud van de levensvatbaarheid van de stamcellen.

Micro- en nanofat-transplantatie, ontwikkeld door jarenlang te experimenteren, maakte het mogelijk om niet alleen volume te herstellen, maar ook huidkwaliteit en textuur te verbeteren. Wat begon als een anatomische correctie, werd een biologische vernieuwing. Het lichaam werd niet ‘opgevuld’, maar hersteld.

Deze overgang van correctie naar regeneratie heeft mijn hele visie veranderd. Echte verjonging kan de fysiologie niet tegenwerken – ze moet haar volgen. Spieren, fascia en huid zijn geen passieve materialen, maar dynamische weefsels die gestuurd worden door doorbloeding, zuurstofvoorziening en cellulaire communicatie. Wanneer ze met respect worden behandeld, reageren ze met sterkere genezing en trager verouderen.

Het besef dat biologie de enige duurzame weg naar schoonheid is, veranderde de richting van mijn werk – en leidde

uiteindelijk tot dit boek. Tegelijk werd ook een spanning zichtbaar: terwijl mijn werk steeds biologischer werd, werd de industrie eromheen meer en meer commercieel.

Wetenschap versus marketing

De moderne esthetische geneeskunde functioneert binnen een mondiale markt. Elk jaar verschijnen nieuwe injectables, draden en energiegebaseerde apparaten, telkens gelanceerd met grote beloftes en revolutionaire resultaten. Beurzen lijken soms meer op technologieairs dan op medische congressen. Ik heb congressen meegemaakt waar commerciële stands talrijker waren dan wetenschappelijke sessies. De focus verschoof van resultaten naar verkoopstrategieën.

Innovatie op zich is niet het probleem. Het probleem ontstaat wanneer marketing de plaats inneemt van fysiologie. Veel zogenaamd ‘niet-invasieve’ behandelingen berusten op gecontroleerde schade – warmte, schokgolven of mechanische verstoring – om een tijdelijke wondgenezingsreactie uit te lokken. Die tijdelijke verstrakking wordt vaak gepresenteerd als collageenvernieuwing, maar herhaald trauma leidt tot littekenvorming, weefselschade, fibrose, verminderde doorbloeding en chronische ontsteking.

We zien patiënten die na meerdere sessies radiofrequentie of ultrasound een stijve, weinig elastische en slecht doorbloede huid hebben ontwikkeld. De schade is niet altijd onmiddellijk zichtbaar, maar ondermijnt wel de architectuur van het gezicht. Ironisch genoeg kunnen behandelingen die als ‘zacht’ worden verkocht, diepere schade veroorzaken dan een goed geplande chirurgische ingreep – zeker wanneer ze herhaald worden.

De biologie vertelt een ander verhaal. Collageen ontstaat niet door weefsel op te warmen of te beschadigen, maar wordt aangemaakt door gezonde fibroblasten in een intacte extracellulaire matrix. Die cellen hebben stabiliteit, zuurstof en mechanisch evenwicht nodig om goed georganiseerde, elastische collageenvezels te vormen. Wanneer warmte of een overdaad aan fillers dat milieu verstoort, ontstaat ongeordend littekenweefsel: dicht, broos en niet in staat om elasticiteit te herstellen. Regeneratie vraagt orde, geen chaos.

Eigen klinisch onderzoek – en dat van collega’s wereldwijd – toont aan dat methodes die vertrekken vanuit anatomie en het eigen biologische materiaal van de patiënt, duurzamere en natuurlijkere resultaten opleveren. Procedures die de doorbloeding respecteren en eigen weefsel gebruiken als ondersteuning, leiden tot meetbare verbeteringen in spankracht en herstel. Wanneer chirurgie de biologische principes volgt, wordt ze regeneratief in plaats van destructief.

Toch blijft de markt shortcuts promoten. Patiënten krijgen te horen dat injecties ‘veilig’ zijn en chirurgie ‘gevaarlijk’, terwijl veiligheid niet wordt bepaald door de grootte van een incisie, maar door biologische integriteit – door hoe weefsel nadien geneest en functioneert. Een precieze chirurgische lift die de normale anatomie herstelt, brengt vaak minder biologisch risico met zich mee dan eindeloze cycli van fillers of thermische schade. De mythe van veiligheid zonder wetenschap houdt al te lang stand.

Dit boek pleit voor een terugkeer naar de basis. Vooruitgang in de esthetiek zal niet komen van luidere marketing, maar van dieper biologisch inzicht. Bewijs moet opnieuw centraal staan.

Alleen dan kan de zoektocht naar jeugdigheid samengaan met gezondheid en regeneratie.

Mijn filosofie

Mijn praktijk steunt op één leidend principe: elke esthetische beslissing moet gebaseerd zijn op anatomie, bewijs en respect voor biologie. Door de jaren heen is ze ook een plek geworden waar collega's van over de hele wereld komen leren en discussiëren. Ik heb nooit de intentie gehad een 'school' op te richten, maar wel een denkkader: begrijp de anatomie, respecteer de fysiologie en grijp alleen in wanneer je beide kunt verbeteren.

Onze workshops groeiden uit tot een denktank waar ervaren esthetische chirurgen hun kennis verdiepen en aanscherpen. Mijn filosofie ontstond vanuit die houding – pragmatisch, transparant en reproduceerbaar.

Opleidingen starten in het anatomielab, niet in een marketing-ruimte. Elke structuur wordt bestudeerd in relatie tot functie en doorbloeding. Een facelift is geen spanningslijn op papier, maar een driedimensionale herafstemming van vectoren, weefsellagen en microcirculatie. Ik verwacht dat artsen eerst de cellulaire logica begrijpen vóór ze een scalpel hanteren. Met die basis wordt techniek bijna vanzelfsprekend. Die discipline beschermt ook tegen modegevoeligheid: wie begrijpt hoe iets werkt, laat zich minder snel verleiden door wat alleen maar nieuw oogt.

Ook mijn onderzoek volgt dat principe. Elke bewering moet standhouden onder de microscoop én in langetermijnresultaten.