

Horoskop

**Widder 21.–31.3.** Aus einer kritischen Situation machen Sie das Beste. So schnell macht Ihnen das niemand nach. **1.–10.4.** Die Lage ist unter Ihrer Kontrolle. **11.–20.4.** Schreiten Sie jetzt möglichst bald zur Tat. Sonst könnte Ihnen eine gewisse Person noch zuvorkommen.  
**Stier 21.–30.4.** Sie liebäugeln mit einer bestimmten Anschaffung. Warten Sie noch, der Preis wird alsbald sinken! **1.–10.5.** Dieser Tag hat es quasi in sich! **11.–20.5.** Schalten Sie um einen Gang zurück. Entspannen und erholen Sie sich einmal!  
**Zwillinge 21.–31.5.** Alles entwickelt sich nur schleppend. Es muss allerdings nichts Negatives bedeuten. **1.–11.6.** Heute aufmerksamer sein! **12.–21.6.** Dass Ihnen die Sache missfällt, ist Ihnen anzumerken. Wieso nehmen Sie sie dennoch kommentarlos hin?  
**Krebs 22.6.–1.7.** Geben Sie sich jetzt nicht der Bequemlichkeit hin. **2.–12.7.** Auf die Stimme des Herzens hören! **13.–22.7.** Ihrem Traumziel könnten Sie jetzt ein Stück näher kommen.  
**Löwe 23.7.–2.8.** Man weist Sie zurück? Treten Sie selbstbewusster auf! Dann dürfte man Ihnen auch schnell Gehör schenken. **3.–12.8.** Bitte stehen Sie auch weiterhin zu Ihrer Meinung! **13.–23.8.** Solange niemand leiden muss unter dem, was Sie tun, ist Ihre Handlungsweise ganz in Ordnung.  
**Jungfrau 24.8.–2.9.** Sie haben bloß Vorteile von Ihrer Handlungsweise. Lassen Sie sie sich also nicht madig machen. **3.–12.9.** Bitte einfach weiter so! **13.–23.9.** Mit Nebensächlichkeiten können Sie sich nicht aufhalten. Das müssten ja alle ändern begreifen!  
**Waage 24.9.–3.10.** Für ein harmonisches Privatleben lässt sich sorgen. Dazu bedarf es, im Grunde, gar keiner großen Sachen! **4.–13.10.** Offenheit wussten Sie stets zu schätzen. **14.–23.10.** Ein harmloser Flirt könnte heute für Abwechslung sorgen. Bitte bloß aufpassen, dass sich keiner die Finger verbrennt!  
**Skorpion 24.10.–2.11.** Durch ein Geschenk könnten Sie sich leicht verraten. Dann wären alle Erklärungen nutzlos. **3.–12.11.** Ihre Planungen geraten durcheinander. **13.–22.11.** Ihr Lieblingsthema wird von den anderen konsequent ignoriert? Das darf Sie nicht zu sehr verdrießen.  
**Schütze 23.11.–2.12.** Chancen tauchen auf, und Angebote gibt es auch. Greifen Sie nur zu! **3.–12.12.** Ihr Urteil ist tatsächlich sehr fundiert. **13.–21.12.** Legen Sie sich heute bitte noch nicht fest. Sie haben noch viel Zeit.  
**Steinbock 22.–31.12.** Zu etwas, das Sie nicht wirklich möchten, sollten Sie sich auch jetzt nicht drängen lassen! **1.–10.1.** Ihre Aufgabe ist klar umrissen. Nur Mut! **11.–20.1.** Aus Ihrer Traumwelt sind Sie inzwischen aufgewacht. Es gilt nun, klare Linien zu ziehen.  
**Wassermann 21.–30.1.** Geduld ist heute Ihre erste Bürgerpflicht. Das fällt zwar nicht leicht, muss jedoch sein. **31.1.–9.2.** Der gefährlicher erscheinende Weg ist in diesem Falle der richtige. Den sollten Sie wählen! **10.–19.2.** Bitte denken Sie positiv. Es lohnt sich!  
**Fische 20.–28.(29).2.** Die Auszeit, die Sie sich gegönnt haben, hat Ihnen eindeutig gut getan. **1.–10.3.** Eine Fortbildung würde sich rasch bezahlt machen. **11.–20.3.** Dass Sie beliebt sind, ist kein Geheimnis. Neu ist aber das dicke Kompliment, das es heute gibt!



