

AUFBEREITETES EIGENFETT IST NICHT UNBEGRENZT HALTBAR

Zur Faltenunterspritzung aufbereitetes und für spätere Anwendungen tiefgefrorenes Eigenfett ist nicht unbegrenzt haltbar. Nach etwa 4 Jahren ist das Material nicht mehr brauchbar. Die "Fettvorräte" in der Rosenparkklinik werden daher regelmäßig überprüft und überlagertes Material entsorgt.

Sollte die Fettentnahme bei Ihnen schon längere Zeit zurückliegen und Sie an weiteren Unterspritzungen interessiert sein, rufen Sie uns an. Gerne überprüfen wir die verbleibende Haltbarkeitsdauer des für Sie gelagerten Eigenfettes und reservieren auf Wunsch einen Behandlungstermin.

13



KOSMETIK-WEIHNACHTSSPECIAL

Es ist schon fast zur Tradition geworden – das Kosmetik-Weihnachtsspecial als kleines Dankeschön für das Vertrauen, das Sie der Rosenparkklinik entgegenbringen:

MARIA GALLAND-VERWÖHNBEHANDLUNG, EUR 48,-

Nach einer sorgfältigen Analyse Ihrer Haut wählt die Kosmetikerin die für Ihren Hauttyp geeignete Behandlung und die entsprechenden Pflegeprodukte aus.

GÜLTIG BIS 29.02.04

Wie in jedem Jahr gibt es das Weihnachtsspecial auch als **GUTSCHEIN ZUM VERSCHENKEN!!**

14

GROSSER KONGRESSERFOLG!

Der internationale Kongress für Dermatochirurgie vom 18. – 21. September 2003 in Berlin war ein großer Erfolg. Die Organisationen ISDS (International Society for Dermatologic Surgery) und die VOD (Vereinigung für Operative Dermatologie) haben gemeinsam mit der Rosenparkklinik diesen Kongress organisiert und ausgeführt. Die Veranstaltung wurde von 480 Teilnehmern aus 48 Ländern besucht. 49 weltweit angereiste Aussteller haben ihre Produkte im Rahmen der Industrieausstellung vorgestellt.

Bei strahlendem Wetter und sommerlichen Temperaturen waren alle von den wissenschaftlichen Beiträgen, aber auch von dem exzellenten Rahmenprogramm begeistert. Die Eröffnungszeremonie auf dem Reichstag, die Stadtrundfahrt, der traditionelle Berlinabend mit anschließendem Feuerwerk oder der einzigartige abschließende Galaabend mit einem herausragenden Konzert von Deborah Sasson, werden die Teilnehmer sicherlich nicht so schnell vergessen.

15 Workshops am Donnerstag und 18 parallel stattfindende Live-Chirurgie-Workshops am abschließenden Sonntag in der renommierten Berliner Charité umrahmten einen vom wissenschaftlichen Niveau einzigartigen Kongress.

15



Rosenpark Klinik

01 BESINNLICHKEIT KEHRT EIN | 02 HERZLICH WILLKOMMEN! - DR. MED. AXEL ARLT
ERWEITERT UNSER KOLLEGENTEAM | 03 EIN SCHÖNER HALS TRÄGT DAS GESICHT MIT
ANMUT | 04 EIN ATTRAKTIVES UND FEMININES GESICHT HEBT DAS SELBSTWERTGEFÜHL
EINER FRAU | 05 AUGENRINGE – BEHANDLUNG MIT EIGENFETT: EIN NEUES THERAPIEKONZEPT
| 06 UNTERSPRITZUNGEN – OPTIMALE ERGEBNISSE OHNE UNNÖTIGE SCHMERZEN DURCH
NEUE BETÄUBUNGSMETHODEN | 07 GANG WIE EIN MODEL | 08 ERFAHRUNGEN MIT DER
FAMI-TECHNIK | 09 STRAHLENDER TEINT FÜRS FEST! | 10 LASERBEHANDLUNG VON
STAMMVENEN | 11 AUFFRISCHUNG FÜR SONNENGESCHÄDIGTE HAUT | 12 ANTI-AGING
| 13 AUFBEREITETES EIGENFETT IST NICHT UNBEGRENZT HALTBAR | 14 KOSMETIK-
WEIHNACHTSSPECIAL | 15 GROSSER KONGRESSERFOLG! |

