GESUNDHEIT

DAS MAGAZIN für ein aktives Leben

Lübecker Nachrichten | Anzeigen-Sonderveröffentlichung | Freitag, 2. Februar 2024 | www.LN-Online.de

Krebs in der Familie

Krebs betrifft nicht nur die Erkrankten. Auch das Leben der Familien und des direkten Umfelds verändert sich. Wie man den Patienten unterstützen kann ohne sich selbst zu überfordern.

SEITE 2

Endometriose

Die Goldnetz-Methode ist eine moderne Therapiemöglichkeit der gynäkologischen Erkrankung. Vorteil: Der Eingriff ist schonender und risikosärmer als herkömmliche Behandlungen.

SEITE 4

Echt unverträglich?

Vorsicht bei Eigendiagnosen: Ernährungsforscher der Uni Lübeck warnt vor Nährstoffmangel durch vermeintliche Lebensmittelunverträglichkeiten.

SEITE 10

Narbenschmerz

Patentierte Lösung bei schmerzenden Narben: Eine Kombination aus Unterdruck, Unterspritzung und osteopathischer Nachbehandlung schafft Linderung.

SEITE 12

Krebs betrifft die ganze Familie

Die Diagnose einer Tumorerkrankung erschüttert nicht nur die Betroffenen – auch Angehörige und Freunde leiden mit

Wenn ein geliebter Mensch an Krebs erkrankt, kann gemeinsam verbrachte Zeit eine echte Stütze sein. Doch auch Zugehörige sollten auf sich aufpassen und sich nicht überfordern. Foto: IIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com

Krebs ist eine Diagnose, die Angst macht. Betroffene fühlen Hilflosigkeit, Trauer, manchmal Wut. Warum gerade ich? Wie konnte es zu meiner Krebserkrankung kommen? Auf diese Fragen gibt es keine Antworten. Wissenschaftlich anerkannt ist, dass es sich bei der Entstehung von Krebs um ein vielschichtiges Geschehen unter anderem zwischen genetischen Anlagen, Umweltfaktoren, Ernährung, Bewegung und UV-Strahlung handelt. Viele Ursachen und Zusammenhänge sind noch unklar und werden weiterhin weltweit erforscht.

Nicht nur die Patientinnen und Patienten selbst, sondern auch ihre Angehörigen und Freunde benötigen Unterstützung, um mit der belastenden Situation umgehen zu können und die Krankheit anzunehmen. Je mehr Informationen man sich anfangs besorgt, desto eher kann man helfen, stützen und eine Kraftquelle sein. Es kann sich lohnen, von Anfang an Kontakt zu Selbsthilfegruppen aufzunehmen.

Krebspatienten nach Wünschen fragen

Oft wird falsch verstandener Rücksicht nicht über die jeweiligen Ängste gesprochen. Doch eine offene und ehrliche Kommunikation zwischen Kranken und ihrem Umfeld trägt auf beiden Seiten dazu bei, das Gedankenkarussell zu durchbrechen und die Situation im Ganzen zu entspannen.

Gerade die nächsten Verwandten und Freunde möchten natürlich so viel wie möglich für die Patientin oder den Patienten tun und jeden Wunsch von den Augen ablesen. Die Stiftung Deutsche Krebshilfe rät, nicht voreilig oder übergriffig zu handeln, auch wenn man es nur gut meint. Besser ist es, den kranken Menschen persönlich zu fragen, was er oder sie sich an Hilfe wünscht. Denn jede Person möchte nur bis zu einer gewissen Grenze Unterstützung erfahren und lieber weitgehend selbstbestimmt bleiben.

Entscheidungen des Krebskranken akzeptieren

Der Wunsch nach Hilfe kann vom Therapieverlauf abhängen – gerade am Anfang möchten viele Kranke die Verantwortung für ihr Leben selber tragen und Konflikte meistern. Auf Hilfsangebote reagiert man dann womöglich gereizt und übermäßig ablehnend. Dennoch kann es in späteren Phasen geschehen, dass derselbe Mensch viel Hilfe, eine Schulter zum Anlehnen und Geborgenheit sucht.

Offene Gespräche helfen beiden Seiten. Foto: Lightfield Studios - stock.adobe.com

Im Laufe einer Krebserkrankung müssen zahlreiche Therapieentscheidungen getroffen und Behandlungsoptionen festgelegt werden. Operation? Chemo? Nuklearmedizin? Immun- oder Antikörpertherapie? So etwas sind vorrangig Gespräche zwischen den behandelnden Ärzten und den Patienten. Manche Betroffene möchten auch eine Vertrauensperson zu solchen Therapiegesprächen hinzuziehen.

Wenn man später als Dritter von einer Therapieentscheidung hört, mag man ein Gefühl von „richtig“ oder „falsch“ fühlen. Doch selbst wenn es sich um den Partner, ein erwachsenes Kind oder die eigenen Eltern handelt: Man sollte niemandem ungefragt seine persönliche Meinung überstülpen. Es gilt, die zwischen Patienten, Ärzten und Therapeuten getroffene Behandlungsentscheidung zu akzeptieren. Für den Kranken bedeutet eine sichere und aus freiem Willen getroffene Entscheidung ein Gefühl von Selbstvertrauen, Kontrolle und Mut. Natürlich erfordert es von den Zugehörigen, die eine Therapieentscheidung anders getroffen hätten oder für unvernünftig halten, viel Kraft, das Unerwartete zu akzeptieren.

Zugehörige, die einem oder einer Krebskranken beistehen möchten, werden immer mal wieder verunsichert sein, wie sie mit bestimmten Situationen umgehen sollen und helfen können. Entscheidend ist, dauerhaft gesprächsbereit zu bleiben und Anteil zu nehmen. Aber auch Hilflosigkeit auszuhalten oder einer Situation Zeit zu lassen zählen dazu.

Krebs in der Familie – Hilfe für Angehörige

Neben der Fürsorge für den Krebskranken ist es auch wichtig, sich selbst nicht zu überfordern. Niemandem ist geholfen, wenn das seelische Wohlbefinden der Angehörigen leidet.

Beschleicht einen das Gefühl von Überlastung, sollte man sich an seinen Hausarzt wenden. Zusätzlich richtet einen vielleicht der Besuch in einer Selbsthilfegruppe für Angehörige auf. Gute Ansprechpartner sind auch die Psychoonkologen, Sozialarbeiter und Seelsorger in der Klinik, in der der Erkrankte therapiert wird. Zusätzlich erhält man im Buchhandel zahlreiche Ratgeber zu dieser Thematik.

Als Angehöriger übernimmt man vermutlich den größten Teil der Hausarbeit, gegebenenfalls der Kinderbetreuung und der alltäglichen Erledigungen. Damit lastet der Großteil der Verantwortung auf dessen Rücken. Zusammen mit den Aufgaben im Berufsleben entsteht ziemlich viel Stress. Hinzu kommt die Angst um den Kranken. Diese Mehrfachbelastung kann kaum jemand auf Dauer alleine stemmen.

Vielleicht können Freunde, Verwandte oder Nachbarn helfen und etwas entlasten? Manchmal hilft ein Gespräch, Babysitting während einer entspannenden Yogastunde oder die Bitte, einen Einkauf zu übernehmen. Möglicherweise schafft man sich auf diese Weise ein Zeitfenster für einen Spaziergang oder eine Joggingrunde. Bewegung tut meist gut und ist ein Ventil, wenn sich im Kopf zu viel Wut, Trauer oder Hoffnungslosigkeit angesammelt hat.

Dt. Krebshilfe / jnp

Erste Hilfe bei Zahnunfällen von Kindern

Wenn es auf dem Schulhof oder dem Spielplatz zu einem Zahnunfall kommt, kann eine sogenannte Retter-Box helfen

Laut dem „Journal Health Monitoring“ vom Robert Koch-Institut (RKI) und Statistischem Bundesamt (Destatis) zählt Karies zu den häufigsten Krankheiten im Kindes- und Jugendalter.

Doch während hier durch eine entsprechende Mundhygiene leicht Abhilfe geschaffen werden kann, lauern auf Zähne noch ganz andere Gefahren: Ob beim Klettern in der Kita, beim Bolzen auf dem Schulhof oder nachmittags auf der Skaterbahn – vor allem die oberen Schneidezähne erwischt es bei Unfällen recht oft. Die gute Nachricht: Zähne können nach einem Unfall in den meisten Fällen wieder eingesetzt werden, vorausgesetzt der Zahn beziehungsweise das Zahnstück wird in der Zwischenzeit richtig aufbewahrt.

Was tun bei Zahnunfällen?

Das Gewebe im Mund- und Gesichtsbereich ist gut durchblutet. Verletzungen können daher stark bluten. Zunächst sollte man lose Zahnteile oder Zähne aus dem Mund entfernen. Die ARAG Experten raten, Zähne immer nur an der Krone anfassen, nie an der Zahnwurzel. Anschließend sollte man ein sauberes Textilstück auf die Wunde pressen oder oder den Verletzten darauf beißen lassen.

Die Retter-Box für Zähne

Der optimale Platz für einen ausgeschlagenen Zahn ist eine sogenannte Zahnrettungsbox. Den Zahn oder das Zahnstück darf keinesfalls gesäubert oder desinfiziert werden. Ebenfalls tabu: Trocken lagern, etwa in einem Taschentuch. Ist keine Zahnrettungsbox griffbereit, kann man den Zahn in kalter H-Milch, Kochsalzlösung aus der Apotheke oder Frischhaltefolie für maximal zwei Stunden zwischenlagern.

Ein ausgeschlagener Zahn kann nur dann wieder einheilen, wenn die Zellen an der Wurzelhaut erhalten bleiben. Bei einer falschen Lagerung sterben diese Zellen innerhalb kürzester Zeit ab. Deshalb enthält eine Zahnrettungsbox ein Fläschchen mit spezieller Zellnährlösung. Sie sorgt dafür, dass Zahn und Zellen 24 bis 48 Stunden lang gut versorgt sind.

Kinderzähne sind beim Spielen und Toben unter Umständen in Gefahr. Foto: Hifzhan Graphics - stock.adobe.com

Zahnrettungsboxen sind in Apotheken, in Zahnarztpraxen oder in Online-Shops erhältlich und kosten zirka zehn Euro. Noch besser ist es, wenn ausreichend Boxen an Orten mit Verletzungspotential schnell zugänglich sind, zum Beispiel in Grundschulen. Denn: Passiert ein Missgeschick, zählt jede Sekunde. In diesem Zusammenhang weisen die Experten auf das Projekt Zahnrettungskonzept.info hin. Es klärt über Zahnunfälle und Zahnrettung auf und kümmert sich um die Verbreitung von Zahnrettungsboxen.

Nach dem Zahnunfall immer zum Zahnarzt

Zähne können durch einen Unfall erschüttert oder gelockert sein. Verlagerungen aus der Ursprungsposition sind ebenfalls möglich. Zudem können Zahnwurzeln gebrochen sein. Solche Verletzungen können Laien schlecht erkennen. Deshalb raten die Experten, nach jedem Zahnunfall den Zahnarzt aufzusuchen. Das reduziert Komplikationen.

Milchzähne retten

Wenn Kinder ihre Milchzähne frühzeitig durch einen Unfall verlieren, lohnt ein näherer Blick in den Mund. Die Zähne könnten sich unter Umständen in den noch weichen Kiefer zurückgedrückt haben. Wenn man schnell handelt, kann ihn der Zahnarzt wieder hervorholen. Ist der Milchzahn allerdings futsch, könnte es durch die zu früh entstandene Lücke zu Problemen mit der Zahnstellung der übrigen Zähne kommen. Sie könnten schief in die Lücke wachsen, sodass nachfolgende bleibende Zähne, die etwa ab dem neunten Lebensjahr nachrücken, keinen Platz mehr haben. Hier könnten eine Krone oder eine Brücke helfen, die Lücke zu füllen, bis der bleibende Zahn sich ankündigt. *arag*

Colibri: „Wir stellen klar“

Mit technischer Kompetenz und modischer Stilsicherheit fertigt das Optiker-Team die perfekte Brille

Wir stellen klar“, ist derzeit an Litfaßsäulen und auf den City Light Postern im gesamten Stadtgebiet zu lesen. Es ist die zentrale Message einer aktuellen Plakat-Kampagne von Colibri, dem Spezialisten für Contactlinsen und Brillen. Seit mehr als 30 Jahren sorgt das Team aus Augenoptiker:innen, Meister:innen und Optometristinnen für klare Sicht in jeder Situation. Dabei setzt das über 30-köpfige Team auf modernste Technik. So führen die Augenspezialisten mithilfe des innovativen „Rodenstock DNEye-Scanners“ vor Ort eine detaillierte Sehanalyse durch.

Die Vorsorge ist bei Colibri ein wichtiger Aspekt. Neben der Stärke werden bei dem Augen-Screening noch weitere Messungen durchgeführt, darunter Augeninnendruck, Tränenfilmanalyse sowie eine mögliche Winkelfehlsichtigkeit.

„Bei Auffälligkeiten verweisen wir Kunden natürlich an einen Augenarzt“, sagt Wolfgang Reckzeh. Anschließend werden die Daten direkt in die Brillenglasproduktion übermittelt. „Wir können mit unseren hochmodernen Verfahren ganz individuelle biometrische Brillengläser anfertigen“, ergänzt Reckzeh.

Spezielle Gläser werden auch bei der Bildschirmarbeitsplatzbrille benötigt.

Colibri-Inhaber Wolfgang Reckzeh bei einer Untersuchung mit dem Rodenstock DNEye-Scanner.

Fotos. Katja Kuhlins,, Thomas Biller

Colibri – das Synonym für Contactlinse und Brille.

„Wer beispielsweise viel am Bildschirm sitzt und mit einer Gleitsichtbrille arbeitet, muss den Kopf leicht anheben. Das kann zu muskulären Problemen und Haltungsschäden führen“, erklärt Augenoptikermeister Ralf Propson. Hier geht der Trend weg von der „Ein-Brillen-Lösung“ hin zu individuell ausgemessenen Arbeitsplatzbrillen.

Eine weitere Herausforderung der heutigen Zeit ist neben dem Bildschirmarbeitsplatz auch der erhöhte private Gebrauch von Handy, Laptop & Co. Das von den Monitoren ausgestrahlte blaue Licht kann unter anderem Symptome wie Augenschmerzen, Kopfschmerzen oder Konzentrationsprobleme auslösen. Hier kann eine Blaulichtfilterbrille Abhilfe schaffen.

> Wir können mit unseren hochmodernen Verfahren ganz individuelle Brillengläser anfertigen
>
> **Wolfgang Reckzeh**
> Inhaber Colibri Optik

Gerade bei Kindern macht den Spezialisten von Colibri der vermehrte Gebrauch von Handy, PC und Spielekonsolen Sorgen. Kurzsichtigkeit bei Kindern nimmt immer weiter zu. Mehr als die Hälfte aller jungen Menschen in Europa ist kurzsichtig. Im Kindesalter kann dieser Veränderungsprozess jedoch durch ein Myopie-Management begleitet werden. Spezielle Myopie-Gläser bewirken, dass der Prozess aufgehalten oder verlangsamt wird. Zeit in der Natur mit Blick in die Ferne trägt außerdem zu einer gesunden Entwicklung des Kindes-Auges bei.

