

MINI AUFWAND,
GROSSE FREUDE

Balkon & Garten als Vogel-Paradies

S. 72-73



Mediengruppe KLAMBT
**BEST
SELLER**

Nr. 35 24.8.2022 1,59€ Deutschland



- 1,80 € Österreich • 2,80 CHF Schweiz
- Belgien 1,90 € • Dänemark 22,95 DKK
- Italien/Frankreich/Spanien 2,20 €
- Kan. Inseln 2,30 €
- Griechenland 2,50 €
- Portugal (cont.) 2,30 €
- Slow. 2,00 €
- Ungarn Ft 600

Glücklich steht mir gut!

Lea

**Turbo-
Pflege**
Frisch in
2 Minuten
S. 78



Leicht, lässig & kaschieren perfekt



Kleider zum Verlieben

S. 70-71



Pflege-Profis auf vier Pfoten

**Wenn Welpen „Vida“ groß
ist, hilft er Menschen**

S. 68-69



Erst der Trennungs-Schock, dann
die erstaunliche Erkenntnis ...

**Gabriele (57): „Ohne Mann
lebt es sich besser!“**

S. 20-21



Weil der erste Eindruck zählt

Hereinspaziert!

Ideen
für den
Wohlfühl-
Flur

S. 28-31



Hilfe vom Gelenk-Papst
**Knieschmerzen
selbst behandeln**

S. 33

**Haarfarben
mit Wow-Faktor**

So finden Sie den perfekten Ton

S. 16-17



**DAS NEUE
INTERVALL-
FASTEN**

Nur 1 Tag

DIÄT reicht!

Am nächsten
Morgen ist der
BAUCH FLACHER



Genial gute
**SOMMER-
PIZZA**

Klassisch
mediterran &
auch vegan

S. 54-56



News

AUS DER FORSCHUNG

Antikörper könnte alle Corona-Formen neutralisieren

■ Das SARS-CoV2-Virus verändert sich oft und die Impfstoffe müssen daran angepasst werden. US-Forscher haben nun aber einen Antikörper im Blut Genesener entdeckt, der im Tierversuch alle Corona-Varianten und auch Erkältungsviren unschädlich machen konnte.

Herztod-Risiko lässt sich vorhersagen und senken

■ Für Patienten mit schwerer Herzinsuffizienz kann ein Mangel an Adenosintriphosphat (ATP) tödlich enden. Ob genug von dem Energieträger vorhanden ist, lässt sich mittels Magnetresonanztomographie erkennen. Das fanden Kardiologen aus Baltimore (USA) heraus.

Affenpocken können sich im und am Mund zeigen

■ Die Affenpocken, die sich durch engen Körperkontakt von Mensch zu Mensch übertragen lassen, werden oft spät erkannt. Anzeichen sind Hautveränderungen wie Pusteln in Genitalregion oder Gesicht. So können auch Bläschen im Mundwinkel erste Symptome sein.

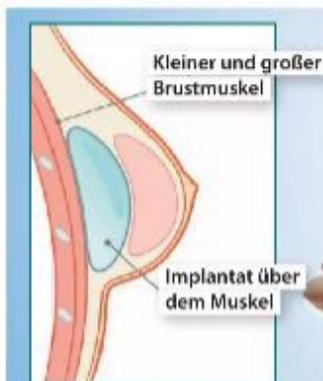
Alle 14 Tage neu & kostenlos hörbar!



vital
Der Gesundheits-Expertentalk

Gesund bleiben oder wieder werden – das möchten wir alle. Wie das dank eines gesunden Lebensstils gelingt, erfahren Sie in unserem Podcast „vital – der Gesundheits-Expertentalk“ mit namhaften Gesundheits-Expert*innen.

Scannen & reinhören!
Auf Spotify, Apple und allen gängigen Streaming-Plattformen

Brustimplantate bestehen aus einer Silikonhülle, die heute meist mit Silikongel gefüllt ist – von 50 bis 1.000 ml

5 Gründe, warum eine Brustvergrößerung nicht immer ewig hält

Müssen meine Implantate raus?

Endlich größere Brüste – diesen Traum erfüllen sich immer mehr Frauen. Doch viele denken vor der Operation nicht daran, dass die Veränderung selten ein Leben lang hält. Wir haben Dr. Jens Altmann von der Bodenseeklinik gefragt, wann und aus welchen Gründen ein erneuter Eingriff nötig werden kann.



1. Warum werden Implantate entfernt?

Neben persönlichen Motiven wie einem über die Jahre veränderten ästhetischen Empfinden gibt es eine Reihe von medizinischen Gründen. Einer der häufigsten ist die sogenannte Kapsel-fibrose, bei der sich das Körpergewebe um das Implantat verhärtet. Sie kann nicht nur das Aussehen beeinflussen, sondern auch Schmerzen verursachen. Einen weiteren Anlass für Implantatwechsel oder -entfernung stellt der natürliche Alterungsprozess dar. So können die Brüste etwa erschlaffen. Und durch eine

Schwangerschaft kann die Brust größer werden, sodass sich viele Patientinnen hier ebenfalls eine Anpassung wünschen. Auch das Implantat-Alter kann ein Grund für einen Austausch sein.

2. Gibt es eine Art Verfallsdatum?

Moderne Implantate können theoretisch ein Leben lang halten. Viele Patientinnen entscheiden sich jedoch dafür, nach zehn bis 15 Jahren das Implantat zu erneuern, wenn sich die Brust, gemeinsam mit dem restlichen Körper, verändert hat. Nach etwa zehn Jahren sollten in jedem Fall engmaschige Kontrollen durchgeführt werden. Wir empfehlen zudem eine jährliche Nachsorge.

3. Wie entscheidend ist denn das Material?

Implantate unterscheiden sich je nach Hersteller und Modell,

in der Oberflächenbeschaffenheit, dem Füllungs-material und der Form. Aber nicht das ist allein ausschlaggebend, wenn es um die Risiken geht. Vor allem die Aufklärung vor dem Eingriff ist wichtig. Patientinnen müssen sich darüber im Klaren sein, dass jährliche Nachsorgeuntersuchungen, wie sie jede seriöse Klinik anbietet, wichtig sind. Und auch die Eigenverantwortung der Patientin trägt zum Erfolg der Operation bei. Sie sollte nach dem Eingriff mehrere Wochen lang einen Stütz-BH tragen, auf Sport verzichten, nicht rauchen, nicht in die Sauna gehen und sich keiner direkten Sonneneinstrahlung aussetzen.

4. Worauf kann sie später noch achten?

Generell sollte die Patientin ihren Körper aufmerksam beobachten. Kommt es nach der OP zu Veränderungen an der Brust, sollte sie ihren Operateur aufsuchen.

5. Und was kostet eine erneute Operation?

Das hängt stark von der Art des Eingriffs ab – muss das Implantat nur gewechselt oder vollständig entfernt, soll die Brust dabei gestrafft werden? Die Kosten beginnen bei etwa 2.000 Euro.