OLDENBURG
# Forum für Gesundheit

Eine Initiative vom Fitness-Studio INJOY Lady Oldenburg und führenden Gesundheitsanbietern

Anzeige

Dieses Forum beinhaltet Beiträge der Juventis Tagesklinik und des Laserzentrums Oldenburg / **www.gesundheitsforum-oldenburg.de** / Redaktion: PR.int - Petra Beier / Satz & Layout: STELTER & FRIENDS

# Zahnimplantate

## Spezialistenwissen hilft weiter

Unbeschwert lachen, sprechen und essen zu können, sollte heute in jedem Alter selbstverständlich sein. Implantate, künstliche, fest im Kiefer verankerte Zahnwurzeln sind aus der modernen Zahnheilkunde nicht mehr wegzudenken.
Wenn sich ein Patient Implantate wünscht, der behandelnde Zahnarzt dieses jedoch für problematisch hält, weil zu wenig Knochenmaterial vorhanden ist, sollte die Meinung eines Spezialisten eingeholt werden. Künstliche Zahnwurzeln einpflanzen darf zwar jeder Zahnmediziner - ungeachtet seiner Erfahrung und Ausbildung -, doch ein ausgewiesener Implantologie-Spezialist mit international anerkanntem Studienabschluss (Master of Science für Implantologie) beurteilt die Ausgangssituation möglicherweise anders. Mittels verschiedener moderner Verfahren zum Knochenaufbau - Augmentation - ist es erfahrenen Spezialisten heute möglich, wieder ein geeignetes Implantatlager aufzubauen. Für einen genauen Befund ist eine ausführliche Untersuchung, ggf. auch mittels eines Computertomogramms, nötig.
Gegenüber anderen Verfahren zum Lückenschluss lässt die Implantologie die gesunde Substanz der Nachbarzähne unangetastet. Stütz- oder Pfeilerzähne müssen nicht beschliffen oder anderweitig manipuliert werden. Die Kaufunktion wird gestärkt, die Gesichtsmimik bleibt erhalten (bei Zahnlosigkeit oder anderen Lösungen findet man häufig einen Einfall des Gesichtsausdrucks).

Dr. Andreas Hein, MSc

Der individuelle, fest sitzende Zahnersatz ist sehr langlebig, gut körperverträglich, lässt sich pflegen wie natürliche Zähne und auch so belasten. Und sogar Vollprothesen können auf einigen Implantaten fester verankert werden.
Die Zahnärzte im Hause Juventis haben viel Erfahrung in der Implantation. Dr. Andreas Hein ist Master of Science für Implantologie. Systematische Abläufe, mit Erfahrung angewandte Techniken und Verfahren sind über viele Jahre erprobt, entsprechen aktuellen, wissenschaftlichen Standards und bieten ein hohes Maß an Sicherheit. Auf Wunsch kann die Behandlung in Vollnarkose erfolgen. Diese wird von erfahrenen Fachärzten für Anästhesie durchgeführt, mit denen Juventis seit Jahren vertrauensvoll zusammenarbeitet. *PB*

**Informationsveranstaltung der JUVENTIS Tagesklinik**

**Zahnimplantate: Anwendung und Möglichkeiten**
Wir möchten Sie zu einem Fachvortrag von Dr. Andreas Hein (MSc) zum Thema „Zahnimplantate: Anwendung und Möglichkeiten“ herzlich einladen.

**Ort:** JUVENTIS Tagesklinik, Dragonerstraße 1, 26135 Oldenburg
**Zeit:** Freitag, 13. April ab 19 Uhr

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, möchten wir Sie bitten, sich telefonisch unter folgender Nummer anzumelden: 04 41 / 218 24 46.
**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

**www.juventis.de**

# Gesundheitscoaching im INJOY Lady

**ZERTIFIZIERTE FITNESS.** Neuer, achtwöchiger „Dr. Wolff“-Rückenkurs startet im März

**Rückenfitness-Zentrum® by Dr. WOLFF**

Nahezu jeder dritte erwachsene Bundesbürger leidet heute ständig unter Rückenbeschwerden und nur 20 Prozent bleiben zeitlebens von Rückenschmerzen verschont. Der Mensch verliert zwischen dem 30. und 40. Lebensjahr bis zu 40 Prozent seiner Muskelmasse; Vitalität und Gesundheit sind jedoch in hohem Maße von einer leistungsfähigen Muskulatur abhängig.