Colibri in der Wahmstraße 29: Die Adresse für gutes Sehen.

„Ich liebe Sonne“, verkündet Augenoptikermeisterin Anne Krause auf einem weiteren Plakat in der Stadt. Der kommende Frühling ist eine gute Gelegenheit, über einen optimalen UV-Schutz nachzudenken, denn die Experten von Colibri haben den passenden Sonnenschutz für das Auge parat. Doch neben so viel optischer Fachkompetenz kommen auch Lifestyle und Mode nicht zu kurz.

Mit Kompetenz und Stilsicherheit zeigt das Optiker-Team die perfekte Brille zu jedem Typ, denn auch im 33. Jahr setzt Colibri Brillentrends in Lübeck. Inhaber Wolfgang Reckzeh hat sich auf den internationalen Messen, darunter der „Silmo“ in Paris, der „Opti“ in München und ganz aktuell der „Mido“ in Mailand umgesehen und gleich die neuesten Brillen-Kollektionen renommierter Hersteller mitgebracht. Für das Frühjahr ist Colibri folglich bestens vorbereitet.

COLIBRI – CONTAKTLINSE UND BRILLE GMBH
Wahmstraße 29, 23552 Lübeck
Tel. 0451/776 55, www.colibri.de

Foto: bjvv

Gesundes Kochbuch von Dr. Anne Fleck

Frisch, regional, günstig: „Doc Fleck“ fasst die 100 beliebtesten Rezepte in einem Buch zusammen

Gesunde Ernährung soll Spaß machen und richtig gut schmecken. Selbst kochen soll finanziell und zeitlich für alle machbar sein, denn nur so findet es den dauerhaften Weg in den Alltag. Das ist das Credo von Dr. med. Anne Fleck, genannt Doc Fleck, bei der sich vieles um individuell passende Ernährung dreht, die eine ganze Reihe gesundheitlicher Vorteile vereint: Frische, regionale, saisonale und vor allem naturbelassene Lebensmittel versorgen den Körper wesentlich besser mit natürlichen Vitaminen, sekundären Pflanzenstoffen und Ballaststoffen, da keine langen Wege zurückgelegt werden, sie reif geerntet werden und die Lebensmittel dann auch die besten Inhaltsstoffe haben.

Dr. med. Anne Fleck ist Internistin und renommierte Präventiv- und Ernährungsmedizinerin mit Herz für Ursachenforschung. Zudem kennen sie viele Menschen aus TV-Sendungen, aus ihrem Podcast, den Publikationen sowie ihrem Online-Kurs-Programm. Für ihr neues Kochbuch „Doc Flecks Gesundküche“ hat sie die 100 beliebtesten und besten Rezepte für jeden Tag aus ihren erfolgreichsten Büchern zusammen gestellt (ISBN 978-3-95453-312-1, 26 EUR).

Onkologische Trainingstherapie in Praxis Wiggert

Personalisiertes Kraft-Ausdauertraining für Krebserkrankte mit den zertifizierten Onkologischen Trainingstherapeuten Justinus Wiggert, Anina Geisteier und Cordula Schüler

Krebs zählt zu den häufigsten Erkrankungen weltweit, laut dem Deutschen Krebsforschungszentrum erkranken jedes Jahr knapp 500.000 Menschen in Deutschland an Krebs.

Doch was tun, wenn die Diagnose Krebs auf einmal für einen persönlich im Raum steht? Die rasanten medizinischen Fortschritte in der Krebstherapie führen dazu, dass immer mehr betroffene Menschen geheilt werden können. Jedoch bleiben häufige Nebenwirkungen wie Polyneuropathien (Missempfindungen), Gleichgewichtsstörungen, Fatigue (Erschöpfungssyndrom), Lymphödeme und psychische Auswirkungen auf die Lebensqualität nicht aus.

Genau da setzt die Onkologische Trainingstherapie (OTT®) an. Neben der Weiterentwicklung der medizinischen Therapie gewinnt die Bewegungstherapie einen immer größer werdenden Stellenwert in der Behandlung von Krebspatientinnen und Krebspatienten.

Zahlreiche Studien bestätigen die Wirksamkeit und einen positiven Einfluss auf die Nebenwirkungen und die psychische Verfassung während und nach einer Krebstherapie durch ein gezieltes Training.

Seit 2015 werden Krebspatientinnen und Krebspatienten von den zertifizierten Onkologischen Trainingstherapeuten Justinus Wiggert, Anina Geisteier und Cordula Schüler mit einem personalisierten Kraft-Ausdauertraining betreut. Das OTT®-Training wurde am Centrum für integrierte Onkologie am Universitätsklinikum Köln und der Deutschen Sporthochschule Köln entwickelt. Das Kraft-Ausdauertraining findet an Chipkarten gesteuerten Geräten statt, die es ermöglichen die Trainingsintensität und Geräteeinstellungen einfach, effektiv und individuell auf die Patientinnen und Patienten abzustimmen.

Das Team der Praxis Wiggert Physio berät gerne über das onkologische Trainingskonzept.

Foto: Wiggert

Das Ziel der OTT® ist es, die Nebenwirkungen während einer Chemo- und Bestrahlungstherapie zu reduzieren und die Lebensqualität zu steigern. Im Rahmen der Nachsorge, nach einer abgeschlossenen Krebstherapie, dient das OTT®-Training der Wiederherstellung des vorherigen Fitnesszustandes und der Wiedereingliederung in den Alltag.

Bei Interesse oder Fragen zum Ablauf des OTT®-Trainings stehen die Therapeuten der Praxis Wiggert Physio gerne zur Verfügung und freuen sich über einen persönlichen Kontakt.

OTT® IN DER PRAXIS WIGGERT PHYSIO
Moislinger Allee 51, 23558 Lübeck
Tel. 0451/ 29 01 96 03
OTT@wiggert-physio.de

Infoveranstaltung

Interessierte können die OTT® am Sonntag, 3. März von 10 bis 13 Uhr im Rahmen einer Informationsveranstaltung in den Räumen von Physio Wiggert, Moislinger Allee 51, 23558 Lübeck kennenlernen.

Tinnitus, Schwindel, Schwerhörigkeit – das Ohr im Fokus

Prof. Dr. Martin Stieve hat sich auf die Diagnose und Therapie von Ohrerkrankungen spezialisiert

Das Ohr ist ein komplexes Organ: Über Schallwellen nimmt der Mensch Töne und Geräusche wahr, die an das Gehirn weitergeleitet werden. Außerdem ist ein Teil des Ohres für den Gleichgewichtssinn zuständig. Erkrankungen wie Schwerhörigkeit, Tinnitus und Schwindel beeinträchtigen die Lebensqualität. Prof. Dr. Martin Stieve hat sich als Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde auf diese Schwerpunkte spezialisiert. In seinen Privatpraxen „Otologikum" („Heilsames für das Ohr") in Bad Schwartau und Hamburg stehen moderne Diagnostik und individuelle Therapieverfahren zur Verfügung. An beiden Standorten bietet Stieve das gesamte Spektrum moderner Maßnahmen inklusive Operationen in einer Privatklinik an. Dazu gehören unter anderem Infusionstherapien, Mikrosystemakupunktur, Hörgeräteversorgung, Hals-/Kehlkopfbehandlungen, Impfungen und Ohroperationen.

Zur Person

Prof. Stieve war in mehreren Universitätskliniken in leitender Funktion tätig. Zuletzt als stellvertretender Klinikdirektor in Lübeck. Er verfügt über eine 25-jährige Berufserfahrung im operativen als auch konservativen Bereich der HNO-Heilkunde. Prof. Stieve hat 2022 einen Lehrstuhl an der privaten Hochschule MSH in Hamburg angenommen für Forschung und Lehre.

Tinnitus

Beim Tinnitus nehmen Menschen dauerhaft Geräusche wahr, die keiner äußeren Schallquelle zugeordnet werden können. Prof. Dr. Stieve nimmt die Symptome ernst und empfiehlt, nicht zu lange mit dem Besuch einer HNO-Praxis zu warten, damit das Ohrensausen nicht chronisch wird. „Es gibt keinen On-Off-Knopf beim Tinnitus", so der Experte, die möglichen Ursachen und Therapien seien vielfältig.

Auslöser von Tinnitus können beispielsweise Kieferprobleme, Fehlhaltungen, ein Halswirbelsäulen-Syndrom oder Medikamente sein. Auch Ohren-Entzündungen, Lärmschäden oder Verletzungen der Halswirbelsäule kommen in Betracht. Prof. Dr. Stieve behandelt den Tinnitus nach einem ausführlichen Gespräch unter anderem mit Spülungen und einer Mikrosystem-Akupunktur.

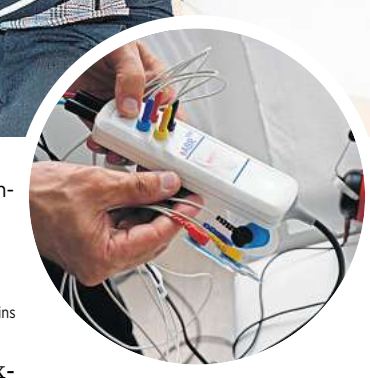
Schwindel

Schwindel ist eine Störung des Gleichgewichtsorgans. Betroffene haben das Gefühl, sich nicht sicher im Raum bewegen zu können, zu fallen oder das Bewusstsein zu verlieren. Man unterscheidet zwischen Drehschwindel, der Übelkeit auslösen kann, dem Schwankschwindel, der dem Laufen auf einem wankenden Boot ähnelt, und dem Liftschwindel, bei dem man das Gefühl hat, ständigen Auf- und Abwärtsbewegungen ausgesetzt zu sein.

Häufig tritt Schwindel in Kombination mit anderen Erkrankungen auf. Zudem sind die Symptome nicht immer eindeutig. Auf Basis eines Tests für Gleichgewichtsstörungen, der Vestibularis-Diagnostik, kann der HNO-Experte eine Diagnose stellen. Als Therapieformen stehen etwa ein Schwindel-Training, Medikamente, die Mikrosystem-Akupunktur oder eine OP zur Verfügung.

Prof. Dr. Martin Stieve gewährleistet mit moderner technischer Ausstattung in Kombination mit seiner zehnjährigen Expertise und Forschungstätigkeit optimale Diagnose- und Therapieergebnisse.

Foto: Katja Bolza-Schünemann



Mit der sogenannten „Vestibularis-Diagnostik" (oder kurz „Vemp") können Gleichgewichtsstörungen festgestellt werden, die Schwindel verursachen.

Fotos: Katja Bolza-Schünemann, Katja Kuhlins

Schwerhörigkeit

Der Weg zum guten Hören sollte nicht verlernt werden, rät der Mediziner. Hören schütze nicht nur vor sozialem Rückzug, sondern auch vor Demenz – der HNO-Experte kann eine professionelle Einschätzung geben, ab wann ein Hörgerät sinnvoll ist. Während Einzelgespräche in ruhiger Umgebung noch verfolgt werden könnten, stellten das Arbeiten im Großraum-Büro, Unterhaltungen in einer Gruppe oder Fernsehsendungen mit Hintergrundgeräuschen zunehmend ein Problem dar. Abhilfe schaffen Infusionstherapien oder Hörgeräte, die im oder hinter dem Ohr oder als Implantat eingesetzt werden.

Die Terminvergabe erfolgt individuell und zeitnah. *kbs*

OTOLOGIKUM
PROF. DR. MARTIN STIEVE
Lübecker Straße 68, 23611 Bad Schwartau
Tel. 0451/ 450 59 2 85
Neuer Wall 61, 20354 Hamburg
Tel. 040/ 55 44 75 23
hno@prof-dr-stieve.de
www.otologikum.de

Blutkonserven dringend benötigt

In Deutschland werden täglich etwa 15 000 Blutspenden benötigt. Für Unfallopfer, bei Operationen, Transplantationen oder für die Behandlung von Krebserkrankungen. Doch es kommt zunehmend zu Engpässen bei den Blutkonserven. Ein Grund dafür ist, dass Blutkonserven und Blutpräparaten nur wenige Tage haltbar sind. Aktuell führen auch die kältere Jahreszeit und der Anstieg von Erkältungskrankheiten bei potentiellen Blutspendern zu einem deutlichen Rückgang der Spendetätigkeit. „Eine Blutabnahme dauert nur zehn Minuten und kann viele Leben retten. Jede einzelne Spende wird dringend gebraucht. Jede und jeder von uns kann im Notfall darauf angewiesen sein", sagt Iris Kröner, Landesdirektorin der AOK NordWest.

Blutspender müssen mindestens 18 Jahre alt und gesund sein. Bei einem Termin wird die Eignung zur Blutspende bei einer ärztlichen Voruntersuchung jeweils tagesaktuell auf dem Termin geprüft. Bis zu sechs Mal pro Jahr dürfen gesunde Männer spenden, Frauen bis zu vier Mal innerhalb von zwölf Monaten. Zwischen zwei Spenden liegen mindestens acht Wochen.

Beratung zu Patientenverfügung und Co.

Es kann plötzlich jeden treffen: Durch eine Krankheit oder einen Unfall ist man unversehens nicht mehr in der Lage, seine Angelegenheiten selbst zu regeln. Es lohnt sich , seine Wünsche in einer Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung schriftlich festzuhalten.

Jeden zweiten und vierten Montag im Monat, 16 bis 18 Uhr, haben Interessenten die Möglichkeit, sich vom Betreuungsverein Ostholstein im Helios Agnes Karll Krankenhaus, Am Hochkamp 21, Bad Schwartau, zu diesen Themen kostenlos beraten zu lassen. Anmeldung nicht erforderlich.

IMPRESSUM

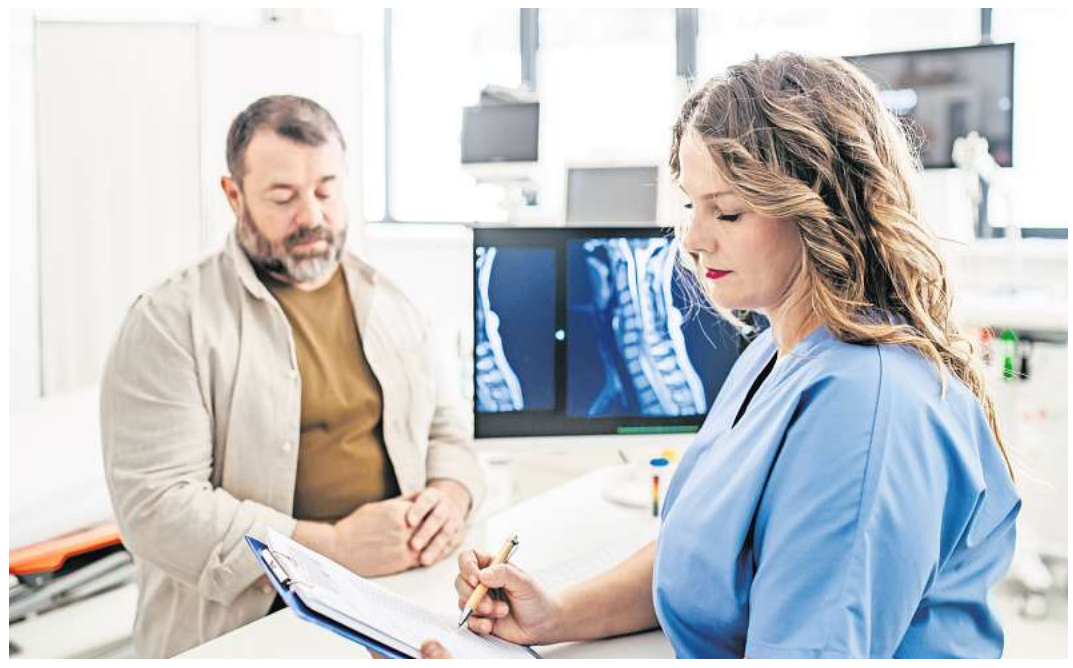
Sonderveröffentlichung der Abteilung Media-Vermarktung
Leitung Media-Vermarktung: Rainer Wilkens, **Redaktionsleitung:** Sabine Goris
Layout/Redaktion: Jessica Ponnath, Kim Carolin Struve
Titelbild: Photographee.eu-stock.adobe.com
Verlag: Lübecker Nachrichten GmbH, Herrenholz 12, 23556 Lübeck
E-Mail: Magazine@LN-Luebeck.de
Druck: Druckzentrum des sh:z (Schleswig-Holsteinischer Zeitungsverlag), Fehmarnstr. 1, 24782 Büdelsdorf

Gewichtsreduktion hilft auch dem Rücken

Ein erhöhtes Körpergewicht stellt für die Wirbelsäule und die Gelenke eine starke Belastung dar – Betroffene können Rückenleiden mit viel Bewegung und gesunder Ernährung vorbeugen

Ein Stück Schokolade zwischendurch, das leckere Essen in der Kantine, Kuchen mit Freunden – es kann schnell gehen, bis sich das auf der Waage bemerkbar macht.

