

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 Wörse und der Plastische Chirurg Artur Wörse, spannende Einblicke in die ästhetische (Zahn-)Medizin. Doz. Dr. Johannes Matiassek talkte über die wichtigsten Trends in der Plastischen Chirurgie und im Interview mit Dr. Claudia Gschntzer drehte sich alles um die natürliche Schönheit.

►► 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 Matiassek. Bild links: mit Dr. Kristina Wörse und Dr. Artur Wörse.



Buchtipps

Ernährung gegen Hashimoto

Richtig
einkaufen bei
Hashimoto

Lebensmittel, Checklisten,
Tagebuch, Nährstoffe,
Trigger erkennen
und vermeiden



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!

