

# BERLINER Ärztemagazin

PRIV.-DOZ. DR. OLIVER THAMM

*Verjüngung aus  
professionellen Händen*

PROF. DR. ANDREAS M. HALDER

*„Rapid Recovery“ bringt  
Patienten schnell wieder  
auf die Beine*

PROF. DR. WOLFGANG HENRICH

*Geburtsmedizin  
ist vor allem eine  
Erfahrungswissenschaft*

DR. BASTIAN PHILIPPEN

*Klare Sicht – durch  
Lasertechnologie*

DR. DANIEL PANZER

*Vom Augenlid bis zur  
Bauchdecke*

PRIV.-DOZ. DR. DANIEL PILGER & PRIV.-DOZ. DR. JÖRN KUCHENBECKER

*Moderne Technologie  
für ein Leben ohne Brille*

smile eyes :)

Augenmedizin • Augenlasern



## RUNDUM OPTIMAL VERSORGT IN DER ENDO-KLINIK BERLIN

Die roboterunterstützte OP-Methode beeinflusst maßgeblich, ob Patienten und Patientinnen lebenslang versorgt sind oder sich in höherem Alter einer Wechseloperation unterziehen müssen.

**Prof. Dr. med. Daniel Kendoff**  
Chefarzt Zentrum für Orthopädie und  
Unfallchirurgie im Helios Klinikum Berlin-Buch

deagreez / stock.adobe.com

In der ENDO-Klinik Berlin sind Ihre Hüften und Knie in den besten Händen. Von der Primärversorgung bis zur anspruchsvollen Austauschoperation führen unsere Spezialisten und Spezialistinnen jegliche Eingriffe unter Verwendung hochwertiger Implantate und modernster OP-Techniken durch. Unterstützung erhalten sie dabei von gleich zwei roboterbasierten Assistenzsystemen, die für eine noch präzisere Prothesenposition und eine verbesserte

Funktion der künstlichen Gelenke sorgen. Ein Alleinstellungsmerkmal der ENDO-Klinik Berlin. Als Teil des Helios Klinikums Berlin-Buch ist die ENDO-Klinik Berlin auch dann genau die richtige Adresse, wenn Betroffene mehrere Erkrankungen aufweisen. Das interdisziplinäre medizinische Zusammenspiel unter einem Dach ist nur in einem modernen Haus der Maximalversorgung wie dem Bucher Klinikum mit seinen mehr als 60 Fachbereichen möglich.



## Liebe Leserin, lieber Leser,

das Gesundheitssystem in Deutschland befindet sich derzeit in einem riesigen Umbruch. Ärzte und Pflegekräfte fehlen. Notfallversorgung und geplante moderne Medizin behindern sich gegenseitig. Wegen Unterfinanzierung, schwindender Ressourcen und schlechter Arbeitsbedingungen streikt an Uni-Kliniken und kommunalen Krankenhäusern immer häufiger das Personal. Auf der anderen Seite wollen sich immer weniger junge Mediziner mit einer eigenen Praxis selbstständig machen.

An der sogenannten „Sektorengrenze“ zwischen ambulant und stationär kracht es gewaltig. Denn immer mehr Leistungen können aus medizinischer Sicht und sollten aus finanzieller Sicht ambulant erbracht werden. Doch wollen die niedergelassenen Ärzte, genauso wie die Kliniken, dabei ihre Leistung ordentlich bezahlt wissen.

So warten Patienten immer länger auf einen geeigneten Facharzttermin. Anderen wird in ihrem Leiden nicht adäquat geholfen, weil sie beim „falschen“ Arzt landen.

Das Arztemagazin stellt Experten mit ihren Spezialgebieten und Schwerpunkten vor. Damit Sie im Dschungel unseres derzeit kranken Gesundheitssystems den sicheren und schnelleren Weg zum richtigen Spezialisten finden.

Wir wünschen Ihnen alles Gute.

*Ihr Redaktionsteam der Berliner Arztemagazins*

- 4 Augenheilkunde**  
Priv.-Doz. Dr. med. Jörn Kuchenbecker,  
Priv.-Doz. Dr. med. Daniel Pilger  
Moderne Technologie  
für ein Leben ohne Brille

---

- 6 Muskelkrämpfe beim Sport**  
Was hilft wirklich?

---

- 7 Operative Orthopädie**  
Prof. Dr. med. Andreas M. Halder  
Künstliche Hüften und Kniegelenke:  
„Rapid Recovery“ bringt Patienten  
schnell wieder auf die Beine

---

- 8 Prävention**  
Männer reparieren,  
Frauen sorgen vor

---

- 9 Allgemein- und Viszeralchirurgie**  
Prof. Dr. med. Marc H. Jansen  
Zertifizierte medizinische  
Expertise für eine erfolgreiche  
Chirurgie

---

- 10 Pränataldiagnostik & Geburtsmedizin**  
Prof. Dr. med. Wolfgang Henrich  
Der sicherste Start in  
ein gesundes Leben

---

- 12 Immunsystem**  
Entzündungen: Still, heimlich und  
super gefährlich

---

- 13 Plastische & Ästhetische Chirurgie**  
Dr. med. Daniel Panzer  
Vom Augenlid bis zur Bauchdecke:  
Erfahrene Operateure für jedes  
Spezialgebiet

---

- 14 Augenheilkunde**  
Dr. med. Bastian Philippen  
Klare Sicht: Modernste Laser-  
technologie zur Behandlung  
von Fehlsichtigkeiten und des  
Grauen Stars

---

- 16 Hochsensibilität**  
Wenn die Sinne zu viel  
wahrnehmen

---

- 17 Onkologie**  
Prof. Dr. med. Carsten Kamphues  
Mit modernstem Wissen gegen den  
Bauchspeicheldrüsenkrebs

---

- 18 Oralchirurgie & Implantologie**  
Eleni Kapogianni M.Sc.  
Modernste Methoden bei Zahn-  
verlust: Vom Zahnimplantat  
innerhalb von 24 Stunden bis zur  
Komplettrehabilitation

---

- 20 Plastische & Ästhetische Chirurgie**  
Priv.-Doz. Dr. med. Oliver Thamm  
Vom Augenlid bis zum Hals:  
Verjüngung aus professionellen  
Händen

---

- 22 Migräne**  
Ohne Kopfschmerzen unerkannt

---

- 23 Orthopädie & Unfallchirurgie**  
Dr. med. Rüdiger Haase  
Neuestes medizinisches Know-how  
für „schmerzfreie Beweglichkeit“

---

- 24 Zahnheilkunde**  
Dr. med. Marek Froelich  
Günstiger Zahnersatz vor den  
Toren Berlins

---

- 25 Apotheken**  
Fehler bei der  
Medikamenteneinnahme

---

- 26 Veranstaltungstipps**



Mittels QR-Code können Sie diese Ausgabe und die bisherigen Arztemagazine auf dem Tablet oder Smartphone ansehen

**IMPRESSUM BERLINER ARZTE MAGAZIN**

**Verlag:** FUNKE Medien Berlin GmbH,  
Friedrichstr. 70, 10117 Berlin  
**Anzeigen:** FUNKE Services GmbH,  
Robert Burghardt

**Vermarktung & Redaktion:**  
Publishingone GmbH,  
Ludwigkirchstraße 11, 10719 Berlin,  
Verantwortlicher Berliner Arztemagazin:  
Joachim Lüdicke (V.i.S.d.P.)

**Marketing:**  
Ilir Emini  
Tel.: (030) 88 62 66 08  
arztemagazin@morgenpost.de

**Redaktion:** Paula Bonnet, Wiebke Bromberg,  
Marina Gunesch, Brigitte Jurczyk, Kathrin Reisinger,  
Melanie Thalheim  
**Fotografen:** fotomanufaktur schnittfinke,  
Marion Hunger, Thomas Oberländer, Simon Pauly,  
FotoArtPro.pl  
**Fotos:** Shutterstock

**Titelfoto:** Marion Hunger  
**Art direction/Produktion:**  
Jana Klüssendorf  
**Schlussredaktion:** Dr. Susanne Fricke  
**Druck:** B&K Offsetdruck GmbH,  
Gutenbergstr. 4-10, 77833 Ottersweier,  
www.bk-offset.de

Der redaktionelle Inhalt wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch wird für die Richtigkeit von Angaben, Hinweisen und Ratschlägen sowie für eventuelle Druckfehler keine Haftung übernommen. Der Inhalt der Texte im Berliner Arztemagazin darf nicht als Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. In keinem Fall ersetzt er einen Besuch beim Arzt. Nachdruck ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags möglich.



PRIV.-DOZ. DR. JÖRN KUCHENBECKER, PRIV.-DOZ. DR. DANIEL PILGER

Smile Eyes – mit den neuen Augenzentren Tegel und Leipziger Platz bald viermal in Berlin

# Moderne Technologie für ein Leben ohne Brille



Die Aufnahme mit der Pentacam des vorderen Augenabschnitts gehört bei Smile Eyes zum Standard vor einem refraktiven Eingriff.

Die Kompetenz im gesamten Spektrum der Augenheilkunde und die Spezialisierung im Bereich der refraktiven Augen Chirurgie sorgen für hohe Qualität der Behandlungen und Vertrauen bei den Patienten. Ein Leben frei von Brille oder Kontaktlinsen ist ein Wunsch, der in jedem Alter und unabhängig von der Art der Fehlsichtigkeit in Erfüllung gehen kann. Dieses Leistungsversprechen rund um besseres Sehen und die moderne Augenheilkunde bieten die Smile Eyes-Augenexperten, die auf die operative Korrektur von Fehlsichtigkeiten mittels Augenlaserverfahren und Linsenimplantationen spezialisiert sind.

Mit der SMILE-Methode gelingt eine hochpräzise Korrektur auch bei starker Fehlsichtigkeit. Die faszinierende Technologie wurde von Smile-Eyes-Augenärzten mitentwickelt und mit Zeiss, dem renommierten Hersteller von Laser- und Medizintechnik, technisch verwirklicht. Die minimalinvasive, das heißt besonders sanfte und sichere Laserbehandlung der neuen Generation, benötigt nur ca. 10 Sekunden,

Über 80 Prozent aller Informationen aus unserer Umwelt nehmen wir mit den Augen auf. Können sie nicht richtig sehen, werden wichtige Daten nicht weiterverarbeitet. Der Aufbau und die Funktion des Auges als wichtigstes Sinnesorgan sind dabei sehr komplex. Hornhaut, Linse, Netzhaut und Sehnerv gilt es als Strukturen zu erhalten, zu verbessern oder – bei Bedarf – zu „reparieren“. Dabei helfen die Augenärzte von „Smile Eyes“, einem Unternehmen, das bereits das vierte große Augenzentrum in Berlin eröffnet.



Priv.-Doz. Dr. Daniel Pilger und Priv.-Doz. Dr. Jörn Kuchenbecker freuen sich auf ihre neuen Herausforderungen bei Smile Eyes Berlin Mitte und Tegel

den, um den Patienten für Jahre oder für immer von der Brille zu befreien. Schon am Folgetag kann man wieder dem gewohnten Leben nachgehen, Auto fahren, Sport treiben und vieles mehr. Die SMILE-Methode gilt aufgrund der hohen Sicherheit, Präzision und schnellen Heilungsphase in Fachkreisen als Meilenstein in der Behandlung von Fehlsichtigkeit.

## Erfahrene Operateure

Einer der Augenexperten ist Priv.-Doz. Dr. Jörn Kuchenbecker, der im Spätsommer in der nagelneuen Praxis in Berlin-Tegel als Operateur voll einsteigt. Der bei vielen Berlinern bereits bekannte Facharzt für Augenheilkunde war unter anderem als Chefarzt der Augenklinik im Helios-Klinikum Buch und der Augenklinik und dem -Lasikzentrum am Gendarmenmarkt tätig. Unter anderem hat Kuchenbecker sich auf die Katarakt- und refraktive Chirurgie spezialisiert und bereits Tausende Patienten vom Grauen Star befreit. Aber auch in der Lidchirurgie, bei Makula-Degeneration und anderen Makula-

Erkrankungen, wie zum Beispiel gefährlichen Gefäßverschlüssen und intraokulären Injektionen, ist er Experte.

„In der neuen Praxis können wir den Patienten sehr guten Service gekoppelt mit optimaler technischer und personeller Ausstattung anbieten. Modernste Diagnostik und Therapien, zum Beispiel für Linsen und Netzhaut, werden hier mit unserer Expertise durch langjährige Erfahrung gekoppelt und sind für jeden verfügbar“, freut sich der seit über 25 Jahren tätige Augenspezialist.

Mit Kuchenbecker starten in Tegel drei weitere Ärzte. Absehbar wird das Team dann aus sechs Ärzten bestehen und auch – zusätzlich zur Chirurgie – alle Laserverfahren anbieten.

#### Ausführliche und individuelle Beratung

Smile Eyes ist tief in der Augenmedizin verwurzelt. Dem Patienten soll, wo es möglich ist, ein Leben ohne Brille nach höchsten medizinischen Standards ermöglicht werden. Dazu wird jeder Betroffene ausführlich und individuell beraten – nach

Richtlinien, die konsequent darauf ausgerichtet sind, die Lebensqualität der Patienten zu verbessern. Die Ärzte achten darauf, die Einzigartigkeit jedes Auges und jeder Lebenssituation einzubeziehen.

Da kann es auch einmal passieren, dass von einer Behandlung abgesehen wird, denn die hochspezialisierten Fachärzte operieren nie gegen ihre medizinische Überzeugung.

Priv.-Doz. Dr. Daniel Pilger wird nach dem Sommer im neuen Refraktiv-Zentrum von Smile Eyes am Leipziger Platz starten. Dort werden ausschließlich modernste Laser-Eingriffe durchgeführt. Pilger ist neben der Kataraktchirurgie auf die refraktive Hornhautchirurgie und refraktive intraokulare Chirurgie spezialisiert. Nach dem Studium an der Charité arbeitete er in Brasilien, Tansania und London, ehe es zurück an die Charité ging, wo er an Verfahren zur Hornhauttransplantation forschte. „Mein Steckenpferd ist die Hornhautchirurgie“, verrät er. Deshalb wird Dr. Pilger in Tegel zusätzlich eine Hornhautsprechstunde aufbauen. Hier kann jungen Patienten mit



Dr. Pilger und Dr. Kuchenbecker am Femto-Laser „VisuMax“ für den SMILE-Eingriff

Keratokonus, einer genetisch bedingten Hornhaut-Auswölbung, geholfen werden. Ehe es zu einer Hornhaut-Transplantation kommt, können die Ärzte schon vorher eingreifen und mit Laser-Behandlungen den Sehverlust aufhalten. Auch gegen schlechtes Sehen durch Narben an der Hornhaut, zum Beispiel infektionsbedingt oder aufgrund von Hornhaut-Dystrophien, gehen die Augenexperten dann mit bestimmten Laserverfahren vor.

