

NWZ-Ärztenspezial: Der Arzt in Ihrer Nähe

Hier finden Sie Ärzte bzw. Arztpraxen sortiert nach fachlichen Schwerpunkten. Weitere Schwerpunkte können jederzeit ergänzt werden

Guter Schutz: Vitamin D



Eine besonders wichtige Rolle spielt bei der Anfälligkeit für Erkältungen neuen Erkenntnissen zufolge auch die Vitamin D-Versorgung. So zeigt eine aktuelle Studie von Forschern des renommierten schwedischen Karolinska-Instituts, dass die Wahrscheinlichkeit, innerhalb von zwölf Monaten erkältungsfrei zu bleiben, sich durch die zusätzliche Einnahme von Vitamin D signifikant erhöhen kann.

Denn neben unspezifischen Beschwerden wie Müdigkeit, Erschöpfung und Konzentrationsstörungen ist eine erhöhte Infektanfälligkeit eines der häufig auftretenden Symptome eines Vitamin-D-Mangels. Die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfohlene tägliche Einnahmehöhe liegt bei 800 i.E., die sich problemlos erreichen lassen, beispielsweise mit Vitamin-D-Präparaten wie „vitamin D-loges 5.600 i.E.“, das dank seiner Langzeitwirkung nur einmal wöchentlich verabreicht werden muss. Ebenfalls sehr wichtig ist viel Bewegung an der frischen Luft. *djd*

Korrektur der Augenumgebung

PLASTISCHE ÄSTHETISCHE GESICHTSCHIRURGIE Spektrum von Tumoroperation bis Faltenunterspritzung

Zum Aufgabengebiet der Plastischen Ästhetischen Gesichtschirurgie gehören neben kosmetischen Eingriffen auch verschiedene Korrekturen, beispielsweise bei angeborenen Fehlbildungen. Hier ist eine sensible Vorgehensweise erforderlich. Auch nach Tumor-erkrankungen, beispielsweise Hautkrebs, kann ein Eingriff sehr sinnvoll sein.

Unsere Augenumgebung trägt wesentlich dazu bei, wie unser Gegenüber uns auf den ersten Blick wahrnimmt. Störungen in diesem Bereich werden unmittelbar registriert. Es wundert deshalb wenig, dass Faltenunterspritzungen und Lidstrafungsoperationen inzwischen zu den Routineeingriffen in der Plastischen Ästhetischen Gesichtschirurgie gehören. Tatsächlich kann mit diesen kleinen, risikoarmen Eingriffen für die Schönheit eine verblüffend erfrischende, verjüngende Wirkung erzielt werden.

Ursache für Augenfältchen, absinkende Lider und Tränensäcke ist in den meisten Fällen die natürliche Hautalterung

und Geweberschlaffung. Hinzu kommen zusätzliche individuelle Faktoren. Einige Patienten sind zum Beispiel durch Schlupflider erblich schon stark vorbelastet, bei anderen haben zum Beispiel Nikotingenuss und Sonneneinstrahlung oder auch schwere Schicksalsschläge deutliche Spuren hinterlassen. Hauttumore im Ober- und Unterlidbereich haben ihre Ursache ausschließlich in der Sonneneinstrahlung!

Plastische Rekonstruktive Chirurgie:

Zum Aufgabengebiet der Plastischen Ästhetischen Gesichtschirurgie gehören keineswegs nur rein kosmetische Eingriffe, sondern zum Beispiel auch Operationen des sogenannten „Triefauges“, die Korrektur von hängenden, einwärtsgedrehten oder abstehenden Ober- und Unterlidern (Ptosis bzw. Entropium- oder Ektropium) sowie angeborene Fehlbildungen; darüber hinaus die rekonstruktive chirurgische Therapie nach Trauma und Tumorentfernung, ggf. in Kombination mit komplexer Gewebeverpflanzung zur Defektdeckung (Lap- penplastik), die wiederherstellende Chirurgie der Tränenwege sowie die vorbereitende Therapie und die Fixierung von Implantaten nach schwersten Gesichtsverletzungen.

Rekonstruktive Operationen im Augenbereich erfor-

dern sensibelstes funktionales und ästhetisches Vorgehen unter besonderer Berücksichtigung der extremen seelischen Belastung des betroffenen Patienten.

