



Wenn Haut und Immunsystem überreagieren

Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung mit gestörter Hautbarriere

2026 wissen wir mehr über ihre immunologischen Mechanismen: Eine Fehlregulation von T-Helferzellen und Botenstoffen wie Interleukin-4 und -13 spielt eine zentrale Rolle. Viele Betroffene leiden zusätzlich unter allergischer Rhinitis oder Asthma. Die sogenannte atopische Trias beschreibt diese enge Verbindung. Pollen können bei sensibilisierten Patienten Hautschübe verstärken.

Basistherapie bleibt konsequente Hautpflege mit rückfettenden Emollients. Sie stabilisieren die Barrierefunktion. Bei akuten Schüben kommen topische Kortikosteroide oder Calcineurininhibitoren zum Einsatz. Neuere systemische Therapien – etwa Biologika – greifen gezielt in Entzündungsprozesse ein und haben die Behandlung schwerer Verläufe verbessert. Dennoch bleibt Prävention entscheidend: Trigger erkennen, Stress reduzieren, Hautreizungen vermeiden. Neurodermitis ist keine reine Hautkrankheit. Sie ist Ausdruck eines überempfindlichen Immunsystems. Eine interdisziplinäre Betreuung verbessert Lebensqualität und Krankheitskontrolle erheblich.



Foto: stock.adobe.com - David Pereiras

Pflanz-Homelift
Treppenlifte & Lifttechnik

Treppenlifte
inkl. Lieferung & Montage
ab 3390,-€

Google
4,9

SCAN MICH!

- FAIRE PREISE
- SCHNELLER SERVICE
- KEINE LANGEN WARTEZEITEN

EINFACH BARRIEREFREI
Rollstuhl Hebebühnen
inkl. Lieferung & Montage
ab 7380,-€
...in vielen Ausführungen.

06694-7050
0172-5728876
www.pflanz-homelift.de
34626 Neukirchen(Knüll)

Das besondere Möbelhaus in Hünfeld

Exklusive Markenmöbel in großer Auswahl

ml | **MÖBEL LAIBACH**

Möbelfachgeschäft
in Hünfeld
Industriegebiet Nord
Im Alten Graben 1
Tel. 06652/2276



Warum weniger Trinken keine Lösung ist

Harninkontinenz betrifft Millionen Menschen, bleibt jedoch oft tabuisiert. Ein häufiger Fehler ist die Reduktion der Trinkmenge aus Angst vor Harndrang

Physiologisch führt zu geringe Flüssigkeitszufuhr zu konzentriertem Urin. Dieser reizt die Blaseschleimhaut und verstärkt den Harndrang. Zudem verliert die Blasenmuskulatur an Trainingsreiz. Empfohlen werden etwa 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit täglich, abhängig von Körpergewicht und Aktivität. Geeignet sind Wasser und ungesüßte Tees. Stark koffeinhaltige oder alkoholische Getränke können die Blase reizen. Beckenbodentraining ist eine wirksame konservative Maßnahme. Studien zeigen signifikante Verbesserungen bei Belastungsinkontinenz. Wichtig ist korrekte Anleitung, etwa durch Physiotherapie. Auch Gewichtsreduktion kann Symptome lindern. Adipositas erhöht den intraabdominalen Druck und belastet den Beckenboden. Inkontinenz ist behandelbar. Offenheit gegenüber medizinischer Beratung verbessert Lebensqualität deutlich.



Sie wollen Ihre Selbstständigkeit behalten und dennoch nicht alleine sein ...

Betreutes Wohnen zur Miete

Wohnanlage „Am Wendebach“
Georg-Gerbig-Straße 2
36282 Hauneck
06621- 8013852

Wohnanlage „An der Geis“
Knottengasse 8-14
36251 Bad Hersfeld
06621-968013

- 2- bis 3-Zimmer-Wohnungen
- 41 bis 77 Quadratmeter
- modern, seniorengerecht

Seniorenbetreuung Diakonisches Werk Hersfeld-Rotenburg e.V.
Seniorenwohnen Hersfeld-Rotenburg e.V.



