

# Immer müde?

**Vorsicht Erschöpfung:**  
Anzeichen ernst nehmen.

Immer mehr Menschen leiden unter Erschöpfung, Antriebslosigkeit, diffusen Schmerzen und Schlafstörungen, so eine aktuelle Umfrage.

Werden Warnsignale verdrängt, droht eine Abwärtsspirale. Man fühlt sich zunehmend schlapp und kraftlos, schon kleine Anstrengungen erscheinen als Belastung. Vor allem die Vitamin-B-Speicher des Körpers können durch anhaltenden Stress und Doppelbelastungen, wie das Management von Kindern und Familie oder die Pflege Angehöriger „leergesaugt“ werden, so dass es zu einem Mangel an den lebenswichtigen Aufbaustoffen B6, B12 und Folsäure kommen kann, der sich oft auch ernährungsmäßig nicht mehr ausgleichen lässt. Bei einem solchen Mangel kann der Zellstoffwechsel seine Aufgaben nicht richtig erfüllen – anhaltende Müdigkeit und Erschöpfung können die Folge sein.

### Schnelle und effektive Hilfe

Hier hat sich eine speziell entwickelte, vom Arzt verabreichte Aufbaukur als medizinisch sinnvoll erwiesen. Sie enthält eine abgestimmte Kombination

der drei unverzichtbaren Aufbaustoffe B6, B12 und Folsäure und wird vom Arzt als Spritze oder Infusion verabreicht.

Der Vorteil von Injektionen gegenüber Vitamintabletten und Trinkampullen besteht vor allem darin, dass die kraftpendenden Aufbaustoffe zu 100% und ohne Umwege direkt in die Blutbahn gelangen und so besonders schnell und langanhaltend wirken können.

### Wissenschaftlich belegt<sup>1</sup> und bestens bewährt

In einer groß angelegten Praxis-Beobachtungsstudie<sup>2</sup> mit mehr als 600 Patienten konnte neben der stark revitalisierenden Wirkung einer Medivitan Aufbaukur sogar eine beachtliche Linderung bestehender Schmerzen nachgewiesen werden. 95% der Patienten fühlen sich nach der Aufbaukur schwungvoller und frischer.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Naurath H. et al., The Lancet 1995; 346: 85–89.  
<sup>2</sup> Höller et al.: Med Welt 3/2014; 65, (Anwendungsbeobachtung).  
<sup>3</sup> Engels et al.: MMW 162–166/2007; 149. Jg., (Anwendungsbeobachtung).

**Medivitan®** – die ärztlich verabreichte Aufbaukur.

Finden auch Sie den spezialisierten Arzt in Ihrer Nähe unter [www.medivitan.de](http://www.medivitan.de).



**Medivitan® IV Fertigspritze, Medivitan® IV Ampullen:** Komb. Mangel an Vit. B6, Vit. B12 u. Folsäure, d. ernährungsmäßig nicht behoben werden kann. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker; 03/2015

## GESUNDHEIT



Jennifer Biermann (31) hatte eine auffallende Stirn-Narbe

# „Endlich starrt mich keiner mehr an“

Ständig musste die junge Frau ihre Narbe erklären. Bis eine Behandlung mit dem Wasserlaser die Stelle glättete

Meist dauert es nur Sekunden, bis der Blick von Jennifer Biermanns Gesprächspartnern über ihren Augen festklebt. Auf ihrer Stirn, wo eine tiefe, acht Zentimeter lange Narbe sie an einen übermühten Nachmittag vor 26 Jahren erinnert „Mit vier Jahren wollte ich mit meinem Rutschauto unsere Marmortreppe hinunterfahren. Mein Bruder und ich dachten, das wäre ein Riesenspaß“, erinnert sich die 31-jährige OP-Krankenschwester aus Dortmund. Gesagt, getan. Doch nur Sekunden später liegt Jennifer blutend am Fuß der Treppe: Sie hat sich die Stirn aufgerissen. Im Krankenhaus nähern die Ärzte die breite

Wunde mit 14 Stichen. Später versucht sie, die Stelle zu über-schminken. Und muss sich „immer, immer wieder“ für ihr Aussehen „rechtfertigen“, wie sie sagt. Bis ausgerechnet Jennifers Zahnarzt der jungen Frau vorschlägt, die rötliche Narbe zu entfernen, zumindest deutlich zu verkleinern.

### Gebündeltes Licht und beschleunigtes Wasser

Als Facharzt für ästhetische Zahnmedizin sowie als Facharzt für ästhetische Gesichtschirurgie arbeitet Dr. Dr. Manfred Nilius aus Dortmund bereits seit einigen Jahren mit der Wasserlaser-Technologie. Ein Verfahren, das mit gebündeltem Licht und beschleunigtem Wasser auskommt und Arzt und Patient das Skalpell erspart. „Ich habe erst gezögert, denn von Schönheits-OPs halte ich nicht viel“, sagt Jennifer Biermann. Nach einigen Monaten Bedenkzeit willigt sie ein.

„Schlimmer konnte das Ergebnis schließlich nicht werden“, schmunzelt sie. Im Februar letzten Jahres ist es schließlich so weit. Mit dem Wasserlaser trägt Dr. Nilius die örtlich betäubte, vernarbte Haut punktförmig ab, glättet die Ränder, während die Haut gleichzeitig gekühlt wird. „Die Laserimpulse an diesen Stellen sorgen für die Neubildung von körpereigenem Kollagen – jetzt kann sich das Narbengewebe in den nächsten Wochen neu bilden“, erklärt Dr. Nilius. Nach ein

paar Wochen steht fest: Jennifers Narbe ist jetzt schmaler, doch Dr. Nilius ist noch nicht zufrieden. Vier Monate später bearbeitet er sie noch einmal mit dem Wasserlaser. Heute erinnert nur noch ein schmaler weißer Strich an Jennifers missglückte Rutschpartie. „Mein größter Wunsch ist erfüllt worden“, strahlt sie. „Endlich falle ich keinem mehr auf!“

STEFANIE KÖTTER



▲ Zwei Behandlungen brauchte Dr. Nilius, um die Narbe zu verkleinern



▲ Der Laser arbeitet punktgenau, die Haut wird gleichzeitig gekühlt

Fotos: Georg Lukas (5), Praxisklinik Nilius (2)



VORHER



NACHHER

Die Narbe ist nach der Behandlung schmaler und flacher geworden



Im Alter von vier Jahren, stürzte die junge Frau mit diesem Bobbycar eine Steintreppe hinab

**Problem:** Narbe nach Sturz in Kindheit  
**Lösung:** Wasserlaser-Behandlung



# STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT\*

Das pflanzliche Anti-Infektivum\* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie packt den Infekt mit der Wurzel.

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

**Umckaloabo®**  
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut



\*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

**Umckaloabo® 8 g/10 g Flüssigkeit.** Für Erwachsene und Kinder ab 1 Jahr. Wirkstoff: Pelargonium-sidoies-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel – Ettlingen. U/01/01/17/08