Dr. Pilger freut sich auf die Arbeit bei Smile Eyes. Er wird zur Hälfte im Refraktivzentrum in Mitte und zur Hälfte im OP-Zentrum in Tegel arbeiten. „Das Schöne ist, dass wir unsere Patienten praxisübergreifend beraten und behandeln kön-

nen. Und das unter höchsten Hygienestandards“, sagt der Arzt.

#### Einsatz modernster Technik

Für jeden Patienten in jedem Alter finden die Augenexperten die individuell am besten geeignete Behandlungsoption. Smile Eyes nutzt zudem modernste Technologie, viel Erfahrung und ein strenges Qualitätsmanagement, um nach höchsten Standards zu operieren.

Dabei profitieren die Mitarbeiter von Smile Eyes auch von eigener Erfahrung als Patienten, da viele der Ärzte und Mitarbeiter schon selbst operiert sind. Jeder wird deshalb dort so behandelt, wie die Spezialisten auch selbst behandelt werden möchten. ◀

#### Smile Eyes 4x in Berlin

##### Lichterfelde-West

Drakestraße 48  
12205 Berlin



##### Charlottenburg

Neue Kantstr. 3  
14057 Berlin

##### ab Spätsommer:

##### Tegel

Gorkistraße 11-21  
13507 Berlin

##### Mitte

Leipziger Platz 7  
10117 Berlin-Mitte

Tel.: (030) 89 54 06 00

berlin@smileeyes.de

www.smileeyes.de/berlin

#### Schwerpunkte

- Allgemeine Augenheilkunde
- Kataraktoperationen (Grauer Star)
- Refraktive Chirurgie
- Glaukomvorsorge
- Netzhaut-Laser, Nachstar-Laser, Glaukom-Laser
- Sehschule/Orthoptik
- Vergrößernde Sehhilfen, Kontaktlinsen, Gutachten

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler



Mit der Pentacam können sogenannte Hornhauttopographie-Aufnahmen mit verschiedenen Messergebnissen der Hornhaut dargestellt werden.



# Muskelkrämpfe beim Sport – was hilft wirklich?

## Neue Erkenntnisse aus der Medizin

Ob beim Joggen, beim Fußball, Radfahren oder Yoga – beinahe jeder Sportler kennt das Gefühl, wenn ein Krampf einen plötzlich außer Gefecht setzt. Am häufigsten ist die Wadenmuskulatur betroffen. Die Krampfneigung kann bis zu einer Stunde anhalten und sehr schmerzhaft sein.

**B**is vor Kurzem noch galt die gängige Theorie, dass es sich beim Muskelkrampf im Sport um eine Folge der Dehydrierung mit gestörtem Mineralstoffwechsel handelt. Magnesiumgaben, Bananen, Nüsse und hypotone Sport-Getränke wurden von Experten für den Akutfall empfohlen.

Doch das haben neueste Studie nun widerlegt, berichtet PD Dr. Christian Sturm von der Klinik für

Rehabilitations- und Sportmedizin der Medizinischen Hochschule Hannover.

Krämpfe treten nach neuesten Erkenntnissen eher auf, wenn Ermüdung und andere individuelle Risikofaktoren ein Ungleichgewicht zwischen erregenden und hemmenden Reizen bedingen. Solche Risikofaktoren sind zum Beispiel Schlafmangel, Medikamenteneinnahme oder ein überdosiertes bzw. nicht angepasstes Training. Dazu

kommen aber auch persönlicher Stress, Schmerzen, Muskelschäden, Flüssigkeitsmangel und schließlich auch Umweltfaktoren wie Wärme und hohe Luftfeuchtigkeit.

Laut Sturm gibt es rund 30 verschiedene Faktoren, die beim Sportler zum Krampf führen können.

Um schnell und sicher gegenzusteuern, ist ein sanftes Dehnen der betroffenen Muskulatur am wirksamsten. Durch die erhöhte Sehnenanspannung wird über „rückmeldende Nervenbahnen“ im Zentralnervensystem die Entspannung des Muskels ausgelöst.

Das Gleichgewicht zwischen erregenden und hemmenden Signalen wird wieder hergestellt.

Zusätzlich können eine Kältetherapie, elektrische Stimulation und

auch Massagen helfen, den Teufelskreislauf zwischen Schmerz und Krampf zu durchbrechen.

Weiterhin empfiehlt der Mediziner Hausmittel wie Gurkensaft und Senf zur Krampflinderung. Diese gelten als sogenannte „TRP-Agonisten“. TRP sind Ionen-Kanäle, die unter anderem eine wichtige Rolle bei der Wahrnehmung von Schmerz spielen.

Bananen sind laut Sturm demnach kaum wirksam gegen den akuten Krampf. Auch von Tonic Wasser und hypotonen Getränken wird abgeraten. Eher sollte man zu Getränken mit einer Mischung aus Kohlenhydraten und Salz greifen. Diese seien auch deutlich effektiver als Magnesium. ◀

*Kathrin Reisinger*



PROF. DR. MED. ANDREAS M. HALDER

Sana Kliniken Sommerfeld

# Künstliche Hüften und Kniegelenke: „Rapid Recovery“ bringt Patienten schnell wieder auf die Beine

Die Sana Kliniken Sommerfeld sind weit über die Landesgrenzen hinaus als das „Mekka der Knie und Hüften“ bekannt. Endoprothesen, das heißt, künstliche Knie und Hüftgelenke, werden hier beinahe „im Akkord“ eingesetzt. Die hochspezialisierten Ärzte in der zweitgrößten deutschen Klinik dieser Art operieren 20 bis 25 Patienten pro Tag in sechs OP-Sälen. So werden jedes Jahr rund 4000 Gelenkprothesen eingesetzt.

Das Geheimnis des schnellen Genesungs-Erfolges heißt „Rapid Recovery“. Frisch Operierte sind schnell wieder auf den Beinen und erleben einen Heilungsverlauf, der



Prof. Dr. Andreas M. Halder,  
Facharzt für Orthopädie  
und Unfallchirurgie,  
Spezielle Orthopädische  
Chirurgie, Rheumatologie,  
Sportmedizin

## Sana Kliniken Sommerfeld Klinik für Operative Orthopädie

Waldhausstraße 44  
16766 Kremmen  
Tel.: (033055) 5-2201  
Fax: (033055) 5-2203  
stefanie.gericke@sana.de  
www.sana.de/sommerfeld



### Schwerpunkte

#### ■ Hüfte / Knie / Schulter / Fuß

Fehlbildungen, Verschleiß,  
Verletzungen, Entzündungen,  
Brüche

#### ■ Wirbelsäulenchirurgie

#### ■ Endoprothetik

Hüftgelenke / Kniegelenke

#### ■ Rapid Recovery

**Vorher:** Umfangreiche Diagnostik,  
Aufklärungsgespräche, Gangschule mit  
den Physiotherapeuten, Klären von Fragen  
zur Anschlussversorgung

**Während:** Muskel- und weichteilschonende OP, moderne Narkoseverfahren,  
schmerzarme OP, schnelles Aufstehen  
unter Hilfestellung, essen und trinken  
direkt nach dem Eingriff, auf Wunsch  
ein Eis

**Nachher:** rasche Mobilisierung, Akti-  
vitätsplan, Einzel- und Gruppenphysi-  
otherapie

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler

mehr als zufrieden macht. In Sommerfeld finden sich ALLE Patienten automatisch in diesem Programm wieder.

Allein durch Mundpropaganda der Patienten ist der Andrang groß, die Wartelisten entsprechend lang. Da freut es auch die Ärztinnen und Ärzte, wenn Patienten schnell fit sind und sie den nächsten helfen können. Damals wurde „Rapid Recovery“ in Dänemark entwickelt – ursprünglich für die Bauchchirurgie. Später in die Orthopädie übertragen, heißt das heute, dass „wir auf Drähte und Schläuche verzichten können, weniger Thrombosen und Infektionen haben“, erklärt



Nach der Hüft-OP: Um 9 Uhr operiert und um 14 Uhr schon allein auf den Beinen.

Prof. Dr. Andreas M. Halder, Chefarzt der Klinik für Operative Orthopädie und ärztlicher Direktor im Klinikum.

## Aufstehen: schon 2-3 Stunden nach OP

Während man früher riet, ein bis zwei Tage im Bett zu bleiben und dann nur zur Teilbelastung überzugehen, heißt es jetzt, am Tag der OP bereits aufstehen und komplett belasten, so Halder.

Im Idealfall kann der Patient am ersten oder zweiten Tag sogar schon Treppen steigen und wird nach drei bis vier Tagen bereits entlassen. Minimalinvasive Methoden und Mittel, die die Blutungsneigung während der OP verringern, sind an der Tagesordnung. Die Bluttransfusionsrate ging in den letzten 10 Jahren immer weiter herunter. Nach einem gründlichen Blut-/Herz-/Lungencheck gehen die Patienten optimal vorbereitet und – nach einer Patientenschulung – informiert in die Operation. „Das Schmerzniveau“, so Halder,

„wird niedrig gehalten und schon 2-3 Stunden nach der Operation steht der Physiotherapeut am Bett und hilft beim Aufstehen.“

Der Trend bei künstlichen Gelenken wird in Zukunft zur ambulanten OP gehen. Auch Halder und sein Team bieten dies ab und zu schon an – bei Patienten, die sehr fit sind und Angehörige haben, die sich intensiv um sie kümmern. Doch im großen Stil wird das erst möglich, wenn auch die Abrechnungsbedingungen dafür eines Tages stimmen.

Und noch eines liegt Andreas Halder sehr am Herzen: „Wir wollen junge Menschen dafür begeistern, im Gesundheitswesen zu arbeiten.“ Deshalb bietet er als Ärztlicher Leiter der Sana Klinik in Sommerfeld Stellen in der Anästhesie, Orthopädie und Unfallchirurgie für junge Ärztinnen und Ärzte an, die Enthusiasmus haben, sich zu verwirklichen, weiterzubilden und Menschen zu helfen. Auch OP-Pflegekräfte und Physiotherapeuten bekommen hier eine großartige Chance für den Einstieg in einen wertvollen Beruf mit einem top arbeitenden, fröhlichen Team. ◀



# Prävention: Männer reparieren, Frauen sorgen vor

Dieses Klischee könnte wohl doch eine Tatsache sein. Männer sind und bleiben Vorsorgemuffel.

Dies zeigen zahlreiche Untersuchungen.

Langzeitstudien lassen zwar auf einen leicht positiven Trend in der männlichen Vorsorgebereitschaft hoffen – aber immer noch nehmen nur rund 22 Prozent ihre Check-up-Termine wahr, bei den Frauen sind es immerhin 59 Prozent.

**F**rauen leben in Deutschland im Schnitt fünf Jahre länger als Männer. Ein Grund dafür könnte sein, dass sie deutlich regelmäßiger zu Vorsorgeuntersuchungen gehen. Es gibt viele Annahmen darüber, warum Männer (Körper-)Teile lieber reparieren lassen, anstatt sie frühzeitig beim Medizin-TÜV durchchecken und präventiv behandeln zu lassen. Was beim Auto selbstverständlich ist, wird bei der eigenen Gesundheit vernachlässigt. Doch es gibt Lösungen.

## Erziehung, Ängste, Schmerzen

Vielen Männern wurde seit frühester Kindheit beigebracht, dass man(n)

stark und unabhängig sein soll. Schwäche zu zeigen, wird als unmännlich angesehen. Unwohlsein und Schmerzen werden deshalb lange ignoriert. Niemand möchte als Schwächling oder Hypochonder angesehen werden. Insbesondere in der Arbeitswelt entsteht der Druck, leistungsfähig zu sein. Sich krankzumelden, kommt deshalb nicht in Frage – lieber wird die eigene Gesundheit vernachlässigt.

Die Angst vor schlechten Nachrichten ist laut der Deutschen Gesellschaft für Mann und Gesundheit

(DGMG) ein weiterer Grund, warum Männer die Vorsorge scheuen. Solange man sich gut fühlt, ist man auch nicht krank, bleibt das männliche Credo. Da man aber weiß, dass dem nicht immer so ist, ist die Angst vor einer unerwünschten Diagnose groß. Getreu dem Motto: Was ich nicht sehe, ist auch nicht da, wird deshalb die Vorsorgeuntersuchung sausen gelassen.

Auch die Sorge, dass Untersuchungen unangenehm sein könnten oder Schmerzen verursachen, lässt Männer häufiger den Vorsorgetermin im Kalender übersehen. Lange Wartezeiten schrecken laut DGMG zusätzlich ab.

## Motivation zur Vorsorge

Die Gesellschaft muss das Thema Vorsorge und insbesondere männliche Vorsorge noch stärker in den Fokus rücken. Es muss von klein auf gelernt werden, dass es keine Schwäche ist, zum Arzt zu gehen

und sich durchchecken zu lassen. Viele Krankheiten könnten durch regelmäßige Präventionsmaßnahmen verhindert werden.

Gleichzeitig ist es wichtig, über eine gesunde Lebensweise aufzuklären. Vielen Männern ist nicht bewusst, wie positiv sich gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und der Verzicht auf Genussmittel wie Alkohol und Zigaretten auf die Gesundheit auswirken. Zudem sind viele Männer zu wenig über ihre persönlichen Risikofaktoren wie Blutzucker- und Blutfettwerte informiert. Sie kennen ihre Werte oft nicht und können somit nicht aktiv handeln.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Enttabuisierung von psychischen Erkrankungen. Viele Männer scheuen sich, über ihre psychischen Probleme zu sprechen. Hier müssen sie ermutigt werden, sich auch bei psychischen Problemen ärztliche Hilfe zu suchen. ◀

Marina Gunesch





PROF. DR. MED. MARC H. JANSEN  
Helios Klinikum Emil v. Behring

# Zertifizierte medizinische Expertise für eine erfolgreiche Chirurgie

Meist sind es schwerwiegende Erkrankungen der Verdauungsorgane und/oder anderer Organe im Bauchraum, mit denen Patienten zu Prof. Dr. Jansen und seinem Team kommen. Viele Menschen sind verunsichert, wenn sie die Diagnose Darmkrebs erhalten oder beispielsweise unter kompliziert zu behandelnden, bösartigen Erkrankungen von Bauchspeicheldrüse oder Speiseröhre leiden.



