Anzeigenmagazin November 2016

Hamburger Abendblatt

HAMBURGER Ärztemagazin

SONDERTEIL
Bewegung

RÜCKENZENTRUM AM MICHEL
Optimal trainieren

BG KLINIKUM
Fit wie Profisportler

KLINIKUM BAD BRAMSTEDT
Leben in Bewegung

PROF. DR. MED. NORBERT SCHMITZ
Alternativen zur Chemotherapie

PROF. DR. MED. CHRISTIAN WÜLFING
Der Siegeszug der Mini-Endoskope

Dr. med Susanne Steinkraus

Perfekte Haut ohne Laser und OP

Veranstaltungstipps

Zahlreiche Hamburger Krankenhäuser laden Patienten, Angehörige und Interessierte regelmäßig zu öffentlichen Veranstaltungen ein, in denen renommierte Mediziner über spannende Themen berichten. Auf dieser Seite finden Sie eine kleine Auswahl der in den kommenden drei Monaten in der Hansestadt angebotenen Vorträge. Viele weitere Veranstaltungen finden Sie auf den Internetseiten der Kliniken.

24. NOVEMBER 2016

18.00 Uhr: „Ich kann schlecht gehen, Fahrrad fahren klappt aber gut."
Spinalkanalstenose (= enger Wirbelkanal) erkennen und behandeln.
Referent: Prof. Dr. Uwe Kehler
Asklepios Klinik Altona, Hörsaal 2. OG,
Paul-Ehrlich-Straße 1, 22763 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

26. NOVEMBER 2016

12–16.30 Uhr: 1. Hamburger Skoliosetag für Jugendliche und Erwachsene
Referenten: Dr. Rolf Christophers u. a.
Krankenhaus Tabea,
Kösterbergstraße 32, 22587 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung unter 040/866 92-234 oder per E-Mail an: cblecken@tabea-krankenhaus.de

1. DEZEMBER 2016

18.00 Uhr: Herz-Kreislauf-System verstehen und stärken
Ambulanzzentrum Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Universität Hamburg,
Hauptgebäude, Hörsaal M,
Edmund Sievers-Allee 1, 20146 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

5. DEZEMBER 2016

16.00 Uhr: Therapieoptionen bei Hernien
Referent: Dr. Orhan Kahraman
Asklepios Klinik Nord - Heidberg.
Haus 12, Raum 1 (nicht barrierefrei),
Tangstedter Landstraße 400, 22417 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

5. DEZEMBER 2016

18.00 Uhr: Was passiert bei einer Endoskopie?
Referent: Dr. Sönke Meyer-Kienast
Asklepios Klinik Wandsbek,
Kleiner Speisesaal,
Alphonsstraße 14, 22043 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

6. DEZEMBER 2016

18.30 Uhr: Rissener Dialog: Abnehmen, aber wie?
Referenten: Team des Adipositaszentrums
Asklepios Westklinikum Hamburg, Cafeteria,
Suurheid 20, 22559 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

8. DEZEMBER 2016

18.00 Uhr: Speiseröhre im Fokus – Von Sodbrennen, Schluckbeschwerden und Tumoren
Referenten: Prof. Dr. Jürgen Pohl, PD Dr. Gero Puhl
Asklepios Klinik Altona, Hörsaal 2. OG,
Paul-Ehrlich-Straße 1, 22763 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

13. DEZEMBER 2016

18.30 Uhr: Rissener Dialog: Mangelernährung im Alter – Was sind die Ursachen und die Folgen? Was kann man tun?
Referent: Dr. Christoph Schmitz-Rode, Chefarzt
Asklepios Westklinikum Hamburg, Cafeteria,
Suurheid 20, 22559 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

14. DEZEMBER 2016

17.30 Uhr: Patientenveranstaltung zur Lungenentzündung
Referent: Prof. Dr. Heinrich Becker
Asklepios Klinik Barmbek, Seminarräume (EG),
Rübenkamp 220, 22291 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

14. DEZEMBER 2016

18:00: Informationsabend: Unerfüllter Kinderwunsch – Behandlungen, Erfolgschancen und spezielle Leistungen
Referent: Dr. med. Kay Löbbecke, Fertility Center Hamburg, Speersort 4, 7. Etage, 20095 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung unter 040/30 80 46 10

15. DEZEMBER 2016

18.00 Uhr: Heidberger Medizinakademie: Wenn der Hintern juckt – sind es immer Hämorrhoiden?
Referentin: Dr. Nicole Stehn
Asklepios Klinik Nord - Heidberg.
Haus 12, Raum 1 (nicht barrierefrei),
Tangstedter Landstraße 400, 22417 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

15. DEZEMBER 2016

18.00 Uhr: Informationsabend Kinderwunsch
Wissenschaftliche Leitung: Dr. Cathrin Grave
amedes experts, Facharzt-Zentrum für Kinderwunsch, Pränatale Medizin, Endokrinologie und Osteologie Hamburg GmbH.
Seminarraum im Barkhof (5. Etage),
Mönckebergstraße 10, 20095 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung nicht erforderlich

11. JANUAR 2017

18.00 Uhr: Informationsabend: Unerfüllter Kinderwunsch – Behandlungen, Erfolgschancen und spezielle Leistungen
Referent: Dr. (IL) Robert Fischer, Fertility Center Hamburg, Speersort 4, 7. Etage, 20095 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung unter 040/30 80 46 10

15. FEBRUAR 2017

18.00 Uhr: Informationsabend: Unerfüllter Kinderwunsch – Behandlungen, Erfolgschancen und spezielle Leistungen
Referent: Dr. Kay Löbbecke
Fertility Center Hamburg, Speersort 4,
7. Etage, 20095 Hamburg.
Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Anmeldung unter 040/30 80 46 10

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

vielleicht ist Ihnen schon auf der Titelseite dieser Ausgabe Ihres Hamburger Ärztemagazins aufgefallen, dass es neben den bewährten Ärzteporträts und Neuigkeiten aus der Welt der Medizin dieses Mal ein besonderes Schwerpunktthema aufgreift: Wie effektiv Sport und Bewegung gegen viele Krankheiten wirken, erkennt die Wissenschaft immer deutlicher.
Dabei schrieb schon Hippokrates vor fast 2.500 Jahren: „Wenn wir jedem Individuum das richtige Maß an Nahrung und Bewegung zukommen lassen könnten, hätten wir den sichersten Weg zur Gesundheit gefunden."
Natürlich fällt es in der dunklen Jahreszeit besonders schwer, das gemütliche Zuhause zu verlassen und sich sportlich zu betätigen.
Und genau deshalb haben wir das Thema Bewegung zum Schwerpunkt dieser Ausgabe gemacht: Wir möchten Sie motivieren, selbst aktiv zu werden und Körper und Seele in Schwung zu bringen. Dazu finden Sie in dieser Ausgabe viele Anregungen und Tipps sowie Ansprechpartner, die Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Probieren Sie es doch mal aus!

Ihr
Dirk Seidel
Gesamtleiter Vermarktung
Hamburger Abendblatt

INHALT

2 Veranstaltungstipps
Eine Auswahl an Vorträgen und Veranstaltungen der Hamburger Krankenhäuser

4 Dermatologie
Dr. Susanne Steinkraus
Neues Verfahren zur Hautverjüngung

6 Der erste Eindruck
Praxispersonal als Aushängeschild

7 Plastische und ästhetische Chirurgie
Dr. Christina Brunner
Baukasten für die Hautstraffung

8 Zahnmedizin / Zahntechnik
Dr. Thomas Marc Schulte, Iris Floris und Frank Hoffmann
Schöne Zähne sind Teamarbeit

10 Feiertagsburnout
Wenn Freizeit plötzlich krank macht

11 Zahnheilkunde und Implantologie
Dr. Neda Timmermann
Modernste Zahnmedizin in entspannter Atmosphäre

12 Moderne Mammadiagnostik
Neue Konzepte zur Brustkrebsfrüherkennung

13 Allgemeinchirurgie
Prof. Dr. Henning Niebuhr und Dr. Halil Dag
Hanse-Hernienzentrum Hamburg im Aufwind

14 Zahnheilkunde
Dr. Mehrdad Arjomand
Dr. F. Farsian-Kirsch
Provisorischer Zahnersatz war gestern

16 Marketing
AMN Medical Networks
Die Praxis der Zukunft ist digital

17 Sonderteil Bewegung
Sitzen ist gefährlicher als Rauchen!

18 Prävention
Claudia Teichmann
BackUp Am Michel

19 Sportmedizin
Dr. Kay Niemier
Sport als Medizin

20 Orthopädische Rheumatologie
Prof. Dr. Wolfgang Rüther
In Bewegung bleiben – auch bei Rheuma!

21 Sportmedizin
Dr. Helge Riepenhof und Dr. Andreas Gonschorek
Behandelt wie ein Profisportler

22 Physiotherapie
Heilungsprozesse fördern

23 Orthopädie
Dr. Ulrich Heise
Kinderorthopädie auch für Erwachsene

24 Spezielle Schmerztherapie
Dr. Daniel Klase
Neurostimulation- Schrittmacher gegen den Schmerz

25 Orthopädie und Unfallchirurgie
Prof. Dr. Christian A. Kühne
Spezialisten für Verletzungen im Alter

26 Handchirurgie
Hanse Chirurgie
Hand in guten Händen

27 Hämatologie und Onkologie
Prof. Dr. Norbert Schmitz
Ohne Chemotherapie Krebs behandeln

28 Schilddrüse
Endokrinologie-Team
Neuartige Echotherapie als Alternative zur Operation

29 Allgemein- und Viszeralchirurgie
Prof. Dr. Marco Sailer
Sanfte Darmchirurgie

30 COPD
Der gefährliche „Raucherhusten"

31 Urologie
Prof. Dr. Christian Wülfing
Der Siegeszug der Mini-Endoskope

32 Blutspende
Aderlass gegen Bluthochdruck

33 Augenheilkunde
Priv.-Doz. Dr. Ulrich Schaudig
Mikroinvasive Chirurgie im Auge

34 Allgemeinmedizin
Dr. Corinna Koós
Mit Passion zu Hausbesuchen

35 Apotheke
Was bringt der neue Medikationsplan?

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

IMPRESSUM HAMBURGER Ärztemagazin

Verlag: Zeitungsgruppe Hamburg GmbH
Großer Burstah 18-32, 20457 Hamburg
Anzeigen: Dirk Seidel (verantwortlich)
Objektleitung: Anne-Marie Schlag,
Tel.: (040) 5544-71204, Fax: (040) 5544-71807
Koordination: Silke Dannenberg, Tel.: (040) 5544-711 86

