

ÄRZTE#expertenrat

gesund&fit

Top-Service
ÄRZTE-
Hotline für
Leser

Experten-Sprechstunde

SIE FRAGEN - WIR ANTWORTEN

EXPERTEN ANTWORTEN: Auf www.gesund24.at haben Leser/-innen die Möglichkeit, Fragen an Gesund-Profis zu stellen. Einige davon werden hier beantwortet.



Pflegetipps für die kalte Jahreszeit

Frage: Wie kann ich meine Haut in der kalten Jahreszeit am besten schonen?

Antwort: Als Faustregel gilt: kurze, lauwarme Duschen sind langen, heißen Bädern vorzuziehen. Auch die – in kalten Wintermonaten so beliebten – Thermenbesuche oder Saunagänge entziehen der Haut Flüssigkeit. Im Anschluss muss die Haut daher entsprechend gepflegt werden. Anstelle von austrocknenden Gelen und Fluiden sind im Winter reichhaltigere Cremes, Salben und Ölduschen empfehlenswert. Einer der wichtigsten Feuchtigkeitslieferanten ist der Harnstoff (Urea), der gut in die Haut eindringt und dort Wasser bindet. Ebenso sind Olivenöl oder Aloe Vera sehr gute, natürliche Bestandteile von Pflegeprodukten. Verwenden Sie Reinigungsmilch statt Gel, bevorzugen Sie Produkte ohne Parfum und Farbstoffe. Auch im Winter ist es wichtig, auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten!

MAG. DR. ELKE JANIG

Fachärztin für Dermatologie und Venerologie, Molekularbiologin
www.kuzbari.at

Im Babyglück: Wann weiß ich, dass es losgeht?

FRAGE: Woran erkenne ich, wann die Geburt beginnt? Wann sollte ich das Spital aufsuchen?

ANTWORT: Der Geburtsbeginn wird definiert durch das Einsetzen regelmäßiger Wehen – sprich Kontraktionen der Gebärmutter. In der Regel kann man sagen: Wenn die Wehen länger als 60 Sekunden dauern und in einem Abstand von fünf Minuten wiederkehren, ist es Zeit, die Hebamme zu kontaktieren oder direkt die Entbindungsklinik aufzusuchen. Ein eindeutiges Zeichen des Geburtsbeginns ist der vorzeitige Blasensprung, der jedoch nur bei 15 Prozent aller Frauen auftritt. Vom vorzeitigen Blasensprung spricht man, wenn Fruchtwasser abgeht, noch bevor die Wehen richtig begonnen haben. Das Fruchtwasser tritt entweder in größerer Menge oder manchmal über mehrere Stunden verteilt tröpfchenweise aus.



nen haben. Das Fruchtwasser tritt entweder in größerer Menge oder manchmal über mehrere Stunden verteilt tröpfchenweise aus.

DR. ANDREAS NATHER

FA für Gynäkologie und Geburtshilfe
www.womanandhealth.at



Lidkorrektur: die Möglichkeiten



PRIV.-DOZ. DR. KATHARINA KUBISTA
FÄ für Augenheilkunde und Optometrie, Augenchirurgie
www.proeyes.at

FRAGE: Welche Methoden gibt es für eine Lidkorrektur?

ANTWORT: Die Oberlidkorrektur kann unter Lokalanästhesie, im Dämmer Schlaf oder unter Vollnarkose durchgeführt werden. Die überschüssige Haut kann

entweder mit dem Skalpell oder einem CO₂-Laser geschnitten und entfernt werden. Anschließend wird die entstandene Wunde vernäht. Auch hier gibt es zwei Möglichkeiten: entweder mit Einzelkopfnähten oder mit einer fortlaufenden Naht.

SO FUNKTIONIERT ES:

Stellen Sie Ihre persönliche Frage an die Experten auf

gesund24.at