

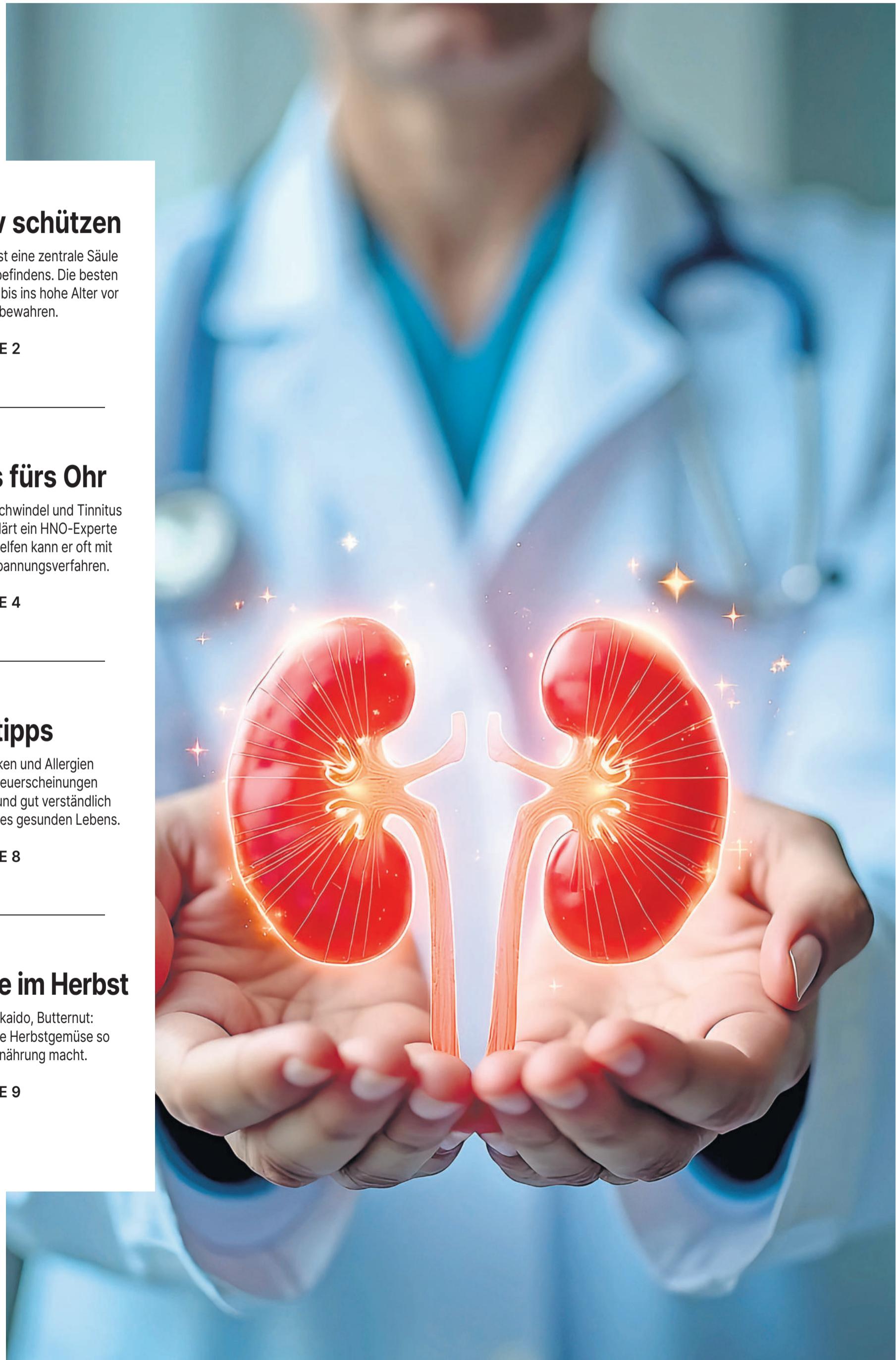
GESUNDHEIT

DAS MAGAZIN für ein aktives Leben

Lübecker Nachrichten 

Anzeigen-Sonderveröffentlichung | Freitag, 24. Oktober 2025

www.LN-Online.de



Nieren aktiv schützen

Die Nierengesundheit ist eine zentrale Säule des körperlichen Wohlbefindens. Die besten Tipps, um seine Nieren bis ins hohe Alter vor Schäden zu bewahren.

SEITE 2

Heilsames fürs Ohr

Was Schwerhörigkeit, Schwindel und Tinnitus gemeinsam haben, erklärt ein HNO-Experte aus Bad Schwartau. Helfen kann er oft mit Akupunktur und Entspannungsverfahren.

SEITE 4

Buchtipps

Beckenboden stärken und Allergien behandeln: Diese Neuerscheinungen erklären anschaulich und gut verständlich spannende Aspekte eines gesunden Lebens.

SEITE 8

Gemüseliebe im Herbst

Muskatkürbis, Hokkaido, Butternut: Was das orange-bunte Herbstgemüse so wertvoll für die Ernährung macht.

SEITE 9

Die Nieren filtern das Blut und sondern überflüssige Substanzen heraus. Ein gesunder Lebensstil hilft, die Nierenfunktion zu erhalten und gesund älter zu werden.

Foto: Jo Panuwat D - Adobe Stock



Mit gesunden Nieren länger leben

Spürbare Symptome einer Nierenschwäche zeigen sich erst spät. Warum es sich lohnt, die Niere zu schonen und an regelmäßige Check-ups zu denken

Ständige Müdigkeit, Wasser in den Beinen oder ein veränderter Harndrang: Die Symptome einer Nierenschwäche sind oft nicht eindeutig. Und meist zeigen sich Nierenprobleme erst in einem fortgeschrittenen Stadium. Viele Menschen nehmen erste Warnsignale nicht ernst oder ordnen sie anderen Ursachen zu.

Dabei sind die Nieren unverzichtbare Organe: Sie reinigen das Blut, regulieren den Flüssigkeitshaushalt, steuern den Blutdruck und sind am Knochenstoffwechsel sowie an der Blutbildung beteiligt. Ein Ausfall der Nierenfunktion kann lebensbedrohlich sein. Frühzeitige Vorsorge und ein bewusster Umgang mit der eigenen Gesundheit können entscheidend dazu beitragen, die Nieren lebenslang zu schützen.

Still verlaufende Gefahr

Mit steigendem Alter ist es normal, dass die Nierenfunktion leicht abnimmt. Nach dem 40. Lebensjahr sehen Experten eine jährliche Abnahme der Filterfunktion um ein bis zwei Milliliter pro Minute als normal an. Durch die Altersabhängigkeit der Nierenfunktion steigt die Wahrscheinlichkeit für eine Funktionseinschränkung für die höheren Altersklassen stark an. Wenn dann noch Faktoren wie etwa ein schlecht eingestellter Diabetes mellitus, jahrelanger Bluthochdruck oder Rauchen die Nieren zusätzlich schädigen, kann daraus eine chronische Nierenkrankheit (CKD = chronic kidney disease) entstehen.

„Bis zu zehn Prozent der Gesamtbevölkerung in Deutschland erfüllen das Kriterium einer Niereninsuffizienz“, sagt Privatdozent Dr. Martin Nitschke. Er ist stellvertretender Klinikdirektor der Medizinischen Klinik I am UKSH in Lübeck und verantwortet dort den Bereich Nephrologie und Transplantation. Viele Betroffene ahnen gar nicht, dass sie unter einer chronisch eingeschränkten Nierenfunktion leiden, da erste Symptome oft unspezifisch sind. Müdigkeit, Konzentrationsprobleme, geschwollene Beine oder Rückenbeschwerden können zwar auf eine Störung hinweisen, werden aber oft anderen

Ursachen zugeschrieben. Erst im fortgeschrittenen Stadium treten schwerwiegenderen Beschwerden wie Atemnot, anhaltende Übelkeit oder ein metallischer Geschmack im Mund auf.

Mediziner weisen darauf hin, dass eine frühe Erkennung von Nierenschäden den Verlauf positiv beeinflussen kann. Wer erste Signale ernst nimmt und zum Arzt geht, kann mögliche Folgeerkrankungen wie

Herzprobleme, Schlaganfälle oder eine Dialysepflichtigkeit verhindern.

Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen

Eine einfache Blut- und Urinuntersuchung in einer allgemeinmedizinischen Praxis liefert frühzeitige Hinweise auf eine abnehmende Nierenfunktion. Wer gesetzlich krankenversichert ist, kann ab dem 18. Lebensjahr eine kostenlose Gesundheitsuntersuchung beim Hausarzt wahrnehmen, den sogenannten „Check-up“. Bis zum 35. Lebensjahr ist er einmalig möglich, ab 35 steht er alle drei Jahre zur Verfügung. Dabei werden Blut- und Cholesterinwerte bestimmt, eine körperliche Untersuchung durchgeführt und bei älteren Personen zusätzlich eine Urinuntersuchung veranlasst. „Fachgesellschaften raten, im Rahmen dieses Check-ups auch das Verhältnis von Albumin- und Kreatinin-Ausscheidungen im Urin ermitteln zu lassen“, so Dr. Martin Nitschke, der dem erweiterten Vorstand der Deutschen Gesellschaft für

Nephrologie (DGfN) angehört. „Dieser aussagekräftige Faktor UACR (urin albumin creatine ratio) wird in weniger als zehn Prozent der Fälle untersucht – und damit leider viel zu selten.“ Dies ermöglicht Rückschlüsse auf die Filterfunktion der Nieren. Besteht ein konkreter Verdacht auf eine chronische Nierenkrankung, sollte ein Facharzt für Nephrologie hinzugezogen und die Werte mindestens einmal im Jahr kontrolliert werden. Durch eine intensive Betreuung und eine gute medikamentöse Einstellung kann das Fortschreiten der Nierenkrankung meist verlangsamt werden.

Ernährung als Schutzfaktor

Eine bewusste Ernährung spielt bei der Prävention wie auch im Krankheitsverlauf eine zentrale Rolle. Da die Nieren überschüssige Elektrolyte und stickstoffhaltige Stoffwechselprodukte ausscheiden, können falsche Essgewohnheiten den Organen erheblich zusetzen. Empfohlen wird eine ausgewogene, mehrheitlich pflanzenbasierte Ernährung. Eine

Eiweißzufuhr in normaler Menge (0,6 bis ein Gramm pro Kilogramm Körpergewicht) ist ausreichend, ein Übermaß sollte man vermeiden. Besonders wichtig: die Reduktion stark salz- und zuckerhaltiger Lebensmittel sowie von Fertigprodukten, die oft Phosphate enthalten. Kaliumreiche Lebensmittel wie Bananen, Nüsse oder Tomaten können bei eingeschränkter Nierenfunktion problematisch sein. Regelmäßige Gewichtskontrollen, eine ausreichende, aber nicht übermäßige Flüssigkeitszufuhr sowie die Senkung von Bluthochdruck ergänzen die Empfehlungen.