Leserfoto

Kleiner Schlingel

Das ist Tommy. Er ist acht Jahre alt und ein Yorkshire-Terrier-Mix. Das erklärt uns die stolze Besitzerin, Sabine Niessner, zu diesem tollen Foto. Und wie alle Terrier ist unser Tommy auch ein schlauer, kleiner Schlingel. Das Zwergerl hat nämlich dem Osterhasen die Karotte geklaut! „Vielleicht haben wir ja Glück und ihr druckt uns ab in eurer Zeitung. Wir würden uns sehr freuen.“ Die Leser sicher auch, Sabine!



Sabine Niessner, München

» Schicken auch Sie uns Ihr Lieblingsfoto im Querformat. Jedes veröffentlichte Bild wird mit 50 Euro honoriert. Bitte nicht vergessen: Infos, wo und wann das Foto entstand, ein Porträtfoto von Ihnen, Ihre Ad-

resse und IBAN. Bilder per E-Mail an bild@tz.de oder an tz-Fotoredaktion, Paul-Heysel-Str. 2–4, 80336 München. Bitte haben Sie Verständnis, dass eingesandte Fotos nicht zurückgeschickt werden können.

DER TÄGLICHE tz-RATGEBER heute: Gesundheit

Typische Symptome für ein Lipödem

Selbst Hausärzten fällt es oft schwer, die gefürchtete Fettverteilungsstörung Lipödem zu erkennen. Jedoch gibt es typische Merkmale, die dafür sprechen – und bei frühzeitiger Diagnose den Frauen bestimmte Beschwerden ersparen könnten. Hier erklärt Dr. Katrin Lossagk, Fachärztin für plastische und ästhetische Chirurgie, worauf man achten sollte.



Habe ich ein Lipödem oder ist es nur Übergewicht? Diese Frage stellen sich viele Frauen, wenn Arme und Beine auffällig an Volumen zunehmen. Denn auch für Mediziner ist es oft schwierig, ein Lipödem gerade im Anfangsstadium von bloßer Gewichtszunahme zu unterscheiden. Zu den signifikanten Merkmalen und Symptomen, die deutliche Anhaltspunkte

sein können und fachärztlicher Klärung bedürfen zählen die sogenannten Säulenbeine. Denn neben den Armen sind insbesondere die Beine sichtbar von einem Lipödem betroffen. Im Verlauf können weitere Areale erkranken – wobei Hände und Füße nahezu immer schlank bleiben. Ein weiteres Indiz für ein Lipödem sind Druckgefühle sowie Berührungsempfind-

lichkeit. Schon im frühen Stadium führt die Erkrankung dazu, dass die betroffenen Körperteile durch Wassereinlagerungen im Tagesverlauf erheblich anschwellen. Im weiteren Verlauf kommt es zu einer unkontrollierten Schwellung der Fettzellen mit Bildung einer unregelmäßigen Struktur des Gewebes und zunehmender Verhärtung – ähnlich einer Vernarbung. Die Er-

krankung zeigt sich im Endstadium durch große Hautlappen und Hautwülste aus Fett, Bindegewebe und Wasser. Diese beeinträchtigen die Bewegungsfähigkeit immens und führen unbehandelt zu Folgeerkrankungen wie Hüft-, Knie- und Sprunggelenks-Arthrosen. Doch während viele Frauen erheblich darunter leiden, haben andere kaum Beschwerden und manche erreichen nie das Endstadium. Sport und Diäten allein bewirken übrigens so gut wie nichts gegen die Fettpolster.



Dr. Katrin Lossagk  
Ärztliche Leiterin Lipocura  
in der Klinik mednord  
München-Freimann

dop./Foto: Mauritus

MÜNCHNER Straßennamen

Quendelweg

Der Quendelweg in Großhadern wurde 1966 nach der Quendel, einer Pflanzengattung der Lippenblütengewächse, benannt.

Schon gewusst?

Was bedeutet denn Trash



Trash (der) bedeutet „Ramsch“ oder „Schund“ und ist eine abwertende Bezeichnung für Produkte oder Unterhaltungsformen in Literatur, Musik oder Kunst, die von geringer Qualität und einer einfachen Machart sind.