Vermarktung und Redaktion:
Publishingone Joachim Lüdicke
Mittelweg 144, 20148 Hamburg
Postfach 130 431
Vermarktung: Ilir Emini, Tel.: (040) 60 03 85 28 16
aerztemagazin-HA@funke-medien.de

Artdirection: Eike Hahn/Constanze Lemke
Redaktion: Peter Claußen, Dagmar Lüdke
Schlussredaktion: Gabriele von Kröcher
Fotografen: Sabine von Bassewitz, Sandra Birkner, Peter Claußen, Annegret Hultsch, Hendrick Lüders, Fotolia
Titelfoto: Andrea Müller-Schulz

Gestaltung/Produktion: Constanze Lemke
Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, Industriestraße 21, 22880 Wedel

Nachdruck ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags möglich.

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 Hamburger Ärztemagazin darf nicht als Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. In keinem Fall ersetzt er einen Besuch beim Arzt.

DR. SUSANNE STEINKRAUS
Dermatologische Privatpraxis

Neues Verfahren zur Hautverjüngung

Erstmals nur mit Wärme gegen ungeliebte Falten und Narben

Dr. Susanne Steinkraus behandelt sehr schonend Falten und Narben

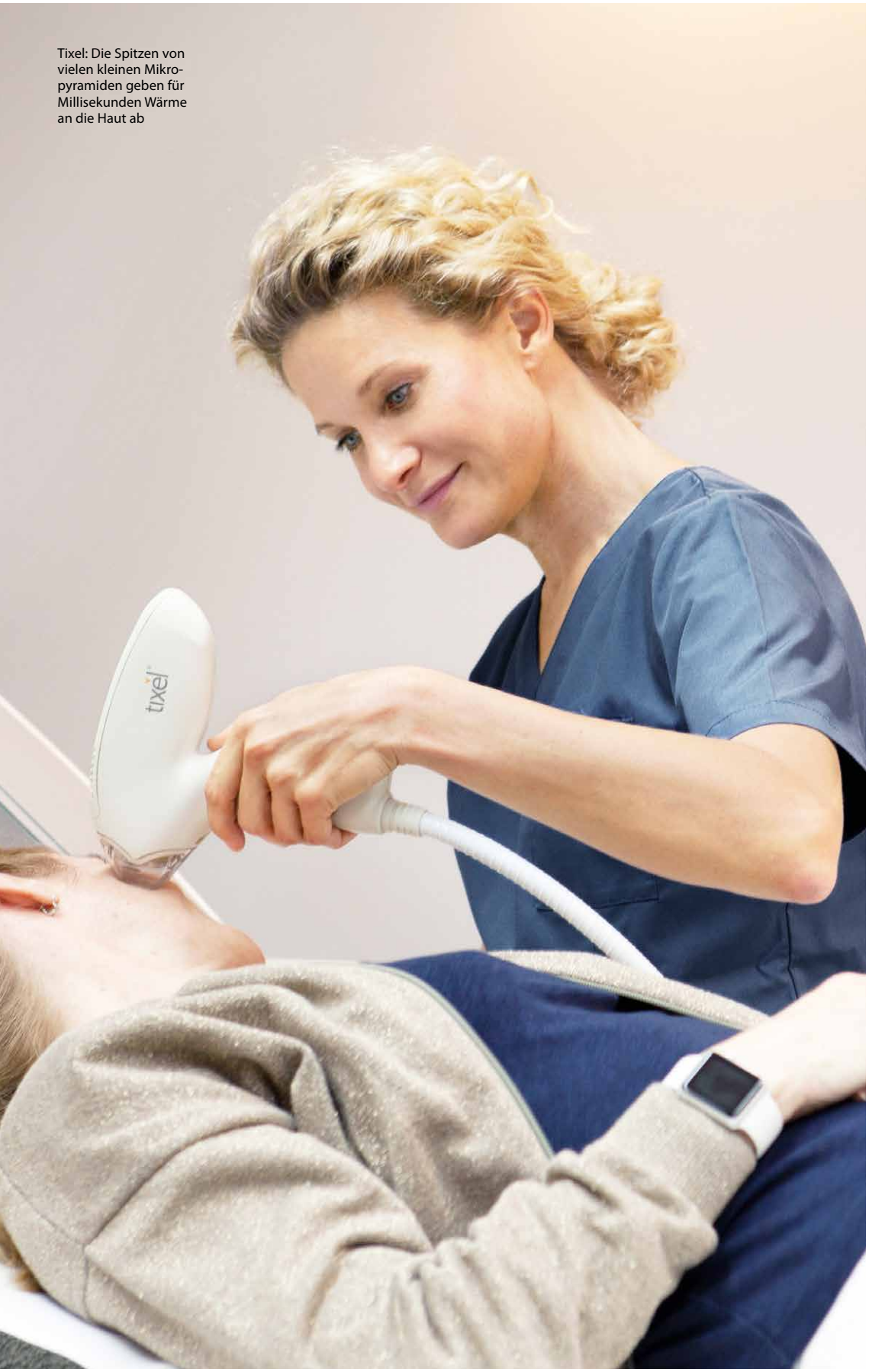
Zum einen klagen meine Patienten über ungeliebte Falten, Narben oder Hautveränderung“, erzählt Dr. Susanne Steinkraus zu Beginn des Interviews, „zum anderen ist da aber häufig die Angst vor einer Operation, dem Laser und vor längeren Ausfallzeiten“, weiß die Fachärztin für Dermatologie aus Hamburg-Rotherbaum. Als eine von wenigen Ärzten in Hamburg setzt Dr. Steinkraus jetzt ein neues Verfahren ein, das nicht nur ganz ohne Operation auskommt, sondern auch ohne den Einsatz eines Lasers. „Tixel“ nennt sich die innovative Technik, die Dr. Susanne Steinkraus als eine der Ersten in Hamburg eingeführt hat. Aknenarben, Pigmentverschiebungen, Falten vor allem um Augen und Mund, aber auch Hals und Dekolleté lassen sich so behandeln. „Alles, was zu Unregelmäßigkeiten führt, wie etwa trockene, schuppende Haut, Rötungen, Falten, Narben oder Pigmentverschiebungen, macht uns optisch älter“, erklärt Dr. Steinkraus. „Mit dem neuen Verfahren kann ich den Alterungsprozess der Haut zurückschrauben.“ Es ist als innovativer Baustein zu anderen Verfahren im Spektrum der Laserverfahren sehr flexibel einsetzbar und mit allen anderen Methoden zur Hautverjüngung zu kombinieren. „Und je nach Behandlungswunsch kann ich kosmetisch bis ablativ – also bis in tiefere Hautbereiche - behandeln. Mit dem gleichen Effekt wie beim Laser, aber ohne die unerwünschten Nebenwirkungen.“ Denn Tixel arbeitet ausschließlich mit Wärme. Die Spitzen von vielen kleinen Erhebungen aus Gold oder Titan, die so genannten Mikropyramiden, berühren für Millisekunden die Haut und weichen dann sofort wieder zurück. „So werden ganz gewollt Mikroschäden auf der Haut verursacht, die sich mit kleinen Kanälen öffnet“, so Dr. Steinkraus. In die offenen Hautkanäle können hochdosiert Vitamine, Antioxidantien oder andere Wirkstoffe eingebracht werden. In der Tiefe wird die Neubildung von Kollagen angeregt und Falten oder Narben werden wieder deutlich geglättet. Das Ergebnis: zarte, feinporige Haut. „Das neue Verfahren ist schmerzarm, schnell und hat – was ich als besonders wichtig ansehe – eine sehr geringe Downtime, also die Zeit, nach der ein Patient im Anschluss an die Behandlung wieder in die Öffentlichkeit gehen kann.“ Patienten können zeitnah Make-up auflegen und ihre normalen sozialen Aktivitäten in der Regel einen Tag nach der Behandlung wieder aufnehmen. Und nur etwa zwei bis fünf Tage dauert es, wenn tiefere Hautbereiche behandelt wurden. „Patienten berichten mir immer wieder, dass diese Methode oft das Erste ist, das ihnen geholfen hat, und dabei schnell, effektiv und nicht kostenintensiv war. Alles andere hätten sie schon ausprobiert.“ Vor jeder Behandlung steht eine ausführliche Beratung und Hautanalyse, ergänzt mit einer Darstellung anhand von Vorher-Nachher-Fotos.