Tagespflege
Seniorentreff
** Am Babulhof **
(Meine Auszeit vom Alltag!)
Inh. Annette Schubert
Ringstraße 1a
36129 Gersfeld-Hettenhausen
Tel. 06656-9116810
Mobil 0151 12872753

Zum Kennenlernen unserer Einrichtung schenken wir Ihnen einen

Gutschein

für einen Schnuppertag in unserer Einrichtung

inklusive der Mahlzeiten und Getränke.

Wir bieten Ihren Angehörigen eine liebevolle Betreuung in einer familiären Umgebung.

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr

Beförderung der Tagesgäste von Haustür zu Haustür!

JEDEN Monat bis zu 4 Tage kostenlos! (durch Kostenübernahme der Pflegekasse)

Sprechen Sie uns gerne an!



Gesund und modisch durch den Alltag

mit unseren Komfortschuhen spüren Sie mehr Mobilität bei jedem Schritt!

Unsere Marken garantieren höchsten Tragekomfort und optimale Passform. Leichte, bequeme Schuhe unterstützen die natürliche Bewegung, bieten Halt und eine flexible Sohle für angenehmes Gehen.



Ob sportlich, elegant, farbenfroh oder klassisch – bei uns finden Sie den passenden Schuh für jeden Anlass!

Auth Orthopädie GmbH
Zollweg 1 · 36119 Neuhof
Tel. 0 66 55 / 91 63 80
Wiesenmühlstr. 1 · 36037 Fulda
Tel. 0 66 55 / 9 16 38 50
info@auth-ortho.de · www.auth-ortho.de



Fragen zum Pflegegeld?

Neuantrag ✓ Widerspruch ✓ Höherstufung

Ob Pflegegrad 5, 4, 1, 2 oder 3
comitor hilft dabei!

0151 40 17 22 63

comitor
Pflegegeldhilfe

Weierberg 4 | 36163 Poppenhausen
k.schoen@comitor.org
www.pflegegeldhilfe-comitor.de



Bleiben Sie Zuhause!

Umfassende Alltagsbegleitung als Alternative zum Heim.

- Grundpflege und bezahlbare Unterstützung für Ihre Lebensqualität
- Nur Betreuungskräfte mit Erfahrungen mit hilfebedürftigen Menschen
- Eigene Personalgewinnung in Osteuropa
- Schnelle persönliche Beratung bei Ihnen vor Ort
- Vermittlung schon nach 3 Tagen möglich

In Ihrer Nähe:
Birgit Eisel
Bahnhofstraße 22
34630 Gilsberg
+49 151 21191854
+49 151 61056827

schwalm-eder@aterima-care.de
hersfeld-fulda@aterima-care.de

Liebevoll. Individuell. Professionell.

www.aterima-care.de/st/hersfeld-fulda-und-schwalm-eder



Objektive Messung von Resilienz

Die Herzfrequenz ist nicht konstant. Der zeitliche Abstand zwischen zwei Herzschlägen variiert minimal

Diese Schwankung nennt man Herzratenvariabilität (HRV). Sie gilt als Marker für die Anpassungsfähigkeit des autonomen Nervensystems.

Eine hohe HRV steht für Flexibilität: Der Organismus kann zwischen Aktivierung und Regeneration wechseln. Chronischer Stress, Schlafmangel oder Entzündungen senken die HRV.

Zahlreiche Studien zeigen Zusammenhänge zwischen niedriger HRV und erhöhtem kardiovaskulärem Risiko. Moderne Wearables ermöglichen alltagstaugliche Messungen. Entscheidend ist jedoch die Interpretation. Einzelwerte sind wenig aussagekräftig. Relevant sind Trends über Wochen.