Forschung bestätigt geschlechtsspezifische Unterschiede

Bei der Nierengesundheit von Frauen und Männern beobachtet die moderne Gendermedizin auch geschlechtsspezifische Unterschiede. Eine Forschungsgruppe aus Dresden und Heidelberg konnte zeigen, dass das „weibliche“ Hormon Östrogen die Nieren insbesondere vor einer sogenannten Ferropose schützt, die als wichtiger Mechanismus der akuten Nierenschädigung gilt. Estradiol, ein wichtiger Vertreter der Östrogengruppe, blockiert schädliche freie Radikale und aktiviert genetische Schutzprogramme. Die Erkenntnisse eröffnen neue Wege für geschlechterspezifische Ansätze bei Therapie und Prävention. Prof. Uwe Platzbecker, Medizinischer Vorstand des Universitätsklinikums Dresden, betont die Relevanz dieser Ergebnisse: Sie zeigen, dass individuell zugeschnittene Behandlungsstrategien möglich werden könnten, die langfristig zu mehr Lebensqualität für Betroffene führen.

Dr. Martin Nitschke ist stellvertretender Klinikdirektor der Medizinischen Klinik I am UKSH Lübeck und leitet den Bereich Nephrologie und Transplantation. Foto: Rene Kube

ben dar und ist nicht für alle älteren Menschen sinnvoll. Eine dritte Option stellt die Nierentransplantation dar. Sie setzt aber passende Spenderorgane und eine lebenslange Medikamenteneinnahme voraus. Die Nierentransplantation bleibt somit eine zentrale, aber nicht für jeden Betroffenen unmittelbar verfügbare Therapiestütze. Der Bedarf an Spenderorganen übersteigt in Deutschland die Zahl der tatsächlich durchgeföhrten Transplantationen deutlich.

Nierenerkrankungen gehören zu den großen Gesundheitsrisiken unserer Zeit – und doch verlaufen sie lange unbemerkt. Umso wichtiger ist es, bei ersten Symptomen aufmerksam zu werden, Vorsorgeuntersuchungen regelmäßig wahrzunehmen und allgemein auf einen gesunden Lebensstil zu achten. Die Forschung zeigt zudem, dass eine fröhle, individuell zugeschnittene Behandlung entscheidend ist, um schwere Folgeschäden zu vermeiden. Die Botschaft von Dr. Martin Nitschke ist deutlich: „Wer seine Nieren schützt, schützt sein Leben.“ jnp



Ultraschalluntersuchungen spielen in der Diagnostik von Nierenkrankungen eine wichtige Rolle. Foto: H.Ko - Adobe Stock

Acht deutliche Warnzeichen

Ärztinnen und Ärzte befragen ihre Patienten in der Regel nach häufigen Symptomen, die auf eine beginnende Nierenschwäche hindeuten können:

- anhaltende Müdigkeit und Leistungsschwäche,
- Schwellungen an Beinen, Knöcheln oder im Gesicht
- auffällige Veränderungen beim Wasserlassen, etwa Blut im Urin oder starker nächtlicher Harndrang
- Atemnot, verursacht durch Flüssigkeitseinlagerungen in der Lunge
- hoher Blutdruck, der schwer einstellbar ist
- Übelkeit, Erbrechen und Appetitverlust
- Hautprobleme bis hin zu starkem Juckreiz
- metallischer Geschmack und Mundgeruch

Behandlungsmöglichkeiten

Wenn die Nieren ihre Funktion weitgehend verlieren, kommen lebensverlängernde Nierenersatzverfahren zum Einsatz. Dazu zählt die Hämodialyse, bei der das Blut außerhalb des Körpers gefiltert wird, oder die Peritonealdialyse, bei der das Bauchfell als körpereigene Filtermembran dient. Doch: Eine Dialysetherapie stellt einen tiefen Einschnitt im Le-

IMPRESSUM

Sonderveröffentlichung
der Abteilung Media-Vermarktung

Leitung Media-Vermarktung:
Marco Schümann

Redaktionsleitung:
Sabine Goris

Layout/Redaktion: Jessica Ponnath,
Kim Carolin Struve

Titelbild: Firoj99/AdobeStock

Verlag:
Lübecker Nachrichten GmbH,
Herrenholz 12, 23556 Lübeck

E-Mail: Magazine@LN-Luebeck.de

Druk: Druckzentrum des shz
(Schleswig-Holsteinischer Zeitungsverlag),
Fehmarnstr. 1, 24782 Büdelsdorf

Hand in Hand für soziales und ökologisches Engagement

Schmelzer Hörsysteme – aktiv für Menschen, Natur und Gemeinschaft

Bei Schmelzer Hörsysteme steht soziales und ökologisches Engagement ganz oben. Das norddeutsche Familienunternehmen setzt sich nicht nur für gutes Hören ein, sondern auch für den Naturschutz, die Unterstützung hilfsbedürftiger Menschen und die Stärkung regionaler Gemeinschaft. „Wir sehen es als unsere Verantwortung, nicht nur für unsere Kundinnen und Kunden da zu sein, sondern auch für die Umwelt und die Gesellschaft, in der wir leben“, sind sich die Geschäftsführer Felix und Christoph Schmelzer einig. „Als Familienunternehmen zeigen wir, dass wirtschaftlicher Erfolg und Nachhaltigkeit kein Widerspruch sind.“

Ein Schwerpunkt des Engagements liegt im Umweltschutz. Mit verschiedenen Projekten leistet das Unternehmen aktive Beiträge zum Erhalt der Artenvielfalt und zur Bekämpfung des Klimawandels. In Kooperation mit der Stiftung Unternehmen Wald werden regelmäßig Bäume gepflanzt, um CO₂ zu binden und artenreiche Mischwälder in Schleswig-Holstein zu fördern. Gemeinsam mit Kundinnen und Kunden wurden bereits über 1000 Bäume gepflanzt. „Jeder Baum ist ein kleiner Schritt in

Richtung Zukunft. Wir wollen zeigen, dass aus vielen kleinen Taten etwas Großes entstehen kann“, erklärt Felix Schmelzer.

Auch Insekten liegen dem Unternehmen am Herzen. So sollen neue Blumenwiesen als Lebensräume für Wild-

Schmetterlinge und andere Bestäuber entstehen. Die Saat wird von Menschen mit Behinderung in der Kurpfalz-Werkstatt Wiesloch abgefüllt – ein Zeichen gelebter Inklusion und Nachhaltigkeit zugleich. Zudem unterstützt das Unternehmen regionale Imker und spendete zuletzt

1000 Euro an den Bienen-Lehr- und Schau-garten Ahrens-

burg, um die Arbeit zum Schutz der Bienenvölker zu fördern. „Die Natur ist unser gemeinsames Zuhause – ohne Insekten funktioniert kein Ökosystem. Wir möchten aktiv helfen, ihre Lebensräume zu erhalten“, so Christoph Schmelzer.

Neben dem Natur-Engagement steht bei Schmelzer Hörsysteme immer der Mensch im Mittelpunkt. Mit

“

Als Familienunternehmen zeigen wir, dass wirtschaftlicher Erfolg und Nachhaltigkeit kein Widerspruch sind.

Felix und Christoph Schmelzer
Geschäftsführer

Aktionen wie der Wunschzettel-Weihnachtsaktion sammelt das Unternehmen jedes Jahr Spenden und Geschenke für Kinder, etwa in Kooperation mit dem Kinderschutzbund Stormarn und dem „Blauen Elefanten“. Es werden Herzenswünsche erfüllt und benachteiligte Kinder zu



Mit viel Freude unterstützt Schmelzer Hörsysteme das Kinderhaus „Blauer Elefant“. Fotos: Schmelzer

Weihnachten glücklich gemacht, unterstützt von Kundinnen und Kunden, die sich an den Aktionen beteiligen. „Die Projekte sind Herzenssache. Sie zeigen, dass Gemeinschaft und Mitgefühl immer noch das Wichtigste sind“, sagen die Brüder.

Zudem engagiert sich Schmelzer Hörsysteme international mit der Unterstützung des Lions Club-Projekts „Hilfe für kleine Ohren“, das gebrauchte Hörgeräte aufbereitet und an hörbehinderte Kinder in ärmeren Ländern weitergibt. Es konnten bereits über 150 Hörhilfen gespendet werden – und viele Kinder erhielten so ein Stück Lebensqualität zurück.

Auch die regionale Verbundenheit ist fester Bestandteil

der Unternehmensphilosophie. Schmelzer Hörsysteme fördert Sport und Kultur im Norden – etwa als Rückensponsor des VfB Lübeck. „Als gebürtige Lübecker ist es für meinen Bruder und mich eine Herzensangelegenheit, unseren VfB zu unterstützen“, erklärt Felix Schmelzer. „Wir möchten etwas zurückgeben und Projekte fördern, die Menschen zusammenbringen und unsere Region stärken.“

Schmelzer Hörsysteme zeigt, dass unternehmerischer Erfolg und gesellschaftliche Verantwortung Hand in Hand gehen. „Wir möchten Menschen zu besserem Hören verhelfen und aktiv etwas für die Umwelt und unsere Mitmenschen tun“, so Felix und Christoph Schmelzer. „Denn Hören verbindet Menschen, Generationen und unsere Welt.“

SCHMELZER HÖRSYSTEME

Lübecker Innenstadt, Holstenstraße 9, Tel. 0451/ 6130 58 23
Lübeck Campus (Campus Center), Alexander-Fleming-Str. 1, Tel. 0451/ 49 89 86 86
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, Marktstraße 6, Tel. 0451/ 709 85 25



Geschäftsführer des Familienunternehmens: Christoph und Felix Schmelzer (v.l.).

S C H M E L Z E R ...

Jetzt die Chance ergreifen und einer von 100 Testhörern für die Excellence Serie von OPTIMUS HEARING werden.

Überzeugen Sie sich von den kleinen Im-Ohr- und Hinter-dem-Ohr-Hörsystemen. Mithilfe des einzigartigen HSA® Verfahrens wird der individuelle Hörtag jeden Einzelnen analysiert und ausgewertet.

So erreichen wir für Sie das bestmögliche Hörergebnis!



Bad Schwartau
Marktstraße 6
23611 Bad Schwartau
T 0451 - 709 852 50

Lübeck Zentrum
Holstenstraße 9
23552 Lübeck
T 0451 - 613 058 23

Lübeck Campus
Alexander-Fleming-Straße 1
23562 Lübeck
T 0451 - 498 986 86

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

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

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

100 TESTHÖRER
für das einzigartige
HSA® Verfahren
gesucht!



JETZT ANMELDEN!
HÖRSYSTEME VERGLEICHEN UND
100 EURO GUTSCHEIN** ERHALTEN!



optimushearing
MORE THAN JUST HEARING



optimushearing
MORE THAN JUST HEARING

- 5 JAHRE GARANTIE*
- 2 JAHRE GARANTIE AUF IM-OHR HÖRSYSTEME*
- 3 JAHRE 50% VERLUSTSCHUTZ*
- BESTPREISGARANTIE

* Beim Kauf eines Hörgerätes erhalten Sie die Schmelzer Garantie. Diese beinhaltet 4 Jahre Garantie, auf Optimus Hearing Hörsysteme 5 Jahre Garantie (Davon ausgeschlossen sind Hörer, Otoplastiken und Ladestationen). Auf Im-Ohr Hörsysteme 2 Jahre Garantie, sowie 3 Jahre 50% Verlustschutz für alle Hörsysteme. Das heißt, dass Sie bei Verlust eines Hörgerätes in den ersten 3 Jahren nach Kaufabschluss nur 50% Ihres privaten Eigenanteils bezahlen.

** Anmeldefrist ist bis zum 30. November 2025 und das Angebot dann gültig bis zum 30.01.2026. Der Wertgutschein in Höhe von 100 Euro wird mit dem Kaufabschluß der hier beworbenen Hörsysteme ausgehändigt, oder direkt vom Kaufpreis abgezogen.

