Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

durchatmen. Das Rascheln des Laubs unter den Füßen spüren. Die leuchtende Farbenpracht genießen. Der Herbst mit seiner unvergleichlichen Vielfalt ist einfach eine meiner liebsten Jahreszeiten! Zieht es auch Sie jetzt mit Macht an die frische Luft? Dann vergessen Sie bitte nicht Ihren Sonnenschutz, denn die Herbstsonne hat immer noch viel Kraft. Aber dann: ab nach draußen!

Das letzte Quartal des Jahres ist auch immer der Zeitpunkt, um die vergangenen Monate Revue passieren zu lassen. Was ich heute schon sagen kann: Der absolute Beauty-Renner 2025 heißt Thermage®! Sowohl das ganze hautok-Team als auch unsere Patientinnen und Patienten sind hellauf begeistert von dieser Behandlung. Die straffende Wirkung hält bis zu drei Jahren an – und wir haben festgestellt, dass wir den Effekt durch Zwischenbehandlungen mit dem Laser Genesis oder mit DermoLissage™ noch verbessern und verlängern können. Deshalb bieten wir diese Behandlungen nun im vorteilhaften Abonnement an: 1 x Thermage® und 2 x Laser Genesis oder 1 x Thermage® und 2 x DermoLissage™ zur Auffrischung. Nutzen Sie erprobte Synergien für Ihre dauerhafte Schönheit! Apropos dauerhaft schön: Auf der Rückseite verrate ich Ihnen, wie Sie ganz ohne OP „forever young" und trotzdem natürlich bleiben können!

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen, einen schönen Herbst und bereits heute eine besinnliche Adventszeit.

Ihre
Marion Moers-Carpi

INFO

DREI GUTE GRÜNDE FÜR EINEN BESUCH BEI HAUT*OK* IM HERBST!

Bei haut*ok* sind wir das ganze Jahr über für Sie da. Jedoch gibt es einige Behandlungen, für die sich der Herbst besonders gut eignet:

- **Muttermal-Check:** Je heller die Haut, desto besser erkennt man Veränderungen.
- **Laser-Behandlungen:** Nach jeder Laser-Behandlung sollten Sie die Sonne meiden – deshalb jetzt durchführen.
- **Zecken-Impfung:** Bayern ist eines der wichtigsten FSME-Risikogebiete in Deutschland. Für einen guten Schutz sollte die Impfung drei Mal wiederholt werden, um dann einen Schutz für 5 Jahre zu haben. Wenn Sie also jetzt mit der ersten Impfung starten, sind Sie im Frühjahr safe, wenn die kleinen Blutsauger wieder aktiv sind!

Vereinbaren Sie deshalb gleich Ihren Wunsch-Termin für Ihre Herbst-Behandlungen – ganz einfach über den Button „Terminvereinbarung" auf haut*ok*.de. **Wir sind durchgehend bis zum 19. Dezember und dann ab dem 7. Januar wieder für Sie da.**

haut-WISSEN

WUSSTEN SIE, DASS ...

... Nahrungsmittel auch Neurodermitis verschlimmern können?

Häufige Trigger sind zum Beispiel saures Obst oder Weizenmehl. Allerdings sind Unverträglichkeiten individuell – um sicherzugehen, können Sie für einige Tage auf die verdächtigen Nahrungsmittel verzichten und sie dann in kleinen Mengen wieder zu sich nehmen. Kommt es danach zu einem Schub, sollten die entsprechenden Lebensmittel dauerhaft gemieden werden.

WAS IST ... eine Lymphozele?

Eine Lymphozele ist eine Ansammlung von Lymphflüssigkeit, die sich außerhalb des normalen Lymphgefäßsystems bildet. Sie tritt häufig als Komplikation nach Operationen auf, kann aber auch spontan entstehen. Manche Lymphozelen bilden sich von selbst zurück, andere müssen ärztlich behandelt werden – zum Beispiel durch eine Punktion oder OP.

