

## THEMA AKTUELL

- 4 So wehren Sie Erkältungen ab
- 4 TOPFIT und »Die66« kooperieren
- 6 Schlafen unter Beobachtung
- 7 Wenn Schnarchen krank macht

## MEDIZIN

- 8 Gynäkologie und Urologie in der AirportClinic M
- 9 MVZ im Helios: Mit Stoßwellen gegen Schmerzen
- 11 MVZ im Helios: Facettensyndrom der Wirbelsäule
- 12 Grünlicht-Laser bei Prostatavergrößerung
- 13 Brustvergrößerung schon bald mit Hyaluronsäure?
- 14 Hernienchirurgie: Leisten-, Narben- und Nabelbrüche schonend operiert
- 15 Ganzheitlich-ästhetische Zahnmedizin: Biologische Therapie bei Parodontose
- 16 Virtuelle Koloskopie: Mehr Sicherheit in der Darmkrebsfrüherkennung
- 17 Ganzkörper-MRT: Den ganzen Menschen im Blick
- 19 Alternative Medizin: Laser-Resonanz-Therapie – Patienten berichten

## GESUND LEBEN

- 20 So machen Sie Haut und Haare winterfest
- 21 Abnehmen mittels Ultraschall
- 23 Um Längen voraus – Haarverlängerung mit Münchner Patent
- 24 Gluten- und Laktoseintoleranz: Wenn die Verdauung aus dem Takt gerät

## AUS DER APOTHEKE

- 26 Zink – Essentiell für das Immunsystem

## FITNESS

- 28 Fitness im Schnee: Langlauf als Kreislauftraining
- 30 Skifit-Trainingsprogramm

## MÜNCHEN

- 18 Gesundheitseinrichtungen in Ihrer Nähe
- 22 Wellness in München: Saunieren in den M-Bädern

## RUBRIKEN

- 2 Ihr gutes Recht
- 25 Gewinnspiel
- 27 Impressum / Fachmedizinische Beratung
- 31 Veranstaltungskalender



Liebe Leserin, lieber Leser,

als im Februar 1980 an der Münchner Ludwig-Maximilians-Universität der erste Nierensteinpatient mit »Stoßwellen« behandelt wurde, ahnte noch niemand, dass damit ein weiterer Meilenstein in der Medizingeschichte gelegt war. Heute – knapp 30 Jahre später – ist die schonende Beseitigung von Blasen-, Nieren- und sogar Gallensteinen mittels extrakorporaler Stoßwellentherapie (ESWL) längst eine Routinemaßnahme. Auch die Orthopädie setzt inzwischen die ESWL erfolgreich ein: Lesen Sie, wie z. B. ein Fersensporn, die Kalkschulter oder der Tennisarm mit Stoßwellen wirksam behandelt werden können.

Weitere medizinische Schwerpunktthemen sind u. a. Bauchwandbrüche und ihre Behandlung, effektive Hilfe beim Facettensyndrom der Wirbelsäule sowie biologische Therapieansätze zur Linderung von Parodontose.

Dass auch die Medizin von der steten Weiterentwicklung der Informationstechnologie profitiert, zeigt sich am Beispiel der virtuellen Koloskopie: Ein neues Computerprogramm erlaubt es, das Innere des Darms noch genauer zu ergründen – und damit dafür zu sorgen, dass eine mögliche Therapie von (bösaartigen) Darmerkrankungen noch bessere Aussichten auf Erfolg hat.

Ist es bald möglich, sich die Brust mit Hyaluronsäure vergrößern zu lassen? Diese Frage stellten wir vier renommierten Münchner Fachärzten für Ästhetisch-Plastische Chirurgie – und wie es scheint, könnten Silikonimplantate in der Tat bald Konkurrenz bekommen ...

Beim TOPFIT-Gewinnspiel können Sie einen Verwöhnenaufenthalt mit vier Übernachtungen in einem First-Class-Hotel im Schwarzwald gewinnen.

Erholsame Weihnachtstage und ein gesundes Jahr 2008 wünscht Ihnen

*Nicole Schaezler*

Dr. Nicole Schaezler, Chefredakteurin

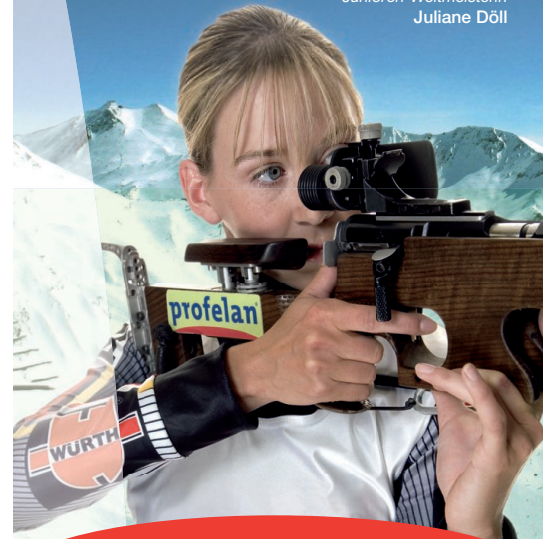
PS: Gewinnerin des letzten Gewinnspiels ist Frau A. Mensch aus München.

## Hier liegt TOPFIT für Sie bereit ...

... TOPFIT wird nach einem rollierenden System an Haushalte sowie an bestimmte Verteilerstellen (u.a. Apotheken, Naturkostläden, Fitnessstudios, Arzt- und Heilpraktiker-Praxen) kostenlos geliefert. Unsere aktuelle Verteilerliste finden Sie auf unserer Website: [www.topfit-medizin.de](http://www.topfit-medizin.de)

# [ der schmerz verliert ]

Junioren-Weltmeisterin  
Juliane Döll



## profelan® Schmerzsalbe nach Müller-Wohlfahrt

mit **Arnika-Tinktur**

- ➔ schmerzlindernd
- ➔ abschwellend
- ➔ entzündungshemmend
- ➔ pflanzlich

- bei
- ➔ Verstauchungen
  - ➔ Prellungen
  - ➔ Quetschungen
  - ➔ Blutergüssen
  - ➔ Entzündungen



**[formula] Müller-Wohlfahrt** profelan®salbe nach Müller-Wohlfahrt. Wirkstoff: Arnikablüten-Tinktur

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Rezeptfrei in Ihrer Apotheke.

[www.profelan.de](http://www.profelan.de)

[formula] Müller-Wohlfahrt Health & Fitness AG  
Pössartstraße 13 · D-81679 München



### In Ihrer Apotheke!

profelan® salbe nach Müller-Wohlfahrt  
Wirkstoff: Arnika-Tinktur

Tube 100 g: PZN 0502434  
Tube 40 g: PZN 0565469

Erinnerungs-Coupon