Das menschliche Ohr – Schlüssel zur Lebensqualität

Schlechteres Hören, Ohrgeräusche oder quälender Schwindel zählen zu den häufigsten Beschwerden, die Patienten zum HNO-Spezialisten Prof. Dr. Martin Stieve ins Otologikum führen

Prof. Dr. Martin Stieve hat sich in seinen Privatpraxen in Bad Schwartau und Hamburg insbesondere auf die Diagnostik und Therapie von Schwerhörigkeit, Tinnitus und Schwindel spezialisiert. „Dafür steht unser Name ‚Otologikum‘, was sinngemäß ‚Heilsames für das Ohr‘ bedeutet“, erklärt der HNO-Experte.

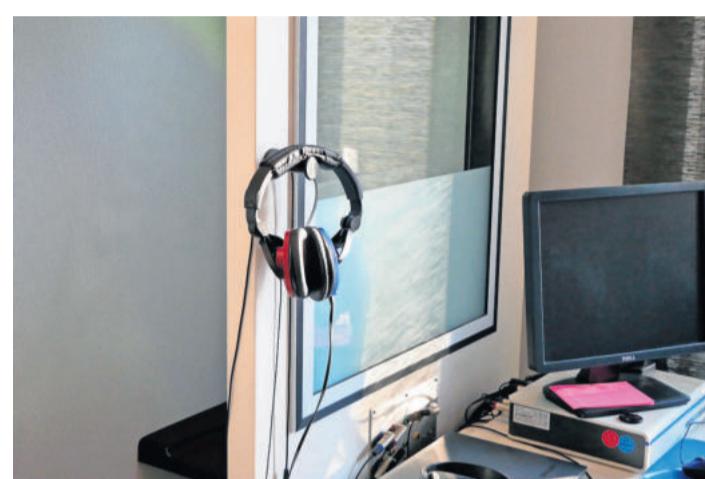
Professionelle Hilfe bei Schwerhörigkeit

„Viele meiner Patientinnen und Patienten bemerken ein schlechteres Hörvermögen erst in einem höheren Alter. Doch schon ab etwa 50 Jahren beginnt der natürliche Hörverlust und die Sinneszellen nehmen den Schall schlechter wahr“, so Prof. Dr. Martin Stieve. Die ersten Anzeichen eines beginnenden Hörverlustes: Hohe Töne werden schwieriger erkannt, später folgt meist auch das schlechtere Wahrnehmen von tieferen Frequenzen. „Häufig wird die Bedeutung des Gehörs für das geistige Wohlbefinden unterschätzt. Aktuelle Studien zeigen sogar, dass Schwerhörigkeit das Risiko für Demenz erhöhen kann, weil das Gehirn weniger gefordert wird“, warnt der HNO-Mediziner, der über Jahrzehntelange Erfahrung im niedergelassenen und

klinischen fachärztlichen Bereich verfügt.

Frühzeitige Diagnose von Tinnitus verhindert Chronifizierung

Fast jeder Mensch hatte schon einmal Ohrgeräusche. Normalerweise treten sie spontan auf, etwa nach einem lauten Konzert, und sind nur von kurzer Dauer. Sobald das Rauschen, Piepen oder Summen jedoch



Die Schallkabine im Otologikum ermöglicht eine präzise Diagnostik auf modernstem medizintechnischen Wissensstand.

Foto: Katja Kuhlins

länger als drei Monate anhalten und als belastend empfunden werden, sprechen Fachleute von einem chronischen Tinnitus. Die ständigen Ohrgeräusche können den Schlaf, die Konzentration und die Lebensqualität erheblich belasten. „Für Tinnitus gibt es Thera-

pieansätze, die zum Ziel haben, besser mit den dauerhaften Ohrgeräuschen umzugehen und sie im Alltag weniger wahrzunehmen“, sagt Prof. Dr. Martin Stieve. „Besonders hilfreich sind neben spezialisierten HNO-Therapien oft auch Entspannungsverfahren und Akupunk-

turen.“ Eine geeignete Form der Akupunktur, nämlich die Mikrosystemakupunktur, biete ich Tinnitus-Patientinnen und -Patienten hier im Otologikum an.“



“

Viele meiner Patientinnen und Patienten bemerken ein schlechteres Hörvermögen erst im höheren Alter. Doch schon ab 50 Jahren beginnt der natürliche Hörverlust.

Prof. Dr. med. Martin Stieve
HNO-Facharzt

Der HNO-Mediziner Prof. Dr. Martin Stieve legt großen Wert darauf, den Patientinnen und Patienten ihre Erkrankung gut verständlich zu erklären.

Foto: Jessica Ponnath

chungsmethoden bei uns im Hause, wie zum Beispiel die Vestibulardiagnostik (VEMP), ermöglichen eine schnelle und gezielte Diagnose“, erklärt der HNO-Experte. Ist die Ursache des Schwindels erkannt, eröffnet sich meist eine große Auswahl an Therapiemöglichkeiten. „Besonders effektiv sind koordinative Gleichgewichts- und Lagerungsübungen, welche die Patientinnen und Patienten auch bequem zu Hause trainieren können: Das Gehirn lernt dabei, neue Gleichgewichtsstrategien zu entwickeln und kompensiert die gestörten Funktionen“, erläutert Prof. Dr. Martin Stieve. Begleitend können auch bei Schwindelgefühlen Verfahren wie Akupunktur und medikamentöse Therapien helfen.

jnp

HNO-PRIVATPRAXIS „OTOLOGIKUM“ PROF. DR. MED. MARTIN STIEVE

Lübecker Str. 68, 23611 Bad Schwartau

Tel. 0451/ 45 05 92 85

Neuer Wall 61, 20354 Hamburg

Tel. 040/ 55 44 75 23

www.otologikum.de

hno@prof-dr-stieve.de

Gehen: Investment in die Gesundheit

Spazierengehen stärkt Herz, Hirn und Psyche

Lang galt es als almodisch, nun ist es wieder im Trend: das Spazierengehen. Nicht nur in Pandemiezeiten erlebte das Gehen eine Renaissance – auch wissenschaftlich ist die Wirksamkeit regelmäßiger Spaziergänge inzwischen deutlich belegt. Sie fördern die körperliche Gesundheit, helfen beim Stressabbau und bringen zu dem den Kreislauf in Schwung.

Schon 30 Minuten Gehen pro Tag können laut Studien das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ 2 und Depressionen deutlich senken. Besonders

im Herbst, wenn die Luft klar und das Laub bunt werden, bietet ein Spaziergang die perfekte Möglichkeit, tiefes Durchatmen und Bewegung zu verbinden.

Mediziner empfehlen, tägliche Gänge bewusst in den Alltag einzubauen – etwa durch feste Zeiten, kleine Umwege auf dem Arbeitsweg oder gezielte „10-Minuten-Spaziergänge“ nach dem Essen. Auch das Spazieren in Gesellschaft – etwa im Rahmen von Gehgruppen – steigert die Motivation und das Wohlbefinden.

Neben den körperlichen Effekten zeigen Studien auch: Gehen fördert die kognitive Leistung und regt die Kreativität an. In der Natur spazieren zu gehen wirkt zusätzlich stimmungsaufhellend und angstlösend. Der moderate Bewegungsrhythmus aktiviert dabei das parasympathische Nervensystem – zuständig für Ruhe, Verdauung und Regeneration.

Wer regelmäßig spazieren geht, investiert in seine Gesundheit – ganz ohne spezielle Ausrüstung oder teure Verträge mit einem Fitnessstudio. Gerade in der goldenen Herbstzeit stellt jeder Schritt eine kleine Auszeit vom Alltag dar. obx



Bewegung, frische Luft und Licht sind ein Mix, der besser sein kann als jede Medizin.

Foto: Impact Photography – Adobe Stock



Viele Frauen mit Lipödem müssen jahrelang um die richtige Behandlung kämpfen, während ihre Beschwerden oft bagatellisiert werden.

Foto: Sam Richter – Adobe Stock

Medical Gaslighting: ein Problem für Frauen mit Lipödem

Wenn Ärzte die Symptome einer Fettgewebsverteilungsstörung bagatellisieren oder fehldeuten, können die Folgen für Betroffene gravierend sein

Sie müssen nur abnehmen, dann verbessern sich auch die Beschwerden!“ Ein Satz, den wohl viele Lipödem-Betroffene schon einmal gehört haben. Von der Fettgewebsverteilungsstörung sind in Deutschland laut Schätzungen drei bis vier Millionen Frauen betroffen. Trotzdem gilt die Erkrankung als oft fehldiagnostiziert oder wird in vielen Fällen gar nicht diagnostiziert. Der Grund: Ärzte kennen sich oft nur wenig mit der Krankheit aus oder halten sie

für eine Adipositas oder gar für eine Modeerscheinung. Bei vielen Patientinnen dauert es Jahre, bis sie die richtige Diagnose bekommen.

Was Frauen mit einem Lipödem oft erleben, ist Medical Gaslighting: Eine Situation, in der sie von Medizinern das Gefühl vermittelt bekommen, ihre Symptome würden nicht ernst genommen, heruntergespielt oder ausschließlich psychisch erklärt – obwohl sie real vorhanden sind. Zu den typischen Merkmalen von Medi-

cal Gaslighting zählt, dass Symptome bagatellisiert oder fehlgedeutet werden und sie als psychosomatisch abgestempelt werden.

Studien legen nahe, dass Frauen, vermutlich aufgrund des Gender-Health-Gap, häufiger von Medical Gaslighting betroffen sind. Das hat zur Folge, dass die Patientinnen länger mit ihren Schmerzen leben müssen, psychische Probleme bekommen oder ihre Behandlung viel zu spät oder gar nicht beginnen. abc healthcare

Bei Colibri bleibt kein Auge trocken

Innovative LED-Technik aktiviert Tränenfluss auf natürliche Weise

Seit über 34 Jahren ist Colibri Experte für hochwertige Augenoptik und legt großen Wert auf gesundes Sehen, modische Kompetenz und handwerkliche Leistung. Diese drei Kernkompetenzen haben die Entwicklung von Colibri in den letzten Jahrzehnten maßgeblich geprägt.

Nicht erst seit diesem Jahr rückt die Vorsorge für die eigene Gesundheit in den Vordergrund. „Self-Care ist ein Trend, der immer mehr Entwicklung erfährt. Ernährung, Bewegung und die mentale Gesundheit sind die großen Themen der Gesellschaft“, sagt Wolfgang Reckzeh, Inhaber von Colibri. „Die Bereitschaft, eigenverantwortlich zu handeln, zeigt sich in der steigenden Nachfrage nach Gesundheitsdienstleistungen, Fitnessprogrammen und Wellness-Angeboten. Gesundes Sehen ist ein bedeutsamer Teil davon und wir von Colibri kümmern uns darum“, erklärt Reckzeh weiter.

Mit einem Team aus neun Meistern und Optometristen und über 20 Optikern, verfügt Colibri über ein hohes Maß an Kompetenz und Know-how. Das große Ziel des Optiker-Teams ist es, eine ganzheitliche und präzise Augenuntersuchung anzubieten, um eine umfassende Augengesundheit bestmöglich zu gewährleisten.

Daher gibt es in der Lübe-



Vom Augeninnendruck bis hin zum Sehen bei Tag & Nacht - der Rodenstock DNEYe-Scanner erfasst die relevanten Parameter der Augenvermessung.

