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

2 x 20 = Fit - INJOY-Lady macht Oldenburgs Frauen fit und schlank!

OLDENBURG. Hinter der einfachen Formel 2x20=Fit steht Europas größte gratis Fitness-Mitmach-Aktion, die zum Ziel hat, den Fitness-Status der Teilnehmer in nur 4 Wochen mit 2x20 Minuten gezieltem Training pro Woche messbar zu verbessern.

Das von den Bayreuther Sportwissenschaftlern Wend-Uwe Boeck-Behrens und Prof. Dr. Wolfgang Buskies entwickelte Trainingsprogramm wird exklusiv in ca. 700 qualifizierten europäischen Fitness-clubs angeboten. Auch das etablierte **INJOY Lady** Oldenburg nimmt als Frauen-Fitness-Studio an dieser Mitmach-Aktion teil. Auf Wunsch können die Teilnehmer das 2x20=Fit-Programm im **INJOY Lady** mit der 4- oder 8wöchigen „myline"-Ernährungsberatung kombinieren. Der „myline"- Ernährungskurs ist Deutschlands Abnehmkurs Nr.1. Über 100.000 Teilnehmer haben bisher im Schnitt zwischen 6-8 kg in nur 8 Wochen an Gewicht verloren.

„Ich habe bisher 14 % Fett abgebaut, 22 kg Gewicht und 4 Kleidergrößen hinter mir gelassen", so Farina Rensinghoff nach 6 Monaten Trainingserfahrung. „Die Pfunde purzeln und die Gemeinschaft unter Frauen bringt mir großen Spaß. Meine spürbare Lebensqualität und mein wieder gestärktes Selbstbewusstsein machen mich sehr glücklich. Bevor ich das **INJOY Lady** kennen lernte, war ich nicht nur unzufrieden und unbeweglich, sondern hatte auch eine falsche Vorstellung von einem Fitnessclub. Bei dem Einstieg in ein neues Lebensgefühl über die gratis Mitmachaktion 2x20 wird jeder nur gewinnen!"

INSTITUT FÜR SPORTWISSENSCHAFTEN AN DER UNIVERSITÄT BAYREUTH
ENTWICKELT VON PROF. DR. BUSKIES UND W. U. BOECKH-BEHRENS

Vereinbaren Sie jetzt ein unverbindliches Informationsgespräch unter 04 41 / 7 48 49.

Sie haben nichts zu verlieren, außer Gewicht und Kleidergrößen.

Von Problemzonen zu harmonischen Konturen
Fettabsaugung (Liposuktion)

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

Dr. Michael Wrobel

Im Laufe unseres Lebens verändert sich die Struktur unseres Körpers. Dies führt nicht selten zu unvorteilhaften Ausprägungen von einzelnen Körperregionen.
Die Fettabsaugung (in der Fachsprache Liposuktion) ist ein schonender Routine-Eingriff in der Plastischen Ästhetischen Chirurgie, mit dem das Körperbild dauerhaft vorteilhaft korrigiert werden kann. Dieser Eingriff ersetzt jedoch keinesfalls eine notwendige Diät oder körperliche Ertüchtigung. Die Liposuktion wird zur Gewichtsabnahme von seriösen Fachärzten strikt abgelehnt! Ein verantwortlich handelnder Chirurg wird überdies keinen „völlig neuen Menschen" modellieren. Eine natürliche, die Körperform verbessernde Ästhetik und die Sicherheit des Patienten haben absolute Priorität! Ziel ist eine harmonische Gesamtsilhouette bei Minimierung gesundheitlicher Risiken für den Patienten.

