



**„HAUSARZT  
DIAGNOSE“**

Ermittelt anhand von Symptomen eine Rangliste der wahrscheinlichen Diagnosen.  
www.hausarzt-diagnose.com



# gesund

**MADONNA LUD ZUR TALK-REIHE**

## Top-Ärzt:innen beim Beauty Day

Das gesund&fit-Schwestermagazin MADONNA lud zum bereits 4. Mal zum hochkarätig besetzten MADONNA Beauty Day. Neben Stars wie Victoria Swarovski und Judith Williams waren auch einige von Österreichs renommiertesten Schönheitsmediziner:innen auf der Bühne. Im Gespräch mit gesund&fit-Chefredakteurin Nina Fischer gewährte Österreichs bekanntestes Ärzte-Ehepaar, Zahnärztin Dr. Kristina Worseg und der Plastische Chirurg Artur Worseg, spannende Einblicke in die ästhetische (Zahn-)Medizin. Doz. Dr. Johannes Matiasek talkte über die wichtigsten Trends in der Plastischen Chirurgie und im Interview mit Dr. Claudia Gschnitzer drehte sich alles um die natürliche Schönheit.

» [www.madonna24.at](http://www.madonna24.at)  
Viele weitere Storys & Bilder



**HOCHKARÄTIGE GÄSTE**

gesund&fit-Chefredakteurin Nina Fischer interviewte am MADONNA Beauty Day Österreichs renommierte Ärzt:innen zum Thema Schönheit. Bild groß: Fischer mit Doz. Johannes Matiasek. Bild links: mit Dr. Kristina Worseg und Dr. Artur Worseg.



**Buchtip**

**Ernährung gegen Hashimoto**

**NEUER RATGEBER** Bei einer autoimmunbedingten Unterfunktion der Schilddrüse ist die Ernährung eine wichtige Stellschraube. „Richtig einkaufen bei Hashimoto“ (von D. Zichner) liefert wichtiges Basiswissen, Checklisten und Praxistipps. Trias, 10,30 Euro.

## TÄGLICHES GEHEN VERLÄNGERT DAS LEBEN

**SUPER-MEDIKAMENT BEWEGUNG:** In der Medizin vollzieht sich derzeit ein Paradigmenwechsel. Wurde Alt und Krank vor einigen Jahren noch geschont, so wird mittlerweile Bewegung verschrieben. Dass Aktivität ein wirkungsvolles Heilmittel ist, zeigt auch eine aktuelle Studie aus Südkorea. Sie untersuchte die **Wirkung von Bewegung auf Menschen in sehr hohem Alter** (Anm.: 7.000 Personen nahmen teil). Eine Stunde Gehen pro Woche senkte die Mortalität bei über 85-Jährigen um 40 Prozent. Der südkoreanische Kardiologe Moon-Nyun Jin von der Inje-Universität (Seoul) empfiehlt Hochbetagten daher: etwa zehn Minuten Gehen am Tag!

