

my

magazin

beauty

Von ästhetischer Chirurgie
bis kosmetische Zahnmedizin

Faltenbehandlung

Von Botox bis Eigenfett –
eine Übersicht der Materialien

Gesundheit

Meer Gesundheit –
die Thalassotheapie

Reisebericht

Back to the Future –
eine Reise ins Paradies

0277113

EINE KLASSE FÜR SICH

EMS SWISS V-INSTRUMENTS UND V-HANDSTÜCKE SETZEN NEUEN STANDARD IN DER ZAHNSTEINENTFERNUNG

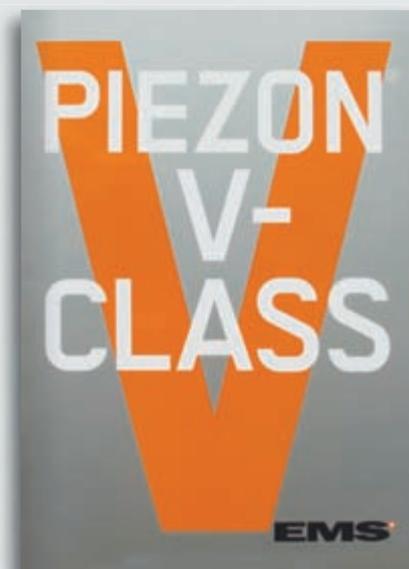
V wie Victory – in der Tat verhilft EMS seinen Kunden, Zahnarztpraxen weltweit, wieder mal zu blitzsauberen Siegen in der Königsdisziplin Prophylaxe.

Optimale Übertragung der Power des piezokeramischen Antriebs, schnelle Handhabung, reduzierte Abnutzung: Damit punktet die neue Piezon V-CLASS – Extrapunkte dank geschütztem konischem Design der Instrumentengewinde sowie der Sonotrode. Innovativ, einzigartig.

Die ohnehin unvergleichliche Klasse der Original Methode Piezon ist die Basis. NO PAIN-TECHNOLOGY – praktisch schmerzfreie Behandlung. Unschlagbar glatte Zahnoberflächen. Und das EMS Swiss Instrument PS, jetzt auch als V-PS – für praktisch 90 Prozent aller Anwendungen in der Zahnsteinentfernung.

V-CLASS FÜR ALLE

Die Piezon V-CLASS ist Standard bei der neuen Generation Air-Flow Master Piezon, Piezon Master 700 und miniMaster LED – und für alle vorhandenen Einheiten bietet EMS ein Piezon V-CLASS Upgrade. Komplett, einfach.



> Alles zur konischen Form in der Broschüre oder unter www.ems-swissquality.com

Der Wettbewerb um Prophylaxepatienten und optimalen Recall-erfolg hat ein neues, kaum schlagbares Argument – V siegt!



Mehr Prophylaxe >
www.ems-swissquality.com



Heike Isbaner
Chefredakteurin des
*my*magazins

Liebe Leser, Schönheit ist nicht alles . . .

... kann das Leben aber durchaus angenehmer machen. Universitäten haben zu diesem Themenbereich umfangreiche Studien gemacht und das Bauchgefühl, dass es „Schöne“ einfach leichter haben, bestätigt: Niedliche Kinder bekommen mehr Aufmerksamkeit und haben mehr Freunde; attraktive Menschen werden für sympathischer und intelligenter gehalten, bekommen die besseren Jobs, verdienen mehr Geld und finden leichter einen Partner. Kein Wunder also, dass wir uns fast alle wünschen, der nicht immer perfekten Natur ein wenig nachzuhelfen.

Die moderne ästhetische Medizin und Zahnmedizin bietet uns umfangreiche Möglichkeiten, derartige Wünsche zu befriedigen. Ist der Bauch zu dick, der Busen zu klein, sind die Zähne nicht gerade und auch nicht weiß – es gibt für alles eine Lösung. Wir sind nicht länger gezwungen, mit dem zu leben, was uns Mutter Natur zugedacht hatte, könnten die eine oder andere Falte glatt bügeln oder kleine Unzulänglichkeiten retuschieren lassen. Viele beschäftigen sich mit diesen Möglichkeiten und denken über eine Veränderung ihres Erscheinungsbildes nach.

Aber wer ist der richtige Ansprechpartner für mich, welche Risiken gehe ich ein, was passiert während einer Operation oder z.B. bei der Zahnaufhellung, und wann bin ich wieder gesellschaftsfähig? Das und noch viel mehr möchte ich wissen, bevor ich mich in einen Behandlungsstuhl oder auf einen OP-Tisch lege. Auf Anregung der Internationalen Gesellschaft für Ästhetische Medizin e. V. und ihres Präsidenten, Prof. Dr. Dr. Werner L. Mang, entstand die Idee zu diesem Magazin, das sich zum Ziel gesetzt hat, viele dieser Fragen zu beantworten.

Impressum

Verlagsanschrift

OEMUS MEDIA AG
Holbeinstr. 29
04229 Leipzig
Tel.: 03 41/4 84 74-0
Fax: 03 41/4 84 74-2 90

Chefredaktion

Heike Isbaner (V.i.S.d.P.)
Tel.: 03 41/4 84 74-2 21
h.isbaner@oemus-media.de

Artdirektion

Dipl.-Des. Jasmin Hilmer
Tel.: 03 41/4 84 74-1 18
hilmer@oemus-media.de

Druck

Löhnert Druck
Handelsstraße 12
04420 Markranstädt

Viel Spaß beim Lesen!

Heike Isbaner

■ **Schönheitschirurgie**

- 22** Peelings – schön geschält!
- 25** Dermabrasion
- 26** Thermalift –
Gesichtsstraffung ohne Skalpell
- 35** Laserbehandlung
- 36** Facelifting
- 38** Ohranlegung
- 40** Nasenkorrektur
- 42** Lidkorrektur
- 48** Brustkorrektur
- 52** Fettabsaugung
- 54** Oberarmraffung
- 55** Oberschenkelstraffung
- 56** Bauchdeckenstraffung
- 57** Haartransplantation
- 58** Dermaroller® – Microneedling –
eine neuer Ansatz zur Narbentherapie

■ **Unterspritzung**

- 20** Faltenbehandlung
- 66** Volle Lippen – Erotik im Trend



■ **Lifestyle**

- 11** Raffinierter Schick aus Leipzig
- 12** Junge Designer liegen im Trend
- 19** my perfect sunday
- 30** Hairstyle: Robert Vetica –
Die Beautygeheimnisse von
Hollywoods Starfriseur
- 60** Surfen – ein einzigartiges
Lebensgefühl
- 62** Klein, aber oho!
- 82** Best of Beauty
- 84** Düsseldorf setzt auf Wohlfühleffekt
und Traumfigur in kurzer Zeit





 **Interview**

28 Wie finde ich den richtigen Chirurgen?

 **Ästhetische Zahnbehandlung**

68 Die Profis können's besser

70 Mehr Lebensqualität durch schöne Zähne ...

72 Die schöne neue Welt der Zähne

78 Weiß, weißer – Bleaching

 **Gesundheit**

86 Meer Gesundheit – die Thalassotheapie

 **Enthaarung**

90 Haare – immer da, wo man sie nicht braucht

 **Reisebericht**

94 Back to the Future – eine Reise ins Paradies



 **Zeitgeist**

6 Schönheit im Wandel der Zeit

39 Schönheit ist relativ

44 Viele Promis helfen nach!

3 Editorial/Impressum

75 Produktinformation

76 Patienteninformation

93 Partnerschaft

Schönheit im Wandel der Zeit

Warum ist gutes Aussehen für uns so wichtig? Was ist eigentlich schön? Welche Möglichkeiten gibt es, das Aussehen zu verbessern? Welche Rolle spielen die Ausstrahlung und das Lächeln eines Menschen? Antworten auf diese Fragen hat unsere Redaktion in diesem Beitrag für Sie zusammengefasst.

Das Streben nach Schönheit begleitet uns Menschen schon seit der Antike, vielleicht sogar seit es Menschen gibt. Viele Überlieferungen belegen, dass Menschen seit jeher versucht haben, ihr Äußeres durch z.B. Bemalungen oder Schmuck zu verändern – zu verschönern. Natürlich hat sich das, was als „schön“ gilt, immer wieder gewandelt. Jede Kultur, jede Zeit hatte und hat andere Ideale und Vorbilder, die zu erreichen wir anstreben. Die Schönheitsideale der modernen Zeit gleichen sich allerdings mehr und mehr an. Die Unterschiede zwischen den verschiedenen Kulturen verschwimmen zunehmend. Der Grund hierfür liegt in der Globalisierung unserer Welt. Über Internet und Fernsehen haben wir regelmäßigen Zugang zu vielen Teilen der Welt. Die Flut der Bilder aus allen Kontinenten schafft in unserer Vorstellung relativ globale Schönheitsideale, sodass heute Australier, Amerikaner und Europäer eine sehr ähnliche Vorstellung davon haben, was „schön“ ist. Asiaten legen sich für eine Lidfalte unters Messer, Afrikaner lassen ihre Nasen schmälern, alles um diesem globalen Schönheitsideal zu entsprechen.





Warum ist gutes Aussehen für uns so wichtig?

Auch wenn die „inneren Werte“ immer wieder gern beschworen werden, so wissen wir doch alle, dass diese beim ersten Eindruck nicht wirklich zum Tragen kommen. Dieser erste Eindruck ist aber in vielen Lebenssituationen von großer Bedeutung. Wissenschaftler haben bewiesen, dass sich z.B. bei der Partnersuche innerhalb von nur wenigen Sekunden entscheidet, ob man sein Gegenüber für geeignet hält oder nicht. Natürlich kann es sein, dass wir Menschen in anderen Zusammenhängen, z.B. Beruf, Sport o.ä., besser kennenlernen und uns dann doch für eine Partnerschaft entscheiden. Aber sehr viele spontane Begegnungen werden aufgrund dieses ersten Eindrucks nicht vertieft, haben keine Chance. Wenn wir also möglichst attraktiv erscheinen, haben wir eine größere Auswahlmöglichkeit bei der Partnersuche, fallen bei der Selektion unseres Gegenüber nicht so schnell durchs Raster. Auch bei der Suche nach einem Arbeitsplatz spielt das optische Erscheinungsbild eine sehr große Rolle. Obwohl jeder weiß, dass Intelligenz und Schönheit in keiner Relation stehen, so haben wissenschaftliche Studien gezeigt, dass Menschen, die gut aussehen, für intelligenter und sympathischer als ihre Mitmenschen gehalten werden. Diese Einschätzung würde jeder Personalchef weit von sich weisen, da sie nicht bewusst mit dem Verstand vorgenommen wird. Dies ist eine emotionale, eher unbewusste Klassifizierung, die dennoch in die Entscheidungsfindung für oder gegen einen Bewerber einfließt. Der Mensch ist ein soziales Wesen, angewiesen auf Kontakte zu anderen und auf deren Resonanz. Wer und was ich bin, kann ich nur über die Reaktion auf meine Person von meinen Mitmenschen erfahren. Von Kindheit an erleben wir positive Zu-



wendung auch über unser Äußeres. Wir werden gelobt und gestreichelt, weil wir vielleicht besonders niedlich oder hübsch gekleidet sind. Diese Erfahrungen begleiten uns ein Leben lang. Deshalb ist es nur natürlich, dass wir zu allen Zeiten nach Schönheit streben, da ein wichtiger Motor unseres Lebens, der Wunsch nach positiver Zuwendung, sich auf diesem Wege zu erfüllen scheint.

Was ist schön?

Im ersten Moment möchte man antworten, dass das sehr individuell ist und jeder eine andere Vorstellung davon hat. Dies stimmt aber nur bedingt. Auch zu diesem Thema gibt es um-

EINE NEUE UND EFFIZIENTE THERAPIE ZUR NARBENVERBESSERUNG

Falten
Aknenarben
Erhabene Narben
Eingesunkene Narben
Verbrennungsnarben
Hyperpigmentierung
Schwangerschaftsstreifen

Dermaroller®



Eine medizinische Leistung ohne bekannte Nebenwirkungen und Ausfallzeiten

Umfangreiche Informationen zu Narbenbehandlungen finden Sie auf unserer Webseite

CE - zertifizierte Qualität MADE in GERMANY • www.dermaroller.de • info@dermaroller.de
Dermaroller GmbH, Lindener Str. 15, Wolfenbüttel, Tel: 05331 882 4725

Dolocupin – Zur Lokalanästhesie der Haut



Dolocupin Creme ist ein Arzneimittel zur Lokalanästhesie der Haut. Es enthält 4% Lidocain als Monowirkstoff. Durch diese Formulierung wird eine bessere Verträglichkeit mit weniger Hautirritationen erreicht, ebenso wird die Penetration erleichtert und eine schnellere Wirkung erzielt.

Dolocupin Creme wirkt nicht gefäßverengend und bietet somit eine größere Sicherheit, auch für große Hautflächen.

Dolocupin 40 mg/g Creme ist in den Verpackungsgrößen 5g oder 30 g Inhalt erhältlich.

Apothekenpflichtiges Arzneimittel.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

mi.to. pharm UG (haftungsbeschränkt)

38300 Wolfenbüttel, Lindener Straße 15

Tel: 05331 88 24 725, Fax: 05331 88 24 727, E-Mail: info@mi-to-pharm.de

www.dolocupin.de

www.mi-to-pharm.de

„Unser Lächeln ist

fangreiche wissenschaftliche Studien, die ein gewisses Grundmuster der Schönheit belegen. Gesichter werden als schön empfunden, wenn sie sehr symmetrisch sind. Das heißt, beide Gesichtshälften sind so gleich wie irgend möglich. Ist eine Augenbraue höher als die andere, wird das Gesicht unsymmetrisch, also als weniger schön empfunden.

Ein weiterer Punkt ist, man soll es nicht glauben, die Durchschnittlichkeit. Wir finden schön, was wir gut kennen. Man hat in Computeranimationen über 30 Gesichter übereinander gelegt und daraus ein „Durchschnittsbild“ entwickelt. Im Zuge einer wissenschaftlichen Studie konnten Probanden zwischen diversen Gesichtern das attraktivste wählen. Die Entscheidung fiel auf das computeranimierte Bild. Wir entwickeln also ein Attraktivitätsempfinden für das, was wir wiederholt sehen und zu kennen glauben. Bekanntes gibt uns ein Gefühl von Sicherheit – Unbekanntes, Fremdes verunsichert uns und kann zuweilen sogar Angst hervorrufen. Die Folge: Bekanntes nehmen wir mit positiven Empfindungen an – Fremdes lehnen wir eher ab. Darüber hinaus werden Frauengesichter natürlich anders beurteilt als Gesichter von Männern. Bei Frauen kommt neben der Symmetrie und der „Durchschnittlichkeit“ das „Kindchenschema“ hinzu. Ein Aspekt des „Kindchenschemas“ sind z.B. große, nicht zu eng stehende Augen, weiche Gesichtszüge, kleine Nase und einiges mehr. Eben alles, was uns z.B. Tierbabys, wie hässlich sie auch als ausgewachsenes Tier empfunden werden, lieben lässt. Männergesichter werden als attraktiv empfunden, wenn sie symmetrisch, aber zusätzlich auch markant sind. Ein markantes Gesicht wird gleichgesetzt mit Durchsetzungsfähigkeit und Kampfkraft – Attribute, die auch in der heutigen Zeit noch als besonders männlich gelten.

Wege zur Schönheit

Die meisten von uns sind bereit, sehr viel für ihre äußere Erscheinung zu tun. Es gibt die unterschiedlichsten Möglichkeiten den Weg zur „Schönheit“ zu gehen. Wir sollten uns gesund ernähren, Giftstoffe wie Nikotin und Alkohol nach Möglichkeit meiden, viel Schlaf stünde uns gut zu Gesicht und natürlich viel Bewegung. Ganze Hundertschaften bevölkern regelmäßig die Fitness-Studios, Sporthallen, Tennisplätze u.ä. In manchen Stadtparks finden wir mehr Jogger und Walker als Bäume. Wenn aber alle Bemühungen uns nicht maßgeblich weiterbringen, dann bleibt noch die Möglichkeit, auf die Kunst der ästhetischen Chirurgie zurückzugreifen. Es gibt heute nichts, was man nicht durch eine ästhetische Operation verändern kann. Sie können Ihre Nase, Ohren, Augen, Lippen verändern lassen, Falten abschleifen, unterspritzen, lasern oder durch ein Lifting entfernen lassen. Jede Körperstelle kann mit verschiedensten Implantaten vergrößert oder durch Absaugung schlanker gemacht werden. Wir haben alle Möglichkeiten, unse-

ren Idealen näher und näher zu kommen. Die moderne Medizin hilft uns dabei.

Schönheit und Ausstrahlung

Aber egal, wie schön ein Mensch auch immer sein mag, nur durch seine Ausstrahlung kann er uns für sich einnehmen. Das Wort „Ausstrahlung“ beinhaltet schon die Essenz aus allem. Strahlen wird erzeugt z.B. durch ein offenes, freundliches und schönes Lächeln. Wann ist ein Lächeln wirklich schön? Eine Grundvoraussetzung ist auf jeden Fall: Schöne Zähne. Stellen Sie sich das Lächeln von Julia Roberts oder Brad Pitt einmal mit schiefen, dunklen Zähnen vor. Wir würden sie sicher nicht mehr für attraktiv halten. Wahrscheinlich wären wir regelrecht geschockt von diesem Anblick. Das bedeutet, dass wir uns bei unserem Streben nach Schönheit als erstes um unsere Zähne kümmern sollten. Die moderne Zahnmedizin bietet heute eine Vielzahl von verschiedenen Therapien, die ein schönes Lächeln für nahezu jeden Menschen möglich machen. Unser Lächeln ist unsere Visitenkarte und auch manchmal eine Eintrittskarte für eine neue Partnerschaft, einen neuen Job oder einfach nur für neue soziale Kontakte.

Ein schönes Lächeln

Nicht überall auf der Welt wird das gleiche Lächeln als schön empfunden. Auch hier gibt es eine unterschiedliche Wahrnehmung bei unterschiedlichen Kulturen. In den USA z.B. gilt ein Lächeln nur dann als schön, wenn die Zähne absolut gleichförmig, gerade und strahlend weiß sind. In Europa vertrat man ein eher naturalistisches Schönheitsideal. Die Zähne sollten möglichst natürlich wirken, das heißt, sie sollten nicht einförmig und nicht zu weiß sein. Die Entwicklung der letzten Jahre hat allerdings gezeigt, dass auch die Europäer sich mehr und mehr den amerikanischen Vorstellungen angleichen. Auch bei uns wird der Wunsch nach möglichst weißen Zähnen immer lauter. Die Farbe der Zähne zu verändern ist aber nur ein Wunsch auf der Liste. Viele haben Zahnfehlstellungen, Zahnlücken oder Schäden im Zahnhalteapparat etc., die wir nicht unbedingt als schön empfinden. Für all diese Probleme ist der Zahnarzt der einzig richtige Ansprechpartner. Er hat für fast alles therapeutische Lösungsmöglichkeiten, die uns zu einem schönen Lächeln und somit zu mehr Selbstbewusstsein und mehr Lebensfreude verhelfen können.

Mit professioneller Zahnreinigung kann er die Zähne von Belägen und Zahnstein befreien, durch ein Bleaching (Zahnaufhellung) die Zahnfarbe deutlich aufhellen, ästhetische Füllungen sind nicht mehr als solche sichtbar, durch Veneers (Verblendschalen) kann eine völlig neue Optik z.B. bei Frontzähnen entstehen, kosmetische Zahnkorrekturen (Kieferorthopädie) können heute durch moderne Techniken quasi unsichtbar erfolgen, Kronen und Brücken insbesondere aus Keramik sind von natürlichen Zähnen nicht mehr zu unterscheiden, Parodontaltherapie kann zu einem schönen und gesunden Zahnfleisch verhelfen, Zahnimplantate können einzelne Zähne ersetzen oder auch Zahnlosen wieder feste Zähne geben. All die verschiedenen Therapien dienen, natürlich neben der Gesundheit, nur einem Ziel: Uns ein schöneres Lächeln, mehr Attraktivität und Wohlbefinden zu schenken. Auf den nächsten Seiten finden Sie viele Informationen zu den verschiedenen Möglichkeiten.

Raffinierter Schick aus Leipzig

ISAS-Fashion

www.isas-fashion.de

Anfang August präsentierte die Jungdesignerin Isabell Schumann erstmalig ihre eigene Kollektion in Leipzig. Sicher und stilvoll präsentierten die Models der bekannten Modelagentur Katabama in großem Rahmen die elegante, zeitlose und raffinierte Mode für Business und den Afterwork-Cocktail.

Mit Liebe zum Detail und zum Schneiderhandwerk wird jedes Modell der Kollektion als Unikat angefertigt, welches maßgeschneidert und individuell auf die Bedürfnisse der Kundin angepasst wird. Stoffe, Knöpfe und Accessoires können nach Belieben zusammengestellt werden, wobei ISAS beratend zur Seite steht. Schon ab 120,00 € ist ein Einzelstück zu haben und passt somit in jedes Budget und in jeden Kleiderschrank.

Fotos: Katja Kupfer

ISAS

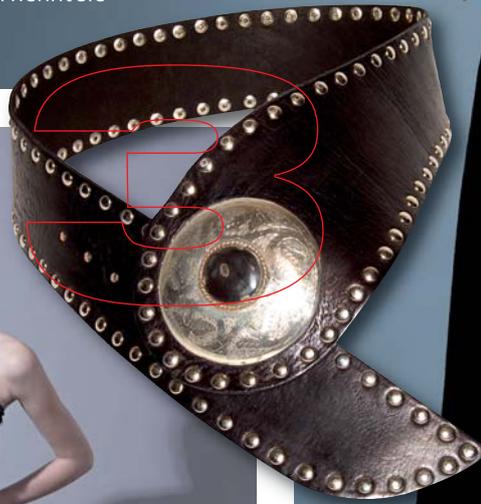
Junge Designer liegen im Trend

Welche Frau hat es nicht genossen, im Urlaub die Boutiquen fremder Länder zu stürmen, auf der Suche nach der ultimativen Klamotte, die man so zu Hause nie bekommen hätte? Dieses heiß geliebte Urlaubserlebnis, eine tolle Beute gemacht zu haben und die Vorfreude auf den Moment, da man diese Errungenschaft der staunenden Freundinnen-Riege vorführen kann, wird heute mehr und mehr vereitelt. Wohin man auch kommt, ob Dubai, New York oder Paris – H&M, Zara, Hilfiger, Louis Vuitton . . . sind alle schon da. Was also tun, wenn man mal aus der allgemeinen Uniformierung ausbrechen will? – Ganz einfach mal ins Internet schauen und nach jungen, frischen Designern suchen! Hier gibt es mittlerweile viele kleinere Modetags, die individuelles Design anbieten, das sich erfrischend vom weltweiten Einheitslook abhebt. Hier einige Beispiele:

1 Andrea Schelling aus Berlin

www.andreaschelling.com

Die Entwürfe der Modedesignerin nennt sie liebevoll „tragbare Poesie“.





Dea Kudibal

www.kudibal.dk

Die Kollektion des dänischen Modelabels besteht durch auffällige Farben und phantasievolle Muster. Eine bunte und fröhliche Mode, die Spaß macht.



Buckle Up

www.buckle-up.info

Sommerlaune zum über die Schulter legen. Die Körbe von Buckle Up sind formstabil und aufwendig von Hand gearbeitet. Die praktische Größe macht die Körbe zum Allrounder für fast alle Gelegenheiten. Der übliche Einkauf wird dadurch ebenso versüßt wie der Gang zur Uni oder ins Büro.

VOLKER LANG

www.volker-lang-accessoires.de

VOLKER LANG produziert Taschen und Portemonnaies aus Kalbleder in verschiedenen Prägungen und Farben. Taschen und Börsen sind auch nach Jahren des Gebrauchs zeitlose Objekte, die sich dem rasch wechselnden Modediktat entziehen und im klassischen Sinne modern bleiben.



FKK

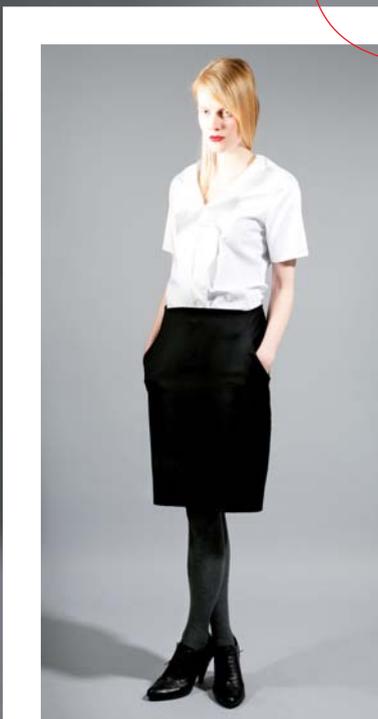
www.fkk-fashion.com

Die „Balance“-Kollektion lässt markante Elemente aus Sportbekleidung, der modernen Homewear und business-gerechter Kleidung zusammenfließen und präsentiert eine leichte Kollektion für moderne Ansprüche.

Irina Rohpeter

www.irinarohpeter.de

Irina Rohpeters ungewöhnliche Mode mag auf den ersten Blick vielleicht verwirren. Wagt man den zweiten Blick, ist das Ziel der jungen Designerin fast erreicht: Man stellt infrage, dreht und wendet, sucht nach Anfang und Ende, Oben und Unten.



GARMENT HAVE A LOOK

www.garment-online.de

Elegante Beständigkeit und einfallsreiches Understatement zeichnet die garment Kollektion aus. Zeitlos klassische Modelle, die klare Schnitte mit raffinierten Details und charmante Akzente mit Komfort verbinden.

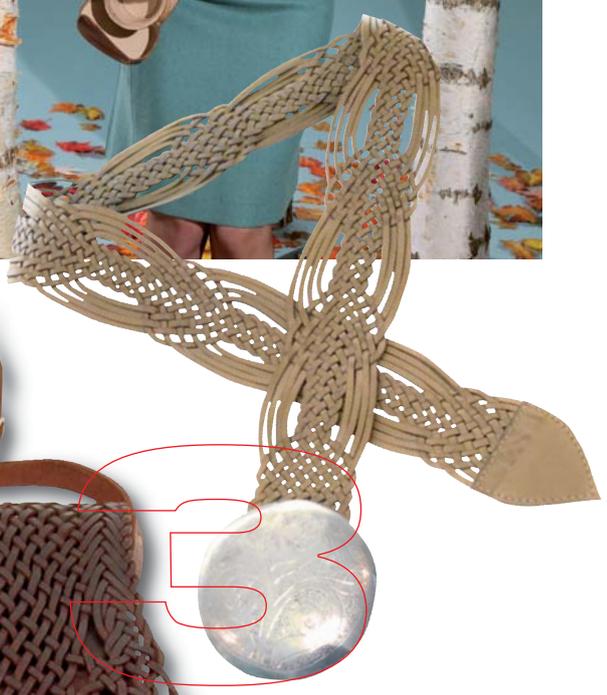


FINESTLY

www.finestly.de

Einzige Lieblings-Accessoires nach Wunsch – stilvolle Taschen und Gürtel online selber gestalten und aus unzähligen Kombinationsmöglichkeiten einzigartige Lieblingsstücke schaffen!





Daydream

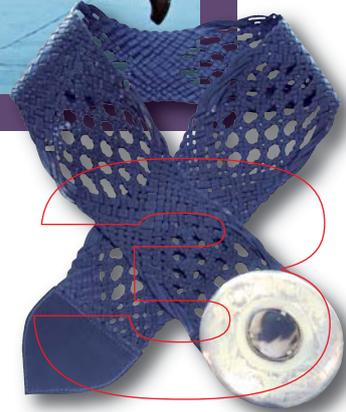
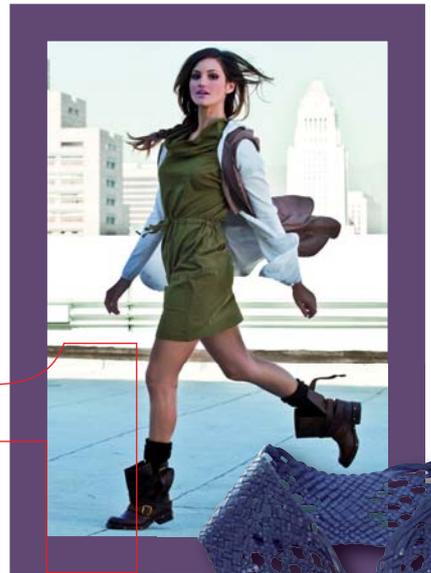
www.daydream.ch

In der Ruhe liegt die Kraft – Schlafmasken mit fernöstlichem Zauber.

woolenstocks

www.woolenstocks.com

Handgemachte, witzige und vor allem super warme Boots und Hausschuhe kommen aus London. Woolenstocks garantiert warme Füße bei absolut individuellem Design.



bobi Los Angeles

www.bobieurope.com

Denken Sie an die industrielle Revolution, die 20er-Jahre und an Military Looks, die seiner Zeit voraus waren, bis hin zu den heutigen Looks. Futuristischer Industrial Vibe von heute gemischt mit den Street Looks der 20er-Jahre sind Themen und Einflüsse der aktuellen bobi Herbst/Winter-Kampagne 2011. Die Schnitte und Materialien der Herbstkollektion eignen sich perfekt für den Layer-Look an kalten Tagen, haben das gewisse Etwas von New York Sophistication gepaart mit einem Touch

von coolem Downtown-Girl. Unkomplizierte Kleider für Tag und Nacht. Military-Schnitte und Knöpfe ziehen sich durch die gesamte Kollektion. Outerwear-Teile wie Cardigans, Schals und Strick-Unterteile runden den Look ab. Die Kollektion wird aufgeladen durch eine ganze Reihe spannender Formen wie Fledermausärmel, passsichere T-Shirts im Oversize-Look und großen Ausschnitten, die über die Schulter fallen sowie coole Tunikas, sodass für jeden etwas dabei ist.



my perfect sunday

Was ist ein perfekter Sonntag? Ein Ausflug aufs Land oder ein Trip in die große Stadt? Eine Kunstausstellung, die man nicht verpassen darf? Ein Film, der nur noch bis zum Ende der kommenden Woche läuft? Zeit für die Familie, Zeit für sich selbst. Es

geht um Dinge, für die der Alltag keinen Raum lässt. Zeit selber einteilen, Prioritäten alleine festlegen, auf jeden Fall den Tag entspannter angehen. Einen perfekten Sonntag kann man nicht kaufen.