- Kleinere Defekte nach Entfernung von gutartigen Tumoren oder Malignomen am Oberlid lassen sich bei älteren Patienten, bedingt durch den altersbedingten Hautüberschuss, oft direkt verschließen.

- Auch größere Defekte des Oberlides können in vielen Fällen durch Rotationslappenplastiken, also Gewebeverschiebungen und Transplantationen aus dem Nachbar- gewebe, ästhetisch und funktionell überzeugend wiederhergestellt werden, so dass sie sich später sehr unauffällig in die Gesamtharmonie des Gesichtes einfügen.

- Bei altersbedingten Außendrehungen des Unterlides können verschiedene Operationen die verminderte Lidspannung erhöhen, die Lid- fehlerstellung korrigieren, die Muskelfunktion bestmöglich wiederherstellen und dadurch Augenschäden vorbeugen. Sind Narben oder Tumoren im Lidbereich verantwortlich für ein Ektropium, kann das verzogene Lid in die richtige Stellung gebracht werden. Entscheidend für die vollständige funktionale Wiederherstellung im Unterlidbereich ist allerdings, dass der Tränenkanal erhalten ist.

- Mit Hilfe feinsten mikrochirurgischer Operationstechniken lässt sich in vielen Fällen nicht nur Weichteilgewebe, sondern sogar zerstörtes oder deformiertes Knochengewebe rekonstruieren.

Kosmetische Korrekturen:

- Leichte Knitterfältchen und dunkle Augenschatten lassen sich durch Injektion von Hyaluronsäure-Präparaten wirksam mildern. Je nach individueller Ausgangslage ist ggf. auch ein Eigenfetttransfer möglich. Sind bereits tiefere Mimikfalten, sogenannte Krähenfüße, sichtbar, können Injektionen mit Botulinum Toxin A, zu einer entspannten Augenpartie verhelfen.

- Bei operativen Oberlidstrafungen wird überschüssige Lidhaut unauffällig entfernt, der Muskel gestrafft und sich vorwölbendes Fettgewebe entfernt. Der Lidschluss bleibt vollständig erhalten. Ziel ist ein natürlich wacher, erfrischter Blick, der später keine Operation vermuten lässt. Die resultierenden feinen Narben verlaufen in der Lidfältelung. Sie sind später für den Laien unsichtbar.

- Störende Tränensäcke lassen sich mit operativen Unterlidstrafungen, bei denen ebenfalls nicht nur die Haut sondern auch der Augenringmuskel gestrafft und Fettgewebe mit entfernt wird, wirkungsvoll beheben. Welche Technik hierfür angewendet wird, ent-



Autor dieses Beitrags:

Dr. Michael Wrobel
Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie,
Leiter der Juventis
Tagesklinik

scheidet der Operateur je nach Ausgangsbefund. Die winzigen Narben verlaufen später im Innenbereich des Unterlides oder im Wimpernrand.

- Abgesunkene Augenbrauen, die unvorteilhaft auf die Augenpartie drücken, lassen sich mittels Augenbrauenlift heben. Auch die resultierenden Narben dieser OP sind extrem fein und verlaufen unauffällig im Augenbrauenbogen.

Akupunktur

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Ines Blischke Akupunkt-Facelift + Mesotherapie, 5-Elemente-Ernähr., Gesichtseingriffe	Lustgarten 13 26135 Oldenburg	0441-1811225 H. 0176-21800148 www.Face- happiness.de	Abrechnung privat
Ralph Reck, Arzt Krampfaderverödung, Ozontherapie für Gelenke, Bindegewebe u. Blut, Chinesische Medizin, Akupunktur	Gartenstraße 4 26122 Oldenburg	0441-25844 0441-2488165; tcm-praxis@ralph- reck.de; www.ralph-reck.de	Mo.-Do. 9.00-12.00 Uhr und 15.00-17.00 Uhr nach Vereinbarung

Allgemeinmedizin und Praktische Ärzte

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Gudrun Radenz Allgemeinmedizin, Betriebsmedizin, Naturheilverfahren Dr. med. Mariam Sachse Innere Medizin, Akupunktur, Ernährungsmedizin	Staulinie 21 26122 Oldenburg	0441/ 26692 www.praxis- radenz.de	Mo-Fr 8-12:00, Mo 14-16:00, Di, Do 17-18:00 und nach Vereinbarung

