

Forum für Gesundheit

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

Dieses Forum beinhaltet Beiträge der Firmen: JUVENTIS Tagesklinik, Alexander Apotheke Langer und Optiker Schulz / Satz & Layout: STELTER & FRIENDS

Qualität bekommt einen neuen Namen... Lady Fitness schließt sich der Qualitätsmarke „INJOY“ an

Tag der offenen Tür am 11. und 12. März jeweils von 10 Uhr bis 18 Uhr

Oldenburg. Das Lady Fitness in der Bloherfelder Straße steht nach über 19-jährigem Bestehen vor einem großen Schritt in die Zukunft. Zum März dieses Jahres schließt es sich „INJOY“, einem in Deutschland bisher einmaligen Fitness Franchisesystem an. Die Marke „INJOY“ steht für besonders qualitätsvolle und erfolgreiche Sport- und Wellnessclubs mit besonders qualifiziertem Personal in ganz Europa.

Andreas Wetzstein, Inhaber des Lady Fitness, hat sich entschlossen, als einer der Ersten mit dabei zu sein und ist gemeinsam mit weiteren über 150 erfolgreichen Unternehmern Partner der „INJOY Quality Cooperation“ geworden. „INJOY bedeutet für uns einen wichtigen Schritt in Richtung Zukunft und es ist das Versprechen an unse-

re Mitglieder, in den nächsten Jahren einen noch besseren Service und immer das neueste und beste Angebot zu bieten. Denn nur die Clubs, die dieses Versprechen eingehen, haben eine Chance, Partner von INJOY zu werden“, äußerte ein sichtlich zufriedener Inhaber Andreas Wetzstein.

Hinter INJOY steckt übrigens kein Unbekanntes. Das System wurde in den letzten Jahren von den Spezialisten von INLINE, dem größten europäischen Beratungsunternehmen für Fitness- und Wellnessanlagen zur Marktreife gebracht. Das Lady Fitness arbeitet schon seit zehn Jahren erfolgreich mit INLINE zusammen und wurde für das Franchisesystem INJOY speziell ausgesucht und qualifiziert. „Für unsere Mitglieder ändert sich nichts, außer dass wir in Zukunft noch mehr Qualität und Service bieten

werden. Ein besonderer Vorteil wird aber sein, dass unsere Mitglieder auch in allen



Bild: Daniel Modjesch

anderen INJOY-CLUBS, von denen es bis Ende des Jahres ca. 150 geben wird, herzlich willkommen sind und dort mittrainieren können“, freut sich Andreas Wetzstein. Der Tag der Umbenennung in INJOY-Lady wird am 11. und 12. März gebührend mit vielen verschiedenen Angeboten und Aktionen gefeiert. Während der Veranstaltung kann man bei Abschluss einer Mitgliedschaft bis zu 12 Monate gratis trainieren. Gratis sind an den Tagen der offenen Tür ebenfalls eine Cardio-Scan Herzanalyse, der Rückencheck nach Dr. Wolff und eine Körperfett-Analyse. NWZ-Card-Inhaber erhalten 50 Prozent Ermäßigung auf die Aufnahmegebühr und die „Kurzen“ dürfen sich über Kinderbetreuung und Kinderschminken freuen.

Heuschnupfen - Frühlingslust statt Pollenfrust

Oldenburg. Jedes Jahr der gleiche Ärger. Kaum kommt der Frühling, die ersten schönen Tage zeichnen sich ab, da geht es wieder los: Die Nase ist verstopft, es kribbelt und juckt in den Augen und Nase: Heuschnupfenzeit! Lästig und unangenehm. Es handelt sich um eine „Fehlsteuerung“ des Immunsystems, das nicht mehr richtig zwischen den schädlichen und harmlosen Fremdstoffen für den Organismus unterscheiden kann. So kommt es zu einer übersteigerten Immunabwehr auf Substanzen, die dem Körper eigentlich nicht schaden. Ausgelöst wird der Heuschnupfen, aus Pollinosis genannt, durch den Blütenstaub (Pollen) von Bäumen und Sträuchern (besonders Erle, Birke, Hasel), Gräsern und Getreide (bes. Roggen) und Kräutern (bes. Beifuß). Die häufigsten Reaktionen zu Beginn sind Jucken und Rötung der Augen, Kribbeln in der Nase und im Rachenraum. Die Schleimhäute schwellen an, und es kommt zu Tränenfluss, Niesattacken und Verstopfung der Nase. Die Augen reagieren sehr lichtempfindlich, Geruchs- und Geschmackssinn sind eingeschränkt.



entfernen. Getragene Kleidung nicht im Schlafzimmer aufbewahren * Sportliche Aktivitäten und Spaziergänge in Wiesen und Feldern möglichst zur Pollenflugzeit meiden * Tägliches Staubsaugen hilft, Pollen auf Teppichen und Möbeln zu entfernen * Urlaub in pollenarmen Gegenden wie Hochgebirge oder Küste verbringen.