> „Das neue Verfahren ist schmerzarm, schnell und hat – was ich als besonders wichtig ansehe – eine sehr geringe Downtime.“

Anzeige

DR. SUSANNE STEINKRAUS

Dermatologische Privatpraxis



Tixel: Die Spitzen von vielen kleinen Mikropyramiden geben für Millisekunden Wärme an die Haut ab

Mit viel Freude und Leidenschaft verfolgt Dr. Susanne Steinkraus ein ganzheitliches Konzept. „Mit einer Komplettsicht der Dermatologie verstehe ich mich als Beraterin meiner Patienten. In meiner Praxis, in der sich meine Patienten wohl fühlen sollen, möchte ich ihnen ein Gefühl der Sicherheit und des Vertrauens geben." Die Betreuung umfasst neben Hautkrebsvorsorge insbesondere die Diagnostik und Therapie von Hauterkrankungen, operative Eingriffe, Laser, Kosmetik, Ernährungsberatung und Laboranalyse. „Lebenswandel, Psyche, Ernährung und äußere Einflüsse spielen eine entscheidende Rolle für Ihre Gesundheit und Wohlbefinden", meint die Fachärztin und rät in jedem Fall auch im Alltag auf die Haut zu achten. „Vermeiden Sie Schadstoffe wie Nikotin und übermäßigen Alkohol, reinigen und pflegen sie Ihre Haut regelmäßig mit hauttypgerechten Produkten. Machen Sie zur Steigerung der Durchblutung Sport, schlafen Sie ausreichend und achten Sie auf eine gesunde Ernährung und den erforderlichen Sonnenschutz. Dann haben Sie die allerbesten Voraussetzungen dafür, dass Ihre Haut lange natürlich schön und gesund bleibt."

Dermatologische Privatpraxis
Dr. Susanne Steinkraus
Jungfrauenthal 13
22587 Hamburg
Tel.: (040) 41 42 32 54
Fax: (040) 41 42 32 58
praxis@steinkraus-skin.de
www.steinkraus-skin.de
Sprechstunden
Montag bis Freitag, 8–17 Uhr
und nach Vereinbarung

Schwerpunkte
- Ästhetische Dermatologie
- Klassische und Operative Dermatologie
- Hautverjüngung (Proyouthing)
- Hautkrebsvorsorge
- Lasermedizin
- Kinder- und Teenagersprechstunde
- Dermatologische Kosmetik

Private Krankenversicherungen
Selbstzahler

Der erste Eindruck

Praxispersonal als Aushängeschild

Dr. Frank Elste, Unikinik Heidelberg

Die Behandlung des Patienten beginnt schon am Empfang", meint Omid Raissi, Facharzt für Innere und Allgemeinmedizin aus Nienstedten. „Der dort entstandene Eindruck ist maßgeblich daran beteiligt, ob sich ein Patient für diese Praxis entscheidet." In seiner Praxis steht der persönliche Kontakt zum Patienten im Vordergrund. „Wir begrüßen den Patienten mit Namen, umsorgen ihn individuell."

Omid Raissi in seiner Praxis in Nienstedten mit seiner Frau Katharina Raissi (li.), zuständig für das Praxismanagement

Mit dieser Ausrichtung ist der Facharzt nicht allein. Jetzt belegt die Studie „Ärzte im Zukunftsmarkt Gesundheit 2015" der Stiftung Gesundheit, dass traditionelle Instrumente des Praxismarketings wie das Erscheinungsbild und das Verhalten des Praxispersonals wieder an Bedeutung zurückgewinnen. Zwar sind Internetaktivitäten wie die eigene Praxishomepage und die Teilnahme an Onlineverzeichnissen mit fast 70 Prozent noch immer die wichtigsten Marketingmaßnahmen für Ärzte. Sie verlieren allerdings an Bedeutung. Dagegen konnte sich das Praxispersonal als Marketingfaktor im vergangenen Jahr von 48,2 auf 55,4 Prozent steigern. „Ärzte besinnen sich derzeit beim Praxis-Marketing auf klassische Methoden und die persönliche Ansprache zurück", fasst die Leiterin der Studienreihe, Stefanie Woerns, zusammen. „Möglicherweise sehen wir hier eine Reaktion auf die stark zunehmende Dominanz der Digitalisierung, die ja eher von nüchterner Sachlichkeit geprägt ist", so die Expertin der Stiftung Gesundheit weiter. „Das medizinische Personal ist das wichtigste ‚Kapital' einer Arztpraxis", ergänzt Dipl.-Kfm. Dr. Frank Elste vom Universitätsklinikum Heidelberg. „Unfreundliches Praxispersonal schreckt jeden Patienten ab. Eine Arztpraxis wird nur funktionieren, wenn alle Mitglieder des Teams motiviert sind", meint Elste. Denn häufig sieht der Arzt den Patienten nicht bei jedem Besuch, beispielsweise, wenn dieser nur zur Blutentnahme die Praxis aufsucht oder ein Rezept abholt. So ist die Arbeit in einer Praxis Teamarbeit. Für die gesamte Arztpraxis gilt also: Nur zufriedene Angestellte können an Patienten ein angenehmes Gefühl weitergeben, das diesen in positiver Erinnerung bleibt. Dr. Raissi: „Bei uns in der Praxis haben wir ein entspanntes, herzliches Betriebsklima. Wir betrachten uns alle als eine Familie, in der jeder den anderen unterstützt. Zum Wohle unserer Patienten." ◂

Anzeige

DR. CHRISTINA BRUNNER

Dr. Brunner bespricht den detaillierten OP-Plan

Dr. Christina Brunner
Plastische und ästhetische Chirurgin
Bleichenbrücke 10
20354 Hamburg
Tel.: (040) 300 39 66
und (040) 35 71 95 00
office@dr-christina-brunner.com
www.dr-christina-brunner.com

Leistungen

- Brustvergrößerungen
- Brustverkleinerungen/ Bruststraffungen
- Angeborene Fehlbildungen/ Brustkorrektur
- Bauchdeckenstraffungen
- Fettabsaugung
- Intimkorrektur
- Botolinumtoxin
- Filler
- Eigenfettbehandlung
- Lidplastiken
- Face/Hals/Stirn-Lifting

Mitglied: DGPRÄC, VDÄPC, ISAPS

Private Krankenversicherungen
Gesetzliche Krankenkassen
Selbstzahler

Baukasten für die Hautstraffung

Lebensqualität durch harmonische Körperkontur

So wenig wie möglich – so viel wie nötig", sagt Dr. Christina Brunner, Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Überschüssige Haut und unschöne Fettpolster lassen uns oft nicht nur älter aussehen, sondern stören die Körperharmonie. Vor allem durch Schwangerschaft, starken Gewichtsverlust oder den altersbedingten Elastizitätsverlust der Haut leidet eine gute Körperkontur. Viele dieser Veränderungen sind durch Diät und Sport nicht beeinflussbar. „Doch die Plastische und Ästhetische Chirurgie bietet hier im Rahmen der Körperkonturchirurgie viele Möglichkeiten, diese zum Teil stigmatisierenden Veränderungen zu korrigieren", beschreibt Dr. Christina Brunner. Überschüssige Haut und Fettgewebe können etwa narbensparend entfernt und eine harmonische, ästhetische Körperkontur geschaffen werden. „Dabei sollte immer mit der schonendsten Methode und dem kleinsten Eingriff begonnen werden. Ich nenne das ‚nach dem Baukastenprinzip' arbeiten", erklärt Dr. Brunner weiter. Im Bauchbereich reicht oft eine Fettabsaugung – wenn nötig kombiniert mit einer kleinen Hautstraffung. Falls erforderlich kann auch eine komplette Bauchdeckenstraffung mit Rekonstruktion der vorderen Bauchwand durchgeführt werden. Auch die Brust lässt sich über kleine narbensparende Hautstraffungen bis hin zur kompletten Bruststraffung mit und ohne Implantat korrigieren. Dr. Brunner verwendet hierbei gern so viel Eigengewebe wie möglich, das entsprechend modelliert wird, um auf ein Implantat zu verzichten. Ihr Motto: Weniger ist mehr. Die Fachärztin führt vor allem Kombi-Operationen durch. So kann beispielsweise eine Brust- mit einer Bauchstraffung oder einer narbensparenden Oberarmstraffung kombiniert werden. Längere Erholungs- und Ausfallzeiten werden vermieden. „Wichtig ist für mich vor jeder Behandlung die genaue Analyse, eine seriöse Beratung und ein detaillierter individueller Behandlungsplan", erklärt die Fachärztin. „Denn ich möchte für jeden Patienten das Optimale erreichen. Ein gut operierter Patient darf nicht operiert aussehen, und die Körperharmonie darf nicht beeinträchtigt werden. Und gerade bei einem ästhetischen Eingriff sollte kein Risiko eingegangen werden." Für Körperregionen, die nicht operativ behandelt werden können, wie z. B. das Dekolleté, kommen nichtinvasive Verfahren, wie Ultherapy mit hervorragenden Ergebnissen zur Anwendung.

> „Jede OP, die man nicht macht, ist die beste!"

Stets gut auf die OP vorbereitet: Dr. Christine Brunner

Auch schonende Behandlungsmethoden wie die Ultherapy mit Ultraschall kommen zum Einsatz

DR. THOMAS-MARC SCHULTE, IRIS FLORIS, FRANK HOFFMANN

Mit den Zahntechnikermeistern Frank Hoffmann und Iris Floris plant Dr. Schulte, wie die Zähne einmal aussehen sollen

Ästhetische Zahnheilkunde

Schöne Zähne sind Teamarbeit

Zahnmediziner Dr. Thomas-Marc Schulte

Ein strahlendes Lächeln ist ein wichtigstes Schönheitskriterium. Es wirkt sympathisch, gesund und hat erheblichen Einfluss auf das Selbstbewusstsein. Doch nicht jeder ist von Natur aus mit perfekten Zähnen ausgestattet. Dies ist die Domäne der ästhetischen Zahnheilkunde. „Sind Patienten mit dem Aussehen ihrer Zähne nicht zufrieden, kann das an der Form, der Farbe oder auch der Stellung der Zähne liegen", berichtet der Zahnmediziner Dr. Thomas Marc Schulte: „Im Prinzip lässt sich das alles verändern, aber die Herausforderung dabei ist, ein optimales Ergebnis zu erreichen, ohne die Zähne zu schädigen." Viele Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens gehören zur Klientel seiner Praxis, in der die ästhetische Zahnheilkunde eine wichtige Rolle spielt. Das Behandlungsspektrum reicht dabei von der chemischen Aufhellung der Zähne, dem sogenannten Bleaching, über die kieferorthopädische Korrektur von Zahnfehlstellungen bis hin zum teilweisen oder vollständigen Zahnersatz

Bleaching

Sollen Zähne aufgehellt werden, schleust Schulte ein Bleichmittel

Anzeige

DR. THOMAS-MARC SCHULTE, IRIS FLORIS, FRANK HOFFMANN

durch den Zahnschmelz ins Zahnbein (Dentin) ein, das dann von außen durch UV-Bestrahlung aktiviert wird und dafür sorgt, dass der Zahn wunderbar hell wird. Die empfindlichen Zahnhälse und das Zahnfleisch werden während der Behandlung mit einem speziellen Kunststoff abgedeckt und geschützt.