Namenstag

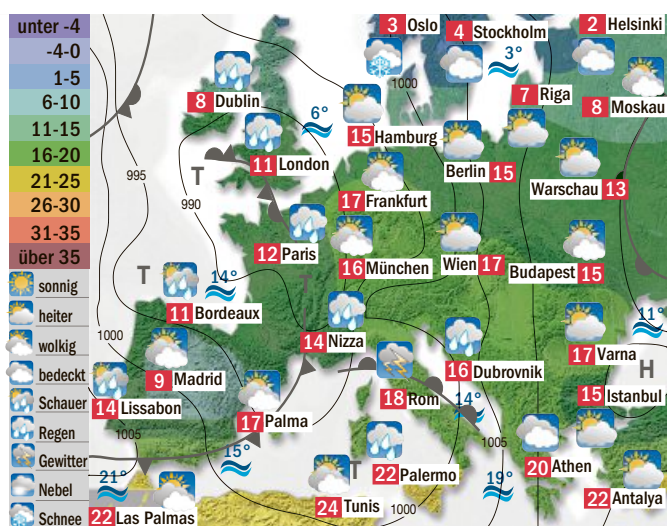
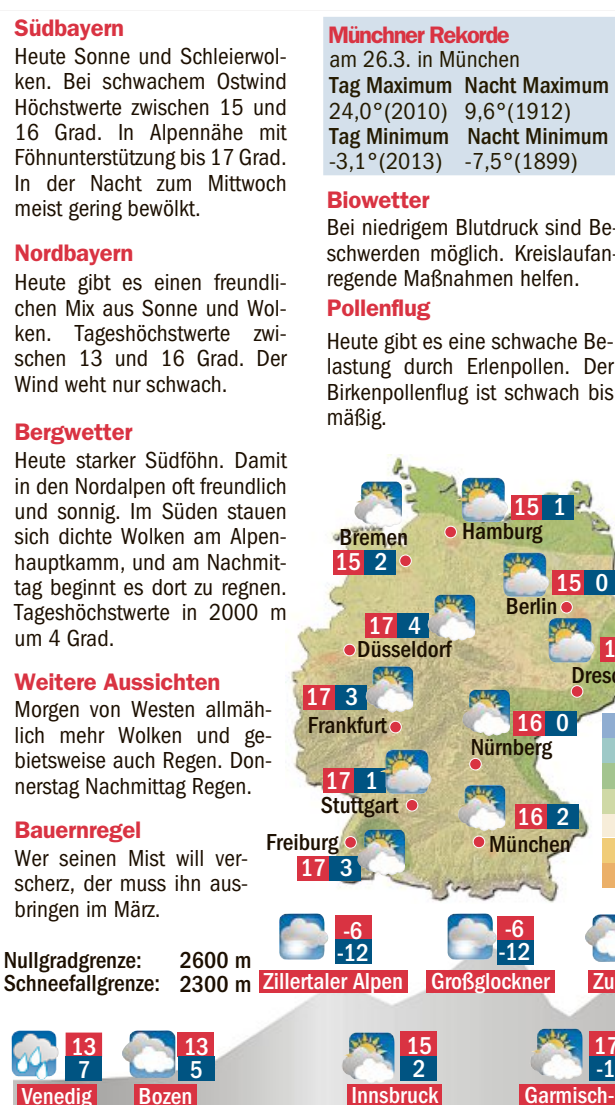
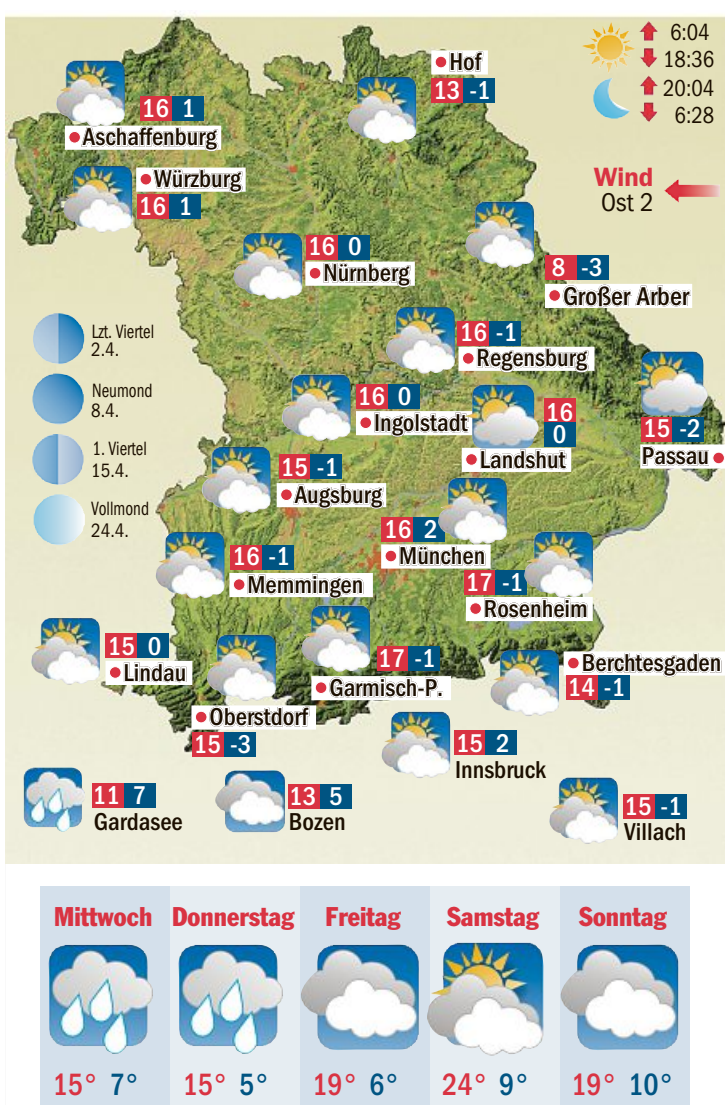
Ludger