Fotos: Patrick Pablo Eller, Colibri

cker Wahnstraße 29 einen Colibri Eye Care Check, der außerhalb der 3D-Augenmessung noch weitere Parameter enthält. Dazu gehört beispielsweise die kontaktlose Messung des Augendrucks und die Beurteilung des Sehnervs. Außerdem wird der Status des Grauen Stars überprüft und ein entsprechendes Fundusbild aufgenommen, um eine Analyse der Netzhaut, zum Beispiel der Makuladegeneration, durchzuführen. Diese Ergebnisse werden im Anschluss von einem augenärztlichen Institut überprüft, welches wiederum Handlungsemp-



Innovatives LED-Therapiegerät zur Linderung trockener Augen.

fehlungen ausspricht. Während des gesamten Verlaufs ist Colibri Ansprechpartner der Kunden und steht bei allen aufkommenden Fragen zur Verfügung.

„Die Augenvorsorge ist besonders wichtig“, erklärt Augenoptikermeister und zweiter Geschäftsführer bei Colibri, Ralf Propson. „Rund 75 Prozent der Fälle von Sehverlust als Folge von Erkrankun-



Modische Sonnenbrillen (bei Bedarf mit Sehstärke) gehören zum Sortiment

gen wären durch Früherkennung vermeidbar.“

Und es gebe noch mehr gute Gründe für eine frühe und regelmäßige Augenvorsorge, so Propson: „Erstens ermöglicht sie eine frühzeitige Erkennung von Augenkrankheiten, die oftmals keine sofortigen Symptome zeigen, wie zum Beispiel Glaukom oder Makuladegeneration. Zweitens kann eine re-

gelmäßige Augenuntersuchung auch andere gesundheitliche Probleme aufdecken, etwa Diabetes oder Bluthochdruck.“

Gerade jetzt in den kühleren Monaten leiden viele Menschen unter trockenen, gereizten Augen. Heizungsluft und lange Bildschirmzeiten verstärken das unangenehme Gefühl. Colibri bietet eine wohlende Lösung an:

Der Rodenstock DNEYe-Scanner.

Die Gesichtsmaske „My Mask“ reaktiviert den natürlichen Tränenfluss während einer 15-minütigen, sanften LED-Behandlung. So werden verstopfte Drüsenausgänge am Wimpernkranz (Meibomsche Drüsen) befreit und der Lipidfluss wiederhergestellt. Ralf Propson: „Viele unserer Kunden freuen sich zudem über die Wellness-Auszeit für ihre Augen.“ Schon mit vier Anwendungen kann ein nachhaltiger Effekt erzielt werden. Die regenerierende Behandlung mit „My Mask“ bedeutet sowohl für Brillen- wie auch Kontaktlinsenträger mehr Lebensqualität. Ein Termin für die Erstuntersuchung und Bedarfsermittlung kann bequem über das Online-Buchungssystem von Colibri gebucht werden.

COLIBRI CONTACTLINSE UND BRILLE GMBH

Wahnstraße 29, 23552 Lübeck
Tel. 0451/77 6 55, www.colibri.de



Jetzt bewerben und PNTler werden:

0176 300 200 40

(Bewerbungen für alle Standorte)

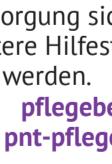
bewerbung@pnt-pflegedienste.de



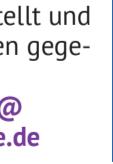
zentraler Kontakt für Intensivpatienten:
0 45 51 - 893 71 00
01514 4041 554 (auch WhatsApp)
casemanagement@pnt-pflegedienste.de



Wohngemeinschaft
Intensivpflege



Fachabteilung
Heimbeatmung



pflegeberatung@
pnt-pflegedienste.de



jeweils
13 bis 17 Uhr



News



Ausbildung

pnt[®]
persönlich
nordisch
tüchtig
PFLEGEDIENSTE



mehr erfahren: www.pnt-pflegedienste.de

www.kinderpflegedienst-luebeck.de

Brustkrebs: die Vorteile des zertifizierten Zentrums

Universitätsmedizinisches Know-how, modernste Medizintechnik und innovative Diagnostik- und Therapieoptionen



Prof. Dr. Maggie Banys-Paluchowski erklärt den Wiederaufbau der Brust im Anschluss an die Krebstherapie. Foto: UKSH

In Deutschland erkranken jährlich über 70.000 Menschen an Brustkrebs. Damit ist das Mammakarzinom die häufigste Krebskrankung bei Frauen und in seltenen Fällen auch bei Männern.

"Studien zeigen, dass die Behandlung in zertifizierten Brustzentren die Überlebenschancen um rund 23 Prozent verbessert", sagt Prof. Dr. Maggie Banys-Paluchowski. Sie ist stellvertretende Direktorin der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe am UKSH, Campus Lübeck, und leitet das zertifizierte Brustzentrum sowie das Zentrum für Familiären Brust- und Eierstockkrebs (FBREK). "Das universitätsmedizinische Wissen des Expertenteams sowie die differenzierteren Diagnostik- und Therapieoptionen im zertifizierten Brustzentrum garantieren höchste Qualitätsstandards, die jährlich von Fachgesellschaften überprüft werden", so die Spezialistin. "Nicht weniger wichtig ist die persönliche Betreuung auf Augenhöhe. Je besser wir die individuellen Wünsche der Patientinnen kennen, desto genauer können wir gemeinsam die passende Behandlung auswählen."

“
Studien zeigen, dass die Behandlung in zertifizierten Brustzentren die Überlebenschancen um rund 23 Prozent verbessert.

Prof. Dr. Maggie
Banys-Paluchowski
Leitung Brustzentrum

Größe des Tumors, der Aggressivität der Zellen und deren Hormonabhängigkeit ab. Auch die Frage, ob der Krebs genetisch bedingt ist, spielt eine wichtige Rolle.

Prof. Banys-Paluchowski empfiehlt eine persönliche Checkliste, um krebstypische Veränderungen der Brust zu erkennen: "Ich rate immer: 'Kenne deine Familie', um genetische Faktoren zu identifizieren: Wie viele Angehörige sind an Brustkrebs erkrankt? Wie alt waren sie bei der Diagnose?

Sollte sich ein Erstverdacht auf Brustkrebs ergeben, stehen im zertifizierten Brustzentrum zahlreiche Verfahren zur Verfügung, um die Diagnose zu konkretisieren. „In den vergangenen Jahren hat eine rasante Entwicklung der Diagnose- und Therapiemöglichkeiten stattgefunden“, so Prof. Banys-Paluchowski. „Wir arbeiten etwa mit moderner intraoperativer Sonografie zur präzisen Tumorlokalisierung während eines Eingriffs. Zugleich wird das gesunde Gewebe durch den Einsatz von Ultraschall geschont und ein besseres kosmetisches Ergebnis erreicht. Mittlerweile wird auch die Achselhöhle deut-

lich schonender operiert. In manchen Fällen kann sogar der Wächterlymphknoten erhalten bleiben, was Betroffenen langfristige Beschwerden im Arm erspart.“

Wird Brustkrebs früh erkannt, ist er in der Mehrzahl der Fälle heilbar. Die Therapie hängt unter anderem von der Ausbreitung und der

BRUSTZENTRUM
www.uksh.de/frauenklinik-luebeck/Bereiche/Brustzentrum
www.uksh.de/uccsh

Gibt es auch Personen, die Eierstockkrebs hatten? Das FBREK-Zentrum ist der richtige Ansprechpartner, sobald drei Personen einer Familie an Brustkrebs erkrankt sind. Oder wenn ein Mann in einer Familie von Brustkrebs betroffen ist. Oder bei zwei weiblichen Verwandten, wenn eine davon bei Auftreten des Mammakarzinoms unter 51 Jahre alt war. Oder wenn in einer der beiden verwandtschaftlichen Linien eine Person Brust- und Eierstockkrebs hatte.“ Der zweite Tipp der Expertin: „Nutze das Screening“, womit sie regelmäßige Teilnahmen an den Mammografie-Screenings für Frauen von 50 bis 75 Jahren meint. Und last but not least: „Kenne deine Brust!“ Früher wurde die monatliche Selbstabtastung der Brüste empfohlen – doch nicht jeder Tumor ist tastbar. Laut den aktuellen Leitlinien sollte man auch auf Hautrötungen, Formveränderungen oder auf schuppige Haut der Brüste und Brustwarzen achten“, so die Expertin. jnp

Prof. Dr. Karl-Ludwig Bruchhage
Klinikdirektor, HNO

Wir erwarten, dass durch diese OP-Methode das noch vorhandene Gehör optimal geschont und eine bessere Hörfähigkeit erreicht wird.

Prof. Dr. Karl-Ludwig Bruchhage
Klinikdirektor, HNO

rektor Prof. Dr. Karl-Ludwig Bruchhage. „Wir erwarten, dass durch diese OP-Methode das noch vorhandene Gehör optimal geschont und eine bessere Hörfähigkeit erreicht wird.“

Die ersten Eingriffe mit dem neuen OP-Assistenzsystem wurden bei einem 74-jährigen Patienten und einer 32-jährigen Patientin durchgeführt, die den jeweils rund 70-minütigen Eingriff gut überstanden haben. Sie werden in der Tagesklinik der HNO-Klinik weiterbetreut. Im Rahmen der ambulanten Rehabilitation wird hier circa vier Wochen nach der Operation das

“
Wir erwarten, dass durch diese OP-Methode das noch vorhandene Gehör optimal geschont und eine bessere Hörfähigkeit erreicht wird.

Prof. Dr. Karl-Ludwig Bruchhage
Klinikdirektor, HNO

rektor Prof. Dr. Karl-Ludwig Bruchhage. „Wir erwarten, dass durch diese OP-Methode das noch vorhandene Gehör optimal geschont und eine bessere Hörfähigkeit erreicht wird.“

Die ersten Eingriffe mit dem neuen OP-Assistenzsystem wurden bei einem 74-jährigen Patienten und einer 32-jährigen Patientin durchgeführt, die den jeweils rund 70-minütigen Eingriff gut überstanden haben. Sie werden in der Tagesklinik der HNO-Klinik weiterbetreut. Im Rahmen der ambulanten Rehabilitation wird hier circa vier Wochen nach der Operation das

Am OTARM Aligner wird die Elektrode eingespannt und exakt in der gewünschten Position geführt.

Fotos: UKSH

einen Audioprozessor. Dieser ist per Magnet mit dem Implantat unter der Haut verbunden. Von dort führt eine Elektrode, also ein sehr feines Kabel, bis ins Innenohr. Die HNO-Klinik am Campus Lübeck ist seit Jahrzehnten auf die Hörrhabilitation für schwerhörige und erstaubte Menschen spezialisiert. Seit 2024 ist die Klinik als Cochlea-Implantat-versorgende Einrichtungen (CIVE) von der Deutschen Gesellschaft für HNO zertifiziert. Sie bietet eine Hör- und Implantat-Sprechstunde an, in der die Patientinnen und Patienten zunächst eine individuelle Hörberatung und Diagnostik erhalten. Das breite Therapiespektrum der Hörrhabilitation umfasst die Versorgung mit Hörgeräten und die medikamentöse Behandlung – zum Beispiel bei Hörsturz und chronischen Mittelohrentzündungen – bis hin zu hörverbessernden Ohroperationen und Hör-Implantaten.