In Hamburg gibt es nun einen Laden mit dem Bewusstsein, dass die Dinge, die man liebt, eine Geschichte haben. Genauso wie der Blockbuster oder die glossy Illustrierte ihre perfekte Zeit haben, so gibt es einen Ort für den guten Film oder das gute Buch. „my perfect sunday“ in der Eppendorfer Isestraße 86 widmet sich diesem Ort und führt ein Programm für genau diese perfekte Auszeit jenseits des Blockbusters.

„my perfect sunday“ importiert direkt aus Europa und Übersee. Neben lokalen Produkten wie den



Raumdüften von Lichtjuwel (München) gibt es Nelson Bubble Lamps (USA), Kissen und Plaids von Arcade Avec (Italien), Sachen für Kids von Adri (Frankreich), Seifen von Davon de Marseille (Frankreich) sowie die Pflege-Serie der Hotelkette Soho House von Cowshed (Großbritannien). Zum Portfolio gehören außerdem individuell gefertigte Betten, Vintage-Tapeten, exklusives Kaffeegeschirr, Tisch- und Bettwäsche.

„my perfect sunday“ führt zudem das eigene Label „crisp“. Inhaberin Wiebke Recke hat eine eigene Kollektion entworfen, in der es sich einerseits hervorragend schläft, die andererseits zum Schlafen aber fast zu schade ist. Dazu gehören Kleider, Hosen und Shirts genauso wie Wickeljacken. Die Schnitte sind unaufgeregt bis klassisch, in Deutschland mit ökozertifiziertem Baumwolljersey genäht.



Kontakt:

my perfect sunday

Isestr. 86
20149 Hamburg

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 11–19 Uhr
Sonnabend 11–16 Uhr

Tel.: 0 40/55 61 88 27

Fax: 0 40/55 61 88 25

www.myperfectsunday.de

Faltenbehandlung

Man kann Falten zum Verschwinden bringen, indem man sie mit Eigen- oder Fremdmaterial unterpolstert. Diese Methode kommt für Patienten infrage, die sich nur durch einzelne, tiefe Falten in ihrem Gesicht gestört fühlen. Sehr häufig wird z.B. eine ausgeprägte Nasolabialfalte durch Unterspritzung behandelt.

Kollagen

Falten können mit verschiedenen Materialien aufgefüllt werden. Sehr beliebt ist Kollagen. Es gehört zu den am häufigsten und reichlichsten in der Natur vorkommenden Bausteinen. Bis zu 80% der Lederhaut (Dermis) bestehen aus Kollagen, das der Haut in allen Bereichen, einschließlich der Lippen, Struktur, Festigkeit und Volumen gibt.

Da die neue Generation der handelsüblichen Kollagene porcinen Ursprungs sind, kann auf Allergietests, die in der Vergangenheit bei Kollagenen aus Rinderhaut zwingend notwendig waren, verzichtet werden. Der Patient kann mitbestimmen, wie stark korrigiert werden soll und ist nach einer Kollageninjektion sofort gesellschaftsfähig, der positive Effekt des Kollagens hält maximal 12 Monate an. Dann ist das Material vom Körper abgebaut. Soll der Effekt erhalten bleiben, kann erneut unterspritzt werden.

Eigenfett

Auch mit körpereigenem Fett können Falten aufgepolstert werden. Zu dem Zweck wird Fett von Problemzonen abgesaugt, durch ein spezielles Verfahren aufbereitet und mittels Mikroinjektionen in das Gesicht injiziert. Der Patient sollte für 24 Stunden das Gesicht kühlen, kein Make-up auftragen und Alkohol meiden. Da nur ein Teil des eingebrachten Fettgewebes Anschluss

an das Blutgefäßsystem erlangt, muss mit mehreren Behandlungen der gewünschte Effekt aufgebaut werden.

Hyaluronsäure

Die Hyaluronsäure – eine Substanz, die auch auf natürliche Weise im Körper vorkommt, ist das heute am häufigsten verwendete Material zur Unterfütterung von Falten. Da es sich hierbei nicht um ein tierisches Produkt handelt, besteht grundsätzlich keine Gefahr einer Krankheitsübertragung und ein Hauttest muss ebenfalls nicht durchgeführt werden.

Die Vorgehensweise ist wie bei einer Unterspritzung mit Kollagen. Die klinische Erfahrung hat ergeben, dass eine Auffrischungsbehandlung nach 6 bis 12 Monaten die Dauer des Behandlungseffektes verlängert.

Botox

Botulinumtoxin, auch Botox, Vistabel oder Xeomin genannt, ist ein muskelinaktivierendes Eiweiß, das in der Medizin seit Jahrzehnten zur Behandlung des Schielens eingesetzt wird. Seit einigen Jahren verwendet man Botulinumtoxin auch in der ästhetischen Medizin zur Faltenbehandlung im Stirn- und Augenbereich (Krähenfüße). Die Substanz wird an verschiedenen Stellen injiziert, um die für die Faltenbildung verantwortlichen Muskeln zu schwächen. Kann z.B. die Stirn nicht mehr gerunzelt werden, sind auch Falten nicht mehr sichtbar. Die Wirkung hält etwa 4 bis 6 Monate an, danach müsste die Behandlung wiederholt werden.

Nicht abbaubare Substanzen

Das Einbringen von nicht abbaubaren Substanzen, wie z. B. Fäden aus Gore-Tex oder Polymethylmethacrylat-Kügelchen ist umstritten. Der Vorteil: die Faltenbehandlung ist dauerhaft. Der Nachteil: nicht selten kommt es zu Verhärtungen und Spätkomplikationen.



Peelings – schön geschält!

Um das Hautbild zu verfeinern oder auch zur Entfernung kleiner Fältchen kann der Hautarzt oder ästhetische Chirurg ein „chemical Peeling“ vornehmen. Eine solche Peeling-Behandlung hat nichts mit dem sanften Rubbel-Peeling zu tun, mit dem die Kosmetikerin oberflächliche Hautschüppchen entfernt!

Bei den medizinischen Schälkuren wird ein Präparat, das oberflächliche oder auch etwas tiefer liegende Hautschichten „wegätzt“, auf das Gesicht aufgebracht. Die Wirktiefe ist u.a. abhängig von der Konzentration der Substanz, der Einwirkzeit, der Anwendungsart und auch vom Hauttyp. Ne-

ben dem „Schälteffekt“, der das Hautbild verfeinert, kann die Zellneubildung, die in den tieferen Hautschichten angeregt wird, zusätzlich straffend wirken. Medizinische Peelings können nicht nur bei oberflächlichen Fältchen um Mund, Augen und Wangenbereich erfolgreich eingesetzt werden, sondern darüber hinaus bei grobporiger Haut, Verhornungs- und Pigmentstörungen oder auch Aknenarben. Besonders in der Kombination mit anderen Therapien können sehr gute Ergebnisse erzielt werden. So lassen sich z.B. vor einer Faltenunterspritzung die kleinen Oberflächenfältchen gut beseitigen.

Oberflächliches

Peeling

Soll die Haut nur frischer und jünger wirken, bietet sich ein oberflächliches oder auch Soft-Pee-ling an. Zu diesem Zweck kommen hauptsächlich Fruchtsäuren, das sind natürlich vorkommende Säuren wie Glykol-, Milch-, Zitronen-, Apfel- und Weinsäuren, zum Einsatz, wobei die Glykolsäure am häufigsten verwendet wird.

Die Behandlung

Die Haut sollte auf das Peeling vorbereitet werden: Zwei Wochen vor der Behandlung auf stark fettende Pflegeprodukte verzichten und das Gesicht abends mit einer fruchtsäurehaltigen Creme versorgen. Die eigentliche Peelingbehandlung ist rasch und schmerzlos: Nach gründlicher Reinigung und Schutz der empfindlichen Haut an den Augen- und Mundwinkeln wird das Fruchtsäure-Präparat zügig aufgetragen und wirkt kurz ein. Sobald die Haut sich rötet und ein Brennen spürbar wird, entfernt der Arzt die Säure und versorgt die Haut mit einem Pflegepräparat.

Die Wirkung

Die Hornschicht der Haut wird verdünnt, die Hautfeuchtigkeit und -struktur verbessert. Die lichtgealterte Haut wird straffer, wirkt feiner und glatter. Tiefe Falten können auf diese Weise allerdings nicht beseitigt werden.

Oberflächliche Peelings können in zwei- bis vierwöchigen Abständen wiederholt werden, um das Ergebnis zu optimieren.

Nach der Behandlung

In der Regel treten unmittelbar nach einem Soft-Pee-ling nur leichte Rötungen auf. Der Patient ist meist sofort gesellschaftsfähig und kann ohne Einschränkungen seiner Arbeit nachgehen. Die Pflegeprodukte für die Nachsorge sollten unbedingt mit dem Behandler abgestimmt werden. Sauna und Solarium sind nach dem Peeling allerdings tabu und auf einen besonders guten Lichtschutz sollte streng geachtet werden.

Komplikationen

Grundsätzlich werden Fruchtsäure-Peelings gut vertragen. Sollten dennoch anhaltende Rötungen oder nässende Hautbereiche auftreten, behandelt der Arzt mit speziellen Folien oder Cremes. Bei erfahrenen Behandlern kommt es nur selten zu Narben oder Pigmentstörungen.

Ausschlusskriterien

Sie sollten kein Peeling machen lassen, wenn Sie:

- | **starker Raucher sind**
- | **wiederholt Lippenherpes haben**
- | **zu starker Narbenbildung neigen**
- | **Vitamin-A-Säure (Roaccutan) im letzten halben Jahr eingenommen haben**
- | **in den letzten drei Monaten operiert wurden.**

Mitteltiefes

Peeling

Sollen Lichtschäden der Haut und gealterte, faltige Haut gestrafft werden, eignet sich ein mitteltiefes Peeling. Bei dieser Behandlung wird Trichloressigsäure (TCA) verwendet.

Die Behandlung

Eine zweiwöchige Vorbehandlung mit tretinoinhaltigen Cremes, die die Haut zur Zellerneuerung anregen, verkürzt die Heilungsphase nach dem Peeling. Zwei Tage vor dem Eingriff werden Tabletten zur Herpesprophylaxe empfohlen. Das Peeling wird meist unter leichter Betäubung durchgeführt. Viele Behandler beginnen mit dem Auftragen einer

Lösung, die oberflächliche Hautschüppchen ablöst und so das bessere Eindringen des TCA gewährleistet. Durch diese Vorbehandlung kann auf eine sehr hohe Säurekonzentration verzichtet werden. Anschließend wird die Säure in mehreren Schichten aufgetragen, bis ein kompakter weißer Frost auftritt, der den erfolgreichen Ätzzvorgang anzeigt. Für einige Minuten tritt ein brennender Schmerz auf, der durch Kühlung gemildert werden kann.

Die Wirkung

Das mitteltiefe Peeling führt zu einem Absterben der äußeren Hautschicht. Die Haut schält sich innerhalb von drei bis vier Tagen komplett und regeneriert sich im Verlauf von acht bis zehn Tagen. Die Behandlung mit dem mitteltiefen Peeling ist einmalig und kann nach frühestens einem Jahr wiederholt werden.

Nach der Behandlung

Zwei bis drei Tage nach dem Peeling ist die Haut stark gerötet, geschwollen und gespannt. Nach einigen Tagen bildet sich eine Kruste, die sich zwischen dem vierten und siebten Tag nach der Behandlung von selbst ablöst. Essigwasser-Kompressen, die mehrmals täglich aufgelegt werden, be-

schleunigen die Abschuppung der Haut. Spezielle Salben, später Pflegecremes, kommen zur Anwendung. Nach etwa acht Tagen zeigt sich die neue, rosige Haut und der Heilungsprozess ist ca. am zehnten Tag abgeschlossen. Die Rötung bildet sich in den folgenden Wochen zurück. Man sollte mindestens eine Woche Urlaub für dieses Peeling einplanen! In den folgenden Monaten muss die Haut unbedingt mit Sunblockern geschützt werden.

Komplikationen

Die Haut kann anhaltend gerötet sein oder gefleckt aussehen. Kommt es zu Pigmentflecken, muss mit bleichenden Cremes behandelt werden. Narben sind möglich, besonders, wenn es zum Herpesinfekt kommt, oder wenn sehr hohe Säurekonzentrationen verwendet wurden.

Nässende Wunden müssen auf jeden Fall behandelt werden. Diese Komplikationen sind möglich, kommen bei korrektem Vorgehen jedoch nicht häufig vor. Es ist sehr wichtig, diese Behandlung von einem erfahrenen Arzt vornehmen zu lassen!

Ausschlusskriterien

Sie sollten kein Peeling machen lassen, wenn Sie:

- | **starker Raucher sind**
- | **wiederholt Lippenherpes haben**
- | **zu starker Narbenbildung neigen**
- | **Vitamin-A-Säure (Roaccutan) im letzten halben Jahr eingenommen haben**
- | **in den letzten drei Monaten operiert wurden**
- | **ein sehr dunkler Hauttyp sind.**

Tiefes

Peeling

Ein tiefes Peeling, auch „Facelifting ohne Skalpell“ genannt, ist geeignet, faltige Altershaut zu straffen und erzielt gute Ergebnisse (aber dennoch nicht mit einem operativen Lifting vergleichbar). Die Substanz, die für ein solches Peeling Verwendung findet, ist eine Phenolösung.

Die Behandlung

Es wird eine Vorbehandlung mit speziellen Cremes und eine Herpesprophylaxe empfohlen sowie eine Infektionsprophylaxe mit Antibiotika. Darüber hinaus sollte eine Woche vorher nicht geraucht werden, keine Sonnenbäder oder Solariumbesuche erfolgen. Da die Behandlung in leichter Narkose durchgeführt wird, müssen vorher die entsprechenden Laboruntersuchungen erfolgen, und am Tag des Eingriffs muss der Patient unbedingt nüchtern bleiben. Während des Peelings werden Herz und Kreislauf durch einen Narkosearzt überwacht. Nach ausgiebiger Reinigung und Entfettung der Haut wird die Peelinglösung in mehreren Schichten aufgetragen und anschließend mit einem Okklusionsverband fest abgedeckt. Nach 24 oder 48 Stunden wird der Verband abgenommen und die geätzten Hautschichten entfernt. Ein stationärer Aufenthalt ist notwendig.

Die Wirkung

Die Gesichtshaut quillt auf und rötet sich, die äußere Hautschicht wird abgestoßen. Es dauert ca. sieben Tage, bis sich die neue Haut gebildet hat. Meist ist der Heilungsprozess am zehnten

Tag abgeschlossen. In den folgenden zwei bis acht Wochen wird die Rötung nachlassen und nach ca. 90 Tagen erscheint das Hautbild frischer und glatter – auch durch die Neubildung von Kollagen, die durch ein tiefes Peel angeregt wird.

Nach der Behandlung

Nach der Entfernung des Verbandes wird die geätzte Hautschicht entfernt, es werden meist Schmerzmittel, Antibiotika, gegebenenfalls Kortison und Medikamente zur Herpesprophylaxe gegeben. Das Gesicht ist in den ersten Tagen stark geschwollen und gerötet, außerdem tritt Wundsekret aus (auf Zähneputzen, Kauen fester Speisen und Lachen muss verzichtet werden). Der Patient fühlt sich im Allgemeinen eher unwohl und fiebrig. Viel Schlaf in halb aufrecht sitzender Lage fördert eine raschere Abheilung.

Eine mehrmals täglich durchzuführende Wundbehandlung mit Essigkompressen, Salben und Cremes ist notwendig. Ab dem vierten Tag nimmt die Schwellung rapide ab und der Patient fühlt sich wieder besser. Bis die Rötung der Haut allerdings vollständig verschwindet, können viele Wochen vergehen. Die Haut muss in den folgenden sechs Monaten vor Sonne geschützt werden. Für diese Behandlung sollte der Patient auf jeden Fall zwei Wochen Urlaub einplanen.

Komplikationen

Anhaltende Rötungen, Pigmentstörungen und Narben sind ebenso wie Infektionen möglich. Darüber hinaus kann es beim tiefen Peeling zu Herzrhythmusstörungen und massiven Schwellungen kommen. Diese Behandlung sollte nur von einem erfahrenen Arzt durchgeführt werden.

Ausschlusskriterien

Sie sollten kein Peeling machen lassen, wenn Sie:

- | **starker Raucher sind**
- | **wiederholt Lippenherpes haben**
- | **zu starker Narbenbildung neigen**
- | **Vitamin-A-Säure (Roaccutan) im letzten halben Jahr eingenommen haben**
- | **in den letzten drei Monaten operiert wurden**
- | **ein sehr dunkler Hauttyp sind**
- | **unter chronischen Herz-, Leber- oder Nierenerkrankungen leiden.**



Dermabrasion

Der deutsche Begriff für diese Behandlung lautet „Hautabschleifung“ und beschreibt schon sehr genau was passiert: Die Haut wird abgeschliffen, um z.B. Fältchen oder Aknenarben zu mildern. Auch zahlreiche weitere Hautveränderungen, wie bestimmte Arten gutartiger Hauttumoren oder oberflächliche Gefäßzeichnungen an Wangen und Nase, können gut behandelt werden. Vor dem Eingriff ist eine genaue Information über Möglichkeiten und Grenzen der Schleifbehandlung sehr wichtig, da insbesondere Aknepatienten häufig eine übersteigerte Erwartungshaltung haben, die evtl. nicht erfüllt werden kann.

Die Behandlung

Vor dem Eingriff wird eine Blutuntersuchung, u. a. Hepatitis- und HIV-Serologie, angeraten. Blutverdünnende Medikamente sollten, nach Absprache mit dem behandelnden Arzt, sieben Tage vor dem Eingriff abgesetzt werden. Je nach Größe des Behandlungsgebietes kann die Behandlung unter örtlicher Betäubung oder Vollnarkose durchgeführt werden.

In der Regel wird die Haut mit einem rotierenden Diamantschleifkopf abgeschliffen, wobei der Assistent die zu beschleifende Hautpartie strafft, während der Behandler den Schleifkopf führt. Bei kleinen Fältchen werden nur die obersten Hautschichten abgetragen, bei tiefen Falten oder Aknenarben erfolgt die Hautabtragung bis zur Entstehung in den tieferen Schichten.

Für ein gutes kosmetisches Ergebnis ist es wichtig, die Übergänge zwischen gefräster und normaler Haut weich zu gestalten, sonst wird später deutlich sichtbar, welche Areale behandelt wurden und welche nicht.

Nach der Behandlung

Die Haut ist gerötet, geschwollen und sie nässt. Man kann sie mit antibiotischen Salben und Fettgaze bedecken oder aber synthetische Wundfolien verwenden, die die Abheilung be-

schleunigen. Manche Behandler bevorzugen auch die offene Wundheilung. Nach acht bis zehn Tagen fallen die Krusten, die sich nach der Behandlung gebildet haben, allmählich ab. Eine engmaschige Kontrolle durch den behandelnden Arzt (ca. alle ein bis zwei Tage Verbandwechsel) wird angeraten. Weil die neue Haut gerötet und sehr empfindlich ist, sollte man sie mindestens sechs Monate vor direkter Sonneneinstrahlung schützen und Sunblocker verwenden.

Komplikationen

Bei zu tiefem Abschleifen können Narben bleiben. Bakterielle Infektionen und ein „Aufblühen“ von Herpesbläschen sind möglich. Gelegentlich kommt es zu Pigmentstörungen oder zu deutlicher Behaarung des abgeschliffenen Gebietes. Eine erhöhte Lichtempfindlichkeit und gefäßbedingte Rötungen können längerfristig anhalten. Ein möglicherweise auftretender Juckreiz lässt meist nach einigen Monaten wieder nach.

Ausschlusskriterien

Sie sollten keine Dermabrasion machen lassen, wenn Sie:

- | an einer akuten beziehungsweise aktiven Akne leiden
- | eine entzündliche Hauterkrankung haben
- | zu starker Narbenbildung neigen.

Thermalift –

Gesichtsstraffung ohne Skalpell

Viele Menschen wünschen sich eine straffere Erscheinung ihrer Gesichtshaut, möchten aber keinen operativen Eingriff mit Skalpell und Vollnarkose über sich ergehen lassen. Eine neue Methode, die, wie vieles aus dem ästhetischen Bereich, aus den USA zu uns gekommen ist, heißt Thermalift oder auch Thermage. Sie strafft das Gewebe im Gesicht – ohne Schnitte, ohne Operation oder gesellschaftliche Auszeit.

Die Behandlung

Die Anwendung erfolgt ambulant, schnittfrei, schnell und unkompliziert und dauert je nach Größe des zu behandelnden Gebietes zwischen 15 und 60 Minuten. Durch die Vorbehandlung der betreffenden Hautareale mit einer Creme, die ein Lokalanästhetikum enthält, sowie permanenter Kühlung, spüren die Patienten während der Sitzung lediglich ein leichtes Stechen. In einigen Fällen rötet sich die Haut nach der Behandlung vorübergehend, es treten aber weder Narben, Schwellungen, Blutergüsse oder Schmerzen auf.

Die Wirkweise

Hochfrequente, sogenannte Radiowellen, wirken auf die tieferen Hautschichten und erreichen ein Zusammenziehen des Kollagens, in der Fachsprache auch „Shrinking“ genannt. Die Kollagenproduktion, verantwortlich für die Festigkeit der Haut, nimmt im Laufe des Alters leider ab und die Haut wird schlaffer. Hier setzt der Thermoeffekt an. Durch Hitzeeinwirkung auf die tieferen Hautstrukturen, bei gleichzeitiger Kühlung der oberen Hautschicht, wird während der Behandlung eine Kontraktion des Kollagens ausgelöst – ohne das Gewebe zu verletzen. Im Anschluss bildet und ordnet sich das Kollagen

unter der Haut neu: Nach zwei bis sechs Monaten stellt sich dann der Langzeiteffekt ein, der durch eine zusätzliche Umorganisation der Bindegewebsschicht entsteht. Haut und Gewebe sind deutlich straffer.

Der Anwendungsbereich

Im Bereich von Augenpartie, Stirn, Wangen und Hals verspricht die Methode sehr gute Ergebnisse. Ob komplettes Lifting des Gesichts oder Behandlung einzelner Partien, wie beispielsweise Falten oder Krähenfüße an den Augen, Thermalift bietet vielfältige Anwendungsmöglichkeiten. Sollte das gewünschte Ergebnis nicht bei der ersten Behandlung erreicht werden, so kann eine erneute Thermage den Liftingeffekt verstärken. In der Regel reicht eine Behandlung aber völlig aus. Bei Personen, die unter stark hängendem Gewebe leiden, stößt das Verfahren allerdings an seine Grenzen und bietet keine Alternative zu einem chirurgischen Eingriff.

Das Ergebnis

In einer einzigen ambulanten Sitzung wird mit dem Thermalift ein dauerhaftes Ergebnis erzielt. Schon innerhalb von zwei Wochen nach der Behandlung zeigen sich erste Resultate und nach zwei bis sechs Monaten stellt sich dann der Langzeiteffekt ein: die durch die Behandlung angeregte Produktion von neuem Kollagen führt zu einer weiteren, deutlichen Glättung der Haut und somit zu jugendlicherem Aussehen. Sicher eine gute Alternative für alle, die einen chirurgischen Eingriff vermeiden wollen.

Hinweis

Ein Thermalift ist zwar kein chirurgischer Eingriff, gehört aber ebenfalls unbedingt in fachkundige Hände, denn bei nicht sachgemäßer Anwendung drohen Verbrennungen.



Wie finde ich den richtigen Chirurgen?

Die Zahl der ästhetisch-chirurgischen Eingriffe nimmt in Deutschland weiter zu, wie auch die Zahl der Ärzte, die sich dazu berufen fühlen. In Anbetracht zunehmend schlechterer Bezahlung in der Kassenmedizin beteiligen sich immer mehr Ärzte an dem boomenden und lukrativen Markt der ästhetisch-plastischen Chirurgie. Prinzipiell kann jeder Arzt zum Skalpell greifen und Patienten haben bisher keine Garantie bei der Suche nach einem erfahrenen und geeigneten Operateur für die von ihnen gewünschte Operation. Seit einigen Jahren gibt es nun ein DEKRA-zertifiziertes Gütesiegel der Internationalen Gesellschaft für Ästhetische Medizin e.V. (IGÄM). Zu diesem Thema haben wir uns mit Prof. Dr. Dr. Werner L. Mang, Präsident der Internationalen Gesellschaft für Ästhetische Medizin e.V. (IGÄM), unterhalten.



my magazin: Wie sehen Sie die Entwicklung auf dem Markt der plastischen Chirurgie?

Prof. Dr. Dr. Mang: Zunächst einmal muss man unterscheiden zwischen der plastischen Chirurgie, welche sich in erster Linie mit Verbrennungen, Wiederherstellung nach Unfällen und z.B. der Handchirurgie befasst, und der

ästhetischen Chirurgie, die gesunden Patienten die Möglichkeit gibt, ihr Äußeres positiv zu verändern. Diese ästhetisch bedingten Eingriffe werden von den Patienten selbst bezahlt und entsprechend hoch ist die Erwartungshaltung. Nur eine fundierte und spezialisierte Ausbildung kann gewährleisten, dass diese Erwartungen auch erfüllt werden können.

my magazin: Kann ein Facharzt für plastische und ästhetische Chirurgie alle Eingriffe in der ästhetischen Chirurgie vornehmen?

Prof. Dr. Dr. Mang: Leider ist es nicht so einfach. Niemand kann die gesamte Wiederherstellungschirurgie und die gesamte ästhetische Chirurgie perfekt beherrschen und dann auch noch regelmäßig und in genügender Zahl operieren. Das bedeutet natürlich, dass auch ein Facharzt für plastische Chirurgie nicht zwangsläufig auf allen Gebieten versiert sein muss. Ein Hals-Nasen-Ohren-Arzt mit einer fundierten chirurgischen Ausbildung, der z.B. sehr viele Nasenkorrekturen vornimmt, ist in diesem Bereich unter Umständen routinierter. Hier gilt, wie in allen anderen Bereichen der Medizin und unseres gesamten Lebens, dass es zu immer mehr Spezialisierung kommt und aus Qualitätsgründen auch kommen muss. Als Gutachter sehe ich leider immer wieder misslungene Operationen, die von Kollegen durchgeführt wurden, die vielleicht gute Operateure sind, auf diesen Eingriff aber nicht spezialisiert waren.

my magazin: Wie kann sich ein Patient denn informieren, ob ein Arzt geeignet ist und die gewünschte Operation beherrscht?

Prof. Dr. Dr. Mang: Das war bisher sehr schwierig. Die Mitgliedschaft in den großen Vereinigungen war zwar ein Indiz, sagte aber nichts über die Qualifikation für einen speziellen Eingriff aus. Seit dem Herbst 2008 gibt es nun die ersten, nach den strengen DEKRA-zertifizierten Richtlinien vergebenen Gütesiegel der IGÄM (Internationale Gesellschaft für Ästhetische Medizin). Damit hat der Patient die Sicherheit, dass der Arzt den Eingriff, zum Beispiel eine Brustvergrößerung, nachweislich mindestens hundertmal durchgeführt hat. Es muss weiterhin

unter Bedingungen gearbeitet werden, die über die gesetzlich festgelegten Kriterien hinausgehen, was den OP-Saal und den Anästhesisten anbelangt. Weiterhin muss nachgewiesen werden, wo und wann der Eingriff erlernt wurde und darüber hinaus muss der Arzt eine entsprechende Haftpflichtversicherung nachweisen – man sollte es nicht glauben, aber nicht alle selbsternannten Schönheitschirurgen sind bzgl. aller angebotenen Eingriffe auch versichert. Das Gütesiegel, als höchste Stufe der Zertifizierung, ist auf maximal drei Eingriffe beschränkt, um die besondere Spezialisierung aufzuzeigen. Ärzte, die diese DEKRA-zertifizierte Auszeichnung erhalten haben, müssen sich außerdem an standardisierte Abläufe halten und sich spätestens alle zwei Jahre erneut überprüfen lassen. Damit werden Risiken einer Operation deutlich reduziert und Patienten bekommen einen sehr guten Leitfaden bei der Suche nach einem Spezialisten für die jeweils geplante Operation an die Hand, den sie auf der Internetseite der IGÄM nachlesen können.

my magazin: Das hört sich sehr aufwendig und auch teuer an?!