Prof. Jansen kann ihnen diese Angst nehmen. Denn sein Team mit geballter Expertise arbeitet im zertifizierten viszeral-onkologischen Zentrum für Darm und Bauchspeicheldrüse. Seit 2020 bereits zweimal re-zertifiziert, garantiert es eine hohe Sicherheit und Qualität der Behandlungen, Operationen und Therapien. Und das gilt nicht nur für knifflige chirurgische Eingriffe. Auch Chemotherapien, Strahlentherapien, Ernährungsberatung, Physiotherapien und Psychoonkologie gehören dazu.

„Uns ist es wichtig, dass die Patienten vollumfänglich betreut werden“, betont Prof. Jansen. „Des-

halb gibt es hier eine zeitnahe Diagnostik und Therapie und eine Tumorkonferenz, wo jeder Patient in seiner Einzigartigkeit betrachtet wird.“

Wenn jede Tumorbehandlung in gewissen Grenzen auch standardisiert abläuft, so arbeiten die Spezialisten um Jansen aber auch immer mit neuen Methoden, zum Beispiel in der molekularen Diagnostik und moderner Pathologie. Gerade bei Enddarm-Erkrankungen ergibt sich dadurch immer wieder Neues. Auch die Reihenfolge von bestimmten Untersuchungen und Therapien kann hierdurch optimiert werden.

Der Erfolg der Therapien wird engmaschig kontrolliert, bestimmte Mindestmengen an Operationen sorgen für optimale Chancen der Patienten in solchen zertifizierten Zentren.

Ärzte, Pflegepersonal, Expertenteam – rund 40 Angestellte sorgen in der Klinik für Allgemein-, Visceral- und Minimalinvasive Chirurgie

Prof. Dr. med. Marc H. Jansen,  
Chefarzt Klinik für Allgemein-, Visceral-  
und Minimalinvasive Chirurgie,  
Helios Klinikum Emil v. Behring

für das Wohl der Patienten. Diese können jetzt alle vom ERAS-Konzept profitieren. Das sogenannte „Enhanced Recovery After Surgery“ sichert einen genauen strukturierten Ablauf und eine sehr schnelle Rekonvaleszenz. Auch dafür ist die Klinik in Zehlendorf zertifiziert.

Dank des neuen Nüchternheitskonzepts kann bis zur OP und auch gleich danach gegessen werden. Magen und Darm müssen vorher nicht mehr vollständig und aufwendig entleert werden. Minimalinvasive Chirurgie, keine Schläuche und Drainagen mehr, führen zu weniger Wundheilungsstörungen. Schon am zweiten Tag kommt der Patient 4 Stunden und am 3. Tag 6 Stunden aus dem Bett. Am 5. bis 6. Tag können viele bereits entlassen werden. Eine moderne Schmerztherapie arbeitet ohne Morphine, denn diese führen zu einer Darmträgheit, die nach der OP niemand gebrauchen kann.

Durch die modernen Verfahren werden Thrombosen, Lungenentzündung und andere Komplikationen vermieden. Vor der OP gibt es hochkalorische Kost, eine Blutarmut wird bei Bedarf ausgeglichen.

## Helios Klinikum Emil von Behring Klinik für Allgemein-, Visceral- und Minimalinvasive Chirurgie

Waltherhöferstr. 11  
14165 Berlin, Zehlendorf  
Tel.: (030) 81 02-1325  
marc.jansen@helios-gesundheit.de



### Schwerpunkte

- Dick- und Mastdarmkrankheiten
- Krebs der Verdauungsorgane
- Schilddrüse, Nebenschilddrüse und Nebenniere
- Brüche (Hernien) der Bauchwand und der Leiste
- Sodbrennen, Gallenblasen- und Blinddarmlaionen
- Erkrankungen des Darmausganges (Kolo-proktologie)
- ERAS-Zertifizierung: Raschere Erholung nach OP

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler

Besonders kompliziert ist die Speiseröhrenchirurgie (Ösophagus). Auch darauf hat sich das Team um Prof. Jansen spezialisiert. Bei einem komplexen „Zwei-Höhlen-Eingriff“ durch Bauch- und Brusthöhle sind Betroffene hier in besten Händen. ◀



Fotos: Marion Hunger, Thomas Oberländer/Helios

PROF. DR. MED. WOLFGANG HENRICH

Charité – Universitätsmedizin Berlin



**E**s gibt Mediziner, die sind eine Koryphäe auf ihrem Gebiet. Zu ihnen zählt zweifelsfrei Prof. Henrich aus der Charité. Nach seiner Ausbildung in Frankfurt, Heidelberg, San Diego und Zürich kam er als junger Arzt nach Berlin und blieb. Inzwischen sind 33 Jahre intensive Erfahrung in der Pränataldiagnostik, Geburtsmedizin und Gynäkologie hinzu-

## *Der sicherste Start in ein gesundes Leben*

„Die Medizin ist vor allem eine Handlungs- und Erfahrungswissenschaft“, sagt Prof. Dr. Wolfgang Henrich mit Blick auf das größte Perinatalzentrum Deutschlands, welches seit über 10 Jahren im Focus-Ranking auf Platz 1 steht.

gekommen. Seit 2011 ist Henrich bereits Chef der Geburtsmedizin an der Charité. Sein Spezialgebiet ist unter anderem die pränatale Diagnostik und Therapie, Betreuung von Risikoschwangerschaften und -geburten.

„Die Medizin ist vor allem eine Handlungs- und Erfahrungswissenschaft“, sagt der Professor mit Blick auf das größte Perinatalzentrum Deutschlands, welches seit über 10 Jahren im Focus-Ranking auf Platz 1 steht. Bis zu 5.500 Kinder kommen jährlich in der Charité zur Welt, davon sind über 150 Zwilling- und rund 10 Drillingsgeburten.

### **Vorgeburtliche Beratung**

Gibt es Schwangerschaftskomplikationen, kommen sofort alle Experten vom Neonatologen über den Kinderkardiologen, Kinderchirurgen, Kinderneurochirurgen, Kinderorthopäden oder Kindernephrologen zusammen und beraten gemeinsam mit den Eltern schon vorgeburtlich, was zu tun ist. Eine hochwertige prä-



Bis zu 5.500 Kinder kommen jährlich in der Charité zur Welt, davon sind über 150 Zwillings- und rund 10 Drillingsgeburten.



Modernste Bildgebung bringt Sicherheit bei der Pränataldiagnostik

natale Diagnostik wird sowohl am Campus Mitte als auch am Campus Virchow-Klinikum der Charité angeboten: High-End-Geräte, 2D-/3D-Technik, Farb-Doppler etc. sind hier Standard. Heute können bereits bei 13 vollendeten Schwangerschaftswochen fast 50 Prozent aller Anomalien beim Ungeborenen gesehen werden. Bei einem Zweittrimester-Screening mit ca. 22 Schwangerschaftswochen erhöht sich die Entdeckungsrate von angeborenen Auffälligkeiten noch einmal auf über 90 %. Intrauterine Therapien sind medikamentös und wenig invasiv bereits möglich. Aber auch bei der Schwangeren können Durchblutungsstörungen, Eierstockgeschwülste, Myome etc. ausgeschlossen werden oder eben bei krankhaften Befunden der richtige Geburtszeitpunkt festgelegt werden.

#### Jede Schwangerschaft ist einzigartig

Es sind grob gesagt drei Gruppen von Frauen, die in der Charité gebären: 1. Gesunde Frauen in einer gesunden Schwangerschaft, die eine unkomplizierte natürliche Geburt erleben, 2. Gesunde Frauen, die in der Schwangerschaft erkranken (zum Beispiel an Diabetes, Bluthochdruck, Infektionen oder Komplikationen des Mutterkuchens etc.) und 3. Frauen, die schon mit einer Erkrankung in die Schwangerschaft hineingehen (z. B. vorbestehende Herz- oder Nierenerkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes, starkes Übergewicht, seelische Erkrankungen, psychosoziale Belastungen). Letztere beiden Gruppen sind für die hochspezialisierten Ärzte eine besondere Herausforderung, da ein Risiko für die Gesundheit von Mutter und Kind besteht.

Der „gute Mix“ an Schwangeren ist in der Universitätsmedizin un-

erlässlich, da hier auch viele Hebammen und Assistenzärzte für die Zukunft ausgebildet werden. Jede 25. Frau weist beispielsweise eine starke Blutung während der Geburt auf und in diesen Situationen muss alles wie am Schnürchen ablaufen. Trainiert werden Hebammen und Ärzte im Simulationszentrum. Viele Risikoschwangere werden aus Zuweiser-Praxen an die Charité überwiesen. Spezialprechstunden für pränatale Diagnostik und Therapie, Diabetes, Bluthochdruck, Bluterkrankungen, Psychosomatik, Infektions- und Suchterkrankungen, Beckenendlagen sorgen während der Schwangerschaft für Sicherheit.

#### Geburtsräume mit Wohlfühlathmosphäre

Die Geburt erfolgt dann in Geburtsräumen mit Wohlfühlathmosphäre, Kreißsäle (altdeutsch von kreißeln, kreischen, schreien) sind out. Auf Wunsch erhalten die Gebärenden eine sichere Schmerzlinderung durch den Anästhesisten. Hier erfolgen an zwei Standorten rund 15 Geburten in 24 Stunden in 10 Geburtsräumen. Tür an Tür mit zwei OP-Sälen, der Neonatologie, den Kinderärzten und Kinderchirurgen. Frühgeborene können bei Bedarf sofort adäquat behandelt werden – und das schon ab vollendeten 23 Schwangerschaftswochen, oft mit nur 400 Gramm Geburtsgewicht. „Perinatalmedizin Level 1“, heißt es in der Medizin, wenn ein Zentrum wie die Charité einen hohen Anteil Frühgeborener unter vollendeten 32 Wochen und Risikoschwangere betreut.

#### Harmonie und Professionalität

Bei den Hebammen-Stellen herrscht wegen des guten Arbeitsklimas Vollbeschäftigung – alle werden-

den Mütter erhalten eine 1:1-Betreuung. Zusätzlich gibt es ein großes Angebot an Beleghebammen. Ein Oberarzt und ein Anästhesist sind immer im Haus, um in kürzester Zeit lebenswichtige Entscheidungen zu treffen.

„Es macht einen feinen Unterschied, ob ein Kind mit oder ohne

Sauerstoffmangel ins Leben tritt“, sagt Prof. Henrich.

#### Die Kaisergeburt – familienfreundlicher Kaiserschnitt

Immer noch zu wenig in Deutschland verbreitet und in der Charité von Prof. Henrich seit 2012 etabliert ist die sogenannte „Kaisergeburt“. Die Eltern können hier auch bei einem Kaiserschnitt die Geburt erleben, Filmaufnahmen sind gestattet, der Vater kann die Nabelschnur selbst durchtrennen und statt zu den Neonatologen kommt das Neugeborene direkt zur Mutter auf den Oberkörper für den ersten Blick- und Haut-zu-Haut-Kontakt. Bei über 15.000 Kaiserschnitten wurde so bereits verfahren. Henrich: „Das führt zu einer besseren Bindung des Kindes und zu größeren Glücksmomenten und höherer Zufriedenheit der Eltern. Es gibt kein Hygieneproblem, wie anfangs von Kritikern befürchtet.“

So finden viele gesunde Schwangere auch über Mundpropaganda zur Charité. Bei Erkrankungen erfolgen Zuweisungen zum Teil von weit her. Von geplanten außerklinischen Geburten rät Henrich ab, denn trotz enger Einschlusskriterien werden 35 Prozent der Erstgebärenden wegen Komplikationen unter oder nach der Geburt in die Klinik verlegt.

Dazu gibt es in der Charité ein sehr harmonisches Team, wo die Primärbetreuung der unkomplizierten natürlichen Geburten in den Händen der Hebammen liegt. Auch 80 Prozent der jüngeren Ärzteschaft in der Charité-Geburtsmedizin und bereits 60 Prozent der Oberärzte sind Frauen. Neben der starken Feminisierung des Faches ist man hier multikulturell breit aufgestellt. Die einzigartige Sprachkompetenz des Personals reicht von Türkisch über Arabisch, Französisch, Englisch, Spanisch, Italienisch, Russisch bis hin zu Vietnamesisch.

Kinder, die hier geboren werden, haben den wohl sichersten Start in ein gesundes Leben, denn auch die Babylotsen unterstützen über den stationären Aufenthalt hinaus mit Antworten zu allen Fragen der psychosozialen Gesundheit und zur Vermeidung von Kindwohlgefährdung. ◀

#### Charité Geburtsmedizin

##### Campus Mitte

Charitéplatz 1  
10117 Berlin  
hsa-campus-mitte-sb@charite.de

##### Campus Virchow

Augustenburger Platz 1  
13353 Berlin  
sb-cvk@charite.de



#### Schwerpunkte

- Schwangerschaft und Geburt
- Pränataldiagnostik und Therapie
- Interdisziplinäre Beratung bei angeborenen Fehlbildungen
- Risikoschwangerschaft- und Geburtsbetreuung
- Kaisergeburt, Mehrlinge, Frühgeburt

#### Spezialprechstunden

- Schwangerschaftsdiabetes
- Bluthochdruck
- Beckenendlage
- Infektionen und Sucht
- Psychosomatik
- Mütterliche Herz-, Nieren-, Blut- und Krebserkrankungen
- Weitere Betreuungsangebote: Geburtsvorbereitungskurse, Baby-lotsen, Rückbildungsgymnastik

#### Wichtige Telefonnummern

- Geburtsräume:  
(030) 450 564 236 (CCM),  
(030) 450 564 025 (CVK)
- Anmeldung für Spezialprechstunden:  
(030) 450 564 197 (CCM),  
(030) 450 564 230 (CVK)
- Hebammensprechstunde:  
(030) 450 664 009 (CCM),  
(030) 450 616 444 (CVK)

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherungen  
Selbstzahler

# Stille Entzündungen

## Still, heimlich und super gefährlich

Sie entstehen schleichend, machen schlapp und müde und steigern sogar das Herzinfarkt-Risiko: Mit stillen Entzündungen reagiert der Körper auf das, was wir das gute Leben nennen – das uns aber immens schadet.

Um schädliche Eindringlinge abzuwehren, kann unser Körper ein starkes Geschütz auffahren: Unser Immunsystem agiert mit entzündlichen Prozessen effizient gegen Viren, Bakterien, Pilze oder Parasiten. Damit sich diese Abwehrmaßnahme nicht gegen uns selbst richtet, leitet das Immunsystem gleichzeitig eine Gegenoffensive ein: Sind die Krankheitserreger besiegt, endet auch die Entzündung.