In einem eingehenden Beratungsgespräch werden die Patienten über die Anwendungsmöglichkeiten ebenso wie über die Erfolgsaussichten und die möglichen Nebenwirkungen informiert. Lokale, kleinere Fettansammlungen- wie z.B. die sogenannten Reithosenfettpolster- können ambulant und in einer lokalen Betäubung operiert werden. Größere Korrekturen sollten unter stationären Bedingungen in Narkose mit einem Klinkaufenthalt von einem Tag durchgeführt werden!
Unter der Leitung eines Facharztes für Plastische und Ästhetische Chirurgie besteht während des Eingriffes auch die Möglichkeit, gleichzeitig eine Straffung der Haut vorzunehmen.
Das bislang schonendste, modernste Verfahren für attraktive Proportionen ist die Fettabsaugung in Tumeszens-Lokalanästhesie. Bei dieser besonderen Form der Lokalanästhesie wird - nach Markierung der zu behandelnden Areale - durch einige, nur wenige Millimeter lange Hautinzisionen, zunächst eine Flüssigkeit eingespritzt. Das zu behandelnde Areal wird auf diese Weise betäubt und das Fettgewebe aufschwemmt, so dass es schonend abgesaugt werden kann. Die Kunst des Chirurgen bei diesem Eingriff besteht darin, eine neue, ebenmäßige Kontur zu gestalten. Der Patient kann den Fortschritt der Operation verfolgen.
Die OP-Dauer beträgt zwischen einer und drei Stunden. Nach dem Eingriff kann das Gefühl eines mäßigen „Muskelkaters" auftreten. Die Gabe von Schmerzmittel ist äußerst selten erforderlich! Gesellschaftsfähig sind die Patienten nach etwa fünf Tagen, fit für die Arbeit nach etwa einer Woche. Auf Sport sollte für die Dauer von ca. sechs Wochen verzichtet werden.
Gern lade ich Sie nach Anmeldung zu einem kostenlosen und unverbindlichen Beratungsgespräch in die Räumlichkeiten unserer JUVENTIS Tagesklinik ein! Da die Nachfrage nach diesem Eingriff sehr hoch ist, wenden Sie sich mit Ihren Wünschen bitte terminlich sehr vorausschauend an uns!

Informationsveranstaltung der JUVENTIS Tagesklinik

Von „Filler" bis „Face-Lift". Faltenbehandlung und Hautstraffung durch einen erfahrenen Facharzt
Wir möchten Sie zu einem Fachvortrag von Dr. Michael Wrobel zu diesem Thema herzlich einladen!

Ort: JUVENTIS Tagesklinik, Dragonerstraße 1, 26135 Oldenburg
Zeit: Freitag, 7. September 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

Schonend und nebenwirkungsarm
Lasereinsatz bei Akne und Aknenarben

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

Je nach Veranlagung machen 80 Prozent der Bevölkerung eine Akne mit leichtem, mittlerem oder schwerem Verlauf durch. Durch die Folgen der hormonellen Veränderung während der Pubertät entstehen entzündliche Hautveränderungen wie Papeln, Pusteln, bei einer schweren Akne auch schmerzhaften Knoten, Zysten, einhergehend mit den typischen Akne-Vernarbungen.
Zur äußerlichen Therapie werden desinfizierende, antibiotische und hornlösende Lotionen/Cremes eingesetzt. Bei schweren Akneformen kommen Hormontabletten, Antibiotika und bei Schwerstformen das Arzneimittel Isotretionin zur Anwendung. Relativ weit verbreitet ist die Lichttherapie mit UVB. Sie führt zu einer Reduktion insbesondere der entzündlichen Akneformen, allerdings auch immer zu einer UV-Belastung (Sonnenbrandgefahr) der nicht befallenen Haut.

Eine besonders schonende nebenwirkungsarme Möglichkeit der Lichttherapie bietet der „Smooth beam"-Laser. Während eines akuten entzündlichen Schubes wird die Behandlung vier bis sechs Mal in Abständen von zwei bis vier Tagen durchgeführt. Idealerweise liegt die Eindringtiefe der Laserenergie auf der gleichen Höhe wie die Aknebakterien in den Talgdrüsen. Durch deren gezielte Schädigung heilen die entzündlichen Hautveränderungen rasch ab und Narbenentstehung wird vermieden. Nebenwirkungen - außer einer leichten Rötung - bestehen nicht.

Zur Behandlung atrophischer, flach eingesunkener Narben eignet sich das „Subsurfacing", die Aktivierung des körpereigenen Kollagenaufbaus ohne eine Oberflächenverletzung. Auch hier bietet der „Smooth beam" nach mehreren Sitzungen in ca. dreiwöchigen Abständen deutliche Verbesserungen. Bei roten Narben werden hervorragende Ergebnisse durch den „Dye", einen gepulsten Farbstofflaser erzielt, mit dem neben einer Aktivierung der körpereigenen Kollagensynthese der störende Farbunterschied beseitigt werden kann.