ROSENPAKKLINIK
NEWSLETTER [Winter 2003-2004]



BESINNLICHKEIT KEHRT EIN

Das Jahr 2003 neigt sich zu Ende und es ist wieder die Zeit zu rekapitulieren, Erinnerungen zu sortieren, aber auch Pläne und Wünsche für die Zukunft zu schmieden. Hat uns die Natur mit einem der schönsten Sommer seit langem belohnt, so gilt es für viele von uns, in wirtschaftlich unsicheren Zeiten sensibler über die eigene Zukunft nachzudenken.

Bei denen, die uns in diesem Jahr ihr Vertrauen geschenkt haben, möchten wir uns ganz herzlich bedanken. Um die von uns geforderte Kompetenz bei ästhetischen Behandlungen zu erbringen, wurde das gesamte Team der Rosenparkklinik in nahezu allen Bereichen erheblich verstärkt. Unser Wille, dem ästhetischen Patienten nur das Beste zukommen zu lassen, wird wie bisher auch in Zukunft unser Motto bleiben. Die individuelle Beratung und Therapie mit interdisziplinärem Austausch gibt jedem mit ästhetischen Fragestellungen, Wünschen, aber auch Problemen die Sicherheit, die man für eine vertrauensvolle Entscheidung und kompetente Behandlung braucht. Diese Kompetenz kann nur durch eine hohe Behandlungshäufigkeit entstehen, da diese über die wirkliche Erfahrung des Behandlers entscheidet.

Und es ist genau diese Erfahrung die wir alle vom Team der Rosenparkklinik unseren Patienten zu ihrer Sicherheit von ganzem Herzen schenken. Nicht nur zu Weihnachten – natürlich auch während der gesamten restlichen Zeit des Jahres.

Für die kommende Weihnachtszeit und das Neue Jahr erhoffen wir wieder für uns alle Frieden, Toleranz und Besonnenheit. Wir wünschen allen die Kraft und den Mut, die Herausforderung der Zukunft anzunehmen und zu meistern.

Drs. Sonja u. Gerhard Satter und
Ihr Team von der Rosenparkklinik

01

HERZLICH WILLKOMMEN! HERR DR. MED. AXEL ARLT ERWEITERT UNSER KOLLEGENTEAM

Plastische Chirurgie, Plastische Gesichtschirurgie, Schwerpunkt Rhinologie/Rhinochirurgie (Nasenchirurgie), Allergologie.

Im Rahmen unseres Ziels, Patienten bestens zu behandeln, hat sich die Rosenparkklinik von einer dermatologisch-dermatochirurgischen Klinik zu einem Zentrum mit einem nahezu kompletten Spektrum auf dem Gebiet der ästhetisch-plastischen Chirurgie entwickelt. Dabei war es stets das Ziel, echte Experten ihres jeweiligen Spezialgebietes unter dem Dach der Rosenparkklinik zu vereinigen, im Sinne eines Expertenteams, eines s.g. „Center of Excellence“. In diesem Spektrum hat noch ein wirklicher Experte auf dem Gebiet der plastischen Gesichtschirurgie und insbesondere auf dem komplizierten Gebiet der Nasenchirurgie gefehlt.