Prof. Dr. Dr. Mang: Sicher ist es das, genau wie auch regelmäßige Fortbildungen und überhaupt eine gute Ausbildung es sind. Daher kann man vor Billigoperationen auch nur warnen, sie sind selten wirklich gut und die Gefahr für ernstere Komplikationen steigt deutlich, zumal neben der Qualität des Operateurs häufig auch am Material und dem Umfeld, wie Sterilität im Operationssaal und Personal, gespart wird.

my magazin: Ab wann und wie wird der Patient denn diese Informationen bekommen?

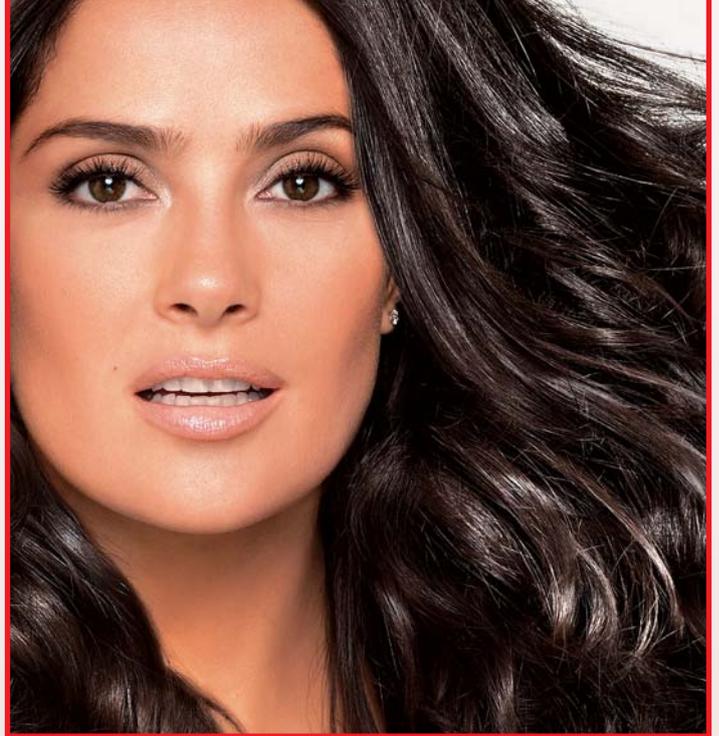
Prof. Dr. Dr. Mang: Erste Zertifizierungen unterhalb des DEKRA-zertifizierten Gütesiegels gibt es auf der Internetseite www.igaem.de bereits seit 2006, seit Herbst 2008 wurden mittlerweile eine ganze Reihe Plastische Chirurgen, Chirurgen und HNO-Ärzte mit den nach besonders strikten Kriterien zu vergebenden Gütesiegeln für jeweils bis zu drei Operationen ausgezeichnet.



Kontakt:

IGÄM – Internationale Gesellschaft für Ästhetische Medizin e.V.

Feldstraße 80
40479 Düsseldorf
Tel.: 02 11/1 69 70 79
Fax: 02 11/1 69 70 66
E-Mail: sekretariat@igaem.de
www.igaem.de



Hairstyle

Robert Vetica – Die Beautygeheimnisse von Hollywoods Starfriseur

Hair-Stylist Robert Vetica kennt sie alle. Denn bevor die Hollywood-Stars über den roten Teppich laufen, schauen sie bei ihm vorbei: Salma Hayek, Naomi Watts, Hillary Swank, Mariah Carey, Anastacia oder auch Renee Zellweger vertrauen seiner Kreativität und Erfahrung. Seine Frisuren sind auf Laufstegen, Bühnen und Covern großer Zeitschriften zu sehen.

Was macht seine Looks aus?

In seinem ersten Buch „Hair Style“ verrät der Starfriseur sein Insiderwissen – und gibt jeder Frau die Chance, so auszusehen

wie die Schönsten der Welt. Schritt für Schritt erklärt er seine Looks: mit vielen großen Bildern und praktischen Anleitungen. Robert Veticas Styling-Techniken machen Frauen schön und lassen sie strahlen, egal ob mit Bob, Haarknoten-Arrangements, natürlichen Locken oder glamourösen Wellen. Robert Vetica ist einer der angesagtesten Hair-Stylisten im Showbusiness. Sein Umgang mit Haar hat ihn schnell in die Elite seiner Zunft geführt. Heute gilt er als Trendsetter, der mit innovativen und ungewöhnlichen Techniken mühelos und in kürzester Zeit Frisuren für Stars aus Musik, Film und Fernsehen kreiert. Hier ein kleiner Einblick in seine Tricks und Kniffe.

Look 1



Haarstruktur und -Typ: FEIN – DICHT – GLATT

1. Nachdem die Haare mithilfe des Onduliereisens eingedreht wurden, bürsten Sie zunächst die Wellen mit einer Wildschweinborsten-Paddelbürste aus. 2. Nehmen Sie einen Föhn und eine Frisierbürste, um die Wellenform ein wenig aufzulockern. 3. Benutzen Sie einen breiten Kamm, um 5-cm-Abschnitte zu toupieren. Beginnen Sie mit der obersten Stirnpartie in Richtung Hinterkopf. Achten Sie darauf, dass Sie beim Toupieren

jedes Abschnitts am Ansatz anfangen. 4. Toupieren Sie die Seitenabschnitte von unten nach oben. 5. Legen Sie ein Stirnband an und ziehen Sie es nach hinten in Richtung Oberkopf, bis es an der richtigen Stelle anliegt. Nun müsste am Oberkopf einiges an Höhe und Fülle zusammengekommen sein. 6. Fassen und drehen Sie die Spitzen des Haares zusammen, legen Sie das Haar um und stecken Sie es über dem Nacken fest. 7. Mit Ihren Fingern und Spray formen Sie eine volle, abgerundete, romantische Kontur, die durch das Stirnband akzentuiert wird. 8. Vollenden Sie das Ganze,

indem Sie hinter dem rechten Ohr, am Ende des Stirnbands auf dieser Seite, als Akzent eine Seidenblume feststecken.



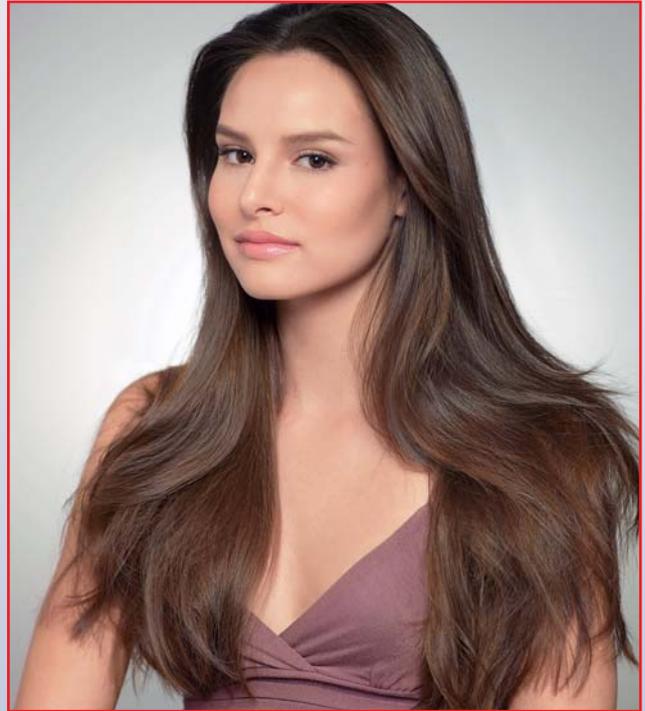
Look 2

Haarstruktur und -Typ: MITTEL – GLATT



1. Zuerst wird das feuchte Haar glatt geföhnt. 2. Beginnen Sie mit der oberen Kopfparte und sprühen Sie eine Festiger-Lotion auf, die vor Hitze schützt. 3. Dann wärmen Sie die obere Haarpartie mit dem Glätteisen an. 4. Nun wird die gesamte obere Kopfparte mit großen Velcro-Wicklern gewickelt. Sichern Sie jeden Wickler mit einem Metallclip. 5. Wenn Sie feines Haar haben, unwickeln Sie die Velcros unten mit einem Kosmetiktuch, um Haarbruch zu vermeiden. 6. Dann fahren Sie mit dem Anwärmen und Wickeln fort, indem Sie sich vom Hinterkopf zu den Seiten vorarbeiten. Nehmen Sie für den Hinterkopf Jumbo-Wickler. 7. Unterteilen Sie die Seiten in zwei große Sektionen und drehen Sie sie ein. 8. Sprühen Sie den ganzen Kopf mit Haarspray ein. 9. Gehen Sie mit dem Föhn noch ein-

mal über jeden Wickler, um die Haare (wenn Sie wollen) nochmals ein wenig anzuwärmen. 10. Lassen Sie die Wickler so lange wie möglich im Haar und bürsten Sie die Frisur dann aus.



Look 3



Haarstruktur und -Typ: DICK – KRÄFTIG – LOCKIG

1. Teilen Sie das Haar von unten/vom Hinterkopf an in Sektionen auf. 2. Tragen Sie auf jeden Abschnitt Leave-in-Cream-Conditioner auf. 3. Kämmen Sie nur die Spitzen durch. 4. Besprühen Sie das Haar vom Haarschaft bis zu den Spitzen mit flüssigem Leave-in-Conditioner. Vermengen Sie auch ein wenig silikonhaltige Leave-in-Conditioner-Creme auf Ihren Handflächen und reiben Sie damit das Haar vom Haarschaft bis zu den Spitzen

ein. 5. Wickeln Sie nun jeden Abschnitt bis zu den Spitzen spiralförmig um ein Onduliereisen. Dabei legen Sie wahllos vorwärts und rückwärts gedrehte Locken. Benutzen Sie Onduliereisen in zwei verschiedenen Größen (13 und 19 mm), damit die Locken nicht so gleichmäßig werden. 6. Teilen Sie das Haar nun wieder in drei Sektionen auf, je eine auf den Seiten und einen Abschnitt oben auf dem Kopf. (Diese Sektionen sollten Sie nicht mit dem Kamm ziehen, sondern eher mit den Fingern arbeiten.) 7. Tragen Sie auf die fertigen Locken ein wenig Silikoncreme auf, um sie zu glätten. 8. Oben locken Sie die Abschnitte aus dem

Gesicht heraus nach hinten weg. 9. Wärmen Sie die vordersten Strähnen, die Ihr Gesicht einrahmen, am Haaransatz an, damit sie geglättet aus dem Gesicht herausgehalten werden. Nehmen Sie Silikoncreme, um die Haarwellen abschließend zu legen – werfen Sie Ihr Haar über den Kopf und arbeiten Sie das Pflegemittel vom Nacken bis zu den Spitzen ein.



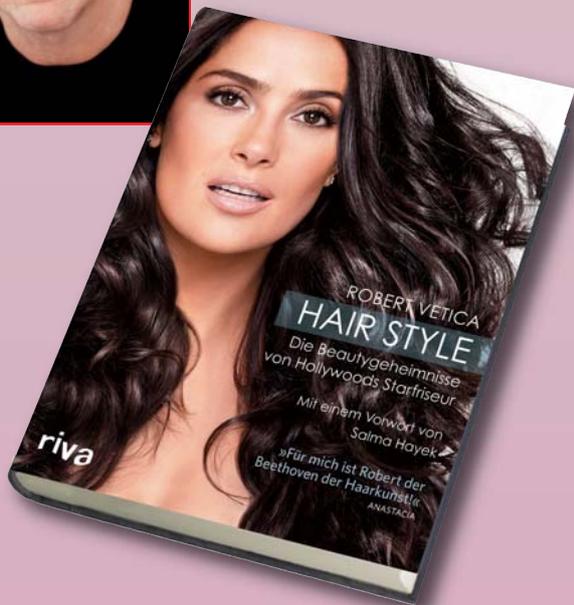
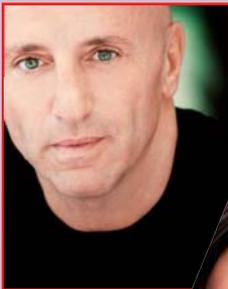
Look 4



Haarstruktur und -Typ: DICK – WELIG

1. Ziehen Sie einen tiefen Seitenscheitel.
2. Drehen Sie, Abschnitt für Abschnitt, die äußeren Haare mit einem 13-mm-Onduliereisen in Locken.
3. An der Stirn sollten die Abschnitte diagonal zum Gesichtsumriss verlaufen (also senkrecht zum Haaransatz).
4. Klemmen Sie alles mit kleinen Silbernadeln fest.
5. Um die Frisur auszugestalten, nehmen Sie zuerst die Nadeln heraus. Ziehen Sie das Haar mit Ihren Fingern lang.
6. Tou-
pieren Sie alles leicht mit einem grobzinkigen Kamm.
7. Drehen und locken Sie die einzelnen Abschnitte mit Ihren Fingern und stecken Sie sie mit Haarklammern um das Gesicht herum fest, um einen Marilyn-Monroe-Look zu formen.

7. Drehen und locken Sie die einzelnen Abschnitte mit Ihren Fingern und stecken Sie sie mit Haarklammern um das Gesicht herum fest, um einen Marilyn-Monroe-Look zu formen.



Wer mehr erfahren will über die Frisuren-Geheimnisse der Schönen und Reichen, sollte einen Blick in das aktuelle Buch von Robert Vetica werfen. Er zeigt auf 272 Seiten, was Frau wirklich schön macht: Erschienen im riva Verlag unter dem Titel: „Hair-Style – Die Beautygeheimnisse von Hollywoods Starfriseur“ zum Preis von 24,90 €



Laserbehandlung

Fältchenreiche, sonnengeschädigte Haut kann mit dem Laser geglättet werden. Besonders senkrecht stehende, kleine Fältchen rund um Ober- und Unterlippe, Krähenfüßchen und Fältchen im Stirnbereich sind für eine Laserbehandlung geeignet.

Die Behandlung

Die Haut sollte auf den Eingriff mit dem Laser durch spezielle Cremes vorbereitet werden. Nach Einleitung einer Herpesprophylaxe trägt der Arzt die oberflächlichen Hautschichten mit dem Laser ab, wobei es hier zu einer Verdampfung der Haut und nicht, wie beim Peeling, zu einer Verätzung kommt. Blutungen treten dabei in der Regel nicht auf, weil der Laserstrahl kleine Blutgefäße sofort verschließt. Werden nur Teilgebiete behandelt, ist eine örtliche Betäubung meist ausreichend, bei einer Fullface-Behandlung werden eine Vollnarkose und ein stationärer Aufenthalt von ein bis zwei Tagen empfohlen.

Nach der Behandlung

Nach dem Lasern ist die Haut gerötet und sie nässt. Der Arzt legt einen Salben- oder Folienverband an, der vier Tage lang getragen werden soll und nicht verrutschen darf. Nur so kommt es zu einer problemlosen Abheilung und Infektionen und Schorfbildungen

lassen sich vermeiden. Viele Ärzte verabreichen auch Antibiotika, um Infektionen zu vermeiden. In aller Regel heilt die Haut innerhalb von acht bis zehn Tagen ab und darf dann auch wieder geschminkt werden. Auf direkte Sonneneinstrahlung sollte man für circa sechs Monate nach dem Lasern verzichten und Sunblocker zum Schutz auftragen.

Komplikationen

Nässen, Rötungen und Schwellungen der Haut in den ersten Tagen sind normal. Die Rötungen können im Einzelfall auch manchmal über viele Wochen andauern. Kommt es zu Infektionen, oder ist der Laser in zu tiefe Hautschichten eingedrungen, können Narben zurückbleiben. Gelegentlich kommt es einige Monate nach dem Lasern zu einer Pigmentstörung, die man, wegen der Minderpigmentierung, „Alabasterhaut“ nennt. Die Faltenlaserung ist ein ernst zu nehmender chirurgischer Eingriff, der nur von sehr erfahrenen Fachleuten durchgeführt werden sollte.

Ausschlusskriterien

Sie sollten keine Laserbehandlung machen lassen, wenn Sie: ein sehr dunkler Hauttyp sind. Dunkle und schwarze Haut hat ein sehr hohes Risiko in Bezug auf Pigmentstörungen. Dies gilt auch für Menschen asiatischer Herkunft.

Facelifting

Operation

Die Operation wird in Vollnarkose durchgeführt. Auf Wunsch örtliche Betäubung. Die Ausdehnung eines Facelifts hängt, wie jede ästhetische Operation, vom individuellen Befund ab. Durch sorgfältig gewählte und mit dem Patienten abgestimmte Schnittführungen lassen sich wenig auffällige Narbenbilder erreichen. Bei der kleinsten Variante, dem Wangenlift, wird die Wangenhaut getrennt, von der darunter liegenden Muskelschicht gelöst und angehoben. Überschüssiges Gewebe kann entfernt oder zur günstigen Konturveränderung umverteilt werden.

Häufig bietet sich die Kombination mit einem Halslift und/oder einem Stirn-Brauenlift an. Dadurch kann ein harmonisches Gesamterscheinungsbild erreicht werden. Das Lifting erscheint natürlich und nicht wie operiert.

Alle Schnitte werden so geführt, dass sie bei guter Heilung später nur schwer erkennbar sind. Die Ergebnisse sind von langer Dauer.

Operationsdauer ca. 2 bis 4 Stunden.

Nach der Operation

| Haarwäsche am 2. Tag nach der Operation

| Am 7.–10. Tag nach der Operation Fädenentfernung und Wundkontrolle

| Anschließend können Sie wieder Make-up auftragen

| Volle gesellschaftliche Integration nach 2–3 Wochen

| Sonneneinstrahlung und Höhensonne für 6 Monate vermeiden

| Die Haare sollten 6 Wochen nach der OP nicht gefärbt werden.

Am Tag nach der Operation wird der Verband entfernt, dann sollte der Patient die Haut intensiv mit Feuchtigkeit spendenden Lotionen pflegen. Es ist für ein gutes Ergebnis sinnvoll, sich nach einer Facelifting-Operation 8 Tage zu schonen, auf dem Rücken zu schlafen, nicht zu lachen, nicht grimassieren und keine anstrengende Arbeit zu verrichten. Kleinere Blutergüsse bedürfen keiner Therapie, größere Blutergüsse müssen sofort dem Arzt gemeldet werden, damit diese behandelt werden können. Hauptsächlich während der ersten 24 Stunden kann es zu Störungen und Blutungen kommen, deswegen bleibt jeder Patient nach einem Facelifting stationär und wird dort intensiv beobachtet. Wenn nach 10 Tagen die Fäden gezogen werden, sind noch gewisse Schwellungen und Blutergüsse zu sehen, sodass empfohlen

wird, dass sich der Patient insgesamt 3 Wochen Zeit für eine Facelifting-Operation nimmt.

Nach der Operation keine Sonneneinstrahlung. Beim Ausziehen aufpassen, dass Pullis oder T-Shirts nicht über den Kopf gezogen werden. Ohrhinge sollten frühestens 4 Wochen nach der Operation wieder getragen werden. Schwimmen und leichte körperliche Anstrengungen sollten nie vor Ablauf von 4 Wochen nach einer Schönheitsoperation ausgeführt werden und ein halbes Jahr sollte man immer auf gefährliche Sportarten wie Fußball, Squash etc. verzichten. Intensive Erwärmung des operierten Gebietes durch Sonneneinstrahlung oder Sauna kann zu Rötungen und Hautveränderungen führen. Deshalb verzichten Sie ein halbes Jahr darauf. Ein guter Sonnenschutz ist in jedem Fall richtig – auch ohne Operation.

Man muss wissen, dass nach Schönheitsoperationen Wochen vergehen, bis das Operationsergebnis zu sehen ist. Es kann Monate dauern, bis Narben, Schwellungen oder ein taubes Gefühl im Bereich der Ohren verschwunden sind. Deshalb muss der Patient, der sich einer Schönheitsoperation unterzieht, geduldig sein und nach der Operation mindestens 6–12 Monate warten, bis er sich einem erneuten Eingriff unterziehen kann.

Mögliche Komplikationen

Komplikationen sind durch moderne Operations- und Narkosetechniken seltener geworden, wie bei jedem Eingriff bleibt aber auch bei Schönheitsoperationen ein gewisses Restrisiko. Gefürchtet sind Durchblutungsstörungen, die dazu führen können, dass Hautbereiche absterben. Raucher, deren Durchblutung oft eingeschränkt ist, müssen deshalb besonders intensiv beobachtet werden und sollten dringend das Rauchen einstellen. Zeichnen sich beginnende Durchblutungsstörungen ab, kann der Arzt mit Medikamenten gegensteuern.

Postoperativ kann es auch zu Nachblutungen kommen, die umgehend zu behandeln sind, damit die Wundheilung nicht gestört wird. Wie bei jeder Operation sind Infektionen möglich, weshalb viele Plastische Chirurgen beim Facelifting vorsorglich Antibiotika geben. Sensibilitätsstörungen und Spannungsgedühl, vor allem an den Ohren, treten relativ häufig auf, lassen aber mit der Zeit nach. Und natürlich hinterlässt das Lifting – wie jede andere Schönheitsoperation auch – Narben, die aber vom Chirurgen in der Regel so geschickt in oder hinter den Haaransatz gelegt werden, dass sie später kaum auffallen sollten.



Ohranlegung

Operation

Hinter dem Ohr wird ein kleiner Hautschnitt gelegt, der Ohrknorpel wird geformt oder teilweise entfernt, sodass es zu keinen erneuten Verformungen bzw. wiederum zum Abstehen des Ohres kommt.

Der Eingriff erfolgt in örtlicher Betäubung (ab dem 12. Lebensjahr) oder bei Kleinkindern in Vollnarkose.

Operationsdauer ca. 40 Minuten pro Seite.

Nach der Operation

| Nach 2 Tagen Entfernung des Verbandes, nach 10 Tagen der Fäden

| 4 Wochen nachts ein Stirnband tragen

| Etwa 3 Monate Vorsicht bei sportlichen Aktivitäten

| Nach 6 Monaten ist das Ohr stabil

Nach 10 Tagen werden die Fäden hinter dem Ohr entfernt. Danach gibt es keine Beeinträchtigung mehr. Der Patient sollte 4 Wochen lang nachts ein Stirnband tragen, damit das Ohr im Schlaf nicht versehentlich umschlägt. Bei Schmerzen oder Pochen im Ohr muss sofort der Arzt informiert werden. Haare sehr vorsichtig waschen, damit das Ohr nicht abgeknickt und die Wunde nicht zu sehr beeinträchtigt wird. Etwa 3 Monate mit Sport vorsichtig sein. Erst nach 6 Monaten ist das Ohr wieder so fest und so stabil, wie es vor der Operation war.

Mögliche Komplikationen

Schwellungen und leichte Nachblutungen sind möglich. Sollte es zu einem Pochen im Ohr oder gar Fieber kommen, muss der Patient umgehend den Arzt kontaktieren: Es könnte sein, dass sich die Wunde infiziert hat. Eine Infektion im frisch operierten Ohr kann zu unschönen Deformierungen führen und muss deshalb sofort konsequent behandelt werden.

Schönheit ist relativ –

Die Nase gestern, heute und in aller Welt

Auch in der ästhetischen Chirurgie gibt es eine Art Zeitgeist oder Mode, die einem ständigen Wandel unterliegt. Schönheit und Gesundheit sind Idealvorstellungen, die meist eng mit dem Glück verbunden sind. Jeder Mensch auf der Welt möchte gut aussehen, aber was schön ist, scheint von Ort und Zeit abhängig zu sein. Wissenschaftler haben für das Gesicht eine Hitliste der Schönheit erstellt. Die meisten Menschen wünschen sich ein schmales Gesicht, eine kleinere Nase und große Augen. Um dem Ideal näherzukommen, unterziehen sich in Deutschland die Menschen immerhin ca. 400.000 Schönheitsoperationen.

Noch größer ist der Impetus, sich einer ästhetischen Operation zu unterziehen, in Südamerika und in Asien. Dabei spricht man in Brasilien von einer gelungenen plastischen Operation, wenn deren Resultat deutlich im Gesicht erkennbar ist, die Nase z.B. deutlich verändert wurde. In asiatischen Ländern, wie Thailand, Vietnam, ist der häufigste Eingriff im Gesicht das Aufrichten des Nasenrückens, meist mit Kunststoff-Implantaten. Die Späne wachsen nie fest ein und neigen zur Abstoßung. Im orientalischen Gesicht kommt die Höcker- oder Höckerlangnase häufiger vor. Daher besteht hier der Wunsch meist in einer reduzierenden Nasenplastik mit Höckerabtragung.

In den 60er- und 70er-Jahren galten besonders die Trends aus USA als schick und Schönheitschirurgen formten vornehmlich kleine Stupsnasen, die alle relativ gleich aussahen. Vermutlich hat Hollywood maßgeblich zur Verbreitung beigetragen. Heute haben wir das Ziel, zu jedem Gesicht eine passende und individuelle Nase zu formen, wobei auch Mimik, Motorik und die gesamte Körpersprache eine Rolle spielen. Generell bewahrt eine etwas größere und individuell geformte Nase mehr Individualität und Personality. Das wird heute gewünscht und entspricht viel mehr dem modernen Menschen als der überkorrigierte Nasentyp. Es gibt drei verschiedene Grundformen der Nase: die kaukasische Nase, bei Menschen euro-amerikanischer Abstammung, die afrikanische und asiatische Nase. Daneben gibt es viele weitere ethnische Charakteristika. Aus eigener Erfahrung wünschen die

allermeisten Patienten eine Verfeinerung des Erscheinungsbildes ihrer Nase, z.B. eine Verschmälerung des Nasenrückens oder der -spitze, die Abtragung eines Höckers, oder eine Verkürzung oder Begradigung unter Bewahrung der Besonderheiten des Gesichtes. Der plastische Chirurg sollte die Fähigkeit haben, das Besondere und Einzigartige in einem Gesicht zu erkennen, zu bewahren und gegebenenfalls zu betonen. Kurioserweise geht es bei der Nasenkorrektur eigentlich nicht primär um die Nase, sondern darum, die Harmonie zwischen den einzelnen sogenannten ästhetischen Einheiten des Gesichtes zu verbessern. Und dabei spielt die Nase tatsächlich eine große Rolle. Allein die Veränderung der Stellung der Nasenspitze um nur 2 mm dreht den Winkel der Tangente, die man zwischen Nasenrücken und -spitze legen kann, um, und kann den Gesichtstyp völlig verändern.

In einer multikulturellen Gesellschaft, z.B. in Metropolen wie New York oder Berlin, entstehen aber tatsächlich neue, kosmopolitische Ideale. Menschen, die eine deutlich typverändernde Operation wünschen, sollten mithilfe einer virtuellen Operationsplanung genauestens beraten werden. Die Auswirkung einer Veränderung, z.B. der Nase, auf das Gesicht kann virtuell simuliert werden (siehe Abb.) und wichtige Entscheidungshilfen liefern. Die modernen Operationstechniken sind vielfältig und erfordern einen erfahrenen Chirurgen, der auf der Klaviatur der Möglichkeiten die jeweils richtige wählt und auch sicher umsetzen kann.

Autor:

Prof. Dr. Hans Behrbohm, Berlin

Autor des Buches Funktionell-ästhetische Chirurgie der Nase (Behrbohm/Tardy), einem der wichtigsten Standardwerke zur Nasenchirurgie weltweit, und Operateur von über 10.000 Nasen.

Nasenkorrektur

Operation

Der Eingriff in Vollnarkose erfolgt durch die Nasenlöcher, dadurch bleiben keine sichtbaren Narben zurück. Auch ein offenes Vorgehen mit einem kleinen Schnitt am Nasensteg ist üblich. Bei der Profilplastik erfolgt eine Harmonisierung der Gesichtszüge durch eine Nasen- und manchmal auch durch eine gleichzeitige Kinn-Korrektur.

Operationsdauer ca. 1–3 Stunden

Nach der Operation

Einlegen eines Silikonsplints für 3 Tage oder einer lokaleren Tamponade für einige Stunden

Nach 3–5 Tagen Wechseln des Gipses

Nach 8 Tagen Entfernung der Fäden (nur bei offener Technik)

Nach 2–3 Wochen keine gesellschaftliche Beeinträchtigung mehr

Beim Tragen von Brillen sollte der Optiker konsultiert werden. Er kann durch größere und weichere Nasenstege den Druck der Brille auf die Nase reduzieren. Eine Alternative sind Kontaktlinsen.

Für ca. 3 Wochen Sport, intensive Sonnenbestrahlung, Sauna und Höhensonne vermeiden

Die Operation ist normalerweise nicht mit großen Schmerzen verbunden. An den Tagen nach der Operation sollte die Nasenregion gut gekühlt werden. Eine weiche Kost ist zu bevorzugen. Die Nasenschleimhaut kann mit milden Ölen (z.B. Gelo-Sitin® Nasenpflege) gepflegt werden. Nicht heiß duschen, keine Sauna. Nach 3–5 Tagen wechselt der Operateur den Nasengips oder die Kunststoffschiene und legt einen zweiten

wiederum für 4–5 Tage an. Bei der folgenden Konsultation wird dem Patienten erklärt, wie ein Pflasterverband abends 4 Wochen nach der Operation als Dachziegelverband aufgetragen wird.

