

Grippe-Waffe: Hände waschen!

80 Prozent aller ansteckenden Krankheiten werden über die Hände übertragen.

Viren lauern jetzt überall. Auf Türklinken, Lichtschaltern, Haltegriffen, beim Händeschütteln. Da wir uns beim Telefonieren und Nachdenken etwa alle vier Minuten mit den Fingern an Augen, Nase oder Mund fassen, dringen die Erreger über die Schleimhäute oder die Augen in den Körper ein. 80 Prozent aller Viren und Bakterien wer-

den über die eigenen Hände eingefangen. Häufiges und sorgfältiges Händewaschen ist daher eine der wichtigsten Maßnahmen zur Abwehr von Grippe- und Erkältungsviren.

Wasser tötet keine Keime
Die Temperatur des Wassers ist dabei unerheblich. Erst die Nutzung von Seife hilft gegen Krankheitserreger. Nach 30 Sekunden Händewaschen werden 99,9 % der Bakterien abgetötet. Doch wie lange dauern

RUNDUM EINSEIFEN!

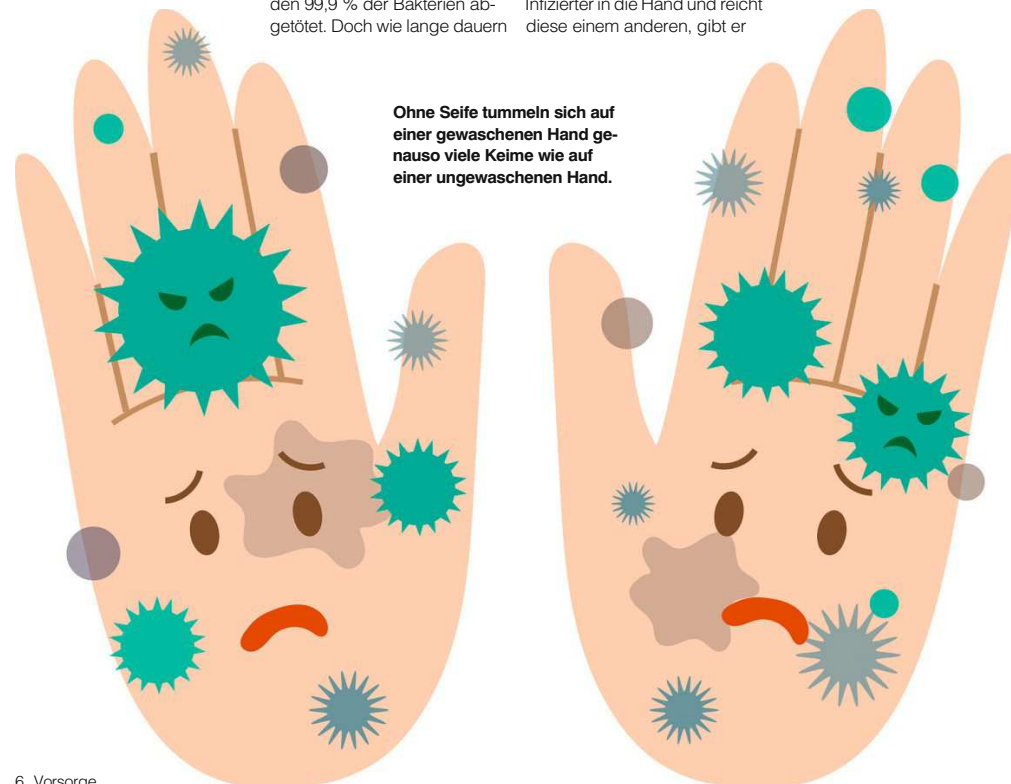
Hände von allen Seiten bis zum Handgelenk mit Seife einreiben, die Fingerzwischenräume, Fingernägel und Daumen nicht vergessen! Gründlich abspülen, sorgfältig abtrocknen.



Fotos: Fotolia

30 Sekunden? Zweimal das Lied „Happy Birthday“ summen! Das empfiehlt die Welt-Gesundheits-Organisation, da nur langes Händewaschen die Zahl der Keime auf ein Tausendstel senkt. Nüst etwa ein Infizierter in die Hand und reicht diese einem anderen, gibt er

bei der Begrüßung eine Million Viren weiter. Wäscht er sich nach dem Niesen ordentlich die Hand, wechseln vielleicht 100 Viren den Wirt. Das genügt nicht mehr für eine Infektion. ■



Ohne Seife tummeln sich auf einer gewaschenen Hand genauso viele Keime wie auf einer ungewaschenen Hand.