Manchmal entwickelt sich daraus auch Übergewicht, das nicht nur das Risiko für Herz- und Kreislaufleiden vergrößert, sondern auch für Diabetes, Hüft-, Knie- und Rückenprobleme. „Fast ein Drittel der Bevölkerung in Deutschland leidet laut aktuellem Gesundheitsatlas der AOK an Rückenschmerzen. Als eine der Ursachen dafür gilt häufig Übergewicht. Oft lässt sich ein Zusammenhang zwischen Adipositas und Rückenschmerzen feststellen", sagt Dr. Munther Sabarini, Neurochirurg aus Berlin.



Ein hohes Körpergewicht belastet häufig die Wirbelsäule sowie die Bandscheiben. Foto: Halfpoint - stock.adobe.com

Wirbelsäule gerät durch Übergewicht in Not

Viele Menschen treiben keinen Sport und stärken nicht ihre Muskulatur – vor allem die des Rumpfes –, wodurch wichtige Muskelgruppen verkümmern und sich Rückenschmerzen mitunter verschlimmern. Die Wirbelsäule erhält durch zu schwache Muskeln nicht genug Unterstützung. „Die Rückenmuskulatur stabilisiert die Wirbelsäule und ermöglicht zusammen mit der Bauchmuskulatur das aufrechte Stehen sowie Beugung, Streckung und Drehung des Körpers. Stabilisiert und zusammengehalten werden sie von einer Vielzahl von Bändern und die Bandscheiben, Stoßdämpfer zwischen den einzelnen Wirbeln, halten im Alltag enormen Kräften stand", so Sabarini. „Bei erhöhtem Körpergewicht gerät das sensible System rund um die Wirbelsäule in Not: Wer zu viel auf die Waage bringt, belastet seine Wirbelsäule – eine Abnutzung der Bandscheiben tritt als Folge auf."

Hohes Körpergewicht belastet die Bandscheiben

Studien zeigen, dass ein hoher Body Mass Index (BMI) bei zahlreichen Patienten mit einer ausgeprägten Bandscheibendegeneration einhergeht. Je älter die Betroffenen, desto größer die Bandscheibenschäden.

„Am häufigsten kommt ein Bandscheibenvorfall in der Lendenwirbelsäule, also im unteren Teil des Rückens, vor. Das Gesamtgewicht der Wirbelsäule lastet am stärksten auf den unteren Bandscheiben mit ihren fünf Wirbelkörpern der Lendenwirbelsäule. Die Lendenwirbelkörper sind zwar die größten und kräftigsten im Körper, doch selbst sie halten dem modernen Lebensstil vieler Menschen mit wenig Bewegung und Übergewicht nicht ewig stand", so der Neurochirurg. Der zunehmende Druck durch das erhöhte Gewicht, oft in Zusammenhang mit dem natürlichen Alterungsprozess des Körpers, belastet die Bandscheiben und führt mitunter zu Bandscheibenvorfällen. Dr. Munther Sabarini. „Sollte es bei den Betroffenen bereits zu einem Bandscheibenvorfall gekommen sein, lässt sich dieser mittlerweile aber in der Regel mit minimal-invasiven Methoden behandeln. Große Operationen sind häufig nicht mehr nötig." *borgmeier*

Schmelzer Hörsysteme – denn Hören ist Vertrauenssache

Seit Unternehmensgründung im Jahre 2010 steht der Name Schmelzer Hörsysteme für beste Qualität und exzellenten Service

Das von den gebürtigen Lübeckern Christoph und Felix Schmelzer geführte Familienunternehmen stellt die persönlichen Wünsche und Bedürfnisse jedes einzelnen Kunden voll und ganz in den Mittelpunkt.

Alle Mitarbeiter – mittlerweile fast siebzig – bilden sich fortlaufend weiter und leben die Firmenphilosophie „Freundlichkeit, Ehrlichkeit und Kompetenz“. Ganz gleich, an welchem Standort man ein Schmelzer Fachgeschäft besucht, ist man immer herzlich willkommen und wird exzellent versorgt.

Christoph Schmelzer, der zusammen mit seinem Bruder Felix Schmelzer das Unternehmen führt, präsentiert die Vielfalt der Im-Ohr Hörsysteme.

Fotos: Schmelzer Hörsysteme

„Am 1. und 2. Februar haben wir nun das 16. Fachgeschäft eröffnet, diesmal in Schwarzenbek. Trotz unserer rasanten Entwicklung wollen wir nicht als Filialkette wahrgenommen werden, sondern als bodenständiges Familienunternehmen vor Ort“, erklärt Felix Schmelzer und ergänzt, dass in allen ihren Fachgeschäften jeder Kunde individuell und sehr intensiv betreut wird. „Wir bieten unseren Kunden maßgeschneiderte Lösungen für alle Bedürfnisse rund ums Thema Hören. Und das mit Hilfe modernster Technik, Freundlichkeit, hoher Fachkompetenz und bester Qualität. Schmelzer offeriert die gesamte Bandbreite an Hörsystemen, vom zuzahlungsfreien Festbetragsgerät bis zum Spitzenmodell. Mit vier Jahren Garantie, drei Jahren 50 Prozent Verlustschutz und einer Bestpreis-Garantie hat das Familienunternehmen quasi ein Rund-um-Sorglos-Paket.“

> „Bei uns wird jeder Kunde individuell und sehr intensiv betreut, und das in all unseren Fachgeschäften.
>
> **Felix Schmelzer**
> Inhaber

Im-Ohr Hörgeräte sind kaum sichtbar und werden im Gehörgang getragen.

Seit zwei Jahren ist Schmelzer Hörsysteme autorisierter Vertriebspartner von Philips und ist von den Hörsystemen der beliebten Marke überzeugt. Christoph Schmelzer berichtet: „Die Monate Februar und März stehen bei uns unter dem Motto 'Philips Im-Ohr Hörsysteme – maßgefertigt zum Hörerfolg'. In diesen Wochen können unsere Kunden Im-Ohr Hörsysteme von Philips in ihrem Alltag ausprobieren. Ob zu Hause, beim Sport oder Spazierengehen, beim Einkaufen, beim Schnack mit dem Nachbarn oder sogar in einem Konzert. Quasi überall und das kostenlos und unverbindlich bis zu vier Wochen.“

In den Hörkabinen testen die Hörakustikmeister unter anderem die Hörfähigkeit der Kunden.

SCHMELZER HÖRSYSTEME
Lübecker Innenstadt, Holstenstraße 9,
Tel. 0451/ 61 30 58 23
Stockelsdorf, Ahrensböker Straße 34-36,
Tel. 0451/ 88 05 15 95
Travemünde, Vorderreihe 8-9,
Tel. 04502/ 886 99 00
Schlutup, Mecklenburger Straße 67,
Tel. 0451/ 45 05 63 20
Bad Schwartau, Markttwiete 6,
Tel. 0451/ 92 95 30 16

Nahezu unsichtbar!

Philips Im-Ohr Hörsysteme – maßgefertigt zum Hörerfolg.

Testen Sie jetzt kostenlos und unverbindlich die kleinen bis nahezu unsichtbaren Im-Ohr Hörsysteme von Philips in bis zu **7 verschiedenen Preis- und Leistungsstufen,** ganz entspannt in Ihrem Alltag. Bei unseren Testwochen werden Sie schnell merken, wie viel mehr Lebensqualität Ihnen ein so kleines Hörsystem bieten kann.

Überzeugen Sie sich selbst:

- ✓ Wird im Gehörgang getragen und ist somit äußerst diskret und kaum sichtbar
- ✓ Windgeräuschunterdrückung durch die Platzierung und Nähe zum Trommelfell
- ✓ Perfekter Sitz im Ohr durch einen individuell maßgefertigten Abdruck
- ✓ Verbesserte Lokalisierungserkennung und eine natürliche Klangqualität

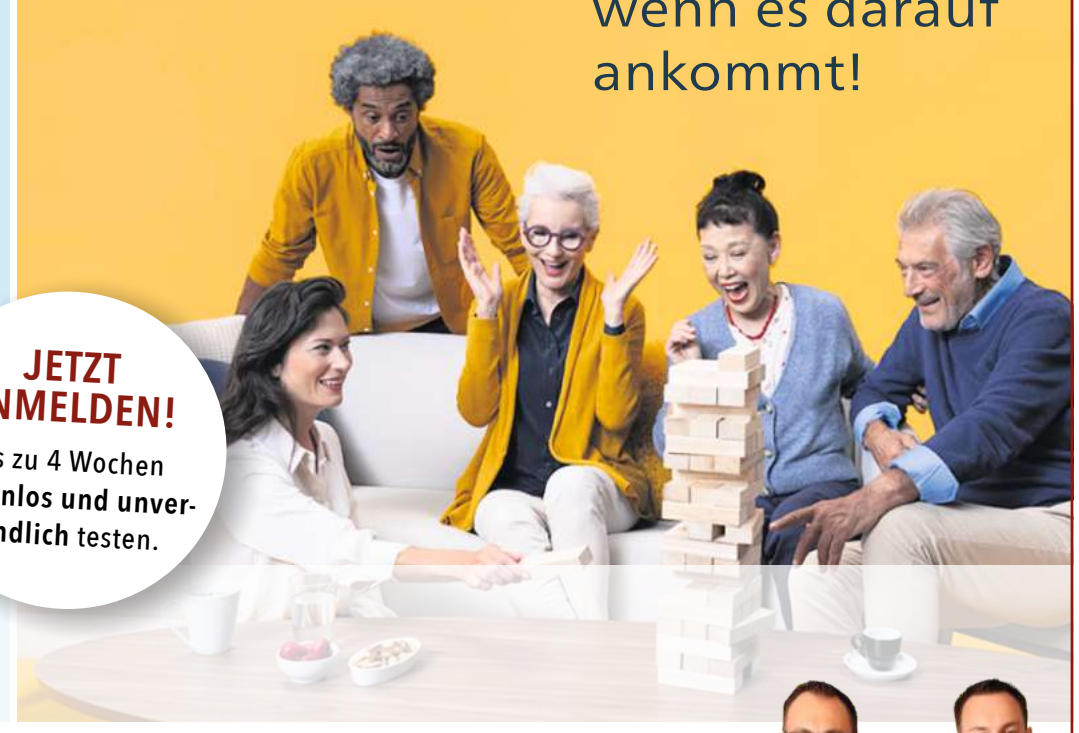
ITC – das Wandelbare

CIC – das Diskrete

IIC – das Extrakleine

PHILIPS

Besser hören,
wenn es darauf ankommt!



JETZT ANMELDEN!
Bis zu 4 Wochen **kostenlos und unverbindlich** testen.

SCHMELZER HÖRSYSTEME

+++ Schmelzer Hörsysteme ist autorisierter Vertriebspartner von Philips +++

Rufen Sie jetzt an und vereinbaren Sie einen Termin.
Bei Kaufabschluß erhalten Sie kostenlos Batterien für 3 Jahre.**

Lübeck
Holstenstraße 9
23552 Lübeck
T 0451 – 613 058 23

Stockelsdorf
Ahrensböker Straße 34-36
23617 Stockelsdorf
T 0451 – 880 515 95

Travemünde
Vorderreihe 8-9
23570 Travemünde
T 04502 – 88 69 900

Schlutup
Mecklenburger Straße 67
23568 Lübeck
T 0451 – 450 563 20

Bad Schwartau
Markttwiete 6
23611 Bad Schwartau
T 0451 – 709 852 50

*Beim Kauf eines Hörgerätes erhalten Sie die Schmelzer Garantie. Diese beinhaltet vier Jahre Garantie, auf Optimus Hearing Hörsysteme 5 Jahre Garantie. (Davon ausgeschlossen sind Hörer, Otoplastiken und Ladestationen) Auf Im-Ohr Hörsysteme 2 Jahre Garantie, sowie drei Jahre 50% Verlustschutz für alle Hörsysteme. Das heißt, dass Sie bei Verlust eines Hörgerätes in den ersten drei Jahren nach Kaufabschluss nur 50% Ihres privaten Eigenanteils bezahlen.

** Anmeldefrist ist bis zum 31. März 2024 und das Angebot dann gültig bis zum 30.06.2024. Bei Kaufabschluß eines Im-Ohr Hörgerätes von Philips, erhalten Sie für 3 Jahre kostenlos Batterien. Das bedeutet max. 30 St. / Jahr und Hörgerät.

Schmelzer Hörsysteme GmbH (Glinde, Barsbüttel) und Schmelzer Hörsysteme in Reinbek GmbH, werben gemeinschaftlich.

4 JAHRE GARANTIE · 3 JAHRE 50% VERLUSTSCHUTZ · SCHMELZER GARANTIE

DIE SCHMELZER GARANTIE*
- **4 Jahre** Garantie
- **2 Jahre** Garantie auf **IdO's**
- **3 Jahre 50 %** Verlustschutz
- **Bestpreis**-Garantie

400663601_011024

Immer häufiger diagnostizieren Gynäkologen eine Endometriose. Inzwischen macht die Goldnetz-Therapie den betroffenen Frauen Hoffnung, dass sich die Beschwerden während der Regel bessern.

Foto: Peakstock - stock.adobe.com

Goldnetz: neue Therapie bei Endometriose

Über 15 000 Schleswig-Holsteinerinnen sind von der gynäkologischen Erkrankung betroffen

Starke Schmerzen während der Regelblutung, Unterleibskrämpfe, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, aber auch Unfruchtbarkeit können Anzeichen einer Endometriose sein. Laut ambulanten Daten der Barmer leiden hochgerechnet rund 15 100 Frauen in Schleswig-Holstein unter einer ärztlich diagnostizierten Endometriose. Demnach sind 1,1 Prozent der Frauen im Bundesland von der Unterleibserkrankung betroffen.