KLINIK FÜR HALS-, NASEN- UND OHRENHEILKUNDE, PHONIATRIE UND PÄDAUDIOLOGIE
www.uksh.de/hno-luebeck/

Karrierestart im OP

Vom Berufseinstieg bis zur Führungskraft: Ausbildung und Karriere am UKSH

Verantwortung übernehmen, im Team arbeiten und dabei jeden Tag lernen: Wer sich für eine Ausbildung zur Anästhesietechnischen (ATA) oder Operationstechnischen Assistenz (OTA) an der UKSH Akademie entscheidet, startet in einen zukunftsichereren Beruf mit besten Perspektiven – mitten im Herz der Universitätsmedizin.

Seit 2022 ist die Ausbildung bundesweit einheitlich geregelt. Theorie und Praxis folgen klar definierten Standards, die sich stärker an realen Versorgungssituationen orientieren. Der Fokus liegt auf konkreten Handlungskompetenzen und einer intensiven Verzahnung von theoretischem Wissen und praktischer Anwendung. Ziel ist es, Fachkräfte auszubilden, die im OP-Alltag sicher agieren und Verantwortung übernehmen.

Hier setzt die UKSH Akademie Maßstäbe
In der Bildungseinrichtung des UKSH lernen die Auszubildenden in einem klinischen Umfeld mit modernster Medizintechnik. Die Ausbildung erfolgt praxisnah, interprofessionell und auf



Traute Sauer, Leitung der ATA/OTA-Schule, UKSH Akademie. Foto: UKSH



Kathrin von Henke, stellvertretende Leitung Fort- und Weiterbildung, UKSH Akademie. Foto: SOULPICTURE



Foto: UKSH

höchstem fachlichen Niveau, begleitet von erfahrenen Lehrkräften und Praxisanleitenden. Auch langfristig bietet die UKSH Akademie attraktive Entwicklungsperspektiven. Wer sich spezialisieren oder beruflich weiterentwickeln möchte, findet im umfangreichen Fort- und Weiterbildungsprogramm passende Angebote: Jährlich nehmen rund 3.000 Fachkräfte an Kursen und Seminaren teil. Das Programm richtet sich an verschiedene Gesundheitsfachberufe und Absolventen starten ihre Karriere direkt am UKSH – zum Beispiel in hochspezialisierten OP-Teams, im Anästhesie-Funktionsdienst oder im Aufwachraum. Die enge Verbindung zwischen Akademie, Praxis und Klinik ermöglicht einen nahtlosen

mittelt, auch im Hinblick auf eine kompetenzorientierte Ausbildung innerhalb der ATA-/OTA-Ausbildung.

Zudem unterstützt die UKSH Akademie gezielt die pädagogische Qualifizierung von Praxisanleitenden. Wer Führung übernehmen will, kann sich mit Modulen der Weiterbildung „Leitung einer Pflegeeinheit“ gezielt auf neue Aufgaben vorbereiten. Das Angebot ist praxisnah, modular aufgebaut und

orientiert sich an den Anforderungen des Klinikalltags.

„Wir begleiten unsere Fachkräfte nicht nur während der Ausbildung, sondern auch auf ihrem weiteren Weg“, betont Kathrin von Henke, stellvertretende Leitung Fort- und Weiterbildung in der UKSH Akademie. „Denn modernes Gesundheitswesen braucht kontinuierliche Weiterentwicklung – fachlich, persönlich und im Team.“



JETZT INFORMIEREN UND BEWERBEN:
www.uksh.de/akademie

Das UKSH hat als erste Klinik in Norddeutschland ein Cochlea-Implantat mithilfe eines OP-Roboters eingesetzt. Damit steht in der Klinik für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde, Phoniatrie und Pädaudiologie am Campus Lübeck eine neue schone Operationsmethode zur Verfügung, um hochgradig schwerhörige oder erstaubte Menschen mit einem Hörimplantat zu versorgen.

Um ein Cochlea-Implantat einzusetzen, ist ein mikrochirurgischer Eingriff notwendig, bei dem eine feine Elektrode ins Innenohr eingebracht und in der Hör schleife (Cochlea) platziert wird. Bei dem neuen Verfahren wurde die Elektrode mithilfe der robotergestützten Assistenzsysteme vom Typ „Otoarm“ und „Otodrive“ der Firma MED-EL eingesetzt. Die vom Operateur gesteuerten Assistenzsysteme ermöglichen es, die Elektrode noch präziser bei gleichbleibender, sehr langsamer Geschwindigkeit in die Cochlea zu führen und das empfindliche Gewebe vor Verletzungen zu schützen. „Dies ist ein enormer Fortschritt für alle Patientinnen und Patienten“, sagt Klinikdi-

rektor Prof. Dr. Karl-Ludwig Bruchhage. „Wir erwarten, dass durch diese OP-Methode das noch vorhandene Gehör optimal geschont und eine bessere Hörfähigkeit erreicht wird.“

Die ersten Eingriffe mit dem neuen OP-Assistenzsystem wurden bei einem 74-jährigen Patienten und einer 32-jährigen Patientin durchgeführt, die den jeweils rund 70-minütigen Eingriff gut überstanden haben. Sie werden in der Tagesklinik der HNO-Klinik weiterbetreut. Im Rahmen der ambulanten Rehabilitation wird hier circa vier Wochen nach der Operation das

Das Team der Entzündungsmedizin ermöglicht den Patientinnen und Patienten den Zugang zu aktuellen Studien.

Foto: Ngampol - Adobe Stock



Neue Therapieansätze für chronisch-entzündliche Hauterkrankungen

Innovative Behandlungsmöglichkeiten im Institut für Entzündungsmedizin am UKSH, Campus Lübeck

Das Institut für Entzündungsmedizin (IEM) in Lübeck ist spezialisiert auf die Forschung und Therapie chronisch-entzündlicher Hauterkrankungen. Patientinnen und Patienten mit Erkrankungen wie Atopische Dermatitis (Neurodermitis), Hidradenitis Suppurativa (Akne Inversa), Psoriasis (Schuppenflechte), chronische Urtikaria (Nesselsucht) oder auch Prurigo nodularis, Vitiligo und Alopecia areata werden dort von einem ärztlichen und wissenschaftlichen Team nach dem neuesten Stand der Wissenschaft behandelt. Die zur Verfügung stehenden Therapiemög-

lichkeiten werden durch die Durchführung klinischer Studien stetig erweitert, in denen neu entwickelte Medikamente angeboten werden. Patientinnen und Patienten können hierdurch kennenlernen, die medizinische klinische Forschung unterstützen und zur Entwicklung neuer Behandlungsmöglichkeiten beitragen. Neben den klinischen Studien werden im IEM auch sogenannte Beobachtungsstudien sowie eigene Forschungsstudien zu Anwendung und Verlauf von bereits auf dem Markt befindlichen Therapeutika durchgeführt,

um deren Einsatz zu optimieren und neue wissenschaftliche Erkenntnisse zu gewinnen.

Das IEM hat eigens für die klinische Forschung ein Studienzentrum etabliert, in dem man aktuell Patientinnen und Patienten mit einer ausgeprägten Neurodermitis (Atopisches Ekzem) oder mit Akne Inversa/Hidradenitis Suppurativa zur Studienteilnahme sucht.

Die Hidradenitis Suppurativa ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die mit stark juckenden, entzündlichen und wiederkehrenden Hautrötungen beziehungsweise Eczemen einhergeht.

Die Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die mit stark juckenden, entzündlichen und wiederkehrenden Hautrötungen beziehungsweise Eczemen einhergeht. Die Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die mit stark juckenden, entzündlichen und wiederkehrenden Hautrötungen beziehungsweise Eczemen einhergeht. Die Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die mit stark juckenden, entzündlichen und wiederkehrenden Hautrötungen beziehungsweise Eczemen einhergeht. Die Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die mit stark juckenden, entzündlichen und wiederkehrenden Hautrötungen beziehungsweise Eczemen einhergeht.

Teilnahme an Studien

Interessierte Patientinnen und Patienten können sich jederzeit für eine Studienteilnahme anmelden. Nach einer sorgfältigen Untersuchung und Abklärung der Studienkriterien wird gemeinsam entschieden, ob

die Teilnahme möglich ist. Die Studienteilnahme wird von einem erfahrenen Team begleitet. Zur Erstvorstellung bietet man Sprechstundentermine in der angegliederten Ambulanz an.

Interesse geweckt?
STUDIENZENTRUM INSTITUT FÜR ENTZÜNDUNGSMEDIZIN
Tel. 0451/500 74442
info.iem.luebeck@uksh.de
www.uksh.de/iem_luebeck

Ambulanzprechstunde
Tel. 0451/500 41620
Institut für Entzündungsmedizin
Ratzeburger Allee 160,
Haus V50
23538 Lübeck



Prof. Dr. Diamant Thaci, Direktor des Instituts für Entzündungsmedizin und Professor an der Universität zu Lübeck.

Hightech und Osteopathie für einen starken Beckenboden

Das Zentrum Bornemann in Lübeck setzt auf moderne Magnetfeldtherapie und gezielte osteopathische Begleitung, um den Körper sanft ins Gleichgewicht zu bringen.

Ein stabiler Beckenboden ist die unsichtbare Basis unseres Wohlbefindens. Das komplexe Geflecht aus Muskeln, Faszien und Bindegewebe trägt die inneren Organe des Beckens, unterstützt die Funktion von Blase, Darm und Geschlechtsorganen und sorgt für Kontinenz, Haltung und Gleichgewicht. Umso erstaunlicher, dass viele gar nicht wissen, wie wichtig diese Muskelgruppe ist.

Rücken- und Hüftschmerzen, Inkontinenz, häufiger Harndrang, Senkungsbeschwerden oder auch eine verminderte sexuelle Empfindsamkeit – all das kann mit einer geschwächten Beckenbodenmuskulatur zusammenhängen. Besonders nach Schwangerschaften und Geburten, Operationen im Beckenbereich oder in den Wechseljahren verliert das Gewebe häufig an Elastizität und Kraft. Auch Bewegungsmangel, chronischer Husten oder Übergewicht können die Muskeln zusätzlich be-



Die PelviPower-Methode trainiert die tiefe Beckenbodenmuskulatur auf innovative Weise.

Foto: pelvipower

lasten. Die Folge sind Einschränkungen, die weit über körperliche Beschwerden hinausgehen – sie können das Selbstvertrauen und die Lebensqualität spürbar beeinflussen.

Gezieltes Training mit Tiefenwirkung

Im Zentrum für Integrative Medizin Bornemann in Lübeck begegnet man dem Thema mit einer Kombina-



Im Zentrum für Integrative Medizin Bornemann nehmen sich die Therapeuten viel Zeit für das Erklären und Behandeln der Beschwerden.

Foto: ZfIM Bornemann

tion aus moderner Technologie und osteopathischem Know-how. Herzstück des Behandlungskonzepts ist das PelviPower™-Training – ein System, das mithilfe von Magnetfeld- und Biofeedback-Technologie den Beckenboden passiv, aber hochintensiv aktiviert.

Bis zu 25.000 Muskelkontraktionen pro Sitzung trainieren dabei gezielt die tiefen Muskelschichten – ganz

ohne Anstrengung, bequem im Sitzen oder Liegen. So werden Durchblutung und Muskelkraft gefördert, Verspannungen können sich lösen. Eingesetzt wird das Verfahren bei Inkontinenz, nach Geburten oder Operationen – aber auch zur Leistungssteigerung im Sport.

Präzise Technik, individuelle Anwendung

PelviPower™ gilt als eines der technisch ausgereiftesten Systeme seiner Art. Die Besonderheit: Eine flexible Magnetspule erlaubt es, unterschiedliche Muskelareale gezielt anzusprechen. Das Training kann wahlweise in Sitz- oder Lie-

gepositionen erfolgen – komfortabel und stressfrei.