Die Plastische Chirurgin Dr. Dagmar Millesi ist auf operative Gesichtsbehandlungen, vor allem Facelifts, spezialisiert. „Das Facelift ist die effektivste Methode, um das Gesicht zu verjüngen“, weiß die Chirurgin. Dabei legt sie bei modernen SMAS-Facelifts vor allem Wert auf ein natürliches Ergebnis. „Früher sahen die Gesichter nach einem Facelift oft maskenhaft aus, da

Ein Facelift hilft bei tiefen Falten oder schlaffem Gewebe. Danach sieht man 10-15 Jahre jünger aus.



Foto: Fotolia

10 bis 15 Jahre jünger durch Facelift!

wurde einfach die Gesichtshaut gestrafft. Bei einem SMAS Facelift modelliere ich aber auch das Gewebe unter der Haut, dadurch entsteht ein natürliches jugendliches Aussehen“, erklärt Dagmar Millesi. „Zusätzlich schaue ich mir auch immer Fotos der Patientinnen von vor 10-15 Jahren an. Damit kann ich bei der Opera-

tion so arbeiten, dass der Patient nach der Operation eben genau aussieht wie vor 10-15 Jahren.“ Neben den neuen Facelift-Techniken, die ein natürliches frisches Aussehen ermöglichen, wurden auch die Risiken bei der Operation vermindert. So wird keine Vollnarkose mehr benötigt, sondern lediglich ein Dämmerschlaf.

Auch die Narben sind weitgehend unsichtbar, weil die Schnitte nur an unsichtbaren Stellen, wie hinter dem Ohr gesetzt werden. Und auch die Rekonvaleszenzzeit konnte verkürzt werden. Schon nach einer Nacht können die Patientinnen nach Hause gehen und bereits nach einer Woche ist man wieder gesellschaftsfähig. ■

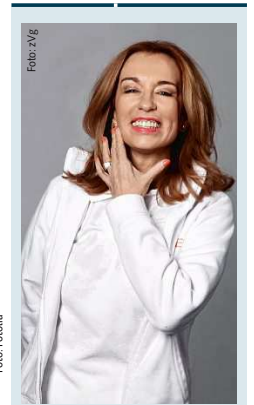


Foto: ZVG

Dr. Dagmar Millesi
FA für Plastische Chirurgie

Facelift
Midfacelift
Halslift
Oberlidstraffung etc.

Naglergasse 9
1010 Wien
Telefon: 01 533 26 70
sekretariat@millesi.com
http://millesi.com

Fadenlifting gegen Gesichtsfalten

Eine der neuesten Techniken zur Gesichtsstraffung ohne Operation ist das Fadenlifting. Dabei werden mit einer feinen Führungsnadel spezielle chirurgische resorbierbare (selbst auflösende) Fäden mit Widerhäkchen in die betroffene Region im Gesicht eingebracht. Dermatologin Dr. Sabine Schwarz: „Durch die Zugkraft der Fäden kommt es zu einem Straffungseffekt. Vor allem hängende Wangen, Mundwinkel und den Augenbereich kann man sehr gut damit behandeln. Zusätzlich regt der Faden auch zu einer massiven Bindegewebsneubildung in den Monaten nach der Behandlung an. Dadurch entsteht ein festes Netzwerk im Bindegewebe.“ Gemeinsam mit dem Fadenlifting wird die Gesichtshaut auch mit Hyaluron und Botox behandelt. So erhält man

auf sanfte Art und Weise ohne Operation und ohne Ausfallszeit einen straffen jugendlichen Look im Gesicht.

Neben dem Gesicht können auch Hals oder Dekolleté erfolgreich mit den chirurgischen Fäden gestrafft werden. ■



Wangen, Mundwinkel und Augen kann man mit einem Fadenlifting sehr gut behandeln.

Foto: Katrin Dmítrij



Foto: ZVG

Dr. Sabine Schwarz
FA für Dermatologie

Fadenlifting
Laserbehandlungen
Botox
Hyaluronsäure
Fett-Weg Spritze
etc.

Niederhofstraße 39
1120 Wien
Telefon: 01 817 49 93
info@hautzentrum-wien.at
http://hautzentrum-wien.at