Hauptbetroffene sind Frauen zwischen 30 und 49 Jahren

Am häufigsten tritt Endometriose laut Datenlage in der Altersgruppe der 30- bis 49-Jährigen auf: Hier ist die Betroffenheit mit 2,2 Prozent doppelt so hoch. „Wir wollen für die Erkrankung sensibilisieren und Betroffene ermutigen, ihre Beschwerden, die bei einer Endometriose sehr unterschiedlich sein können, medizinisch abklären zu lassen“, sagt Dr. Bernd Hillebrandt, Landesgeschäftsführer der Barmer in Schleswig-Holstein.. Es sei wichtig, die Erkrankung weiter ins öffentliche Bewusstsein zu rücken, um Diagnose- und Therapieoptionen aufzuzeigen.

Zahl der Diagnosen stark gestiegen

Auch wenn nach wie vor von einer hohen Dunkelziffer auszugehen ist, kam es in den vergangenen Jahren immer häufiger zur Diagnose Endometriose: In Schleswig-Holstein ist die Zahl der Betroffenen zwischen 2012 und 2022 von rund 9300 auf 15.100 um 62 Prozent angestiegen. Dieser Trend könne laut Hillebrandt auch damit zusammenhängen, dass die Betroffenen offener mit der Erkrankung umgehen, mehr Informationen zum Krankheitsbild zur Verfügung stehen und die Behandlungsmöglichkeiten vielfältiger werden.

Unterleibskrämpfe während der Regelblutung sind ein häufiges Symptom.

Foto: Kaspars Grinvalds - stock.adobe.com

Goldnetztherapie als neue Behandlungsmethode

Lange Zeit gab es nur sehr belastende Behandlungsmethoden wie Hormontherapie oder die Entfernung der Gebärmutter. Nun übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen mit der sogenannten Goldnetztherapie eine neue, schonendere Therapiemöglichkeit für Frauen mit starken Regelblutungen und Schmerzen. Die Goldnetztherapie ist eine medizinische Methode, bei der die Gebärmutterschleimhaut (in der Fachsprache Endometrium genannt) schonend durch Hochfrequenzstrom verödet, möglichst weitgehend entfernt und abgesaugt wird.

Laut Dr. Bernd Hillebrandt könne dies Schmerzen und Blutungen verhindern und erfordere keinen Klinikaufenthalt mehr.

Verfahren eignet sich nur, wenn kein Kinderwunsch besteht

Dr. Hillebrandt sagt: „Eine wichtige Voraussetzung ist jedoch, dass Frauen, die sich für diese Therapie entscheiden, keinen Kinderwunsch mehr haben.“ Zudem könne die Goldnetztherapie nur bei Endometrioseherden in der Gebärmutter angewandt werden – nicht mehr dann, wenn bereits Endometrioseherde im Bauchraum vorhanden sind. Eine umfassende gynäkologische Beratung vorab sei deshalb unverzichtbar.

SCHLOSS WARNSDORF
PRIVATKLINIK

Erleben Sie **Fasten, Sport, Prävention** und **Wellness** nahe der Ostsee in der privaten Fachklinik für Ernährung

Fotos: © Gulliver Theis, Thomas Berg, Patrick de Jourden

SCHLOSS WARNSDORF – nahe Timmendorfer Strand:

- Heilfasten unter ärztlicher Betreuung
- inkl. Fastenbrechen und drei Aufbautage mit ketogener Kost
- inkl. täglich Sport- und Entspannungsprogramm
- inkl. Schwimmbad, Sauna, Kneipp u. a.
- vielfältiges Beautyangebot
- direkt am Hemmelsdorfer See

Schloss Warnsdorf Klinik Dr. Scheele GmbH
Schlossstrasse 10 | 23626 Warnsdorf | Tel.: 04502 840-0 | E-Mail: info@schloss-warnsdorf.de
www.schloss-warnsdorf.de

400608801_011024

Erholen und Regenerieren in der Klinik Schloss Warnsdorf

Das Angebot der privaten Klinik basiert auf der Schulmedizin und wird erweitert durch evidenzbasierte komplementäre Behandlungsmethoden

Mit Heilfasten nach Buchinger, Ernährungstherapie, Naturheilverfahren und ganzheitlicher Medizin erzielt die Klinik positive Effekte über die Gewichtsreduktion hinaus. Heilfasten bewirkt unter anderem eine Senkung der Blutfettwerte, zudem wirkt es antientzündlich. Es werden eine Fülle weiterer Therapien angeboten, von Akupunktur über Diabetesberatung bis hin zur Physiotherapie. Die Patientinnen und Patienten, Hotel- und Tagesgäste werden ganzheitlich bezüglich Ernährung, Bewegung, mentaler Verfassung und bestehenden Erkrankungen unterstützt. Es erwartet sie ein tägliches Sport- und Entspannungsprogramm, dazu der großzügige Schlosspark mit Terrasse und Spazierweg zum Hemmelsdorfer See. Im Innenbereich stehen W-LAN, Schwimmbad, Saunen und Dampfbad sowie Fitnessgeräte zur Verfügung. Zusätzlich können Fahrräder, Stand-Up-Paddling, Personal Training und - zu attraktiven Konditionen - Greenfees auf der benachbarten Golfanlage gebucht werden (20 Prozent Rabatt). In bestimmten Zimmern sind Haustiere gegen Aufpreis willkommen.

Bewegung ist ein elementarer Bestandteil während des Heilfastens.

Foto: Gulliver Theis

Zertifizierte Fortbildungen für Ärztinnen und Ärzte

Die Klinik Schloss Warnsdorf lädt interessierte Hausärztinnen und – ärzte und weitere Kolleg:innen zu Fortbildungen in Ernährungstherapie, Naturheilverfahren sowie komplementärer und integrativer Medizin ein. Diese sind von der Ärztekammer Schleswig-Holstein zertifiziert. Das Klinik-Team ist überzeugt, dass der Wissenstransfer die Zusammenarbeit vertiefen und die individuelle Patientenbetreuung weiter verbessern wird.
Mehr Informationen unter https://www.schloss-warnsdorf.de/fortbildung

Ergänzend bietet Schloss Warnsdorf in der Kosmetikabteilung professionelle Unterstützung rund um die Themen Regeneration, Detox und Anti-Age an.

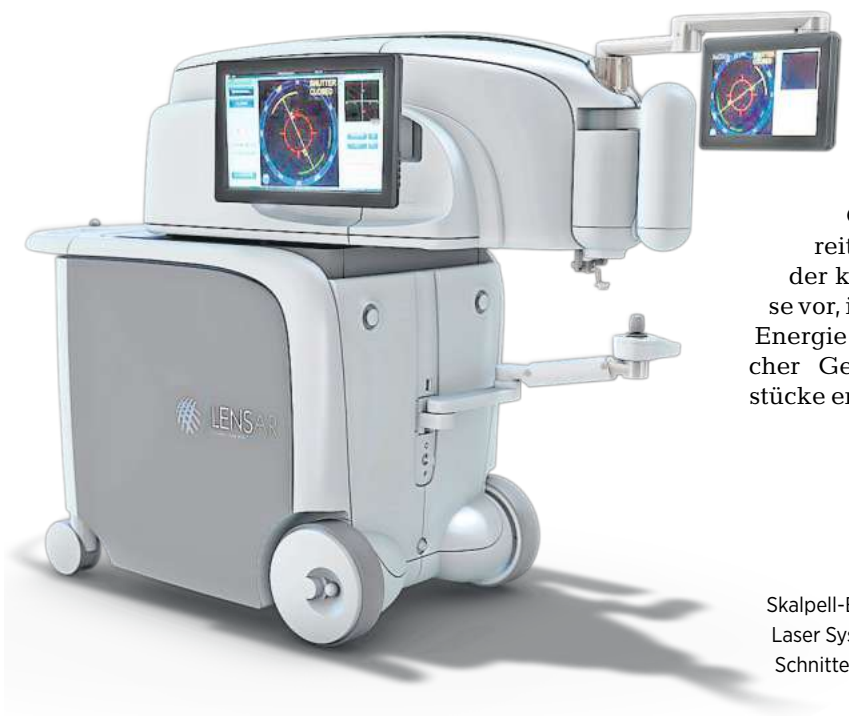
SCHLOSS WARNSDORF KLINIK
Schlossstraße 10
23626 Ratekau
Tel. 04502/ 84 00
info@schloss-warnsdorf.de
www.schloss-warnsdorf.de

Kompetenzzentrum für die Linsen-OP mit dem Femtosekunden-Laser

Die Augen Praxisklinik Lübeck verfügt über umfangreiche Erfahrungen in der Operation des Grauen Stars mittels präziser Lasertechnik

Die Operation des Grauen Stars sowie der Linsentausch bei eintretender Alterssichtigkeit (Presbyopie) ab dem 50. Lebensjahr gehören zu den Routineeingriffen in der Medizin. Die Ansprüche an das Sehen sind aber sehr individuell. Durch die Wahl der zu implantierenden neuen Linse kann man diesen individuellen Bedürfnissen entsprechen, solange dies auch medizinisch sinnvoll ist. Die Auswahl an Möglichkeiten ist groß und hat sich stetig weiterentwickelt: von Multifokallinsen für erhöhte Brillenunabhängigkeit, Hochkontrastlinsen mit eventuellem Ausgleich von Hornhautverkrümmungen bis hin zur Standardlinse. „Hiermit haben wir über Jahrzehnte sehr gute Ergebnisse für unsere Patienten erzielt und bleiben stets am Puls der Zeit“, sagt Dr. Erik Domeier, langjähriger OP-Leiter der Augen Praxisklinik Lübeck.

Auch OP-Techniken entwickeln sich weiter und spielen für das Ergebnis eine entscheidende Rolle. So hat sich die Augen Praxisklinik Lübeck unter Beibehaltung herkömmlicher Verfahren als einziges Kompetenzzentrum für Linsenchirurgie mit dem Femtosenkundenlaser (Lensar Laser System) im Großraum Lübeck etabliert. Dieses Lasersystem führt computergesteuert hochpräzise Schnitte durch und ersetzt so das Skalpell des Chirurgen. Es bereitet die Entfernung der körpereigenen Linse vor, indem mit weniger Energie und größtmöglicher Genauigkeit Bruchstücke erzeugt werden, die dann optimal entfernt werden können. Dies verkürzt nicht nur den Eingriff, sondern schont zusätzlich alle Gewebe. Das Verfahren verbessert grundsätzlich jede Linsenimplantation.



Skalpell-Ersatz: Das Lensar Laser System führt hochpräzise Schnitte durch. Foto: LensAR

Dr. Erik Domeier, langjähriger OP-Leiter der Augen Praxisklinik Lübeck, schätzt die zukunftsorientierte Arbeit mit dem Robotersystem Lensar Laser System. Foto: Katja Bolza-Schünemann

„Es ist beeindruckend, wie auch bei komplizierten Ausgangsbedingungen, der Laser durch das Linsenmaterial navigiert werden kann, ohne dass der Patient irgendetwas davon spürt. Auch unsere hochwertigen Linsen-Implantate lassen sich in einer Genauigkeit in das Auge einpassen, wie es zuvor von menschlicher Hand nicht in dieser Zuverlässigkeit möglich war“, meint Dr. Domeier.

Das Team der Augen Praxisklinik Lübeck ist glücklich darüber, diese fortschrittliche Technik mit der erforderlichen Erfahrung seinen Patienten anbieten zu können.

AUGEN PRAXISKLINIK LÜBECK – MGZ
Paul-Ehrlich-Straße 1-3
23562 Lübeck
Tel. 0451/ 31 700 800
www.augenpraxisklinikluebeck.de

Geographische Atrophie bei AMD – Hilfe in Sicht?

Prof. Martin Rudolf befasst sich als ärztlicher Leiter der Augen Praxisklinik Lübeck mit innovativen Perspektiven in der Behandlung für Patienten mit altersbedingter Makuladegeneration

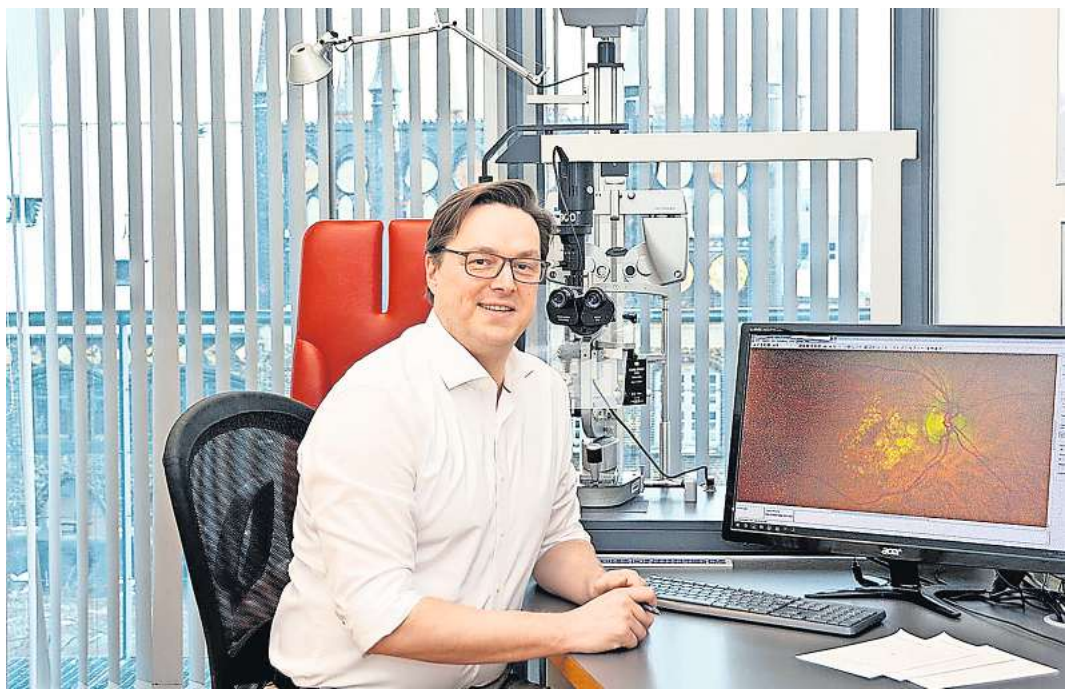
Die Makula ist ein kleiner, aber hochspezialisierter Netzhautbereich im Auge, der uns erst „gutes Sehen“ zum Lesen, Farben sehen und Gesichter erkennen ermöglicht. Die altersbedingte Makuladegeneration (AMD) ist eine häufige Erkrankung, die in höherem Lebensalter auftritt.

Während frühe und mittlere AMD-Stadien nur moderate Sehbeschwerden verursachen, kommt es in fortgeschrittenen Stadien unbehandelt zu einer schwerwiegenden und dauerhaften Sehminderung. Für die sogenannte feuchte Form, ein Spätstadium der AMD, gibt es heute bereits verschiedene Medikamente für eine Spritzentherapie, mit der viele Patienten effektiv behandelt werden können.