Im Unterschied zu vielen Standardgeräten lässt sich das Programm individuell auf die jeweilige Situation der Patientin oder des Patienten abstimmen. Entwickelt mit Schweizer Präzision und deutscher Qualitätsarbeit steht die Methode für Sicherheit und Effizienz.

Hightech trifft Handarbeit

Im Zentrum Bornemann bleibt die Technologie jedoch kein Selbstzweck. Die osteopathische Begleitung ist fester Bestandteil jeder Behandlung. Mit manuellen Techniken lösen die Therapeutinnen und Therapeuten

Spannungen, verbessern die Beweglichkeit des Gewebes und fördern das Zusammenspiel von Becken, Wirbelsäule und Organen.

So entsteht ein ganzheitlicher Therapieansatz, der Hightech und Handarbeit verbindet – für mehr Stabilität, Kraft und Lebensqualität.

ZENTRUM FÜR INTEGRATIVE MEDIZIN BORNEMANN

Moltkeplatz 2, 23566 Lübeck

Tel. 0451/ 79 80 99

mail@zfim-bornemann.de

www.zfim-bornemann.de

Alle privaten Kassen, Selbstzahler (hier ist oft Zuschuss über die gesetzlichen Krankenkassen möglich), Beamte und Zusatzversicherung

Beckenboden stärken

Jede zweite Frau entwickelt während oder nach ihrer Schwangerschaft Beckenbodenprobleme. Oftmals zeigt sich das durch Symptome wie Inkontinenz, Schmerzen oder Senkungsbeschwerden. Dr. med. Rieke Hermann, Fachärztin für Gynekologie und Geburtsmedizin, und die Yogalehrerin Katharina Charissé wissen aus ihrer täglichen Praxis, wie häufig Frauen mit ihren Be-



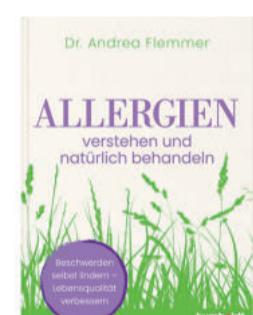
Die Beckenboden-Revolution, südwest-verlag, ISBN 978-3-517-10386-0
Foto: Südwest-Verlag

schweren allein gelassen werden. Mit dem neuen Ratgeber „Die Beckenboden-Revolution“ wollen die Autoreninnen das ändern hilfreiches Know-how über die Vorteile eines intakten und gut trainierten Beckenbodens vermitteln – während der Schwangerschaft und in der Zeit danach. Dazu gehören medizinisches Wissen und Übungen aus dem Prä- und Postnatal-Yoga.

Allergien ganzheitlich behandeln

Ständiges Niesen, eine juckende Nase oder tränende Augen: Allergien sind weit verbreitet und können den Alltag der Betroffenen stark beeinträchtigen. Die Biologin und Ernährungswissenschaftlerin Dr. Andrea Flemmer gibt in ihrem aktuellen Ratgeber „Allergien verstehen und natürlich behandeln“ Antworten auf Fragen rund um Heuschnupfen und Co.– von Medikamenten

über Heilkräuter bis hin zu einer allergiebewussten Ernährung. Kann man sich gegen Allergien impfen lassen? Welche Pflanzen und Tiere können Auslöser sein? Welche Rolle spielt Umweltverschmutzung? Die Autorin erläutert praxisorientierte Maßnahmen zur Steigerung der Lebensqualität sowie zu einem ganzheitlichen Umgang mit den Einschränkungen.



Allergien verstehen und natürlich behandeln, humboldt-verlag, ISBN 978-3-8426-3205-9 Foto: humboldt-verlag

Psychosomatische Versorgung mit regionaler Stärke

Curtius Klinik baut ambulante Patientenversorgung im Kreis Ostholstein weiter aus



CURTIUS KLINIK

Psychosomatische Medizin
Neue Kampstraße 2
23714 Bad Malente-Gremmühlen
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

Die Curtius Klinik in Bad Malente gilt seit fast 35 Jahren als feste Größe in der psychosomatischen und psychotherapeutischen Versorgung in Ostholstein. Die moderne Fachklinik orientiert sich am biopsychosozialen Modell von Gesundheit und Krankheit und verbindet medizinische, psychologische und soziale Aspekte zu einem ganzheitlichen Behandlungskonzept.

Um die regionale Versorgung weiter zu stärken, wurde 2016 das medizinische Versorgungszentrum (MVZ) der Curtius Klinik gegründet. Es ergänzt die stationäre Behandlung durch ambulante Angebote in den Fachbereichen Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Anfang November 2025 zieht

das MVZ in neue, größere Räumlichkeiten nach Eutin. Auf 270 Quadratmetern werden dort künftig drei Fachärzte und drei Weiterbildungsassistenten in modernen Behandlungsräumen tätig sein – zentral gelegen in der Sielbeker Landstraße.

Seit Oktober 2022 hat die Curtius Klinik zudem ihr Spektrum mit einer Psychosomatischen Institutsambulanz (PsIA) erweitert. Sie bietet eine intensive, aber ambulante Therapie für Patientinnen und Patienten, die mehr Unterstützung benötigen, als eine klassische ambulante Psychotherapie leisten kann – ohne dass eine vollstationäre Aufnahme erforderlich ist. So lassen sich Wartezeiten überbrücken oder Klinikaufenthalte verkürzen.



In der Gruppentherapie der Curtius Klinik entsteht Raum für Austausch, Verständnis und neue Perspektiven.

Foto: Halfpoint - Adobe Stock

Das multiprofessionelle Team arbeitet mit einem kombinierten Therapieansatz aus Einzel- und Gruppengesprächen, kreativen und körperorientierten Verfahren sowie Entspannungsangeboten. Regelmäßige Fallkonferenzen sichern die enge Abstimmung zwischen Ärztinnen,

Psychotherapeutinnen und Pflegekräften.

CURTIUS KLINIK GMBH & CO. KG

Neue Kampstr. 2, 23714 Bad Malente
Ansprechpartnerin: Nadine Feder
Tel: 04523 407-852
psia@curtius-klinik.de oder
psychotherapie@curtius-klinik-mvz.de

Diagnose Prostatakrebs: was nun?

Eine unabhängige Zweitmeinung von zertifizierten Experten sorgt für Sicherheit bei der Therapieauswahl

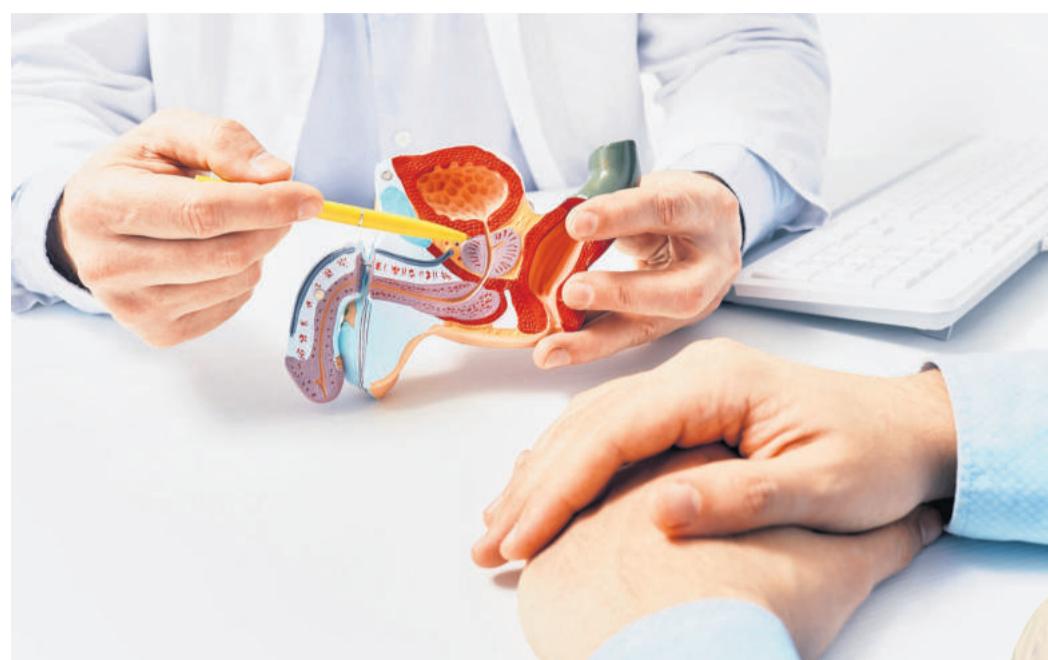
Prostatakrebs ist die häufigste Tumorerkrankung beim Mann. In jedem Jahr werden rund 70.000 neue Fälle diagnostiziert. Wenn Ärzte den Prostatakrebs schon in einem frühen Stadium entdecken, stehen die Heilungs-Chancen gut.

Dennoch ist es für viele Patienten zunächst ein Schock, die Diagnose „lokal begrenztes Prostatakarzinom“ zu erhalten. Dieser emotionalen Ausnahmesituation begegnet man am besten, indem man – zusätzlich zur Erstdiagnose des behandelnden Urologen – eine weitere ärztliche Einschätzung in einem zertifizierten Zweitmeinungszentrum einholt. Dies sorgt für zusätzliche Sicherheit auf dem Behandlungsweg.

Zertifiziert und qualifiziert

Eine Zweitmeinung dürfen nur ambulant oder stationär tätige Fachärzte der Urologie und Strahlentherapie abgeben, die über besondere Qualifikationen verfügen. Dr. Martin Frambach und PD Dr. Claudius Füllhase vom Urologischen Zentrum Lübeck (UZL) haben als zwei von vier Urologen in Schleswig-Holstein die Zulassung zum Zweitmeinungsverfahren beim Prostatakarzinom.

Die beiden Experten analysieren die Befunde und Unterlagen, welche die Pa-



Im Urologischen Zentrum nehmen sich die Fachärzte viel Zeit, um den Patienten ihre Zweitmeinung gut verständlich zu erklären. Foto: peakstock - adobe stock

tienten ihnen vor dem Zweitmeinungsgespräch im Urologischen Zentrum Lübeck (UZL) schicken.

In bestimmten Fällen ziehen Dr. Frambach und PD Dr. Füllhase ein interdisziplinäres Tumorboard hinzu, das an das UZL angeschlossen ist. Das Gremium von niedergelassenen Kooperationspartnern aus der Strahlentherapie, Pathologie, Radiologie, Onkologie und Chirurgie verfügt ebenfalls über eine hohe Expertise im Bereich von Prostatakrebs.

Dr. Martin Frambach und PD Dr. Claudius Füllhase nehmen sich viel Zeit, um

den Patienten ihre fachärztliche Empfehlung gut verständlich zu erläutern. Bei einem lokal begrenzten Prostatakarzinom kommen unter anderem eine Operation, verschiedene Strahlentherapien oder zunächst „nur“ eine engmaschige Überwachung ohne körperlichen Eingriff (Active Surveillance) in Frage.

Gut aufgeklärt über die Behandlungsstrategie

Eine Krebserkrankung ist ebenso individuell wie der Patient. Darum ist auch nicht jede Therapie für jeden Mann gleichermaßen gut

geeignet. „Unser Ziel ist es, dass sich die Patienten über die für sie persönlich infrage kommende Behandlungsstrategie gut aufgeklärt und umfassend informiert fühlen“, so Dr. Frambach. „So können sie – auch zusammen mit ihren Liebsten – die

Dr. Martin Frambach und PD Dr. Claudius Füllhase zählen zu den wenigen Urologen in Schleswig-Holstein, die über eine Zulassung zum Zweitmeinungsverfahren beim Prostatakarzinom verfügen.

