

## LOOSE TIE: Ganz locker zum Prostata-Check!

**M**änner sind Vorsorgemuffel! Gerade die Prostatauntersuchung – die Männer ab dem 45. Lebensjahr betrifft und in regelmäßigen Abständen durchgeführt werden sollte – stößt beim „starken Geschlecht“ in den seltensten Fällen auf Begeisterung. Dabei dauert die Untersuchung nur wenige Minuten – und kann das Leben um Jahre verlängern! Denn wie so oft ist **Früherkennung** der Schlüssel für eine erfolgreiche Therapie. Um auf die Wichtigkeit dieser Präventivmaßnahme aufmerksam zu machen, hat die **Österreichische Krebshilfe** 2015 die Aktion „Loose Tie“ ins Leben gerufen. „Mit dem Lockern der Krawatte fordern wir, gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft für Urologie und dem Berufsverband Österreichischer Urologen, alle Männer auf, sich **Zeit für diesen wichtigen Termin** zu nehmen“, erklärt Krebshilfe-Präsident Univ.-Prof. Dr. Paul Sevelda.

Um möglichst viele Männer mit dieser Botschaft zu erreichen, geht die Krebshilfe gemeinsam mit der Gesellschaft für Urologie heuer erstmals auf „Loose Tie Tour“.

**Weitere Infos und Tour-Daten:**  
[www.loosetie.at](http://www.loosetie.at).  
**Mitmachen, ein Zeichen setzen, aber vor allem: hingehen – denn Vorsorge kann Leben retten!**



**Zum Weiterlesen:**  
„Das Brustkrebs-Kochbuch – 100 Rezepte zur Prävention, Therapie und Nachsorge“ vom renommierten englischen Brustkrebspezialisten Prof. Mohammed Keshtgar. Erschienen im Knauer-Verlag um € 20,60.

## Brustkrebs: Rezepte, die Frauen guttun

### GRIECHISCHER SALAT MIT WASSERMELONE

#### ZUTATEN:

600 g reife Wassermelone, 1 Salatgurke, 2 große, entkernte und in Streifen geschnittene Tomaten, 1–2 kleine, in dünne Streifen geschnittene rote Zwiebeln, 8 geviertelte schwarze Oliven, 2 TL Olivenöl, Saft einer Zitrone, 1 TL getrockneter Oregano, 1 kleine Handvoll gehackte Minzeblätter, 80 g gekrümelter Feta

#### ZUBEREITUNG:

Die Wassermelone schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und auf einer großen Servierplatte verteilen. Die Gurke längs halbieren, entkernen und in Scheiben schneiden. Mit Tomaten, roten Zwiebeln und Oliven zur Wassermelone geben. Olivenöl und Zitronensaft verquirlen und über den Salat träufeln. Mit Oregano, Minze und Feta bestreuen. Alles gut durchmischen und servieren!

*Eine „Anti-Krebs-Diät“ gibt es nicht. Manche Lebensmittel haben aber das Potenzial, Krebszellen in ihrer Entwicklung zu schwächen.*



**MEDIZIN-TALK**  
mit Dr. Ben Gehl

## SCHÖNE LIPPEN MIT BOTOX?

**W**as kann man tun, damit die Lippen voller wirken?

Die meisten denken an aufpolsternde Hyaluronfiller. Der neueste Trend, um Lippen ein natürliches Volumen zu verleihen, ist aber die „Lip Flip“-Technik mit Botox.

**Wie funktioniert die Behandlung?**  
Botox selbst hat keine aufpolsternde Wirkung. Durch die richtige Injektionstechnik in den oberen Mittelbereich der Oberlippe bringen wir die Lippe aber sanft zum Rotieren, so dass das Lippenrot nach außen „flippt“ und die Lippe optisch voller wirkt. Besonderer Vorteil dieser Technik ist das natürliche Ergebnis – ganz ohne den von den meisten Patienten gefürchteten „Schlauchbooteffekt“. Wer die Lippenkonturen noch eine Spur stärker betonen möchte, dem empfehle ich die Kombination mit ein wenig Hyaluronsäure.

**Für wen ist die Methode geeignet?**  
Prinzipiell für jede Frau. Besonders bei einer sehr schmalen Oberlippe können wir dadurch ein schönes und natürliches Ergebnis erzielen.

**Ab wann sieht man das Ergebnis und wie lange hält es an?**

Das Ergebnis ist sofort nach der Behandlung sichtbar und hält mindestens drei bis acht Monate.

**Was kostet das Treatment?**  
Die Kosten für die „Lip Flip“-Behandlung hängen ganz davon ab, wie viel Botox und Hyaluron man verwendet. Meistens genügt schon eine halbe Ampulle. Das wären dann 290 Euro.

**DR. BEN GEHL,**  
FA für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie,  
Grinzing Allee 15, 1190 Wien. [www.drgehl.at](http://www.drgehl.at)