Zahntechnikermeister
Frank Hoffmann

Korrektur von Fehlstellungen

Die Kieferorthopädie bei Erwachsenen werde immer wichtiger, berichtet Schulte: „Liegen Fehlstellungen vor, bringe ich die Zähne durch eine präprothetische Kieferorthopädie in die richtige Position, um sie mit Keramikveneers verblenden zu können. Dank der modernen Verfahren lassen sich Zähne etwa einen Millimeter pro Monat bewegen.“ Zwei bis drei Monate reichen oft aus, um Zähne aufzurichten, die früher einer aufwendigen Präparation bedurft hätten, so Schulte.

Prothetik: Ein eingespieltes Team für perfekte Ergebnisse

Veneers und Lumineers, Teilkronen, Kronen und Brücken gehören zum

> „Uns geht es darum, als Team das Bestmögliche für den Patienten zu erreichen“

großen Bereich der Prothetik. Um das bestmögliche Ergebnis zu erreichen, komme es auf das Zusammenspiel von Zähnen und Zahnfleisch an, erklärt Schulte: „Wir sprechen dabei von weißer und roter Ästhetik.“ Damit beide Aspekte zu einem harmonischen Ganzen werden, komme es auf eine intensive und individuelle Zusammenarbeit von Zahnarzt, Patient und Zahntechnikermeister an. „Wir müssen die ästhetischen Regeln einhalten. Nur dann entsteht eine Harmonie, die die Gesamterscheinung des Patienten positiv unterstreicht – und nur dann erreichen wir ein Lächeln, das bezaubert!“

Schon seit fast 25 Jahren arbeitet Schulte auf diesem Gebiet mit den Zahntechnikermeistern Iris Floris und Frank Hoffmann zusammen: „Diese Konstellation hat sich sehr bewährt. Ich bin darauf angewiesen, dass die neuen Zähne passen – und für eine erstklassige Optik setze ich auf Meister ihres Fachs, die auch Künstler sind.“

„Wir sind keine Angestellten der Praxis, sondern betreiben ein gewerbliches Labor, das mit Zahnärzten zusammenarbeitet“, betont Zahntechnikermeisterin Iris Floris. Das habe den entscheidenden Vorteil, dass der Zahnarzt unabhängig im Sinne des Patienten entscheiden kann und nicht Gefahr läuft, aus wirtschaftlichen Gründen Abstriche bei der Qualität des Zahnersatzes hinzunehmen. „Umgekehrt achten wir natürlich sehr genau auf die Qualität der Abdrücke, die uns der Zahnarzt als Arbeitsgrundlage liefert“, ergänzt ihr Kollege Frank Hoffmann: „So kontrollieren sich alle Beteiligten gegenseitig und der Patient kann sicher sein, die bestmögliche Laborleistung zu erhalten.“

Bei Schulte sind die Zahntechnikermeister von Anfang an in die Behandlung involviert. Sie kommen in die Praxis und besprechen bereits bei der Aufnahme der Ausgangssituation die Möglichkeiten und das Vorgehen mit Zahnarzt Schulte und dem Patienten. „Die Wünsche des Patienten sind unsere Grundlage“, erklärt Hoffmann: „Farbe, Zahnstellung, Transparenz et cetera – all das wird vorher geklärt.“

„Wir müssen auch klären, was überhaupt umsetzbar ist“, betont Floris: „Manche Zähne stehen eben da, wo sie stehen – und ohne Kieferorthopädie können wir auch kein ganz gleichmäßiges Lächeln versprechen. Da muss man realistisch bleiben. Aber uns geht es darum, als Team das Bestmögliche umzusetzen.“

Das Mock-up als erster Eindruck

„Wir fertigen in Wachs die neue Zahnform und stellen das Ergebnis Dr. Schulte und dem Patienten vor“, erklärt Hoffmann: „Gegebenenfalls verfeinern wir es noch und können dann aus Kunststoff ein sogenanntes Mock-up herstellen. Das kann der Patient auf seine Zähne setzen und so besser beurteilen, ob unser Plan seinen Vorstellungen entspricht. Wir nehmen uns viel Zeit für das Gespräch, um herauszufinden, was der Patient wirklich möchte.“

„Ist der Patient einverstanden, beginnt Dr. Schulte mit der Präparation und wir bereiten ein Kunststoff-Provisorium vor, das unserem Entwurf entspricht “, so Floris weiter: „Mit diesem Provisorium kann der Patient seine Familie fragen und sein künftiges Antlitz im Spiegel überprüfen. Die endgültige Arbeit aus Keramik wird selbstverständlich noch schöner.“ Sobald die fertige Arbeit vorliegt, entfernt Schulte die Provisorien, steckt den Zahnersatz auf und prüft, ob alles passt und der Biss stimmt.

„Wenn der Patient schließlich sein neues Lächeln das erste Mal im Spiegel sieht, ist das auch für uns ein entscheidender Moment“, beteuert Floris: „Die Begeisterung des Patienten, wenn alles so geworden ist wie er es sich gewünscht hatte, zeigt uns, dass wir als Team alles richtig gemacht haben.“

Mithilfe sogenannter Veneers lässt sich ein Lächeln mit relativ geringem Aufwand eindrucksvoll verschönern

Zahntechnikermeisterin
Iris Floris

Dr. Thomas-Marc Schulte
Bernadottestraße 42
22763 Hamburg
Tel.: (040) 39 80 80 98
Fax: (040) 39 80 80 99
praxis@drtmschulte.de
www.drtmschulte.de

Schwerpunkte
- Implantologie
- Präprothetische Kieferorthopädie
- Ästhetische Zahnheilkunde

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Iris Floris & Frank Hoffmann
Zahntechnikermeister
Floris & Hoffmann GmbH
Klopstockstraße 4
22765 Hamburg
Tel.: (040) 18 06 64 55
Fax: (040) 18 06 64 57
labor@florishoffmann.de
www.florishoffmann.de

Schwerpunkte
- Ästhetischer Zahnersatz
  - Chips
  - Veneers
  - Kronen
  - Vollsanierung
- Implantatsysteme
- Funktionsdiagnostik
- Modellanalyse

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Feiertagsburnout

Wenn Freizeit plötzlich krank macht

Prof. Dr. Aglaja Valentina Stirn, Professorin für Psychosomatische Medizin und Sexualmedizin der Universität Kiel

Prof. Dr. Dr. Michael Stark, Leiter des Psychotherapeutischen Zentrums zur Behandlung von Stress und Erschöpfung

Eigentlich sollten Feiertage wie Weihnachten eine willkommene Erholungspause im hektischen Alltag sein, eine Gelegenheit, neue Kraft zu sammeln und Stress abzubauen. Doch vielen Menschen gelingt das nicht; im Gegenteil: Kaum lässt die Anspannung nach, werden sie krank, fallen in ein tiefes Loch. Dafür können verschiedene Mechanismen verantwortlich sein, erklärt Prof. Dr. Aglaja Valentina Stirn, Professorin für Psychosomatische Medizin und Sexualmedizin der Universität Kiel: „Ein anderer Schlafrhythmus, vermehrtes Essen und Trinken, auch Alkohol: Diese plötzliche Veränderung des Lebensstils bringt den Körper aus den gewohnten Bahnen. Auch das ist eine Art von Stress. Vor allem Menschen, die eine klare Struktur im Leben brauchen, reagieren darauf sehr sensibel. Bei Migränepatienten kennt man das Phänomen, dass die Attacken vor allem am Wochenende auftreten, wenn sich der Lebensrhythmus ändert.“ Bei anderen führe die plötzliche Entspannung nach einer anhaltenden Stressphase zu einer Art Entlastungsdepression: Die Anspannung ist weg, die entstehende Pause wird als Burnout empfunden. „Wer im Alltag unter Dauerstress steht, bildet ständig Adrenalin; der Körper gewöhnt sich daran, und auf lange Sicht kommt es sogar zu Umbauprozessen im Gehirn“, erläutert Stirn. „Hört der Stress dann plötzlich auf, warten die Rezeptoren vergeblich auf das aufputschende Stresshormon, die Balance der Botenstoffe und vegetativen Nervensysteme wird gestört. Das zeigt sich in Symptomen wie Müdigkeit, Erschöpfung und erhöhter Infektanfälligkeit.“

> „Wir alle haben einen Seelenenergietank, aus dem wir Kraft schöpfen. Viele meinen, ihr Tank sei unendlich groß, und denken nicht an das rechtzeitige Nachtanken.“

Menschen mit einer psychischen Erkrankung seien von einem Feiertagsburnout deutlich häufiger betroffen, betont Stirn: „Dieses Phänomen kann auch ein Frühwarnzeichen sein! Sind die Beschwerden sehr stark und fühlt sich der Betroffene nach Wochenenden nicht wirklich erholt, kann das auf einen beginnenden Burnout hindeuten.“