Durch rechtzeitiges und gezieltes Training zum Aufbau der Rückenmuskulatur kann man vielen Beschwerden vorbeugen und altersbedingtem Muskelabbau entgegenwirken.
Die fitnesspositiven Anpassungserscheinungen, die ein durchdachtes Rückentraining hervorruft, sind vielfältig. Es kommt relativ schnell zu einer gewünschten Steigerung der Kraftfähigkeit und der Muskelspannung. Der so genannte passive Bewegungsapparat wird zusätzlich belastbarer und weniger anfällig für Verletzungen. Eine starke Rumpfmuskulatur wirkt sich ausgesprochen positiv auf das psychische und physische Gleichgewicht aus.

Ein umfassender Eingangstest und die langfristige Verlaufskontrolle des Trainings sind primäre Bestandteile des Dr. Wolff- Rückenfitness-Konzepts. Bevor der Trainierende das Training aufnimmt, wird mit Hilfe des neuartigen isometrischen Messverfahrens „Back-Check“ seine Kraftfähigkeit in alltagsnaher Standposition geprüft. Dieses dient vor allem der Überprüfung von muskulären Disbalancen. Bei „rückensensiblen Kunden“ steht die Frage nach der Leistungsfähigkeit der haltungsstabilisierenden Muskulatur im Vordergrund. Das Verhältnis der Kraftfähigkeit der Bauch-/ Rückenmuskulatur wird mit Hilfe einer Software eindrucksvoll dargestellt und ermöglichst eine optimale Trainingsplangestaltung.

„Ungleiche Kraft- und Zugverhältnisse im Körper, die oftmals Ursache und Auslöser von Rückenschmerzen sind, nennt man „muskuläre Disbalancen“, erläutert die betreuende Sportwissenschaftlerin im INJOY LADY, Silke Schmitz. „Vielen Menschen ist gar nicht bewusst, wie sie durch einseitige Belastung am Arbeitsplatz oder in der Freizeit ihren Körper aus der Balance bringen.“

Nach der Einweisung in den Dr. Wolff-Gerätepark, der insgesamt neun Stationen umfasst, besuchen die Teilnehmer acht feste Kurseinheiten (ein Termin pro Woche) zu rückenspezifischen Themen und zum gemeinsamen Training.
In diesen acht Wochen steigen Vitalität und Leistungsfähigkeit sowie die Lebensqualität nachweisbar. „Fitnesstraining ist nicht bloß eine Freizeitbeschäftigung für junge Menschen“, so die Sportwissenschaftlerin, „sondern sollte so selbstverständlich wie das tägliche Zähneputzen in den Alltag integriert werden, um Beschwerden und Schmerzen vorzubeugen.

Im Anschluss an den Kurs erfolgt erneut die Trainingsdiagnostik mit Back-Check. Hier wird die Trainingsqualität dem Kunden verdeutlicht und die Effizienz des Rückenfitness-Trainings belegt. Mögliche Schwachpunkte des Trainingsprogramms können identifiziert und eine Korrektur für das weitere Training vorgenommen werden.

**Unverbindliche Info-Veranstaltung für den nächsten Dr. Wolff-Rückenkurs:**

**Dienstag, 13. März 2007, um 18:30 Uhr**

**Hohe Bezuschussung durch die Krankenkassen möglich.**

Anmeldung zur Info-Veranstaltung unter 0441 - 7 48 49 beim INJOY Lady-Team.