> „Bei einer Medikamentenzulassung wollen wir organisatorisch gut aufgestellt sein, um bei Bedarf eine zeitnahe Therapie anbieten zu können.
>
> **Prof. Martin Rudolf**
> Ärztlicher Leiter der Augen Praxisklinik Lübeck

Neue Behandlungsoption bei trockener AMD in Sicht

Für die trockene Form der AMD gab es bisher hingegen keine Therapiemöglichkeit. „Bei der geographischen Atrophie, der fortgeschrittenen Form der trockenen AMD, gehen nach und nach die Photorezeptoren und das angrenzende Gewebe zugrunde. Die Folge sind kleine Narben, die sich mit der Zeit vergrößern und verbinden. Beim Lesen fehlen zunächst einzelne Buchstaben, später mehrere oder ganze Worte. Dies führt langsam aber stetig zu einem unumkehrbaren Verlust des zentralen Sehens, mit entsprechendem Leidensdruck für die Patienten. Leider gab es bisher keine Behandlungsoptionen. Das könnte sich aber noch in diesem Jahr ändern“, berichtet Prof. Martin Rudolf, ärztlicher Leiter der Augen Praxisklinik Lübeck, der selbst seit über 15 Jahren intensiv an der AMD und einer Medikamentenentwicklung forscht. Deshalb weiß er, dass durch das komplexe Krankheitsgeschehen der geographischen Atrophie in der Vergangenheit viele Behandlungsansätze ins Leere gelaufen sind.



Prof. Martin Rudolf am Untersuchungsplatz mit fotodokumentierten Netzhautveränderung der geographischen Atrophie. Foto, Grafik: MGZ, IconArt - stock.adobe.com

Erfreulicherweise wurde im letzten Jahr ein Präparat in den USA zugelassen, welches seine Effektivität bereits gezeigt hat. Es handelt sich um einen sog. C3-(Komplement)-Inhibitor, welcher in das Auge injiziert wird, um die Aktivität des körpereigenen Entzündungssystems zu kontrollieren. Die europäische Zulassung wurde durch den Hersteller bereits beantragt. „Ohne dem Zulassungsprozess voraus greifen zu wollen, ist es aktuell einer der interessantesten Behandlungsansätze für Patienten mit geographischer Atrophie. Wir beobachten regelmäßig die klinischen Daten aus den USA. Die Spritzentherapie zeigt eine Verlangsamung des Narbenwachstums und damit eine weitgehende Bewahrung der vorhandenen Sehschärfe. Dies wäre eine echte Neuerung und ein Durchbruch für unsere Patienten,“ berichtet Prof. Rudolf. „Derzeit sehen wir unsere Aufgabe darin, unsere Patienten bestmöglich über ihre Befunde aufzuklären und diese zu dokumentieren. Bei einer Zulassung wollen wir organisatorisch gut aufgestellt sein, um bei Bedarf eine zeitnahe Therapie für betroffene Patienten anbieten zu können.“

Zur Befundbeurteilung werden verschiedene Bildgebungsverfahren, wie die Fundusautofluoreszenz oder die optische Kohärenztomographie (OCT), genutzt, sowie die Sehschärfe erhoben. Damit lassen sich die Ausdehnung der geographischen Atrophie und Hinweise auf die Krankheitsaktivität darstellen und dokumentieren.

AMD-Patienten und Angehörige können sich ab jetzt zum Informationsabend „Trockene AMD“ mit Prof. Dr. Rudolf in der Lübecker Innenstadt anmelden.

Informationsabend „Trockene AMD“

Wann: 13 Februar, um 19 Uhr
Wo: Augen Praxisklinik Lübeck Innenstadt (Markt 1, 23552 Lübeck)
Kontakt: Anmeldungen bitte telefonisch über 0451/ 31 700 655 oder per Mail: kontakt@augenpraxisklinikluebeck.de

Weiterführende Informationen:

www.augenpraxisklinikluebeck.de/trockene-amd-behandlung/

AUGEN PRAXISKLINIK LÜBECK – MGZ
Paul-Ehrlich-Straße 1-3, 23562 Lübeck
Tel. 0451/ 31 700 800
www.augenpraxisklinikluebeck.de

UKSH

Wissen schafft Gesundheit

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein Campus Lübeck
Ratzeburger Allee 160
23538 Lübeck

Mein UKSH

Kennen Sie unser Patientenportal?
www.uksh.de/meinuksh

Klinik für Neurologie
Komm. Direktor:
Prof. Dr. med. Norbert Brüggemann
Tel. 0451/ 500-43421
ambulanz.neurologie.luebeck@uksh.de
www.uksh.de/neurologie-luebeck/

Prof. Dr. med. Norbert Brüggemann, Direktor der Klinik für Neurologie. Foto: UKSH

Neue Epilepsie-Sprechstunde

Interdisziplinäre Diagnostik und Beratung für Patientinnen und Patienten mit Epilepsie

Ein Team aus verschiedenen medizinischen Fachdisziplinen diagnostiziert eine Epilepsie.

Fotos: Atthapon, Adimas - stock.adobe.com

Die Epilepsie ist eine anfallsweise neurologische Erkrankung, die durch eine übermäßige und oft synchronisierte Aktivität von Zellen des Gehirns hervorgerufen wird.

Die Anfälle bei einer Epilepsie machen sich von Person zu Person unterschiedlich bemerkbar. Am bekanntesten sind sogenannte Grand Mal Anfälle, bei der die Betroffenen das Bewusstsein verlieren, an den Extremitäten zucken und anschließend in einen tiefen Schlaf verfallen. Anfälle können sich aber sehr vielgestaltig zeigen und müssen nicht mit einem Bewusstseinsverlust einhergehen. Je nachdem, in welcher Region des Gehirns die epileptische Aktivität auftritt, können auch eher ungewöhnliche Symptome wie Seh-, Sprach- oder Gefühlsstörungen bestehen. Epilepsien können von Geburt an bestehen oder erst im Verlauf des Lebens entstehen, zum Beispiel als Folge von Kopfverletzungen oder Schlaganfällen. Teils lässt sich aber auch oft keine eindeutige Ursache feststellen.

Eine Epilepsieerkrankung wird erst dann diagnostiziert, wenn ein Wiederholungsrisiko für neue epileptische Anfälle besteht, zum Beispiel durch Auffälligkeiten in Untersuchungen der Hirnstromkurve (EEG). Die Behandlung umfasst die Therapie der zugrundeliegenden Ursache, falls sich eine solche nachweisen lässt, sowie die Gabe von Medikamenten, den sogenannten Antiepileptika. Deutlich seltener kommen weitere Therapieoptionen in Betracht, etwa eine Operation oder die sogenannte Vagusnervstimulation.

Die Klinik für Neurologie des UKSH, Campus Lübeck, bietet eine Epilepsiesprechstunde unter Leitung von Privatdozentin Dr. Anna Cirkel an. Die Expertin und ihr Team betreuen Patientinnen und Patienten, die zum Beispiel mit einem Epilepsie-Verdacht zugewiesen werden. Auch Erkrankte mit einer bereits bestehenden Epilepsie-Diagnose können sich in dieser neuen Sprechstunde mit spezifischen Fragestellungen vorstellen.

„Die Epilepsie-Sprechstunde stellt ein zusätzliches Angebot für die Erkrankten dar, sie versteht sich nicht als Ersatz für die Behandlung bei den betreuenden niedergelassenen Fachärztinnen und Fachärzten. Während des ersten Gesprächs besprechen wir unter anderem Vorbefunde und gehen auch auf zusätzlich bestehende Erkrankungen sowie die Fragen der Patientinnen und Patienten ein", erklärt PD Dr. Anna Cirkel. „Die Diagnose einer Epilepsie kann gelegentlich schwierig zu stellen sein, da auch andere anfallsweise Erkrankungen wie Kreislaufstörungen in Frage kommen können, daher ist oft die enge Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Berufsgruppen und Fachdisziplinen erforderlich" ergänzt der kommissarische Klinikdirektor Prof. Dr. Norbert Brüggemann.

Falls erforderlich, kann auch eine stationäre Abklärung mit Hirnstromkurvenmonitoring und weiteren Untersuchungsmöglichkeiten eingeleitet werden. Die Sprechstunde findet in den Räumlichkeiten der Neurologischen Hochschulambulanz auf dem Gelände des UKSH statt. *Jessica Ponnath*

Das Ambulante OP-Zentrum des UKSH

Patientenorientierte Versorgung in persönlicher Atmosphäre mit der Kompetenz der Universitätsmedizin

In den Operationssälen des AOZ sind jederzeit auch hochkomplexe Eingriffe möglich. Foto: UKSH

Dank moderner Operationstechniken und schonender Narkoseverfahren können heute immer mehr Eingriffe ambulant durchgeführt werden. Im Neubau des UKSH, Campus Lübeck, wurde dafür eigens ein Ambulantes OP-Zentrum (AOZ) geschaffen. „Damit begegnet das UKSH den gesundheitspolitischen Veränderungen in Richtung zunehmender Ambulantisierung. Diese zukunftsweisenden Strukturen sind am UKSH bereits etabliert und in Zukunft flexibel ausbaubar", sagt Sabine Probst. Sie ist Pflegemanagerin für den OP und damit Teil des OP-Managements, das von Elena Stawschenko, Fachärztin für Anästhesie, geführt wird. „Es gibt viele ambulante Operationszentren, das AOZ des UKSH hebt sich jedoch deutlich von diesen ab. Die vier Operationssäle sind mit modernster Medizintechnik ausgestattet, dies entspricht dem flächendeckenden OP-Standard am UKSH. Dort wären jederzeit auch hochkomplexe Eingriffe möglich", erklärt diese.

Im AOZ kommen über zehn verschiedene chirurgische Fachdisziplinen zusammen. Das Angebot dort erspart den Patientinnen und Patienten einen stationären Aufenthalt – zugleich steht aber bei Bedarf jederzeit die geballte Kompetenz eines Universitätsklinikums zur Verfügung. All das garantiert den Patienten nicht nur höchsten Komfort und Behandlungsqualität, sondern auch eine besonders hohe Patientensicherheit. Das UKSH ist das erste und bisher einzige Universitätsklinikum Deutschlands, das von der DEKRA mit dem Siegel Patientensicherheit ausgezeichnet wurde.

Das freundlich eingerichtete AOZ ist im Erdgeschoss des Neubaus angesiedelt – gut abgeschirmt von den betriebsamen notfallmedizinischen und stationären Bereichen des UKSH. „Da unser AOZ eine eigenständige Organisationseinheit innerhalb des UKSH ist, können wir Patientinnen und Patienten, die bereits einige Stunden nach ihrer Operation wieder nach Hause dürfen, aus dem stationären Krankenhausbetrieb heraushalten", erklärt Sabine Probst. Das AOZ ist einfach zu finden und über einen eigenen Eingang zu erreichen.

Am Morgen ihrer Operation werden die Patientinnen und Patienten an der Leitstelle persönlich von Mitarbeitenden des erfahrenen Pflegeteams in Empfang genommen. Im AOZ werden kleine bis mittelgroße Standard-Eingriffe durchgeführt. „Solche Operationen sind gut planbar, zudem besteht im AOZ keine Gefahr einer OP-Verschiebung durch dringende Notfälle. Somit können wir eine hohe Terminzuverlässigkeit garantieren und pünktlich mit dem vorgesehenen Eingriff beginnen", erklärt Elena Stawschenko. Operiert wird wochentags 7.30 bis 15.30 Uhr, bis 17.00 Uhr werden die Patienten nach ihrer OP im Aufwachraum überwacht.

> „Die vier Operationssäle sind mit modernster Medizintechnik ausgestattet, dies entspricht dem flächendeckenden OP-Standard am UKSH."
>
> **Elena Stawschenko**
> Leitung OP-Management

Das erfahrene Pflegeteam des AOZ sowie die Fachärzte der verschiedenen Fachdisziplinen arbeiten professionell und routiniert kollegial Hand in Hand. „Alle Mitarbeitenden verfügen über langjährige Erfahrung und können sich stets aufeinander verlassen", darin sind sich Elena Stawschenko und Sabine Probst einig.

Nach dem erfolgreichen ambulanten Eingriff verbringen die frisch Operierten noch einige Zeit im Aufwachraum, wo sie von den ihnen bereits vertrauten Pflegenden überwacht und betreut werden. Im Normalfall ist die Narkose nach kurzer Zeit abgeklungen. Nachdem die zuständigen Fachärzte und -ärztinnen eine abschließende Untersuchung vorgenommen haben, können die Patientinnen und Patienten – in Begleitung einer Vertrauensperson – das AOZ wenige Stunden nach der ambulanten Operation verlassen und sich zu Hause weiter erholen.

UKSH

Wissen schafft Gesundheit

Fachdisziplinen im AOZ:
Allgemeinchirurgie (Viszeral- und Gefäßchirurgie)
Gynäkologie
Unfallchirurgie
Orthopädie
Plastische Chirurgie
Augenheilkunde
Interventionelle Radiologie
Rhythmologie
Kinderchirurgie
Neurochirurgie
Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde

Hier kommt das Glück zur Welt

Geburtshilfe im UKSH: Im ELKI und im Marien-Kreißsaal sind Eltern und Kind in sicheren Händen

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Schwangerenambulanz im ELKI:
Tel. 0451 500-41850,
Montag bis Freitag, 8 bis 16 Uhr

Schwangerensprechstunde Marien-Kreißsaal:
Tel. 0451 500-40955,
Montag bis Freitag, 8 bis 16 Uhr

Dr. med. Katrina Kraft, Oberärztin, Ärztliche Leitung Kreißsaal . Fotos: UKSH

Dr. med. Michael Gembicki, Leitender Oberarzt, Leitung Geburtshilfe.

Jede Geburt ist anders – aber überwältigend und intensiv sind wohl alle. Bis so ein rund 50 Zentimeter kleines Wunder in den Armen seiner Eltern liegt, liegt bereits ein aufregender Weg hinter der Familie. Die Hebammen-, Pflege- und Ärzteteams der Geburtshilfe im UKSH, Campus Lübeck, arbeiten Hand in Hand, damit Gebärende und ihre Zugehörigen aus Lübeck und Umgebung die Geburt in einer familiären Atmosphäre mit liebevoller Rundum-Betreuung erleben können.

Die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe (Direktor: Prof. Dr. Achim Rody) verfügt über zwei großzügige, modern und familienorientiert ausgestattete Geburtsstationen: das Eltern-Kind-Zentrum (ELKI) und direkt nebenan den Marien-Kreißsaal. „Das erweiterte Raumangebot sowie der hohe Personalschlüssel ermöglichen es, den Familien während der Entbindung einen privaten Rückzugsraum und eine 1:1-Betreuung zuzusichern – selbst in den geburtenstarken Monaten Juli bis September", sagt Sven Schneider. Er ist Pflegemanager und war mit dem Team maßgeblich am erfolgreichen Prozess des „Zusammenwachsens" der Geburtshilfe des UKSH und des Marienkrankenhauses beteiligt.