STRAFFE HAUT UND FESTE KONTUREN – DURCH KOLLAGEN

Als essenzielles Protein im menschlichen Körper dient Kollagen als Baustoff für viele Gewebearten. **Es gibt dem Gewebe Struktur und Festigkeit und sorgt dafür, dass die Haut straff und fest bleibt.** Die schlechte Nachricht: Im Alter produzieren wir automatisch weniger Kollagen! Zwar können wir mit unserem Lebensstil einiges dafür tun, den Abbau-Prozess zu verlangsamen – aber dennoch schreitet der natürliche Alterungsprozess voran und das Gewebe wird schlaffer. Doch die gute Nachricht: Mehrere Studien haben gezeigt, dass Kollagen in Pulver- oder Kapselform die Kollagenproduktion im Körper anregen und die Hautqualität verbessern kann. Auch Cremes können die Haut kurzfristig aufpolstern – doch wer einen nachhaltigeren Effekt wünscht oder tiefere Falten loswerden möchte, muss die Kollagenproduktion in der Tiefe stimulieren. Zum Glück haben wir in der ästhetischen Medizin dafür inzwischen eine Vielzahl an minimalinvasiven Behandlungsmöglichkeiten!
Sie wollen mehr über die Bedeutung von Kollagen im ganzen Körper erfahren? Dann seien Sie gespannt auf die Winter-Ausgabe Ihrer haut-SACHE!

HOT ODER SCHROTT: CELLULITE-CREMES MIT HORMONEN

WAS HILFT GEGEN CELLULITE? Es gibt wohl kaum eine Frage, die uns bei haut*ok* so oft gestellt wird. Kein Wunder: Ca. 80 bis 90 % aller Frauen sind davon betroffen – übrigens auch sehr schlanke Frauen! Die Kosmetikindustrie macht sich den Leidensdruck der Konsumentinnen natürlich zunutze und entwickelt ständig neue Cremes, Lotionen, Massagegeräte und sogar Nahrungsergänzungsmittel, die angeblich für eine Pfirsichhaut an Po und Schenkeln sorgen sollen. Um ehrlich zu sein: mit eher mäßigem Erfolg. **Der neueste Schrei sind Hormoncremes.** Davon abgesehen, dass diese selbst bei äußerlicher Anwendung einen Einfluss auf das gesamte hormonelle Gleichgewicht haben können, ist auch hier höchstens eine leichte Minderung der Cellulite zu beobachten. Fazit: Wer sehr unter seiner Orangenhaut leidet, kann nur durch konsequent gesunde Ernährung und viel Sport gegensteuern. **Es gibt jedoch auch minimalinvasive Verfahren, um Cellulite abzumindern.** Dazu gehört PRP, kombiniert mit Microneedling, was im Anfangsstadium gute Abhilfe schafft. Wir beraten Sie gerne.

FOREVER YOUNG: FRISCH UND SCHÖN DURCH JEDES ALTER!

Bestimmt haben Sie es auch schon gehört: „Longevity" ist das neue Zauberwort in der ganzheitlichen Anti-Aging-Medizin. Hier erfahren Sie, was sich dahinter verbirgt – und warum Sie dafür bei Frau Dr. Marion Moers-Carpi genau richtig sind!

WAS IST DENN EIGENTLICH LONGEVITY?

Frei übersetzt: Longevity bedeutet Langlebigkeit. Allerdings geht es dabei nicht nur darum, möglichst alt zu werden, sondern möglichst lange geistig und körperlich gesund zu bleiben. Innere und äußere Alterungsprozesse sowie altersbedingte Krankheiten sollen verhindert oder zumindest lange hinausgezögert werden. Und zu guter Letzt wollen wir uns in unserer Haut wohlfühlen – egal in welchem Alter! Das Aussehen spielt hier eine wichtige Rolle. Denn wenn wir irgendwann feststellen, dass Innen und Außen nicht mehr zusammenpassen, schwinden die Ausstrahlung und das Selbstbewusstsein. Beides trägt jedoch entscheidend dazu bei, positiv und gesund zu altern und ein erfülltes Leben zu führen. **Longevity ist also mehr als ein Trend oder eine kurze Schönheitsbehandlung – es ist eine Lebensweise, die auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert.**

DAS KONZEPT FÜR EIN LANGES, GESUNDES LEBEN

Es gibt verschiedene Ansätze, die aber eine gemeinsame Basis haben: den Lebensstil. Hier kommen die üblichen Verdächtigen ins Spiel: nicht rauchen, wenig Alkohol, gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung, ausreichend Schlaf, Vermeidung von negativem Stress, ein gesundes Sozialverhalten und Freude an den Dingen, die man tut. **Durch eine gute Lebensweise fühlen wir uns nicht nur besser, auch unsere Gene werden positiv beeinflusst – also schaffen wir hier aus eigener Kraft gute Voraussetzungen für Longevity.** Diese Basis können wir dann mit individuellen Maßnahmen für mehr Wohlbefinden und Attraktivität ergänzen. Zum Beispiel, indem wir gezielt Nahrungsergänzungsmittel zu uns nehmen, unseren Körper hormonell unterstützen oder optische Alterungserscheinungen durch minimalinvasive Eingriffe abmildern.

