

Woman & Health

Woman & Health

newsletter sommer

Laurenzerberg 2, 1010 Wien

Öffnungszeiten:

MO - DO: 9:00 - 21:00

Fr: 9:00 - 18:00

Telefon: +43 (0)1 533 36 54

Fax: +43 (0)1 533 36 54-3

E-Mail: office@womanandhealth.com

www.womanandhealth.at



Gesundheit Schönheit Kinder Sexualität Wohlbefinden

// hot & new & healthy //



Liebe Patientinnen, Sommer, Sonne und der richtige Schutz

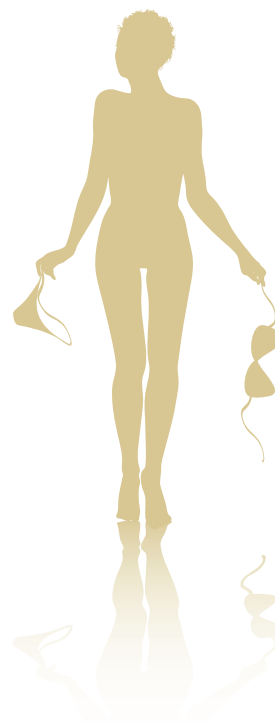
UV-Strahlen wirken immer – unabhängig von heiß ersehnten Sonnentagen oder trübem Regenwetter. Was oft unterschätzt wird: auch Cellulite wird durch sie gefördert, da neben den sichtbaren Sonnenschäden auch das Bindegewebe unter der Hautoberfläche geschwächt wird.

Der frische Look sonnegefärbter Haut kreiert einen wahren Mythos, aber leider gibt es keine ‚gesunde Bräune‘. Jedes Anzeichen eines Sonnenteints ist lediglich Ausdruck der Abwehrmechanismen unserer Haut. Der sicherste Sonnenschutz beginnt im – und am – Kopf.

Absolutes Must: Kopfbedeckung und Sonnenbrillen. Beides schützt effektiv und kleidsam. Die richtige Selbsteinschätzung hilft übrigens auch: Zwischen 11 – 16 Uhr herrscht generell Sonnenverbot. Mit Maß und Ziel kann jedes Sonnenbad zum Genuss werden. Und wenn die Schatten länger werden, kommt in der warmen Abendsonne die schönste Stimmung für Entspannung, Sundowner und Urlaubsgefühle auf.

Ich wünsche Ihnen einen erholsamen Sommer!

Herzlichst,
Ihre Sibylle Wichlas



Makelloser Beachlook: Mit der Lasertechnologie von Woman&Health

Pack die Badehose ein: Wenn die Sonne milde lächelt, fallen die Hüllen und der Strand ruft. Voraussetzung für den perfekten Summer-Beachlook: seidenweiche, glatte Haut. Spätestens, wenn viel Haut blank liegt, müssen Alternativen für haarige Angelegenheiten her: Lösungen gibt es zwar wie Sand am Meer, aber die ultimative Art und Weise, unerwünschte Haarpracht auch im Intimbereich ohne allergische Reaktionen und Rötungen loszuwerden, hat nur einen Namen: Laser-Haarentfernung.

Durch das Aufbringen kurzer Laserlichtimpulse auf die Haut, können innerhalb weniger Sitzungen auch die lästigsten Härchen an Beinen, Bikinizone und Achseln dauerhaft entfernt werden. Sicherheit steht bei Woman & Health an erster Stelle.

Beauty - Coach Petra Kössler und Dr. Sibylle Wichlas haben eine besonders sanfte Technik entwickelt, um die Behandlungen so angenehm wie möglich zu gestalten.

Je nach Hauttyp und Haarwuchs sind 4–8 Behandlungen an Beinen, Bikinizone und Achseln für die vollständige Befreiung vom Rasierer erforderlich. Das Ergebnis hält ca. 1–2 Jahre an, in der Folge reicht ein Auffrischen (durchschnittlich 1–2 Behandlungen), um mindestens weitere 1–2 Jahre ungestörte Bewegungsfreiheit zu haben.

Nähere Informationen zum Thema sowie zum individuellen Beratungsgespräch unter www.womanandhealth.com und office@womanandhealth.com.

TIPP

Preise pro Sitzung: Bikinizone: 70 bis 170 Euro
Achsel: 90 bis 120 Euro
Preisvorteil bei Behandlung mehrerer Zonen –
gerne stellen wir Ihr persönliches Package zusammen!