Um dieser Entwicklung entgegenzusteuern, müsse man sich zunächst über die Zusammenhänge klarwerden, ergänzt Prof. Dr. Dr. Michael Stark, Psychiater und Psychotherapeut in Hamburg: „Ich verdeutliche das meinen Patienten immer durch den Vergleich mit einem Tank: Wir alle haben einen Seelenenergietank, aus dem wir Kraft schöpfen. Viele meinen, ihr Tank sei unendlich groß, und denken nicht an das rechtzeitige Nachtanken.“ Das Phänomen des Feiertagsburnouts entspreche im übertragenen Sinn der Warnleuchte am Armaturenbrett, die anzeigt, dass die letzten fünf Liter angebrochen sind.“ Wer das erkennt, kann rechtzeitig reagieren und für sich selbst sorgen, so Stark: „Unsere Tankstellen sind Freude und schöne Dinge, die Zeit und Ruhe erfordern.“ Um vorzubeugen, sollte man kleine Fluchten und Erholungsinseln in den Alltag einstreuen, im Laufe des Jahres immer mal einen kleinen Kurzurlaub planen, empfiehlt Stark. Das sei viel effektiver als eine mehrwöchige Urlaubsreise. Wer bereits komplett ausgebrannt ist, dem bleibt nur passive Entspannung mit viel Schlaf, weil Freizeitaktivitäten zusätzlichen Stress bedeuten würden. Aber wer die Warnzeichen ernst nimmt und rechtzeitig gegensteuert, sollte die verbliebene Kraft nutzen, um neue Eindrücke zu sammeln und zum Beispiel Sport zu treiben, rät Stark. Denn das sei der effektivste Weg, den eigenen Seelenenergietank wieder aufzufüllen. ◂

Anzeige

DR. NEDA TIMMERMANN
Zahnarztpraxis im Spectrum am UKE

Neue Zahnarztpraxis auf dem UKE-Gelände

Modernste Zahnmedizin in entspannter Atmosphäre

In unserer Zahnarztpraxis arbeiten wir mit modernster computergesteuerter Technik, die ein Höchstmaß an Funktionalität, Design und Qualität bietet", erklärt Dr. Neda Timmermann, Zahnärztin und Fachzahnärztin für Oralchirurgie zu Beginn des Interviews. „Und das in einer entspannten Atmosphäre, in der ich meine Patienten so behandle, wie ich selbst behandelt werden möchte", so die Inhaberin der neuen Zahnarztpraxis im Spectrum am UKE. Dr. Timmermann nutzt neben modernster Technik die neuesten wissenschaftlich fundierten Verfahren der Zahnmedizin und Oralchirurgie. „So erhalten wir etwa mit Hilfe des schonenden, innovativen DVT-Röntgens dreidimensionale Einblicke und können den Mund- und Kieferbereich in jeder Ebene darstellen. Denn nur in der dritten Dimension kann man die Wurzel- bzw. Kieferregion eins zu eins nachmessen und so die Implantation oder andere Operationen im Mund- und Kieferbereich mit größtmöglicher Sicherheit und Vorhersagbarkeit durchführen." Darüber hinaus erklärt die Fachzahnärztin mit Hilfe einer Intraoralkamera Patienten die Klinische Situation. „Bei Bedarf können die Patienten auf einem Monitor über dem Behandlungsstuhl genau das sehen was auch ich sehe, so kann ich Probleme viel besser zeigen und Befunde greifbarer beschreiben. Das schafft absolute Transparenz und motiviert die Patienten zu optimaler Mundhygiene, was sehr wichtig ist, um die Nachhaltigkeit der Behandlungserfolge zu gewährleisten." In der Implantologie und Oralchirurgie setzt Dr. Timmermann seit vielen Jahren auf ein spezielles, sehr innovatives Verfahren mit körpereigenen Wachstumsfaktoren, die in das Operationsgebiet eingesetzt werden. So heilt nicht nur die Wunde schneller, auch Wundschmerz, Schwellungen, Kochenabbau und Infektionsrisiken werden deutlich verringert und, aufgrund des Einsatzes körpereigener Substanzen, das Allergie- und Abstoßungsrisiko ausgeschlossen. „Und da ich meine Berufung ganzheitlich betrachte, fällt neben der Oralchirurgie und Implantologie auch die Umweltzahnmedizin in mein Betätigungsfeld." Im Mittelpunkt dieses interdisziplinär angelegten Zweigs der Zahnheilkunde steht die ganzheitlich ausgerichtete zahnärztliche Behandlung chronischer Erkrankungen. Dabei kommen individuelle Behandlungskonzepte zur Anwendung, um chronisch entzündlichen Krankheiten vorzubeugen oder diese zu heilen. „In meiner Kapazität als Umweltzahnmedizinerin teste ich z. B. im Vorfeld, ob ein Patient etwa auf bestimmte Materialien allergisch reagiert oder ob gegebenenfalls bereits Unverträglichkeiten vorliegen. Natürlich sind wir auch die richtigen Ansprechpartner, wenn es um die Diagnose und die Behandlung von Folgeerscheinungen aus Zahnhalteapparaterkrankungen (Parodontitis) geht. An erster Stelle steht bei uns die Prophylaxe." Hier setzt Dr. Timmermann innovative Verfahren wie Airflow und Ultraschall ein. „So erhalten meine Patienten Qualität auf höchstem Niveau, sind ganzheitlich versorgt und können sich einfach wohlfühlen", freut sich Dr. Timmermann.

Dr. Timmermann in ihrer neuen Zahnarztpraxis im Spectrum am UKE mitten auf dem UKE-Gelände

Dr. Timmermann erklärt ihrem Patienten mit Hilfe einer modernen Intraoralkamera die klinische Situation

„Ich behandle meine Patienten so, wie ich selbst behandelt werden möchte."

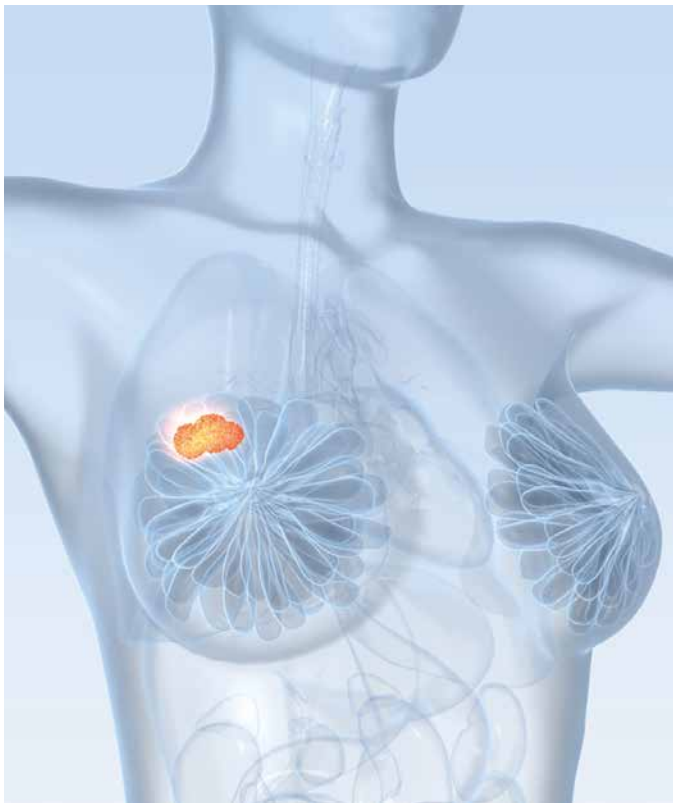
Zahnarztpraxis im Spectrum am UKE
Martinistraße 64
20251 Hamburg-Eppendorf
Tel.: (040) 42 32 65 42
Fax: (040) 42 32 65 40
www.drtimmermann.de
praxis@drtimmermann.de

Leistungen
- Implantologie
- Oralchirurgie
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Paradontologie
- Professionelle Individualprophylaxe
- Umweltzahnmedizin
- Präventive Kinderzahnheilkunde
- Endodontie (Wurzelbehandlung)
- Behandlung mit körpereigenen Wachstumsfaktoren
- Schienentherapie
- Gebissschutz für Sportler
- Bleaching
- Veneers

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherungen
Selbstzahler

Moderne Mammadiagnostik

Neue Konzepte zur Brustkrebsfrüherkennung



„Für sich allein genommen kann keine Methode höchste Sicherheit bieten."

Die Früherkennung bösartiger Tumore der Brust gehört zu den besonders schwierigen Aufgaben der Radiologie. Die unterschiedlichen Tumorformen können im frühen Krankheitsstadium in vielerlei Gestalt auftreten. Zudem können die individuellen anatomischen Strukturen der Brust von Patientin zu Patientin sehr unterschiedlich ausgeprägt sein. Aus diesen vielen Varianten resultiert ein komplexes Muster von Bildinformationen, das bei der Befundung der Aufnahmen eine große Erfahrung erfordert. Neue Techniken und weiterentwickelte Methoden zur Brustkrebsfrüherkennung sollen helfen, diesen Anforderungen noch besser gerecht zu werden.

In spezialisierten Zentren werden heute – über die langjährig praktizierte 2D-Mammografie hinaus – folgende Verfahren eingesetzt:

3D-Mammografie/Tomosynthese
Dieses Verfahren ist besonders geeignet für unruhige Gewebsstrukturen. Ab dem 40. Lebensjahr wird es für jährliche Untersuchungen angewandt sowie bei dichtem Drüsengewebe.

