



## Liebe Patienten und Kunden,

freuen Sie sich auch jetzt schon auf wunderbare Frühlings- und Sommertage und darauf, die Garderobe sowie die Schuhe hervorzuholen? Dann sollten Sie auch daran denken, den ein oder anderen Termin bei hautok oder hautok cosmetics zu vereinbaren, um Ihre Haut für den Sommer aufzufrischen oder auf besondere Belastungen vorzubereiten.

Lust auf eine medizinische Pediküre, um die Füße wieder Peep-Toe- und Sandalen-fein zu machen? Haben Sie daran gedacht, einen Termin für sanfte Haarentfernung mit Comfort-Sugaring zu vereinbaren? Haben Sie Probleme mit übermäßigem Schwitzen oder mit Hyperpigmentierungen, die den Teint ungleichmäßig und älter erscheinen lassen?

Auch dann können wir Ihnen bei hautok wirkungsvoll helfen.

Dass Sie einen effizienten Sonnenschutz verwenden, ist mein ganz persönliches Anliegen. Wir beraten Sie gerne bei der Wahl von wirksamen, besonders hautverträglichen und kosmetisch angenehmen Schutzprodukten, die auf Ihren Hauttyp abgestimmt sind. Produkte, die es Ihnen ermöglichen gut geschützt die bevorstehenden Sonnentage zu genießen.

Ihre Dr. med. Marion Moers-Carpi

Denn Ihre haut - SACHE  
ist unsere Hauptsache.

## NOCH SCHÖNER MIT OFFENEN AUGEN

Das Frühjahr ist die Zeit, in der wir nach der Introvertiertheit des Winters gerne wieder mit strahlenden, offenen Augen durch das Leben gehen.

Wir freuen uns über Schneeglöckchen, Krokusse und Narzissen am Wegesrand und über die ersten frischen grünen Triebe der Bäume. Mit dem Alter verliert allerdings auch die Haut der Augenlider an Elastizität und Spannkraft, so dass ein müder Gesichtsausdruck entstehen kann.

Diese Gewebserschlaffung kann sogar zu einer Einschränkung des Gesichtsfeldes führen. Häufig wird dann eine sogenannte Blepharoplastik gemacht, bei der Haut aus dem Lid chirurgisch entfernt wird.

Bei hautok bieten wir Ihnen mit der Thermage® Augenlidbehandlung eine sanfte Alternative zum chirurgischen Eingriff. Unmittelbar nach dem Eingriff wirkt die Haut bereits straffer und die Augen größer. In den nächsten 3 bis 6 Monaten wird dieser Effekt noch verstärkt, weil die Haut jetzt wieder mehr elastische und kollagene Fasern bildet.

## INFO

### WÄRE ES NICHT SCHÖN, WENN ...

Sie bei der Vereinbarung Ihres Termins einfach durch unser Terminbuch blättern könnten und selbst entscheiden, welcher Termin für eine bestimmte ärztliche oder kosmetische Behandlung am besten in Ihren ganz persönlichen Terminkalender passt?

Patienten und Kunden von hautok und hautok cosmetics haben diese Möglichkeit seit fast einem Jahr durch die Online-Buchung von Terminen. Nutzen Sie diese Chance – auch am Abend oder Wochenende, wenn die Praxis geschlossen ist, Ihren Wunschtermin zu buchen.

Für unterschiedliche Termine müssen unterschiedliche Zeitfenster eingeplant werden: Sei es in der klassischen ärztlichen Sprechstunde oder bei ästhetischen-dermatologischen Eingriffen. Gleichzeitig bevorzugen unsere Patienten unterschiedliche Ärztinnen oder Kosmetikerinnen. Dies alles wird bei der Online-Terminierung berücksichtigt. Sobald Sie auf [www.hautok.de](http://www.hautok.de) den Button „Online-Terminvereinbarung“ oben rechts auf der Startseite anklicken, haben Sie zunächst die Möglichkeit zu wählen: Möchten Sie bei einer bestimmten Ärztin oder Kosmetikerin einen Termin? Dann treffen Sie zunächst hier Ihre Wahl. Sobald Sie Ihre Wunsch-Ärztin oder –Kosmetikerin ausgewählt haben, erscheinen die unterschiedlichen Behandlungen. Wählen Sie eine Art der Behandlung aus. Danach werden Ihnen in einer Kalenderansicht mögliche wählbare Tage und Uhrzeiten für Ihren Wunschtermin angezeigt.