Therapeutisch wird HRV im Biofeedback eingesetzt. Patienten lernen, durch langsame Atmung und Entspannungstechniken die vagale Aktivität zu steigern. Besonders gut untersucht ist die Resonanzatmung mit etwa sechs Atemzügen pro Minute. Sie synchronisiert Herzrhythmus und Atmung.

HRV ist kein Diagnosetool für Laien. Aber sie kann Motivation schaffen. Wer sieht, dass Schlaf, Bewegung oder Atemübungen messbare Effekte haben, stärkt Selbstwirksamkeit. Sanfte Therapie gewinnt hier an Objektivität. Subjektives Wohlbefinden und physiologische Daten treten in Dialog.



Foto: stock.adobe.com - meeboonstudio



© Dilok - stock.adobe.com

HÖRVERLUST
KANN DAS **DEMENTZRISIKO**
DRASTISCH STEIGERN

JETZT ONLINE-DEMENTZ-TEST DURCHFÜHREN

100 % KOSTENFREI & UNVERBINDLICH



BEST Dental

Best Dental GmbH
Katharinenstraße 41 · 36103 Fliesen
Telefon (0 66 55) 7 33 40
info@bestdental.de · www.bestdental.de



© VERTEX SPACE - stock.adobe.com

reisewelt TEISER & HÜTER GMBH
Dem Körper etwas Gutes tun –
Urlaub für die Gesundheit.

Urlaub für Ihre Gesundheit von Anfang an!

KurGesund
Eine Marke der reisewelt Teiser & Hüter GmbH

- ✓ Ausgewählte Hotels in den schönsten Kurorten
- ✓ Haustürabholung deutschlandweit inklusive
- ✓ Kofferservice inklusive
- ✓ Garantierte Durchführung der Reise bereits ab einer Person
- ✓ Eigene Anreise möglich

UNSER KURKATALOG 2026 – JETZT KOSTENLOS ANFORDERN!

BAD FÜSSING – KURHOTEL UNTER DEN LINDEN ★★★★★

Rottaler Bäderdreieck

Das gute Mittelklassehotel liegt in unmittelbarer Nähe des Kurparks von Bad Füssing und zeichnet sich durch ein sehr gutes Preis-Leistungsverhältnis aus. Entspannen können Sie im hoteleigenen Thermalbad inklusive Sauna, Dampfbad und Infrarotkabine. **Einzelzimmer ohne Zuschlag.**

Anreise immer montags, Beispieltermine:

8 Tage (pro Person)	DZ	EZ
29.06. – 06.07.2026	ab € 967,-	ab € 967,-
20.07. – 27.07.2026	ab € 967,-	ab € 967,-

Weitere Termine über das ganze Jahr buchbar!

ab 967€ pro Person

SWINEMÜNDE – HOTEL WEST BALTIC RESORT ★★★★★

Polnische Ostseeküste WELLNESS & SPA

Das moderne 4-Sterne-Hotel liegt direkt an der Promenade nach Ahlbeck und nur ca. 150 Meter vom schönen Ostseestrand entfernt. Im großen Wellnessbereich mit Schwimmbad, Whirlpool und Saunakomplex können Sie dem Alltag entfliehen und wohltuende Kur-Anwendungen genießen.

Anreise immer samstags, Beispieltermine:

8 Tage (pro Person)	DZ	EZ
19.09. – 26.09.2026	ab € 1.177,-	ab € 1.478,-
31.10. – 07.11.2026	ab € 797,-	ab € 1.035,-

Weitere Termine buchbar!

ab 797€ pro Person

BUCHUNG & BERATUNG:
Tel. 06655 9609-0 • www.kur-gesund.de

Bitte bei Buchung angeben! **Buchungscode 3600**

KurGesund · Eine Marke der reisewelt Teiser & Hüter GmbH · Fuldaer Straße 2 · 36119 Neuhof



Mesotherapie

So funktioniert die Mesotherapie

Durch oberflächliche und nahezu schmerzlose Injektionen werden in die Haut minimale Mengen verschiedener Substanzen verabreicht. Hierbei kommen ausgewählte Naturarzneien und niedrig dosierte klassische Arzneistoffe aus der Schulmedizin zum Einsatz. Wichtig: Die Arzneistoffe werden in sehr geringen Mengen verabreicht (Mikrodosierungen). Das bedeutet keine Belastung für den Organismus. Die Wirkstoffe bilden an den lokalen Schmerzpunkten (Reflexzonen) ein Wirkstoffdepot, so dass der Schmerz dort, wo er auftritt, wirkungsvoll behandelt wird.