3D-Volumensonografie
Eine strahlenfreie, für das Screening geeignete Ultraschalluntersuchung, die den gesamten Drüsenkörper standardisiert abbildet. Sie ist ideal für die Heranführung junger Patientinnen an eine Vorsorgestrategie geeignet. Aufgrund der Strahlenfreiheit lässt sie sich uneingeschränkt einsetzen, in der Regel ab dem 25. bis 30. Lebensjahr, und dies vor allem bei familiärem Hochrisiko.

MRT der Brust
Ein hochsensibles, strahlenfreies, aber teures Verfahren mit der Gefahr, in der Hand ungeübter Untersucher viele falsch positive Diagnosen zu liefern. Es wird eingesetzt bei erblich vorbelasteten Frauen und zur genauen Bestimmung der Tumorausdehnung vor einer Krebsoperation.

Kontrast-Mammografie (KM)
Dieses Verfahren kann das MRT ersetzen, ist deutlich kostengünstiger und auch für Patientinnen geeignet, die in engen Räumen Angst bekommen (Klaustrophobie). Ein besonderer Vorteil ist die Mikrokalkerkennung. Mikrokalk kann ein Hinweis auf Brustkrebs oder auch auf gutartige Veränderungen der Brust sein. Der erfahrene Radiologe kann das Krebsrisiko anhand der Verkalkungsmuster abschätzen.

Multimodale Mammadiagnostik
Für sich allein genommen kann keine Methode höchste Sicherheit bieten. Zur Tumorfrüherkennung und Abklärung kommt deshalb eine Kombination dieser Methoden zur Anwendung – abhängig von der anatomischen Ausgangssituation der unterschiedlichen Bruststrukturen. Unter Medizinern wird diese Kombination unterschiedlicher, sich ergänzender Verfahren als „multimodale Mammadiagnostik" bezeichnet. Das Konzept für die multimodale Diagnostik wird auf die individuelle Situation der Patientin abgestimmt.◂

Ein Gastbeitrag von Dr. René Rückner

Methoden zur Brustkrebsfrüherkennung im Überblick

METHODE	EINSATZBEREICH	STRAHLENBELASTUNG	GENAUIGKEIT	KOSTEN
2D-Mammografie	ab 50 bis 69 Jahren zum Screening alle zwei Jahre	Röntgen + +	70–75%	Kassenleistung
3D-Mammografie/ Tomosynthese	jährlich ab 40 Jahren bei Risikopatientinnen	+	80–85%	unter 100 €
3D-Volumen-sonografie (ABUS)	jährlich oder halbjährlich bei Risikopatientinnen	keine	ca. 80%	80 €
MRT der Brust	jährlich bei erblicher Belastung, Bestimmung der Tumorausdehnung vor der OP	keine	bei 95%	400 €
Kontrastmittel-Mammografie	alternativ zur MRT bei Klaustrophobie	Röntgen + +	80–90%	170 €

Anzeige

PROF. DR. HENNING NIEBUHR & DR. HALIL DAG
Hanse-Hernienzentrum Hamburg

Dr. Halil Dag, Teamleiterin Kendra Klement und Prof. Dr. Henning Niebuhr im Hanse-Hernienzentrum am Standort Eppendorf

Hanse-Hernienzentrum Hamburg im Aufwind

Vorreiterstellung in Deutschland und neuer Spezialist

Mit mehr als 6.200 Operationen in sechs Jahren verfügen die Spezialisten des Hanse-Hernienzentrums Hamburg über die größte Routine in der Behandlung des Leistenbruchs und anderer Hernien in Deutschland. Das zeigen die Daten des OP-Registers HerniaMed, das unter der Schirmherrschaft der zuständigen Fachgesellschaften die hierzulande durchgeführten Hernienoperationen zu Zwecken der Qualitätssicherung erfasst und auswertet. „Wir haben aus diesem Register bereits viel gelernt", berichtet Prof. Dr. Henning Niebuhr, Gründer und Leitender Arzt des Hanse-Hernienzentrums. „Für uns sind die Langzeitergebnisse der einzelnen Operationsmethoden entscheidend." So wisse man heute, dass nicht jedes Kunststoffnetz, das bei Eingeweidebrüchen zum dauerhaften Verschluss der Bruchpforte eingelegt wird, fixiert werden muss, so Niebuhr: „Das ist schonender für die in dem Bereich verlaufenden Nerven."

Als Facharzt für Chirurgie und spezielle Viszeralchirurgie hat sich Niebuhr auf die Behandlung von Eingeweidebrüchen spezialisiert. 2007 gründete er mit dem Hanse-Hernienzentrum eine hochspezialisierte Einrichtung mit Standorten in Eppendorf und Bergedorf sowie mittlerweile vier klinischen Abteilungen (Bethesda-Krankenhaus, Praxisklinik Bergedorf, Facharztklinik Eppendorf, Klinik Fleetinsel). Das Hanse-Hernienzentrum ist eines von fünf zertifizierten Referenzzentren für die Hernienchirurgie in Deutschland und vereint als einziges Facharztpraxen und Kliniken. Aufgrund seiner Erfahrung ist Niebuhr auch an der Erstellung der internationalen Leitlinien für Leistenbruchoperationen beteiligt.

Neuer Spezialist für die Sportlerleiste

Mit dem Viszeralchirurgen Dr. Halil Dag ist ein neuer Arzt ins Hanse-Hernienzentrum eingetreten, der

dessen Möglichkeiten noch erweitert, berichtet Niebuhr: „Mit ihm haben wir nicht nur einen jungen Kollegen gewonnen, der alle modernen Operationsverfahren beherrscht, das Hanse-Hernienzentrum um eine neue Praxis in Barmbek ergänzt und die Versorgung türkischsprachiger Patienten verbessert, sondern auch einen Spezialisten für die sogenannte Sportlerleiste." Diese Erkrankung tritt vor allem bei durchtrainierten Fußballern auf und ist leicht mit einem Leistenbruch zu verwechseln. Ursache ist eine relative Schwäche der inneren Bauchwand, die entsteht, wenn das innere Blatt der Bauchwand durch den Zug der extrem trainierten Muskeln überlastet wird und sich im Leistenbereich vorwölbt. Das führt zu einer schmerzhaften Reizung der begleitenden Nerven. Der Leistenschmerz sei ein komplexes Geschehen, das 102 verschiedene Ursachen haben kann, so Niebuhr. Deshalb hat er mit weiteren Experten das Hamburger Netzwerk Leistenschmerz gegründet, in dem sich Chirurgen, Neurologen, Neurochirurgen, Orthopäden, Rheumatologen, Gynäkologen und Urologen bei der Diagnostik unterstützen und auch Spezialisten für Krankengymnastik, Schmerztherapie und Osteopathie vertreten sind.

Hanse-Hernienzentrum Hamburg
Eppendorfer Baum 8
20249 Hamburg
Tel.: (040) 41 46 90 04
Alte Holstenstraße 16
21031 Hamburg
Tel.: (040) 72 57 51 15
www.hanse-hernienzentrum.de
post@hanse-hernienzentrum.de

Schwerpunkte
- Bauchwandbruch
- Leistenbruch
- Nabelbruch
- Narbenbruch
- Schenkelbruch
- Zwerchfellbruch
- Sportlerleiste
- Loss of Domain

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherungen
Selbstzahler

DR. MEHRDAD ARJOMAND, DR. F. FARSIAN-KIRSCH

Provisorischer Zahnersatz war gestern

So genau habe ich natürlich nicht nachgemessen", lacht Dr. Mehrdad Arjomand zu Beginn des Interviews. „Aber über 50 Kilometer Digitalkabel müssten es schon sein." Die Praxis Berliner Bogen von Dr. Arjomand ist eine der ersten in Hamburg, die alle Arbeitsabläufe digitalisiert. „Für diesen ‚Digitalen Workflow' reicht es aber nicht, wenn Sie nur ein Gerät in die Ecke stellen", erklärt der Leitende Zahnarzt der Praxis Berliner Bogen. „Es muss so in den Workflow implementiert sein, dass alle Schritte sinnvoll ineinandergreifen. Das ist keine Revolution, sondern Evolution!" Was im privaten Bereich mit Smartphone und Smarthome bereits fast alltäglich ist, erreicht nun auch die Medizin. „Dadurch ‚erlebt' bei uns der Patient, wie sein Zahnersatz hergestellt wird", sagt der Experte. „Wir haben alles, was wir brauchen, direkt vor Ort", ergänzt Dr. F. Farsian-Kirsch, Leitende Zahnärztin. „So können wir umfassend und schnell die bestmögliche Behandlung anbieten – den richtigen Zahnersatz beim richtigen Patienten zur richtigen Zeit, und das bereits an einem Tag." Denn im Gegensatz zur Abformung mit Löffel und Abformmasse setzen die Zahnmediziner in ihrer Praxis digitale Intraoralscanner ein, die Ober- und Unterkiefer in wenigen Minuten digital abbilden. So kann der Zahnersatz im Anschluss sofort am Computer in einem 3-D-Modell erstellt und die Daten dann an eine Präzisionsschleifeinheit gesendet werden, die aus einem Keramikblock ein Inlay,

> „Das ist ganz klar ein Zeit-, Preis- und Präzisionsvorteil."