Was passiert aber, wenn diese entzündlichen Vorgänge in unserem Körper nicht stoppen? Genau das ist der Fall, wenn wir rauchen, uns falsch ernähren, zu wenig bewegen, ständig Stress haben, nicht schlafen können oder zu viel Feinstaub einatmen, weil wir beispielsweise an einer stark befahrenen Straße wohnen.

Das alles kann nämlich eine sogenannte „Stille Entzündung“ auslösen. Die ist nicht heftig, aber doch messbar. Meist wird sie gar nicht erkannt. Sie entsteht auch

nicht von heute auf morgen, sondern über längere Zeit hinweg. Erschreckend: Bis zu 70 Prozent der Deutschen sind wahrscheinlich davon betroffen.

### Ein kaum bekanntes Phänomen

Die Wissenschaft stieß eher zufällig darauf: Bei Patienten mit Herzerkrankungen oder Diabetes mellitus fand man erhöhte Werte zahlreicher Entzündungsmarker im Blut. Als man weiterforschte, stellte sich heraus, dass diese das Ergebnis von stillen und systemischen Entzündungen sind, die mitverantwortlich für die Herzerkrankung oder den Diabetes waren.

### Moderner Lebensstil macht Probleme

„Hauptverantwortlich für die stillen Entzündungen“, so Prof. Karsten Krüger von der Justus-Liebig-Universität in Gießen in seinem Buch „Der Stille Feind in meinem Körper“ (17,99 Euro, Scorpio): „Wir essen zu viel und vor allem das Falsche. Dazu bewegen wir uns zu wenig.“ Das Ergebnis: 67 Prozent der Männer und 53 Prozent der Frauen in Deutsch-

land sind übergewichtig und sogar 23 bis 24 Prozent beider Geschlechter adipös.

Das hat Folgen: „Regelmäßige und andauernde Überernährung löst in vielen Zellen unseres Körpers eine Art Stoffwechselstress aus. Davon sind besonders die Fettzellen betroffen“, sagt der Professor für Sport und Gesundheit. Werden die Fettzellen nämlich ständig überladen, sind sie nicht mehr in der Lage, ihre Aufgabe als Fett- und Energiedepot zu erfüllen. Dadurch schnellen die Blutfettwerte hoch, Ablagerungen bilden sich. Das schädigt die Gefäßwände und treibt das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall drastisch in die Höhe. Außerdem lädt der Körper das Fett in anderen Organen ab. Zum Beispiel in der Leber und der Muskulatur. Dadurch wird der Leberstoffwechsel gestört; es entsteht eine sogenannte Fettleber. In der Muskulatur kommt es zu Signalen, die den Zuckerstoffwechsel stören und Diabetes Typ II entstehen lassen.

### Fettzellen senden Stress-Signale

Wenn man jetzt nicht die Essge-

wohnheiten umstellt und sich mehr bewegt, schlagen die Fettzellen Alarm. Sie beginnen, Stress-Signale auszusenden. Die locken wiederum Immunzellen aus dem Blut ins Fettgewebe: Ein sich selbst verstärkender Entzündungsprozess entsteht.

Neben der Ernährungsumstellung sollte man auch versuchen, ohne Nikotin und Alkohol auszukommen. Ebenso immens wichtig – der Faktor Schlaf. Denn die Reparatursmechanismen der Zellen laufen vor allem nachts ab. Wissenschaftler fanden heraus, dass diverse Entzündungswerte umso stärker anstiegen, je weniger die untersuchten Personen schliefen.

„Eine wichtige Ursache des positiven Effekts von Sport und Bewegung auf die stillen Entzündungen ist die Produktion von hormonähnlichen Substanzen im Muskel, die entzündungsregulierend wirken“, weiß Prof. Karsten Krüger. Und außerdem lässt einen Sport auch gleich besser schlafen. ◀

Brigitte Jurczyk





DR. MED. DANIEL PANZER

Privatklinik Schloßstrasse

## Vom Augenlid bis zur Bauchdecke: Erfahrene Operateure für jedes Spezialgebiet

Wer in die Privatklinik an der Schloßstrasse kommt, findet sich in den Händen bodenständiger erfahrener plastischer Chirurgen wieder. „Wir sind nicht die typische Schönheitsklinik. Bei uns gibt's auch keine goldenen Wasserhähne“, sagt der ärztliche Leiter Daniel Panzer. „Dafür stecken wir die Qualität in unsere Chirurgen, dem Team und die Operationen. Fast alle unserer Patienten haben einen realen Leidensdruck. Reine ästhetische Wünsche sind eher die Ausnahme. Typische Beispiele sind Rückenschmerzen bei großen Brüsten, eingeschränkte Sicht bei Augenlidoperationen oder hängende Hautlappen mit hygienischen Problemen nach starker Gewichtsreduktion. Und auch wenn etliche einen Anspruch auf Kassenleistung hätten, kapitulieren die meisten unserer Patienten vor dem oft erfolglosen Genehmigungsverfahren.“

Das Portfolio der Klinik ist eher gering gefächert. Ein besonderer Schwerpunkt sind Straffungs-Operationen. Immer mehr Menschen – Frauen und Männer gleichermaßen – lassen sich beispielsweise die Augenlider straffen. Mit fortschreitendem Alter wird das Bindegewebe schwächer, einige Patienten sehen dann einfach „nur“ müde aus, andere haben durch ein hängendes Lid einen Schatten vor dem Auge.

Geschätzt werden allein über 700 solcher Augenlidstraffungen jährlich in der Schloßstrasse durchgeführt. Fast immer in örtlicher Betäubung. „Das Wichtigste ist die Sonnenbrille hinterher, um die kleinen blauen Flecken nach der OP für eine Woche abzudecken“, sagt Panzer. Die vielen, auf verschiedene Gebiete spezialisierten Operateure haben sichere Routine, viel Erfahrung und sorgen damit für entsprechende Qualität. Deshalb kommen viele Menschen auch zu Korrektur-Operationen hierher. Entweder



Dr. med. Daniel Panzer, Geschäftsführer und Facharzt für Anästhesie

müssen Lider nachgestrafft werden, es wurde zu wenig weggenommen oder nicht genau seitengleich gearbeitet. Oder es wurde sogar zu viel weggenommen. „Dann wird's kompliziert, gerade am Augen-Unterlid“, so Panzer.

Doch auch hier finden die Chirurgen immer wieder die passende Lösung, nehmen Haut und Fett aus anderen Regionen, ziehen das Ganze im Gesicht nach oben. Die Betroffenen sind meist Best Agers ab 50 Jahre, davon über 60% Frauen.

Aber nicht nur Augenlidkorrekturen und gelegentliche Facelifts sind gefragt. Viele Patienten kommen nach Magenverkleinerungen auch zu Bauchdeckenstraffungen. Dazu wird die Haut häufig zuerst anmodelliert mit unterstützender Fettabsaugung, um das Gewebe zu lockern. Anschließend wird der nötige Teil mit dem Skalpell entfernt. Die Narbe reicht zwar von Beckenkamm zu Beckenkamm, wird aber von den Chirurgen geschickt unter Bikini- und Badehosenansatz „versteckt“. „Plastische Chirurgen sind erfahren darin, nur geringe Narben zu hinterlassen.“

Eine Vollnarkose ist bei dieser OP meist nötig und oftmals auch eine Nacht in der Klinik. Jedoch können die Patienten hinterher sofort alles essen, am nächsten Tag schon spazieren gehen. Nur ein Mieder sollte noch getragen und mit dem Sport ein paar Wochen gewartet werden.

Stark nachgefragt sind in der Schloßstrasse auch Brustverkleine-

rungen, Straffungen und Vergrößerungen, wobei die Nachfrage nach Brustvergrößerungen durch Implantate eher rückläufig ist. „Zunehmend erhalten wir Zuweisungen nach Brustimplantationen aus anderen Einrichtungen zu medizinisch notwendigen Korrekturen. Daran erkennen wir, wie wichtig ein eingespieltes Team in

fester Zusammensetzung ist, um erfolgreiche Langzeitergebnisse zu erzielen. Insofern arbeiten wir im OP nicht mit ‚Leihkräften‘. Bei der Brustverkleinerung haben Frauen oft vorher einen hohen, jahrelangen Leidensdruck. Das reicht von 30- bis 80-Jährigen. Hierbei wird die Brust vorsichtig eröffnet, Fett- und Drüsengewebe entfernt und die Brust neu modelliert. Eine dezente Narbe bleibt immer. Doch die Patientinnen sind mehr als zufrieden, wenn sie sich wieder schmerzfrei und unbelastet bewegen können. Wir machen hier keine Unterschiede. Unsere plastischen Chirurgen helfen jedem nach bestem medizinischem Standard.“

Und so kommen dann in die Klinik an der Schloßstrasse von der KassiererIn über die Justizvollzugsbeamtin bis zum Lehrer, Schauspieler und Politiker Menschen aus allen Berufsgruppen, um sich in eine sichere medizinische Behandlung zu begeben. ◀

### Privatklinik Schloßstrasse

Schloßstrasse 38-40  
12165 Berlin  
Tel.: (030) 74 77 08 40  
info@privatklinik-schlossstrasse.de

### Schwerpunkte

- Augenlidstraffung
- Bauchdeckenstraffung
- Bruststraffung
- Brustverkleinerung und -vergrößerung



Private Krankenversicherung  
Selbstzahler

DR. MED. BASTIAN PHILIPPEN

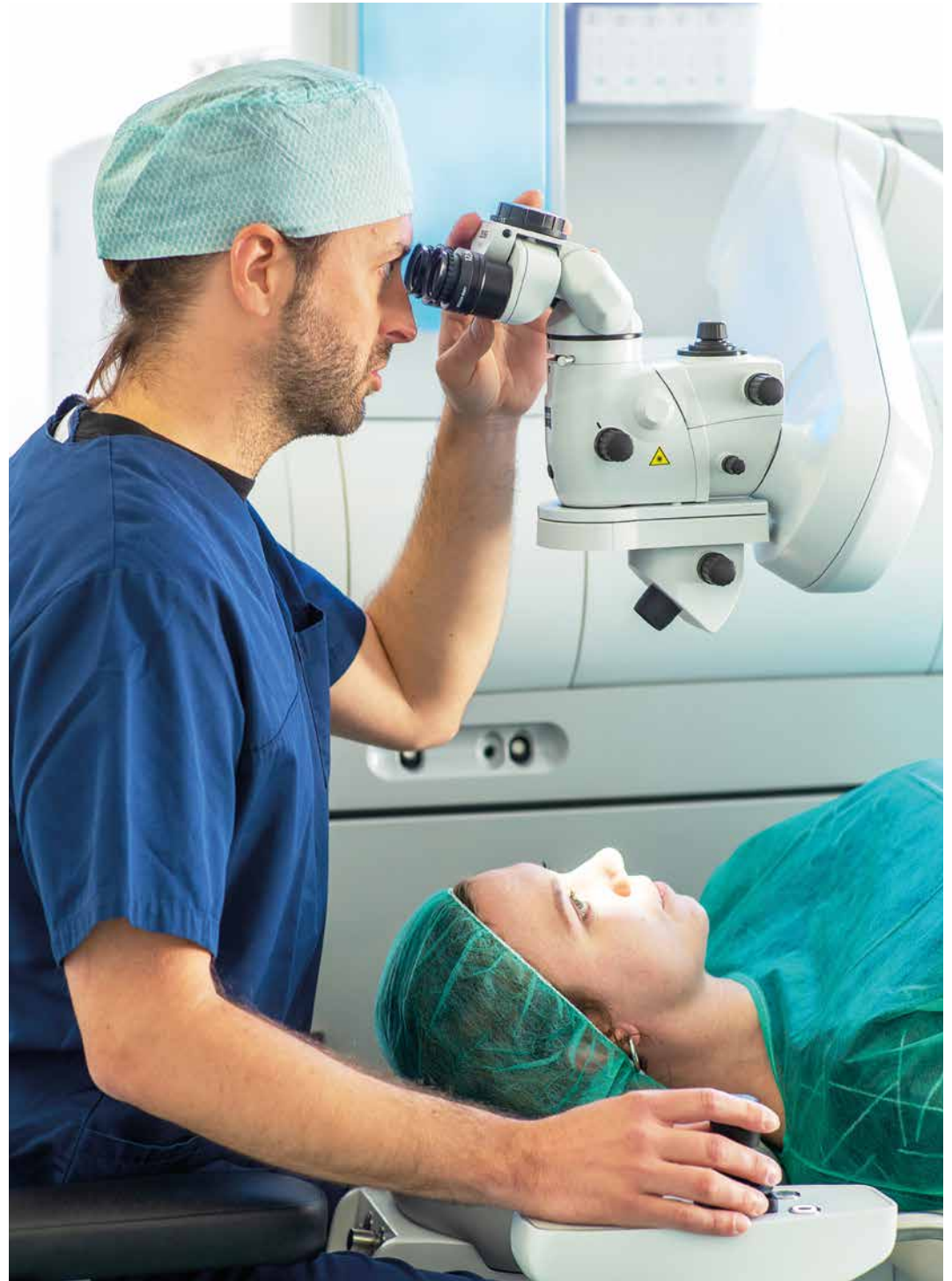
Augerlin – Augenärzte Berlin

# *Klare Sicht: Modernste Lasertechnologie zur Behandlung von Fehlsichtigkeiten und des Grauen Stars*



Patienten, die eine Hornhautverkrümmung haben, kurz- oder weitsichtig sind, aber unabhängig von einer Brille sein wollen, kommen in die Refraktiv-Sprechstunde von Dr. Bastian Philippen. „Refraktiv“ heißt dabei, Möglichkeiten aufzuzeigen, mit denen eine Fehlsichtigkeit korrigiert werden kann.

**H**ierfür werden bei Augerlin verschiedene Laser- und Linsenverfahren angeboten. Dr. Philippen erklärt jedem Patienten individuell und verständlich, welche passenden Möglichkeiten es gibt: „Welche Methode die geeignetste ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab, vor allem von der Dicke und der Krümmung der Hornhaut und der Höhe der Brillenwerte.“





Bei Augerlin stehen vier Laser-Methoden zur Verfügung, um die Fehlsichtigkeit zu korrigieren. All diese Verfahren haben gemeinsam, dass die Form und damit die Brechkraft der Hornhaut verändert wird, um den individuellen Sehfehler auszugleichen.

## PRK

Bei der PRK wird die oberste Schutzschicht der Hornhaut, das sogenannte Epithel, entfernt und anschließend die Korrektur der Fehlsichtigkeit mittels Excimerlaser in der darunterliegenden Ebene vorgenommen. Eine vorübergehende Auszeit vom Alltag ist nach der Behandlung empfohlen. Der Vorteil dieses Verfahrens: Auch Augen mit einer dünnen Hornhaut oder oberflächlichen Narben können mit einer PRK behandelt werden.