Wovon Frauen träumen:

WOMAN&HEALTH bringt weibliche Rundungen in Topform

Zu klein, zu schlaff, zu groß: Schöne Kurven sind keine reine Männerphantasie. Bereits am Beginn der Pubertät fiebern junge Mädchen dem Resultat ihrer weiblichen Rundungen entgegen. Form, Symmetrie – und vor allem, Größenverhältnisse werden sehnsüchtig und bange erwartet. Doch auch wenn später das Familienglück perfekt ist, sind die weiblichsten Körperteile oft Anlass zur Sorge. Spätestens nach der Stillzeit kann sich ein Gefühl der Ernüchterung beim Anblick im eigenen Spiegelbild einstellen. Wenn dann noch die Jahre in Land und Leben ziehen, kann das symbiotische Zusammenspiel von Schwerkraft und natürlichem Alterungsprozess fatal werden. Fest steht: Die weibliche Lebensqualität hängt eng mit den individuellen Rundungen zusammen.

Nahtlose Schönheit: Sommerdekolté mit Macrolane

Macrolane heißt die moderne sanfte Methode der Brustvergrößerung, die sich ideal für Einsteiger und Frauen mit kleinem Busen eignet: Sie schafft minimale Vergrößerungen (ca. eine BH Cup-Größe) und mehr Festigkeit. Die natürliche Substanz Hyaluronsäure wird ambulant unter leichter Lokalanästhesie direkt in die Brust injiziert. Ihr Vorteil: die Silhouette kann gezielt konturiert werden. Der Effekt ist sofort sichtbar und hält bis zu 2 Jahre. Bis dahin wird das Gel wieder vom Körper resorbiert und die Behandlung kann auf Wunsch wiederholt werden. Übrigens gibt es mit Macrolane keine Ausfallszeit – und garantiert keine Narben!

Nähere Informationen zum Thema unter www.womanandhealth.com und office@womanandhealth.com



Natürlich und sanft:

Plastische Chirurgie bei WOMAN&HEALTH

Brustkorrekturen wie Vergrößerungen und Verkleinerungen sowie Straffungen bis hin zu Brustwarzenkorrekturen stehen an der Tagesordnung des medizinischen Portfolios von Sandra Rigel, Plastische Chirurgin bei Woman&Health: „Für mich zählt ein natürliches Aussehen. Dabei ist weniger oft mehr.“ Die Größe der Brust ist eine Frage anatomischer Veranlagung, wohingegen Verkleinerungen notwendig werden, wenn die psychische Belastung parallel zu häufigen Rückenproblemen steigt. Nach Schwangerschaften und Diäten verliert oft auch der perfekte Busen seine gewünschte Form. Brustwarzen können zum Anlass persönlichen Kummers werden, wenn sie zu stark eingezogen oder im Verhältnis zur vollkommenen Rundung zu groß sind. Mit dem Einsetzen von Silikonimplantaten kann die weibliche Statur schön abgerundet, und auch der Gemütszustand beruhigt werden.



Vertrauen schafft Sicherheit: „Für meine Patientinnen und auch für mich persönlich ist das Wiedersehen in Jahresabständen der Beweis für Vertrauen und Sicherheit“, so die Spezialistin in Sachen Body-Ästhetik. Sie setzt auf Individualität. In einem ersten Beratungsgespräch werden die Bedürfnisse der Patientin sondiert und ideale Lösungen eronnen: Operationsmethode, Implantatsbestimmung und Nachsorge. Jede Patientin kann ihren Traumbusen nach persönlichen Vorstellungen mitkreieren. Operationsmethoden variieren je nach Art der Korrektur, fallweise ist dabei eine Kombination mit Einsetzen eines Implantats empfehlenswert.

Heilende Helfer

Modernste Lasertechnologie und Permanent Make-Up helfen mit, die Spuren einer Schönheitsoperation zu verwischen. Der Fractional Laser kann bei der Behandlung unerwünschter Narbenbildungen eingesetzt werden:

Der Mechanismus der Selbstheilung der Haut garantiert ein maximal natürliches Erscheinungsbild.

