

Thermage FLX oder XERF?

Zwei Verfahren zur Hautstraffung ohne Operation – ehrlich gegenübergestellt.

Kurz gesagt

Thermage FLX® und XERF® beruhen auf demselben physikalischen Prinzip: monopolare Radiofrequenz, die die tieferen Schichten der Haut von außen erwärmt und so eine Neubildung von Kollagen anstößt. Der entscheidende Unterschied liegt in der Reife: Thermage wird seit über 20 Jahren eingesetzt, liegt in der vierten perfektionierten Gerätegeneration vor und hat die umfangreichere, längerfristige Studienlage. XERF ist eine neue Plattform mit bislang kurzfristigen und kleinen Studien.

Noch wichtiger als die Wahl des Geräts ist jedoch eines: **Das Ergebnis hängt bei beiden Verfahren fast vollständig vom Behandler ab.** Warum das so ist, erklären wir weiter unten.

Was beide Verfahren gemeinsam haben

Sowohl Thermage FLX als auch XERF sind nicht-invasive Verfahren – es wird also nicht geschnitten und nicht gestochen. Beide arbeiten mit monopolarer Radiofrequenz: Kontrollierte Wärme gelangt in die tieferen, kollagenreichen Hautschichten, während die Hautoberfläche gekühlt und geschützt wird. Die Wärme lässt vorhandenes Kollagen zusammenziehen und regt den Körper an, über Wochen bis Monate neues Kollagen zu bilden. Das Ziel ist in beiden Fällen dasselbe: eine straffere, definiertere Haut ohne Ausfallzeit.

Der Unterschied liegt in der Erfahrung und Datenlage

Thermage FLX – das etablierte Verfahren aus Californien

Thermage wird seit über 20 Jahren weltweit millionenfach angewendet. Das heutige System ist die vierte, konsequent weiterentwickelte Gerätegeneration; die Steuersoftware liegt bereits in der achten Version vor. Für Thermage FLX existiert eine prospektive klinische Studie mit einer Nachbeobachtung bis 6 Monate, in der die Behandelten eine sichtbare Verbesserung zeigten – besonders an Kinnlinie und Nasolabialfalten. Das Verfahren ist mit einer klaren, nicht-invasiven ästhetischen Indikation zugelassen, und sein Nebenwirkungsprofil ist durch die lange Anwendung sehr gut charakterisiert.

XERF – der Nachbau aus Korea

XERF ist neuer und wird als Dualfrequenz-Plattform beworben. Die wenigen Studien sind **klein**, unkontrolliert und mit kurzer Nachbeobachtung (maximal etwa 3 Monate). Einen veröffentlichten direkten Vergleich „XERF gegen Thermage FLX“ gibt es nicht – die manchmal zu lesende Aussage, XERF sei wirksamer, lässt sich aus den vorliegenden Daten nicht belegen.

Die Verfahren im Überblick

Kriterium	Thermage FLX	XERF
Erfahrung am Markt	Über 20 Jahre, 4. Gerätegeneration, 8. Software-Version	Neu eingeführt, sehr kurze Marktzeit
Studienlage & Nachbeobachtung	Prospektive Studien mit Nachbeobachtung bis 6 Monate	Erste kleine Studien, Nachbeobachtung bis max. ~3 Monate
Sicherheitsprofil	Über 20 Jahre gut charakterisiert – auch seltene Reaktionen sind bekannt	In frühen Studien gut verträglich; seltene und späte Reaktionen noch nicht ausreichend erfasst
Zulassung & Indikation	Klare, nicht-invasive ästhetische Indikation	Gerätezulassung betont Elektrokoagulation/Blutstillung; Straffung als abgeleiteter Effekt
Direkter Gerätevergleich	Ein publizierter Kopf-an-Kopf-Vergleich beider Geräte existiert bislang nicht.	

Das Ergebnis macht der Behandler – nicht das Gerät

DER WICHTIGSTE PUNKT

Ob Thermage FLX oder XERF: Beide Technologien liefern nur die Grundlage. Das eigentliche Ergebnis entsteht in der Hand des Behandlers. Eine Radiofrequenz-Behandlung ist keine Behandlung, bei der man ein Gerät ansetzt und ein Knopfdruck den Rest erledigt.

Entscheidend sind die richtige Energiesteuerung, die Anzahl und Führung der Behandlungspässe, der Kontaktdruck, die Auswahl der behandelten Zonen und das ständige Anpassen an die Reaktion der Haut und die Rückmeldung des Patienten. Genau das ist auch wissenschaftlich belegt: Für Thermage ist die starke Behandlerabhängigkeit in Konsensuspapieren und im Anwenderhandbuch ausdrücklich dokumentiert. Für XERF gilt sie mit hoher Wahrscheinlichkeit genauso – dort ist sie nur noch nicht so gründlich untersucht.

Man kann die schönsten Protokolle und das modernste Gerät haben – ohne einen erfahrenen Behandler bringt die Technik wenig. Was zählt, ist jahrelange Erfahrung mit genau diesem Verfahren und ein geschulter Blick für Ästhetik und Proportionen. Erst dieser Blick entscheidet, wo wie viel Energie sinnvoll ist, damit ein natürliches, harmonisches Ergebnis entsteht – und keine überbehandelte Region.

Warum wir aktuell auf Thermage FLX setzen

Unsere Entscheidung ist bewusst und nüchtern getroffen. Aus heutiger Sicht sprechen mehrere Punkte für Thermage FLX:

- **Reife statt Versprechen:** Über 20 Jahre Anwendung, vier Gerätegenerationen und die achte Software-Version bedeuten ein ausgereiftes, vielfach optimiertes System – nicht ein Verfahren am Anfang seiner Lernkurve.

- **Belastbarere Studienlage:** Die längere und direktere Datenlage bis 6 Monate gibt uns mehr Sicherheit in dem, was wir Ihnen versprechen.
- **Besser bekanntes Sicherheitsprofil:** Weil das Verfahren so lange im Einsatz ist, wissen wir sehr genau, welche – auch seltenen – Reaktionen auftreten können und wie wir sie vermeiden.
- **Erfahrung im Haus:** Im CUTANEUM behandelt einer der erfahrensten Thermage-Anwender Europas. Genau diese Erfahrung ist – wie oben beschrieben – der wichtigste Einzelfaktor für Ihr Ergebnis.

Das ist keine Absage an XERF. Es ist eine neue Plattform, die wir aufmerksam beobachten. Sobald belastbare Langzeitdaten vorliegen, bewerten wir sie neu – so, wie wir es bei jeder neuen Technologie halten.

Ihr nächster Schritt

Persönliche Beratung im CUTANEUM

Ob eine Radiofrequenz-Behandlung für Sie sinnvoll ist und welches Vorgehen zu Ihrer Haut passt, klären wir am besten im persönlichen Gespräch mit einer ehrlichen Einschätzung. Vereinbaren Sie gern einen Termin – telefonisch unter 040 616172 oder über team@cutaneum.de.

Transparenz & Quellen: Diese Information beruht auf einer strukturierten Auswertung der aktuell verfügbaren klinischen Studien und Herstellerangaben zu beiden Verfahren (Stand 2026, u. a. PubMed-gelistete prospektive Studien, Konsensusempfehlungen und Anwenderdaten). Diese Patienteninformation ersetzt keine ärztliche Beratung und keine individuelle Aufklärung. Über Nutzen, Grenzen und mögliche Risiken einer Behandlung klären wir Sie vor jeder Behandlung persönlich auf. — CUTANEUM Dermatologie, Hamburg.