Mögliche Komplikationen

In den ersten beiden Wochen nach dem Eingriff kann es zu einer behinderten Nasenatmung kommen, weil die Schleimhaut noch geschwollen ist und Wundsekret absondert. Auch Nasenbluten ist möglich. Das ist jedoch nur zu erwarten, wenn die Nasenscheidewand mit korrigiert wurde, sonst kaum. Die Sensibilität an der Nasenspitze und Oberlippe, aber auch an der Nasenschleimhaut kann vorübergehend vermindert sein. Diese Gefühlsstörung bildet sich jedoch in der Regel von allein zurück. Verletzungen des Tränenkanals oder der Schädelbasis treten ebenso wie Defekte der Nasenscheidewand extrem selten auf.



Lidkorrektur

Untерlid

Operation

Die Unterlidkorrektur ist eine anspruchsvolle Operation. Soll ein Hautüberschuss entfernt werden, so erfolgt der Schnitt unterhalb der Wimpernreihe des Unterlides und ist recht schnell sehr unscheinbar verheilt. Wenn Tränensäcke vorliegen, kann ein Teil des Fettgewebes, welches die Ausstülpungen der Haut hervorruft, entfernt oder umverteilt werden. Damit erhält man ein optimales Ergebnis und die Haut wird vorsichtig gestrafft. Wenn das Lid sehr stark hängt, kann eine Straffung der Lidkante durch eine sogenannte Canthopexie sehr sinnvoll sein. Die Operation wird meist in Narkose ausgeführt, um ein ungestörtes Operieren für den Operateur und ein angenehmeres Umfeld für den Patienten zu erzeugen. Es ist oft ratsam, den Patienten für eine Nacht im Krankenhaus zu beobachten.

Nach der Operation

- | Entfernung des Pflasters nach 2 Tagen
- | 2 Tage leichte Kühlung
- | Fädenentfernung am 4. Tag
- | Nach 2–3 Wochen keine gesellschaftliche Beeinträchtigung mehr

Unmittelbar nach der Operation sollte der Patient für 24 Stunden kühlen. Nach 2 Tagen wird der Arzt das Pflaster abnehmen, Fäden werden 4 Tage nach der Operation entfernt. Mit einer Sonnenbrille können mögliche Blutergüsse versteckt werden. Beim Unterlid kann der Heilungsprozess etwas länger dauern (ca. 2–3 Wochen). Dies muss der Patient wissen, da er teilweise die blauen Flecken mit Camouflage-Make-up abdecken muss.

Oberlid

Operation

Die Oberlidkorrektur ist relativ einfach, dauert pro Seite ca. 20 Minuten und wird in örtlicher Betäubung durchgeführt. Nach der Oberlidkorrektur wird die Wunde mit einem ganz dünnen Faden versorgt und anschließend mit einem kleinen Pflaster verklebt.

Nach der Operation

- | Entfernung des Pflasters nach 2 Tagen
- | 2 Tage leichte Kühlung
- | Fädenentfernung am 4. Tag

Dieses Pflaster wird nach 2 Tagen entfernt. Nach 4 Tagen wird der kleine Faden entfernt. Falls Störungen in Form einer Blutung auftreten, passiert dies gelegentlich innerhalb der ersten 24 Stunden. Der Bluterguss muss dann behandelt werden. Um blaue Flecken, sofern vorhanden, zu verbergen, kann der Patient eine Sonnenbrille tragen. Nach 8 Tagen sind in der Regel der Großteil der Schwellungen verschwunden, sodass der Patient wieder Make-up auftragen und wieder arbeiten kann.

Mögliche Komplikationen

Hämatome (blaue Flecken) um die Augen sind nach dem Eingriff normal und bilden sich nach ein paar Tagen zurück. Sehr selten treten große Blutergüsse oder Nachblutungen auf, die behandelt werden sollten. Die zarte Lidhaut neigt zu Schwellungen, denen man mit Medikamenten und Kältebehandlung entgegenwirken kann. Reizungen der Bindehaut (z. B. durch Desinfektionsmittel) bilden sich meist spontan zurück. Achtung beim Kämmen und Haarewaschen, denn an der Haut darf wegen einer möglichen Wunddehiszenz (Auseinanderweichen der Wundränder) nicht gezogen werden. Bei Neigung zu auffälliger Narbenbildung sollte der Lidstrichbereich ca. 6 Monate mit Silikongel behandelt werden. Bei Überkorrektur kann es zu Störungen des Lidschlusses oder der Tränensekretion kommen. Falls sich der Lidschluss in den ersten Wochen und Monaten nach dem Eingriff nicht spontan bessert, kann operativ nachkorrigiert werden. Bei eingeschränktem Tränenfluss (Augentrockenheit) helfen Augentropfen.





Viele Promis helfen nach!

Für viele der Schönen und Reichen, deren Bilder uns täglich in Zeitschriften und Fernsehsendungen präsentiert werden, ist ihr Körper das wichtigste Kapital. Übergewicht, Falten und Hängebussen sind auf den roten Teppichen dieser Welt nicht wirklich gefragt und würden sich auf den Betroffenen in der Tat geschäftsschädigend auswirken. Nur wer eine jugendliche, vitale Ausstrahlung hat und dem gängigen Schönheitsideal ent-

spricht, kann seinen „Promi-Marktwert“ halten oder steigern. Was also tun, wenn der Zahn der Zeit nagt, die Schwerkraft deutlich zum Tragen kommt oder die Natur insgesamt nicht sehr gnädig war? Man bittet einen ästhetischen Chirurgen um Unterstützung. Einige Promis gehen durchaus offen mit diesem Thema um, andere würden selbst offensichtliche Eingriffe niemals zugeben.

Madonna & Co. investieren 6-stellig

Viele der Prominenten investieren aber nicht nur in Schönheitschirurgie. Nichts ist zu teuer oder zu aufwendig, wenn es dem perfekten Äußeren dient. Personaltrainer, Ernährungsberater, Privatköche, Visagisten, Kosmetiker, Hair-Stylisten, Typberater und sicher noch viele andere kümmern sich um die Stars. Die Zeitschrift InTouch berichtete, dass z.B. Madonna jährlich ca. 137.660 € in ihr Aussehen investiert. Bei Jennifer Aniston sollen es angeblich 136.550 € pro Jahr sein. Es scheint sich für die Damen auf jeden Fall zu rechnen – die zu erzielenden Gagen rechtfertigen auch exorbitante Investitionen. Das Wissen um den Aufwand, den „Promi“ betreibt, um nach Möglichkeit schöner als „Otto Normal“ zu sein, ist doch sehr beruhigend. Lässt es doch die Möglichkeit offen, dass die vermeintlich so Perfekten in Wirklichkeit nicht anders sind als wir.

Mickey Rourke

Nach Nasenkorrektur, Wangenimplantaten und Facelifting schwoll das Gesicht des Schauspielers während eines Fluges so stark an, dass eine frühzeitige Landung notwendig war. Rourke musste sich im Anschluss einer Not-OP unterziehen.

Chiara Ohoven

Erst geleugnet, dann doch zugegeben: Chiara Ohoven, Tochter der umstrittenen UNESCO-Botschafterin Ute Ohoven, erlitt einen Rückfall in die frühe Kindheit und ließ ihre Lippen nach Donald-Duck-Vorbild aufplustern.

Melanie Griffith

Für Melanie Griffith gabs eine neue Oberweite. Ganz nach dem Geschmack von Ehemann Antonio Banderas? Auch ihre Lippen sind immer wieder sehenswert.

Tori Spelling

Bekannt aus „Beverly Hills 90210“: Tori Spelling legte sich unters Messer – an Nase, Busen und Lippen.

Madonna

Noch immer kommt die Pop-Queen faltenfrei daher. Angeblich dank Beautytox: Pflegesubstanzen und Sauerstoff werden auf die Haut geschossen.

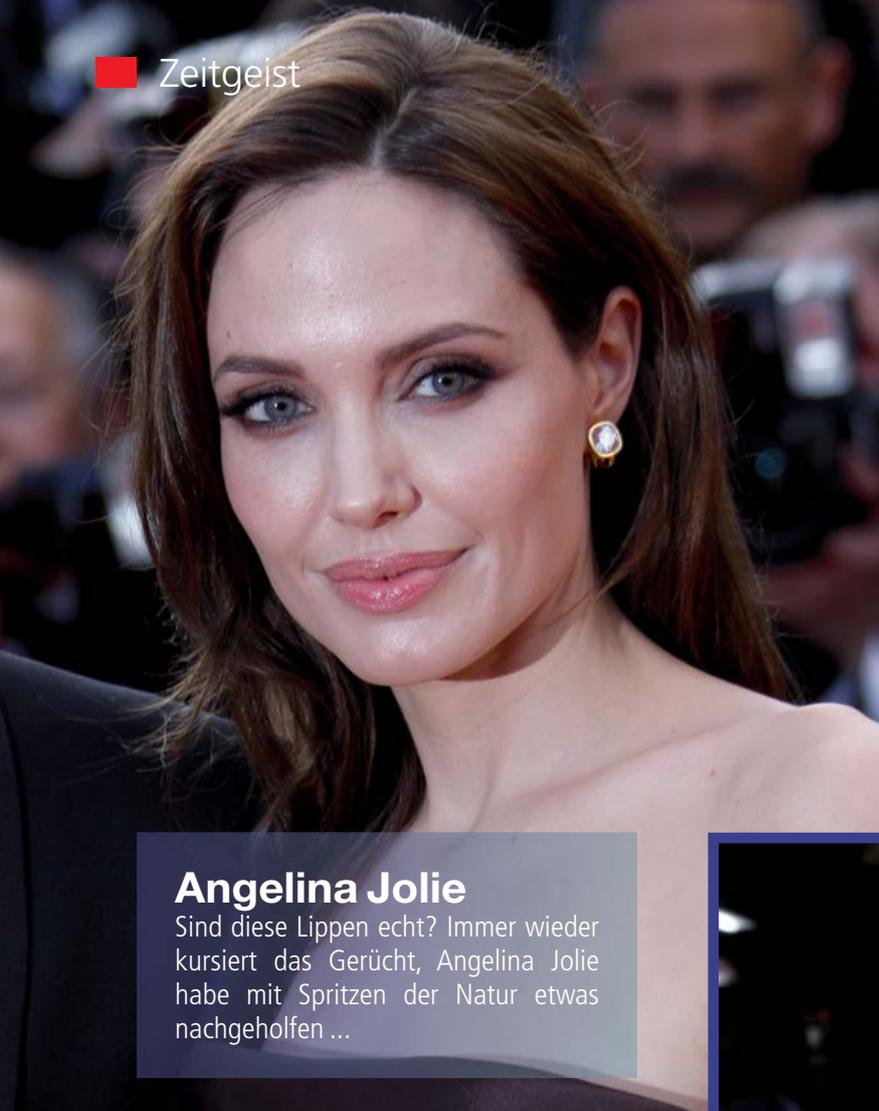
Michelle Pfeiffer

Goldenes Näschen: Michelle Pfeiffer ließ eine Nasenplastik über sich ergehen.





Madonna



Angelina Jolie

Sind diese Lippen echt? Immer wieder kursiert das Gerücht, Angelina Jolie habe mit Spritzen der Natur etwas nachgeholfen ...



Britney Spears

Donatella Versace

Welche Körperteile der Designerin entsprechen noch ihrem wahren Alter? Gesichtszüge erstaunlich glatt, Lippen prall.



Jennifer Lopez

Beneidet wird sie um ihren Po – der ist aber Natur. Es gehen allerdings Gerüchte um, dass sich die feurige Latina ihre Lippen aufspritzen und ihre Nase verschmälern ließ.



Drew Barrymore

Drew Barrymore

Drew Barrymore hat sich – man höre und staune – den Busen verkleinern und straffen lassen. Um von einer angeblichen Fettabsaugung und Nasenkorrektur abzulenken?



Cindy Crawford

Sie selbst halte nichts von Anti-Falten-Cremes, sagte das ehemalige Topmodel in einem Interview. Ihr Gesicht lässt sie sich lieber mit Vitaminspritzen, Botox und Collagen verjüngen. Ob das dem Verkauf ihrer eigenen Kosmetiklinie „Meaningful Beauty“ schadet, weiß man nicht.



Halle Berry

Als ob sie nicht auch so beneidenswert genug wäre: Halle Berry ließ sich die Augenpartie straffen.

Janet Jackson

Michael Jacksons kleine Schwester ließ sich angeblich Fett absaugen, die Nase verschönern und unterzog sich einer Brust-OP.

Liz Hurley

Bei der Schauspielerin sorgte ein Arzt an Lippen und Busen für Fülle.

Britney Spears

Pop-Sternchen Britney Spears hat ganz offensichtlich ihr Dekolleté mit Silikon aufgepolstert. Nach der Geburt ihrer beiden Söhne soll sich die Sängerin außerdem eine Fettabsaugung gegönnt haben.

Brust- korrektur

Die **Brustvergrößerung (Brustaugmentation)** ist eine Operation, die meist aus ästhetischen Beweggründen vorgenommen wird. Mithilfe von Implantaten aus Silikon kann dem Brusthügel eine harmonische Form gegeben werden. Es kann sich bei einer Brustvergrößerung allerdings auch um eine medizinisch indizierte Operation handeln. Nämlich unter anderem dann, wenn eine entstellende Fehlbildung der weiblichen Brust vorliegt. Dies ist beim Polandsyndrom, der tubulären Brustdeformität oder beim Amazonensyndrom der Fall. Liegen derartige Missbildungen vor, handelt es sich um eine Erkrankung im Sinne des Sozialgesetzbuches.

Brustvergrößerung (mit Implantaten)

Operation

Bei der Brustvergrößerung kann das Implantat über verschiedene Wege in den Körper eingebracht werden. Möglich sind z. B. Schnitte in der Achsel, am Rand des Brustwarzenhofs oder unterhalb der Brust, die je nach dem anatomischen Verhältnis der Patientin vorgenommen werden können. Der kleine Schnitt in der Brustumschlagfalte (4–6 cm) ermöglicht das schnelle und risikoarme Platzieren des Implantates und wird deshalb oft bevorzugt.

Auf Wunsch kann selbstverständlich das Implantat auch über die Achsel oder einen Brustwarzenrandschnitt eingesetzt werden. Das Implantat wird entweder unter das Drüsengewebe und oberhalb des Brustmuskels oder aber unterhalb des Brustmuskels eingebracht. Um spätere Komplikationen möglichst zu vermeiden, sind eine peinlich genaue Blutstillung und eine Spülung der Implantattasche mit einem Antiseptikum anzuraten. Eine Saugdrainage leitet Wundsekret ab. Die Wunde wird sorgfältig verschlossen und durch einen elastischen Verband gestützt.

Nach der Operation

- | Entfernung des Verbandes nach 7 Tagen
- | Nach 8 Tagen (falls notwendig) Fädenentfernung
- | 4 Wochen Sport-BH tragen, danach ist Sport wieder möglich





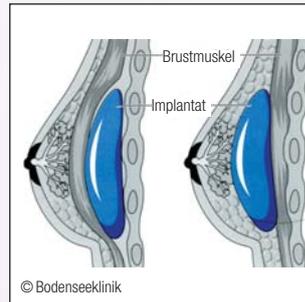
Nach der Operation bekommt die Patientin einen festen Tape-Verband und wird für 24 Stunden, d.h. eine Nacht stationär überwacht. Am ersten Tag nach der Operation wird der Verband kontrolliert und, falls keine Störungen vorliegen, kann sich die Patientin nach Hause fahren lassen. Den Verband nimmt der Arzt meist nach einer Woche ab. In den ersten 4 Wochen sollten ausladende Armbewegungen möglichst unterbleiben, um ein ungestörtes Einheilen des Implantats zu gewährleisten.

Mögliche Komplikationen

Wie bei jeder Operation kann es auch bei der Brustvergrößerung mit Implantaten prinzipiell zu Infektionen, Blutergüssen, Sensibilitätsstörungen, Wundheilungsstörungen (hier sind besonders Raucher betroffen), Thrombosen und möglicherweise daraus resultierende Lungenembolien (besonders bei langen Operationen und stark übergewichtigen Patienten) und natürlich Narbenbildung kommen. Stillen ist grundsätzlich auch mit einem Brustimplantat möglich.

In seltenen Fällen kann die Sensibilität der Brustwarze dauerhaft reduziert sein. Eine weitere mögliche Komplikation ist die Kapselfibrose.

Um jeden implantierten Fremdkörper bildet der Körper eine Kapsel, die in der Regel dünn und geschmeidig ist. Verdickt und verhärtet sich die Bindegewebshülle, kann es zu Schmerzen und unschönen Brustdeformationen kommen.



Diese Kapsel sollte nur operativ gespalten oder entfernt werden. Dabei ist der Austausch des Implantats vorgeschrieben. Diese Komplikation kann bald nach dem Eingriff oder auch erst viele Jahre später auftreten.

Die Wahrscheinlichkeit für das Auftreten einer Kapselfibrose ist heute mit modernen, texturierten Implantaten deutlich geringer als noch vor zehn Jahren.

Bruststraffung

Mit einer Bruststraffung kann die nach einer Schwangerschaft oder im Zuge des Alterungsprozesses erschlaffte Brust neu geformt werden. Wenn genügend Gewebe vorhanden ist, kann dies ohne die Implantation eines Brustimplantats erfolgen. Ist es jedoch zu einem Schwund des Fett- und Drüsengewebes gekommen, so kann mit einem Brustimplantat und gleichzeitiger Bruststraffung eine harmonischere Erscheinungsform der Brust erreicht werden.



Operation

Oft wird auch eine Bruststraffungsoperation mit einem Implantat verbunden, wenn die Patientin neben einer Straffung auch eine Vergrößerung der Brust wünscht. Meist sind jedoch bei Straffungsoperationen die Brüste groß und schlaff, sodass die Patientin eine Verkleinerung bzw. Reduktion der Brust und eine Straffung und Hebung der Brustwarzen wünscht.

Für die Bruststraffung stehen verschiedene Schnitttechniken zur Verfügung. Welches Verfahren dabei zum Einsatz kommt, hängt vom individuellen Befund der Patientin ab. Grundsätzlich wird das Verfahren mit den kleinsten Narben bei bester Verbesserungsmöglichkeit gewählt. Dabei erfolgt immer ein Schnitt um den Warzenhof, um die Brustwarze nach oben versetzen zu können. Ein weiterer, senkrechter Schnitt vom unteren Warzenhof durch die untere Hälfte des Busens ist oft sinnvoll, um der Straffung Halt zu verleihen.

Ein querer Schnitt in der Unterbrustfalte ist erforderlich, wenn viel überschüssige Haut zu entfernen ist. So erhält man eine schöne Brustform, muss jedoch ziemlich ausgedehnte Narben in Kauf nehmen. Manche Operateure verzichten auf den unteren Schnitt in der Hautumschlagfalte und setzen dadurch geringere Narben. Bei ausgefeilter Nahttechnik sind die zu erwartenden Narben oft wenig auffällig.

Nach der Operation

! Drainagen werden nach 24 Stunden gezogen

! Nach 8–10 Tagen erneuter Verbandwechsel

! 12 Wochen Tragen eines Sport-BHs

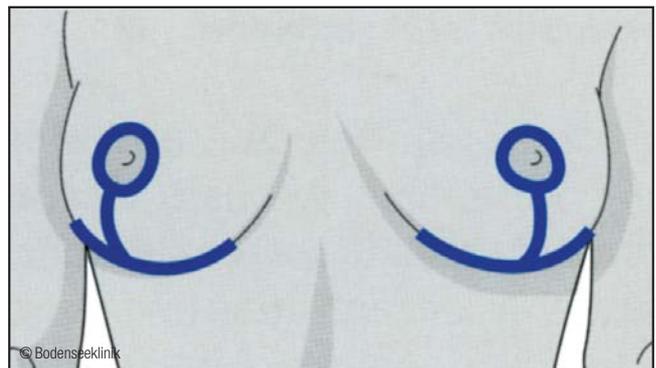
! Nach 12 Monaten Abschlusskontrolle

Nach der Operation bleibt die Patientin für 1–2 Nächte in stationärer Behandlung. Die Wunddrainagen werden, sofern er-

forderlich, nach 24 Stunden gezogen. Nach 8–10 Tagen wird der Verband gewechselt. Fäden müssen nicht entfernt werden, wenn selbstauflösendes Nahtmaterial verwendet wurde. Die Patientin trägt dann für 12 Wochen noch einen Sport-BH. Nach 12 Monaten wird die Abschlusskontrolle durchgeführt. Bei störenden Narben können diese durch verschiedene meist nicht operative Maßnahmen verbessert werden. In den ersten Wochen erscheint die Brust überkorrigiert, was jedoch gewünscht und von vorübergehender Dauer ist.

Mögliche Komplikationen

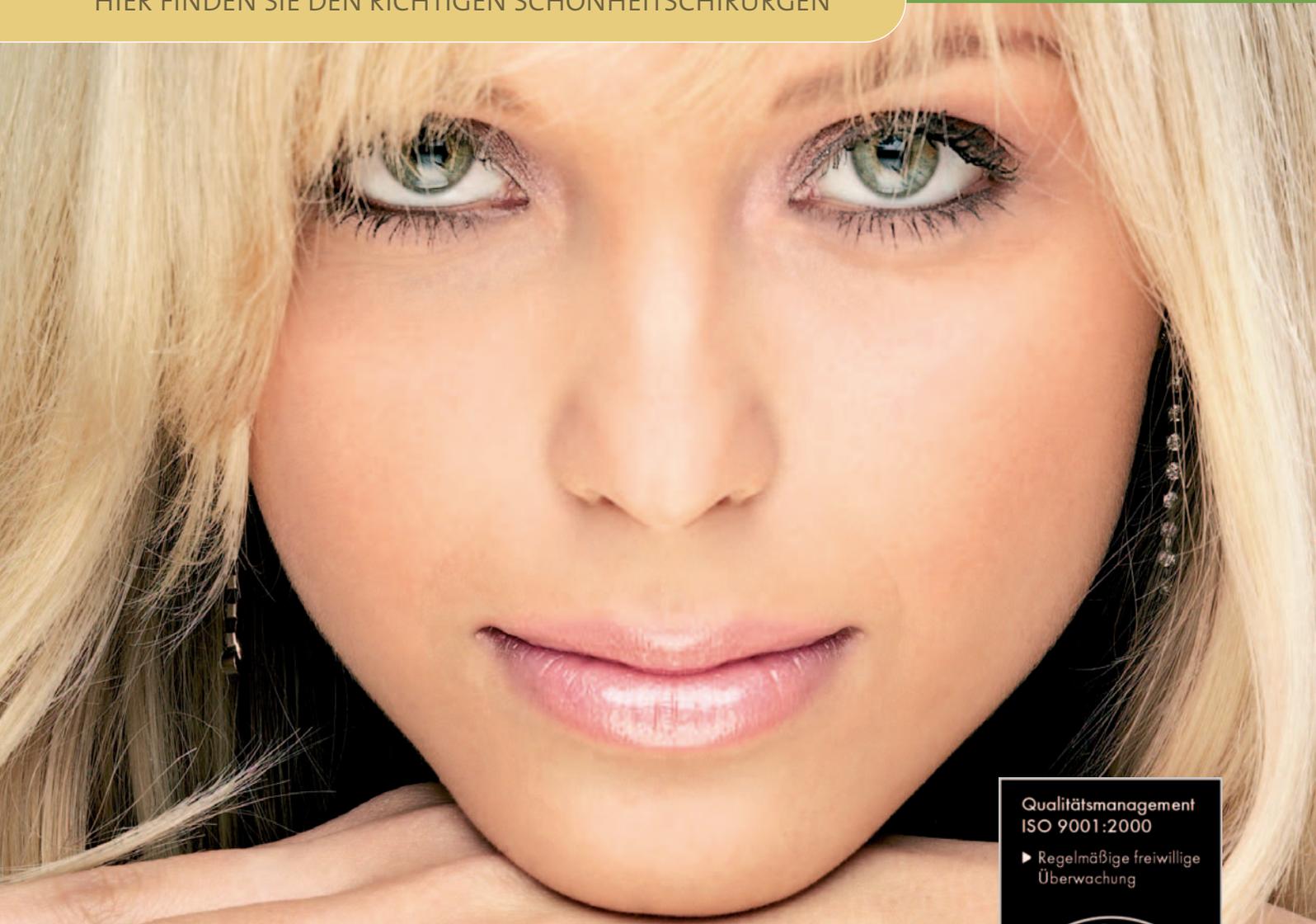
Spezielle Risiken einer Bruststraffung ergeben sich aus einem möglichen Verlust der Stillfähigkeit. Wie bei jeder Operation kann es auch bei der Bruststraffung prinzipiell zu Infektionen, Blutergüssen, Sensibilitätsstörungen, Wundheilungsstörungen (hier sind besonders Raucher betroffen), Thrombosen und möglicherweise daraus resultierende Lungenembolien (besonders bei langen Operationen und stark übergewichtigen Patienten) und natürlich Narbenbildung kommen.



Internationale Gesellschaft für Ästhetische Medizin e.V.



HIER FINDEN SIE DEN RICHTIGEN SCHÖNHEITSCHIRURGEN



DIE FACHGESELLSCHAFT FÜR SERIÖSE, ÄSTHETISCHE, PLASTISCHE
CHIRURGIE UND KOSMETISCHE ZAHNMEDIZIN

Qualitätsmanagement
ISO 9001:2000

► Regelmäßige freiwillige
Überwachung



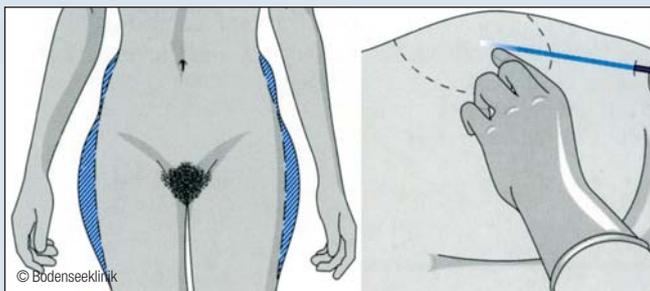
Geschäftsstelle:

Feldstraße 80 | D-40479 Düsseldorf
Tel.: +49-2 11/1 69 70-79 | Fax: +49-2 11/1 69 70-66
sekretariat@igaem.de
www.igaem.de

Vorstand IGÄM e.V.:

Präsident Prof. Dr. Dr. habil. Werner L. Mang
Vizepräsident Dr. Marian S. Mackowski
Schatzmeister Prof. Dr. Dr. Eckhard Dielert
Schriftführer Dr. Mark A. Wolter

Fettabsaugung



Operation

Bei der sogenannten „Nassabsaugung“ (Tumeszenz) werden große Mengen von Elektrolytlösung, Adrenalin und zusätzlich bei Bedarf ein Lokalanästhetikum in die sogenannten Problemzonen eingespritzt (bis zu sechs Liter). Nach einer Einwirkzeit, in der die Blutgefäße des betroffenen Gebietes verengt werden, wird das Fett mit feinen Saugkanülen (2–4 mm Dicke) abgesaugt.

Das Fett fließt durch den Sauger ab, ohne wesentlichen Blutverlust. Ob die Operation unter örtlicher Betäubung oder in Vollnarkose erfolgen sollte, hängt von der Ausdehnung der zu behandelnden Areale und der Verfassung des Patienten ab. Ihr Arzt wird Sie hierzu ausführlich beraten. Es sollten ambulant nicht mehr als 2 Liter Fettgewebe abgesaugt werden. Bei größeren Mengen ist eine stationäre Überwachung für eine, manchmal zwei Nächte sehr zu empfehlen.

Das Verfahren ist sehr zeitaufwendig, jedoch rechtfertigen die Ergebnisse die Methode, denn nicht nur die abgesaugten Problemzonen können entfernt werden, sondern auch die Haut strafft sich wieder, sofern eine Restelastizität vorhanden ist.

Nach der Operation

14–6 Wochen Kompressionsmieder Tag und Nacht tragen

1 Nach 7 Tagen Bewegungsfähigkeit nicht mehr eingeschränkt

1 Nach 4 Wochen keine gesellschaftliche oder sportliche Einschränkung mehr

Die kleinen Stiche werden fein vernäht. Die Nähte werden nach 7 Tagen entfernt. Zur Verbesserung der Wundheilung ist ein Kompressionsmieder für 4–6 Wochen Tag und Nacht zu tragen. Sport ist nach 4 Wochen wieder möglich. Der Besuch der Sauna oder des Solariums sollten aber besser erst nach 3 Monaten erfolgen. Nach größeren Absaugungen, besonders an den Beinen, sollte eine Thromboseprophylaxe zu Hause erfolgen.

Mögliche Komplikationen

Gleichwohl die „Tumeszenztechnik“ sehr gute Ergebnisse erzielt, ist es auch eine Operation, die mit Risiken behaftet ist. Ein gewisses Risiko stellt die Betäubung dar (Lokalanästhesie in großen Mengen birgt die Gefahr von Herz-Kreislauf-Störungen).

Bei Operationen in Vollnarkose kann auf das örtliche Betäubungsmittel verzichtet werden. Wie bei jeder Operation kann es zu Infektionen, Blutungen und Narbenbildung kommen. Die Infektionsgefahr kann man durch die Einnahme von Antibiotikum minimieren, die Narbenbildung ist aufgrund der sehr kleinen Schnitte, die nur verklebt werden, ebenfalls sehr gering.