## Femto-LASIK

Im Gegensatz dazu wird bei der Femto-LASIK die oberflächliche Hornhautschicht nicht tangiert. Es wird lediglich ein „Deckelchen“, ähnlich einer aufklappbaren Buchseite, präpariert. „Da auch diese vorbereitende Arbeit mit dem Laser gemacht wird, ist das Ganze risikoärmer, der natürliche Schutz bleibt erhalten, die Heilungsphase ist kürzer. Schon am nächsten Tag kann der Patient seinen alltäglichen Verpflichtungen nachkommen.“, sagt Philippen.

## SMILE Pro

Die neueste Generation des Augenlasers kommt ganz ohne Flap aus.

Die Smile-Pro-Methode ist ein minimalinvasives Verfahren, welches sich noch sanfter und schneller gestaltet. Dabei wird ein „Scheibchen“ in die Hornhaut gelasert und über einen nur 2 Millimeter kleinen Zugang entfernt, wodurch sich die Brechkraft der Hornhaut ändert und die Fehlsichtigkeit ausgeglichen wird. Aufgrund der kleinen Wundfläche ist diese Methode besonders schonend und risikoarm. Schon kurze Zeit nach der Behandlung kann der Patient seinen gewohnten Tätigkeiten nachgehen und auch Sport treiben.

## PRESBYOND

Darüber hinaus haben auch von Altersweitsicht Betroffene bei Augerlin einen guten Anlaufpunkt. Beim PRESBYOND-Verfahren bekommt das Auge neben dem Ausgleich der Brillenwerte auch eine Tiefenschärfe gelasert. Ein Auge wird zudem bewusst minimal kurzsichtig belassen, um auch den Lesebereich abzudecken. Das Gehirn verarbeitet beide Bildeindrücke zu einem gemeinsamen Bild, so dass Patienten ihren Alltag brillunenabhängig genießen können.

## Linsenaustausch beim Grauen Star

Nicht jeder Patient ist für eine Augenlaserbehandlung geeignet, dann können implantierbare Kontaktlinsen oder der refraktive Linsentausch eine Alternative sein. Ein Linsenaustausch ist auch die einzige Möglichkeit, den Grauen Star zu behandeln.

Bei dieser Erkrankung trübt sich die Linse immer mehr und die Sehschärfe lässt nach. Bei einem kur-



Dr. Philippen bei der gründlichen Vorbereitung einer Laser-Behandlung

zen Eingriff wird die körpereigene, getrübbte Linse durch eine klare Kunstlinse ausgetauscht. Philippen: „Während man früher die Hülle, in die die Linse eingebettet ist, manuell geöffnet und anschließend die Linse selbst mit dem Ultraschall zerkleinert und entfernt hat, können wir diese Schritte heute auch besonders schonend mit dem Laser durchführen. Die Operationsrisiken sinken hierdurch noch einmal deutlich und die Heilungsphase ist meist bedeutend kürzer.“

Die neue Linse, die bei der Katarakt-OP eingesetzt wird, kann eine Standard- oder eine Premium-Linse sein. Eine Standardlinse wird zwar von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen, korrigiert jedoch nur das Sehen in der Nähe oder Ferne. Für die anderen Bereiche wird weiterhin eine Sehhilfe benötigt. Anders verhält es sich bei Premium-Linsen. Werden sie implantiert, haben Patienten eine gute Chance auf Brillunenabhängigkeit in ihrem Alltag. ◀

Im fachlichen Austausch: Dr. Bowen und Dr. Philippen



### Augerlin MVZ GmbH

#### Augenärzte Platz der Luftbrücke

Manfred-von-Richthofen-Str. 8  
12101 Berlin

#### Augenärzte Bergmannstraße

Bergmannstraße 5  
10961 Berlin

#### Augenärzte Schönstraße

Schönstraße 9–10  
13089 Berlin

[www.augerlin.de](http://www.augerlin.de)

Tel.: (030) 786 60 62

[info@augerlin.de](mailto:info@augerlin.de)



### Schwerpunkte

- Lasern zum Ausgleich von Fehlsichtigkeiten: SMILE Pro, Femto-LASIK, (No-touch-)PRK, PRESBYOND
- Implantierbare Kontaktlinsen (ICL)
- Refraktiver Linsenaustausch (CLE)
- Grauer Star (Katarakt) OP (auch mit dem Femtosekundenlaser)

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler



# Hochsensibilität: Wenn die Sinne zu viel wahrnehmen

**Sei doch nicht so empfindlich! Menschen, die hochsensibel sind, nehmen ihre Umgebung und ihre Mitmenschen auf sehr intensive Art und Weise wahr. Auf andere wirken sie oft zartbesaitet. Dabei zeichnen sich Hochsensible durch viele starke Charaktereigenschaften aus.**

**P**ulsierende, einseitige Kopfschmerzen sind das bekannteste Symptom einer Migräne. Doch es gibt auch Migränearten, bei denen diese nicht auftreten.

## Was ist Hochsensibilität?

Hochsensible Menschen verarbeiten Sinnesreize anders als andere Menschen: Gerüche, Farben, Klänge und Gefühle empfinden sie viel intensiver. Schnell kann dies zu einer Überstimulation führen, wenn zu viele Reize gleichzeitig aufeinandertreffen. Die Folge können emotionale Überlastungen sein, die sich auch in körperlichen Beschwerden wie Kopf- oder Magenschmerzen zeigen können.

Hochsensibilität ist keine Krankheit oder psychische Störung, sondern gilt als Persönlichkeitsmerkmal. Laut Schätzungen gelten etwa 15 bis 20 Prozent der Bevölkerung als hochsensibel. Der Begriff wurde 1997 erstmals von den US-Psychologen Elaine N. Aron und Arthur Aron als „highly sensitive person“ erwähnt und begründete das Konzept der Hochsensibilität. Konkrete Studien sind nach wie vor rar,

aber es gibt Hinweise darauf, dass Hochsensibilität genetisch bedingt sein kann.

## Woran erkenne ich, ob ich hochsensibel bin?

Hochsensible Menschen haben oft das Gefühl, anders zu sein als die Mehrheit. Sie gelten als einfühlsam und empfindsam, was sie zu guten Zuhörern und Freunden macht. Die Kehrseite dieser starken Empathie ist, dass Hochsensible oft von negativen Stimmungen heruntergezogen werden. Die Reizüberflutung der modernen Welt lässt sie schnell in ihr „Schneckenhaus“ verschwinden. Isolation ist die Folge.

Weitere typische Eigenschaften von Hochsensiblen:

1. Sie können schlecht von Meinungen oder Dingen loslassen, Kritik wirkt lange nach
2. Sie verlieren sich schnell in Gedanken, Abwesenheit, Tagträumen

3. Veränderungen machen Angst, Anpassung dauert lange
4. Hohes Harmoniebedürfnis, ausgeprägter Gerechtigkeitssinn
5. Perfektionismus, Schwierigkeiten beim Umgang mit Stress und Leistungsdruck
6. Sie haben ein hohes Schlafbedürfnis
7. Hochsensible sind häufig sehr kreativ

## Wie kann ich mit meiner Hochsensibilität umgehen?

Experten empfehlen hochsensiblen Menschen, ihre Umgebung bewusst auszuwählen und auf ihre Bedürfnisse zu achten. Sie sollten lernen, ihre Emotionen besser zu regulieren, um sich vor Überstimulation und Überforderung zu schützen.

1. Hochsensible sollten für Rückzugsmöglichkeiten und Ruhephasen sorgen, sich aber nicht isolieren
2. Die persönliche Umgebung sollte möglichst reizarm gestaltet sein
3. Sie sollten erlernen, Kritik nicht zu persönlich zu nehmen
4. Methoden zum Stressabbau helfen bei der Selbstregulation
5. Grenzen setzen und Nein-Sagen lernen

Kreative und soziale Berufe in Kunst, Musik, Psychologie oder Sozialarbeit gelten als besonders geeignet für hochsensible Menschen.

Hochsensibilität ist eine Herausforderung, aber auch ein wertvolles Persönlichkeitsmerkmal. Hochsensible Menschen haben eine besondere Fähigkeit, die Welt zu erleben und andere zu verstehen. Wenn sie lernen, ihre Bedürfnisse zu erkennen und Emotionen zu regulieren, können sie ein erfülltes Leben führen.

## Bauchmigräne

Unter ihr leiden hauptsächlich Kinder und Jugendliche. Sie klagen über immer wiederkehrende Bauchschmerzen in der Bauchnabelregion, manchmal begleitet von Übelkeit und Erbrechen, Appetitlosigkeit und Lichtscheu. Bei vielen Betroffenen ist die Bauchmigräne der Vorbote einer echten Migräne, die sich meist erstmalig in der Pubertät zeigt. Die Bauchmigräne verschwindet in dieser Zeit in den meisten Fällen. ◀

Marina Gunesch





PROF. DR. MED. CARSTEN KAMPHUES

Park-Klinik Weißensee

# Mit modernstem Wissen gegen den Bauchspeicheldrüsenkrebs



Prof. Dr. med. Carsten Kamphues, Chefarzt der Allgemein-, Viszeral- & minimalinvasiven Chirurgie, FEBS (Surgical Oncology) – zertifizierter onkologischer Chirurg

**K**amphues ist zertifizierter onkologischer Chirurg zur Behandlung von Tumorerkrankungen des gesamten Bauchraumes und hat sich unter anderem auf die Bauchspeicheldrüse spezialisiert.

„Tumorerkrankungen des Pankreas nehmen jährlich zu und haben weiterhin eine schlechte Prognose. Schon 2030 könnte diese Krebsart die zweithäufigste Todesursache unter den Tumorerkrankungen in Deutschland sein“, sagt er. Deshalb sei es wichtig, Symptome so früh wie möglich zu erkennen. Steht die Diagnose Bauchspeicheldrüsenkrebs fest, bleibt „die Chirurgie derzeit die einzige Möglichkeit, um die Patienten potenziell kurativ, das heißt, bis zur vollständigen Genesung, zu behandeln“, erläutert der Spezialist.

Dabei ist die vollständige Beurteilung der Ausprägung des Tu-

mors durch modernste diagnostische Methoden entscheidend. Solange keine Fernmetastasen da sind, kann auch bei fortgeschrittenen Tumoren heute eine operative Therapie, bei Bedarf mit Ersatz und Rekonstruktion von Blutgefäßen, möglich sein. Der Fall eines jeden Patienten wird vor Beginn der Therapie im interdisziplinären Tumorboard besprochen, um die besten Optionen auszuloten. Während bei einigen Patienten mit kleinen Tumoren eine direkte Operation erfolgen kann, werden fortgeschrittene Tumoren oft mit einer Chemotherapie vorbehandelt, um die Chance einer kompletten Entfernung des Tumors durch die OP zu erhöhen. Kamphues: „Unser Ziel ist eine R0-Resektion, heißt: wir wollen den Tumor, wenn irgendwie möglich, vollständig aus dem Körper entfernen.“

Die Entscheidung über das Ausmaß der Operation wird im We-

sentlichen durch die Lage des Tumors bestimmt. Da viele Tumoren im vorderen Teil, dem Kopf der Bauchspeicheldrüse, liegen, werden häufig sog. Pankreaskopfresektionen durchgeführt. Bei den selteneren Tumoren im hinteren Teil, dem Schwanz der Bauchspeicheldrüse, kommen Pankreasschwanzresektionen zum Einsatz. Bei diffuser Verteilung des Tumors sind auch komplette Entfernungen der gesamten Bauchspeicheldrüse möglich. Neben den offenen Ope-

rationstechniken kommen auch in der Pankreaschirurgie in den letzten Jahren vermehrt minimalinvasive Techniken zum Einsatz.

Aber nicht nur der Krebs, auch die chronische Entzündung der Bauchspeicheldrüse oder bestimmte zystische Raumforderungen (sog. IPMN) sollten durch Spezialisten abgeklärt werden. Dafür steht in der Park-Klinik Weißensee modernste Diagnostik zur Verfügung. Mit MRT, CT, Endosonografie oder einer Punktion des Gewebes sind sie dem Krebs und seinen Vorstufen hart auf den Fersen. Viele Patienten landen durch Zufallsbefunde bei den Experten in Weißensee und werden dort erst richtig durchgecheckt. So wird die auf anderen Gebieten bereits sehr etablierte Park-Klinik Weißensee nun zunehmend auch in der Krebschirurgie erster Ansprechpartner im Nordosten Berlins – mit vielen

Über 15 Jahre lang arbeitete Prof. Dr. med. Carsten Kamphues an der Charité. Vor einem Jahr wechselte er an die Park-Klinik Weißensee, um vor allem die chirurgische Onkologie im Nordosten Berlins entscheidend voranzubringen. Hier wird jetzt dem Krebs im Bauchraum der Kampf angesagt – und zwar gründlich!

