



Dr. med. Pejman Boorboor und Dr. med. Christian Kerpen



## FRAU UND MANN

Die moderne ästhetisch-plastische Chirurgie: Ab März verschönert **Cosmopolitan Aesthetics** Dres. Boorboor & Kerpen GmbH mit innovativen Behandlungen für Frauen und Männer Hamburg. In die Praxis kommen nicht nur Frauen mit klassischen Wünschen zur Veränderung und Rejuvenation, auch die Männerwelt hat den Weg zur Schönheitschirurgie entdeckt. Ob Faltenbehandlung, Nasenkorrektur, Anti-Schweiß-Behandlung, Entfernung der Männerbrust oder

störender Fettpölsterchen, die plastische Chirurgie in Hamburg hält viele Möglichkeiten bereit. Außerdem wird auch die Therapie des Haarausfalls angeboten, der in vielen Fällen Männer betrifft. Bereits kleine Eingriffe oder Behandlungen können das Erscheinungsbild verbessern und die Lebensqualität erhöhen. Das Team der Praxis beweist, welche Möglichkeiten die plastische Chirurgie in Hamburg für Frauen und Männer bereithält. [www.plastischerchirurg.hamburg](http://www.plastischerchirurg.hamburg)

## BEWUSST LEBEN

Dr. Nuray Aytekin von der **Praxis Kinderwunsch Valentinshof** weiß, dass die Erfüllung des Kinderwunsches und Gewichtsabnahme keinen Widerspruch darstellen: „Die Ursachen für das Ausbleiben einer Schwangerschaft sind sehr individuell, aber ein ausgewogener Körperfettanteil, ein richtig eingestellter Stoffwechsel und die optimale Versorgung mit Vitaminen und Mineralien schaffen sehr gute Ausgangsbedingungen. Negativ wirkt sich dagegen Bauchfett aus“, so die Gynäkologin mit den Schwerpunkten Reproduktions- und Ernährungsmedizin.

Besonders gilt dies für Frauen mit PCO-Syndrom, einer hormonellen Erkrankung, die sich durch Symptome wie Akne, fettige Haut, Haarausfall oder unerwünschten Haarwuchs, und unregelmäßige Zyklen äußert und als einer der häufigsten Gründe für Unfruchtbarkeit gilt. Auch wenn sich die Krankheit nicht heilen lässt, können die Symptome mit mehr Bewegung und einer kalorienbewussten Ernährung gemildert werden. Betroffene sollten Weißmehlprodukte und Süßigkeiten gegen Lebensmittel mit einem niedrigen glykämischen Index tauschen. In jedem Fall empfiehlt Dr. Nuray Aytekin bei Ausbleiben des Kinderwunsches die Untersuchung bei einem Fortpflanzungsspezialisten. [www.kinderwunsch-valentinshof.de](http://www.kinderwunsch-valentinshof.de)



Dr. med. Nuray Aytekin, Privatdozent Dr. med. Ulrich A. Knuth und Dr. med. Anja Dawson

## GUTE VORSÄTZE

Das neue Jahr hat gerade angefangen und viele Menschen haben – wie so oft – den Vorsatz, sportlich aktiver zu werden. Doch schnell verfliegt die Motivation, der Trott setzt ein. In den **Aspria** Clubs im Alstertal und auf der Uhlenhorst gibt es vielfältige Möglichkeiten, den Trainingsplan abwechslungsreich zu gestalten und motiviert zu bleiben. Von Kursen wie Bodypump über Functional Training bis hin zu TRX, Yoga und Spinning sowie einem Cardio- und Gerätebereich mit modernstem Equipment – im Aspria gibt es immer etwas Neues auszuprobieren. Außerdem gibt es die Möglichkeit, Tennis zu spielen oder Bahnen im Pool zu ziehen. Wöchentlich stattfindende Kurs-Specials und Workshops runden das Angebot ab. Bei dieser Abwechslung lassen sich Vorsätze durchhalten. Und sollte es einmal doch schwerfallen, am Ball zu bleiben, sind die professionellen Trainer im Aspria jederzeit zur Stelle. [www.aspria.com](http://www.aspria.com).



GROSSE AUSWAHL  
Im Aspria Alstertal findet sich das passende Training.

# ALWAYS WITH ATTITUDE

Inspiriert vom Mythos der legendären BENTLEY Fahrzeuge bietet **BENTLEY For Men Azure** ein aufregendes Dufferlebnis: Mit Kaschmirholz, Tonkabohne und Orcanox in der Basisnote schmeichelt dieser Duft der Herrenwelt kraftvoll und zugleich elegant. In der Kopfnote bilden Bergamotte, Limone, Tangerine, Ananas sowie Veilchenblätter eine herrliche Frische die in der Herznote durch Piment, Teeblät-

ter, Muskatellersalbei und Lavendel abgerundet wird. Ein außergewöhnlicher Duft, der wie ein BENTLEY Ausdruck höchster Eleganz mit einem modernen Twist aus Performance und Dauerhaftigkeit ist. Die Komposition aus holzigen, frischen und würzigen Noten präsentiert sich im gewölbtem Flakon mit BENTLEY Emblem und der typischen Riffelung am Verschluss. [www.bentley-hamburg.de](http://www.bentley-hamburg.de)