In seltenen Fällen kam es bei Fettabsaugungen zu Thrombosen und Embolien kommen – bei Patienten, die zu Embolien und Thrombosen neigen, sollte keine Fettabsaugung vorgenommen werden. Unregelmäßigkeiten der Hautkontur können trotz sorgfältigster Absaugung bei komplizierten Verläufen entstehen.

Oberarm- raffung

Operation

Hier wird ein Schnitt von der Achselhöhle bis zum Ellenbogen geführt, die überschüssige Haut entfernt und so das Gewebe gerafft. Dabei werden oft sehr große Hautareale entfernt, sodass gerade bei dieser Operation der Straffungseffekt sehr gut ist und auch sehr lange anhält. Die dabei entstehende lange Narbe ist bei guter Narbenbildung nach einiger Zeit recht unauffällig, bei schlechter Narbenbildung kann sie allerdings sehr störend sein.

Nach der Operation

Der Patient wird 24 Stunden überwacht und kann am nächsten Tag nach Hause gehen. Das Tragen eines speziellen Tapeverbandes an den Oberarmen ist nach der Operation sinnvoll. Nach 8 Tagen kann der Patient beruflich und gesellschaftlich seinen Verpflichtungen wieder nachgehen.

Mögliche Komplikationen

Auch bei der Oberarmraffung kann man Komplikationen wie Nachblutungen, Infektionen etc. nicht ausschließen. Relativ häufig kommt es zu einem leichten Lymphstau im Bereich der Operationsnarbe, deshalb wird eine manuelle Lymphdrainage für 2 bis 3 Wochen empfohlen. Lange Narbe, die bei schlechter Narbenbildung störend sein kann.



Oberschenkelstraffung



Operation

Die Operation wird in Narkose durchgeführt. Es erfolgt ein Schnitt, der in der Regel vom Gesäß bis zur Leiste reicht. Überschüssiges Fettgewebe wird abgesaugt und abgetragen und dann der Hautfettlappen gerafft. Die überschüssige Haut wird entfernt, sodass es nach der Operation zu einem strafferen Erscheinungsbild im Bereich der Oberschenkelinnenseite kommt. Die Operation wird während eines 3- bis 6-tägigen stationären Aufenthaltes durchgeführt.

Nach der Operation

Der Patient trägt für 4 Wochen eine spezielle Miederhose. Postoperativ sollte für eine Woche ein geeignetes Antibiotikum eingenommen werden. Durch eine Operation kann eine Straffung im Bereich der Oberschenkel erzielt werden. Man muss jedoch wissen, dass nach der Operation die Oberschenkel durch Gym-

nastik und Sport trainiert und die Narben ein bis zwei Monate gut gepflegt werden müssen, damit sie möglichst wenig sichtbar bleiben.

Mögliche Komplikationen

Wie bei allen operativen Eingriffen kann es auch bei einer Oberschenkelstraffung zu Infektionen, Blutergüssen, Sensibilitätsstörungen, Wundheilungsstörungen (hier sind besonders Raucher betroffen), Thrombosen und möglicherweise daraus resultierende Lungenembolien (besonders bei langen Operationen und stark übergewichtigen Patienten) und natürlich Narbenbildung kommen. Wundheilungsstörungen sind nach einem solchen Eingriff nicht selten, sodass der Patient nach Möglichkeit 6 Tage zur Beobachtung in der Klinik bleiben sollte. Da die Haut im Bereich des Oberschenkels einer starken Zugkraft unterliegt, entstehen hier leider oft recht störende Narben.

Bauchdeckenstraffung

Operation

Bei einer Bauchdeckenstraffung verläuft die gewählte Schnittführung im Bereich der Bikinizone quer über den Unterbauch – vom linken Beckenvorderrand bis zum rechten Beckenvorderrand. Anschließend wird die gesamte Bauchdecke bis zum Rippenbogen gelöst. Der Nabel wird umschnitten, damit er in der ursprünglichen Form und an der richtigen Stelle erhalten bleibt. Meistens werden bei dieser Operation ca. 15 cm breite Hautbezirke entfernt. Wenn sehr große Hautbezirke gestrafft werden, z.B. nach erheblicher Gewichtsreduktion, kann es zu einer Hautentfernung von teilweise bis zu 70 cm Breite kommen und das entfernte Fettgewebe kann bis zu 10 kg wiegen. In solchen Fällen kann der sonst eher minimale Blutverlust groß sein und es wird dann empfohlen, 4 Wochen vor dem Eingriff Eigenblut zu spenden, damit nicht auf Fremdblut zurückgegriffen werden muss.

Nach der Operation

| 3–4 Tage stationäre Behandlung

| 4–6 Wochen spezielles Kompressionsmieder tragen

| Nach 6 bis 8 Wochen Bauchgymnastik, Schwimmen etc.

Der Patient bleibt für 3 bis 4 Tage in stationärer Behandlung und wird in der Regel einmalig mit einem Antibiotikum behandelt, damit keine Infektion entsteht. Ebenfalls ist eine Thrombose- und Embolieprophylaxe notwendig. Unbedingt erforderlich ist ein Kompressionsmieder, welches noch für vier bis sechs Wochen nach der Operation konsequent zu tragen ist. Nach 6–8 Wochen Bauchgymnastik, Schwimmen etc.

Mögliche Komplikationen

Thrombosen und Embolien sollte durch Bewegung der Beine und Füße sowie das Tragen von Thrombosestrümpfen vorgebeugt werden. Weil die Wundfläche sehr groß ist, kann es zu Nachblutungen kommen. Ein Absterben des Nabels, Infektionen und Wundheilungsstörungen sind prinzipiell mögliche Komplikationen. Bei einer guten Wundheilung ist die Narbe ästhetisch nicht störend, jedoch bei Wundheilungsstörungen oder Narbenbildung durch den Patienten kann eine breite, ästhetisch störende Narbe zurückbleiben.



Haartransplantation

Operation

Die Haartransplantation wird in örtlicher Betäubung durchgeführt und dauert je nach Behandlungsumfang 2–4 Stunden. Für die Haartransplantation entnimmt der Operateur einen Haarstreifen aus dem dichten Haarkranz am Hinterkopf. Diese Entnahmestelle wird präzise und fein vernäht und ist unmittelbar danach durch das darüber fallende Deckhaar nicht mehr sichtbar. Auf diesem Spenderhautlappen befinden sich mehrere tausend Haarfollikel. Das Spenderareal wird nun in sorgfältiger Feinarbeit in kleinste Transplantate zerlegt. Sogenannte Mikrotransplantate enthalten nur 1–2 Haarfollikel. Minitransplantate enthalten 3–4 Haarfollikel. Während Assistenten die winzigen Transplantate präparieren, bereitet der Chirurg die Empfangsstelle vor. Die entstandene Mischung aus Mini- und Mikrotransplantaten wird nun in das Empfängerareal implantiert. Dazu bedient sich der Operateur entweder der Schlitz- oder der Lochtechnik.

Nach der Operation

- | Nach 3 Tagen können die Haare gewaschen werden
- | Nach etwa 7–14 Tagen sind Verkrustungen abgefallen

In der Empfängerstelle wachsen die Haarfollikel innerhalb weniger Tage an und produzieren nach 3 Monaten kontinuierlich neues

Haar. Eine Transplantatzahl zwischen 400 und 1.500 sichert, je nach Größe des zu behandelnden Areals, eine ausreichende Transplantationsdichte pro Flächeneinheit und damit eine sehr gute optische Wirkung.

Die neu implantierten Haare können nach der Abheilungsphase zunächst ausfallen, ein zuverlässiges, kontinuierliches Haarwachstum setzt wenige Monate nach der Operation ein. Durch die moderne OP-Technik ist kein Verband erforderlich. Sichtbare Narben verbleiben nicht.

Mögliche Komplikationen

Kunsthaar, das man früher häufiger verwendete, wurde vom Körper oft abgestoßen. Entzündungen und Narben waren die Folge. Heute arbeitet man in der Regel mit Eigenhaartransplantaten, bei denen Abstoßungsreaktionen praktisch nicht vorkommen.

Allerdings können etwa 2 Tage nach der Operation Schwellungen im Stirn- und Augenbereich auftreten, die das Haarwachstum aber nicht beeinträchtigen.

Gefühlsstörungen oberhalb der Spendenregion und im Implantationsgebiet sind häufig, vergehen aber nach einigen Monaten von selbst. Sollte die gewünschte Haardichte nicht erreicht werden, kann nach frühestens 3 bis 6 Monaten erneut transplantiert werden.



DERMAROLLER® - Microneedling – ein neuer Ansatz zur Narbentherapie

Nehmen wir an, tagtäglich muss bei einem Promille der deutschen Bevölkerung nach Unfall oder Operation eine Wunde von ca. 6 cm Länge verschlossen werden. Das sind fast fünf Kilometer Narben, Tag für Tag! Nimmt man die gesamte „westliche“ Bevölkerung (Europa und Nordamerika) mit rund 730.000 Millionen Menschen, messen die Narben aneinandergereiht den Umfang des Äquators, 40.000 Kilometer – jeden Tag einmal um die Welt!

Narben, der sichtbare Endzustand einer Heilung, führen in der Medizin ein Schattendasein, zumal sie sich in den meisten Fällen als therapieresistent (behandlungswiderspenstig) erweisen. Die Schulmedizin ist in Sachen Narben fast hilflos und kommentiert die Therapieaussichten mit: „Sehr schwierig!“ Wie schrieben 2004 Worret et al. im Deutschen Ärzteblatt so treffend: ... um sie (die Narben) klinisch unauffälliger zu machen ... Trotzdem wird nur eine Gentherapie in der Zukunft eine vollständige Wiederherstellung erreichen können.“

Was bisher alles versucht wurde, um die bohrenden Patientenfragen zu beantworten und den Bitten nach einer Narbenverbesserung nachzukommen, finden Sie in unserer Narbentherapie-Tabelle auf unserer Website <http://www.dermaroller.de/> Narbenbehandlung

Die Mikronadel – ein Korrektiv?

Offensichtlich verbirgt sich hinter dem Wort Mikro, dem Kleinen, das Geheimnis – ähnlich der „Dosis“ von Paracelsus. Wir, damit meine ich viele mit dem Dermalroller praktizierende Ärzte und unser Unternehmen, haben (noch) keine abschließende Erklärung dafür, welchen Einfluss winzige Nadeln, mit einem Durchmesser von ca. 0,1 mm, auf den lebenden Organismus in allen Einzelheiten haben. Aber es ist nicht mehr von der Hand zu weisen, dass Mikronadeln auf Funktionsstörungen der Haut eine

„regulierende“ Wirkung ausüben: Hyperpigmentierung baut sich ab, eingesunkene Narben füllen sich auf, hypertrophe Narben reduzieren sich. Das sind Fakten, die weltweit mit einer dreiviertel Million eingesetzter Dermaroller untermauert werden. Weitere Forschungen mit Fachleuten auf dem Gebiet der Stammzellforschung und Zellbiologie werden in Zukunft sicher noch viele Fragen beantworten.

Die nachfolgend geschilderten Zellvorgänge beruhen auf zahlreichen, sorgfältig recherchierten wissenschaftlichen Arbeiten, die sich mit der Wundheilung, der Collagen-Induktions-Therapie und der Gen-Expression (Gen-An- und -Ausschaltung) beschäftigten. Wir haben uns lediglich bemüht, für den Laien das Thema etwas leseverdaulich aufzubereiten.

Was wissen wir über das Microneedling mit dem Dermaroller®?

Das Microneedling stimuliert Hautzellen zur Reproduktion (Proliferation). Das Eindringen von Mikronadeln, seien sie noch so dünn, registrieren die rund 200 Nervenrezeptoren/cm² der Haut als eine Verletzung, zumindest als einen Verletzungsreiz. (Verletzungen werden als Trennung von Gewebzusammenhängen definiert, die aber bei Mikronadeln gar nicht erst entstehen können.) Dieser Reiz, man kann ihn auch Alarmreiz nennen, wird an die umgebenden Zellen des Einstichkanals auf elektrischem Weg weitergeleitet –, nicht weit, ca. 0,5 bis 1 mm. Auch wenn die atraumatischen (nicht verletzenden) Mikronadeln nachweislich kein Gewebe zerstören, läuft trotzdem die Kaskade des Wundheilungsprozesses ab – vielleicht etwas alteriert. Hautstammzellen und andere nicht differenzierte Zellen werden durch elektrische Signale und elektromagnetische Felder stimuliert, sich zu teilen und neue Zellen, wie Fibroblasten, die wahren Architekten der Haut, eilen zum Wundverschluss. (Diesen eindrucksvollen Vorgang haben u.a. Minh Zao et al. unter dem Mikroskop festgehalten.) Dort synthetisieren Fibroblasten neue Collagenfasern zum Verschluss der (angeblichen) Wunde. Salopp gesagt: Wären Fibroblasten und ihre Collagenfasern Feuerwehrmänner, würden sie sich bei Ankunft an der „scheinbaren“ Verletzungsstelle sehr wundern: Es ist keine Wunde da, denn der Stichkanal von rund 0,1 mm im Durchmesser wurde durch die Elastizität der Haut längst verschlossen. Da sich Collagenfasern nicht mehr zurückverwandeln können, bleibt ihnen nichts anderes übrig, als sich in das bestehende Hautgerüst zu integrieren, ungewollt verstärken sie es. Dass dieses Eingliedern in das Collagennetz aber geordnet vonstatten geht und nicht in einer Narbe endet, dafür sorgen gewisse Wachstumsfaktoren, man kann sie auch Wachstumsbefehle nennen. Übrigens stimuliert das Microneedling dieselben Transformationsfaktoren (TGF β 3), die dafür sorgen, dass sich die Verletzung eines Embryos im Mutterleib narbenfrei verschließt.

Gene

Wir meinen, dass Prof. Worret und seine Kollegen mit der „Gentherapie“ der Wahrheit recht nahe gekommen sind, doch anders, als sie sich das vorgestellt haben. Die noch gar nicht solange ent-



deckte Epigenetik sagt uns, dass nichts auf dieser Welt wirklich starr und für immer festgelegt ist, und auch unsere Gene unterliegen äußerlichen Einflüssen, sei es durch chemische oder elektrische Einflüsse. Das Zauberwort heißt in diesem Fall: Gen-Expression durch Mikronadeln des Dermarollers®.

Ein Beispiel für das Zusammenspiel von Mikronadeln und Genen

Wir wissen, dass sich mit zunehmendem Alter die Stammzellen der Haut und Epidermis immer langsamer teilen, ihre Produktion verringert sich, die Haut wird dünner und damit faltiger. Aber auch in der Epidermis, die über keine Blutgefäße und Nerven verfügt, kommt es zur Gen-Expression, wenn sie durch sehr feine und kurze (0,1–0,2 mm) Nadeln (ohne jeden Wirkstoffzusatz) stimuliert wird. Die Produktion von Keratinozyten, aber auch die Vermehrung von Collagen VI und VII, die Verbindungs-Collagene zwischen Epidermis und Dermis, wird wieder angekurbelt – und zwar deutlich. Diesen Nachweis haben Lilli Fan und Don Owen erbracht und 2010 in Atlanta/USA auf dem Internationalen „Congress for Microneedling“ vorgestellt.

Weitere ausführliche Information über Narben finden Sie auf unserer Website <http://www.dermaroller.de/Narbenbehandlung>

Wo liegt die Zukunft des Microneedlings?

Wir wissen es nicht. Aber wir wissen, dass das Geheimnis um die Dinge im Kleinen, im oft Unscheinbaren liegt. Im Grunde genommen folgt man dem Prinzip der Simplizität, sind die Dinge recht einfach, man muss sie nur erkennen. Wir wissen um die Zellinformation durch Chemotaxis und Elektrotaxis. Wir wissen auch, dass selbst winzige Stahladeln über ein elektrisches Potenzial verfügen und elektrisch gesteuerte Zellvorgänge beeinflussen können. Wir wissen aber nicht, um Goethe zu zitieren, welche Kraft die Dinge im Innern zusammenhält, das, was man Leben nennt. Aber wir wissen, dass das Potenzial der Mikronadel gerade erst einmal therapeutisch „angekratzt“ ist. Dazu sei nur so viel aus der jüngsten Forschung berichtet: Pharmazeutische Wirkstoffe oder moderne Impfstoffe, transdermal und nur Bruchteile von Millimetern (0,2 mm sind bereits ausreichend) in die Haut eingebracht, können eine Immunreaktion auslösen, die dreißig bis fünfzig Mal und höher ist als herkömmliches Impfen mit der Nadel. Dendritische Zellen und Lymphbahnen sind die Transporteure neuer und wesentlich nebenwirkungsfreier systemischer Verabreichung – wir werden berichten ...

Surfen – ein einzigartiges Lebensgefühl



Es ist ein heißer Sommertag, die Brandung des Meeres ist schon von fern zu hören und der Wind bläst so stark, dass es die Sonnenbrille schwer hat, auf der Nase zu bleiben. Eigentlich sollte man bei diesem Wetter im Schatten eines Baumes ein kühles Getränk zu sich nehmen. Doch es gibt einige Orte auf der Welt, da ist genau diese stürmische Witterung optimal, um mit einem schnittigen Board elegant auf meterhohen Wellen zu reiten und das einzigartige Lebensgefühl von grenzenloser Freiheit zu genießen. Wie man diese sowohl abenteuerliche als auch zum Teil gefährliche Lifestyle Sportart nennt? Surfen!

Wir haben uns etwas in der Welt des Surfens umgeschaut und stellen im Folgenden drei der berühmtesten und gleichzeitig attraktivsten Hotspots für die Freunde der gigantischen Wellen vor.



Die Nähe zu Afrika und die geschichtsträchtige Umgebung geben Andalusien ein besonderes Flair. Dieses wunderschöne Fleckchen Erde ist nicht nur

wegen der Geburtsstätte des Flamencos und des Stierkampfes weltbekannt, sondern gehört auch zunehmend zu den prächtigsten Surfgebieten Europas. Die Strände zwischen Tarifa und Cadiz haben die besten und beständigsten Wellen zum Surfen und laden im Frühjahr und Herbst zum abenteuerlichen Wellenreiten ein. Gerade einmal zwölf Kilometer liegen zwischen Andalusien und Afrika und sorgen bei ruhendem Wind für einen fantastischen Blick zum gegenüberliegenden Kontinent, welchem man auch gerne per Fähre und Motorboot einen kleinen Besuch abstatten kann.

Weitere Infos unter:

<http://andalucia.costasur.com/de/surf.htm>



Schon seit einigen Hundert Jahren surfen die Hawaiianer auf der Welle. Das ist auch kein Wunder, da das Surfen hawaiianischer Nationalsport ist

und die pazifische Insel alles zu bieten hat, was das Surferherz begehrt: Extreme Wellenberge an der Nordküste von Oahu für eingefleischte Profis und seichte Strömungen im Süden Waikikis für Badenixen, Sonnenanbeter und zahlreiche Übungsmöglichkeiten für Surfneulinge.

Außerdem gibt sich alljährlich die Crème de la Crème aller Surfer anlässlich des „Triple Crown of Surfing“ Mitte November die Ehre, an den verschiedensten Wettbewerben teilzunehmen und ihren besten Wellenreiter zu küren. Mit waghalsigen Stunts und einer berauschten After-Show-Party ist das Event eines der exzellentesten Shows auf Hawaii und sollte bei einem Besuch auf der Insel keinesfalls verpasst werden.

Weitere Infos unter:

<http://www.to-hawaii.com/de/surfen.php>



Im sonnenverwöhnten Australien mit seinen endlosen Stränden ist das Leben wunderbar entspannt und erholend.

Vor allem für Freunde des Wellenreitens bietet das riesige Land unzählige erstklassige Surfstrände. So findet man im Osten Australiens beispielsweise die Gold Coast, welche sich südlich von Brisbane an der australischen Ostküste befindet. Im Westen, in der Nähe der Weltmetropole Sydney, empfiehlt sich der allseits bekannte Bondi Beach. Nach Feierabend und insbesondere am Wochenende verfallen die arbeitenden Großstädter regelrecht in einen Surf-Wahn, holen ihr Brett heraus, reiten auf gigantischen Wellen durch das Wasser und genießen zum Abschluss eines erfolgreichen Tages einen exotischen Cocktail an einer der vielen Strandbars.

Weitere Infos unter:

<http://www.downunder-dago.de/113/Allgemeine-Informationen/Surfen-Australien.html>

Klein, aber oho!

Weltweit zeichnet sich ein Trend immer deutlicher ab: Der Lebensmittelpunkt vieler Menschen verlagert sich in den meisten Ländern mehr und mehr auf einige wenige Ballungszentren. Wer an wirtschaftlichem Aufschwung und finanziellem Wohlstand partizipieren möchte, ist nicht selten gezwungen, in die bereits übervollen Metropolen zu ziehen und erhält auf diesem Wege, neben den angenehmen, auch einige weniger schöne Dinge gratis dazu. Eines der größten Probleme ist zweifelsfrei der Verkehrskollaps vieler Großstädte. Ein einmal gefundener

Parkplatz wird ungern wieder aufgegeben – wer einen ergattern konnte, freut sich wie über einen Lottogewinn. Auf diesen Umstand hat die Autoindustrie reagiert. Es gibt heute diverse Hersteller, die den Wunsch nach einem Auto, das auch in der kleinsten Lücke Platz findet, bedienen können. Diese „fahrenden Einkaufstaschen“ erfreuen sich immer größerer Beliebtheit, bieten sie doch, neben der größeren Chance auf einen Parkplatz, auch noch eine kostengünstige Alternative zu größeren fahrbaren Untersätzen.

Fiat 500: Der Urenkel auf Sympathieoffensive

Er war einer der Kleinsten und weckt noch heute die größten Emotionen. Kaum ein anderes Auto ist mit so vielen positiven Erinnerungen verbunden wie der Fiat 500. Er zog 1957 aus, um die Herzen einer ganzen Generation zu erobern. Exakt 50 Jahre später knüpft der Urenkel des italienischen Kult-Automobils an diese Sympathieoffensive an. Der neue Fiat 500 sorgt für gute Laune und strahlt ebenso viel Pfiifigkeit aus wie sein historisches Vorbild. Gleichzeitig beschreitet der neue Fiat 500 in vielen Bereichen ebenso innovative Wege, wie es der geniale Entwurf

des Ingenieurs Dante Giacosa vor fünf Jahrzehnten tat. Er wird von einem Ausstattungs- und Zubehörprogramm begleitet, das in Vielfältigkeit, Innovation und Kombinationsmöglichkeiten mit knapp 500.000 unterschiedlichen Versionen einzigartig ist. Ein pfiifiger und innovativer Kompaktwagen, dessen Styling schon die erste Auszeichnung gewonnen hat: den AutoBild Design-Award. Für den SLK stehen verschiedene Motorisierungen zur Verfügung – alle mit einer Gemeinsamkeit: Sie machen jede Fahrt zu einem bewegenden Erlebnis. Alle Motoren begeistern durch ein agiles Ansprechverhalten und spürbare Fahrdynamik, unabhängig von der Jahreszeit.



MINI One: Der Name ist Programm

Für Autofahrer, die auch im Kleinwagen-Segment nach Fahrspaß, innovativer Technologie und Qualität auf höchstem Niveau verlangen, bietet MINI die weltweit attraktivste und vielfältigste Modellpalette. Als weltweit erster und nach wie vor einziger Anbieter von eigenständig entwickelten Premium-Kleinwagen begeistert die britische Traditionsmarke sogar auf dem chinesischen Automobilmarkt eine stetig wachsende Zahl besonders anspruchsvoller Kunden. 2011 präsentiert MINI nicht nur das aktuell

nochmals erweiterte Produktangebot, sondern darüber hinaus auch die bislang exklusivste Möglichkeit, MINI typischen Fahrspaß zu erleben sowie eine spektakuläre Vision für die Zukunft der urbanen Mobilität.



MINI One:

Technische Daten*

Länge	3.723 mm
max. Gepäckvolumen	keine Angaben
KW/PS	55/75
Hubraum	1.598 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	175 km/h
Verbrauch Ø	5,4 l
Preis	ab 15.550 €

Fiat 500

Technische Daten*

Länge	3.546 mm
max. Gepäckvolumen	keine Angaben
KW/PS	51/69
Hubraum	1.242 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	160 km/h
Verbrauch Ø	5,1 l
Preis	ab 11.400 €

Smart: Kürzer ist keiner...

Schnell mal in die Stadt, dort entspannt parken und am Ende stressfrei nach Hause – der smart fortwo coupé bietet urbane Mobilität mit Komfort, Agilität, Sicherheit und Ökologie. In Europa ist der Smart längst zum Kult avanciert. Nach neun Jahren ist nun die zweite Generation auf dem Markt. Auf den ersten Blick sind die Veränderungen kaum zu erkennen, obwohl



ein Längenzuwachs um knapp 20 Zentimeter vorgenommen wurde. Die kommen der Sicherheit und dem Fahrkomfort zugute. So nimmt der Neue nun Fahrbahnunebenheiten weit we-

niger unbeholfen auf als der Vorgänger. Erwachsen wurde der Smart auch im Innenraum. Vorbei ist die Zeit der Playmobil-Landschaft. Nur die aufgesetzten Armaturen erinnern noch an die erste Generation.

Smart

Technische Daten*

Länge	2.695 mm
max. Gepäckvolumen	340 l
KW/PS	45/61
Hubraum	999 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	145 km/h
Verbrauch Ø	4,3 l
Preis	ab 10.190 €

Toyota iQ: ... aber viel länger ist der auch nicht

Der iQ stellt traditionelle Denkweisen auf den Kopf und definiert damit die Anforderung an ein Stadtfahrzeug völlig neu – eine Gattung, an die angesichts des steigenden Individualverkehrs und des wachsenden Umweltbewusstseins immer höhere Ansprüche gestellt werden. Der iQ trifft genau den Puls urbaner Fahrkultur: Er bietet Platz für vier,



eine außergewöhnlich reichhaltige Ausstattung, beeindruckenden Komfort und

maximale Sicherheit – Vorzüge, die man bislang nur aus höheren Fahrzeugklassen kannte. Zwei Innendesigns setzen individuelle Akzente.

Toyota iQ

Technische Daten*

Länge	2.985 mm
max. Gepäckvolumen	295 l
KW/PS	50/68
Hubraum	998 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	150 km/h
Verbrauch Ø	4,4 l
Preis	ab 11.900 €

Citroën C1: Ein sympathisches Auto mit allem, was man braucht

Mit dem C1 bietet Citroën ein kompaktes Auto mit attraktiven Design und gutem Platzangebot an. Der auf einer modern konzipierten Plattform basierende Stadtwagen hat alles, was in dieser Kategorie erwartet wird – verbrauchsarme Motoren



ebenso wie die jüngsten Errungenschaften der Sicherheitstechnik. Das äußere Erscheinungsbild des als Dreitürer und Fünftürer lieferbaren C1 ist betont dynamisch. Im Inneren bietet der C1 vier Sitzplätze und für

ein von außen so kompaktes Auto erstaunlich viel Platz. Der zu einem erschwinglichen Preis angebotene C1 ist dank seiner begrenzten Wartungskosten und seiner verbrauchsarmen Triebwerke auch im Betrieb sparsam.

Citroën C1

Technische Daten*

Länge	3.435 mm
max. Gepäckvolumen	712 l
KW/PS	50/68
Hubraum	998 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	157 km/h
Verbrauch Ø	4,6 l
Preis	ab 9.900 €

Chevrolet Spark: Ein trendiger Partner für die Stadt

Der neue Spark kombiniert einen starken Auftritt mit einer umfangreichen Serienausstattung, vielen Extras und einem attraktiven Preis-Leistungs-Verhältnis.



Äußerlich knackig kompakt bietet er einen funktionalen und großzügigen Innenraum mit Platz für fünf Erwachsene. Top-Qualität in puncto Verarbeitung und ein cleveres Design machen ihn zu einem

der sichersten, komfortabelsten und praktischsten Autos seiner Klasse.

Chevrolet Spark

Technische Daten*

Länge	3.640 mm
max. Gepäckvolumen	568 l
KW/PS	50/68
Hubraum	995 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	154 km/h
Verbrauch Ø	5,1 l
Preis	ab 9.140 €

Hyundai i10: Alles drin was Spaß macht

Den neuen i10 gibt es in zwei verschiedenen Ausstattungen. Sie überzeugen durch eine umfangreiche Komfort- und Sicherheitsausstattung, durch hohe Flexibilität sowie durch niedrigen Verbrauch. Schwer zu sagen, welches der vielen liebevoll gestalteten Details den Hyundai i10 so attraktiv macht. Die großen, lang gezogenen Klarglas-Scheinwerfer? Die markant ausgearbeitete Heckpartie? Oder doch eher das schwungvolle Gesamtdesign? Ein echtes Highlight ist sicherlich die große Flexibilität im neuen

Hyundai i10. Denn dank seiner umklappbaren Rücksitzbank wird der Kleinste im Handumdrehen zu einem echten Raumwunder mit Ladefläche. Und mit seinem



Kofferraumvolumen zeigt er, dass er im Grunde ein ganz Großer ist. Dank seiner modernen Motoren ist er nicht nur ein echter Umweltschützer, sondern auch ein Sparfuchs. Als 1.2 Benziner bringt es der neue Hyundai i10 sogar auf einen vorbildlich niedrigen Gesamtverbrauch von 4,6 l/100 km und auf lediglich 108 g/km CO₂-Emission. Gut für Sie – schlecht für Ihren Tankwart.