## Park-Klinik Weißensee

Schönstr. 80

13086 Berlin

Abteilung für

Allgemein-, Viszeral- & minimalinvasive Chirurgie



3. Etage, Raum 3a42

Prof. Dr. med. Carsten Kamphues,

Chefarzt

Privatsprechstunde bzw. Problemfälle

Tel.: (030) 9628-3552

Mail: mandy.hennig-kovan@parkkliniken.de

## Allgemeine Sprechstunde

zur Erstvorstellung oder Einweisung

bzw. vor- und nachstationäre Mitbehandlung

Tel.: (030) 9628-3552

## Schwerpunkte

- Bauchspeicheldrüse: Operative Behandlung von bösartigen Erkrankungen
  - Leber und Gallenwege: Operative Behandlung von Lebermetastasen, primären bösartigen Tumoren der Leber und der Gallenwege, Überwachung und ggf. operative Therapie von symptomatischen gutartigen Lebertumoren
  - Magen: Operative Behandlung von gut- und bösartigen Magentumoren
  - Peritonealkarzinose: Operative Behandlung
- Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler

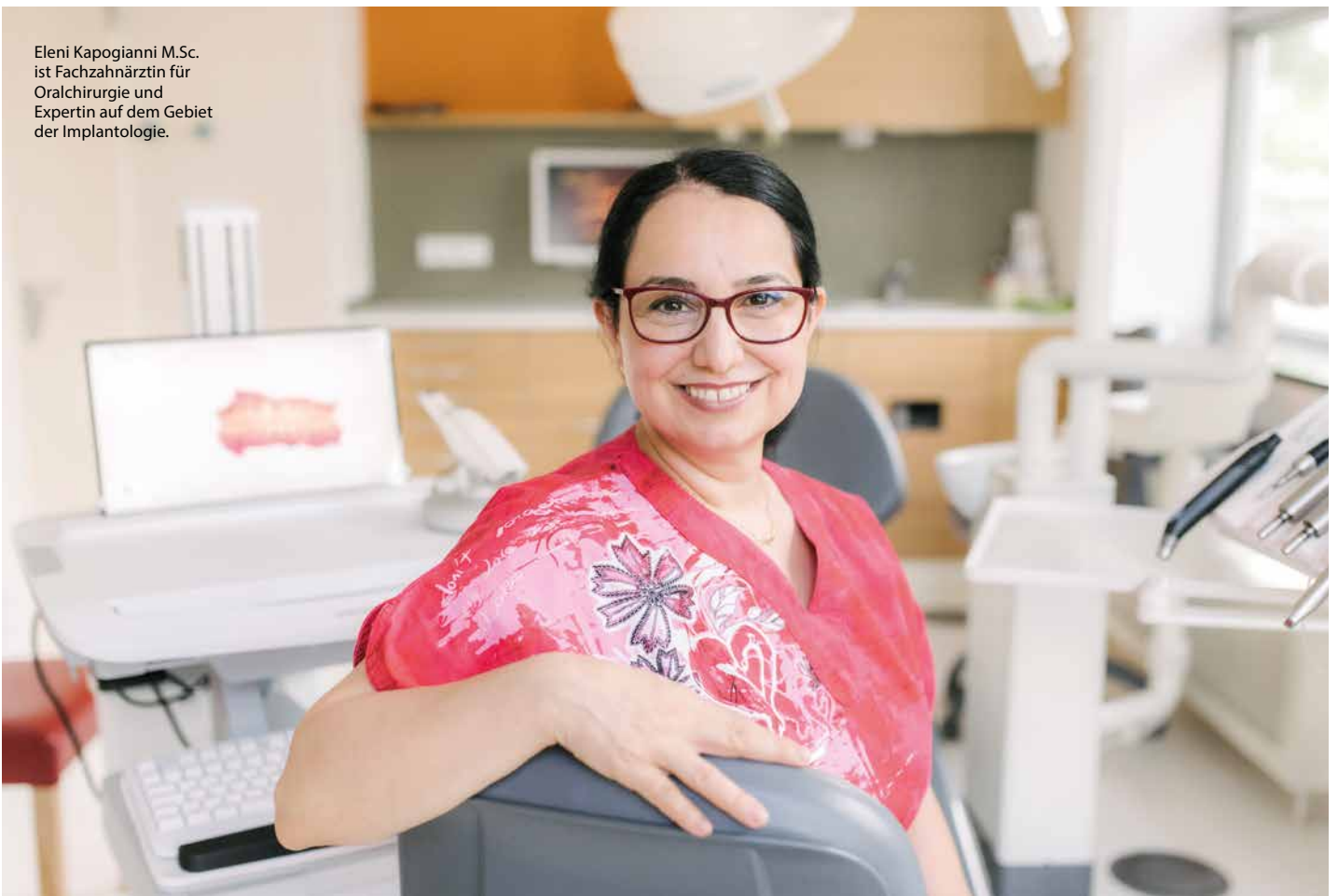
Kontakten zur universitären Medizin. Das nächste Ziel ist die Zertifizierung zum Pankreas-Zentrum. ◀

ELENI KAPOGIANNI M.SC.

Oralchirurgie Kapogianni &amp; Kollegen und Privatpraxis Kapogianni Dentalstars

# Modernste Methoden bei Zahnverlust Vom Zahnimplantat innerhalb von 24 Stunden bis zur Komplettrehabilitation

Eleni Kapogianni M.Sc.  
ist Fachärztin für  
Oralchirurgie und  
Expertin auf dem Gebiet  
der Implantologie.



**P**lötzlicher Zahnverlust, zu wenig Knochen für ein Implantat, Rehabilitation bei umfangreichem Zahnverlust: Oralchirurgin Eleni Kapogianni behandelt größtenteils besonders herausfordernde Fälle. Rund 20 Prozent ihrer Patienten galten als nicht implantierbar – bis sie zu ihr kamen. Menschen, die die Hoffnung auf neue Zähne, ein neues Leben, schon fast aufgegeben hatten. Für sie war Eleni Kapogianni die letzte Hoffnung. „Das Unmögliche möglich machen – das ist mein

„Das Unmögliche möglich machen  
– das ist mein Ziel.“

Ziel“, sagt die Expertin auf dem Gebiet der Implantologie mit Praxis in Berlin-Charlottenburg.

**Komplettrehabilitation: Für viele Patienten der Beginn eines neuen Lebens**  
Eleni Kapogianni erlebt viele emotionale Momente. Insbesondere bei den großen Implantationen.

„Ich rehabilitiere Menschen, die keine funktionierende Kaufunktion mehr haben“, sagt die Medizinerin. Nicht selten versorgt sie den Ober- und Unterkiefer mit zwölf Implantaten. Das stellt für viele Patienten eine neue Lebensqualität dar. Vorher konnten sie nicht mehr richtig essen, haben

sich aus Scham kaum noch rausgetraut, weil sie die Prothese beim Sprechen verloren haben. Herzlich lachen war unmöglich. „Ich schaffe mit Zahnersatz auf Implantaten, wenn möglich sogar feststehendem Zahnersatz, eine Situation, die den eigenen Zähnen entspricht“, sagt die Oralchirurgin. Wenn die Patienten das Resultat zum ersten Mal im Spiegel sehen, fließen häufig Tränen der Erleichterung und Freude. Für Eleni Kapogianni der Grund, warum sie ihren Beruf liebt und jeden Tag das Beste gibt.



„Auf einmal hast du einen Menschen vor dir, der wieder lachen kann. Der wieder ins Theater und Kino geht, zu Partys. Die Patienten sagen oft, dass sie nicht geglaubt hätten, jemals wieder solch ein Leben führen zu können“, sagt Eleni Kapogianni, die nach dem Zahnmedizinstudium und der Spezialisierung zur Fachzahnärztin für Oralchirurgie noch einen Master im Bereich Implantologie absolvierte. Einer der jüngsten Patienten mit Komplettrehabilitation, der seine gesamten Oberkieferzähne verloren hatte, war erst 34 Jahre alt. „Das war ein sehr schwieriger Eingriff. Da ich solche Fälle öfter operiere, habe ich jedoch die erforderliche Erfahrung, um diese Herausforderungen zu meistern.“

**Sofortimplantologie:  
Vollbezahnt in 24 Stunden**

Neben der Komplettrehabilitation ist ein weiterer Schwerpunkt der Expertin die Sofortimplantologie. Bis ein Zahnimplantat eingesetzt, geheilt und mit einer neuen Zahnkrone versorgt ist, kann es normalerweise bis zu einem Jahr dauern.

In der Praxis von Eleni Kapogianni bekommen die Patienten, wenn die anatomischen Voraussetzungen gegeben sind, ihr Implantat und die dazugehörige Zahnkrone innerhalb von 24 Stunden. Direkt nach der Zahnentfernung setzt die Oralchirurgin das neue Implantat ein. Das ist dank modernster Zahnimplantate möglich. Eine große Rolle spielt dabei auch die Technik. „Die gesamte implantologische Strecke wird digital begleitet durch 3D-Diagnostik, Planungssoftware und Intraoralscanner.“ Bei den notwendigen Voraussetzungen wird dann die Lage des Implantates im Knochen abgescannt und die dazugehörige Krone kann dann im Labor innerhalb kürzester Zeit gefräst werden. Auch im Labor wird mit 3D-Software gearbeitet, die Kunststoffe oder Keramiken digital gefräst und per Hand überarbeitet. Wenige Stunden später liegt die fertige Krone vor und kann eingesetzt werden.

**Neueste Materialien, Techniken  
und Systeme**

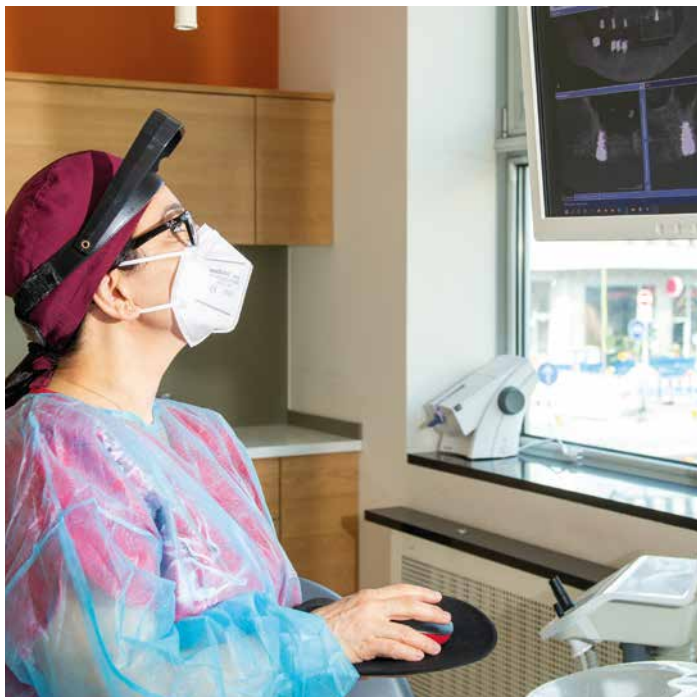
Die Sofortimplantologie ist sogar bei Patienten möglich, bei denen



3D-Diagnostik, Planungssoftware, Intraoralscanner: Frau Kapogianni arbeitet mit modernster Technik.

„Neueste Materialien, Techniken, Systeme  
– ich versuche mich immer weiterzuentwickeln,  
um für die Patienten das  
Bestmögliche rauszuholen.“

Frau Kapogianni bei der digitalen Implantatplanung im 3D-Röntgenbild



mehrere Zähne betroffen sind. „Sollten die unterschiedlichen Voraussetzungen gegeben sein, könnten diese verbleibenden Zähne in einer Sitzung entfernt und die Implantate gesetzt werden.“ Meistens trägt der Patient bei großen Rehabilitationen erst einmal ein Provisorium. Nach drei bis sechs Monaten kann der Zahnersatz aus modernstem verfärbungssicherem Kunststoff angefertigt werden. In dieser provisorischen Probierphase kann die Konstruktion jederzeit noch verändert werden – in Höhe, Breite, Dicke. „Auch die individuellen ästhetischen Wünsche der Patienten werden berücksichtigt, bevor der definitive Zahnersatz angefertigt wird.“, sagt Eleni Kapogianni, die sich vor sechzehn Jahren selbstständig machte und der es wichtig ist, stets auf dem neuesten Stand zu sein. Dafür bildet sie sich fort und

**Eleni Kapogianni, M.Sc.**

Fachzahnärztin für Oralchirurgie  
Master of Science of Implantology  
Zertifizierte Implantologie  
und Parodontologie

**Oralchirurgie Kapogianni & Kollegen  
Privatpraxis Kapogianni Dentalstars**

Fasanenstr. 81 und 4  
10623 Berlin  
Tel.: (030) 450 87 87-0  
Fax: (030) 450 87 87-10  
welcome@city-chirurgie.de  
www.city-oralchirurgie.de



**Spezialgebiete**

- Implantologie
- Oralchirurgie
- Parodontologie
- Dentoalveoläre Chirurgie
- Lasermedizin
- Wurzelspitzenresektion
- Ästhetische Zahnfleischbehandlung

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherungen  
Selbstzahler

besucht Kongresse. „Neueste Materialien, Techniken, Systeme – ich versuche mich immer weiterzuentwickeln, um für die Patienten das Bestmögliche zu erreichen.“ Ihren Patienten ein neues Leben ermöglichen – das ist ihr Ziel. ◀

PRIV.-DOZ. DR. MED. OLIVER THAMM  
Helios Klinikum Berlin-Buch



## *Vom Augenlid bis zum Hals: Verjüngung aus professionellen Händen*

Mit dem Alter verändert sich auch unser Aussehen im Gesicht und am Hals immer mehr. Den einen trifft es mehr, den anderen weniger, die einen stört es, andere nicht. Wer sich für eine Verjüngungsbehandlung oder Straffung entscheidet, der ist bei Dr. Oliver Thamm und seinem professionellen Team am Helios Klinikum Berlin-Buch in besten Händen.

Noch sind es überwiegend Frauen, die sich für eine optische Verjüngung entscheiden, aber die Tendenz bei den Männern ist steigend. „Besonders für Lidstraffungen oder minimalinvasive Verfahren, wie die Behandlung mit Botox oder Fillern, kommen auch zunehmend Männer zu uns“, berichtet Thamm.

Die Verjüngung im Gesicht beginnt schon ab 30 aufwärts mit dezenteren Behandlungen, wie chemischen Peelings, Maßnahmen zur Unterstützung der Hautregeneration, dem Unterspritzen von Falten oder dem Auffüllen von Lippen. Ab 40 plus kommen Patienten auch zu operativen Eingrif-

fen an den Augenlidern und ab 50 dann zum Facelift.

### *Botox: Verjüngung ohne jegliche Chirurgie*

Botoxbehandlungen und Filler können als ambulante Eingriffe teils direkt bei der ersten Vorstellung erfolgen – als Verjüngung ohne jegliche Chirurgie. Per Spritze wird Botox punktuell an Orte gebracht, wo ganz bestimmte Muskeln abgeschwächt werden sollen. Thamm: „Wir behandeln hier die sogenannten dynamischen Falten, die entstehen, wenn wir viel lachen, konzentriert oder mürrisch



schaufen und die sich über die Jahre dann einbrennen.“

Mit Botox können die Ärzte jedoch auch Augenbrauen anheben, indem die Muskeln geschwächt werden, die für das Nach-Unten-Ziehen verantwortlich sind. Der Effekt hält 6 bis 12 Monate an.

Mit den „Fillern“ werden wiederum Gesichtspartien, wie zum Beispiel Wangen oder Lippen, aufgepolstert, die über die Zeit an Volumen verloren haben. So können auch kleinere Fältchen geglättet werden. Die Gewebeauffüller bestehen im Wesentlichen aus Hyaluronsäure, die der Körper auch selbst bildet, aber im Alter eben immer weniger.

### Aufstehen: schon 2-3 Stunden nach OP

Bei der Erschlaffung der Haut des Augenlides ist ein operativer Eingriff notwendig. Beim oberen Lid können Thamm und seine Kollegen ambulant und nur mit örtlicher Betäubung agieren. Überschüssige Haut wird entfernt, gelegentlich auch ein Stück Ringmuskel, der rund um das Auge verläuft. Nach der OP bildet sich meist ein kleiner Bluterguss, der nach einer Woche verschwunden ist.

