

Der Glukose-Trick
Wie der Blutzuckerspiegel
beim Abnehmen hilft

Schöne Haare
Friseur und Hairfluencer
Tom Hannemann gibt Tipps

Frisch eingelegt
So einfach gelingt
gesundes Fermentieren

FIT UND GESUND

01 | 2025

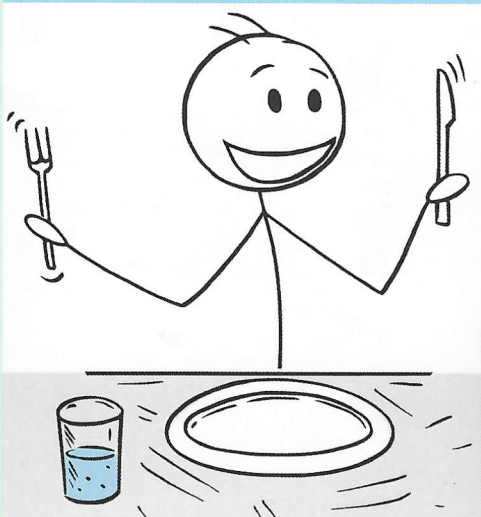
**GESUNDE
AUGEN**
Neue Methoden
für besseres
Sehen



Fit durch den Frühling

AKTIV MIT GUTER LAUNE

Gesundheit, Genuss, Fitness
und Beauty. So kommen Sie
ganz entspannt in Form



Gesund und schön bleiben

Wissenschaft und Ästhetik definieren das Altern neu. Schönheitsexpertin **Maja Henke** schreibt über die Rolle von Biostimulatoren

Augen

Die Augenmuskeln sind unsere fleißigsten Muskeln. Das führt mit den Jahren zu Knitterfältchen. Außerdem nehmen Spannkraft und Feuchtigkeit ab, der Blick wirkt nicht mehr so wach und frisch

Lippen

Volle rote Lippen gelten als Schönheitsideal. Mit dem Alter verlieren sie jedoch an Volumen und Feuchtigkeit, das Lippenrot verschwindet zunehmend nach innen

Kinnlinie

Die Jawline verleiht dem Gesicht eine markante Ausstrahlung. Schwindet die Kontur, verändert sich der Gesichtsausdruck

Die Longevity- und Epigenetik-Forschung verzeichnete in den letzten Jahren regelrechte Quantensprünge. Es geht längst nicht mehr nur darum, älter zu werden – sondern dabei gesund und vital zu bleiben.

Die biologische Alterung beeinflusst verschiedene Faktoren. Neben der Genetik spielen epigenetische Mechanismen eine entscheidende Rolle – also Prozesse, die unsere Gene steuern, ohne die DNA selbst zu verändern.

Diese Mechanismen können einerseits durch Ernährung, Bewegung, Stressreduktion positiv beeinflusst werden, andererseits aber auch durch Nahrungsergänzungsmittel und noch besser durch Infusionstherapien.

Denn diese zielen vor allem darauf ab, die „Inflammation“, also Entzündungen im Körper, zu reduzieren und das Immunsystem zu stärken. Dies bewirkt wiederum die Verbesserung der allgemeinen Gesundheit, und eine Prävention von Krankheiten, wie z. B. Krebs. Auch die Zellalterung wird aufgehalten, was in der ästhetischen

Medizin bedeutet, dass die Hautalterung verzögert wird und wir optisch langsamer altern.

Bio-Stimulatoren: Die Revolution der Regeneration

Doch Langlebigkeit ist nicht nur eine Frage der inneren Gesundheit. Wer länger lebt, möchte auch jünger aussehen. Hier setzt die moderne ästhetische Medizin an: Neue Technologien, wie Biostimulatoren, revolutionieren aktuell den Markt.

Denn Biostimulatoren wie Polynukleotide und Prohilo Structura wirken

auf einer tieferen Ebene und fördern eine natürliche, langfristige Verjüngung, indem sie die natürlichen Heilungsprozesse des Körpers stimulieren. Sie regen die Haut zur Selbstheilung an, fördern die Kollagenbildung, strafen die Haut und verbessern nachhaltig die Struktur.