Die überwiegende Zahl der Lübeckerinnen bringt ihre Kinder im UKSH zur Welt: 2310 Babys kamen 2023 hier zur Welt – darunter eine Drillingsgeburt und 52 Zwillingsgeburten.. Fotos: UKSH, Kati Finell – stock.adobe.com

> „Wir legen großen Wert darauf, alle Wünsche der Gebärenden zu erfüllen."
>
> **Dr. med. Katrina Kraft**
> Oberärztin

Beide am Campus Lübeck befindlichen Geburtsstationen verfügen jeweils über vier Entbindungsräume und zwei Wehenzimmer. „Beide Kreißsaal-Teams legen großen Wert darauf, alle Wünsche der Gebärenden zu erfüllen", sagt Oberärztin Katrina Kraft. So können sich Frauen sowohl im ELKI wie auch im Marien-Kreißsaal für eine Wassergeburt entscheiden, ebenso für ein breites Spektrum an Geburtspositionen. Es werden unter anderem Gebärtücher, Entspannungsbäder sowie auch komplementäre Medizin wie Akupunktur oder Taping zur Schmerzlinderung angeboten. Sollte aus medizinischen Gründen ein Kaiserschnitt notwendig werden oder von der werdenden Mutter gewünscht sein, steht in beiden Bereichen ein eigener Sectio-Operationssaal mit Erstversorgungsraum bereit. "Die Wege sind kurz, die moderne Medizintechnik entspricht allerhöchsten Standards und die Hebammen-, Pflege- und Ärzte-Teams arbeiten eng verzahnt miteinander – all das ermöglicht den Eltern ein gutes Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit", erklärt der leitende Oberarzt Dr. Michael Gembicki (Leitung Geburtshilfe).

Ob die werdenden Eltern sich nun für das ELKI oder den Marien-Kreißsaal entscheiden: Das Neugeborene kommt in Lübeck in liebevoller Umgebung zur Welt. Wenn die werdende Mutter eine risikofreie Schwangerschaft hatte und nach Rücksprache mit ihrer niedergelassenen Gynäkologiepraxis eine unkomplizierte Geburt erwartet, können die künftigen Eltern zwischen beiden Geburtsstationen frei wählen. Sollte die Gynäkologin oder der Gynäkologe mit einem geburtshilflichen Risiko für Mutter oder Kind rechnen, erfolgt die Entbindung im ELKI. Hintergrund ist, dass sich im ELKI gleich drei Kliniken unter einem Dach finden: die Frauenheilkunde und Geburtshilfe, die Kinder- und Jugendmedizin sowie die Kinderchirurgie. Das garantiert den Gebärenden sowie auch kranken Neugeborenen oder sehr kleinen Frühgeborenen die höchste universitätsmedizinische Sicherheitsstufe eines Perinatalzentrums Level 1. *jnp*

Die Kreißsäle sind modern ausgestattet.

Pflege-Ausbildung an der UKSH Akademie: Hier werden Erfolgsgeschichten geschrieben

Victoria Schröder als Top-Absolventin ausgezeichnet – UKSH Akademie zählt zu Deutschlands besten Ausbildungsstätten

Die UKSH Akademie am Campus Lübeck des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein (UKSH) steht nicht nur für exzellente Ausbildungsmöglichkeiten, sondern auch für Erfolgsgeschichten ihrer Absolventinnen und Absolventen. Zu ihnen zählt Victoria Schröder, die Ende 2023 von Lisa Paus, Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, als eine der besten zehn Pflegeabsolventinnen und -absolventen in Deutschland ausgezeichnet wurde.

Der Preis würdigt die große Bedeutung des Pflegeberufs für die Gesellschaft und die außerordentlichen Leistungen der Auszubildenden während ihrer Ausbildung. Die finale Auswahl der zehn Preisträgerinnen und Preisträger erfolgte durch eine Jury anhand der Abschlussnoten und der Bewertung eines kurzen Bewerbungsvideos, in dem die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Wettbewerbs ihre fachliche Qualität und Begeisterung für den Pflegeberuf zeigen konnten.

Victoria Schröder hat die generalisierte Ausbildung zur Pflegefachfrau mit dem Schwerpunkt Pädiatrie an der UKSH Akademie absolviert und im März 2023 mit der Note „sehr gut" abgeschlossen. Seit Mai 2023 arbeitet sie auf der pädiatrischen Kinderintensivstation (A.218) am Campus Lübeck des UKSH. „Wir freuen uns sehr über diese hochverdiente Auszeichnung für Frau Schröder", sagt Anja Moderegger, Pädagogische Leitung der UKSH Akademie. „Es ist eine große Freude, dass wir nicht nur eine engagierte Auszubildende in unserer Pflegeschule zu ihrem Examen begleiten durften, sondern nun auch eine tolle Fachfrau und Kollegin in der Pädiatrie am UKSH haben."

> „Uns ist es besonders wichtig, dass unsere Auszubildenden bestmöglich gefördert werden."
>
> **Anja Moderegger**
> Pädagogische Leitung der UKSH Akademie

Victoria Schröder (li.) wurde von Bundesministerin Paus als eine der besten Pflege-Azubis ausgezeichnet. Foto: Thomas Koehler/BMFSFJ/photothek.de

Im April 2020 startete der erste Ausbildungsgang im Rahmen des neuen Pflegeberufegesetzes (PflBG). Im Zuge der neuen generalistischen Ausbildung wählen die Auszubildenden mit Ausbildungsbeginn eine Vertiefung, die sich auf den Verlauf der Ausbildung auswirkt. Es ist jedoch absehbar, dass die Generalistik insbesondere in der Kinderkrankenpflege zu einem Mangel an Fachkräften mit ausreichendem Spezialisierungsgrad führt, wie sie vor allem in der Universitätsmedizin benötigt werden. Das UKSH und die UKSH Akademie bemühen sich daher, diesem Mangel zu begegnen und bieten als eine der wenigen Einrichtungen in Deutschland auch weiterhin den Berufsabschluss als Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin beziehungsweise Kinderkrankenpfleger an. Damit sollen Nachteile der Generalistik kompensiert werden, indem der hohe Spezialisierungsgrad und die profunden Fachkenntnisse von Pflegekräften in der Pädiatrie erhalten bleiben.

Die UKSH Akademie bietet als größter Bildungsanbieter für Gesundheitsberufe in Schleswig-Holstein rund 1000 Ausbildungsplätze und betreut etwa 3000 Fort- und Weiterbildungsteilnehmende jährlich. Das breite Spektrum und die teils einzigartigen Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten machen die UKSH Akademie zu einer erstklassigen Wahl für künftige Pflegefachkräfte und andere medizinische Fachberufe.

Diese Leistungsfähigkeit findet auch bundesweit Anerkennung: 2023 zählte „Die Welt" das UKSH zu den besten Ausbildungsbetrieben Deutschlands und die F.A.Z zeichnete die Akademie als „Ausbildungs-Champion 2023" aus. „Diese Auszeichnungen schätzen wir als Anerkennung für die Qualität unserer Arbeit", sagt Anja Moderegger. „Uns ist es besonders wichtig, dass unsere Auszubildenden bestmöglich gefördert werden. Unter anderem ermöglichen wir Ausbildung in Teilzeit oder auch das Projekt ‚Lernende leiten eine Station'. Hinzukommt, dass wir bei erfolgreich abgeschlossener Ausbildung allen Pflegeauszubildenden einen Anschlussvertrag anbieten."

UKSH AKADEMIE
www.uksh.de/akademie

Lebensmittelunverträglichkeit erkennen

Unverträglichkeiten gegen Nahrungsmittel professionell diagnostizieren lassen

Etwa ein Drittel der Bundesbürger ist der Auffassung, bestimmte Lebensmittel nicht zu vertragen. „Auch wenn sich längst nicht alle Selbstdiagnosen bei einer wissenschaftlichen Überprüfung bestätigen, so beobachten wir doch eine deutliche Zunahme der Nahrungsmittelunverträglichkeiten wie Allergien oder Intoleranzen“, sagt Prof. Martin Smollich. Der Apotheker forscht und lehrt am Institut für Ernährungsmedizin des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein, Campus Lübeck.

Professionelle Diagnostik statt Selbstdiagnose

Statt einer Eigendiagnose rät der Ernährungsmediziner zu einer professionellen Diagnostik. Smollich: „Absurde und überstrenge Diäten sind nicht nur schwierig durchzuhalten, sondern erschweren auch die optimale Nährstoffversorgung.“

Lebensmittelallergien werden zudem oft durch verschiedene Faktoren verstärkt. Dazu gehören unter anderem körperliche Anstrengung, Alkohol, Schlafmangel oder Infektionen. „In der Pollensaison werden auch viele Lebensmittel schlechter vertragen, weil das Immunsystem aktiviert ist. Deshalb ist ein Ernährungs- und Symptomtagebuch sinnvoll bei Lebensmittelallergien“, erklärt Prof. Martin Smollich weiter.

Ernährungstagebuch führen kann hilfreich sein

Histamin ist vor allem in lange gelagerten oder fermentierten Lebensmitteln wie Salami oder Rotwein in großen Mengen enthalten. Alkohol, Energydrinks und verschiedene Arzneimittel, zum Beispiel einige Schmerzmittel oder Antidepressiva, können diese Unverträglichkeit verstärken. „Wer kein Histamin verträgt, muss nicht generell auf solche Lebensmittel verzichten. Junger Käse, Weißwein oder frischer Fisch enthalten zum Beispiel deutlich weniger Histamin als alter Käse, Rotwein oder Räucherfisch“, so der Experte aus Lübeck.

Bei Verdacht einer Nahrungsmittelunverträglichkeit ist es ratsam, professionellen Rat aufsuchen, um die genauen Faktoren und Risiken bestimmen zu können. Foto: Prostock-studio - stock.adobe.com

In der Schwangerschaft abwechslungsreich essen

Allergien entstehen meist in der Kindheit und verschwinden oftmals im Erwachsenenalter wieder. Prof. Martin Smollich erläutert: „Schwangere und Stillende sollten keine Lebensmittel meiden, nur weil diese möglicherweise Allergien auslösen könnten. Im Gegenteil: Die Ernährung sollte möglichst vielfältig sein, denn dadurch sinkt auch das Risiko für Nahrungsmittelallergien beim Kind.“ Das gelte auch für die Beikosteinführung. Diese sollte ab dem fünften bis siebten Lebensmonat beginnen und ebenfalls möglichst vielfältig sein. *abda*

Die Schwere der Symptome bei einer Laktoseintoleranz können variieren. Häufig leiden die Personen unter Verdauungsstörungen, Bauchschmerzen und Übelkeit. Foto: Jelena Stanojkovic - stock.adobe.com

Es ist beruhigend, die erkrankten Liebsten in guter Obhut zu wissen. Foto: hfr

Liebevolle Seniorenbegleitung

Unabhängig von der Art der Unterstützung und Begleitung, die benötigt wird, ist der ausgebildete Pflegeassistent Ziad Shikh mit Empathie an der Seite der Senioren. Die Begleitung beinhaltet die Unterstützung der Familien durch Beschäftigung mit Demenzerkrankten, denen er geduldig zur Seite steht. So gewinnen Angehörige Zeit für sich und wissen, dass das betreute Familienmitglied gut aufgehoben ist. Ebenfalls gibt es Begleitung, gerade für ältere einsame Menschen, bei Spaziergängen, Konzerten, Ausflügen und Besorgungen, Arztbesuchen.

Zudem sorgt der Seniorenbetreuer für Sicherheit und Teilhabe am Leben. Der vielseitige Pflegeassistent Ziad Shikh verfügt über langjährige Erfahrung in der Betreuung und über eine Kassenzulassung nach §45 SGB XI. Die Abrechnung kann privat sowie über die Pflegeversicherung erfolgen. „Menschen, die sich für eine Seniorenbegleitung interessieren, können mich gerne anrufen oder eine Mail schreiben, damit wir über ihre Wünsche sprechen und individuelle Lösungen finden“, sagt Ziad Shikh.

HERZLICHE SENIOREN-BETREUUNG ZIAD SHIKH
Travemünder Allee 30b
23568 Lübeck
Tel. 0451/ 37 02 02 77 oder
mobil: 0176/ 64 28 21 38
info@herzliche-betreuung.de
www.herzliche-betreuung.de

Selbsthilfegruppe Prostatakrebs

Die Selbsthilfegruppe Prostatakrebs lädt Betroffene an jedem dritten Dienstag im Monat um 19 Uhr zu einem Treffen in den Konferenzraum des Helios Agnes Karll Krankenhauses, Am Hochkamp 21, Bad Schwartau ein. Mit anderen Erkrankten ins Gespräch zu kommen und sich über Prostatakrebs und die damit einhergehenden Probleme auszutauschen, kann dazu beitragen, Zuversicht und psychische Stabilität wiederzugewinnen. Die Besucher erhalten zudem allgemeine Informationen sowie Hilfestellung zur Alltagsbewältigung.

Ambulante Behandlung für Patienten mit schwerwiegender Symptomatik

Die Curtius Klinik in Bad Malente eröffnet erste psychosomatische Institutsambulanz (PsIA) in Schleswig-Holstein

Die Curtius Klinik in Bad Malente ist eine moderne Fachklinik für Psychosomatik und Psychotherapie. Sie steht seit über 30 Jahren für eine verlässliche und niedrigschwellig verfügbare psychosomatische Versorgung..

CURTIUS KLINIK
Psychosomatische Medizin
Neue Kampstraße 2
23714 Bad Malente-Gremsmühlen
Telefon (0 45 23) 407-0
www.curtius-klinik.de

Behandlungsschwerpunkte:
- Essstörungen: Anorexie, Bulimie, Adipositas
- Depressive Störungen und Angststörungen
- Chronische Erschöpfungszustände
- Persönlichkeitsstörungen
- Internistische Erkrankungen mit psychischen Begleitsymptomen
- Selbstverletzendes Verhalten
- Chronische Schmerzzustände

414650701_011023

Da für die Curtius Klinik eine regionale psychotherapeutische Versorgung im Vordergrund steht, wurde 2016 ein medizinisches Versorgungszentrum, die Curtius Klinik MVZ GmbH, gegründet. Das MVZ ergänzt die Klinik mit ambulanter psychotherapeutischer Behandlung in den Schwerpunkten Psychiatrie und Psychotherapie.

Seit dem 01.10.2022 hat die Curtius Klinik ihr Behandlungsangebot nochmals erweitert: Die Psychosomatische Institutsambulanz (PsIA) bietet eine intensive Behandlung im ambulanten Setting für Patienten mit einer schwerwiegenden Symptomatik, die in einer ambulanten Psychotherapie nicht ausreichend versorgt sind, eine vollstationäre oder tagesklinische Behandlung aber nicht mehr oder noch nicht benötigen. Das gilt ebenso für Patienten, die eine Wartezeit bis zu einem verfügbaren ambulanten Therapieplatz überbrücken müssen.

Dr. Angela Klein, Leiterin der Psychosomatischen Institutsambulanz.

Regionale psychotherapeutische Versorgung. Fotos: Frank Molter, Curtius

Die Patienten erhalten ein komplexes Therapieangebot mit einem multiprofessionellen Team, bestehend aus Einzelpsychotherapie, psychotherapeutischen Gruppengesprächen, kreativtherapeutischen Gruppentherapien, Entspannungsverfahren sowie aus ärztlichen und pflegerischen Kontakten. Die Behandlung ist individuell auf die Bedürfnisse des jeweiligen Patienten zugeschnitten.

Das Spektrum umfasst psychosomatische Erkrankungen wie somatoforme und dissoziative Störungen sowie psychische Erkrankungen mit begleitenden pathogenetisch verbundenen somatischen Erkrankungen:
- Depressive Erkrankungen
- Angststörungen
- Zwangsstörungen
- Essstörungen
- Persönlichkeitsstörungen

Erforderlich ist die Überweisung von Fachärzten für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärztlichen Psychotherapeuten.