Chirotherapie (Heilmethode mit Handgrifftechniken)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. Nicole Gorris-Vollmer Allgemeinmedizin-Chirotherapie	Waffenplatz 1 26122 Oldenburg	0441-25419 0441-26896	Mo-Fr 8:00-14:00 Uhr, Mo/Di/Do 16:00-18:00 Uhr
Hilke Lüder, Physioth. u. Ärztin f. Manuelle Medizin / Chirotherapie / Atlath. f. Erw., Kinder u. Säuglinge	Scheideweg 278 26127 Oldenburg	0441 / 361 48 48 4 0441 / 361 48 48 6	nach Vereinbarung www.pfg-ol.de

Gastroenterologie (Magen- und Darmheilkunde)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. Jens Buckisch Internist und Gastroenterologe	Mozartstr. 30 26655 Westerstede	Tel: 04488/7636490 Fax: 04488/76364999	Mo-Fr 8.00-12.00 Uhr und Mo, Di, Do von 14.00-17.00 Uhr
Prof. Dr. W. Holtkamp, Internist und Gastroenterologe Ammerland Klinik	Prof. Dr. W. Holtkamp Lange Str. 38 26655 Westerstede	Tel.: 04488 – 502690 Sprechstunde: Privatsprechstunde nach Vereinbarung	wilhelm.holtkamp@ ammerland-klinik.de

Chirurgie

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
W. Stöver Facharzt f. Chirurgie / Unfallchirurgie	Zwischenbrücken 17 27793 Wildeshausen	04431-918555 / Amb. OP (z.B. auch in Vollnarkose), Röntgen, handchir. OP	falls mögl. bitte telefon. Terminabsprache

HNO-Heilkunde

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dres. med Carola Walter-Leirich, Sebastian Walter, Jan-Dirk Geerken, Carola Williamson, Fachärzte f. HNO- Heilkunde, Naturheil-verfahren, Akupunktur, ambul. OPs, Schnarchdiagnostik, Allergologie	Neue Donnerschweer Str 30 Im Zentrum Gesundheit	0441/ 5949646 www.HNOoldenburg .de Privatsprechstunde 0441/9507990	Nach Vereinbarung
Reinhard Dirks Facharzt für HNO- Heilkunde ambulante – stationäre belegärztl. Operationen, Lasertherapie	Hauptstr.21 26215 Wiefelstede	04402-60863 info@hno-dirks.de	Termine nach telefonischer Vereinbarung

Handchirurgie

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Joachim Niemeier Facharzt für Chirurgie, Handchirurgie	Mühlenweg 9 26676 Barßel	04499-1068 04499-91036	Nach Vereinbarung
Hand- und Plastische Chirurgie Oldenburg. Dr. med. M. Wrobel, Dr. med. A. Settle, Dr. med. T. Wermter Dr. Mike Rüttermann und Dr. med. R. Hoffmann	Poststr. 1 26122 Oldenburg www.hpc- oldenburg.de	Tel./Fax: 0441/4086855 info@hpc- oldenburg.de	Termine nach Vereinbarung

Naturheilverfahren (Heilverfahren mit Methoden der natürlichen Umwelt)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Carola Walter-Leirich Fachärztin für HNO-Heilkunde, Akupunktur, ambulante Operationen, Naturheilverfahren	Neue Donnerschweer Str. 30 Im Zentrum Gesundheit	Privatsprechstunde 0441/ 9507990 www.HNOoldenburg .de	Nach Vereinbarung
Dr. med. Joachim Czieslik Allgemeinmedizin-Naturheilverfahren- Akupunkt-Psychotherapie	Staustraße 1 26122 Oldenburg	0441-925670 0441-925677	Mo.,Di.,Do.,Fr. 8.00 –12 Uhr Mo,Di,Do, 15.30 –17.30 Uhr Mittwoch nach Vereinbarung
Dr.med. Ines Tiedemann FÄ für Kinderheilkunde-und Jugendmedizin, Naturheilverfahren	Hauptstr. 15b 26215 Wiefelstede	04402-69199	Mo. -Fr. 8. 30-12. 00, Mo., Di., Do., Fr. 14. 30-17. 00, Sa. 10- 11. 00