Schwieriger ist es beim unteren Augenlid. Eine leichte Vorwölbung und die Erschlaffung des Bindegewebes am Übergang zur Wange sind Ursache für unerwünschte Tränensäcke. Die Ärzte können hier von außen oder auch von innen durch die Lidbindehaut operieren. Durch eine Volumenumverteilung wird das Lid auch ohne Hautentfernung straffer. Der Muskel und das Lidband werden zur Seite hin gestrafft. Die Unterlid-OP dauert rund 1,5 Stunden und erfolgt unter Vollnarkose. In der Regel bleiben die Patienten zur Überwachung eine Nacht in der Klinik.

Ein vollständiges Facelift hingegen, so Dr. Thamm, wird meistens mit einem Halslift kombiniert. Es ist sinnvoll, Alterserscheinungen in allen betroffenen Gesichtsräumen anzugehen, wenn es nicht seltsam wirken soll. Meist kommen hierfür 55- bis 60-jährige Patientinnen. Während früher nur die Haut ge-

straft wurde und der Effekt bereits nach einigen Monaten stark nachließ, wird heute auch die etwas tiefer gelegene Muskel- und Bindegewebsschicht unter der Haut mit gestrafft. Der Vorteil: die Mimik bleibt bestehen und sieht nicht mehr so maskenhaft aus.

Die Schnittführung beim Halslift erfolgt ähnlich wie beim Facelift. Das erschlaffte Gewebe wird dabei schräg hinter das Ohr gezogen und der Überschuss entfernt. Bei einem Doppelkinn wird anders vorgegangen: hier kann eine kleine Fettab-

nahungsgang“, erklärt Dr. Thamm.

Und eines ist dem Mediziner noch wichtig: Ästhetische Eingriffe sind medizinisch nicht notwendig. Aber auch diese Eingriffe haben Risiken. Beim Faltenauffüllen oder der Straffung des oberen Augenlides sind sie geringer, während es beim Unterlid oder beim Face- und Halslift auch zu größeren Schäden, wie z. B. bleibenden Nervenschäden mit Taubheit und Lähmungen kommen kann. Zum Glück passiert das in geübten Händen äußerst selten.

**Jeder Eingriff, besonders am unteren Augenlid oder beim Face- und Halslift, hat auch seine Risiken.**

Das Team um Dr. Thamm ist professionell bestens aufgestellt und hat mit dem Helios Klinikum Berlin-Buch Rückhalt in einem der größten und besten Versorger Deutschlands. ◀

#### Helios Klinikum Berlin-Buch

Schwanebecker Chaussee 50  
13125 Berlin  
Tel.: (030) 9401-12450  
Sprechzeiten: Mi: 13-17 /  
Do: 13-17 Uhr



#### Schwerpunkte Plastisch-ästhetische Gesichtschirurgie:

- Faltenbehandlungen (Botox, Filler, Eigenfett)
- Gesichtsstraffungen, Facelift
- Lidstraffungen
- Quad (kombinierte Straffung von Ober- und Unterlid)
- Hals- und Wangenstraffungen
- Ober- und Unterlidstraffungen
- Kinnkorrekturen
- Ohrenkorrekturen
- Tränensackentfernung

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler

saugung oder eine Operation mit einem kleinen Schnitt unter dem Kinn Abhilfe schaffen.

Bei noch kleinen, oberflächlichen Falten am Hals kann jedoch auch mit Hyaluronsäure begonnen werden und erst später die Straffung erfolgen.

### Straffungsoperation: Bis zu 10 bis 15 Jahre jünger aussehen

„Grundsätzlich lässt sich durch Straffungsoperationen im Gesicht die Uhr um rund 10 bis 15 Jahre zurückdrehen. Dann beginnt, je nach Lebensstil, erneut der Alte-

Priv.-Doz. Dr. med.  
Oliver Thamm, Chef-  
arzt Plastische und  
Ästhetische Chirurgie



# Migräne ohne Kopfschmerz

Bis zu 15 Prozent der Deutschen sind von Migräne betroffen. In einigen Fällen wird sie jedoch nicht erkannt, weil die typischen Kopfschmerzen ausbleiben.

**P**ulsierende, einseitige Kopfschmerzen sind das bekannteste Symptom einer Migräne. Doch es gibt auch Migränearten, bei denen sie nicht auftreten.

## Hemiplegische Migräne

Diese Migräneform kann von Kopfschmerzen begleitet sein, aber auch ohne sie auftreten. Die Symptome der hemiplegischen Migräne sind: körperliche Schwäche, Desorientierung, Sprachstörungen, Lähmungen. Bei vielen Betroffenen gibt es eine genetische Disposition.

## Migräne mit isolierter Aura (migraine sans migraine)

Als Aura bezeichnet man Seh- und Sinnesstörungen vor einem Migräneanfall. Betroffene sehen dann Flimmern, Blitzen oder Flackern vor den Augen, leiden unter einem eingeschränkten Gesichtsfeld (Tunnelblick) oder sogar Sehau-

fällen. Normalerweise folgt nach einer Aura der typische Migräne-Kopfschmerz. In seltenen Fällen tritt jedoch nur die Aura auf. Am häufigsten beobachten Mediziner diese Form bei älteren Patienten, die in der Vergangenheit unter einer klassischen Migräne gelitten haben.

## Augenmigräne (ophthalmische Migräne)

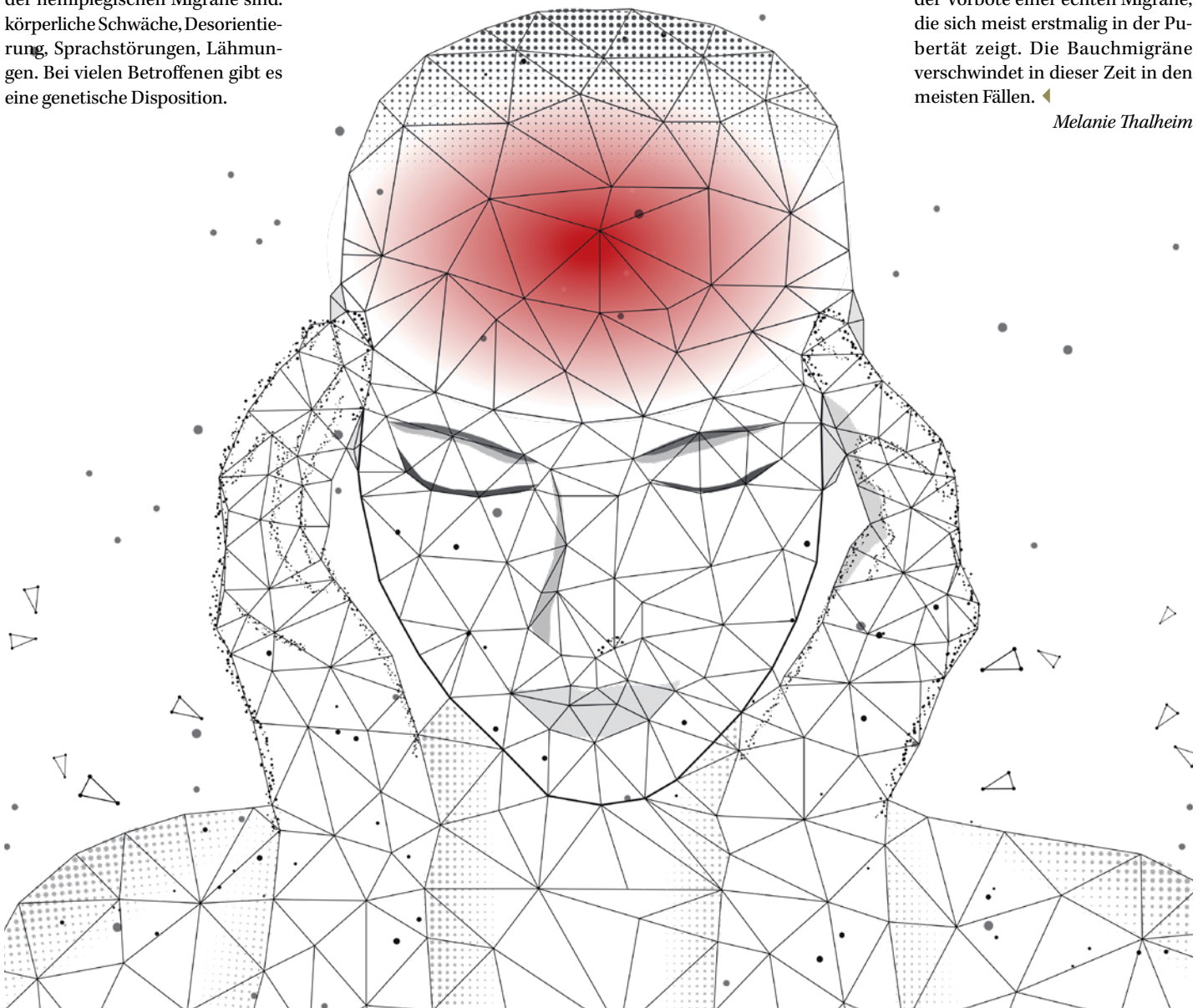
Sie ist von einer Aura nur schwer zu unterscheiden. Typisch für die Augenmigräne sind ebenfalls Flackern, Flimmern oder Blitze vor einem

oder beiden Augen, teilweise auch bei geschlossenen Lidern. Als Begleiterscheinung treten oft Schwindel und Übelkeit auf, es kann aber auch zu Kopfschmerzen kommen. Ursache für diese Migräneform sind überreizte Gefäße im Auge.

## Bauchmigräne

Unter ihr leiden hauptsächlich Kinder und Jugendliche. Sie klagen über immer wiederkehrende Bauchschmerzen in der Bauchnabelregion, manchmal begleitet von Übelkeit und Erbrechen, Appetitlosigkeit und Lichtscheu. Bei vielen Betroffenen ist die Bauchmigräne der Vorbote einer echten Migräne, die sich meist erstmalig in der Pubertät zeigt. Die Bauchmigräne verschwindet in dieser Zeit in den meisten Fällen. ◀

Melanie Thalheim





DR. MED. RÜDIGER HAASE

Krankenhaus Bethel Berlin

# Neuestes medizinisches Know-how für Verletzungen, Verschleiß und Deformitäten

Eine „schmerzfreie Beweglichkeit“, das ist es, was Dr. Rüdiger Haase und sein Team allen Patientinnen und Patienten ermöglichen wollen. Mit diesem Ziel werden im Krankenhaus Bethel Berlin unter anderem Frakturen aller Art und in allen Altersklassen erstklassig versorgt. Ältere Menschen kommen häufig mit Schenkelhalsbrüchen oder Unterarmbrüchen, jüngere im Winter nach Skiunfällen und im Sommer mit Verletzungen an Schultergelenk, Handgelenk, Unterschenkel oder Rippenbrüchen.

„In der Orthopädie verwenden wir in allen Bereichen die fortschrittlichsten Implantate“, erklärt der Arzt. Dazu gehören spezielle anatomisch geformte Plattenimplantate, die mittlerweile für alle gelenknahen Knochenbrüche verfügbar sind, aber auch spezielle Nägel (beispielsweise für den Außenknöchel), die bei schwierigen Weichteilverhältnissen zum Einsatz kommen. Die meisten dieser Implantate sind so gut an die umgebenden Gewebsschichten angepasst, dass sie nach dem Genesungsprozess nicht mehr regelhaft entfernt werden müssen. Das spart eine zweite Operation. In der Orthopädie und Unfallchirurgie gibt es ständig technische Neuentwicklungen, von denen viele sehr viel bessere Operationsergebnisse ermöglichen. „Bei guten, neu zugelassenen Medizinprodukten müssen wir leider manchmal mehr ausgeben, als wir von den Krankenkassen bezahlt bekommen“, so Haase. „Wir schauen jedoch immer, was die beste Lösung für den einzelnen Menschen ist.“

Die Patientinnen und Patienten kommen dadurch schnell wieder auf die Beine und der Klinikaufenthalt wird kürzer. Sind die Betroffenen schmerzarm wieder mobilisiert, die Wunden trocken und die Entzündungswerte im Blut normalisiert, ist eine Entlassung in die häusliche Umgebung oder



Dr. med. Rüdiger Haase, Chefarzt Orthopädie und Unfallchirurgie und Geschäftsführer Krankenhaus Bethel Berlin

eine Rehabilitation im Anschluss möglich.

„Aber“, so betont der Spezialist, „es muss nicht alles operiert werden. Wir wägen genau ab, ob nicht eine konservative Behandlung gleichgute Ergebnisse bringen kann. Dann werden wir eine nichtoperative Behandlung immer bevorzugen.“

## Modernste 3D-Chirurgie für Rekonstruktionen

Modernste Techniken der 3D-Chirurgie kommen durch unseren



Spezialisten Dr. Peter H. Thaller von der LMU München auch im Krankenhaus Bethel Berlin regelmäßig zur Anwendung. Die drei ‚D’s stehen dabei für knöcherne Defekte, Deformitäten und Differenzen der Beinlänge.“

Beinlängendifferenzen, zum Beispiel durch Unfälle, Infektionen oder kindliche Wachstumsstörungen hervorgerufen, können um wenige Zentimeter bis zu 16 cm und mehr ausgeglichen werden. Hauptsächlich verwendet Dr. Thaller hierzu hochmoderne, motorisierte Marknägel, die von den Patientinnen und Patienten selbstständig von außen gesteuert werden. Die Knochen wachsen dabei in der Regel schmerzarm täglich um einen Millimeter. Ebenso lassen sich nicht nur Längendifferenzen, sondern auch häufige Achsabweichungen, wie O- oder X-Beine und Drehfehler mit hoher Behandlungssicherheit, korrigieren. Die Operationen können in der Regel schmerzarm und minimalinvasiv durchgeführt werden, das biologische Knochenwachstum erzeugt dabei einen eigenen, vollwertigen Knochen.

Oberärztin Anne Walther

## Aktuelle Implantate für Knie-, Hüft-, und Schultergelenksarthrosen

Bei künstlichen Gelenken wird im Krankenhaus Bethel Berlin mit neuesten minimalinvasiv einsetzbaren Implantaten gearbeitet, deren Verschleißfestigkeit oft auf über 100 Jahre ausgelegt ist. In unserem Rapid-Recovery-Programm ist jeder Behandlungsschritt studienbasiert optimiert und die aktive Mitarbeit der Patientinnen und Patienten wird gefördert. Die erste Mobilisation erfolgt bereits am OP-Tag. Neben der umfassenden persönlichen Information können die Patientinnen und Patienten auch eine App nutzen, die für die Phasen vor und nach dem Krankenhausaufenthalt weitere Informationsmöglichkeiten bietet. Mit diesem integrativen Ansatz lässt sich im Regelfall der Klinikaufenthalt auf unter eine Woche verkürzen.