PSYCHOSOMATISCHE INSTITUTSAMBULANZ (PSIA) CURTIUS KLINIK GMBH & CO. KG
Leitung: Dr. Angela Klein, FÄ für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Neue Kampstraße 2, 23714 Bad Malente
Tel: 04523/ 40 78 52, psia@curtius-klinik.de

Wenn das Blut nicht richtig fließt – was tun bei Gefäßerkrankungen?

Gefäßexperten laden zu einer Informationsveranstaltung am 24. Februar ein

Gefäßerkrankungen können schwerwiegende Auswirkungen auf den Körper haben, darunter Herzinfarkte, Schlaganfälle, Durchblutungsstörungen in den Beinen, Nierenprobleme, Augenleiden, Aneurysmen und Wundheilungsprobleme. Sie beeinträchtigen die Versorgung von Organen und Geweben mit Sauerstoff und Nährstoffen, was zu Gesundheitsproblemen führen kann und die Lebensqualität stark beeinflusst. Eine frühzeitige Diagnose, angemessene Behandlung und gesunde Lebensstiländerung sind entscheidend, um Komplikationen zu vermeiden und die Prognose zu verbessern.

Untersuchungsmethoden der Gefäße – Wie kommt man zur richtigen Diagnose?

Die Angiologie nutzt modernste Verfahren, um eine präzise Diagnose zu sichern, berichtet Dr. med. Christian Fatum, Sektionsleiter Angiologie: „An den Sana Kliniken Lübeck setzen wir auf Techniken wie die Duplexsonographie, Ultraschall und Dopplereffekte kombiniert, um Blutfluss und Gefäßstrukturen darzustellen. Mit Angiographie, CTA und MRA können wir detaillierte Bilder der Blutgefäße erzeugen, um Engstellen oder Blockaden zu identifizieren. Zusätzlich ermöglichen spezialisierte Durchblutungsmessungen wie der Knöchel-Arm-Index, die Lichtreflexrheographie und oszilloskopische Messungen eine genaue Bewertung der Durchblutung in verschiedenen Körperbereichen. Bevor diese Verfahren zum Einsatz kommen, erfolgt zunächst eine ausführliche Befragung jedes Patienten, um die individuellen Beschwerden zu ermitteln. Eine körperliche Untersuchung unter anderem mit Erhebung der Pulse ist darüber hinaus auch sehr wichtig.“

> „Bevor diese Verfahren zum Einsatz kommen, erfolgt zunächst eine ausführliche Befragung jedes Patienten, um die individuellen Beschwerden zu ermitteln.
>
> **Dr. med. Christian Fatum**
> Sektionsleiter Angiologie

Dr. med Marcus Wiedner und Dr. med. Christian Fatum (v.li.) laden herzlich zur Patientenveranstaltung ein.

Foto: Sana Kliniken Lübeck

Der Gefäßverschluss – offene oder endovaskuläre Therapie?

Für die Behandlung von Gefäßerkrankungen ist es wichtig, jeden Patienten ganzheitlich zu betrachten, erläutert Dr. med. Marcus Wiedner, Chefarzt der Klinik für Gefäß- und endovaskuläre Chirurgie: „Neben Lebensstiländerungen können Medikamente zur Blutverdünnung und Gefäßerweiterung eingesetzt werden. Beim Verschluss von Blutgefäßen bieten sich verschiedene Behandlungsansätze an. Die offene chirurgische Gefäßrekonstruktion ermöglicht durch direkten Zugang die Entfernung von Blockaden oder die Durchführung einer Bypass-Operation. Dabei werden traditionelle chirurgische Methoden angewendet, um das Gefäßproblem zu lösen. Auf der anderen Seite stehen endovaskuläre Therapien, die minimal-invasive Verfahren wie Angioplastie und Stent-Implantation nutzen. Durch die Einführung von Kathetern und speziellen Instrumenten über kleine Einschnitte oder Blutgefäße können wir Blockaden gezielt behandeln, was oft zu kürzeren Genesungszeiten und weniger Beschwerden bei den Patienten führt.“

Bei Gefäßerkrankungen gilt: Je früher behandelt, desto besser sind die Chancen, das Fortschreiten der Erkrankungen zu verlangsamen und die Lebensqualität zu bewahren. Einen hohen Stellenwert haben Maßnahmen zur Verhinderung der Gefäßverkalkung – hierauf legen die Experten der Sana Kliniken in den Beratungsgesprächen großen Wert. Im Rahmen der Informationsveranstaltung am 24. Februar erläutern die Gefäßexperten ausführlich verschiedene Untersuchungs- und Behandlungsmethoden. Besucher haben die Möglichkeit Fragen zu stellen.

SANA KLINIKEN LÜBECK
www.sana.de/luebeck

Informationsveranstaltung

„**Wenn das Blut nicht richtig fließt - was tun bei Gefäßerkrankungen?**“ lautet der Titel der Informationsveranstaltung, den das Gefäß-Expertenteam am **24. Februar um 13 Uhr** im Foyer der Sana Kliniken Lübeck (Kronsforder Allee 71-73, 23560 Lübeck) anbietet.
Informationen unter:
www.sana.de/luebeck/gut-zu-wissen/veranstaltungen
Eine Anmeldung wird erbeten unter **www.sana.de/luebeck/veranstaltungsanmeldung**

Neues Lasersystem bei gutartigen Prostataerkrankungen

Die Klinik für Urologie an den Sana Kliniken Lübeck arbeitet mit modernsten Verfahren, um die Gesundheit und Lebensqualität der Patienten zu erhalten

Die gutartige Prostatavergrößerung und deren Symptome (benignes Prostatasyndrom, BPS) ist eine Volkskrankheit, die etwa 30 Prozent der über 50-jährigen Männer betrifft. Deren Symptome können von Person zu Person variieren, aber Anzeichen für die Erkrankung sind häufiger Harndrang, Schwierigkeiten beim Wasserlassen, ein schwacher Harnstrahl und das Gefühl, die Blase sei nicht vollständig entleert. Gelegentlich kommt es zu einer Blasensteinbildung, häufigen Harnwegsinfekten, einer Blutung aus der Harnröhre oder sogar zur vollständigen Harnsperre, wie Philipp Ganßmann, Oberarzt an der Klinik für Urologie an den Sana Kliniken Lübeck berichtet: „Diese Symptome können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen oder sogar lebensbedrohlich werden, erfordern daher eine angemessene Aufmerksamkeit und Behandlung.“

Die Therapie des BPS richtet sich nach der Symptomatik. Lebensstiländerungen können in milden Fällen helfen, während bei zunehmenden Beschwerden medikamentöse Therapien mit Alpha-Blockern und 5-Alpha-Reduktase-Hemmern eingesetzt werden. Bei Versagen der medikamentösen Therapie oder bestimmten Komplikationen kann eine operative Behandlung notwendig werden.

Besprechung eines urologischen Befundes: PD Dr. med. Claudius Füllhase, Chefarzt und Philipp Ganßmann, Oberarzt, beide Klinik für Urologie an den Sana Kliniken Lübeck.

Fotos: Sana Kliniken Lübeck

„Während wir als Urologie der Sana Kliniken Lübeck bereits seit Jahren die klassischen und altbewährten Behandlungsformen der Prostatavergrößerung – etwa die Schlingenresektion der Prostata (TUR-P) oder die offene Teil-Entfernung der Prostata über einen Bauchschnitt anbieten“, erklärt PD Dr. med. Claudius Füllhase, Chefarzt der Urologischen Klinik, „hat Herr Ganßmann seit 2021 mit der Holmium-LASER-Enukleation der Prostata (HOLEP) ein schonendes und bewährtes Verfahren zur Behandlung einer stark vergrößerten Prostata an den Sana Kliniken Lübeck etabliert“.

„Bei der HOLEP wird besonders schonend und unter Narkose die Harnröhrenschleimhaut mit dem LASER über der Prostata eingeschnitten, sodass das vergrößerte Prostatagewebe in der korrekten anatomischen Schicht von der Kapsel gelöst, in der Blase platziert (enukleiert) und anschließend über ein spezielles Gerät aus der Blase entfernt werden kann“, erläutert Philipp Ganßmann den modernen medizinischen Eingriff. Der Vorteil dieses Verfahrens ist die schonende und blutungsarme Entfernung von Prostatagewebe über die Harnröhre und ist damit eine gute Alternative zur klassischen Entfernung von Prostatagewebe über einen Bauchschnitt. „So können wir die Patienten häufig bereits schon am zweiten Tag nach der Operation schmerzfrei und mit deutlich gebessertem Harnstrahl aus unserer stationären Behandlung entlassen“, so Ganßmann.

> „Diese interdisziplinäre Zusammenarbeit ermöglicht es uns, individuell angepasste Therapien unter Einbeziehung der Patientenwünsche und des operativen Risikoprofils zu finden.
>
> **Philipp Ganßmann**
> Oberarzt an der Klinik für Urologie

„Patienten, die sich einer operativen Versorgung der Prostata nicht unterziehen können oder wollen, bieten wir – in Kooperation mit der interventionellen Radiologie der Sana Kliniken Lübeck – eine Embolisation der Prostatagefäße an (PAE, prostatic artery embolization). Durch dieses minimal-invasive, schmerzfreie Verfahren in örtlicher Betäubung schrumpft die Prostata, wodurch die Symptome ganz ohne Operation häufig vollständig verschwinden“, so PD. Dr. Füllhase.

„Diese interdisziplinäre Zusammenarbeit ermöglicht es uns, individuell angepasste Therapien unter Einbeziehung der Patientenwünsche und des operativen Risikoprofils zu finden. Auf diese Weise können wir für jeden Patienten die geeignete Therapie anbieten“, schwärmt Philipp Ganßmann. Im Prostatakrebszentrum erhalten Patienten bei Bedarf eine hochspezialisierte medizinische Versorgung in Zusammenarbeit mit der Strahlentherapie Curavid.

SANA KLINIKEN LÜBECK
www.sana.de/luebeck

Informationsveranstaltung

„**Moderne Therapien der gutartigen Prostatavergrößerung**“ lautet der Titel der Informationsveranstaltung, den das Expertenteam am **28. Februar um 17 Uhr** im Foyer der Sana Kliniken Lübeck (Kronsforder Allee 71-73, 23560 Lübeck) anbietet.
Informationen unter:
www.sana.de/luebeck/gut-zu-wissen/veranstaltungen
Eine Anmeldung wird erbeten unter **www.sana.de/luebeck/veranstaltungsanmeldung**

Narben – Störquellen der Körpers

Neuartige multimodale Behandlung wirkt gegen hartnäckige Schmerzen

Das ebenso kompetente wie freundliche Team des Zentrums für Integrative Medizin Bornemann setzt auf ganzheitliche Therapien. Foto: Bornemann

Narben – für viele Menschen sind das nur Erinnerungen an vergangene Missgeschicke und allenfalls optisch störend. Nicht so für den Lübecker Chiropraktiker und Osteopathen Heiko Bornemann und sein Team aus weiteren sechs Therapeuten aus dem Zentrum für Integrative Medizin Bornemann. Heiko Bornemann hat herausgefunden, dass unangenehme Narbenschmerzen hartnäckige Gesundheitsprobleme verursachen können.

Jeder Mensch hat Narben. Die erste entsteht schon beim Säugling, der Bauchnabel. Doch nicht jede Narbe macht Probleme. Während manche Hautmale ein Leben lang unauffällig bleiben, erweisen sich andere als Störsender, die den gesamten Körper durcheinanderbringen.

Die Haut ist ein Organ mit einem komplexen Aufbau

Die Erklärung dafür liegt im Aufbau der Haut, des größten Organs des Menschen. Verletzungen, die lediglich die schützende Hülle der Oberhaut betreffen, heilen in der Regel komplikationslos aus. Gehen Schnitte jedoch tiefer, ist ein komplexes System betroffen. Denn unter der Oberhaut, in der Lederhaut, sitzt ein Netz von Nervenfasern und Blutgefäßen, Druck- und Berührungsrezeptoren. In der darunterliegenden Schicht, der Unterhaut, sind die Faszien angesiedelt, elastische Bindegewebsstränge, die Organe, Muskeln, Sehnen und sogar das Gehirn umgeben und miteinander Informationen austauschen.

Wird die Haut verletzt, tut der Körper sein Möglichstes, um die Wunde zu schließen. Doch es gelingt ihm nicht, den ursprünglichen Hautzustand wiederherzustellen. Elastisches, gut durchblutetes Gewebe wird durch faserreiches, gefäßarmes Gewebe ersetzt. Eine Narbe entsteht.

Narben üben Zug und Druck auf Körperstatik aus

Narbengewebe ist funktionell eingeschränkt, schwach durchblutet und verwächst oft mit dem Bindegewebe. Dann lässt es sich nicht mehr verschieben, sondern übt auf die gesamte Körperstatik Zug und Druck aus, so wie eine Falte im Gewebe ein ganzes Hemd schief sitzen lassen kann. Mögliche Folgen: Nerven werden bedrängt, die Durchblutung klappt nicht, die Lymphe staut sich, wobei der Blutgerinnungsfaktor Fibrinogen zu Fibrin gerinnt. Dieser lässt die Faszien verkleben. Der Bewegungsspielraum von Muskeln und Sehnen wird eingeschränkt. Der Körper entwickelt eine Schonhaltung, die den Bewegungsapparat noch stärker belastet. Zu den möglichen Symptomen, die auch weit entfernt von der störenden Narbe auftreten können, gehören Taubheitsgefühle oder überhöhte Empfindlichkeit, Sehnenentzündungen und Sehnenabrisse, Kapselschrumpfung, Arthrose, aber auch Organstörungen.

Bei der ScaRemedy Methode kommt auch eine Unterdruckmassage zum Einsatz.

Fotos: Anastasiia - stock.adobe.com, hfr

Ein Beispiel: Bauchnarben, etwa nach einem Kaiserschnitt, können zu Verstopfung und Magenbeschwerden führen, aber auch den Ischiasnerv reizen oder Kopfschmerzen machen. Auch Narben im Schulterbereich sind nicht selten für Knie- oder Hüftprobleme verantwortlich. Heiko Bornemann hat beobachtet, dass Narbenschmerzen sogar das vegetative Nervensystem beeinflussen können, was sich in Nervosität, Schlafstörungen oder Herz-Kreislaufleiden äußert.

Und nicht zuletzt ist auch die Psyche mit in das Narbengeschehen eingebunden. Das Ereignis, bei dem Narben erworben wurden, beispielsweise ein schwerer Unfall, stellt nicht selten eine unbewältigte seelische Belastung dar. Beeinträchtigungen durch Narben müssen laut Heiko Bornemann keineswegs unmittelbar nach der Verletzung einsetzen. Gerade junge Körper sind oft über erstaunlich lange Zeit in der Lage, die Folgen eines Traumas zu kompensieren. Doch im höheren Alter versagen die Ausgleichsmechanismen. Und so kommt es vielfach noch Jahrzehnte nach dem Trauma zu oft scheinbar unerklärlichen Schmerzphänomenen, deren Intensität nicht von der Größe der Narbe abhängt.