Hyundai i10

Technische Daten*

Länge	3.585 mm
max. Gepäckvolumen	225 l
KW/PS	51/69
Hubraum	1.086 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	156 km/h
Verbrauch Ø	4,7 l
Preis	ab 10.290 €

Daihatsu Cuore: So kompakt kann Größe sein

Der Cuore ist so konzipiert, dass er auf Anhieb mit einer Mischung aus Komfort und Funktionalität überzeugt: mit einem überraschend großen Innenraum, in dem man sich sofort wohlfühlt. Mit einfacher, intuitiver Handhabung. Mit neuester Sicherheitstechnik. Mit geringem Verbrauch. Und ganz nebenbei

noch mit dynamischem, ausgewogenem Design. Der Cuore zählt zu den ganz Großen, obwohl er bei seiner Einführung vor 30 Jahren als kleinster 5-Türer der Welt galt. Doch



wahre Größe kommt von Innen. Er kann nicht nur mit großzügigem Platzangebot, sondern auch mit komfortabler Innenausstattung punkten.

Daihatsu Cuore

Technische Daten*

Länge	3.470 mm
max. Gepäckvolumen	414 l
KW/PS	51/70
Hubraum	998 cm ³
Höchstgeschwindigkeit	160 km/h
Verbrauch Ø	4,4 l
Preis	ab 9.490 €

* alle Angaben ohne Gewähr

Volle Lippen – Erotik im Trend

Zu einem schönen Mund gehören aber selbstverständlich auch schöne, sinnliche Lippen. Für die unter uns, die damit nicht von der Natur gesegnet wurden, gibt es heute vielfältige Möglichkeiten, hier ein wenig nachzuhelfen.



25 Prozent aller Frauen hätten gerne einen erotischen Schwellmund. Hier liefert Hollywood ganze Hundertschaften an Vorbildern. Kaum ein weiblicher Filmstar, der der Natur heute nicht ein wenig auf die Sprünge hilft. Auch in Deutschland wächst die Nachfrage für Lippenunterspritzung stetig. Sogar 2% der Männer können sich eine Lippenkorrektur vorstellen. Häufigster Grund: Die eigenen Lippen werden als zu dünn und zu schmal empfunden – dies lässt das Gesicht streng und verkniffen wirken. Der Eingriff dauert nur 20–30 Minuten und ist relativ unkompliziert. Mithilfe einer Kanüle werden, unter örtlicher Betäubung, die jeweiligen Füllstoffe Punkt für Punkt in die Lippen gespritzt. Die Kosten für einen solchen Eingriff hängen vom gewählten Füllmaterial ab und können zwischen 400 € und 1.500 € betragen.

Die Füllmaterialien

Die Füllstoffe können in zwei Gruppen eingeteilt werden – natürlich abbaubare Stoffe oder aber nicht abbaubare Kunststoffe. Am häufigsten werden Lippen mit Biomaterialien wie Kollagen und Hyaluronsäure aufgepolstert, die auch natürlicherweise im menschlichen Körper vorkommen. Der Vorteil dieser Stoffe ist die recht gute Verträglichkeit (bei Kollagen sollte vor Anwendung dennoch auf jeden Fall ein Allergietest gemacht werden, da etwa 3% der Patienten allergisch reagieren). Will man ganz auf Nummer sicher gehen, so können die Lippen auch mit Eigenfett unterspritzt werden, das vorher z.B. am Bauch, Po oder Oberschenkel entnommen wird. Dies ist wegen des notwendi-

gen zweiten Eingriffs auch die teuerste Variante, die Lippen zu verschönern. Der Nachteil aller Biomaterialien ist die Tatsache, dass der Körper sie über kurz oder lang wieder abbaut (Abbauzeit je nach Füllstoff zwischen drei Monaten und einem Jahr). Das bedeutet, will man seine vollen Lippen langfristig behalten, muss die Behandlung in regelmäßigen Abständen wiederholt werden.

Vorteil: gute Verträglichkeit

Nachteil: begrenzte Haltbarkeit

Die Lippenunterspritzung kann auch mit nicht abbaubaren Materialien erfolgen. Hier gibt es die Möglichkeit, Lippen z.B. mit Kunststofffäden aufzupolstern. Weitere Materialien sind z.B. Aquamid, Dermalive oder Goretex. Der Vorteil dieser Produkte: Sie werden nicht vom Körper abgebaut und erhalten somit langfristig die Form der Lippen. Dies birgt aber auch Risiken, da eine Entfernung z.B. bei allergischen Reaktionen oder nachträgliche Korrekturen äußerst schwierig sind. Weitere Risiken können die Gefahr von permanenten Entzündungen, Verhärtungen, Farbveränderungen der Haut, Abstoßungsreaktionen, Beeinträchtigungen der Gesichtsmimik oder auch ein verändertes ästhetisches Empfinden sein. Vielleicht entsprechen sehr volle Lippen in 15 Jahren nicht mehr dem aktuellen Schönheitsideal. Viele Experten raten von diesen Produkten ab.

Vorteil: unbegrenzte Haltbarkeit

Nachteil: hohe Risiken

Die Risiken

Im Vergleich zu anderen Schönheitschirurgischen Eingriffen sind die Risiken bei Lippenunterspritzungen relativ gering (Risiken, die von den Füllstoffen ausgehen können, siehe oben). Da die Behandlung nur unter örtlicher Betäubung vorgenommen wird, fällt das Narkoserisiko weg. Dennoch sollte man unbedingt darauf achten, dass man sich einem erfahrenen Behandler anvertraut, da sich ein Behandlungsfehler, wie z.B. ungleichmäßig unterspritzte Lippen, nicht verdecken lässt. Wird zu viel Füllmaterial gespritzt, können die Lippen leicht wie ein „Gummiboot“ wirken. In seltenen Fällen leiden manche Patienten einige Wochen unter einem Taubheitsgefühl der Lippen.

Empfehlung

Man sollte sich vor einer Lippenunterspritzung umfangreich darüber informieren, welches Füllmaterial im individuellen Fall verwendet werden soll und welcher Behandler über ausreichend Erfahrung auf diesem Gebiet verfügt.

Info

Auch immer mehr Zahnärzte bieten diese zusätzliche Dienstleistung an oder arbeiten mit Schönheitschirurgen zusammen, da naturgemäß Zähne und Lippen einen schönen Mund ausmachen.



Die Profis können's besser

Gesund von A bis Zähne

Gesunde, schöne Zähne und gesundes Zahnfleisch ein Leben lang – mit der richtigen Prophylaxe kann jeder dieses Ziel erreichen!

Je früher man mit der Prophylaxe beginnt, umso eher können Eingriffe durch den Zahnarzt vermieden werden. Gerade in der Zahnmedizin ist es möglich, Erkrankungen zu vermeiden oder frühzeitig zu erkennen, bevor sie zu gravierenden Problemen führen. Das Ergebnis vieler Studien: Nur die regelmäßige Prophylaxe bei einer Mundhygienikerin kann die Zähne gesund und schön erhalten!

So hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass die regelmäßige Zahnreinigung in der Praxis durch speziell geschulte Assistentinnen eine unverzichtbare Ergänzung zur Mundhygiene zu

Hause ist, auf dem Weg zu lebenslang gesunden Zähnen. Dazu gehören neben der klassischen professionellen Zahnreinigung alle zurzeit vorhandenen mikrobiologischen Untersuchungsmethoden und neueste Techniken der Kariesdiagnostik.

Was ist die professionelle Zahnreinigung?

Gegen hartnäckige bakterielle Zahnbeläge kommt auch die gewissenhafteste Zahnpflege nicht an. Deshalb gibt es die professionelle Zahnreinigung. Mit dieser Behandlung werden sämtliche harten und weichen Beläge sowie bakterielle Ablagerungen beseitigt, Karies und Zahnbetterkrankungen diagnostiziert und schon im Keim erstickt. Das ist die effektivste Vorbeugung!



„ Liegen keine besonderen Umstände vor, genügen zwei Sitzungen pro Jahr. “

Wie wird's gemacht

Am Anfang der Behandlung wird die Mundhöhle gründlich untersucht. Danach werden die Beläge auf den Zahnoberflächen, in den Zahnzwischenräumen und in den Zahnfleischtaschen mit speziellen Instrumenten sichtbar gemacht und entfernt. Gerade diesen Bereich erreicht man beim Zähneputzen zu Hause nur schwer. Auch Verfärbungen durch Kaffee, Tee oder Zigarettenkondensat werden mit dieser Behandlung beseitigt.

Sind die harten Beläge entfernt, kommen die weichen Ablagerungen an die Reihe. Dazu werden verschiedene Handinstrumente, kleine Bürstchen und Zahnseide benutzt. Weil Bakterien sich zuerst an rauen Stellen und in Nischen festsetzen, folgt als Nächstes die Politur, um die Zähne zu glätten. Anschließend werden die gereinigten Zahnflächen mit einem Fluorid-Lack überzogen. Das schützt die Zahnoberflächen vor den Säureattacken der Mund-

bakterien. Zwar ist in fast jeder Zahnpasta Fluorid enthalten, in der Praxis aber dürfen höher konzentrierte und damit besser wirksame Fluoridprodukte eingesetzt werden. Zum Schluss wird der Patient zur richtigen Zahnpflege daheim beraten und Verbesserungsmöglichkeiten erläutert.

Wie oft sollte professionelle Zahnreinigung durchgeführt werden?

Liegen keine besonderen Umstände vor, genügen zwei Sitzungen pro Jahr. Wenn Sie aber schon mal eine Parodontitis hatten oder aktuell haben, sollten Sie je nach Schwere alle drei Monate zur professionellen Zahnreinigung kommen. Auch Patienten mit Zahnersatz oder Veneers sollten diese Behandlung alle drei Monate durchführen lassen, um ihre Versorgung so lange wie möglich zu erhalten.

Gesunde, schöne Zähne und gesundes Zahnfleisch ein Leben lang – mit der richtigen Prophylaxe kann jeder dieses Ziel erreichen. Genauso, wie Sie Ihre Wohnung einmal im Jahr einer gründlichen Reinigung unterziehen, sollten Sie dies auch mit Ihren Zähnen tun. Gesunde, schöne Zähne und gesundes Zahnfleisch ein Leben lang – mit der richtigen Pflege kann jeder dieses Ziel erreichen. Eine professionelle Zahnreinigung können Sie allerdings nicht selber vornehmen. Hier sollte man auf-



Mehr Lebensqualität durch schöne Zähne ...

... DGKZ – Deutsche Gesellschaft für Kosmetische Zahnmedizin e.V.

Wer könnte sich Claudia Schiffer oder Heidi Klum, abgesehen von ihren sonstigen Attributen, mit schiefen Zähnen oder gar mit einer Zahnlücke vorstellen? – Sandra Maischberger ohne ihr charmantes Lächeln? – Oder Frauenschwarm Brad Pitt, wie allgemein bekannt ein starker Raucher, mit nikotingelben Zähnen? Es gibt wohl kaum einen Promi, der den Kameras nicht ein strahlendes Lächeln schenken könnte, obwohl sicher die wenigsten von Mutter Natur damit bedacht wurden.

Schöne Zähne sind heute kein Privileg der Promis mehr. Die moderne Zahnmedizin bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, neben den funktionellen und medizinischen Aspekten, auch das ästhetische Erscheinungsbild deutlich zu verbessern. Es geht nicht mehr nur darum, Hilfe im Falle von akuten Schmerzen zu erhalten, heute ist der Zahnarzt auch Dienstleister, der das Selbstwertgefühl und Wohlbefinden verbessern kann und dies in angenehmer Ambiente, unter Einsatz von modernen und schonenden Behandlungsmethoden.

Die Deutsche Gesellschaft für Kosmetische Zahnmedizin ist eine zahnärztliche Fachgesellschaft mit dem Schwerpunkt innovativer, kosmetisch/ästhetischer Behandlungslösungen. Sie informiert ihre Mitglieder durch Fachpublikationen und Fortbildungen über den aktuellen Stand der Wissenschaft und Technik und bietet so eine gute Basis für Behandlungserfolge.

Darüber hinaus können sich auch interessierte Patienten zu den verschiedenen Therapiegebieten und Möglichkeiten der kosmetischen Zahnmedizin informieren. Die Patientenhomepage der DGKZ bietet aber noch mehr:

Zahnarzt-Suchmaschine unter www.dgkz-info.de

Neben vielen interessanten Informationen zu den Therapiemöglichkeiten der kosmetischen Zahnmedizin bietet die Patientenplattform der DGKZ auch eine Zahnarzt-Suchmaschine. Unter www.dgkz-info.de finden Sie einen Behandler in Ihrer Nähe, der kosmetische Zahnmedizin anbietet. Wenden Sie sich an einen unserer erfahrenen Zahnärzte – er wird Sie bei Ihrem Wunsch nach schönen Zähnen unterstützen.



DGKZ
Deutsche Gesellschaft für
Kosmetische Zahnmedizin

Startseite | Über DGKZ | Therapiegebiete | News | Kontakt | Zahnarzttauche | Impressum

info

Herzlich willkommen

Mehr Lebensqualität durch schöne Zähne

Wir freuen uns, dass Sie die Patientenplattform der DGKZ aufgesucht haben und möchten Sie ganz herzlich willkommen heißen.

Mit dieser Internetpräsenz speziell für Patienten möchten wir die Möglichkeiten der modernen Zahnmedizin aufzeigen und für Patienten verständlich erklären. Neben vielen interessanten Informationen zu verschiedenen Therapiegebieten, hilft Ihnen eine Suchmaschine, einen Zahnarzt in Ihrer Nähe zu finden, der die gewünschte Behandlung in seinem Leistungsspektrum anbietet.

Zur Beantwortung weiterer Fragen und für ein individuelles Beratungsgespräch empfehlen wir Ihnen, sich an einen unserer erfahrenen Zahnärzte zu wenden.

Ihre Deutsche Gesellschaft für Kosmetische Zahnmedizin e.V. (DGKZ)



DENTAL DESIGN



Oliver Reichert di Lorenzen

in Kooperation mit

Dr. Jürgen Wahlmann



Herr Dr. Wahlmann



Herr Reichert di Lorenzen

*Es sind Charakter und Souveränität, die uns bewegen,
es sind Individualität und Stil, die uns begeistern,
es ist das Aussehen, das uns betört, es ist das Lachen, das uns verführt.
Dr. Jürgen Wahlmann & Dental Design. Schöne Zähne.*

Ästhetische Versorgungen sind in aller Munde, aber nur selten kann das Resultat überzeugen. Um den hohen Anspruch der Kunden/Patienten gerecht zu werden, benötigt man ein Team von Spezialisten. Herr Dr. Wahlmann hat sich auf internationalem Niveau weitergebildet und seine ästhetischen Kenntnisse am Rosenthal Institut der Universität New York perfektioniert.

Auf der Suche nach der perfekten Technik trafen sich Herr Dr. Wahlmann und Herr Reichert di Lorenzen (Zahntechniker und Inhaber von Dental Design Reichert GmbH) auf dem Weltkongress für Ästhetik. Zusammen behandeln Sie das anspruchsvolle Klientel von Hamburg aus. Die erste Kontaktaufnahme beginnt in einer weißen Villa an der Alster. Hier findet die Beratung und Visualisierung der zukünftigen Arbeit statt, wobei nichts an eine Zahnarztpraxis erinnert, denn hier nimmt man sich Zeit und auf Wunsch wird sogar Champagner gereicht.

Die zahnmedizinischen Leistungen finden in der modernen, nahe gelegenen Esthetica Klinik ihre Perfektion.

Das Team Dr. Wahlmann & Reichert di Lorenzen hat sich auf ästhetische Komplettsanierungen spezialisiert. Hier erhalten die Kunden/Patienten keine neuen Kronen und Brücken sondern Zähne, wie man sie sonst nur bei Hollywoodstars sehen kann.

Die außergewöhnliche Vorgehensweise ermöglicht den Patienten schon vor Beginn der Behandlung eine Visualisierung der zukünftigen Arbeit. Dies stellt eine große Entscheidungshilfe für den Patienten dar.

DR. JÜRGEN WAHLMANN

ESTETICA CLINIC (im Spitaler Hof) | Kurze Mühren 1 | 20095 Hamburg | Tel.: 0 40/40 18 58 58 | Fax: 0 40/40 18 58 57 |

Gebührenfreie Hotline: 0800/1 90 60 90 | info@estetica-clinic.com | www.estetica-clinic.com

DENTAL DESIGN

Gurlittstraße 10 (An der Alster) | 20099 Hamburg | Tel.: 0 40/85 37 00 37 | Fax: 0 40/85 37 00 38 | Gebührenfreie Hotline: 0800/1 90 60 90 |

www.dentaldesignreichert.de

Die schöne neue Welt der Zähne

Die Zahnmedizin bietet heute eine Vielzahl von Möglichkeiten, unser Selbstwertgefühl und Wohlbefinden zu verbessern. Die Zeiten, als der Zahnarztbesuch der Horror schlechthin war, sind Gott sei Dank vorbei. Moderne Praxen bieten heute in der Regel ein angenehmes Ambiente, ohne den früher so verhassten typischen Zahnarztgeruch, und die modernen Behandlungsmethoden sind viel schonender und

schmerzärmer geworden. Es geht nicht mehr nur darum, Hilfe im Falle von akuten Schmerzen zu erhalten, heute ist der Zahnarzt auch Dienstleister, der vielfältige Möglichkeiten bietet, das äußere Erscheinungsbild maßgeblich zu verbessern. Eine kurze Erläuterung zu den Therapiemöglichkeiten der modernen Zahnmedizin finden Sie auf den folgenden Seiten.

Bleaching



Als Bleaching bezeichnet man den Aufhellungsprozess der Zähne, der oftmals unter Zuhilfenahme von Wasserstoffperoxid erfolgt. Hierbei werden die Verfärbungen aus dem Zahn herausgelöst (wie Sie das auch vom Blondieren beim Friseur kennen). Gebleicht werden kann jeder gesunde Zahn, der keine kariösen Defekte oder Zahnstein aufweist. Dem Bleichen sollte eine professionelle Zahnreinigung vorausgehen, da die Zähne frei von Belägen sein müssen. Wir unterscheiden zwei Arten des Zähnebleichens: Beim „Home-Bleaching“ fertigt der Zahnarzt vom Gebissabdruck Kunststoffschienen an. Diese füllt der Patient zu Hause mit Bleichgel und trägt sie an mehreren Tagen für einige Stunden.

Die andere Variante ist das sogenannte „In-Office-Bleaching“ beim Zahnarzt. Hier ist es oft innerhalb von weniger als einer Stunde möglich, die Zähne mithilfe einer Lichtquelle zu bleichen und somit schneller zum gewünschten Ergebnis zu gelangen. In der Regel können gesunde Zähne um mehrere Nuancen aufgehellt werden.

Zahnschmuck

Ein neuer Trend, sein Lächeln mit einem besonderen Akzent hervorzuheben, ist Zahnschmuck. Ob Goldplättchen, Diamanten oder kleine Schmucksteinchen – die Auswahl ist schier unendlich. Angebracht wird das gewünschte Objekt vom Zahnarzt, der den betreffenden Zahn vorher gründlich reinigt und die Auflagefläche ätzt. Nach einer gründlichen Desinfektion wird der Schmuck mittels Spezialkleber angebracht und hält bei guter Pflege ungefähr ein Jahr. Diese Art von Zahnschmuck ist völlig unbedenklich. Wer nicht ganz so viel Aufwand betreiben möchte, kann auch zu Zahn-Tattoos greifen. Die können selber angebracht werden. Allerdings halten sie nicht länger als 24 Stunden.



Laser

Laser arbeiten mit gebündeltem Licht und sind in unterschiedlichsten Gebieten der Zahnmedizin einsetzbar. Die meisten Patienten empfinden die Behandlung mit einem Laser als weniger belastend und schmerzärmer. So lassen sich Zahnwurzeln sterilisieren oder Karies bei kleinen Löchern schonender und selektiver entfernen als mit einem Bohrer. In der Parodontaltherapie kann man die verursachenden

Keime effektiver bekämpfen und Gewebe für Schleimhauttransplantationen schneiden. Auch zum Bleichen der Zähne ist der Laser einsetzbar. Die im Bleichgel enthaltenen Kristalle werden aktiviert und die Verfärbungen herausgelöst.

Bildquelle: elexxion GmbH



Kosmetische Zahnkorrektur

Ein gerades Gebiss wünscht sich jeder von uns. Doch längst nicht alle Patienten möchten eine herkömmliche Zahnspange tragen, um eventuelle Fehlstellungen zu korrigieren. Gerade im Erwachsenenalter wünschen sich die meisten Patienten eine „unsichtbare“ Lösung. Mittlerweile gibt es tatsächlich verschiedene

Möglichkeiten, kosmetische Zahnkorrekturen von der Umwelt weitestgehend unbemerkt vorzunehmen. Die wohl bekannteste ist „Invisalign®“ – eine unsichtbare Zahnspange.



Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3

Ihr Zahnarzt fertigt einen Abdruck Ihrer Zähne. Mittels moderner Computertechnologie wird die Korrektur digital berechnet und durchsichtige Kunststoffschienen, die alle 2 Wochen durch leicht variierte, neue Schienen ausgetauscht werden, bringen Sie sozusagen unsichtbar dem gewünschten Ergebnis näher. Eine andere Möglichkeit ist die sogenannte „Lingualtechnik“: Sie kennen Brackets als kleine, aufgeklebte und mit dünnen Drähten verbundene Plättchen an der Außenseite der Zähne, die im Volksmund auch „Gartenzaun“ genannt werden. Bei der Lingualtechnik wird dieses Verfahren ebenfalls ange-

wandt, allerdings befinden sich die Brackets auf der Innenseite der Zähne und sind somit nicht sichtbar.

Eine weitere Alternative: Es gibt mittlerweile auch außen angebrachte transparente Brackets, die wesentlich unauffälliger sind als die normalen Plättchen aus Metall.

Bildquellen: Abb. 1: Align Technology GmbH, Abb. 2: Dr. Dirk Wiechmann, Abb. 3: Priv.-Doz. Dr. Dr. Reiner Oemus

Kronen und Brücken

Nicht immer ist es möglich, einen Zahn mit einem Veneer zu verschalen. Beispielsweise dann, wenn die Oberfläche bereits zu stark geschädigt ist. Es gibt allerdings die Möglichkeit, eine Krone auf den Zahn zu setzen. Hierfür beschleift Ihr Zahnarzt den betreffenden Zahn um ca. 1 Millimeter. Anschließend wird die Krone auf den Zahnstumpf zementiert. Für den Fall, dass Ihr Gebiss eine Zahnlucke aufweist, kann Ihr Zahnarzt diese Lücke mit einer Brücke schließen. Die Verfahrensweise ist dieselbe wie bei einer Krone, nur dass hier die Nachbarzähne um den fehlenden Zahn beschliffen werden. Somit wird die Lücke sozusagen überbrückt.

Bildquelle: Priv.-Doz. Dr. Edelhoff



Veneers

Keramik-Veneers sind aufgeklebte Verblendschalen, mit denen der Zahnarzt abgebrochene Zähne, Zahnlucken oder -fehlstellungen korrigieren kann. Es ist ebenfalls möglich, mit diesem Verfahren unterschiedlich große Zähne optisch einheitlicher zu gestalten. Ein Keramik-Veneer ist nur etwa 0,3 Millimeter dick. Vor dem Anbringen fertigt der Zahnarzt von Ihrem Gebiss Abdrücke und Röntgenbilder an, damit er zusammen mit Ihnen die Form genau abstimmen kann. Um die erforderliche Wandstärke für das Veneer zu schaffen, müssen die Zähne minimal beschliffen werden. Anschließend können die einzelnen Veneers mithilfe eines Spezialklebers und Aushärtung mittels Licht aufgebracht werden. Um lange Haltbarkeit zu gewährleisten, empfiehlt sich die regelmäßige Kontrolle beim Zahnarzt sowie gute Pflege.

Bildquelle: Dr. Jürgen Wahlmann

Zahnimplantate

Ein Zahnimplantat ist eine künstliche Zahnwurzel. Das bedeutet, ein fehlender Zahn kann heute durch ein Implantat ersetzt werden. Dies bietet für den Patienten einige Vorteile: Es muss kein gesunder Zahn für eine Brücke beschliffen werden; dem Knochenabbau des Kieferkammes, der bei einem Zahnverlust zwangsläufig eintritt, wird vorgebeugt. Der künstliche Zahn wird optisch von den natürlichen nicht zu unterscheiden sein. In einer Operation, die meist bei örtlicher Betäubung durchgeführt werden kann, bringt man das Implantat in den Kieferknochen ein und versorgt es provisorisch. Nach der Einheilphase, die von 1 Woche bis 6 Monate dauert, kann die endgültige Prothetik eingesetzt werden. Besonders interessant ist diese Therapie u.a. für zahnlose Patienten. Diese haben die einmalige Chance, mit einem festsitzenden Zahnersatz versorgt zu werden, um wieder richtig zubeißen zu können. Diese Therapie ist bei fast allen Patienten möglich und die Erfolgchancen stehen durchschnittlich bei 98 %. Damit gehört die Implantologie zu den sichersten Therapieformen in der Zahnmedizin.



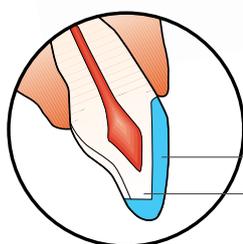
Bildquelle: Camlog Biotechnologies AG

Schöne Zähne mit BriteVeneers®



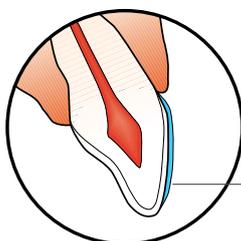
Schöne Zähne bringen Stars zum Strahlen. Täglich erleben wir es im Fernsehen, Film und Hochglanzmagazinen – Stars mit perfekten Zähnen lächeln uns entgegen. Doch welches Geheimnis verbirgt sich hinter dem Lächeln der Stars? Die Antwort: Veneers!

Veneers sind hauchdünne Keramikschalen aus speziellem Kunststoff oder Keramik. Während früher traditionelle Veneers ein Beschleifen der Zähne erforderlich machten, um Platz für die ca. 0,8 mm dicken Veneers zu schaffen, ist dies heute mit modernen Non-Prep Veneers, wie z.B. BriteVeneers® oder Lumineers, nicht mehr erforderlich. Diese Veneers sind so dünn wie Kontaktlinsen und werden ohne ein Beschädigen der gesunden Zahnschmelz mit einem Spezialkleber einfach auf die



Traditionelle Veneers-Behandlung
Ungefähr 0,8 mm – 2 mm Abschleifen der gesunden Zahnstruktur

0,8 mm
1,5 mm – 2 mm



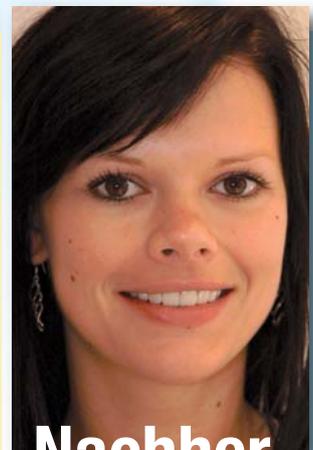
kontaktlinsendünne BriteVeneers®
Kein Abschleifen nötig
0,3 mm – 0,5 mm zusätzlich auf den Zahnschmelz

kontaktlinsendünn

Zahnoberfläche aufgebracht. Die Behandlung erfolgt in der Regel in zwei völlig schmerzfreien Behandlungen ohne Bohren, ohne Spritzen, ohne Provisorien. Die Möglichkeiten der ästhetischen Zahngestaltung mit Non-Prep Veneers sind dabei nahezu unbegrenzt. BriteVeneers® Anwender Zahnarzt Dr. Voss, Leipzig/München, führt hierzu aus: „Mich fasziniert immer wieder, welche positiven Veränderungen des gesamten Gesichts mittels Non-Prep Veneers zu erreichen sind. Damit können wir nicht nur eine permanente Aufhellung der Zähne erreichen, sondern zugleich große Zahnzwischenräume verkleinern, fehlende Zahnecken ersetzen und sogar schiefe Zähne begradigen.“ Selbst eine negative Lachlinie, welche ein Lächeln alt macht, kann mit Veneers korrigiert werden. Durch die Behandlung gewinnt oft die gesamte Ausstrahlung des Patienten, das Gesicht wirkt strahlend und positiv, wie die nachfolgenden Beispiele verdeutlichen.



Vorher



Nachher



Vorher



Nachher

Doch nicht nur bei der Verarbeitung und den Materialien konnten in den letzten Jahren erhebliche Fortschritte erreicht werden. Heutzutage sind moderne Non-Prep Veneers auch in unterschiedlichen Linien, beginnend mit Komposit-Einsteiger-Veneers, über Vollkeramik-Veneers bis hin zu absoluten High-End-Produkten, wie den BriteVeneers® handcrafted, in verschiedensten Preisklassen erhältlich. Somit kann jeder Patient nach seinem ästhetischen Anspruch und Budget eine für ihn passende Lösung finden.

www.brite-veneers.com



Ganz tief verwurzelt – Zahnimplantate immer beliebter!