Foto: Jessica Ponnath

richtige Entscheidung treffen.“

PD Dr. Füllhase ergänzt, dass sich viele Männer neben der rein onkologischen Einschätzung mehr Wissen über eventuelle Spätfolgen wie zum Beispiel Potenzstörungen oder Harninkontinenz wünschen. Andere wiederum stellen den Fachärzten Fragen zum Behandlungsverlauf: „Wann darf ich wieder

sportlich aktiv sein, ab wann kann ich wieder reisen?“

Das Recht auf eine zweite Meinung

Männer mit örtlich begrenztem Prostatakrebs haben seit April 2025 einen rechtlichen Anspruch auf die Zweitmeinung von einem zertifizierten Facharzt. Die Überweisung dorthin stellt der erstbehandelnde Urologe aus. Die Kosten für die Zweitmeinung übernehmen die Krankenkassen. jnp

UZL UROLOGISCHES ZENTRUM LÜBECK GBR

Kronsforder Allee 69
23560 Lübeck
Tel. 0451/317 04 35-0
uz-luebeck.de
info@uz-luebeck.de



Die Zubereitungsmöglichkeiten und die Geschmacksvielfalt des Kürbisses sind groß. Foto: rawpixel.com - adobe stock

Herbstgemüse mit Power

Warum der Kürbis so gesund ist

Kürbis ist das kulinarische Symbol des Herbstes. Die farbenfrohe Riesenbeere überzeugt durch Vielseitigkeit, feinen Geschmack und ein beeindruckendes Nährstoffprofil. Sie ist kalorienarm, ballaststoffreich und liefert wertvolle Vitamine, Mineralstoffe sowie sekundäre Pflanzenstoffe. „Kürbis vereint Genuss und Gesundheitsnutzen auf ideale Weise. Als Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung kann er das Immunsystem stärken, den Stoffwechsel unterstützen und zu einem ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt beitragen“, erklärt die Ernährungswissenschaftlerin Dipl.-Ing. Silvia Bürkle.

Vitalstoffreich und kalorienarm Mit rund 25 Kilokalorien pro 100 Gramm und einem Wassergehalt von etwa 90 Prozent eignet sich Kürbis hervorragend für eine bewusste, kalorienarme Ernährung. Besonders wertvoll ist sein hoher Gehalt an Betacarotin, einer Vorstufe von Vitamin A, das wichtig für Augen, Haut und Immunsystem ist. Erhält wird das Profil durch Vitamin C, das die Abwehrkräfte stärkt, und Vitamin E, das als Antioxidans die Zellen schützt. „Auch Mineralstoffe wie Kalium, das den Blutdruck reguliert, und Magnesium, das die Muskelfunktion unterstützt, sind enthalten“, so Bürkle. Darüber hinaus liefert Kürbis viele Ballaststoffe,

die die Verdauung fördern und für ein lang anhaltendes Sättigungsgefühl sorgen.

Vielseitiger Genuss

Ob Hokkaido, Butternut oder Muskatkürbis – die Vielfalt ist groß. Gemeinsam ist allen Sorten ihre Bekömmlichkeit und ihre kulinarische Flexibilität. „Durch seinen angenehm süßlichen Geschmack eignet sich Kürbis sowohl für herzhafte Gerichte wie Suppen und Ofengemüse als auch für süße Kreationen wie Kuchen oder Pürees“, sagt Bürkle. Besonders praktisch: Der Hokkaido-Kürbis kann mitsamt Schale verarbeitet werden – das spart Zeit und liefert zusätzliche Nährstoffe.

Borgmeier

Wirksame Hilfe bei Rückenschmerzen – und mehr

Ob Schmerz, emotionale Blockaden oder Lebenskrisen: Tasja Nummert behandelt in ihrer Praxis Patienten mit unterschiedlichsten Beschwerdebildern

immer wieder erlebe ich, dass Menschen mit Rückenschmerzen anfangs skeptisch, aber dennochhoffnungsvoll in meine Praxis kommen“, erzählt Heilpraktikerin und Rückentherapeutin Tasja Ariane Nummert. „Oft haben sie schon über Jahre vieles ausprobiert – ohne den ersehnten Erfolg. Umso schöner ist es, wenn sich nach wenigen Sitzungen bereits eine spürbare Erleichterung einstellt.“

Tasja Nummert arbeitet mit einer speziellen Rückentherapie, die sie bei einem Orthopäden aus den Niederlanden erlernt und in den letzten Jahren weiter verfeinert hat. Das Herzstück dieser Methode ist ein besonderes Behandlungsgerät, das hilft, Muskulatur zu stärken und gleichzeitig Blockaden zu lösen. „Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfälle entstehen häufig durch langanhaltende Fehlstellungen, wie zum Beispiel einen Beckenschiefstand“, erklärt Nummert. „Wird dieser behoben, kann die Wirbelsäule entlastet und zur Regeneration angeregt werden.“

Wenn der Körper spricht: Hypnose als zweite Option

Neben der Rückentherapie bietet Tasja Nummert auch



Heilpraktikerin und Rückentherapeutin Tasja Nummert mit Hündin Ayla.

Foto: Tasja Nummert

eine auflösende Hypnose an. Diese Methode kommt zum Einsatz, wenn körperliche Behandlungen allein nicht ausreichen oder tieferliegende, emotionale Blockaden die Heilung erschweren. „Die Hypnose kann helfen, unbewusste Muster aufzuspüren, die körperliche Beschwerden beeinflussen. Sie bietet zudem Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen wie bei Ängsten, Trauer oder Trennungen – bei Erwachsenen und Kindern. Auf diese Weise wird Raum für

neue Perspektiven und innere Balance geschaffen“, sagt Tasja Nummert.

Interessierte können sich bei Tasja Nummert beraten lassen. Bis zum 31.10. gibt es einen Gutschein von 20 Euro auf die erste Behandlung für LN-Leserinnen.

TASJA ARIANE NUMMERT

Heilpraktikerin im DAO-Haus
Meesenring 1, 23566 Lübeck
Tel. 0163/685 11 23
www.heilpraktikerin-luebeck.de
www.feelgood-hypnose.de
info@feelgoodo.de



Das Team der Viszeralmedizin Süd (v. li.): Prof. Philipp Hildebrand, Dr. Klaus J. Schmidt, Dr. Tobias Noll, PD Dr. Florian Bär, Dr. Sven Callsen, Prof. Jürgen Büning, Prof. Hendrik Schimmelpenning.

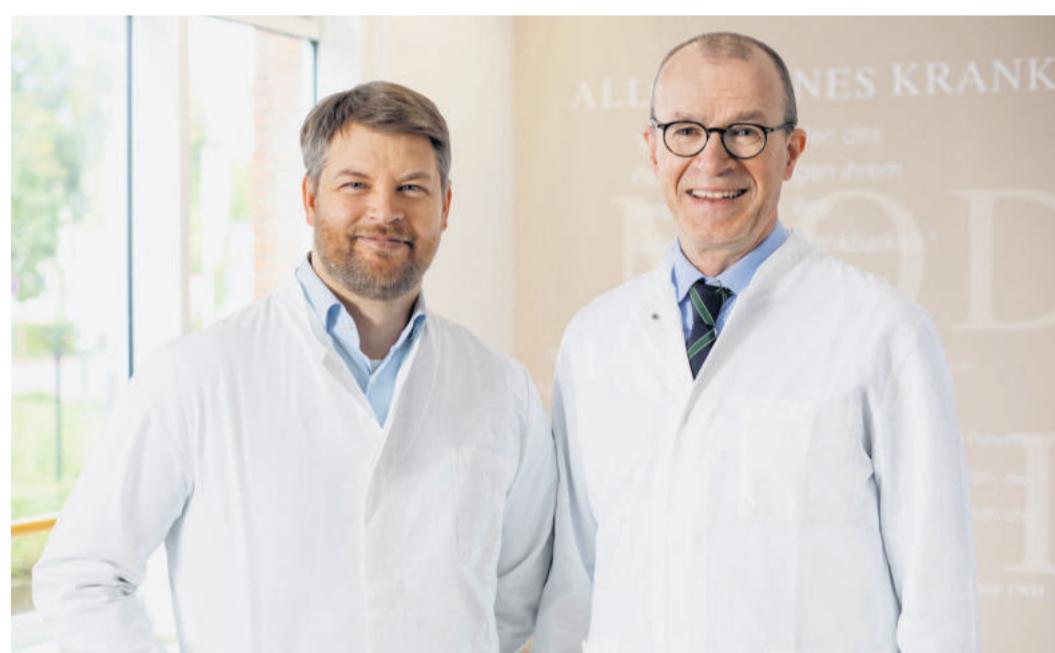
Fotos: Sana Kliniken Lübeck

Viszeralmedizin Süd: gemeinsam stark für die Patientinnen und Patienten

Vernetzte Medizin für Magen, Darm, Leber und Bauchspeicheldrüse – ambulant und stationär aus einer Hand.

Wer in Lübeck und Umgebung an einer Erkrankung des Verdauungstrakts leidet – sei es Magen, Darm, Bauchspeicheldrüse, Leber oder Gefäße im Bauchraum – findet an der Kronsforder Allee eine Versorgung, die es so nur selten gibt: die Viszeralmedizin Süd. Das Besondere daran ist die enge Kooperation zwischen den Sana Kliniken Lübeck und der Praxis für Gastroenterologie Hansestadt Lübeck, die seit mehr als zehn Jahren besteht und nun weiter intensiviert wird. Ziel ist es, die Patientinnen und Patienten in Lübeck und der Region noch umfassender, effizienter und auf höchstem medizinischen Niveau zu betreuen.

medizinischen Einheiten sind am Standort Süd an der Kronsforder Allee gebündelt. Kurze Wege, schnelle Kommunikation und direkte räumliche Verbindung von Praxis und Krankenhaus machen die Behandlung effizient und übersichtlich. Ein weiteres Alleinstellungsmerkmal sind die Doppelfunktionen der Ärztinnen und Ärzte. Viele von ihnen arbeiten sowohl im ambulanten Bereich der Praxis als auch im stationären Bereich der Klinik. Für Patientinnen und Patienten bedeutet das, dass sie ihre vertrauten Ansprechpartner nicht verlieren, wenn eine stationäre Behandlung notwendig wird. Brüche im Behandlungsverlauf werden vermieden, Doppeluntersuchungen entfallen, relevante Informationen bleiben erhalten.



Prof. Philipp Hildebrand und Prof. Hendrik Schimmelpenning (v.li.) sind Leiter der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie in den Sana Kliniken Lübeck.

Die Patientinnen und Patienten profitieren von einem ganzheitlichen Blick, kurzen Wegen und einer Betreuung, die sich nicht an Strukturen, sondern an ihren Bedürfnissen orientiert.