Die Rosenparkklinik ist daher stolz und glücklich, mit Herrn Dr. Arlt einen exzellenten Spezialisten auf dem Gebiet der Plastischen Gesichtschirurgie gewonnen zu haben. Herr Dr. Arlt hat zwei Facharztweiterbildungen absolviert und ist sowohl Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde als auch Facharzt für Plastische Chirurgie. Damit ist er in Deutschland einer der ganz wenigen Spezialisten in der Plastischen Gesichtschirurgie mit dieser Kombinationsausbildung. Außerdem hat er nach entsprechender Weiterbildung die Zusatzbezeichnung Allergologie. Gerade auf seinem Spezialgebiet der Rhinologie und Rhinochirurgie (Nasenheilkunde und Nasenchirurgie) ist er damit kompetenter Ansprechpartner für plastisch-ästhetische und medizinisch-funktionelle Fragen.

Herr Dr. Axel Arlt ist Mitglied verschiedener nationaler und internationaler Gesellschaften und spezialisiert auf dem Gebiet der Plastischen Gesichtschirurgie (Operationen der Nase, Ohrmuschel, Augenlider, Stirn-Brau-Lift, Face-Lift) und der Plastischen Chirurgie des Körpers (u.a. Brustchirurgie, Liposuktion, Lipofilling, etc.). Sein Spezialgebiet (und Zitat: „Hobby“) ist die Nasenchirurgie und zwar sowohl die ästhetische als auch die funktionelle und die rekonstruktive Rhinoseptumplastik (Nasenkorrekturoperation).

Wir freuen uns auf die gemeinsame Zukunft!

02

EIN SCHÖNER HALS TRÄGT DAS GESICHT MIT ANMUT

Die Halsliposuktion - ein wichtiges Instrument in der ästhetischen Dermatologie.

Schon im alten Ägypten, circa 3000 Jahre vor Christus, waren die Schönheit und ihre Herstellung ein bedeutendes Thema. Die Schönheitsvorstellungen dieser Zeit wurden uns durch die altägyptische Kunst, ihre erhaltenen Malereien, Reliefs und Plastiken sowie ihre Schriftstücke überliefert. Die Büste der Königin Nofretete ist hierfür beispielhaft. Ein langer, schlanker und glatter Hals spiegelte damals, wie auch heute Anmut, Grazilität und Jugendlichkeit wieder.

In der ästhetischen Dermatologie hat die Fettabsaugung (Liposuktion) des Halses und des Kinns einen festen Platz in der gesichtsverjüngenden Therapie gefunden. Als alleinige Methode zur Beseitigung eines Doppelkinns oder auch in Kombination mit anderen Verfahren, wie zum Beispiel einem Soft-Lifting mittels APTOS®-Fäden oder einer Unterspritzungsbehandlung mit resorbierbaren Füllmaterialien, spielt die Liposuktion eine entscheidende Rolle bei der Gesichtsverjüngung. Wir führen die Fettabsaugung prinzipiell in Tumescenz-Lokalanästhesie, einer besonderen Form der örtlichen Betäubung und mit einer gewebeschonenden feinen, vibrierenden Mehrloch-Kanülen durch. Der Patient empfindet bei der Absaugung keine Schmerzen, es wird lediglich ein "ziehendes" Gefühl berichtet. Als Zugangswege dienen wenige kleine Schnitte an der Haut (4 - 6 mm), die anschließend mittels Klammerpflaster verschlossen werden. Eine Hautnaht ist nicht erforderlich. Bereits nach 1-2 Tagen ist man wieder gesellschaftsfähig. Wie reagiert die Haut auf die Liposuktion? Faszinierenderweise schrumpft sich im Heilungsverlauf der Hautmantel und das darunterliegende Bindegewebe auf seine neue Unterlage zurecht. Durch die Liposuktion kann somit eine wesentliche Straffung und Glättung der Haut, ohne Skalpell und damit ohne Narbenbildung erreicht werden. Der individuelle Verjüngungseffekt durch einen schlankeren und glatten Hals ist beeindruckend. Insbesondere die sich wieder schärfer abzeichnenden Gesichtskonturen am Kinn und im unteren Wangenbereich tragen dazu bei.

03

EIN ATTRAKTIVES UND FEMININES GESICHT HEBT DAS SELBSTWERTGEFÜHL EINER FRAU.