INFO

TIPP

Doppelt erholt aus dem Urlaub

Einen unschlagbaren Erholungseffekt bringt Ihr persönlicher Beauty-Urlaub: Wer schon länger mit dem Gedanken an die eine oder andere Schönheitskorrektur spielt, sollte die Gunst der Sommerstunden nutzen. Vor den Ferien ist der richtige Zeitpunkt für Ihre Beauty-OP. Danach ist heilsame Entspannung angesagt und der optische Effekt ist Ihnen sicher: Nach diesem Urlaub kommen Sie garantiert strahlend schön nach Hause.

Ab in den Urlaub: Die Pille fährt mit!

Die Pille kann sich in den Sommermonaten als kapriziös entpuppen: Sie reagiert auf Zeitverschiebung, Temperaturschwankungen und zu starke Sonneneinstrahlung. Für einen sicheren Umgang mit der Verhütung in den Urlaubstagen lohnt es sich, die folgenden Punkte zu beachten:

Pille und Sonne: Die meisten Präparate sind östrogenhaltig und stimulieren somit die Melanozytenproduktion. Dies ist oft ein Grund für die Entstehung von Melasmen (Pigmentflecken). Ein Trick: Nehmen Sie die Pille abends ein, sind die Blutspiegel der Pillenöstrogene in der Nacht am höchsten. Im Zweifel können Sie auch auf leichtere oder gänzlich östrogenfreie Pillenpräparate umsteigen. Hormonimplantat, Hormon- und Kupferspirale ebenso wie die 3-Monatsspritze stellen Alternativen zur Pille dar. Sie sind östrogenfrei und haben keinen Einfluss auf das Wechselspiel zwischen UV-Strahlen und der Haut.



Pille und Fliegen: Aufgrund des niedrigen Luftdrucks im Flugzeug dehnen sich die Venen aus und das Risiko der Blutgerinnung steigt. Die Luftfeuchtigkeit an Bord sinkt parallel dazu. Fazit: Der Körper verliert Flüssigkeit, das Blut wird dickflüssig. Bei Frauen, die hormonelle Verhütungsmethoden anwenden, ist das Thromboserisiko leicht erhöht. Vertreten Sie sich mindestens einmal stündlich die Beine, kreisen Sie immer wieder mit den Füßen. Meiden Sie Alkohol und nehmen Sie vermehrt Flüssigkeit auf.

Pille und Zeit: Wer gegen die Zeit reist, sollte im Kopf behalten, dass der Abstand zwischen zwei Dragees nie länger als 36 Stunden betragen soll.

Pille schützt vor Krankheit nicht: Wer gesund und erholt aus dem Urlaub wiederkehren möchte, sollte auf die Verwendung von Kondomen nicht verzichten. Verstauen Sie die Packungsbeilage gesondert in Ihren Unterlagen. Sie beinhaltet die Zusammensetzung ihrer Pille. Sollten Sie die Pille verlieren oder zu spät bemerken, dass sie zu Hause zurückgeblieben ist, können Sie das Präparat auch unter dem entsprechend handelsüblichen Namen Ihrer Urlaubsdestination erstehen.

Gynophilus & Co: Für sichere Wellness im kühlen Nass

Strand und Meer – oder doch lieber ab ins Pool? Egal wo geplätscht wird, zuviel Feuchtigkeit kann den pH-Wert im empfindlichen weiblichen Genitalbereich verändern. In der Hitze des Sommers brodeln nicht nur die Gefühle, auch an den Wasseroberflächen bilden sich in der gleißenden Hitze häufig Brutstätten für neues Leben.

Oft verwandelt sich die verlockendste Wasserlücke in ein ideales Milieu für alle Arten von Organismen. Bakterien vermehren sich leicht und schnell und das Risiko lästiger Pilzkrankungen steigt an. Die wichtige (und bereits vorhandene) Flora in diesem Körperbereich kann wirksam präventiv geschützt werden.

Die regelmäßige vaginale Applikation von Tabletten, die schützende Milchsäurebakterien beinhalten, und die Verwendung von milchsäurehaltigen Hygienepräparaten helfen präventiv und unterstützen außerdem eine natürliche und nachhaltige Gesundheit.



Nähere Informationen zum Thema sowie zum individuellen Beratungsgespräch unter www.womanandhealth.com und office@womanandhealth.com.

TIPP

Gynophilus und Lactamousse sowie Milchsäureprodukte für Ihre Reiseapotheke erhalten Sie an der Rezeption von Woman&Health.

Gynophilus		10 Euro
Lactamousse	40 ml	6 Euro
Lactamousse	125 ml	12 Euro