Immer mehr Bundesbürger entscheiden sich für Zahnimplantate. Wir fragten einen Experten nach den Vorteilen und Risiken. Der Frontzahn verabschiedet sich bei einem Fahrrad-Crash. Der hintere Backenzahn fällt einer Bakterien-Attacke zum Opfer. Trotz peinlich genauer Mundhygiene halten Zähne leider nicht immer ein Leben lang. Im vergangenen Jahr wollten 300.000 Bundesbürger ihre gesunde Zahnschubstanz nicht für eine prothetische Versorgung opfern und haben sich für ein Implantat entschieden. Prof. Dr. Dr. Frank Palm, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Zahnärztliche Implantologie e.V. (DGZI), Düsseldorf, nennt die Chancen und Risiken der Zahnimplantate.

my magazin: Was ist eigentlich ein Implantat?

Prof. Palm: Das Ziel der Implantologie war es stets, die Natur zu kopieren. Das Implantat ersetzt die Zahnwurzel. Auf dieser künstlichen Wurzel wird dann z.B. eine Krone befestigt. Implantate stehen dem Vorbild aus der Natur weder in Funktionalität noch Ästhetik nach. Mit der „Zahnwurzel“, die fest im Kieferknochen verankert ist, müssen Sie keine Einschränkungen im Essverhalten hinnehmen.

my magazin: Wie hoch ist die Lebensdauer eines Implantats, wie hoch ist die Erfolgsrate einer Implantation?

Prof. Palm: Die Lebensdauer von Implantaten liegt, ähnlich dem Zahnersatz, bei durchschnittlich 7 bis 15 Jahren. Die Erfolgsrate bei einem „Standardkiefer“ beträgt heute ca. 95 Prozent.

my magazin: In welchen Fällen wird implantiert?

Prof. Palm: Die häufigsten Indikationen: 1. Ein Zahn fehlt und die Lücke wird mit einem Implantat plus Krone geschlossen. Vorteil: Gesunde Nachbarzähne müssen nicht für eine Brücke abgeschliffen werden. 2. Dem Patienten fehlen auf einer oder mehreren Seiten im hinteren Kieferbereich mehrere Zähne. Statt eines herausnehmbaren Zahnersatzes können Implantate eingesetzt werden. Der Patient kann so wieder mit festsitzendem Zahnersatz versorgt werden. 3. Wenn der Patient zahnlos ist, können Implantate beispielsweise dazu benutzt werden, eine Prothese zu stabilisieren und wieder das Gefühl „fester Zähne“ zu empfinden.

my magazin: Kommen Implantate für jeden infrage?

Prof. Palm: Grundsätzlich kommen Implantate für jeden infrage, unabhängig vom Alter. Der Patient muss jedoch bereit sein, eine gute Mundhygiene durchzuführen. Auch eine Osteoporose schließt nicht prinzipiell eine Implantation aus. Starkes Rauchen mindert in vielen Fällen den Langzeiterfolg.

my magazin: Wie geht eine Implantation vor sich?

Prof. Palm: In örtlicher Betäubung wird das Zahnfleisch etwas zur Seite geschoben und der Knochen freigelegt. Nun kann eine

Bohrung vorgenommen werden, in die das Implantat eingeschraubt wird. Dies kann häufig auch in der gleichen Sitzung mit der Entfernung eines Zahnes durchgeführt werden. Anschließend wird das Zahnfleisch wieder vernäht. Im Regelfall beträgt die Einheilzeit im Oberkiefer sechs Monate und im Unterkiefer drei Monate. In dieser Zeit ist der Patient mit einem Provisorium versorgt.

my magazin: Gibt es Risiken?

Prof. Palm: Durch eine Infektion kann ein Implantat verloren gehen. Deshalb ist die gute Mundhygiene so wichtig. Es kann zu Nervverletzungen oder auch Blutungen kommen.

my magazin: Wo können sich interessierte Patienten informieren?

Prof. Palm: Natürlich erst einmal bei ihrem Zahnarzt. Aber auch die implantologischen Fachverbände wie die DGZI haben eine Vielzahl von Infomaterialien zum Thema Zahnimplantate vorrätig und senden diese kostenfrei zu. Auch im Internet bei der DGZI unter www.dgzi-info.de finden Sie Informationen, Adressen und eine Vielzahl interessanter Details rund um das Thema.

Herr Prof. Palm, wir danken Ihnen für das freundliche Gespräch!

Weitere Infos



**DGZI – Deutsche Gesellschaft
für Zahnärztliche Implantologie e.V.**

Presse und Öffentlichkeitsarbeit
Feldstraße 80, 40479 Düsseldorf
Patienten-Hotline:
Tel.: 0800-DGZITEL oder Fax: 0800-DGZIFAX
(kostenfrei aus dem deutschen Festnetz)
Patientenportal mit Suchmaschine: www.dgzi-info.de



**DGZI-Patientenportal:
www.dgzi-info.de**

MEHR LEBENSQUALITÄT DURCH ZAHNIMPLANTATE

Die Deutsche Gesellschaft für Zahnärztliche Implantologie e.V. informiert:

- Was ist ein Zahnimplantat?
- Wie lange halten Implantate?
- Welche Anwendungsbereiche gibt es?
- Wann soll die Implantation erfolgen?
- Wie viele Implantate sind sinnvoll?
- Kann auch dann implantiert werden, wenn zu wenig Knochen vorhanden ist?
- Welches Risiko gehe ich ein?
- Was müssen die Patienten beachten?
- Wie finde ich einen „Spezialist Implantologie“?

Patientenbroschüre anfordern über:

DGZI Patientenreferat · Feldstraße 80 · 40479 Düsseldorf
Fon 02 11/1 69 70-77 · Fax 02 11/1 69 70-66 · Fon-Hotline 0800-DGZITEL*
Fax-Hotline 0800-DGZIFAX* · E-Mail: sekretariat@dgzi-info.de · www.dgzi-info.de



Die Voraussetzungen für das Bleichen von Zähnen sind:

- Saubere Zähne, frei von jeglichen Belägen. Das bedeutet, Ihre letzte professionelle Zahnreinigung sollte nicht länger als drei Monate zurückliegen.
- Gesunde Zähne. Es gibt Indikationen, die gegen ein Bleaching sprechen. Deshalb sollten Sie unbedingt vorher mit Ihrem Zahnarzt sprechen.

Weiß, weißer – Bleaching

Lächeln wie ein Filmstar

Der erste Eindruck entscheidet. Psychologen sagen, dass schon in der ersten Sekunde einer Begegnung die Weichen auf Sympathie oder Antipathie, Erfolg oder Misserfolg gestellt werden. Im Fokus der Betrachtung stehen hierbei Gesicht und somit auch die Zähne. Sind sie strahlend weiß, lassen sie uns erfolgreich, sexy und dynamisch wirken. Zahnbeläge oder Verfärbungen wirken dagegen eher ungepflegt und rufen Ablehnung hervor. Sie trinken Kaffee, Tee, Rotwein und genießen gelegentlich den Geschmack einer Zigarette? Ein gelblicher Schleier über den Zähnen ist da fast unausweichlich. Die modernen Bleichbehandlungen bringen die Schönheit der Zähne wieder zum Strahlen.

Ein Bleaching sollte allerdings nach Möglichkeit unter zahnmedizinischer Kontrolle erfolgen, da es Indikationen geben kann, die eine Bleichbehandlung ausschließen und ein falscher Einsatz von Präparaten aus dem freien Verkauf unangenehme Folgen haben kann. Der Wunsch nach weißen Zähnen ist bei vielen Menschen groß. Aktuelle Studien zufolge hat für über 80 Prozent der Deutschen das Aussehen der Zähne eine hohe Bedeutung. Die Entscheidung, welches Verfahren das geeignete ist, sollte daher mit einem Zahnarzt getroffen werden, damit das Ergebnis keine Enttäuschung, sondern ein wirklich strahlendes Lächeln ist.

In-Office-Bleaching

In-Office-Bleaching bedeutet, dass der Bleichvorgang in der Zahnarztpraxis durchgeführt wird. Zuerst wird das Zahnfleisch abgedeckt und dann ein Bleichmittel auf die Zähne aufgebracht, das man für einige Zeit einwirken lässt. Dieser Prozess kann durch das Licht einer speziellen Lampe oder eines Lasers intensiviert werden. Um eine optimale Wirkung zu erzielen, wird dieser Vorgang – je nach Verfärbung der Zähne – mehrmals pro Sitzung wiederholt. Bei extrem starken Verfärbungen können auch mehrere Sitzungen notwendig sein. Eine Bleichbehandlung dauert ca. 60 bis 80 Minuten.

Home-Bleaching

Als Home-Bleaching bezeichnet man das Bleichen der Zähne zu Hause. Dafür wird im Vorfeld durch den Zahnarzt eine spezielle Schiene angefertigt, die den Zähnen individuell angepasst wird. Der Patient kann in diese Schiene selbst das Bleichmittel, welches schwächer dosiert ist als das Bleichmittel, das beim In-Office-Bleaching in der Zahnarztpraxis benutzt wird, einfüllen und muss sie dann täglich ein bis zwei Stunden lang tragen. Nach ca. 10 bis 14 Tagen ist das optimale Ergebnis erreicht. Dieses Verfahren ist besonders schonend für die Zähne und führt in der Regel nicht zu der sonst manchmal auftretenden leicht höheren Zahnsensibilität.

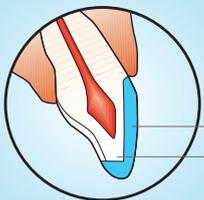


„Wir lachen nicht,
weil wir glücklich sind –
wir sind glücklich,
weil wir lachen.“

Warum BriteVeneers®?

- Die zum Patent angemeldete Technologie ermöglicht Ihnen ein perfektes Lächeln zu einem beispiellosen Preis
- Erhalten Sie Ihr perfektes Lächeln einfach und schmerzfrei innerhalb 21 Tagen in nur 2 Terminen à einer Stunde
- 10 Jahre Erfahrung in der Perfektion Tausender Lächeln
- Lange Haltbarkeit – mit guter Pflege können Ihre Veneers 15 Jahre und länger halten

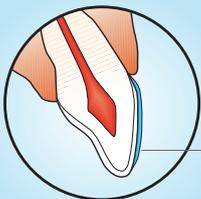
*Einfach strahlend
schöne Zähne!*



Traditionelle Veneers-Behandlung
Ungefähr 0,8 mm – 2 mm Abschleifen der gesunden Zahnstruktur

0,8 mm
1,5 mm – 2 mm

oder



kontaktlinsendünne BriteVeneers®
Kein Abschleifen nötig
0,3 mm – 0,5 mm zusätzlich auf den Zahnschmelz

kontaktlinsendünn



BriteVeneers® handcrafted

BriteVeneers® Behandlungsablauf:

- Individuelles Beratungsgespräch mit Ihrem Zahnarzt über Möglichkeiten der Anwendung von BriteVeneers® zur Perfektion Ihres Lächelns
- Foto- und Abdrucknahme – Versand an das Labor zur Herstellung Ihrer individuellen Veneers
- Nach ca. 21 Tagen – schmerzfreier Einsatz Ihrer Veneers in nur einer Stunde

Schnell, schmerzfrei, schonend!

INFORMIEREN SIE SICH!

BRITE VENEERS®

BriteDent GmbH

Tel.: +49-3 41/9 60 00 60

info@brite-veneers.com | www.brite-veneers.com

EINFACH SCHÖNE ZÄHNE.



WHITE LOUNGE®

DENTAL BEAUTY SPA

EIN PERFEKTES LÄCHELN IN NUR EINER STUNDE – MIT BRITENEERS®!

Erleben Sie in den großzügigen und in edlem Weiß gehaltene White Lounges eine neue Welt der Ästhetischen Zahnmedizin. Alle White Lounges arbeiten ausschließlich unter zahnärztlicher Leitung mit höchster Fachkompetenz. Hier erhalten Sie in entspannter Atmosphäre mit den neuesten und schonenden Verfahren Ihr perfektes Lächeln. Für professionelles In-Office-Bleaching wird das schonende BriteSmile Bleaching verwendet. Damit werden Ihre Zähne sanft und effektiv aufgehellt. Mit BriteVeneers® bietet die White Lounge® auch den Kunden, die nicht nur die Farbe, sondern auch die Form ihrer Zähne verschönern

möchten, ein neues innovatives Konzept. BriteVeneers® sind hauchdünne Verblendschalen aus speziellem Kunststoff oder Keramik, die mit einem Spezialkleber auf die Zahnoberfläche aufgebracht werden. BriteVeneers® sind so dünn und transparent wie Kontaktlinsen, sodass sie wie natürliche Zähne aussehen. Das Beste daran ist aber die völlig schmerzfreie Behandlung ohne Bohren, ohne Spritzen, ohne Provisorien. Die innovative Technologie von BriteVeneers® macht es möglich, ohne schmerzhafte Entfernung der Zahnschicht ein perfektes und natürlich aussehendes Lächeln zu geben.

WHITE LOUNGE®
DENTAL BEAUTY SPA

BRITE SMILE®

BRITE VENEERS®

LEIPZIG • BRÜHL 4 • TEL. 03 41/9 62 52 52

BERLIN • KURFÜRSTENDAMM 65, 10707 BERLIN, 030/ 88 71 95 81

DÜSSELDORF • KAISERSWERTHER MARKT 25 • TEL. 02 11/4 79 00 79

HAMBURG • KURZE MÜHREN 1, 20095 HAMBURG, 040/4018 5858

MÜNCHEN • TAL 48 • TEL. 0 89 /21 02 44 88

STUTTART • KÖNIGSTR. 16 • TEL. 07 11/72 23 34 10

Z E I T F Ü R S C H Ö N H E I T

In der White Lounge® werden wir Ihnen in Wellness-Atmosphäre alle Möglichkeiten für Ihre individuelle Schönheit und ein gepflegtes Aussehen erschließen. Unser Ziel ist es, Ihnen Ästhetik, schöne gesunde Zähne und Entspannung in angenehmen Ambiente zu bieten.

Unser speziell geschultes Team sorgt für individuelle Beratung, ärztliche Fachkompetenz und professionelle Behandlung für Ihre persönliche Ausstrahlung und Ihr Wohlbefinden.

Die sinnvolle Verbindung von Ästhetischer Medizin und Ästhetischer Zahnmedizin ermöglicht Ihnen die Erfüllung eines umfassenden Schönheitskonzeptes, dem

WHITE LOUNGE CONCEPT

Ästhetische Zahnmedizin | Zahnbleaching (BriteSmile®) | Non-Prep Veneers (BriteVeneers®)
Zahnästhetik | Zahnärztliche Privatklinik | Ästhetische Medizin | Laser-Elosbehandlung
Faltenbehandlung (Hyaluronsäure und Botulinumtoxin) | Skin-Rejuvenation

Unsere hohe fachliche Kompetenz wird auch durch die Mitgliedschaft in den Gesellschaften dokumentiert.



WWW.WHITE-LOUNGE.COM • INFO@WHITE-LOUNGE.COM

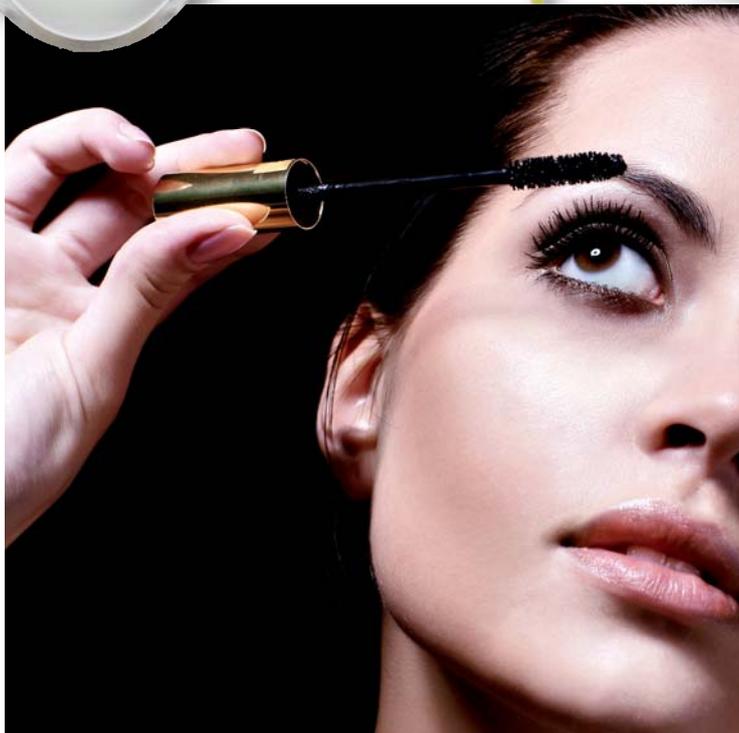
Best of Beauty

Meine neuen Beauty Lieblinge. Glänzende Make-up-Highlights, verführerische Parfum-Preziosen, Powerlotion und Luxuscreme. Zauberhaft schön!!! Kinderträume wurden zur Traumkarriere von Uschi Ackermann, Lifestyle-Expertin. Die Welt der exquisiten Düfte und der Kosmetika ist ihr Zuhause. Das sind die neuesten und trendigsten Produkte für einen überzeugenden Auftritt.

Bulgari

Mon Jasmin Noir

Dieser Duft ist jungen, verführerischen Frauen mit temperamentvoller Persönlichkeit gewidmet, deren raffinierte, unwiderstehliche Schönheit keine Kompromisse zulässt. Der Name verkörpert die ganze Magie der intimen Verbindung zwischen einer Frau und ihrem Duft. Die einzigartigen Aromen vollenden dieses moderne und absolut sinnliche Eau de Parfum.



Sans Soucis

All in one 3-D-Effect Mascara

Das Geheimnis wunderschöner Wimpern ist diese neue Mascara. Mit einem Streich haben die Wimpern intensives Volumen, außergewöhnliche Länge und ausdrucksvollen Schwung. Die neue Kunststoffbürste, die wie ein formender Kamm aussieht, umhüllt die Wimpern, ohne sie zu beschweren. Mit einer perfekten Farbabgabe und einer leichten, pflegenden Textur erreicht man eine unvergleichbare Ausdruckskraft der Augen.



4

Clarins

Lift-Fermeté Lait fondant régénérant

Die Clarins Forschung hat einen neuen Weg gefunden, die geordneten Strukturen der Hautfasern zu erhalten und die Elastizität der Haut zu schützen. Diese festigende und straffende Körperpflege ist gedacht für alle Frauen, die die Festigkeit ihrer Haut bewahren wollen. Die zart schmelzende, erfrischende Lotion hat eine apricotfarbene Textur und einen blumigen, holzigen Duft.



5

ageLine one

Eye Lifting Serum 15 ml

Das Cosmeceutical ageLine one wurde in aufwendiger Forschungsarbeit von zwei renommierten Berliner Ärzten entwickelt. Das Serum zur schnellen, anhaltenden Faltenreduktion ist die Alternative zur Botox-Injektion. Das Eye Lifting Serum enthält als erstes Kosmetikum natürliches Rutin in Form von Nano-Kristallen. Dieses Antioxidans sorgt für die Gesundheit der Gefäße. Der Inhaltsstoff Eyeseryl wirkt abschwellend, reduziert Tränensäcke bis zu 80 %. Nach 30 Tagen vermindert das Serum sichtbar die Falten tiefe bei zweimal täglicher Anwendung.



6

Cartier

Cartier de Lune

Er ist der erste Duft einer neuen Collection von Cartier. Ein floraler Duft, der im Mondschein erblüht und sich elegant in einem kristallinen Gewand in Mondsteinfarbe präsentiert. Cartier de Lune raschelt im Glanz der weißen, von der Nacht erfrischten Blüten, die entweder dezent oder kraftvoller ihren Duft entfalten, wenn sie sich endlich von den Sonnenstrahlen frei gemacht haben, rein und von dem samtigen Nachthimmel überrascht. Ein Parfum, das das Vergängliche festhält und seine ganze Sinnlichkeit entfaltet.

Düsseldorf setzt auf Wohlfühleffekt und Traumfigur in kurzer Zeit

Effizienztraining und modernste Technologien machen das möglich

Das Bedürfnis, eine überdurchschnittliche Leistungsfähigkeit, ein attraktives Aussehen zu erzielen und zu erhalten, steigt stetig. Die beruflichen sowie die privaten Anforderungen sind für jeden einzelnen heutzutage außerordentlich hoch. Es fehlt häufig die Zeit, sich stundenlang beispielsweise bei einem Waldlauf, in einem Sportverein oder in einem Fitnessstudio abzuquälen.

Erfolgreich Berufstätige leiden oftmals unter einem „Zeitproblem“ und den entsprechenden Möglichkeiten, zeitsparend körperlich aktiv und leistungsfähig zu sein.

Seit einiger Zeit gibt es jedoch die Möglichkeit, zeitsparend und höchst effizient den eigenen Körper in Form zu bringen. Trainingssysteme wie Power Plate und der miha bodytec machen das möglich. miha bodytec und mihaCross sind besondere

Ganzkörper-Systeme mit höchstem Effizienzfaktor für die Muskelkräftigung, Stärkung der Rücken- sowie Tiefenmuskulatur, Anti-Aging, Shaping, Fett- und Gewichtsreduktion, mit einem zusätzlichen Massage- und Entspannungsfaktor, die sogar eine sichtbare Cellulite-Reduktion herbeiführen können.

MARC-ALEXANDER JONEN bietet in seinem gleichnamigen Personal Trainingsstudio *JONENsports* diese besonderen Trainingsmöglichkeiten mithilfe seines Personal Trainer-Teams in Düsseldorfs exklusiver Innenstadtlage. Marc-Alexander Jonen gehört zu den bekanntesten Personal Trainern Deutschlands. Als studierter Sportwissenschaftler und Gesundheitstrainer der Deutschen Trainerakademie betreut er seit 15 Jahren gesunde sowie erkrankte Menschen in renommierten Fitness-, Wellness- und Rehabilitationszentren. Zu seinen Auftragge-





bern gehören unter anderem das 5-Sterne-Hotel „Breidenbacher Hof“, Prominente sowie Privatpersonen aus Mode, Politik, Gesundheitswesen, Fernsehen und Sport.

Marc-Alexander Jonen: „**JONENsports** überzeugt durch Effizienz und Zeitersparnis, abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse, Wünsche und Voraussetzungen unserer Kunden.

Körperanalysen und Auswertungen mit Ärzten sind obligatorisch, ebenso wie das Training unter persönlicher Anleitung. Die besondere Atmosphäre in einem innovativen Ambiente, ausreichende Parkplatzmöglichkeiten sowie eine Frischluftanlage gewährleisten auch im Sommer das angenehme Trainingserlebnis und Wohlbefinden unserer Kunden.“

Trainingsmethoden und ihre Wirkung:

Das miha bodytec-System ist eine Weiterentwicklung des Elektro-Muskel-Stimulationstrainings (EMS), das bisher im Leistungssport und in der Physiotherapie erfolgreich eingesetzt wurde. Die beim miha bodytec-Ganzkörper-Training am Körper angebrachten Pads stimulieren gezielt die gesamten Haupt- und Tiefenmuskeln des Körpers. Das garantiert ein äußerst effektives Ganzkörpertraining bei minimalem Zeitaufwand. Aus diesem Grund weisen anerkannte Sportwissenschaftler auf eine bis zu 18-fach höhere Intensität im Vergleich zum herkömmlichen Kräftigungstraining hin. Unter Insidern gilt sie als das intensivste aktuelle Trainingssystem. Nach den ersten Trainingseinheiten können beispielsweise Rückenprobleme reduziert und behoben sowie ein erheblicher Straffungseffekt herbeigeführt werden.

Mit dem miha bodytec erzielen Sie

- eine Muskelkräftigung auch der Tiefenmuskulatur (Stabilität)
- sehr hohen Shaping- bzw. Straffungseffekt
- einen größtmöglichen Effizienzfaktor
- eine intensive Entspannung

Das mihaCross-Training ist ein besonderes Ausdauertraining, bei dem das miha bodytec-System mit einem speziellen Cross-trainer kombiniert wird.

Der Effizienzfaktor ist im Vergleich zum herkömmlichen Ausdauertraining bei den folgenden genannten Trainingszielen weitaus größer:

- Anti-Aging
- Shaping
- Fett- und Gewichtsreduktion
- mit einem besonderen Massage- und Entspannungsfaktor, der sogar eine sichtbare Cellulite-Reduktion herbeiführen kann.

Das Prinzip des Power Plate-Training basiert auf der speziellen Beschleunigungs- bzw. Vibrationstechnik.

- Bei diesem Trainingssystem werden in der Sekunde zwischen 25 und 40 Muskelkontraktionen ausgelöst.
- Aus diesem Grund sprechen Sportwissenschaftler von einem maximalen Trainingserfolg innerhalb von nur 10 Minuten.

JONENsports – Personal Training

Berliner Allee 25

40212 Düsseldorf

Tel.: 0211/15 97 79 99

Mobil: 0178/8 56 40 73

E-Mail: info@jonensports.de

www.jonensports.de



Meer Gesundheit



Stressige Jobs, mangelnde Bewegung und nicht zuletzt eine, aus zeitlichen Gründen ungesunde Ernährung fordern ihren Tribut. Um Gesundheit und Fitness auch langfristig zu erhalten, gibt es diverse Möglichkeiten, und so verbringen immer mehr Menschen einen Teil ihres Urlaubs in Wellnesshotels, um ihren Körper zu pflegen und zu verwöhnen. „Alles Leben stammt aus dem Meer“, sagte schon Hippokrates vor über 2000 Jahren, und so ist es nicht verwunderlich, dass man sich die Heilkraft des Meeres zunutze macht mit einer Therapie, die heilend, präventiv und auch aus kosmetischen Gründen angewendet werden kann:

Die Thalassotheapie



Thalasso (abgeleitet vom griechischen Wort *thalassa* für Meer) bezeichnet die Behandlung von Krankheiten mit kaltem oder erwärmtem Meerwasser, Meeresluft, Sonne, Schlick und Sand. Seit Menschengedenken wird die große Vielfalt lebenswichtiger Nährstoffe in hochkonzentrierter Form zur Gesunderhaltung des Menschen genutzt. Bereits 1750 verfasste der englische Arzt Richard Russell eine Doktorarbeit zur therapeutischen Wirkung von Meerwasser gegen Infektionskrankheiten und im 19. Jahrhundert kam es zu allgemeiner Anerkennung und Blüte des Verfahrens in ganz Westeuropa. Heute gibt es einen fließenden Übergang zwischen medizinisch arbeitenden Instituten zur Behandlung von Atemwegserkrankungen, Rheuma und chronischen Hautkrankheiten bis hin zu gesundheits- und wellnessorientierten Angeboten für Urlauber. Auch kosmetische Aspekte spielen heute eine große Rolle, leisten die Anwendungen mit Meerwasser, Meerboden und Algen einen wertvollen Beitrag für die Schönheit.

Ohne Meer keine echte Therapie

Da der Begriff Thalasso nicht geschützt ist, werden auch im Binnenland Thalasso-Anwendungen mit getrockneten Algen und Meersalzprodukten angeboten. Der Verband deutscher Thalasso-Zentren hat, lt. Wikipedia, 2002 Kriterien für eine

„echte“ Thalasso-Therapie übernommen, die für seine Mitglieder verbindlich sind:

- | Die Einrichtung muss direkt am Meer liegen (maximal 300 Meter vom Meer entfernt)
- | Sie muss mit frischem und unbehandeltem Meerwasser behandeln
- | Die Einrichtung muss über mindestens ein Meerwasserbecken und genug Behandlungskabinen verfügen, um jedem Gast täglich drei Einzelbehandlungen anbieten zu können
- | Es müssen mindestens ein Badearzt, Masseur, Therapeuten und Sportlehrer verfügbar sein
- | Hygiene und Sicherheit werden ständig kontrolliert
- | Es werden weitere gesundheitsfördernde Aktivitäten angeboten

Die Elemente einer Thalasso-Kur

Nach einem Arztgespräch wird das Kurprogramm individuell festgelegt. Eine Kur dauert in der Regel eine Woche. Elemente der Thalasso-Therapie sind: Hydrotherapie, Pressurmassage, Elektrophysiotherapie, Bäder, Packungen mit Algen und Schlick, Vichyduche, Jetduche, Inhalationen mit Aerosol und Wassergymnastik.

Indikationen

Thalasso im Wellnessbereich dient nur der Entspannung. Für eine medizinische Thalasso-Kur sind die folgenden Indikationen am häufigsten:

- | Rheuma
- | Neurodermitis und Schuppenflechte
- | Durchblutungsstörungen
- | chronische Verstopfung
- | Morbus Crohn
- | Rückenprobleme
- | Stress, allgemeine Erschöpfung
- | Erkrankung der Atemwege
- | Frühstadien der Hyperthyreose

Kontraindikationen

Thalasso ist nicht für jeden geeignet. Auf keinen Fall ohne vorherige ärztliche Beratung sollte man die Methode anwenden bei:

- | Schilddrüsenüberfunktion
- | Jodallergie
- | Bluthochdruck
- | Kreislaufschwäche
- | Krebserkrankungen
- | Schwangerschaft

Wer mehr erfahren möchten, findet im Internet eine große Anzahl an Hotel- und Reiseangeboten zu diesem Thema und viele weitere Informationen. Wichtig ist, darauf zu achten, dass eine echte Thalasso-Therapie ausschließlich direkt am Meer erfolgen kann und somit Angebote aus dem Binnenland nicht berücksichtigt werden sollten.