Anzeige

DR. MEHRDAD ARJOMAND, DR. F. FARSIAN-KIRSCH

Dr. Farsian-Kirsch und Dr. Arjomand bei der 3-D-Planung

eine Teilkrone oder eine Vollkrone passgenau herausarbeitet. „Der Vorteil für den Patienten liegt auf der Hand“, meint Dr. Arjomand. „Wir überspringen damit die Phase der provisorischen Versorgung, vermeiden Schmerzzustände durch sensible Zähne mit ihren mikroskopischen Wunden und mindern das Risiko für Infektionen. Das ist ganz klar ein Zeit-, Preis- und Präzisionsvorteil.“ Voraussetzung ist für Dr. Arjomand nicht nur die digitalisierte Praxis, sondern die enge Zusammenarbeit mit dem eigenen integrierten Meisterlabor. „Die Kunst ist, unsere digitale Technik mit der hohen Kompetenz gut ausgebildeter Zahntechniker zu ergänzen“, sagt Dr. Farsian-Kirsch. „Das brauchen wir mehr denn je: hoch spezialisierte Menschen. Es reicht nicht nur aus,

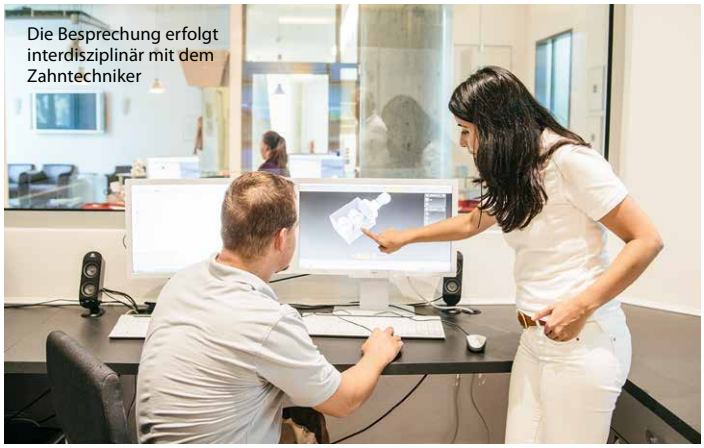
> „Der Patient erhält noch am gleichen Tag seinen Zahnersatz.“

ein Gerät zu besitzen. Es muss auch – etwa um Fehlinterpretationen zu vermeiden – richtig bedient werden. Und sie müssen die Werkstoffe genau kennen, damit jeder Patient ‚sein‘ individuell-geeignetes Material bekommt.“ Mit Hilfe der eingesetzten 3-D-Diagnostik erfolgt in der Praxis am Berliner Bogen die komplette Planung und Dokumentation digital. „So können wir Überraschungen in der Behandlung, wie etwa fehlende Knochen vermeiden. Wir erhalten über Höhe, Breite, Dicke und Tiefe der Knochen exakte Informationen und verletzen keine anatomisch wichtigen Strukturen. Denn Präzision und Sicherheit sind extrem wichtig“, erklärt Dr. Arjomand. Neben ihrer Praxisarbeit sind die Ärzte eng vernetzt mit wissenschaftlichen Institutionen und Kompetenzzentren. „So sehen wir unseren Beruf aus verschiedenen Blickwinkeln. Wir sind keine Generalisten, sondern Spezialisten. Und dank unserer Ausbildung können wir umfassend bis in die Tiefe behandeln und so rechtzeitig schwerere Erkrankungen diagnostizieren. Zahnbetterkrankungen etwa können darauf hindeuten, dass auch bald der Knochen betroffen sein wird und zurückgeht. Das nennen wir im Spezialistenblick für unsere Patienten einen Schritt weiter sehen, um ihnen bereits im Vorfeld tiefgreifende Behandlungen zu ersparen“, freut sich Dr. Arjomand.

Praxis Berliner Bogen
Anckelmannsplatz 1
20537 Hamburg
Tel.: (040) 238 80 40
Fax: (040) 238 80 410
info@praxis-berliner-bogen.de
www.praxis-berliner-bogen.de

Schwerpunkte
- Parodontologie
- Prothetik
- Implantologie
- Endodontie
- Kieferchirurgie
- Kieferorthopädie
- Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD)

Private Krankenversicherung
Gesetzliche Krankenkassen (abhängig von der Behandlung)
Selbstzahler



Die Besprechung erfolgt interdisziplinär mit dem Zahntechniker

Herkömmliches Gipsmodell (links), Model aus dem 3-D-Drucker

JAN-OLE NEBEL, TOBIAS REETZ, LEIF-HENDRIK SCHULZ
AMN Medical Networks

Die Praxis der Zukunft ist digital

Ärzte und Patienten gewinnen

Wir nehmen den Medizinern die Angst vor der Digitalisierung“, beschreibt Leif-Hendrik Schulz die Idee von AMN Medical Networks. „Die Ansprüche von Patienten und Mitarbeitern haben sich verändert – darauf müssen die Praxen über kurz oder lang reagieren“, erklärt der Digital- und Managementexperte. „Gemeinsam mit unseren Kunden analysieren wir Prozessabläufe und erarbeiten Lösungen für die Zukunft. Durch digitales Arbeiten konnten wir Arbeitsphasen von Ärzten verkürzen und für Kosteneinsparungen sowohl bei Praxis als auch Patienten sorgen.“ Das junge Hamburger Start-up ist spezialisiert auf die Bereiche Prozessmanagement und Kommunikation. Ganz nach dem Motto „bereits kleine Veränderungen können große Wirkung erzielen“, beginnt die Arbeit bei der Überarbeitung von Webauftritten und reicht bis zur Entwicklung individuell zugeschnittener Software-Lösungen. „Durch die Implementierung eines internen Kommunikationstools bei einer Praxis mit integriertem Dentallabor wurden Fertigungsprozesse beschleunigt, Fehlerquellen reduziert und langfristige Prozessanalysen möglich gemacht“, so Jan-Ole Nebel, zuständig für die Softwareentwicklung. „An dieser Stelle sehen wir erst den Anfang unserer Arbeit, denn wir unterstützen unsere Kunden langfristig bei der Interpretation und Nutzung ihrer Daten.“ AMN Medical Networks versteht sich zudem als „Vertreter des Patienten“ und will dessen Ansprüchen gerecht werden. Der Patient soll sich in einer Praxis nicht wie ein Fremdkörper fühlen. „Es geht uns um die Steigerung des Wohlfühlfaktors durch Wartezeitenoptimierung, kürzere Behandlungszeiten und verständliche Aufklärung für Patienten“, ergänzt Tobias Reetz, der das Marketing leitet. Ein speziell dafür ausgearbeitetes Konzept beinhaltet einen Lounge-Bereich mit interaktiven Info- und Entertainment-Elementen zum Wohlfühlen. „Das Image des Arztbesuches zu revolutionieren ist eines unserer langfristigen Ziele.“ Die ersten Schritte in Richtung „Praxis der Zukunft“ wurden zurückgelegt. Weitere folgen – gemeinsam mit AMN.

„Wir verstehen uns als Vertreter der Patienten.“

Digitalisieren Arztpraxen: Jan-Ole Nebel, Tobias Reetz, Leif-Hendrik Schulz (v.l.n.r.)

AMN Medical Networks GmbH
Anckelmannsplatz 1
22537 Hamburg
Tel.: (040) 30 39 70 00
info@amn.com.de
www.amn.com.de

SITZEN ist gefährlicher als Rauchen!

Wie Sport und Bewegung Ihre Gesundheit fördern

Sport ist gesund – das weiß eigentlich jeder. Doch wie wichtig Bewegung für unseren Körper tatsächlich ist, wurde lange unterschätzt. In dieser Ausgabe widmet das Hamburger Ärztemagazin diesem Thema einen besonderen Schwerpunkt und sprach zur Einführung mit dem Präsidenten der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention und Dekan der Fakultät für Psychologie und Bewegungswissenschaft der Uni Hamburg, Prof. Dr. Klaus-Michael Braumann, und dem Hamburger Sport- und Schmerzmediziner Dr. Kay Niemier vom Rückenzentrum Am Michel.

Dr. Kay Niemier und Prof. Dr. Klaus-Michael Braumann im Kraftraum der Uni Hamburg

HÄM: Stimmt es, dass Bewegung für die Gesundheit viel wichtiger ist als bisher gedacht?
Braumann: Ja, das stimmt. Neueste Studien zeigen, dass Sitzen sogar ein größerer Risikofaktor ist als Rauchen! Und man hat die Bedeutung der Muskeln unterschätzt: Vereinfacht ausgedrückt produzieren Muskeln „gute“ Botenstoffe, während das Körperfett „böse “ Botenstoffe bildet, die die Organe schädigen. Die guten Botenstoffe aus der Muskulatur bekämpfen die bösen und schützen so unseren Körper. Es ist also viel wichtiger, die Muskeln in Bewegung zu halten, als abzunehmen.

HÄM: Darf denn jeder Sport treiben? Was tun zum Beispiel Patienten mit Rückenschmerzen?
Niemier: Da gibt es keine Verbote. Auch mit Bandscheibenschaden und Rückenschmerz kann man prinzipiell alles an Sport und Bewegung machen.

HÄM: Wie können Sportmediziner Bewegungsmuffel auf Trab bringen?
Braumann: Die Meisten wissen, dass sie etwas tun müssten, aber nicht, wie sie es anfangen sollen. Dafür bieten wir eine individuelle Bewegungstherapie an. Nach der Eingangsuntersuchung kennen die Patienten ihre Defizite und lernen, diese Baustellen gezielt zu bearbeiten. Wir stellen ihnen ein passendes Training zusammen und wildern sie nach einer gewissen Zeit in die normale Fitnessszene aus.

HÄM: Hilft Sport auch der Psyche?
Niemier: Man kann sich besser konzentrieren, besser lernen und die Stimmung wird stabilisiert. Gegen Burnout und depressive Störungen wirkt Bewegung oft effektiver als Medikamente. Ein weiterer positiver Effekt ist, dass die Erholungsphasen kürzer werden. Laufe ich untrainiert die Treppe hoch und springe in die U-Bahn, bin ich nach drei Stationen noch außer Atem. Bin ich trainiert, geht es mir schon beim Hinsetzen wieder gut. Das ist ein großer Gewinn an Lebensqualität und ein guter Anreiz.