Wenn die Spuren der natürlichen Alterung im Gesicht nach und nach deutlicher hervortreten und das äußere Erscheinungsbild nicht mehr dem persönlichen Selbstwertgefühl entspricht, bietet die Ästhetische Chirurgie heute schonende und risikoarme Möglichkeiten der Korrektur. Sie können Ihre jugendliche Ausstrahlung und Jahre der Selbstzufriedenheit zurückgewinnen.

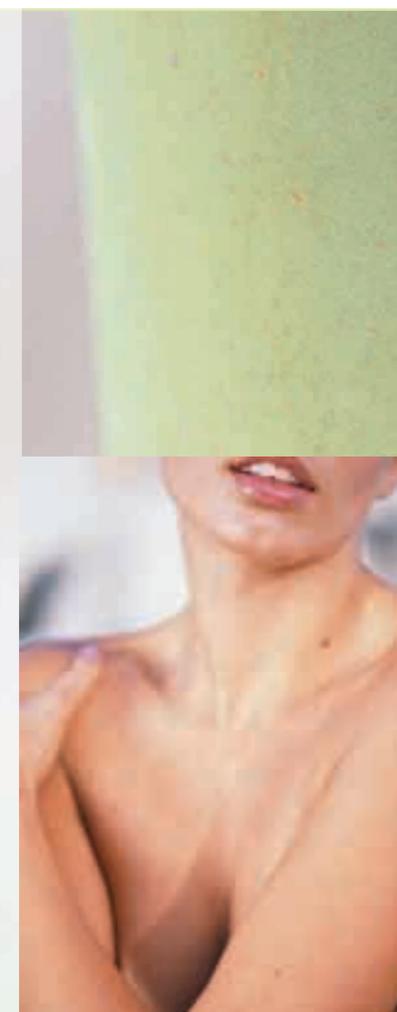
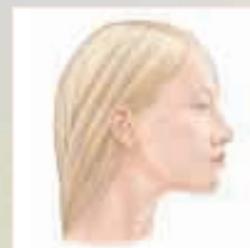
Es besteht die Möglichkeit, Teilbereiche des Gesichtes zu korrigieren oder aber das gesamte Gesicht zu behandeln. Zielsetzung der von unserem erfahrenen Spezialisten, Dr. med. Stefan Kalthoff, Facharzt für Chirurgie und Facharzt für Plastische Chirurgie – Handchirurgie durchgeführten Lifting-Operationen ist es immer, ein lange haltbares, natürlich wirkendes Ergebnis unter Wahrung der persönlichen Individualität zu erzielen.

Die bloße Straffung des Hautmantels führt durchweg zu einem unbefriedigenden Resultat, da das Gesicht starr und maskenhaft wirkt. Die in der Rosenparkklinik angewandten modernen Operationstechniken zur Gesichtsstraffung beziehen daher immer die aus Muskulatur, Fett- und Bindegewebe bestehende sog. SMAS Schicht (Superfiziell Muskulär Aponeurotisches System) mit ein, die dem Gesicht seine Dynamik verleiht. Hierdurch bleibt das Ergebnis über viele Jahre haltbar und der unerwünschte Eindruck eines „operierten Gesichtes“ wird verhindert.

Wichtig ist es, das Gesicht als Ganzes zu betrachten und bei Bedarf die Behandlung unterschiedlicher Areale zu kombinieren. Der Alterungsprozess kann unterschiedliche Gebiete bevorzugen, betrifft häufig jedoch das ganze Gesicht. Eine Verjüngung des unteren Gesichtes und Belassung der Alterserscheinung im Augen- und Stirnbereich z. B. wirkt operiert und unnatürlich.

Gerne stehen wir Ihnen für Ihren ganz persönlichen Fall mit kompetentem Rat zur Seite.