Sie haben keine Präferenz, was die Ärztin oder Kosmetikerin angeht, zunächst möchten aber gerne die schnellstmöglichen Termine zur Auswahl sehen. Dann wählen Sie die Art der Behandlung unter dem Menü „Gruppen“ aus und erhalten sofort die Kalenderansicht. Sobald Sie einen Termin gewählt haben, werden Sie auf das sichere und bewährte Arztterminbuchungssystem von [www.samedi.de](http://www.samedi.de) geführt. Sobald Sie sich dort einmal angemeldet haben, können Sie hier Ihre Termine verwalten: Entsprechend auch für Umbuchungen oder Terminabsagen.

### PROBLEMATISCHE FUSSNÄGEL?

Haben Sie Probleme mit eingewachsenen Fußnägeln oder sogenannten Rollnägeln? Das kann viele Ursachen haben. Sehr enge spitze Schuhe, die besonders sexy aussehen, können leider oftmals ein Grund dafür sein. Dennoch mit modernen Methoden zur nicht-invasiven Korrektur lassen sich auch diese Problemnägel wieder in den Griff bekommen. Im Rahmen unserer medizinischen Pediküre beraten wir Sie gerne über den Einsatz moderner Nagelspanngentechniken (Orthonyxie). Solche Nagelspanngagen korrigieren ähnlich wie Zahngangen die Ausrichtung des Nagels. Sprechen Sie uns an!

### WUSSTEN SIE SCHON?

Emotionales Schwitzen oder Stress-Schwitzen entsteht unabhängig von der Umgebungstemperatur, zum Beispiel bei Prüfungen, stressigen Situationen im Büro oder beim ersten Date. Anders als beim sogenannten thermoregulatorischen Schwitzen (Schwitzen zur Kühlung des Körpers bei hohen Temperaturen oder beim Sport) wird das emotionale Schwitzen durch Freisetzung der Stresshormone (Adrenalin und Noradrenalin) ausgelöst. Die gute Nachricht: Die Hyperhidrose-Behandlung von hautok wirkt sowohl bei thermoregulatorischem als auch bei Stress-Schwitzen.

## BEI NEIGUNG ZU HYPERHIDROSE JETZT EINEN BEHANDLUNGSTERMIN VEREINBAREN

Nicht immer sind Stress, körperliche Anstrengung oder eine hohe Außentemperatur Auslöser für übermäßiges Schwitzen, speziell unter den Achseln sowie an Händen und Füßen. Auch bestimmte Stoffwechselkrankungen oder hormonelle Umstellungen können die Symptome der Hyperhidrose auslösen, die im beruflichen und privaten Alltag zu einer echten Belastung werden können.

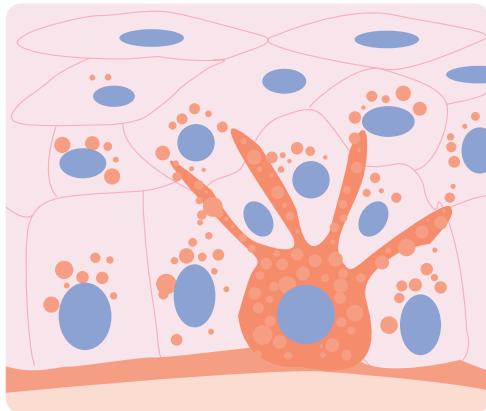
Nach Abklärung der Ursachen und Ausschluss von behandlungsbedürftigen Grunderkrankungen, bieten wir bei hautok eine sichere und unkomplizierte Behandlung an, um übermäßiges Schwitzen wirkungsvoll zu reduzieren. Für die Behandlung bietet sich am besten das Frühjahr an, denn dann lassen sich die bevorstehende warme Jahreszeit oder der nächste Stresstag im Beruf ohne unangenehme Schweißränder oder Geruchsbildung überstehen. Die Wirkung setzt wenige Tage nach der Behandlung ein und hält bis zu 9 Monate an. Übrigens: hautok ist derzeit weltweit die einzige Praxis, die in Anästhesie eine nahezu schmerzfreie Behandlung für Hände und Füße anbietet. Auch für die Hyperhidrose-Behandlung können Sie bei uns einen Termin online vereinbaren. Wählen Sie unter Terminart die Hyperhidrose-Behandlung und unter den verfügbaren Daten und Uhrzeiten Ihren Wunschtermin.