Mit Biostimulatoren können wir heute Ergebnisse erzielen, die wir früher nur schwer oder gar nicht erreichen konnten. Beispielsweise lassen sich Poren verkleinern, Hautrötungen reduzieren, Narben verbessern und die Haut insgesamt sichtbar verjüngen – ohne invasive Eingriffe wie Laser oder Radiofrequenz, die oft mit Nebenwirkungen verbunden sind.

Produkte wie Prophilo Structura gehen sogar noch einen Schritt weiter: Sie regen die Regeneration von Fettzellen an, was im Gesicht zu dem sogenannten Lipolifting, also ein Lifting der herabhängenden Partien führt.

Aber auch in Bereichen wie Hals, Dekolleté oder bei Cellulite liefern Biostimulatoren beeindruckende Ergebnisse. Ein weiterer Pluspunkt: durch die Ankurbelung der Kollagenbildung können Biostimulatoren ein



Maja Henke

Fachärztin für Chirurgie und Inhaberin von Ästhetik Henke ist in München als niedergelassene Ärztin mit eigener Praxis seit 2011 im Fachbereich der ästhetischen Medizin und Longevity tätig. Ihr Schwerpunkt liegt in minimalinvasiven Behandlungstechniken zur Modellage sowie Straffung von Gesicht, Dekolleté und Körper sowie in personalisierten Infusionstherapien.

lang anhaltenderes Ergebnis erzielen. Während Hyaluronsäure seit Jahren als Standard in der ästhetischen Medizin gilt – sowohl zur Hautdurchfeuchtung als auch zum gezielten Volumen-

aufbau – erleben wir nun eine neue Generation der Hautverjüngung: die Kombination von Biostimulatoren und Hyaluronsäure.

Diese Synergie ist der wahre Gamechanger für die kommenden Jahre. Durch gezielte Kollagen- und Fettzellstimulation in Kombination mit feuchtigkeitsspendender Hyaluronsäure können natürlichere, länger anhaltende und nachhaltigere Ergebnisse erzielt werden.

Fazit: ein neuer Standard für gesundes Altern.

Die Erkenntnisse der modernen Longevity-Forschung gehen weit über das hinaus, was vor wenigen Jahren noch für möglich gehalten wurde. Nicht nur die Lebensspanne kann verlängert werden – auch das biologische Altern lässt sich aufhalten. In Kombination mit einem gesunden Lebensstil, der richtigen Ernährung, hochwertigen Infusionen und innovativen ästhetischen Behandlungen wie mit Biostimulatoren können wir nicht nur länger leben, sondern auch länger gesund und jung bleiben. Die Zukunft der Medizin ist nicht mehr nur reparativ – sie ist präventiv und regenerativ. ■



Weckruf für den Teint

ANZEIGE

Damit die Haut aus dem Winterschlaf erwacht, machen wir eine Cocktail-Kur. Volle Konzentration, bitte!

Wer schön sein will, muss trinken. Aber nicht nur genügend Wasser, sondern auch die gezielte Beauty-Power von innen. Denn wenn es um Feuchtigkeitsgehalt und Festigkeit geht, braucht die Haut Kollagen und Hyaluronsäure.

Doch deren Gehalt sinkt mit zunehmendem Alter. Hier kommt das ALPHABIOL Beauty Elixier mit Kollagen + Hyaluronsäure ins Spiel. Der Drink kombiniert beide Substanzen mit weiteren wichtigen Nährstoffen für Haare, Haut und Nägel in sehr hoher Konzentration. Zudem sind alle enthaltenen Rohstoffe – unter anderem Kollagenpeptide aus dem Markenrohstoff VERISOL® –

und deren Kombination sorgfältig ausgewählt.

So kann der Körper die Nährstoffe optimal aufnehmen – Stichwort Bioverfügbarkeit. Nach dieser Ampullenkur sieht die Haut schöner aus, gewinnt an Strahlkraft und sorgt für eine unvergleichliche Ausstrahlung.

10%
RABATT
mit dem Code
„rjLwp1“ auf
alphabiol.de

Schmeckt und tut gut: Der Drink basiert auf erfahrener Kompetenz

Entdecken Sie weitere hochwertige ALPHABIOL-Elixiere:

OPC mit Traubenkernextrakt, Curcumin mit Vitamin D und Eisen mit Folat und Vitamin B12.

Erhältlich unter www.alphabiol.de