04



AUGENRINGE – BEHANDLUNG MIT EIGENFETT: EIN NEUES THERAPIEKONZEPT

Tritt im Rahmen der normalen Alterung ein Absinken der Wangenhaut ein, ist das Auftreten von dunklen Augenringen und furchenartigen Vertiefungen an der Innenseite des Auges ein unschöner Nebeneffekt, der mit Kranksein, Übermüdung, körperlicher Schwäche subjektiv aufgefasst wird. Die dünne Haut des Unterlids, die ständige Bewegung des Lidschlags, die teilweise ausgeprägte Zerklüftung der Anatomie macht eine operative Korrektur sehr schwierig.

Begeisternde Erfolge ergeben sich mit der neuen Behandlungsmethode mit Eigenfett, welches unter diese Gewebsdefizite injiziert wird. Die idealen Eigenschaften des Eigenfetts, die risikolose Anwendung und die perfekten Ergebnisse lassen ihr Gesicht wieder strahlen. Wiederholte minimale Injektionen unter den Augen lassen perfekte und bleibende Gewebsverhältnisse entstehen. Für Betroffene, die sich behandeln lassen, ändert sich ihr Leben!

05



UNTERSPRITZUNGEN – OPTIMALE ERGEBNISSE OHNE UNNÖTIGE SCHMERZEN DURCH NEUE BETÄUBUNGSMETHODEN

Einige Unterspritzungen zur Faltenbehandlung, wie Injektionen mit Eigenfett und anderen Füllstoffen, können an bestimmten Körperpartien zumindest unangenehm, zum Teil schmerzhaft sein. Besonders im Gesicht, z.B. an den Lippen, an den Mundwinkeln, unter den Augen und den Nasolabialfalten, sind Injektionen selbst unter örtlicher Betäubung oft äußerst unangenehm und zum Teil schmerzhaft. Zudem behindert die Menge an eingebrachtem Betäubungsmittel und die damit verbundene Gewebeschwellung die genaue Beurteilung der benötigten Faltenfüllung.

Durch ein hochwirksames Schmerzmittel aus der Anästhesie kann hier eine wertvolle Hilfe angeboten werden. Dieses Medikament wird kurz vor der Unterspritzung über die Blutbahn (Punktion einer Armvene) verabreicht. Die anschließende Unterspritzung kann sodann schmerzfrei vorgenommen werden. Außer einem kurzen Schwindel verspürt der Patient keine Nebenwirkung. Aufgrund der extrem kurzen Wirkdauer von ca. 15 Minuten ist keine körperliche Belastung zu bemerken.

Die Verabreichung dieses Medikament setzt die Anwesenheit eines Fachkollegen aus der Anästhesie voraus, was nicht in allen Unterspritzungspraxen gewährleistet werden kann. Das Expertenteam der Rosenparkklinik wird durch erfahrene Anästhesisten ergänzt, so dass wir diese Methode auf Wunsch jederzeit ohne unnötiges Risiko einsetzen können. Auf der Suche nach Wegen für bessere ästhetische Ergebnisse bietet diese Schmerzbehandlung ungeahnte Behandlungsmöglichkeiten.

06

GANG WIE EIN MODEL

Ist die Fettabmung nach täglich regelmäßiger Fernsehberichterstattung zum Allgemeingut des deutschen Wissensstands avanciert, gibt es fernab vom Klischee doch viele kleine Details, die im Rahmen unseres Newsletters erklärt und beschrieben werden sollen.

Galt die Absaugung der Innenseiten der Oberschenkel immer wieder als schwierig und schlecht durchführbar, muss heute die Berichtigung erfolgen und die hierfür erforderliche Begründung geliefert werden.

Unabhängig vom Bauch- oder Bein-Fettverteilungstyp ist immer die Innenseite der Oberschenkel, insbesondere am Gesäßansatz, von der Fettgewebsvermehrung betroffen. Die führt einerseits zu einem entenartigen Gangbild, andererseits besteht eine optische Verlängerung des Gesäßes bis zum mittleren hinteren Oberschenkel. Eine korrigierende Abtragung dieser Fettpolster am Innenschenkel erlaubt einen aufrechten, beschwerdefreien Gang, wie auch eine optische Verlängerung des Beinbildes zu seiner natürlichen Länge. Aus dem Entengang wird ein natürlicher freier Bewegungsablauf – eben, mit dem entsprechenden Hüftschwung, ein Gang wie ein Model.