### HYPERPIGMENTIERUNG: WENN DIE HAUT „FLECKIG“ WIRD

Hyperpigmentierungen sind zumeist harmlose, aber kosmetisch störende Hautveränderungen ohne andere begleitende Symptome wie Juckreiz oder Rötung. Ihre Ursache ist die Überproduktion und exzessive Ablagerung des Pigments Melanin. Dabei können Hyperpigmentierungen sowohl als einzelne Flecken als auch großflächig auftreten. Auf der Rückseite unseres Newsletters finden Sie einige Informationen über unterschiedliche Ursachen und die vielfältigen Behandlungsmöglichkeiten bei hautok. Das Frühjahr ist die ideale Zeit zur Behandlung und Vorbeugung.



## GUT ZU WISSEN: HYPERPIGMENTIERUNGEN: URSACHEN UND BEHANDLUNGSMETHODEN



### Pigmentmale, Pigmentflecken

Fachsprache: Lentigines, d.h. linsenförmige Flecken

Die pigmentbildenden Zellen der Haut heißen **Melanozyten**. Sie bilden das dunkle **Hautpigment Melanin**. Menschen mit hellerer Haut haben weniger Melanozyten als Menschen mit dunklerer Haut.

Melanin ist nicht gleich Melanin: Man unterscheidet das **Eumelanin**, ein braunes bis schwarzes Pigment und das **Phäomelanin** mit einem rötlich bis gelblichen Unterton. Im Zusammenspiel bestimmen sie Hauttyp und Haarfarbe.

Die vermehrte Bildung von Melanin unter Sonneneinstrahlung aktiviert einen wichtigen **Eigenschutzmechanismus** des Körpers: Die Bräunung der Haut, so dass Sonnenstrahlen reflektiert werden können.



### Muttermale, Pigmentmale

Gehäufte Ansammlung von pigmentbildenden Zellen.  
Zumeist angeboren >> Überall am Körper



### hautok

Regelmäßige Kontrolle der Pigmentmale zur Früherkennung von Veränderungen (weißer und schwarzer Hautkrebs). Entfernung störender Muttermale mit Fraxel re:pair



### „Weisheitsflecken“ (Altersflecken)

#### Lentigines senilis

Vermehrte Melaninbildung und Anhäufung des bräunlich-wachsartigen Pigments Lipofuscin (Alters- oder Abnutzungspigment) an Händen, Gesicht, Dekolleté



### hautok

Minderung der Flecken mit Fraxel: dual, Fraxel re:pair, konventionellem CO2 Laser oder Shave Hände: Kosmetische Dermolissage



### Sommersprossen Lentigines solaris

Vermehrte Melaninbildung (zumeist Phäomelanin) an sonnenexponierten Körperstellen. Teilweise spontane Rückbildung in den sonnenarmen Monaten



### hautok

Vorbeugende Sonnenschutzberatung, chemische Peels, Fraxel:dual



### Hormonflecken „Melasma“

Stirn, Wange, Oberlippe. Ursache: Kombination UV-Strahlung und Hormone. Beispielsweise durch Schwangerschaft oder Einnahme der „Pille“



### hautok

Minderung der Flecken mit Fraxel: dual, Fraxel re:pair oder chemischem Weekend-Peel  
Oberflächliche Behandlung mit Dermolissage



### Postinflammatorische Hyperpigmentierung

z.B. Akne-Narben, nach operativen Eingriffen



### hautok

Minderung Hyperpigmentierung und der Narben mit Fraxel: dual, Fraxel re:pair

### Vorbeugung:

-  Konsequenter Sonnenschutz
-  Ggf. Supplementation von Antioxidantien (Vitamin C, E, Carotinoide, Coenzym Q10, Zink und Selen)
-  Regelmäßige, jährliche Kontrolle von Muttermalen und Altersflecken mit einem computergestützten System (Dermoscan) zur Hautkrebsvorsorge