

Ausgabe 1 · 30. Jahrgang
Frühjahr 2025 · 5,- € · 65031

DAS LIFESTYLE-MAGAZIN FÜR DIE REGION

top magazin

BONN

30
JAHRE

einblicke

Confiserie Coppeneur

wirtschaft

Frauen im Chefsessel

Regina Zerwas

life & style

Trendfarbe des Jahres

top thema

**Top Magazin
Bonn wird 30!**



4194988505001 00501

top-magazin-bonn.de

Genuss: Lecker Frühling!



Neues Jahr, neuer Stress –

was macht das mit unserem Äußeren?

Ausgezeichnet in FOCUS
Gesundheit 2025 als Top Mediziner
für Facelift, Lippen und Kinn sowie
als Top Privatklinik für Plastisch-
Ästhetische Chirurgie.



Beruflicher Druck, private Sorgen und der ständige Versuch, in allen Lebensbereichen perfekt zu sein – Stress ist oft der unsichtbare Begleiter unseres Alltags. Er kann nicht nur die innere Balance stören, sondern auch unser äußeres Erscheinungsbild beeinflussen. Dr. Daniel Sattler, Leiter der Beta Aesthetic in Bonn, erklärt die Gründe dafür und welche Möglichkeiten es gibt, mit seinem Körper wieder ins Reine zu kommen.

Stress hat einen direkten Einfluss auf unseren Organismus. Grund dafür ist die erhöhte Produktion von Stresshormonen. Dieser biochemische Prozess war in der Urzeit lebensnotwendig, wenn der Körper in Alarmbereitschaft versetzt wurde, um entweder zu kämpfen oder wegzulaufen. Dem folgte dann aber stets eine lange Erholungsphase. Wenn die wie heutzutage häufig fehlt und stattdessen Dauerstress angesagt ist, beeinträchtigt das die Regenerationsfähigkeit des Körpers und führt zu einer Reihe von Veränderungen, die sich auf Haut und Haare sowie unser allgemeines Wohlbefinden auswirken.

Mit Haut und Haaren

Die Haut ist der Spiegel der Seele – und eines der ersten Organe, das auf Stress reagiert. „Unser Körper schüttet dann vermehrt das Hormon Cortisol aus“, erklärt Dr. Daniel Sattler. Das wiederum regt die Talgproduktion an, was zu fettiger Haut und zu verstopften Poren führen kann.

Zudem werden vorhandene Entzündungen verstärkt und Hautprobleme wie Akne, Neurodermitis oder Rosazea verschlimmert. Hinzu kommt, dass Stress langfristig die Haut vorzeitig altern lässt. „Das liegt an der verminderten Produktion von Kollagen und Elastin“, so Dr. Sattler, „die für die Festigkeit und Elastizität der Haut verantwortlich sind.“ Durch chronischen Stress wird die Haut schlaffer, Falten können schneller entstehen und der Teint verliert an Frische und Vitalität.

An der empfindlichen Augenpartie zeigen sich dunkle Ringe, Schwellungen und ein müder Ausdruck. „Darüber hinaus können angespannte Gesichtsmuskeln und Zähneknirschen, genannt Bruxismus, zu Falten, Kieferschmerzen und einer veränderten Gesichtsform führen“, erläutert der Plastische Chirurg.

In stressigen Phasen stellen viele Menschen fest, dass sie vermehrt Haare ver-

lieren. „Die Haare wechseln dann in die Ruhephase, genannt Telogen“, so Dr. Sattler, „was dazu führt, dass sie ausfallen.“ Permanenter Stress schädigt zudem die Melanozyten, sodass die Haare vorzeitig ergrauen. Auch werden sie vielfach dünn und brüchig, da die Nährstoffversorgung der Haarwurzel leidet.

Stress lass nach!

Stressbewältigung ist der Schlüssel zu einem gesunden Aussehen. Es gibt zahlreiche Methoden, den Stress- und Cortisolpegel zu senken und seine Auswirkungen auf das äußere Erscheinungsbild zu minimieren. Dazu zählen Entspannungstechniken wie Meditation und Yoga, Atemübungen und Spaziergänge in der Natur. Auch eine ausgewogene Ernährung mit viel Obst, Gemüse und gesunden Fetten wirkt sich positiv auf Haut und Haare aus.

Nährstoffe wie Biotin, Zink und Eisen spielen in der Haarpflege eine wichtige Rolle.