„Ab Herbst 2023 planen wir den weiteren Ausbau unserer Wirbelsäulenchirurgie. Dann kann hier neben der Behandlung von Wirbelfrakturen und Spinalkanalstenosen das komplette Spektrum der Wirbelsäulenchirurgie abgedeckt werden.“ ◀

### Krankenhaus Bethel Berlin

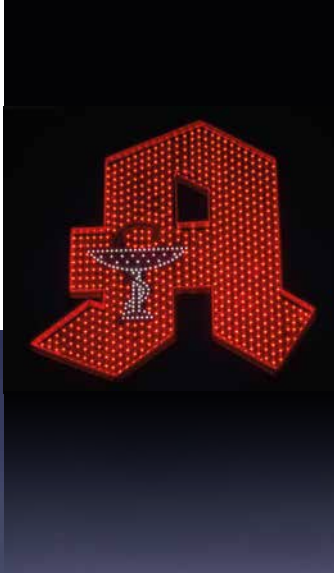
Promenadenstraße 3-5  
12207 Berlin  
Tel.: (030) 7791 2321  
Orthopaedie.KHBE@BethelNet.de

### Schwerpunkte

- Gelenkersatz im zertifizierten Endoprothetikzentrum
- Schulterchirurgie
- Knöcherne Deformationen, Defekte und Längendifferenzen in der 3D-Chirurgie Berlin
- Unfallchirurgie (Zentrale Notaufnahme)
- Sportmedizin

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler





# Fehler bei der Medikamenteneinnahme



Richtig angewendet, lindern Medikamente Schmerzen und tragen zur Heilung von Krankheiten bei. Fehler bei der Einnahme können dagegen schwere gesundheitliche Folgen haben.

**Z**eigt ein Medikament nicht die erhoffte Wirkung oder stellen sich sogar weitere Beschwerden ein, kann das an einer falschen Einnahme liegen. Viele dieser Anwendungsfehler sind jedoch vermeidbar.

#### Falsche Tageszeit

Während einige Medikamente anregend wirken, machen andere eher müde. Um den persönlichen Tagesablauf nicht zu beeinträchtigen, ist es wichtig, sie zur empfohlenen Uhrzeit einzunehmen.

#### Mahlzeiten nicht beachten

Bei vielen Arzneimitteln ist angegeben, sie entweder vor oder nach dem Essen einzunehmen. Ein leerer oder voller Magen kann für die Wirksamkeit eines Mittels ausschlaggebend sein.

#### Ungeeignete Lebensmittel

Einige Antibiotika, Schilddrüsenhormone oder Mittel gegen Osteoporose sollte man nicht mit Milchprodukten einnehmen. Das Kalzium in der Milch hemmt die Aufnahme des Wirkstoffs. Grape-

fruit, Pomelo und deren Säfte können wiederum die Wirkung bestimmter Medikamente verstärken, sodass möglicherweise Begleiterscheinungen einer Überdosierung auftreten. Schwarzer und grüner Tee sowie Kaffee setzen die Wirksamkeit einiger Präparate herab.

#### Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten

Abführmittel können die Wirkung von Mitteln gegen Herzbeschwerden verstärken. Vorsicht ist auch geboten bei der gleichzeitigen Einnahme von Azetylsalicylsäure (ASS) und gerinnungshemmenden Präparaten wie Heparin.

Auch pflanzliche Arzneien oder Nahrungsergänzungsmittel kön-

nen Einfluss auf andere Medikamente nehmen. Johanniskraut setzt unter anderem die Wirkung der Antibabypille und von Asthmamitteln herab.

#### Falsche Dosierung

Besonders bei Säften, Sprays, Tropfen oder Salben neigen viele Patienten dazu, sie nach Augenmaß zu dosieren. Dabei ist die richtige Einnahmemenge auch hier wichtig für den Wirkungserfolg. So sollte man kortisonhaltige Cremes zum Beispiel nur dünn auftragen, Salben gegen trockene Haut dagegen großzügiger. ◀

Melanie Thalheim



# Günstiger Zahnersatz zu gleicher Qualität – fast vor den Toren Berlins

Sparen Sie bis zu  
**70%**  
auf Zahnersatz

Schnell mal von Berlin nach Stettin zum Zahnarzt? Heute kein Problem mehr und von vielen Patienten längst praktiziert. Denn durch grenzübergreifendes Arbeiten einiger Top-Zahnärzte wird Zahnersatz in gleicher Qualität erschwinglicher. Gute zwei Autostunden, 172 Kilometer – und schon steht man in der Praxis von Dr. Marek Froelich. Er behandelt in Hamburg und in Stettin. Viele Berliner kommen gern zu ihm nach Polen in die Praxis.



Immer mehr Patienten können sich nur schwer den nötigen Zahnersatz leisten. Also gründete Froelich zusammen mit seinem Kollegen Dr. Dr. med. Volker von Zitzewitz die „Dental Implant Aesthetic Clinic“ in Stettin (Polen). Viele Deutsche lassen sich inzwischen ihre Zähne dort „machen“. Denn Stettin ist nicht weit für guten bezahlbaren Zahnersatz und eine hübsche Stadt obendrein.

Die Praxis in Stettin ist 1:1 wie in Deutschland – selbst die Kassenabrechnung. So können Patienten sich einen Heil- und Kostenplan für Stifte, Kronen, Brücken, Implantate und Co. machen lassen. Die Krankenkasse in Deutschland teilt dann mit, wieviel übernommen wird und wie hoch die Zuzahlung ist.

Es gibt keine bösen Überraschungen, denn die Angaben sind feste Endpreise,



Dr. med. Marek Froelich arbeitet in Deutschland und in Polen in seinen Praxen

selbst, wenn es dann doch kniffliger wird. Diese vollständige Kostenkontrolle und Transparenz ist es, was die Patienten so zufrieden macht. Und: das hervorragende Team, welches mit viel Empathie für Wohlbefinden sorgt. So werden auch Skeptiker und Angstpatienten mit einer Engelsgeduld beraten und behandelt. Unter anderem von Dr. Froelichs engem Kollegen Dr. Piotr Fuksinski, einem sehr versierten Zahnexperten.

Unter anderem ist die Praxisklinik auf hochwertige Zahnbrücken spezialisiert. Nach umfangreicher Untersuchung mit präziser Diagnostik machen die Experten dem Patienten einen Vorschlag, der zu seinem Zahnstatus passt und die Lücke unsichtbar verschließt. Auch die Überkronung defekter oder großflächig gefüllter Zähne wird hier in Maßarbeit angeboten. Dabei kommen modernste Techniken und Materialien zum Einsatz. Veneers, Bleaching, fast unsichtbare Zahnspangen für Erwachsene – alles kein Problem. In der Klinik arbeiten ausschließlich top ausgebildete Zahnärzte und Mund-Kiefer-Gesichts-Chirurgen.

Ganz interessant wird es besonders bei den Implantaten. Neben Aussehen und Gefühl ist es wichtig, wie der Kiefer darauf reagiert. Deshalb werden ausschließlich Titan-Implantate verwendet, die wie körpereigenes Gewebe angenommen werden. Allergische Reaktionen sind ausgeschlossen.

**Die Vorteile:** Für hochwertige Qualität und moderne Materialien zahlen Patienten weitaus weniger als in Deutschland. Eine implantologische Behandlung kann jeder auch mit einem verlängerten Wochenende in Stettin verbinden. Die Termine werden vom Team dann entsprechend getaktet, bei der Hotelsuche (ab 50 Euro inkl. Frühstück) wird geholfen und mit dem Flixbus ist man schon ab 30-45 Euro für Hin- und Rückfahrt dabei. ■

## Dr. Marek Froelich

Zahnklinik Stettin  
„Dental Implant Aesthetic Clinic“ (DIAC)

ul. Panieńska 18  
70-535 Stettin / Polen  
Tel.: +48 91 48 88 250  
0800 – 72 43 216

www.zahnklinik-polen-zahnersatz.de  
post@zahnklinik-polen-zahnersatz.de



### Schwerpunkte

- Implantate
- Zahnkronen
- Brücken
- Veneers
- Bleaching
- Invisalign (Zahnspangen)

Gesetzliche Krankenkassen  
Private Krankenversicherung  
Selbstzahler

# Veranstungstipps

Auf dieser Seite finden Sie eine Auswahl von Terminen, die in den nächsten Wochen in unserer Stadt geplant sind. Bitte beachten Sie die vor Ort geltenden Sicherheits- und Hygienehinweise und richten Sie sich darauf ein, dass in der Regel das Tragen einer FFP2-Maske Voraussetzung für die Teilnahme an den Veranstaltungen ist.



Foto: Kwangmoosaa/Shutterstock.com

Mittwoch, 5. Juli 2023

16:00 Uhr

**Cancer Center Berlin-Neukölln  
Patient\*innenveranstaltung**

Vivantes Klinikum Neukölln  
Institut für Radiologie und interventionelle Therapie  
Rudower Straße 48, 12351 Berlin Neukölln

Donnerstag, 20. Juli 2023

18:30 Uhr

**Herzklappenerkrankungen**

Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum  
Haus 35, 1. OG. großer Konferenzraum  
Rubensstraße 125, 12157 Berlin Schöneberg

Mittwoch, 20. September 2023

17:30 Uhr

**Wie können Gefäßprobleme  
verhindert werden?**

Vivantes Klinikum Spandau  
Neue Bergstraße 6, Haus 30, Foyer  
13585 Berlin Spandau

Mittwoch, 5. Juli 2023

17:30 Uhr

**Behandlungsoptionen bei  
Gelenkverschleiß**

**von Hüfte und Knie – Was tun?**

Vivantes Klinikum Spandau  
Neue Bergstraße 6, Haus 30, Foyer  
13585 Berlin Spandau

Donnerstag, 3. August 2023

18:30 Uhr

**Das Ellenbogengelenk –  
Vom Symptom zur Therapie**

Vivantes Auguste-Viktoria-Klinikum  
Haus 35, 1. OG. großer Konferenzraum  
Rubensstraße 125, 12157 Berlin Schöneberg

Mittwoch, 20. September 2023

18:00 Uhr

**„Wenn das Gehen immer schwerer fällt“ –  
Die Spinalkanalstenose**

DRK Kliniken Berlin Köpenick  
Hörsaal, Haus 5.2, Ebene 4  
Salvador-Allende-Straße 2-8, 12559 Berlin

Montag, 10. Juli 2023

17:30 Uhr

**Darmkrebs:  
Erblichkeit, Vorsorge, Behandlung**

Vivantes Humboldt-Klinikum  
1. Obergeschoss, Raum 3301  
Am Nordgraben 2, 13509 Berlin Reinickendorf

Mittwoch, 16. August 2023

18:00 Uhr

**„Knoten in der Schilddrüse“ –  
Was ist notwendig?**

DRK Kliniken Berlin Köpenick  
Hörsaal, Haus 5.2, Ebene 4  
Salvador-Allende-Straße 2-8, 12559 Berlin

21. September 2023

16.00 Uhr

**Parkinson-Café:  
Einladung zum Austausch**

Park-Klinik Weißensee, Casino im UG  
Schönstraße 80, 13086 Berlin  
Anmeldung: Tel. (030) 96 28-37 02  
oder [neurologie@park-klinik.com](mailto:neurologie@park-klinik.com)

Mittwoch, 19. Juli 2023

18:00 Uhr

**„Macht Narkose vergesslich?“ –  
Anästhesie und Gedächtnis**

DRK Kliniken Berlin Köpenick  
Hörsaal, Haus 5.2, Ebene 4  
Salvador-Allende-Straße 2-8, 12559 Berlin

Montag, 11. September 2023

14:00 Uhr

**Workshop  
„Gesunde Ernährung bei Brustkrebs“**

DRK Kliniken Berlin Westend  
Brustzentrum, Haus 17, EG  
Spandauer-Damm 130, 14050 Berlin  
Telefonische Anmeldung bis zum 4.9.2023  
erbeten: (030) 30 35-49 24



# MEDIRENTA

## Beihilfe – leicht gemacht!

Komplett-Service für Privatversicherte,  
Beamte und deren Angehörige



Schon seit 1984 helfen wir als Beihilfeberater den Privatversicherten, Beamten und deren Angehörigen durch den „Dschungel“ der Krankenkostenabrechnungen.

**MEDIRENTA** ist Ihre Interessenvertretung in allen Fragen rund um die Abrechnung von Kranken- und Pflegekosten, denn unser Fachgebiet ist das Beihilfe-, Pflege- und Versicherungsrecht. In Ihrem Auftrag übernehmen wir für Sie sämtliche Abrechnungsvorgänge mit allen Kostenträgern im Gesundheitswesen, wie der Beihilfestelle, der Krankenversicherung und

der Pflegeversicherung, aber auch mit den Leistungserbringern, wie den Ärzten, Apotheken usw. Sie schicken dazu einfach sämtliche Unterlagen, Belege, Rechnungen etc. in einem voradressierten Umschlag an unsere Kanzlei in Berlin-Britz, alles Weitere erledigen wir – und das bundesweit.

**Sorgen Sie vor: 030 / 27 00 00**

MEDIRENTA Krankenkostenabrechnungs GmbH  
[www.medirenta.de](http://www.medirenta.de) · [info@medirenta.de](mailto:info@medirenta.de)

**MEDIRENTA**

CLASSIC





# (K)URLAUB IN BAD BEVENSEN

Eine Kur tut Körper und Seele gut! Ambulante Vorsorgeleistungen wie die offene Badekur gehören zu den Pflichtleistungen der Krankenkassen. Bad Bevensen, als einziges Heilbad der Lüneburger Heide, ist für seine Jod-Sole als natürliches Heilmittel und seine medizinische Kompetenz bekannt. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über eine ambulante Badekur in Bad Bevensen.

INFORMATIONEN  
ZUR BADEKUR:



[www.bad-bevensen.de](http://www.bad-bevensen.de)

Tourist-Information • Dahlenburger Str. 1 • 29549 Bad Bevensen  
Tel.: (05821) 976 83 0 • [info@bad-bevensen.de](mailto:info@bad-bevensen.de) • [www.bad-bevensen.de](http://www.bad-bevensen.de)



**BAD  
BEVENSEN**  
*Quelle des Wohlfühls*