07

ERFAHRUNGEN MIT DER FAMI-TECHNIK

Die Behandlung des frühen und des reiferen Alterungsprozesses unserer menschlichen Gesichtshaut wird durch Eigenfettbehandlungen seit vielen Jahren erfolgreich durchgeführt. Die Fat Autograft Muscle Injection (FAMI) ist eine Variante die sich eines besonderen Instrumentariums bedient, welches besonders schonend die Fettgewebstransplantate in Zonen der mimischen Muskeln einbringen lässt. Diese besonderen Kanülen sind analog der anatomisch bedingten Strukturen geformt, sind stumpf und andererseits äußerst robust. Somit sind weitestgehend blutergussfreie große Fettgewebstransplantationen des gesamten Gesichtes möglich, die zu einer deutlich verbesserten Qualität der Ergebnisse beitragen. In Bedarfsfällen hilft die anästhesiologische Unterstützung und erlaubt eine vollständige Schmerzfreiheit. Weitere Vorteile: Behandlungen werden weniger häufig durchgeführt – die ersten Langzeitergebnisse übertreffen alle Erwartungen.

08

STRAHLENDER TEINT FÜRS FEST!

Eine glatte, kompakte und strahlende Haut ist ein Zeichen für Gesundheit, Jugendlichkeit und Attraktivität. Unsere Haut ist tagtäglich einer Vielzahl von Umweltfaktoren wie zum Beispiel UV-Licht, Temperaturschwankungen und Smog ausgesetzt. Diese negativen Einflüsse auf die Integrität der Haut, in Kombination mit den altersbedingten, natürlichen Veränderungen der Hautstruktur, resultieren in einer verminderten Elastizität, einer zunehmenden Rauigkeit und damit einer verringerten Ausstrahlung.

Eine innovative Therapiestrategie für die Pflege und die Verjüngung der Hautoberfläche stellt Compositum® Cold-Linked Gel, ein neues Komi-Gel-Peeling-Verfahren mit Trichloressigsäure (TCA), in ärztlicher Hand dar. Die oberflächlichen Hautschichten können je nach den individuellen Bedürfnissen des einzelnen Patienten entfernt und somit eine Erneuerung der Haut erzielt werden. Durch die Auswahl des entsprechenden Kombi-Gel-Peeling-Produktes können gezielt Zeichen der Hautalterung oder Pigmentstörungen beseitigt, die Hautstruktur allgemein verfeinert, entzündliche Veränderungen und Narben bei Akne reduziert werden. Eine Vorbehandlung der Haut mit speziellen Produkten ist über mindestens 2 Wochen zu Hause durchzuführen. Während der einmaligen Komi-Gel-Peeling-Behandlung wird ein Wärmegefühl und ein kurzzeitiges Brennen verspürt. Sofort danach wird durch den Arzt eine Crememaske aufgetragen, die Haut beruhigt sich anschließend rasch. Die gewünschte Abschuppung der obersten Hautschichten setzt nach 1 – 2 Tagen ein. Die Haut regeneriert sich dann innerhalb weniger Tage vollständig. Ein strahlender Auftritt in der herannahenden Weihnachtszeit und ein glänzender Rutsch ins Neue Jahr sind Ihnen sicher!