Beschwerden sogar durch Tatoos und Beauty-OPs

Selbst Tattoos oder Schönheitsoperationen können eine schmerzhafte Narbensymptomatik auslösen. Auch innere Narben, die durch Hämatome und anschließende Einblutungen entstanden sind, sind in der Lage, heftige Beschwerden herbeizuführen.

Heiko Bornemann hat für die Behandlung von Narbenschmerzen und Schmerzen durch Narben eine einzigartige Methode entwickelt und sogar patentieren lassen – ScaRemedy®. Auch ein Buch zu diesem Thema hat er veröffentlicht („Narbenschmerzen – Schmerzen durch Narben"). Die sorgfältige Anamnese und ein spezielles Ultraschallgerät helfen dem Experten, problematische Narben zu orten. Die Behandlung besteht in einer Unterflutung des Narbengewebes, bei der eine auf das jeweilige Narbengewebe abgestimmte Substanz zwischen die Leder- und Unterhaut gespritzt wird.

Tiefere Gewebsschichten mit Unterdruckmassage erreichen

Anschließend wird die Substanz mithilfe von Unterdruckmassage verteilt und so in den tieferen Gewebsschichten zugänglich gemacht.

Eine osteopathische Anschlusstherapie, oft kombiniert mit Stoßwellen, hilft dabei, die schädliche Schonhaltung des Patienten aufzulösen.

In vielen Fällen sind nur wenige Termine nötig, um bereits entscheidende Verbesserungen zu bewirken. Die Kosten betragen zirka 125 Euro pro Termin. Die gesetzlichen Krankenkassen zahlen Zuschüsse, die sich jedoch von Kasse zu Kasse unterscheiden.

ZENTRUM FÜR INTEGRATIVE MEDIZIN BORNEMANN
Moltkeplatz 2
23566 Lübeck
Tel. 0451/ 79 80 99
mail@zfim-bornemann.de

Über 70 Jahre „Gutes Hören" als Lebensaufgabe über Generationen

In vielen Situationen fällt es Menschen mit einer Hörminderung schwer, an Gesprächen mit der Familie, Freunden oder Kollegen teilzuhaben

Eine Hörminderung schränkt ein und begrenzt das soziale Leben. Typische Wintertöne wie Schneerieseln oder das Pfeifen des Windes, der durch Bäume rauscht, kann man nicht mehr wahrnehmen und genießen. Betroffene isolieren sich oft im schleichenden Prozess des Hörverlustes. Sie meiden dann soziale Ereignisse, da sie den Gesprächen nicht mehr folgen können und ziehen sich still zurück.

Hörgeräte Kersten hat es sich zur Aufgabe gemacht, ein verantwortungsvoller und vertrauenswürdiger Partner für Betroffene zu sein und möchte ihnen wieder zurück ins Leben verhelfen.

Erstklassiger Service, eine hohe Qualität und schnelles Handeln bilden die Grundpfeiler des Familienunternehmens. Die Lebensqualität und Individualität der Kunden stehen für das Team an erster Stelle. Die Möglichkeit, den Kunden erstklassigen Service bieten zu können, ergibt sich zum Beispiel auch durch eigene Werk- und Fertigungsstätten sowie regelmäßige Fort- und Weiterbildungen der Mitarbeiter. Die technische Ausstattung der Filialen nach modernstem Stand ermöglicht die Feineinstellung während der Anpassphase und auch danach. Es ist für jeden Einzelnen möglich, in den Genuss von Hörsystemen in modernem Design und mit neuester Technik zu kommen. So kann man Hörsysteme aller namhaften Hersteller kostenlos testen. Wie auch die vorigen Generationen, hat die aktuelle Geschäftsführung es sich zur Aufgabe gemacht, Hörgeschädigte bestmöglich zu versorgen und die Öffentlichkeit besser aufzuklären.

Neue Lebensfreude durch gut angepasste Hörsysteme.

Foto: Krakenimages.com - stock.adobe.com

Für Kunden mit eingeschränkter Mobilität bietet das Unternehmen professionelle Hausbesuche an, bei denen ein erstklassiger Service wie in der Filiale geleistet wird.

HÖRGERÄTE KERSTEN
www.hoergeraete-kersten.de

Bei den nächsten Feiertagen besser Hören!

HÖRGERÄTE KERSTEN
MEISTERBETRIEB

- Überprüfung der Einstellung aller Hörgeräte unabhängig vom Kaufort
- Kostenloses Probetragen von Hörgeräten aller Hersteller
- Hausbesuche bei eingeschränkter Mobilität
- Meisterbetrieb seit 1950

Bad Oldesloe | Bad Segeberg | Bargteheide | Eutin | Gadebusch | Gägelow | Grevesmühlen | Großhansdorf | Lübeck | Lübeck-Kücknitz | Lübeck-Moisling | Neustadt | Reinfeld | Stockelsdorf | Wismar

Alle Adressen und Kontaktdaten finden Sie auf unserer Website: hoergeraete-kersten.de

400664101_011024

UKSH

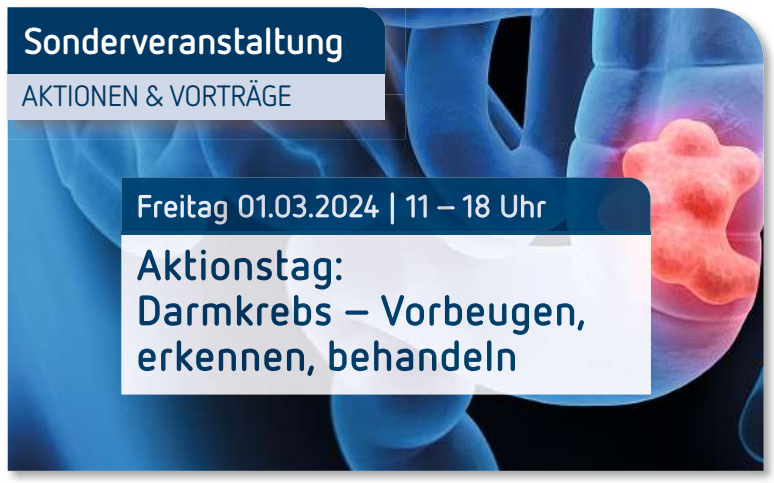
UNIVERSITÄTSKLINIKUM
Schleswig-Holstein

Gesundheitsforum

im CITTI-PARK Lübeck

Hybrid-Vorträge

Wir freuen uns, Sie persönlich im UKSH Gesundheitsforum begrüßen zu können. Sie haben die Möglichkeit unsere Veranstaltungen in Präsenz oder virtuell zu verfolgen. Bitte geben Sie Ihre Präferenz bei der Anmeldung an.



Fotos: ©peterschreiber.media | ©Gecko Studio-Adobe Stock.com | ©Lina-Adobe Stock.com

Anmeldung und Auskunft

0451 500 - 10742
Mo., Di.: 9 – 15 Uhr, Mi. – Fr.: 9 – 12 Uhr
gesundheitsforum.luebeck@uksh.de
www.uksh.de/gesundheitsforum
← **Anmeldung auch hier möglich!**

Programm

Februar 2024

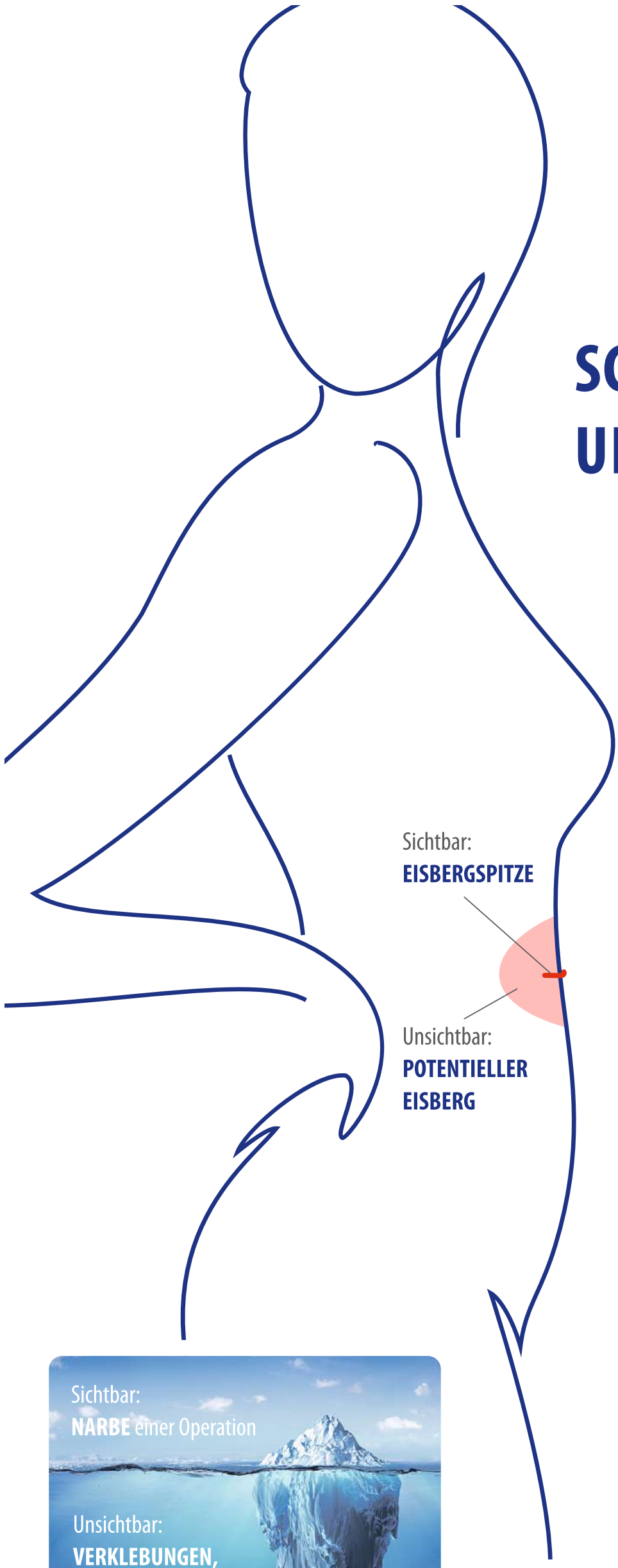
Datum Zeit	Thema Vortragende
Fr. 2. 11 – 18 Uhr	**Aktionstag:** **Frauenherzen schlagen anders** Vortragende des Universitären Herzzentrums Lübeck
Mo. 5. 18 – 19 Uhr	**Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht + Co.** Maren Hoge – PIZ Patienteninformationszentrum
Di. 6. 18 – 19 Uhr	**Krebs am Auge –** **Symptome, Diagnostik und Therapie** Dr. Svenja Sonntag – Klinik für Augenheilkunde
Mi. 7. 18 – 19 Uhr	**Lungenkrebs: Früherkennung rettet Leben** Dr. Sabine Bohnet – Medizinische Klinik III
Do. 8. 18 – 19 Uhr	**Prostatakrebs – Vorsorge und Früherkennung** Prof. Dr. Axel Merseburger – Klinik für Urologie
Mo. 12. 18 – 19 Uhr	**Entwicklung der personalisierten Onkologie am UCCSH** Dr. Stephanie Fliedner, PD Dr. Niklas Gebauer – Klinik für Hämatologie und Onkologie
Di. 13. 18 – 19 Uhr	**Wie entstehen Krampfadern und welche Therapiemöglichkeiten gibt es?** Dr. Fabian Schwarze – Klinik für Chirurgie
Do. 15. 18 – 19 Uhr	**Epileptischer Anfall – Was nun?** PD Dr. Anna Cirkel – Klinik für Neurologie
Mi. 21. 18 – 19 Uhr	**Die Nacht kommt, der Schlaf geht –** **Was tun bei Schlafstörungen?** Prof. Dr. Klaus Junghanns – Zentrum für Integrative Psychiatrie ZIP gGmbH, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Mo. 26. 18 – 19 Uhr	**Zukunftsmedizin braucht Gesundheitsdaten – Risikofaktoren frühzeitig erkennen** Prof. Dr. Ralf Ludwig – Institut für Experimentelle Dermatologie
Mi. 28. 18 – 19 Uhr	**Ernährung und Nahrungsergänzung bei Brustkrebs** Prof. Dr. rer. nat. Martin Smollich – Institut für Ernährungsmedizin
Do. 29. 11 – 18.15 Uhr	**Aktionstag: PULSEDAY 2024** **Puls messen für Ihre Herzgesundheit** Vortragende des Universitären Herzzentrums Lübeck

Funkschleife für Personen mit Hörgeräten steht vor Ort zur Verfügung.

Veranstaltung mit erweitertem Programm.

Wissen schafft Gesundheit

415223501_011023



Wir sind anders.

SCHMERZEN DURCH NARBEN UND NARBENSCHMERZEN

Du hattest eine Operation, eine „kleine" Laparoskopie im Bauchbereich oder an einem anderen Körperteil, hattest einen Kaiserschnitt, einen Dammriss oder eine andere Geburtsverletzung und

... hast jetzt eine Einziehung?
... hast jetzt einen „Narbenwulst"?
... die Narbe schmerzt, ist taub oder überempfindlich?
... hast jetzt Rückenschmerzen?
... oder hast chronische Verspannungen im Nacken- und Schultergürtelbereich?
... spürst ein ungewohntes Ziehen oder neue Einschränkungen bei manchen Bewegungen im Körper?
... fühlst dich wie abgeschnitten?
... dein Beckenboden lässt sich trotz Training nicht gut ansteuern?
... deine Rectusdiastase bildet sich nur langsam zurück?
... beim Sex fühlt es sich anders an?
... hast Du unerklärliche chronische Schmerzen im Körper?
... die tiefe Bauchatmung ist verändert und erschwert?

Viele sagen, dass das viele Sitzen im Beruf, der fehlende Sport oder Stress daran schuld sind.

Falsch! Durch die Operation bleiben feste Verklebungen im Gewebe und im Bauchraum zurück. Diese verhindern, dass sich dein Körper geschmeidig an deine Alltagbelastungen und deine sportliche Aktivitäten anpassen kann! Zudem stören die Narben die Funktion der Muskeln und Faszien. Auch schmerzen manche Narben, fühlen sich taub an oder sind überempfindlich.

Viele sagen, da kann man nichts machen und dass das beim Älterwerden normal ist.

Falsch! Mit unserem ScaRemedy® Narben-Konzept ist es möglich, schmerzhafte Narben und tiefe Verklebungen zu lösen und die Struktur der Narbe zu verbessern! Schnell, effizient, und nachhaltig.

LASS DEINE NARBEN CHECKEN UND FINDE ES HERAUS!

ZENTRUM FÜR
INTEGRATIVE MEDIZIN BORNEMANN

Schmerztherapie / Osteopathie / Chiropraktik / Triggerstosswellen / Naturheilverfahren

Schmerztherapie – Osteopathie – Chiropraktik – Trigger Stoßwellen Therapie – Atlastherapie – Kinderosteopathie – Stoffwechselprogramm – Infusionstherapie – Allergiebehandlung – Elastografie – 4D Wirbelsäulenvermessung – Narbentherapie
MOLTKEPLATZ 2 / 23566 LÜBECK / **TEL.: 0451 79 80 99**
www.zfim-bornemann.de / www.scaremedy.de
mail@zfim-bornemann.de

400418101_011024