Einzelne erhabene Narben werden mit einem Erbium-Yag-Laser abgetragen. Die resultierende flache Wunde heilt innerhalb von fünf Tagen ab.

Bei vergröbertem Hautrelief sind bisherige Behandlungsmöglichkeiten mit langen Abheilungszeiten immer weniger akzeptabel, da inzwischen durch die Neuentwicklung des „Fraktional-Lasers", einer Kombination von „Resurfacing" und „Subsurfacing", sehr gute Ergebnisse erzielt werden. Dieses Verfahren ist schmerzarm, eine Betäubung ist nicht notwendig. Der Patient ist sofort wieder gesellschafts- bzw. arbeitsfähig.

Infoveranstaltung: Zum Thema „Akne- und Aknenarbenbehandlung". Am Dienstag, den 18. September um 19 Uhr im Laserzentrum. Um vorherige telefonische Anmeldung wird gebenten.

Je nach Befund, Ausprägung der Akne bzw. Aknenarben können die unterschiedlichen Behandlungsformen kombiniert, ggf. mit kleinen chirurgischen Maßnahmen ergänzt werden, um somit für jeden Patienten ein individuelles Therapiekonzept erstellen zu können.

Laserzentrum Oldenburg
Laserzentrum · Dermatologie Oldenburg LDO
PRIVATKLINIK / TAGESKLINIK
Achternstraße 21
Telefon 0441/ 21 91 40
www.ldo.de

Perfekte Zahnerhaltung für Ihr Lächeln
-millimetergenaue Feinarbeit im Wurzelkanal-

VON ANDREAS H. RAßLOFF UND DR. ANDREAS HEIN, MSc, JUVENTIS TAGESKLINIK

Andreas H. Raßloff

Dr. Andreas Hein, MSc

Es ist unser größtes Anliegen, unseren Patienten durch ein Höchstmaß an Einsatz, regelmäßigen Fortbildungen und ein erstklassig ausgebildetes Team zu einem wunderschönen Lächeln zu verhelfen. Wir sorgen dafür, dass jeder Patient in angenehmer Atmosphäre und liebevoll gestalteten Räumlichkeiten stets im Mittelpunkt der Behandlung steht.
Zur Gesunderhaltung der Zähne stehen umfangreiche und modernste Techniken wie z.B. digitales Röntgen, Laser oder Dentalmikroskope zur Verfügung.

Vorrausetzung für den Erfolg unserer Arbeit ist es, zunächst einmal die vorhanden und möglicherweise erkrankten Zähne, mit modernen und wissenschaftlich abgesicherten Behandlungsmethoden der Endodontie (Lehre von der Wurzelkanalbehandlung des Zahnes), zu erhalten.

Kein Zahn gleicht dem Anderen. Wurzelkanalbehandlungen erfordern viel Zeit, Sorgfalt und Fachkenntnis. Mit Hilfe spezieller Instrumente und Behandlungstechniken (ultraschallunterstützte, maschinelle Aufbereitung und Anwendung elektrischer, physikalischer und chemischer Methoden) können wir Ihnen besonders hochwertige und langlebige Wurzelkanalbehandlungen anbieten.

Neue Methoden und Instrumente haben die Prognosen für den langfristigen, wünschenswerten Erfolg dieser Behandlungen deutlich steigen lassen. Grundlage dafür sind das Wissen um moderne Techniken und eine stetige Übung und Weiterbildung. Wird eine Wurzelkanalbehandlung sachgerecht durchgeführt, kann ein solcher Zahn noch über viele Jahre oder gar Jahrzehnte seinen Dienst tun.

Wir beraten sie gerne!

Aus Liebe zu Ihrem Lächeln.

Informationsveranstaltung der JUVENTIS Tagesklinik

Zahnimplantate: Anwendung und Möglichkeiten
Wir möchten Sie zu einem Fachvortrag von Dr. Andreas Hein (MSc) und ZA Andreas H. Raßloff zum Thema „Zahnimplantate & Zahnersatz" herzlich einladen.

Ort: JUVENTIS Tagesklinik, Dragonerstraße 1, 26135 Oldenburg
Zeit: Mittwoch, 12. September ab 18 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