So lassen sich die Symptome mindern. Die Begleitsymptome des Heuschnupfens lassen sich durch bestimmte Arzneimittel mindern. Dazu gehören Präparate, die eingenommen werden, aber auch Präparate, die äußerlich angewandt werden, wie beispielsweise Nasensprays und Augentropfen. Wir beraten Sie in unserer Apotheke gerne zu den Arzneimitteln, die dafür in Frage kommen. Neben der Behandlung der Symptome gibt es auch die Möglichkeit einer sogenannten Hyposensibilisierung. Dies ist eine Behandlung, die in der Winterzeit durchgeführt wird (also dann, wenn keine Pollen fliegen). Sie soll den Organismus in ganz kleinen Schritten an die Auslöser des Heuschnupfens gewöhnen. Durchgeführt wird diese Behandlung durch den Allergologen. Wenn Sie Fragen dazu haben, können Sie uns ebenfalls gerne ansprechen.

Ihre Apothekerin Doris Langer und das Team der Alexander Apotheke Langer Alexanderstr. 125, 26121 Oldenburg, Service-Telefon: 0800-26121 00.

Heuschnupfen - und was Sie dagegen tun können. Hier einige Tipps dazu:
* Immer bei geschlossenem Fenster schlafen, da am frühen Morgen besonders viele Pollen durch die Luft fliegen * Pollenfilter in die Lüftung des Autos einbauen lassen * Vor dem Schlafengehen: Haare waschen, um möglichst viele Pollen von der Kopfhaut zu

Aus Liebe zu Ihrem Lächeln - JUVENTIS

Die Tagesklinik für Plastische Gesichtschirurgie, Implantologie und Zahnästhetik informiert - heute: Faltenbehandlung

Oldenburg. So sehr wir es uns auch wünschen, an keinem Menschen geht das Leben spurlos vorüber. Im Laufe der Jahre verliert die Haut Elastizität und Haltevermögen. Die stets auf uns wirkende Schwerkraft hinterlässt ihre Spuren. Dies hat zur Folge, dass das Weichteilgewebe erschlafft, sich Falten ausprägen und die Gesichtszüge zunehmend müde und spannungslos werden. Gleichzeitig wissen heute immer mehr Menschen um die in zahlreichen Studien nachgewiesene Macht des ersten Eindrucks, bei dem der einzigartigen Komposition ihres Gesichts eine Schlüsselrolle zukommt. Und immer mehr bewusst lebende Menschen fühlen sich innerlich jünger und vitaler als ihr Spiegelbild. Der Facharzt für Plastische Chirurgie kann mit vielfältigen Möglichkeiten helfen, den Zeichen der Zeit entgegenzuwirken.



Sachen Faltenbehandlung, Dr. Michael Wrobel, Facharzt für plastische Chirurgie, berät Sie kostenlos, kompetent und ausführlich zum Thema: Man unterscheidet dynamische, durch Gesichtsbewegung hervorgerufene Falten, und statische, also permanente Falten. Während die dynamischen Falten insbesondere sichtbar werden, wenn die darunter liegende Muskulatur (Augenmuskel, Mundringmuskel, Stirnmuskel) aktiv wird, entstehen permanente Falten durch Elastizitätsverlust der Haut durch Alterung.