Weitere Infos auch unter
**www.injoylady-oldenburg.de**

INJOY Lady
INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

# Hautalterung

## Entstehung und Therapie von Lichtschäden

**VON ANNA-KATHRIN SCHMOLL, FACHÄRZTIN FÜR DERMATOLOGIE/ALLERGOLOGIE, LASERZENTRUM OLDENBURG**

Durch Licht hervorgerufene Reaktionen der gesunden Haut umfassen akute und chronische Veränderungen. Sie stellen zunehmend ein medizinisches Problem dar, weil sie neben akuten Lichtschäden auch zur lichtbedingten Alterung, dem „Photoaging“, führen.

Eine normale gesunde Hautreaktion beinhaltet die Sofortpigmentierung, die Bräunung, die Lichtschwiele - eine Verdickung der Haut - und bei Überdosis von UVB, den Sonnenbrand.
Bei chronischer Schädigung entstehen Pigmentverschiebungen, eine schlaffe, trockene zigarettenpapierähnliche Fältelung der Hautoberfläche, teilweise auch ein grobkörniges durch Verklumpung der elastischen Fasern bedingtes Relief mit Vergrößerung der Poren, der Talgdrüsen und häufig fest haftenden Komedonen. Die zunehmende Zerstörung des kollagenen Bindegewebes fördert die Ausbildung von bleibenden roten Äderchen. Im weiteren Verlauf entstehen fest haftende Verhornungsstörungen. Diese sind Vorstufen zum weißen Hautkrebs und bedürfen einer Behandlung!

Zur Vorbeugung ist die Verwendung von Breitbandfiltern als Sonnenschutz wichtig und sinnvoll. Zur weiteren Vorbeugung und Therapie beginnender Veränderungen können Pflegeprodukte mit Hyaluronsäure, den Vitaminen A, C und E sowie Selen und Zink eingesetzt werden. Die Vitamine A, C und E gelten als Radikalfänger. Durch Abnahme der Hyaluronsäure verändert sich die Hautstruktur etwa ab dem 30. Lebensjahr sichtbar. Gleichzeitig schützt Hyaluronsäure die Zelle vor dem Zutritt der freien Radikale.
Therapeutisch wirksamer als die Anwendung reiner Pflegeprodukte ist das Einbringen der Vitamine A, C, E sowie der Hyaluronsäure in die tieferen Schichten der Haut, einerseits durch punktförmige flächige Injektionen, andererseits durch die Mesoporation, ein apparatives Verfahren, bei dem die Einschleusung der Wirkstoffe injektions- und damit schmerzfrei an den Zielort gewährleistet ist.
Den therapeutisch größten Effekt bietet der „Fractional-Laser“, eine Neuentwicklung im Bereich der Lasertechnologie. Bisher war es nur durch das flächige Abtragen der obersten Hautschichten mittels CO2-Laser oder Erbium-Yag-Laser möglich, eine Hautverbesserung zu erzielen, die mit den Nachteilen einer oberflächlichen, aber großflächigen Wunde verbunden waren. Diese neue schmerzarme Technik, für die eine Betäubung nicht notwendig ist, macht sich die Selbstheilung der Haut zunutze. Sie besteht in einer minimal-invasiven Mikropunkttechnologie, bei der winzige, mit bloßem Auge praktisch nicht zu erkennende, Gewebesäulen (etwa 300 pro Quadratzentimeter) inaktiviert werden und innerhalb weniger Tage in der Haut abgebaut und ausgeschleust werden. Durch die absichtlich erzielte Entzündungsreaktion um jede inaktivierte Hautsäule werden die Zellen angeregt, körpereigenes Kollagen zu bilden. Das neue Kollagen ist strapazierfähiger, es entsteht eine glattere, straffere und kräftigere Haut. Das Ergebnis ist absolut natürlich. Der Patient ist sofort wieder gesellschafts- und arbeitsfähig. Die Hautalterung verläuft von diesem neuen verjüngten Zustand wieder parallel zum biologischen Altern.