Die Wirksamkeit

Die Behandlung ist schnell und oft anhaltend wirksam. Die Wirksamkeit der Mesotherapie beruht auf einer Verstärkung der Mikrozirkulation, einer Verbesserung des neurovegetativen Systems sowie einer Immunmodulation, also einer Steigerung der Abwehrkräfte. In der Regel stellt sich nach etwa drei Behandlungen ein Therapieerfolg ein.

Sehr gute Verträglichkeit

Die Mesotherapie-Nadeln sind sehr kurz, meist nur 3 - 6 mm lang und äußerst fein. Dadurch gelangen die Wirkstoffe nicht in den Blutkreislauf. Durch die Mikrodosierungen entfallen zudem Störungen im Magen- und Darmtrakt, Leber und Nieren werden nicht belastet.



Das durch die Mesotherapie bekannte, schonende Injektionsverfahren - bei der nur ganz geringe Wirkstoffmengen in die Haut appliziert werden - nutzt nun auch die Pharmaindustrie für ihre Zwecke, aktuell etwa im Rahmen der Impfung älterer Menschen. Aufgrund ihrer immunstärkenden und durchblutungsfördernden Eigenschaften eignet sich die Mesotherapie auch sehr gut zur Behandlung von weiteren Beschwerden, die durch eine schlechte Immunabwehr bedingt bzw. durch entzündliche Prozesse verursacht sind.

Hierzu zählen:

- Migräne, Fibromyalgie, Rheuma, Kopfschmerzen
- Rücken-, Muskel- und Gelenkschmerzen
- Sportverletzung und Überlastungsschäden
- Durchblutungs- und Wundheilungsstörungen
- Abwehrschwäche und wiederholte Infektionen
- Tennisellenbogen, Karpaltunnelsyndrom
- Achillessehnenentzündung, Hallux valgus
- schnellender Finger, Dupuytren'sche Kontraktur,
- Schulter-Armsyndrom (Kalkschulter)
- Haarausfall
- Raucherentwöhnung
- Hüft- und Gelenkarthrose
- Narbenbehandlung
- Gicht
- Sehnenscheidenentzündung

Auch bei der Tabakentwöhnung ist die Erfolgsquote der Mesotherapie hoch und verspricht lang anhaltende Wirksamkeit. Auch die Ästhetische Chirurgie bedient sich dieser Behandlung mit großem Erfolg.

Wissen

Die Mesotherapie geht auf den bekannten französischen Mediziner Dr. Michel Pistor zurück und wird in Frankreich seit über 50 Jahren praktiziert, täglich fast 50.000-mal.

In Frankreich gibt es einen offiziellen Universitätskurs für Mesotherapeuten. Die universitäre Ausbildung dauert ein Jahr, die abschließende Prüfung eine Woche.



Fotos: www.mesotherapie.org

**Dr. med.
Michael Dörge**

Mesotherapie

bei Rücken- und Schulter-schmerzen, Kapaltunnel-syndrom, Migräne, Tinnitus, Durchblutungsstörungen, Knieschmerzen, Fibro-myalgie, Ellenbogen-schmerzen, Fersensporn, Borreliose, Haarausfall

Akademische Lehrpraxis

Schlitzer Straße 25
36272 Niederaula
Fon: 06675/1666

**Facharzt für
Allgemeinmedizin
und Naturheilverfahren**