Prof. Jürgen Büning
Mitinhaber der Praxis für Gastroenterologie Hansestadt Lübeck

„Durch die Kombination unserer medizinischen Expertisen können patientenzentrierte Abläufe weiter verbessert werden“, betont Prof. Jürgen Büning, Mitinhaber der Praxis für Gastroenterologie Hansestadt Lübeck. „Die Patientinnen und Patienten profitieren von einem ganzheitlichen Blick, kurzen Wegen und einer Betreuung, die sich nicht an Strukturen, sondern an ihren Bedürfnissen orientiert.“

Breites medizinisches Spektrum – modern und vernetzt

Die Viszeralmedizin Süd bietet ein umfassendes Behandlungsspektrum. Dazu gehören chronisch-entzündliche Darmerkrankungen, Tumorerkrankungen im Bauchraum, Adipositas, Erkrankungen an Leber, Bauchspeicheldrüse und Magen ebenso wie komplexe Gefäßprobleme. Viele Operationen können heute minimalinvasiv durchgeführt werden, mit kleineren Schnitten, weniger Schmerzen und kürzeren Heilungszeiten.

Damit kein Aspekt der Behandlung übersehen wird, arbeiten auch weitere Disziplinen eng mit der Viszeralmedizin Süd zusammen: Radiologie, Onkologie, Strahlentherapie und Urologie sind Teil des Netzwerks. In interdisziplinären Fallkonferenzen beraten Ärztinnen und Ärzte verschiedener Fachrichtungen gemeinsam über die beste Therapie – immer abgestimmt auf die individuelle Situation des Patienten.

Neue Doppelspitze als Verstärkung

Seit Sommer 2025 wird die Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie von einer neuen Doppelspitze geleitet. Prof. Dr. Hendrik Schimmelpenning, der bereits seit Juli im Haus ist, und Prof. Dr. Philipp

Hildebrand, der im August dazukam, bringen langjährige Leitungserfahrung und komplementäre Schwerpunkte mit. Schimmelpenning ist spezialisiert auf chronisch-entzündliche und bösartige Darmerkrankungen sowie funktionelle Enddarmstörungen. Hildebrand wiederum verfügt über besondere Expertise in der Chirurgie von Leber, Bauchspeicheldrüse, Magen und Gefäßen.

„Die Verzahnung von ambulanter und stationärer Medizin ist für die Patientinnen und Patienten ein enormer Vorteil“, sagt Prof. Dr. Hendrik Schimmelpenning. „Wir sehen hier in Lübeck die Chance, moderne Konzepte zu entwickeln und gemeinsam mit unseren Partnern Strukturen zu schaffen, die die medizinische Betreuung dauerhaft verbessern. Uns ist wichtig, dass wir dabei nicht nur auf die Erkrankung schauen, sondern immer auf den ganzen Menschen.“

„Die Verzahnung von ambulanter und stationärer Medizin ist für die Patientinnen und Patienten ein enormer Vorteil“, sagt Prof. Dr. Hendrik Schimmelpenning. „Wir sehen hier in Lübeck die Chance, moderne Konzepte zu entwickeln und gemeinsam mit unseren Partnern Strukturen zu schaffen, die die medizinische Betreuung dauerhaft verbessern. Uns ist wichtig, dass wir dabei nicht nur auf die Erkrankung schauen, sondern immer auf den ganzen Menschen.“

Kooperation zum Wohle der Patienten

Dass Klinik und Praxis so eng zusammenarbeiten, zeigt sich auch in der Organisation. Termine können schneller vergeben, Untersuchungen zügiger abgestimmt werden. Gemeinsame Fachkonferenzen sorgen dafür, dass alle Beteiligten auf dem gleichen Stand sind. Patientinnen und Patien-

ten erleben so eine echte „Versorgung aus einer Hand“.

„Wir freuen uns, die sektorübergreifende Zusammenarbeit und damit die Verzahnung von ambulanter und stationärer Versorgung weiter auszubauen und den Patientinnen und Patienten eine qualitativ hochwertige und durchgängige Versorgung zu ermöglichen“, unterstreicht Geschäftsführerin Angela Bartels.

„Unsere tagtäglich gelebte Partnerschaft ist ein wichtiges Beispiel dafür, wie innovative Kooperationen die Gesundheitsversorgung in Lübeck und der Region nachhaltig verbessern können.“

„Unsere tagtäglich gelebte Partnerschaft ist ein wichtiges Beispiel dafür, wie innovative Kooperationen die Gesundheitsversorgung in Lübeck und der Region nachhaltig verbessern können.“

Blick in die Zukunft

Die enge Kooperation aller Beteiligten im Rahmen der Viszeralmedizin Süd markiert einen wichtigen Schritt in der Weiterentwicklung des viszeralmedizinischen Schwerpunkts an der Kronsforder Allee, der langfristig immer stärker gefestigt werden soll. „Die Vertiefung unserer Zusammenarbeit unterstreicht

„**Uns ist wichtig, dass wir dabei nicht nur auf die Erkrankung schauen, sondern immer auf den ganzen Menschen.**

Prof. Dr. Hendrik Schimmelpenning
Leiter der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie an den Sana Kliniken Lübeck

unser gemeinsames Engagement für eine optimale medizinische Betreuung“, erklärt Dr. Tobias Noll, Chefarzt der Medizinischen Klinik I an den Sana Kliniken Lübeck. „Gemeinsam mit den neuen Chefarzten und den etablierten Strukturen soll die Viszeralmedizin Süd zu einem Modell für moderne, integrierte Gesundheitsversorgung werden.“

Fazit
Die Viszeralmedizin Süd steht für eine klare Idee: Medizin nicht nebeneinander, sondern gemeinsam und gut vernetzt. Patientinnen und Patienten profitieren von schneller Terminvergabe, vertrauten Ansprechpartnern mit langjähriger Erfahrung, patientenindividueller Behandlung auf höchstem Niveau, abgestimmten Abläufen und einer engen Verzahnung von ambulanter und stationärer Versorgung. Oder wie es Geschäftsführerin Angela Bartels zusammenfasst: „Mit der Viszeralmedizin Süd bündeln wir unsere Kräfte – und stellen sicher, dass die Menschen in Lübeck und der Region eine verlässliche, moderne und umfassende Gesundheitsversorgung erhalten.“

SANA KLINIKEN LÜBECK
www.sana.de/luebeck/medizin-pflege/viszeralmedizin-sued



Hybrid-Vorträge

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



GESUNDHEITSFORUM

im CITTI-PARK Lübeck



November 2025

Datum Zeit	Thema Vortragende
Mo. 3. 18 – 19 Uhr	Prostatakrebs – Vorsorge und Früherkennung Prof. Dr. Axel Merseburger – Klinik für Urologie
Di. 4. 18 – 19 Uhr	Virale Atemwegserkrankungen – Influenza, RSV und neue Viren Dr. Pia Hennings – Klinik für Infektiologie
Do. 6. 18 – 20 Uhr	Hautkrebstherapie 2025 – was gibt es Neues? Prof. Dr. Patrick Terheyden – Klinik für Dermatologie, Allergologie und Venerologie
Di. 11. 18 – 19 Uhr	Chronische Schmerzen – Behandlung in der Schmerztagesklinik Dr. Petra Blömer – Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin, Schmerzambulanz und Schmerztagesklinik
Mi. 12. 18 – 19 Uhr	Diagnostik und operative Therapie beim Lymphödem Prof. Dr. Anja Miriam Boos – Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie – Handchirurgie und Schwerbrandverletztenzentrum
Do. 13. 18 – 19 Uhr	Sehstörungen bei Diabetes PD Dr. Michelle Prasuhn – Klinik für Augenheilkunde
Fr. 14. 11 – 18 Uhr	Aktionstag: Gesunde Gefäße – gesundes HERZ Den Herzinfarkt vermeiden Prof. Dr. Ingo Eitel, Prof. Dr. Stephan Ensminger, Prof. Dr. Roland Tilz – UHZL
Mo. 17. 18 – 19 Uhr	Ethikberatung: Unterstützung bei schwierigen Entscheidungen Andre Nowak – Klinisches Ethikkomitee am UKSH
Di. 18. 18 – 19 Uhr	Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht + Co. Maren Hoge – PIZ Patienteninformationszentrum
Mi. 19. 18 – 19 Uhr	Effektive Behandlung der Potenzschwäche – was tun? Prof. Dr. Daniar Osmonov – Klinik für Urologie
Di. 25. 18 – 19 Uhr	Riss der erweiterten Gefäßwand (Aortenaneurysma) – Ursache und Therapie einfach erklärt Fabian Schwarze – Klinik für Chirurgie

Veranstaltung mit erweitertem Programm.

Veranstaltung findet ausschließlich in Präsenz statt.

Vital-Tanzen „TADIFIT“

5.11. | 19.11. | 3.12. | 17.12.2025

max. 25 Teilnehmer

mittwochs von 15 – 16 Uhr

UCCSH | Universitäres Cancer Center Schleswig-Holstein

Sonderveranstaltung

Fr., 14.11.2025 | 11 – 18 Uhr

Gesunde Gefäße – gesundes HERZ

Den Herzinfarkt vermeiden

Foto: ©Nathan Hutchcraft | ©krungchingpixs – adobe.stock.com



VERANSTALTUNGEN



ANMELDUNG/
AUSKUNFT

Tel.: 0451 500 – 10742

Mo.: 9 – 15 Uhr, Di. + Do.: 9 – 12 Uhr

E-Mail: gesundheitsforum.luebeck@uksh.de

www.uksh.de/gesundheitsforum

Wissen schafft Gesundheit



Wir sind anders.

NEU bei uns
im Zentrum

INNOVATIVE BECKENBODENTHERAPIE für mehr Kraft, Stabilität und Wohlbefinden

PelviPower™ ist eine innovative Methode zur Stärkung der gesamten Beckenbodenmuskulatur, basierend auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Mithilfe modernster Magnetfeld- und Biofeedback-Technologie wird der Beckenboden gezielt aktiviert – ganz ohne Anstrengung, einfach im Sitzen.

Sanft, aber intensiv – Aktiviert die Tiefenmuskulatur mit bis zu 25.000 Muskelkontraktionen innerhalb einer Sitzung, weit mehr als durch herkömmliche Beckenbodenübungen möglich wäre.

Effektiv & schonend – Ideal für jede Altersgruppe und Fitnessstufe. PelviPower™ bietet maßgeschneiderte Trainingsprogramme, die speziell auf Ihre individuellen Beschwerden und Bedürfnisse abgestimmt sind. Diese Behandlungsvielfalt gibt es in dieser Form bei keinem anderen Anbieter.

Individuell anpassbar – für spezifische Bedürfnisse und gesundheitliche Herausforderungen. PelviPower™ ist das einzige Gerät auf dem Markt, das über eine flexible Magnetspule verfügt. Dadurch können verschiedene Muskelbereiche individuell angesprochen und gezielt aktiviert werden – für ein noch effektiveres Training.



Frauen

Menopause
Erhöhte Libido



Männer

Vitalität
Potenz stärken



Inkontinenz

Blasenschwäche
Harnverlust



Rückbildung

Erholung
nach Geburt



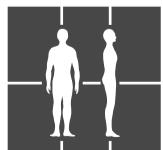
Rücken

Entspannung
Stärkung



Sport

Performance
Stabilität



ZENTRUM FÜR
INTEGRATIVE MEDIZIN BORNEMANN

Schmerztherapie / Osteopathie / Chiropraktik / Triggerstosswellen / Naturheilverfahren

Schmerztherapie – Osteopathie – Chiropraktik – Trigger Stoßwellen Therapie – Atlastherapie – Kinderosteopathie – Stoffwechselprogramm – Infusionstherapie – Allergiebehandlung – Elastografie – 4D Wirbelsäulenvermessung

MOLTKEPLATZ 2 / 23566 LÜBECK / TEL.: 0451 79 80 99
www.zfim-bornemann.de / www.scaremedy.de