Dr. med. Daniel Sattler

Dr. med. Daniel Sattler ist 1977 in São Paulo, Brasilien, geboren und in Bonn aufgewachsen. Seine medizinische Ausbildung führte ihn neben Stationen an der Uniklinik von Rio de Janeiro auch an die Privatklinik für Ästhetische Chirurgie von Dr. Kai Kaye in Marbella, Spanien. Zuletzt war er als Oberarzt am Universitätsklinikum Magdeburg in der Klinik für Plastische-, Ästhetische- und Handchirurgie mit rekonstruktivem Schwerpunkt tätig. Heute leitet er die Plastische und Ästhetische Chirurgie in der Beta Klinik und wurde 2018 als internationales Mitglied in die American Society of Plastic Surgeons berufen – eine Anerkennung für besonders hohe Standards in Sachen Behandlung, Fortbildung, Ethik und Forschung. Die Focus-Ärzteliste sowie die „Gala Beautify“ führen Dr. Daniel Sattler seit 2018 beziehungsweise 2019 als Experten für ästhetische Eingriffe im Gesicht. Im September 2021 hat das unabhängige Institut MINQ ihn außerdem für seine hohe Reputation, Patientenzufriedenheit und wissenschaftliche

Arbeit mit dem Titel „Ausgezeichneter Spezialist für Ästhetisch-Plastische Operationen“ ausgezeichnet. Regelmäßig wird er als Experte vom Journal „Plastic and Reconstructive Surgery“ zum Review-Verfahren eingeladen, um eingereichte Fachartikel zu bewerten. Und Sattler bleibt im Austausch mit internationalen Kollegen – wie im Herbst 2024 auf den Kongressen „Botti's Best Face“ in Gardone/Italien, auf dem Präparationskurs mit Dott. Giovanni Botti in der Anatomie in Verona und auf der Jahresversammlung der Amerikanischen Plastischen Chirurgen in San Diego/USA. FOCUS Gesundheit hat 2025 erneut den Mediziner für seine Leistung im Bereich Facelift, Lippen und Kinn ausgezeichnet und die Beta Klinik als Privatklinik für die Fachrichtung Plastische-Ästhetische Chirurgie. Der STERN führt Dr. Daniel Sattler in der Liste „Deutschlands ausgezeichnete Ärzte 2025“ im Bereich Facelifting.



„Bei starkem Haarausfall sollte man allerdings einen Spezialisten konsultieren“, empfiehlt Dr. Sattler. Was die Haut angeht, helfen Antioxidantien (Vitamin C/E), Feuchtigkeitsspender, chemische Peelings und minimalinvasive Behandlungen – wie sie in der Beta Aesthetic am Bonner Bogen durchgeführt werden.

So lassen sich mit Hyaluronsäure-Injektionen Augenringe entfernen und Falten unterspritzen. Das Fadenlifting ist auch eine operationsfreie Methode zur Verjüngung der Haut. Dabei kommen spezielle, selbstauflösende Fäden zum Einsatz, die in die Haut eingebracht und dort so positioniert werden, dass sie das Gewebe anheben und eine sofortige Straffung bewirken. „Außerdem regen die eingebrachten Fäden die Haut zur Kollagenbildung an“, so Dr. Sattler, „wodurch sie langfristig verjüngt wird.“

Auch Lasertherapien sind eine schnelle, schonende und effektive Möglichkeit zur Verbesserung des Hautbildes und zur Verjüngung, ohne längere Auszeiten in Kauf nehmen zu müssen. „Welche Methode sich für wen eignet, hängt von vielen Faktoren

ab“, erklärt Dr. Daniel Sattler, der in einem ausführlichen Beratungsgespräch auf die Wünsche seiner Patienten eingeht und auf Basis seiner langjährigen Erfahrung die richtige Behandlungsweise für das Erzielen optimaler Ergebnisse findet. „Mir geht es um das Wohlbefinden meiner Patienten, sodass Körper und Geist wieder in Einklang gebracht und die Lebensqualität erhöht werden.“ MS ■



Dr. med. Daniel Sattler
Leitender Arzt & Facharzt für
Plastische und Ästhetische Chirurgie
Beta Klinik Bonn

Joseph-Schumpeter-Allee 15
53227 Bonn

Telefon 0228 909075-778
plastische-chirurgie@dr-daniel-sattler.com
www.beta-plastische-chirurgie.de



BETA HUMANITÄRE HILFE

Initiative für Plastische Chirurgie
in der Dritten Welt

Seit 2013 reist Dr. med. Daniel Sattler regelmäßig mit einem Freiwilligenteam aus Chirurgen, Anästhesisten und Pflegekräften in ärmste Länder, um Menschen zu helfen, die sich keine medizinische Behandlung leisten können.

Vom **5. bis 26. April 2025** sind diesmal drei Teams in Burundi im Einsatz – jeweils unter der Leitung von Prof. Armin Kraus, Dr. Daniel Sattler und Dr. Rafael Armbruster mit weiteren Kollegen und Helfern.

Das Projekt wird unter anderem über die große Charity Gala sowie von den ProBaskets, der ProWin-Stiftung aus dem Saarland und von Judith Williams unterstützt.

HELFEN AUCH SIE!

Denn Ihre Spende kann Leben verändern.

SPENDENKONTO

Kreissparkasse Köln

IBAN: DE21370502990047009145

BIC: COKSDE33XXX

www.beta-humanitarian-help.org