

ALLES FLIESST DURCH BEWEGUNG

REGION Genügend Bewegung fördert die Durchblutung. Pflanzliche Arzneimittel wie Padma 28N helfen zusätzlich.

Aktuell verbringen die Leute viel mehr Zeit daheim und sind weniger unterwegs. Das bremst die alltägliche Bewegung und die Durchblutung. Nutzt man das Frühlingserwachen für mehr Bewegung, hilft das nicht nur der Fitness, sondern beugt auch Durchblutungsstörungen vor.

Das Blut transportiert unter anderem Sauerstoff, Nährstoffe sowie Abwehrzellen zu jeder einzelnen Zelle des Körpers und übernimmt den Abtransport von CO₂ und Zellstoffwechselprodukten.

Ohne gut fliessende Ver- und Entsorgung ist der Körper in vielen Funktionen, etwa Gewebeaufbau oder Immunabwehr, beeinträchtigt.

DURCHBLUTUNGSSTÖRUNGEN

Probleme in der Durchblutung entstehen schleichend. Daher ist es wichtig, Durchblutungsstörungen frühzeitig zu erkennen.

Erste Anzeichen können einschlafende Hände und Füsse,



Padma 28N ist ein pflanzliches Arzneimittel. Foto: PD

Ameisenlaufen oder Wadenkrämpfe sein. Eine Veränderung der Lebensumstände ist die wichtigste Massnahme.

Grundpfeiler einer durchblutungsfreundlichen Lebensweise sind ein Rauchstopp, die Reduktion des Übergewichts, regelmässige Bewegung an der frischen Luft und eine gesunde, frische, saisonale sowie fettarme Ernäh-

rung. Pflanzliche Arzneimittel wie Padma 28N fördern die Durchblutung. Es basiert auf der tibetischen Medizin und wird bei Durchblutungsstörungen mit Einschlafen von Händen und Füssen, Ameisenlaufen oder Schweregefühl in Armen und Beinen sowie Wadenkrämpfen eingesetzt. ZVG

WWW.PADMA.CH

NATÜRLICHE ERGEBNISSE, HÖCHSTE PERFEKTION

RÜTI Der Anspruch an die plastische Chirurgie ist hoch. Dr. med. Torsten Fischer ist seit 15 Jahren plastischer Chirurg und beantwortet drei Fragen zum chirurgischen Alltag.



Dr. med. Torsten Fischer. Foto: PD

Veränderungen durch plastische Chirurgie sollen signifikant und gleichzeitig so dezent wie möglich sein. Dr. med. Torsten Fischer ist plastischer Chirurg in der ästhetischen Medizin und seit fünf Jahren Teil des Teams der Praxis am Bahnhof in Rüti.

HERR DR. FISCHER, WORIN LIEGT DIE GRÖSSTE HERAUSFORDERUNG IN IHREM BERUF?

Dass etwas gemacht wurde, sollte im Idealfall nicht sichtbar sein. Patienten möchten ein frisches Aussehen, ohne ihre natürliche Ausstrahlung zu verlieren. Ich lege grossen Wert darauf, die Wunschvorstellungen mit den realistischen Möglichkeiten der modernen Medizin in Einklang zu bringen. Ob das umsetzbar ist, kläre ich in einem ausführlichen Beratungsges-

HABEN SIE AUCH SCHON VON EINGRIFFEN ABGERATEN?

Ja, das kommt vor. Wenn ich merke, dass das angesprochene Problem des Patienten seinen Ursprung ganz woanders hat. Oder wenn Patienten unrealistische Vorstellungen vom Resultat haben und die gewünschte Behandlungsmethode keinen Sinn macht. Heute ist es möglich, viele Korrekturen ganz ohne Operation oder minimalinvasiv vorzunehmen, beispielsweise mittels Laserbehandlung. In der

Regel rate ich zu sanften Methoden.

WELCHE SCHÖNHEITSBEHANDLUNG STEHT BEI MÄNNERN GANZ OBEN AUF DER LISTE? WELCHE BEI FRAUEN?

Bei Männern ist es ein Eingriff gegen erblich bedingten Haarausfall, die sogenannte PRP-Behandlung. Hierbei wird dem Patienten Blut entnommen, in einer Zentrifuge aufbereitet und ohne weitere Zusatzstoffe sanft in die Kopfhaut eingespritzt. Bei Frauen führe ich oft Brustoperationen und Faltenbehandlungen durch. Generell steht aber die Fettabsaugung, kombiniert mit einer Laserbehandlung zur Straffung des Gewebes, nach wie vor ganz zuoberst in Sachen Schönheitsoperationen – und zwar bei Frauen genauso wie bei Männern. ZVG

Dr. med. Torsten Fischer
Facharzt Praxis am Bahnhof
plastischer Chirurg ästhetische Medizin
Rüti und Bäch
Dorfstrasse 44, Rüti

WWW.ÄSTHETISCHE-MEDIZIN.CH

VOLG: ONLINE-WETTBEWERB FÜR VEREINE

REGION Vereine gehören zum Dorfleben – wie Volg mit seinen rund 600 Dorfläden. Deshalb unterstützt Volg im Rahmen seiner aktuellen Kampagne «Aus Liebe zum Dorf» Schweizer Vereine mit einem Online-Wettbewerb.

Seit Frühling 2021 tritt Volg mit einer neuen Werbekampagne auf. Sie steht unter dem Motto «Aus Liebe zum Dorf und zu all seinen Vereinen». Statt wie bisher Dorfgeschichten stehen dabei nun Vereinsgeschichten im Zentrum.

Die Kampagne wird noch bis Ende Juni 2021 von einem Online-Vereinswettbewerb begleitet, bei dem es insgesamt 65 000 Franken für die Vereinskassen zu gewinnen gibt. Darunter sind sieben Jurypreise im Wert von je 5000 Franken sowie drei Publikumspreise im Wert von je 10 000 Franken, die durch ein Online-Voting ermittelt werden.



Volg-Wettbewerb für Vereine. Foto: PD

Vereine, die von der Jury ausgewählt werden, erhalten zusätzlich zum Hauptpreis ein professionelles Vereinsfoto-Shooting und werden Teil der nächsten Volg-Werbekampagne.

Bis einschliesslich 30. Juni können sich Vereine zum Wettbewerb anmelden.

Auch wer sich in keinem Verein aktiv engagiert, kann mitmachen: Einfach für den Lieblingsverein abstimmen und mit etwas Glück eine von 100 Volg-Geschenkkarten im Wert von 50 Franken gewinnen. Die Abstimmung für den Lieblingsverein läuft bis Sonntag, 18. Juli. ZVG

WWW.VOLG.CH/WIN

BEITRÄGE FÜR DIE MARKTINFO-SEITE

Die Texte für diese Seite werden uns von den Firmen zur Verfügung gestellt. Bei Fragen zum Inhalt sind diese direkt zu kontaktieren.