Der Name Ludger ist eine Variante des althochdeutschen Luitger. Bedeutung: liut = „Volk“ und ger = „Speer“.

Lösung von Seite 1

Richtig ist Antwort b). Das Polarlicht wird durch energiereiche Teilchen, die mit dem Erdmagnetfeld wechselwirken, hervorgerufen.

Freundlich und trocken mit viel Sonne



**Reisewetter**  
Alpensüdseite: Bedeckt mit Regen, Maxima 10 bis 13 Grad.  
 Österreich, Schweiz: Wechsel von Sonne und Wolken, Tageshöchstwerte bei 13 bis 18 Grad.  
 Italien, Malta: Bedeckt, allgemein Regen und Gewitter, Tageshöchstwerte 12 bis 22 Grad.  
 Spanien, Portugal: Einige Wolken, gebietsweise Regen oder Schauer, Werte 9 bis 18 Grad.  
 Griechenland, Türkei, Zypern: Es wird wechselnd wolkg, allgemein trocken, 15 bis 24 Grad.  
 Benelux, Nordfrankreich: Bewölkt, trocken, 13 bis 16 Grad.

**Slowenien, Kroatien:** Wolkg, häufig Regen bei 13 bis 17 Grad.  
**Südfrankreich:** Regen, Bordeaux Schauer, 11 bis 15 Grad.  
**Israel, Ägypten:** Es bleibt sonnig, in Tel Aviv ist es heißer, Temperaturen 23 bis 29 Grad.  
**Mallorca, Ibiza:** Auf beiden Inseln wird es wolkg, die Höchstwerte liegen bei 18 Grad.  
**Madeira, Kanarische Inseln:** Heiter bis wechselnd wolkg und trocken, 19 bis 23 Grad.  
**Tunesien, Marokko:** Djerba heiter, sonst bewölkt, in Marokko Regen, 16 bis 30 Grad.

**tz** Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser  
 Chefredakteur: Sebastian Arbing  
 Stellf. Chefredakteur: Florian Benedikt, Stefan Sessler  
 Verantwortlich: München & Bayern: Stefan Sessler, Uli Heichele (Stellf.), Dominik Götter (Stellf.)  
 Produktion: Armin Geier  
 Kultur & TV: Michael Schleicher  
 Sport: Florian Benedikt, Klaus Heydenreich (Stellf.), Mathias Müller (Stellf.)  
 Gesundheit: Andreas Beez (Chefredakteur)  
 Politik: Klaus Rimpel, Christian Deutschländer  
 Wirtschaft: Corinna Maier  
 Gesellschaftskolumne: Ulrike Schmidt  
 Layout: Sebastian Raab  
 Bildredaktion: Stephanie Braunert  
 Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Mennner  
 Reise: MerkurMedia GmbH, Julitta Ammerschläger  
 Redaktion: Tel.: 0 89 / 53 06-0. Fax 53 06-552  
 Anzeigenannahme: 0 89 / 53 06-222  
 Anzeigen-Fax: 53 06-640/641  
 Verantwortlich für Anzeigen: Stefan Hampel, Zeitungsverlag Oberbayern GmbH & Co. KG, Paul-Heysel-Str. 2-4, 80336 München  
 Vertriebsleitung: Tobias Hagmann  
 Anzeigenpreisliste Nr. 80, Zeitungsgruppe Münchner Merkur (MM + OV + tz).  
 Abonnementpreis monatlich Euro 40,95 frei Haus (einschließl. gesetzlicher USt.). Samstag mit tz-Tele-Magazin.  
 Verlag: Merkur tz Redaktions GmbH & Co. KG, 80282 München oder Paul-Heysel-Straße 2-4, 80336 München, zugleich Anschrift aller Verantwortlichen (soweit nicht anders angegeben).  
 Geschäftsführer: Daniel Schöningh, Georg Anastasiadis, Sebastian Arbing.  
 Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co. BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München  
 Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.  
 WISSEN, WAS ZÄHLT  
 Geprüfte Auflage  
 Klare Basis für den Werbermarkt