Typische dynamische Falten sind die so genannten Krähenfüße, aber auch unsere Lach- oder Stirnfalten. Typische statische Falten entstehen als senkrechte Linien um den Mund herum oder als oftmals tiefe Einsenkung zwischen Nase und Mundwinkel. Dynamische Falten lassen sich sehr effektiv mit

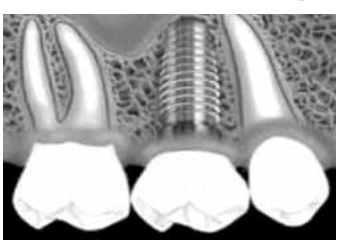
dem Wirkstoff Botulinumtoxin A behandeln, der die Muskelaktivität reduziert und somit die Faltenbildung mindert. Wenige Tage nach der Verabreichung des Wirkstoffes verschwinden die Falten, das Gesicht wirkt wieder freundlicher und frischer. Eine der wesentlichen Eigenschaften von Botulinumtoxin A ist, dass dieser Stoff vollständig abgebaut wird, so dass die Behandlung nach durchschnittlich sechs Monaten wiederholt werden kann. Statische Falten werden sehr erfolgreich durch die Verwendung von so genannten Fillern behandelt, wobei die Falte gezielt unterspritzt wird, so dass sie anschließend kaum noch sichtbar ist. Die dabei verwendete Hyaluronsäure ist ein körpereigener Stoff, der ebenfalls vollständig abgebaut wird. Doch auch bei den weit verbreiteten Zeichen des Alterns, die den Eindruck von Müdigkeit oder Traurigkeit erwecken, wie etwa hängenden Wangen und Mundwinkeln oder erschlaffenden Augenlidern, die zu Tränensäcken und Schlupflidern führen, kann die Plastische Chirurgie durch Straffungsoperationen helfen, die ursprüngliche Lebendigkeit des Gesichts wie-

der herzustellen; ob Ober- oder Unterlidstraffung, der Effekt ist nachhaltig und die Wirkung beeindruckend. Beim so genannten Face-Lift werden größere Bereiche des Gesichtes durch Gewebespannung wieder in ihre frühere Lage bewegt. Dabei entstehende Narben sind minimal und werden so platziert, dass sie kaum zu sehen sind, meist liegen sie im Haaransatz oder hinter den Ohren. Ausführliche Informationen, individuelle Beratung und Sicherheit stehen im Mittelpunkt der Betreuung in der JUVENTIS Tagesklinik, denn der Patient soll sich mit seinen individuellen Korrekturwünschen sehr gut aufgehoben fühlen. Jede altersbedingte Veränderung wird von einem Plastischen Chirurgen genauestens begutachtet und kategorisiert. Erst danach wird die entsprechende Behandlung unter Abwägung aller Aspekte empfohlen und vorgenommen. Die JUVENTIS Tagesklinik ist unter der Telefonnummer 0441-2182446 erreichbar. Einführende Informationen erhalten Interessierte auch im Internet unter www.juventus-oldenburg.de.

PB

Zahnimplantate - Ästhetisch, sinnvoll & sicher

Oldenburg. Zahnlücken sind weder besonders schön noch angenehm. In jedem Alter sollte es heute selbstverständlich sein, unbeschwert essen, spre-



chen und lachen zu können. Ein fester Biss und lückenlose Zähne steigern das Wohlbefinden und die Selbstzufriedenheit. Eine Einschränkung der Lebensqualität, wie sie z.B. Prothesenträger durch Haftcreme und „Steakverzicht“ erfahren, muss nicht mehr hingenommen werden.

Der Wunsch, das ganze Leben festsetzende Zähne zu haben, wird durch künstliche Zahnwurzeln (Implantate) für immer mehr Menschen Wirklichkeit. Diese neue Möglichkeit fasziniert heutzutage

die Fachwelt und Patienten gleichermaßen. Implantate sind daher aus der heutigen Zahnheilkunde nicht mehr wegzudenken. Einen verlorenen Zahn sollte man jedoch nicht nur aus optischen Gründen ersetzen. Was die wenigsten wissen: Zahnlücken beeinträchtigen auch die gesunden, umliegenden Zähne. Ein „Kippen“ der Nachbarzähne und ein Herauswachsen des gegenüberliegenden Zahnes wird durch Implantate verhindert. Darüber hinaus bleibt der Kieferknochen erhalten, seine Rückbildung wird vermieden. Gegenüber anderen Verfahren zum „Lückenschluss“ beeinflusst ein Implantat nicht die anderen Zähne. Ein Beschleifen der Nachbarzähne, wie z.B. beim Einsetzen von Brücken, gehört mit Implantaten der Vergangenheit an. Implantate sind sehr langlebig, gut verträglich und auch für Patienten mit Allergien geeignet. Heute ist darüber hinaus allgemein anerkannt, dass die mit fehlenden oder

schlechten Zähnen einher gehende mangelnde Kauleistung den gesamten Körper beeinträchtigt. Dies wird als Ausgangspunkt für viel Krankheiten gesehen. Auch aus einer ganzheitlichen medizinischen Betrachtung sind die Vorteile von Implantaten somit offenkundig. Aus diesen Gründen geben mittlerweile sogar die gesetzlichen Krankenkassen einen Zuschuss für Implantat-Zahnersatz.