Quelle: Wikipedia

WHITE LOUNGE

DENTAL BEAUTY SPA - DÜSSELDORF

www.white-lounge.com



Prof. Dr. M. Jörgens & Dr. Caroline Kentsch & Prof. Dr. M. Wainwright

DENTALSPECIALISTS bieten mit Ihrem Team alle innovativen Behandlungsmethoden in der Zahnkosmetik an.

Insbesondere die Planung vollkeramischer Rekonstruktionen unter Berücksichtigung moderner funktionsdiagnostischer Techniken, minimalinvasive Parodontalbehandlung unter Lasereinsatz, hochwertige konservierende Zahnheilkunde sowie die minimalinvasive Implantologie sind Bereiche, in denen die Berücksichtigung ästhetischer Faktoren unabdingbar ist.

Aber nicht nur die Fachkompetenz, sondern auch die übergreifende Beratung, die neben den rein zahnmedizinischen Therapien auch sämtlich angrenzende interdisziplinäre Bereiche wie Kieferorthopädie, ästhetische Chirurgie, Kosmetik, Physiotherapie und ganzheitliche Betrachtungen

umfassen, machen die DENTALSPECIALISTS zu den vertrauensvollen Partnern, die sich Patienten heutzutage wünschen.

Als international anerkannte Spezialisten arbeiten die DENTALSPECIALISTS mit einem kompetenten und hochqualifizierten Team aus zahnmedizinischen Fachangestellten Dentalhygienikerinnen und Kosmetikerinnen in der Praxis zusammen.

Denn wer mit einem strahlenden Lächeln perfekte Zähne zeigt, hat stets gewonnen und gepflegte Zähne tragen immer zu Erfolg, Wohlbefinden und Anerkennung bei.



DENTALSPECIALISTS
Get your brilliant smile



BRITE SMILESM


**AMERICAN ACADEMY
OF COSMETIC DENTISTRY.**

www.DENTALSPECIALISTS.de

Kaiserswerther Markt 25 • D-40489 Düsseldorf • Tel. 0211.4790079 • info@dentalspecialists.de

Haare – immer da, wo man sie nicht braucht

Über jedes zusätzliche Haar auf dem Kopf würden sich die meisten Menschen wirklich freuen, aber leider beglücken sie uns meist an Stellen, an denen wir lieber darauf verzichten würden. Behaarte Frauenbeine oder buschige Achseln entsprechen nicht dem Schönheitsideal und werden allgemein als ungepflegt eingestuft. Damenbärte, Rücken-, Ohren-, Nasenhaare gelten in unserem Kulturkreis als unattraktiv und auch der Wildwuchs im Bereich der Bikinizone ist nicht sehr beliebt. So verbringen wir viel Zeit damit Rasierer, Epilierer, Laser, Enthaarungscremes oder auch Heißwachs einzusetzen, um glatt und haarfrei durchs Leben zu gehen. Aber welche Methode ist für welche Körperregion am besten geeignet? Hier ein Überblick der verschiedenen Verfahren.





Rasieren

... elektrisch oder nass mit Rasierklinge – das ist ja hinlänglich bekannt. Das Positive: es geht schnell und einfach. Der Nachteil: der Vorgang muss nach kurzer Zeit wiederholt werden. Im Gesicht sprießen die Haare nach etwa einen halben bis drei Tagen und an den Beinen dauert es leider nur unerheblich länger. Außerdem strapaziert Rasieren die Haut. Deshalb ist anschließend After-Shave oder Creme zu empfehlen. Bei einer Nassrasur werden die Haare manchmal so kurz gekappt, dass sie tief in der Haut nachwachsen. Biegen sie sich dabei zur Seite, können sie in die Haut wachsen und eine Entzündung verursachen. In der Bikinizone, wo die Haare sich kräuseln, passiert das vergleichsweise oft. Deshalb ist hier vorsichtiges agieren angesagt.

Wachsen

... geht recht schnell, ist aber nicht schmerzfrei. Beim Enthaaren mit Wachs wird eine warme Wachsmasse oder eine Wachsfolie auf die Haut aufgebracht. Nach dem Antrocknen entfernt man die Wachsschicht mit einem Ruck. Die mit dem Wachs verklebten Haare werden samt Wurzeln ausgerissen. Die Prozedur ist schmerzhaft und kann die Haut reizen. Die Wirkung einer Wachsbehandlung hält länger an als die vorab beschriebenen Methoden, da auch die Haarwurzeln entfernt werden, kann aber im Einzelfall beim Nachwachsen der Haare Entzündungen hervorrufen. Zur Entfernung von Gesichtshaaren ist die Behandlung in der Regel zu schmerzhaft.

Epilieren

... ist besonders bei der ersten Anwendung schmerzhaft. Epiliergeräte sind eigentlich elektrisch betriebene Pinzetten, die die Haare oberhalb der Wurzel greifen und ausreißen. Bei regelmäßiger Anwendung tut die Prozedur weniger weh, da die nachwachsenden Haare weicher sind. Der Vorteil: die behandelten Hautpartien bleiben zwei bis drei Wochen glatt. Der Nachteil: Beim Nachwachsen der Haare, kann es zu Entzündungen kommen. Um das zu vermeiden, sollten das Gerät und die Haut nach dem Enthaaren desinfiziert werden. Um Haare im Gesicht oder im Schambereich zu entfernen, ist das Epilieren zu schmerzhaft.





Zupfen

... mit einer Pinzette bietet sich an, will man einzelne Härchen entfernen. Das schmerzt allerdings, reizt die Haut und kostet Zeit. Daher empfiehlt sich diese Methode nur, wenn Sie kleine Flächen enthaaren wollen, etwa an den Augenbrauen, den Brustwarzen oder am Kinn. Außerdem müssen Sie regelmäßig zupfen. Denn die herausgezogenen Haare wachsen nach einigen Tagen wieder nach.

Cremen

... mit Enthaarungscremes ist einfach und schmerzfrei in der Anwendung. Sie zerstören die Hornschicht des Haares und lösen sie auf. Nach einer Einwirkzeit von 5 bis 15 Minuten lassen sich die Haarreste von der Haut schaben oder abwaschen und garantieren einige Tage haarfreie Haut. Der Nachteil: die Cremes können die Haut angreifen und Kontaktallergien auslösen. Das Produkt sollte daher erst an einer kleinen Körperstelle getestet werden. Für Barthaare oder auch Schamhaare ist diese Methode nicht geeignet, da die Cremes nicht in Kontakt mit Schleimhäuten kommen dürfen.

Nadeln

... kann nur der Fachmann. Bei der Nadel- oder Elektroepilation führt eine Kosmetikerin eine hauchdünne Sonde in den Haarkanal ein und setzt ihn kurz unter Strom, um die Haarwurzel zu zertrümmern. Danach wird das gelockerte Haar mit einer Pinzette entfernt. Der Nachteil: diese Prozedur ist sehr zeitaufwendig, schmerzhaft und der Haarkanal kann sich entzünden. Diese Methode ist sinnvoll, um einzelne Haare im Gesicht zu beseitigen, etwa am

Kinn. Sie gilt als einzige Methode, Haare dauerhaft zu entfernen – allerdings nur, wenn sich das Haar gerade in der Wachstumsphase befindet. Es kann daher passieren, dass die Hälfte der behandelten Haare nachwächst – und die schmerzhafte Behandlung von Neuem beginnt.

Blitzlicht

... zur Haarentfernung sollte ebenfalls nur ein versierter Fachmann anwenden. Blitzlampen (auch IPL-Technik genannt) geben stoßartig Licht ab, mit dem sie die Haarwurzeln zerstören. Mit verschiedenen Filtern können Hautärzte oder Kosmetiker das Gerät auf unterschiedliche Haar- und Hauttypen einstellen. Wie beim Lasern und bei der Nadelepilation lassen sich nur Haare in der Wachstumsphase entfernen. Die Nachteile dieser Methode: Die Haut kann sich röten und anschwellen, und es kann zu Verbrennungen kommen.

Lasern

... hilft nur bei dunklen Haaren. Der Energiestrahle des Lasers, der die Haarwurzel schädigen soll, ist leider nur erfolgreich, wenn die Haare und ihre Wurzeln dunkel sind, da nur sie den Hautfarbstoff Melanin enthalten, der das Licht des Lasers absorbieren kann. Die Wurzeln von hellen und grauen Haaren können dadurch nicht zerstört werden. Damit Haare komplett verschwinden, sind meist mehrere Durchgänge nötig, da der Laserstrahl nur wachsende Haare zerstören kann. Die Behandlung ist nahezu schmerzfrei, doch während der Prozedur kann die Haut rot werden und anschwellen. Gebräunte Haut ist anfällig für Verbrennungen. Nicht nur deshalb sollte man unbedingt einen erfahrenen Behandler finden.

Rezeptpflichtig

... ist die Salbe, die für Frauen mit einem Damenbart oder behaartem Dekolleté entwickelt wurde. Das Medikament enthält den Wirkstoff Eflornithin. Studien haben gezeigt, dass die Salbe einem Drittel der Frauen sehr gut hilft, einem weiteren Drittel mittelstark und einem Drittel gar nicht. Nebenwirkungen sind selten. Benutzerinnen beschreiben sie als Brennen, Stechen, Kribbeln und akneartigen Ausschlag. Eflornithin kann den Effekt einer Laserepilation verstärken.

Quelle: www.stern.de



Kritik **jetzt und sofort!**

Was an jahrelanger vermeintlicher Harmonie so gefährlich ist

Wir Deutschen leben in einer Kultur mangelnder Kritik, klagt der Oldenburger Diplom-Psychologe Dr. Matthias Probandt. „Seien Sie jedem dankbar, dass er sich die Zeit nimmt, sich mit Ihnen auseinanderzusetzen“, rät der Familien- und Paartherapeut. Viele Menschen versagen sich im täglichen Leben Kritik auf Kränkungen gerade durch nahestehende Personen immer wieder, um eine vermeintliche Harmonie nicht zu stören. Irgendwann, manchmal erst nach Jahren, kann eine Kleinigkeit der Tropfen sein, der das Fass zum Überlaufen bringt. Die Kritik kommt impulsiv, verletzend, verallgemeinernd – und nicht selten irreparabel. „Kritik muss zeitnah nach dem Vorfall erfolgen. Vor allem aber muss sie konkret und sachlich sein“, rät Probandt deshalb.

Quelle: Apotheken Umschau

Distanz **macht die Liebe spannender**

Unzufriedene Paare klammern sich oft zu sehr aneinander

Auch das gehört zur Mathematik der Liebe: Mehr Nähe gewinnen Partner manchmal nur, indem sie sich auch Abstand gönnen. „Es wäre gar nicht auszuhalten, wenn wir immer nur in inniger Zweisamkeit leben würden“, sagt Tom Levold, Paartherapeut aus Köln. Er rät zu mehr Eigenständigkeit der Partner. Sie sollten sich kleine, intime Rückzugsorte offen halten. Durch Eigenständigkeit bleiben Menschen füreinander attraktiv. Eigene Interessen, Hobbys, Freundschaften und die Karriere weiter pflegen können so durchaus ein Beitrag zu einer stabilen und spannenden Partnerschaft sein.

Quelle: Baby und Familie

Frauen **haben den Blick für gute Väter**

Aber auch kernige Lover werden schnell erkannt

Frauen haben einen guten Blick sowohl für kinderliebende Väter als auch für Männer, die eine leidenschaftliche Affäre versprechen. Das fanden US-Psychologen in einer Studie heraus. Am Gesicht des Mannes erkennen Frauen demnach sofort, ob er Interesse an Kindern hat – und bevorzugen ihn dann als „Langzeitgefährten“. Umgekehrt wählen Frauen für eine Affäre eher Partner, die über viel männliche Sexualhormone verfügen und maskuline Züge tragen. Welche Gesichtsmarkmalen genau den liebevollen Papa verraten, haben die Forscher noch nicht ermittelt. Das steht nun auf ihrer Agenda.

Quelle: Baby und Familie

Die Wut **der Betrogenen**

Männer verzeihen Seitensprünge leichter als Frauen

Männer nehmen einen Seitensprung der Partnerin leichter als Frauen, deren Männer fremdgehen. Dies ergab eine Befragung Göttinger Psychologen unter mehr als 3.000 betrogenen Männern und Frauen. Während 68 Prozent der Frauen auf ihren Partner wütend sind, ist dies nur bei 47 Prozent der Männer der Fall. Ausgeprägte Hassgefühle entwickelten 23 Prozent der Frauen, aber nur 12 Prozent der Männer im ersten halben Jahr. Ebenfalls fast doppelt so viele Frauen (40 Prozent) wie Männer (22 Prozent) wollten den anderen für die Tat bestrafen.

Quelle: Apotheken Umschau

Back to the Future – eine Reise ins Paradies

Prof. Dr. Hans Behrbohm

Back to the Future ist eine visionäre Science-Fiction-Trilogie aus den Jahren 1985 bis 1990. Der junge Marty McFly unternimmt mit seinen Freund Dr. Emmett „Doc“ Brown mithilfe einer Zeitmaschine Reisen in die Vergangenheit und in die Zukunft. In beiden Zeiten angekommen, nehmen sie zunächst unbewusst und später bewusst Einfluss auf die Gegenwart. Eine Reise auf die Malediven führt uns in ein traumhaftes Paradies, einen der schönsten Flecken auf dieser Erde – und dennoch wird dieses Paradies als eines der ersten großen Opfer des Klimawandels versinken und wir können es, anders als Marty und der Doc, wohl kaum noch wirklich aufhalten.

Die Malediven liegen südwestlich von Indien im Indischen Ozean. Sie bestehen aus mehreren Atollen und ca. 1.200 Inseln. 87 davon sind für Touristen reserviert. Die Hauptstadt ist Malé. Malé wird von Deutschland aus angefliegen. Der weitere Anflug auf die Ferieninseln irgendwo in einer Inselwelt von ca. 300 Quadratkilometer erfolgt mit kleinen Wasserflugzeugen oder Booten. Die maledivischen Inseln bestehen aus Atollen.

Ein Atoll besteht aus einem ringförmigen Korallenriff, das eine Lagune umschließt. Das Korallenriff bildet auf diese Weise einen Saum von oft schmalen Inselgruppen. Atolle entste-

hen ausschließlich in tropischen Gewässern. Die Malediven sind der einzige Staat, der nur aus Atollen besteht. Durch Stürme und Strömungen brechen Korallenstöcke vom Riff ab, versinken in der Lagune meist dicht unter der Wasseroberfläche, um dort erneut von Korallen besiedelt zu werden. So entstehen ständig neue Inseln, die in Abhängigkeit von Meeresspiegel und -strömungen auftauchen oder nicht. Und so gibt es nie eine genaue Zahl der Inseln in den Atollen.

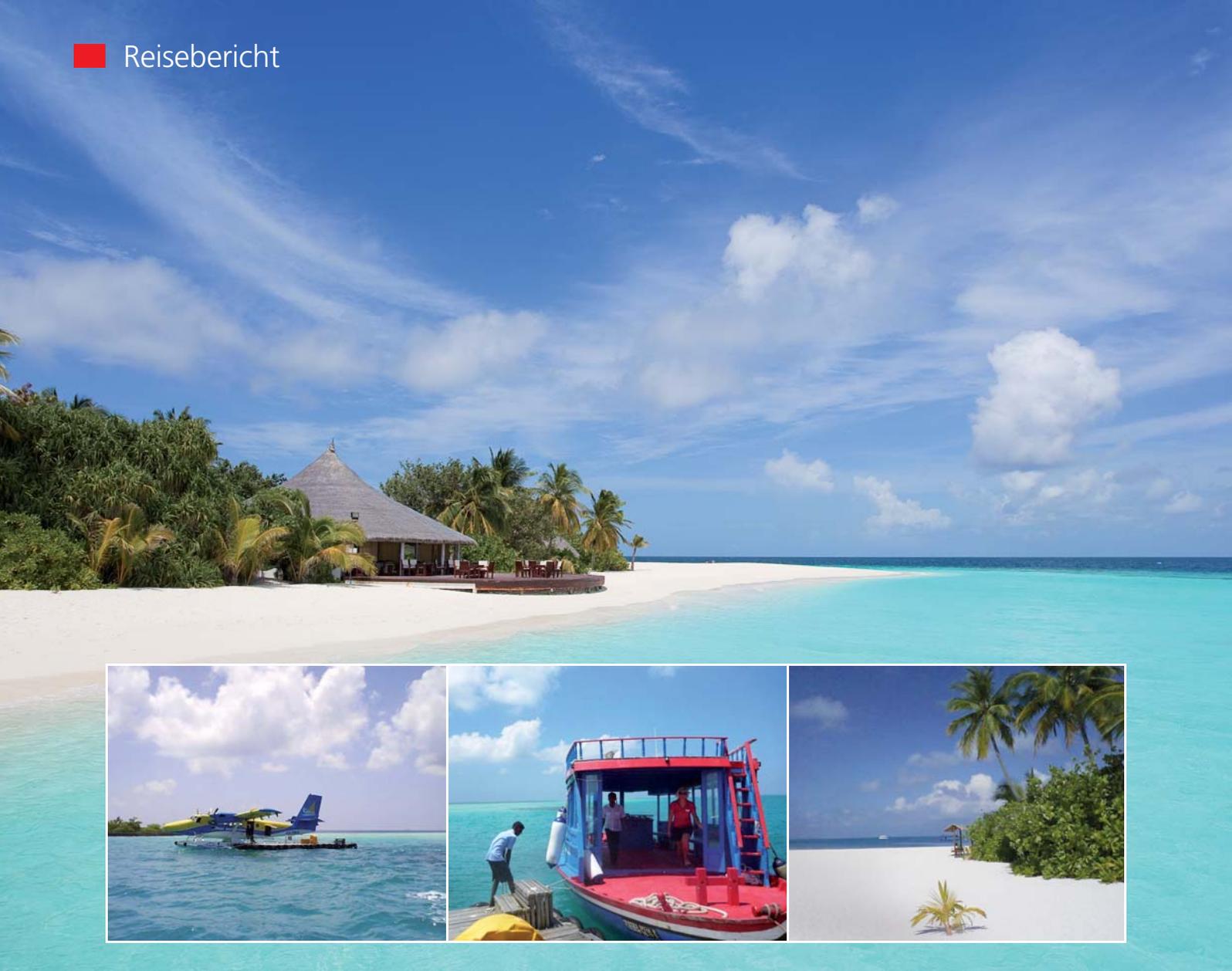
Reisezeit und Anreise

Das Klima der Inseln wird von Mai bis Oktober vom Südwest-Monsun und von November bis April vom Nordost-Monsun bestimmt. Der Südwest-Monsun bringt im Juni und Juli Wind und Regen. Die beste Reisezeit für einen Urlaub auf den Malediven ist die Zeit zwischen November bis April. Es herrschen angenehme Temperaturen. Das Thermometer fällt auch nachts nicht unter 25 Grad Celsius.

Das erste Erlebnis ist der Flug mit dem Wasserflugzeug selbst. Die meist barfüßigen Piloten nehmen die Ankömmlinge mit auf eine ca. 40-minütige „Entdeckungsreise“ dieser einzigartigen Welt aus der Vogelperspektive. Die Reise endet auf einem „Um-







steigebahnhof“ in Form einer kleinen schwimmenden Holzplattform. Nach einer kurzen Wartezeit erfolgt die weitere Beförderung mit einem Dhoni, dem traditionellen maledivischen Boot, welches von Weitem ein wenig an die alten Straßenbahnen in Berlin erinnert.

Während man der Insel immer näher kommt, nimmt einen der magische Eindruck von türkisblauem Wasser, strahlendblauem Himmel und tiefgrünen Palmenwäldern bereits gefangen. Nach alter

maledivischer Tradition werden Neuankömmlinge von einem Trommler angekündigt und von freundlichen Mitarbeitern verschiedener Reiseveranstalter in eine Empfangshalle zu einem erfrischenden maledivischen Kokosnuss-Cocktail eingeladen. Jetzt ist man angekommen.

Schnorcheln und Tauchen

Wer auf die Malediven fährt, der sollte sich die Gelegenheit nicht entgehen lassen, in einem der schönsten und artenreichsten Lagunenge-



wässer unserer Welt zu schnorcheln oder zu tauchen, um die bunte Welt der Fische und Korallen hautnah zu erleben. Neben Barschen, Doktorfischen, Falter-, Papagei- und Kaiserfischen, die in allen Farben schillern, trifft man auch auf Haie, Muränen, Skorpion-, Stein- und Feuerfische. Auf den Malediven haben Haie noch nie Opfer gefordert, dennoch sollte ein gesunder Respekt vor den gefürchteten Meeresbewohnern gewahrt bleiben. Vermieden werden sollte es, Haie zu füttern oder nachts im Durchzugsgebiet von Haien zu tauchen. Kleinere Muränenarten verbergen sich in Riffspalten und sind aggressiv. Stiche von Skorpion- und Steinfischen sind allerdings gefährlich. Sie liegen kaum sichtbar am Meeresgrund.

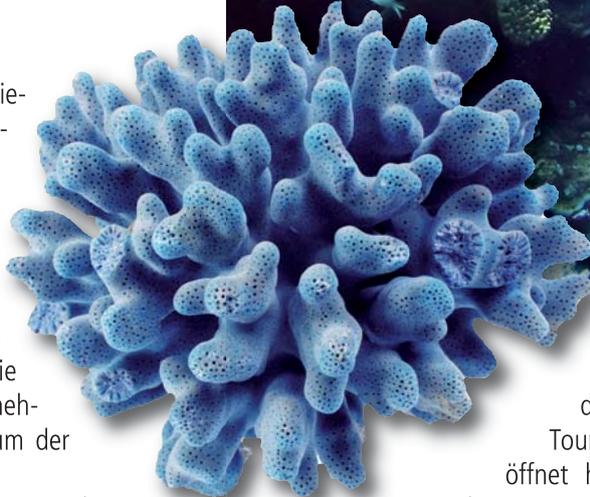
Es gilt die Regel: nicht am Riff festhalten, nicht am Riff herumklettern, nicht anfassen.

Tagesausflüge werden zu Orten wie Shark Point oder Turtle Point angeboten, wo besonders Interessierte und Ambitionierte die gewünschten Spezies meist vorfinden und beobachten können. Ein besonderes Erlebnis sind Delfinschwärme, die zu relativ konstanten Tageszeiten dicht an der Riffkante vorbeischwimmen. Das Außenriff eines Atolls kann mehrerer hundert Meter sehr steil abfallen, um auf den tiefen Berggipfel des Meeresgrundes zu stoßen. Vorsicht vor starken Strömungen! Das ist nichts für Anfänger.

Das Versinken des Paradieses

Die globale Erwärmung wird den Meeresspiegel weiter ansteigen lassen. Letzte Prognosen bestätigen eine dramatische Situation für die Malediven, die im Durchschnitt nur einen Meter über dem Meeresspiegel liegen. Klimaexperten der Vereinten Nationen gehen davon aus, dass der Meeresspiegel in den nächsten 90 Jahren um bis zu 58 Zentimeter ansteigen wird. Auch die schwindende Ozonschicht und die zunehmende UV-Strahlung stören das Wachstum der Korallen.

Eine gleichzeitig ansteigende CO₂-Konzentration der Atmosphäre übersäuert das Oberflächenwasser der Meere und zerstört die Riffe durch Lösen des Kalks. Zudem zehren Sturmfluten, Tsunamis und Ebbe und Flut an den Atollen. Ein großer Faktor der Zerstörung ist der Tourismus selbst. Immer wieder ist zu beobachten, wie allen Hinweisen zum Trotz die Korallenbänke



von Touristengruppen, besonders aus Ländern, denen sich der weltweite Tourismus erst seit Kurzem geöffnet hat, durch offensichtliche Unkenntnis zerstört werden.

Was kann noch getan werden? Die Regierung der Malediven versucht durch Umstellung auf alternative Energien, eine Vorreiterrolle im Umweltschutz und aufrüttelnde Aktionen die drohende Entwicklung aufzuhalten. Jeder kennt die spektakulären Bilder einer Sitzung der maledivischen Regierung unter Wasser





im Vorfeld des letzten Klimagipfels. Andererseits gehören die Malediven zu den ärmsten Ländern der Welt und ein Teil der Abfälle wird, nicht offiziell aber in praxi, immer noch im Meer entsorgt.

Regierungschef Mohamed Nasheed hat bereits erklärt, einen Teil der Einnahmen aus dem Tourismus dazu zu verwenden, um in benachbarten Ländern Land zu kaufen. Falls alle Maßnahmen zur Abwendung der Folgen des Klimawandels scheitern und der Inselstaat evakuiert werden muss, wären die Menschen zumindest nicht dazu verdammt als „Klimaflüchtlinge über Generationen“ in Zelten zu leben.

Bevölkerung, Geschichte und Sprache

Die ca. 400.000 Einwohner des Inselreiches sind sunnitische Muslime. Der Islam ist die alleinige Staatsreligion. Die maledivische Sprache ist Dhivehi, leitet sich vom mittelalterlichen Singhalesisch ab, ist aber inzwischen vollkommen eigenständig. Im 16. Jahrhundert besetzten die Portugiesen die Inseln. Ein Jahrhundert später wurden die Malediven niederländisches Protektorat. 1796 gingen die Inseln als britisches Protektorat bis 1965 an die Briten. Seit 1965 sind die Malediven unabhängig.

Die Einheimischen, denen man auf den Ferienatollen begegnet, sind überwiegend Insulaner von anderen Atollen oder kommen aus Sri Lanka. Typisch für die Malediven ist eine sehr herzliche und aufrichtige Gastfreundschaft. Organisation, Management und Services

sind perfekt. Bei der Unterbringung kann man sich bei der Buchung zu Hause zwischen einem Strand- oder einem Wasserbungalow entscheiden. Beide haben unterschiedliche Vorteile und Reize.

Eine Erfahrung der besonderen Art

Ganz anders als erwartet war für mich die Reise auf die Malediven alles andere als nur ein Urlaub zum Schnorcheln und Baden. An keinem anderen Ort ist es so spürbar „fünf vor zwölf“ und man empfindet eine große Ungerechtigkeit, dass gerade diese Menschen, die die Laster der Zivilisation nicht kennen, weder rauchen noch übergewichtig sind, als erste die Folgen des Raubbaus an Natur und Klima „ausbaden“ werden müssen.

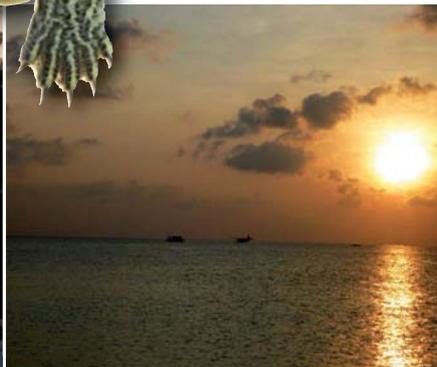
Eine tiefe Ruhe einerseits und Traurigkeit andererseits teilt sich einem mit, wenn man die überladenen Fischer- und Transportboote an den lauen Abenden am Strand vorbeigleiten sieht, wie die Menschen nach jahrhundertalten Ritualen ihren kargen Alltag bestreiten. Es bleiben die Fragen:

Wie konnte es so weit kommen und wie lange noch?

Kontakt:

Prof. Dr. Hans Behrbohm

Privatpraxis am Kurfürstendamm 61
10707 Berlin, www.ku61.de
und Privat-Institut für Medizinische
Weiterbildung und Entwicklung Berlin e.V.



Jetzt
reinschauen
und Zahnarzt
finden!

**Deutsche Gesellschaft für
Kosmetische Zahnmedizin –
Die Fachgesellschaft für
anspruchsvolle Patienten**

Sie möchten weitere Informationen über
die Möglichkeiten kosmetischer Zahnmedizin?
Sie möchten wissen, welcher Zahnarzt in
Ihrer Nähe kosmetische Zahnmedizin anbietet?

Das Patientenportal informiert ...

www.dgkz-info.de

... reinschauen und Zahnarzt finden!

Weitere Infos unter:

**Deutsche Gesellschaft
für Kosmetische Zahnmedizin**

E-Mail: info@dgkz.info

Tel.: 03 41/4 84 74-2 02



DGKZ

Deutsche Gesellschaft für
Kosmetische Zahnmedizin

Weltweit führend für bessere Zahngesundheit

waterpik®



Waterpik®
Munddusche
Ultra Professional WP-100E4



Waterpik®
hydrodynamische Schallzahnbürste
SENSonic Professional SR-1000E



Waterpik®
Reise-Munddusche
Traveler WP-300E

Waterpik® Mundhygienegeräte.

Nachweislich* **das richtige Rezept** zur optimalen Pflege von Implantaten, bei Zahnfleischentzündungen und Parodontitis.

* belegt durch mehr als 50 wissenschaftliche Forschungsarbeiten

Weitere Informationen direkt von:



intersanté GmbH
Wellness, Health & Beauty

Berliner Ring 163 B
D-64625 Bensheim
Telefon 06251 - 9328 - 10
Telefax 06251 - 9328 - 93
E-mail info@intersante.de
Internet www.intersante.de