FOREVER YOUNG MIT FRAU DR. MOERS-CARPI

Frau Dr. Moers-Carpi beschäftigt sich seit vielen Jahren mit dem Alterungsprozess und sie weiß: „Alterung ist weit mehr als die Entstehung von Falten. Dazu ist es sehr individuell, wie wir altern. Für manche meiner Patientinnen und Patienten ist der Prozess wirklich schmerzhaft. Sie werden sich ihrer Vergänglichkeit bewusst, haben das Gefühl, weniger wert und weniger anziehend zu sein. **Es ist mir eine echte Herzensangelegenheit, meine Patientinnen und Patienten in dieser Lebensphase möglichst ganzheitlich zu unterstützen.** Denn das körperliche und seelische Befinden und die äußerlichen Alterserscheinungen gehen immer Hand in Hand. Deshalb setze ich nicht nur auf Beauty-Behandlungen, sondern auch auf einen ausgeglichenen Hormon- und Nährstoffspiegel." **Dafür hat die renommierte Dermatologin eine Zusatz-Ausbildung zum zertifizierten Mikronährstoff-Couch abgeschlossen.** „Dadurch weiß ich, dass Nährstoffe ganz unterschiedlich verarbeitet werden. Deshalb gibt es bei mir kein Gießkannenprinzip. Anhand einer umfassenden Blutuntersuchung werden eventuelle Mängel festgestellt. Dann ergänzen wir die fehlenden Nährstoffe individuell per Infusion – so gelangen sie direkt und ohne Umwege ins Blut!"

Selbstverständlich sind Sie bei haut*ok* aber auch an der richtigen Adresse, wenn Sie sich äußerlich „forever young" fühlen möchten. **Frau Dr. Moers-Carpi bietet hierzu verschiedene minimalinvasive Behandlungsmöglichkeiten an, die die Zeit ganz ohne OP um einige Jahre zurückdrehen.** „Ich erlebe es täglich bei meinen Patientinnen und Patienten, welch einen enormen Einfluss das Aussehen auf das Wohlbefinden hat. Wenn wir beim Blick in den Spiegel zufrieden sind, macht das etwas mit uns – auch körperlich! Deshalb sind Beauty-Behandlungen nicht oberflächlich oder unnötig, wie Kritiker immer wieder behaupten," betont Frau Dr. Moers-Carpi. „Aber auch hier gibt es nicht die eine Behandlung, die für alle richtig ist. Vor jeder Behandlung steht eine ausführliche Beratung – und danach erstelle ich **auf Basis der natürlichen Gegebenheiten und der Patientenwünsche ein individuelles Beauty-Konzept.** Oft erreichen wir das beste Resultat auch mit einer Kombination verschiedener Behandlungen." Immer im Fokus: ein natürliches Ergebnis!

JETZT TERMIN VEREINBAREN UND EINFACH JUNG BLEIBEN:

Die Verbindung aus äußerlichen und innerlichen Treatments machen Frau Dr. Moers-Carpi in mehrfacher Hinsicht zu einer Expertin für Longevity. Lassen auch Sie sich ganzheitlich zum Thema „gesund und schön altern" beraten – und blicken Sie ganz entspannt auf die nächsten Jahre. **Ihr haut*ok*-Team freut sich auf Sie.**

VORSCHAU: KOLLAGEN KANN VIEL MEHR ALS STRAFFE HAUT

Als wichtiger Baustoff im Körper spielt Kollagen nicht nur für die Schönheit eine wichtige Rolle, sondern auch für gut funktionierende Gelenke, Knochen, Sehnen – und damit ein schmerzfreies Leben. In der nächsten Ausgabe Ihrer haut-SACHE informieren wir Sie ausführlich über die vielfältige Wirkung von Kollagen und wie Sie die Kollagenproduktion im Körper wieder anregen können.