Laserzentrum Oldenburg

Laserzentrum · Dermatologie Oldenburg LDO
PRIVATKLINIK / TAGESKLINIK

**Achternstraße 21**
**Telefon 0441/ 21 91 40**
**www.ldo.de**

# Stirnlift

## Risikoarm und ästhetisch überzeugend Dank endoskopischer Technik

**VON DR. MICHAEL WROBEL, FACHARZT FÜR PLASTISCHE UND ÄSTHETISCHE CHIRURGIE, LEITER DER JUVENTIS TAGESKLINIK**

Mit zunehmendem Alter verliert unsere Haut auch im oberen Gesichtsdrittel an Elastizität und Spannung. Dadurch bedingt sinken die Augenbrauen ab. Um das Absinken zu kompensieren und die Augenbrauen wieder nach oben zu ziehen, spannen wir den Stirnmuskel an. Auf der Stirn entstehen Querfalten. Diese Stirnfalten, ausgeprägte Zornesfalten und tief stehende Augenbrauen können - unabhängig vom tatsächlichen Gefühlszustand eines Menschen - einen dauerhaft ärgerlichen, traurigen, sorgenvollen oder müden Gesichtsausdruck erzeugen.

Mit einem so genannten Stirnlift lässt sich die Dynamik des oberen Gesichtsdrittels nachhaltig wiederherstellen. Das Resultat ist ein wacheres, frischeres Aussehen. Die Operation wird in endoskopischer Technik durchgeführt, so dass kaum Narben entstehen.
Der Eingriff ist bei Ausführung durch einen Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie risikoarm. Innerhalb eines ganzheitlich ästhetischen Konzeptes zur Verjüngung des gesamten Gesichtsbereiches kann ein Stirnlift sehr gut mit einem Wangen- und Halslift (Klassisches Facelift) und/ oder einer Augenlidkorrektur verbunden werden.

Während der Operation in Vollnarkose werden mehrere kleine Schnitte im Bereich der behaarten Kopfhaut zum Einbringen des Endoskops gesetzt. Die weitere Operation wird über einen Monitor dargestellt. Nach Freilegung der für die Gefühlsempfindlichkeit der Stirn und des behaarten Kopfes verantwortlichen Nerven kann die Muskulatur geschwächt werden, die im Bereich der Stirnmitte die senkrecht verlaufenden Falten („Zornesfalte“) bzw. die waagrecht verlaufenden tiefen Stirnfalten hervorruft. Durch die anschließende Verlagerung der unter der Stirnhaut liegenden Muskeln nach oben werden die Brauen angehoben. Die kleinen Wunden werden verschlossen und die Patienten bekommen einen Kopfverband angelegt, den sie zwei Tage tragen sollten.
Nach dem Eingriff ist man normalerweise nach 10 bis 12 Tagen wieder gesellschaftsfähig. Das endgültige Ergebnis ist nach etwa drei Monaten sichtbar.

Dr. Michael Wrobel

**Gern lade ich Sie nach telefonischer Terminvereinbarung zu einem unverbindlichen, kostenlosen Beratungsgespräch in die Räumlichkeiten unserer Tagesklinik ein.**

**Informationsveranstaltung der JUVENTIS Tagesklinik**

**Wenn die Haut Ihr wahres Alter verrät...**
Sehen Sie so jung aus wie Sie sich fühlen?
Wir möchten Ihnen im Rahmen eines Info-Abends Wege aufzeigen, einfach und risikoarm durch eine Behandlung mit Botolinum Toxin A, Hyaluronsäure, Bio-Revitalisierung oder eine operative Gesichtsstraffung dieses Ziel zu erreichen.

**Ort:** JUVENTIS Tagesklinik, Dragonerstraße 1, 26135 Oldenburg
**Zeit:** Freitag, 16. März ab 19 Uhr

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, möchten wir Sie bitten, sich telefonisch unter folgender Nummer anzumelden: 04 41 / 218 24 46.
**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**