09



LASERBEHANDLUNG VON STAMMVENEN

Im Rahmen des Weltkongresses der ISDS (International Society for Dermatologic Surgery) im September 2003 in Berlin, der unter anderem von unserem Phlebologen Dr. med. Rainer Jokisch aktiv mitgestaltet, und vom Kongressbüro der Rosenparkklinik organisiert wurde, konnte erstmals in Europa ein neues Laserverfahren für Krampfadern vorgestellt werden. Dabei wird endoluminal, d.h. mit Hilfe eines Katheters, die erkrankte Stammvene von innen mit Laserlicht der Wellenlänge 1320nm behandelt und somit geschrumpft und verschlossen. Die Methode ist einfach in der Durchführung und kann in lokaler Betäubung erfolgen. Sie ähnelt dem Radiowellenverfahren, ist jedoch auch für dilatierte, „ausgesackte“ Venenabschnitte geeignet. Dieses schonende und erfolgreiche Verfahren ohne viele Schnitte bietet Ihnen unser Spezialist für Venen, Dr. med. Rainer Jokisch, in der Rosenparkklinik an. Wir freuen uns darauf, unser Behandlungsspektrum um ein weiteres innovatives Verfahren zu bereichern. Die Methode passt perfekt zu unserem „ein Patient - ein Arzt“ Konzept: Voruntersuchung, Venendiagnostik und Operation liegen dabei in Händen ein und desselben Arztes. Dieses Vorgehen hat sich im Sinne einer qualitativ hochwertigen, patientenorientierten Venenbehandlung bewährt und wird in der Person von Herrn Dr. med. Rainer Jokisch in den Räumen der Rosenparkklinik konsequent umgesetzt.

10



AUFFRISCHUNG FÜR SONNENGESCHÄDIGTE HAUT

Der Sommer hat uns in diesem Jahr mit viel, viel Sonne verwöhnt. Die Seele konnte richtig auftanken. Leider ist das, was der Stimmung so gut tut, für unsere Haut nur schwer zu ertragen. Sie revanchiert sich für den Sonnenstress mit Trockenheits- und Spannungsgefühl, Knitterfältchen und Pigmentveränderungen. Jetzt ist es höchste Zeit für eine Regenerationsbehandlung. Sowohl das Fruchtsäurepeeling als auch die IPL-Behandlung (Intense Pulsed Light, spezielle Blitzlampentechnik) sind zur Auffrischung sonnegeschädigter Haut geeignet.

Beim Fruchtsäurepeeling werden die obersten Hautschichten abgeschält, was die Zellregeneration anregt. Das Ergebnis nach 4 bis 5 Behandlungen ist eine deutliche Milderung von Fältchen und Lichtschäden und ein strafferes, frischeres Aussehen der Haut.

Die IPL-Therapie eignet sich besonders zur Behandlung unregelmäßiger Pigmentierungen und zur Verfeinerung des Hautbildes. Darüber hinaus erzielt sie auch gute Ergebnisse bei der Beseitigung von Rötungen, die durch erweiterte Äderchen entstehen (Couperose). Auch hier sind mehrere Behandlungen im vierwöchigen Abstand erforderlich.

Gönnen Sie Ihrer Haut diese Erholung! Gerne reservieren wir einen Behandlungstermin für Sie.

11

ANTI-AGING

Die ästhetische Dermatologie und Plastische Chirurgie bietet eine Reihe wirkungsvoller, risikoarmer Methoden, um die Spuren des Älterwerdens zu mildern oder deren Auftreten hinauszuzögern. So kann auch die Rosenparkklinik mit ihrem breiten Behandlungsspektrum einen wichtigen Beitrag zum Thema Anti-Aging leisten.

Die natürliche Alterung betrifft aber nicht nur die Haut und es gibt eine ganze Reihe von Ansätzen, den Alterungsprozess zu verlangsamen und sich körperlich und geistig fit zu halten.

Der nachfolgende Beitrag einer erfahrenen Internistin und Sportmedizinerin mit langjährigen Aktivitäten auf dem Gebiet Fitness- und Gesundheitssport, Personal Training und Gesundheitsmanagement gibt Ihnen einen Einblick in den Gedanken des ganzheitlichen Anti-Aging Konzeptes und in die Möglichkeiten, die z. B. eine Hormontherapie in diesem Zusammenhang bieten kann. Sollten Sie an einer Anti-Aging-Beratung interessiert sein, vermitteln wir Sie gerne weiter. Sprechen Sie uns an.

