

Sicher durch den Winter – Tipps vom Schönheitschirurgen

Die **Praxisklinik am Rosengarten** und ihr Gründer Dr. Timo Spanholtz gehören seit Jahren zu den besten Adressen für Ästhetische Chirurgie in Deutschland.

Der erfolgreiche Facharzt für Plastische Chirurgie und Buchautor ist außerdem gern gesehener TV-Experte (zum Beispiel am 8. Februar 2019 im WDR Kölner Treff). Für die GL KOMPAKT gibt Spanholtz wichtige Tipps, wie Sie Ihre Haut sicher durch den Winter bringen:



Die zunehmend niedrigen Temperaturen lassen die schützende Talgproduktion unserer Haut versiegen: Winzige Hautrisse sind die Folge. Die Heilung dieser Mikroschädigungen wird durch die verminderte Durchblutung gestört, während die trockene Heizungsluft der Räume auch noch die Flüssigkeit aus der Haut zieht. Eine trockene, rissige Haut ist die Folge. Eine heiße Dusche in der kalten Jahreszeit hat dabei noch einen verschlimmernden Effekt: Die Hornschicht wird aufgelöst und der Flüssigkeitsverlust verstärkt. Ein Teufelskreis entsteht.

Die Lösung: Hautpflege von außen und innen. Trinken Sie ausreichend Wasser, um die Durchblutung und den Feuchtigkeitsgehalt der Haut zu optimieren. Aber helfen Sie auch „von außen“ mit: Cremes und Salben sind Seren vorzuziehen, da sie mehr Rückfettungseffekte haben. Harnstoff und Ceramide können außerdem den Wasserhaushalt der Haut verbessern und die Heilung der Hornschicht optimieren.

Die Praxisklinik am Rosengarten berät Sie gerne in Bergisch Gladbach oder Köln zu Themen der Ästhetischen Medizin und Plastischen Chirurgie. Besuchen Sie für weitere Informationen gerne www.praxisklinik-rosengarten.de

Praxisklinik am Rosengarten
Odenthaler Str. 19
51465 Bergisch Gladbach
Telefon: 02202 29696424
Öffnungszeiten
Mo. bis Fr. 8.00 – 18.00 Uhr
Samstags nach Vereinbarung

 **Praxisklinik**
am Rosengarten
Plastische und Ästhetische Chirurgie
www.praxisklinik-rosengarten.de

BERKEMANN STRETCH

Stretchmaterial entlastet

Druckstellen und Problemzonen

www.berkemann.com
COMFORT SHOES
since 1885



 berkemann

KELLBERG
ORTHOPÄDIE. MANUFAKTUR



Hauptstraße 124 - 126 / 51465 Bergisch Gladbach / 02202-32491 / sh-kellberg.de

PARK SAUNA
LEVERKUSEN

Fit durch Herbst und Winter.
www.parksauna-lev.de

Bismarckstr. 182, 51373 Leverkusen