Die Zahnärzte im Haus Juventis haben neben Ihrer langjährigen Erfahrung auch die höchste wissenschaftliche Qualifikation im Bereich der Implantologie, nachweisbar durch einen international anerkannten Abschluss, den „Master of Science für Implantologie“.

Lassen Sie sich beraten! Die JUVENTIS Tagesklinik ist unter der Telefonnummer 0441-2182446 erreichbar. Einführende Informationen erhalten Interessierte auch im Internet unter www.juventus-oldenburg.de.

VORTEILE VON IMPLANTATEN

- **Sicheres Kauen, Abbeißen, Sprechen und Lachen ist wieder möglich.**
- **Eine feste Verankerung im Kiefer sorgt für sicheren Halt der neuen Zähne.**
- **Gesunde Zähne müssen nicht beschliffen werden (wie bei Brücken).**
- **Vorhandene, einwandfreie Kronen müssen nicht zerstört werden.**
- **Der Zahnersatz ist oft wesentlich kleiner (ohne Klammern und Gaumenplatte).**
- **Ist das Mittel der Wahl um Vollprothesen fest zu verankern.**
- **Ein Knochenabbau wird verhindert, der Knochen wird bis ins hohe Alter erhalten.**
- **Die Kaufunktion wird gestärkt, die Gesichtsmimik bleibt erhalten (Zahnlosigkeit führt häufig zu einem eingefallenen Gesichtsausdruck).**

Optiker Schulz: Lesen und Fernsehen in neuer Dimension

Oldenburgs Spezialisten stellen zwei Highlights vor:

Oldenburg. Makrolux – Lesen in neuen Dimensionen: Makrolux, die neue Segmenthellfeldlupe mit integrierter LED-Beleuchtung für sehr gute Zeilenführung und perfekte Ausleuchtung – ganz unabhängig vom Umgebungslicht. Gerade in den gemütlichen Abendstunden, wenn die Umgebungsbeleuchtung nicht ausreicht, muss die angenehme Atmosphäre zum Lesen nicht mittels einer fremden Lichtquelle gestört werden. Die nach vorne geneigte Linse unterstützt eine komfortable und bequeme Lesehaltung. Zur vereinfachten Zeilenführung entspricht die Breite des Lesesegments der Spaltenbreite vieler Tageszeitungen. Ein Genuss: die deutlich vereinfachte Orientierung auf dem Lesegut. Eigenschaften: zitterfreies Bild, da makrolux direkt auf das Lesegut aufgesetzt wird, perfekte Ausleuchtung durch moderne SMD-LED auch bei schlechtem Umgebungslicht hohe Bildbrillanz und sehr gute Zeilenführung.



ebenso wie bei Veranstaltungen. Über das Fernsehen nehmen wir einen großen Teil der täglichen Informationen auf. Ob Nachrichten, Sportveranstaltungen oder Reportagen - das Fernsehen ist aus unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken. Mit MaxTV haben Sie die einfache Lösung für entspanntes Fernsehen in Ihrer Hand, für jeden der gerne fernsieht ebenso wie für Men-



schen mit Sehproblemen. MaxTV ist die einfache Lösung für entspanntes Fernsehen, für jeden der gerne fernsieht, auch für Menschen mit Sehproblemen und natürlich für Veranstaltungen. Sehr einfach in der Anwendung durch großen PD-Toleranz-Bereich, kein Verrutschen durch mitgelieferte, aufsteckbare Bügelenden. Gute optische Abbildungsqualität durch großen Fokussierungsbereich.

Weitere Infos unter: Optiker Schulz Brillenmode - Hörakustik, Achternstraße 30-31, 26122 Oldenburg, Tel. 0441/92593-0



MaxTV - Für entspanntes Sehen beim Fernsehen