BIOLOGISCH JUNG BLEIBEN BEIM ÄLTERWERDEN – LANGE LUSTVOLL LEBEN

Das ganzheitlich-interdisziplinäre Anti-Aging Konzept von Frau Dr. med. Angelika Hartmann, München.

Der Mensch ist so jung oder alt wie sein am schnellsten vorgealtertes Organsystem.

Es braucht also ein interdisziplinäres Team aus Anti-Aging-Spezialisten, das sich mit der Frage befasst, wie verzögert oder verhindert man insbesondere diejenigen Alterungsprozesse, für die der Klient durch seine Lebensführung oder Veranlagung besonders anfällig ist. Ziel ist es, sich auch in der zweiten Lebenshälfte vital, leistungsfähig und attraktiv zu fühlen und sein Leben in vollen Zügen genießen zu können.

Die moderne Anti-Aging Medizin beruht deshalb derzeit auf 5 Säulen:

1. Lebensstilberatung zum „Lifebalancing“ und mentale Fitnesstechniken
2. Ernährungsberatung und Orthomolekulare Medizin
3. Sportmedizinische Diagnostik und Trainingstherapie
4. Hormonersatz-Therapie mit natürlichen Hormonen und Blutspiegelkontrollen
5. Ästhetisch-operative Dermatologie und Plastische Chirurgie

Wir werfen in diesem Newsletter einen Blick auf Säule 4:

Hormondefizite treten bei beiden Geschlechtern interindividuell sehr unterschiedlich schon ab dem 30. Lebensjahr auf und führen schleichend zu einer Vielzahl von Alterungserscheinungen, die oft als „Befindlichkeitsstörungen“ verharmlost werden, aber für den Einzelnen eine meist deutliche Einschränkung der Lebensqualität bedeuten. Zu diesen häufig hormonell bedingten Abbauprozessen gehören Abnahme der Muskelmasse und Zunahme der Fettmasse, Knochendichteverlust, Haarverlust, Hautalterung, Cellulite, Bindegewebsschwäche, Immunschwäche, Verstimmungszustände, erhöhte Reizbarkeit, verschlechterter Schlaf, Verlust der kognitiven und innovativen Fähigkeiten und der Stressresistenz, Leistungsabfall, Abnahme der Vitalität, zunehmende Müdigkeit, Libidoverlust, Impotenz u.v.m. Sollten sich durch eine Trainings- und Ernährungsoptimierung sowie Lifestyleänderung die körpereigene Hormonproduktion nicht mehr gut reaktivieren lassen, so beraten wir Sie gerne über Chancen und Risiken einer Hormonersatztherapie.

Die Hormonersatz-Therapien mit künstlichen Östrogenen und Gestagenen geraten bei Frauen durch neue Studienergebnisse zunehmend ins Kreuzfeuer der Kritik.

Diese Studien haben eine Erhöhung der Risiken für bestimmte Karzinome und auch Arteriosklerose ergeben. Die verwendeten Hormone wurden aber zum einen in Form von Tabletten gegeben, was eine hohe Dosierung wegen der Leberpassage zur Folge hat, zum anderen wurden künstliche bzw. nicht-menschliche Hormone verwendet und es erfolgten keine Blutspiegelmessungen und somit keine individuelle Dosisanpassungen. In der modernen Anti-Aging Hormontherapie hingegen werden ausschließlich menschliche, körpereigene Hormone möglichst über die Haut (deutlich geringere Hormondosis) gegeben und an Hand regelmäßiger Hormonspiegelbestimmungen an den individuellen Bedarf möglichst niedrig dosiert angepasst. Eine solche Hormonersatztherapie minimiert Risiken und Nebenwirkungen und kann bei den oben genannten Alterungserscheinungen unterstützend sehr wirksam sein.

Wenn Sie weitere Fragen zu diesem Thema haben, kann Ihnen Frau Dr. med. Angelika Hartmann gerne zur Seite stehen.

12