Braumann: Mit der körperlichen Fitness wächst auch die Stresstoleranz. Das ist vielen nicht bekannt. So wie die Erschöpfung durch das Treppensteigen kann man auch psychischen Stress besser abbauen, und die Lebensfreude steigt.

HÄM: Was kann man tun, wenn man sich nicht zum Sporttreiben aufraffen kann?
Niemier: Ein guter Weg ist, mehr Bewegung in den Alltag einzubauen. Ich fahre täglich mit dem Rad zur Arbeit, aber es geht auch einfacher: Treppe statt Rolltreppe oder Fahrstuhl, nicht direkt vor der Tür parken, Fahrrad statt Bus. Es gibt viele Möglichkeiten.

HÄM: Was sind die häufigsten Fehler, die man vermeiden sollte?
Braumann: Sich übernehmen und nach drei Minuten mit rotem Kopf aufgeben! Man sollte nicht versuchen, Erfolge zu erzwingen, sondern sich langsam steigern. Und nicht einseitig trainieren, sondern Ausdauer-, Kraft- und Koordinationsanteile kombinieren.

HÄM: Wer sollte sich ärztlich beraten lassen?
Braumann: Jeder ab 35, der eine Pause von mehr als fünf Jahren gemacht hat, sollte sich einmal untersuchen lassen. Solche sportmedizinischen Untersuchungen werden auch durch viele gesetzliche Kassen erstattet. Wir stoßen dabei zum Beispiel immer wieder auf Patienten mit einem extrem erhöhten Blutdruck, der behandelt werden muss – auch bei ehemaligen Spitzensportlern. Außerdem ist eine solche Diagnostik sinnvoll, um gezielt Defizite zu erkennen und zielgerichtet zu trainieren.

Niemier: Wenn Schmerzen auftreten, durch die ich nicht das machen kann, was ich möchte, würde ich das unbedingt abklären lassen.

CLAUDIA TEICHMANN
Rückenzentrum Am Michel

Das Redcord® Active-Training im Schlingensystem verbessert Kraft, Koordination und Stabilität

BackUp Am Michel

Optimal trainieren – unter Anleitung der Rückenprofis

Als Spezialeinrichtung für die fachübergreifende Behandlung chronischer Kreuzschmerzen ist das Rückenzentrum Am Michel weit über die Grenzen Hamburgs bekannt. Ein Kernelement des erfolgreichen Therapiekonzepts ist dabei das ausgefeilte Training unter der Anleitung von Rückenspezialisten, das schmerzgeplagte Patienten in die Lage versetzt, selbst gegen ihre Probleme anzuarbeiten.

Von dieser besonderen Expertise können ehemalige Patienten und andere Interessierte nun auch auf Dauer profitieren: Mit dem „BackUp Am Michel“ hat das Rückenzentrum Am Michel ein außergewöhnliches Fitnesszentrum eröffnet, das die besondere Kompetenz der Physio- und Sporttherapeuten sowohl Freizeitsportlern als auch Leistungssportlern und Profis zugänglich macht. „Wenn die Patienten ihre Therapie durchlaufen haben, sollen sie Eigenverantwortung für ihren Körper übernehmen und weitertrainieren, damit die Beschwerden nicht irgendwann wiederkommen“, erklärt die Sportwissenschaftlerin, Dipl.-Sportlehrerin und Leiterin der Prävention Claudia Teichmann.

> „Wir müssen dem Gehirn helfen, die richtigen Muskeln anzusteuern, sonst verfestigen sich falsche Bewegungsmuster.“

Das Angebot gliedere sich in drei Säulen, erläutert Teichmann das Konzept des neuen Studios: „Wer in der Gruppe trainieren möchte, kann aus unserem umfangreichen Kursprogramm auswählen. Wer einen Coach an seiner Seite haben möchte, dem bieten wir ein Intensivtraining an speziellen Wirbelsäulenmaschinen an. Mit einem festen Trainingstermin und einem Therapeuten als Motivator gelingt es vielen leichter, den inneren Schweinehund zu überwinden. Wer flexibel sein möchte und wenig Zeit hat, trainiert in unseren milon-Zirkeln sehr effektiv und gelenkschonend.“ Diese Zirkel bestehen aus computergesteuerten Geräten, die sich nach Vorgaben des Therapeuten auf den Nutzer einstellen und die Muskulatur doppelt so schnell trainieren wie herkömmliche Geräte.

Die Funktionsdiagonistik ist Grundlage einer gezielten Trainingstherapie

Doch Krafttraining ist nicht alles, betont Teichmann: „Hat man die Muskulatur auftrainiert, muss auch die Funktion geschult werden, um die neu gewonnene Kraft in seiner Sportart oder im Alltag optimal nutzen zu können. Das perfekte Zusammenspiel der Muskeln ist beim Golfschwung ebenso wichtig wie im Haushalt.“

Dafür setzen die Therapeuten im BackUp Am Michel auf die neuromuskuläre Reaktivierung (Neuarc©) mit einem speziellen Schlingensystem. „Wenn in einer Muskelkette ein Muskel nicht gut arbeitet oder nicht zur richtigen Zeit oder im richtigen Maß anspringt, gelingt mit dem Schlingensystem eine Reaktivierung“, so Teichmann: „Die Instabilität in den Seilen aktiviert die tiefe Muskulatur und die ganze Muskelkette wird trainiert. Es arbeitet nicht ein Muskel isoliert, sondern viele Muskeln müssen miteinander arbeiten, um die Übung mit maximaler Bewegungsqualität auszuführen. Und das macht auch noch richtig Spaß!“

Claudia Teichmann
Sportwissenschaftlerin,
Dipl.-Sportlehrerin,
Leiterin der Prävention
Rückenzentrum Am Michel
Ludwig-Erhard-Straße 18
20459 Hamburg
Tel.: (040) 413 623-508
Fax: (040) 413 623-529
E-Mail: praxis@ruecken-zentrum.de
www.ruecken-zentrum.de/hamburg-rueckenzentrum-am-michel/praevention/gesundheitstraining/

Schwerpunkte

- Medizinische Trainingstherapie
- Funktionelles Training
- Neuromuskuläre Reaktivierung

Selbstzahler
(Unter bestimmten Voraussetzungen ist eine teilweise Erstattung durch die Krankenkassen möglich.)

Anzeige

DR. KAY NIEMIER
Rückenzentrum Am Michel

Sport als Medizin

Auf die Dosierung kommt es an

Dr. Kay Niemier
Facharzt für Allgemeinmedizin, Physikalische und Rehabilitative Medizin
Rückenzentrum Am Michel
Ludwig-Erhard-Straße 18
20459 Hamburg
Tel.: (040) 413 623-0
Fax: (040) 413 623-518
E-Mail: praxis@ruecken-zentrum.de
www.ruecken-zentrum.de

Schwerpunkte
- Sportmedizin
- Leistungsdiagnostik
- Manuelle Medizin
- Schmerztherapie

Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Sport ist gesund, bei vielen Krankheiten die beste Medizin und beugt anderen vor. „Wir sind für die Bewegung gemacht, doch unser Alltag ist vor allem statisch, geprägt von einseitiger und falscher Belastung. Wir verbringen den Tag am Schreibtisch, im Auto oder in der Bahn, bewegen uns viel zu wenig. Damit leben wir gegen unsere Biologie und bekommen ohne sportlichen Ausgleich Probleme“, erklärt Dr. Kay Niemier vom Rückenzentrum Am Michel. Er hat sich darauf spezialisiert, Patienten mit Rückenschmerzen und anderen Erkrankungen dabei zu helfen, ihre Beschwerden durch Bewegung in den Griff zu bekommen. Aber auch passionierte Freizeit- und sogar Leistungssportler suchen Rat bei Niemier, wenn es darum geht, ihr Training und ihre sportlichen Leistungen zu optimieren. Bei Beschwerden im Bewegungssystem müsse die Ursache

„Die ideale Sportart ist immer die, die am meisten Spaß macht.“

geklärt werden, so Niemier: „Oft gibt es Probleme in Bewegungsabläufen, die wir optimieren können.“

Wer über 50 Jahre alt ist und schon lange nicht mehr aktiv war, sollte auf jeden Fall einmal ein Auge darauf werfen lassen, rät Niemier. Auch wer unter Bluthochdruck oder anderen Herz-Kreislauf-Erkrankungen leidet, sollte sich beraten lassen, um sportliche Aktivitäten gezielt zu dosieren. Grundsätzlich gebe es keine Verbote oder Tabus: „Die ideale Sportart ist immer die, die am meisten Spaß macht. Man muss aber die Voraussetzungen dafür schaffen, dass man bestimmte Sportarten ausüben kann. Wenn ich von 0 auf 100 anfange, kommt es geradezu zwangsläufig zu Problemen. Man muss gezielt auf sein Ziel hintrainieren, einen Trainingsplan haben und langsam aufbauen.“

Gemeinsam mit den Sporttherapeuten des Rückenzentrums prüft Niemier den aktuellen Leistungsstand des Patienten, die individuellen Ziele und die dafür nötigen Schritte: „Wir führen Ausdauer-Leistungs- und Krafttests durch, prüfen Koordination, Bewegungsabläufe, Defizite und Ressourcen. Letztendlich geht es darum, vorhandene Ressourcen zu stärken und Defizite Stück für Stück abzubauen.“

Tatsächlich seien Sport und Bewegung eine sehr wirksame Medizin, sagt Niemier: „Meist sind sie wirksamer als Medikamente, aber schwieriger anzuwenden.“ Deshalb sei es sehr wichtig, nicht auf eigene Faust zu experimentieren, sondern sich spätestens beim Auftreten von Problemen professionell beraten zu lassen: „Ein falsches Training hat auch Nebenwirkungen, das darf man nicht unterschätzen.“

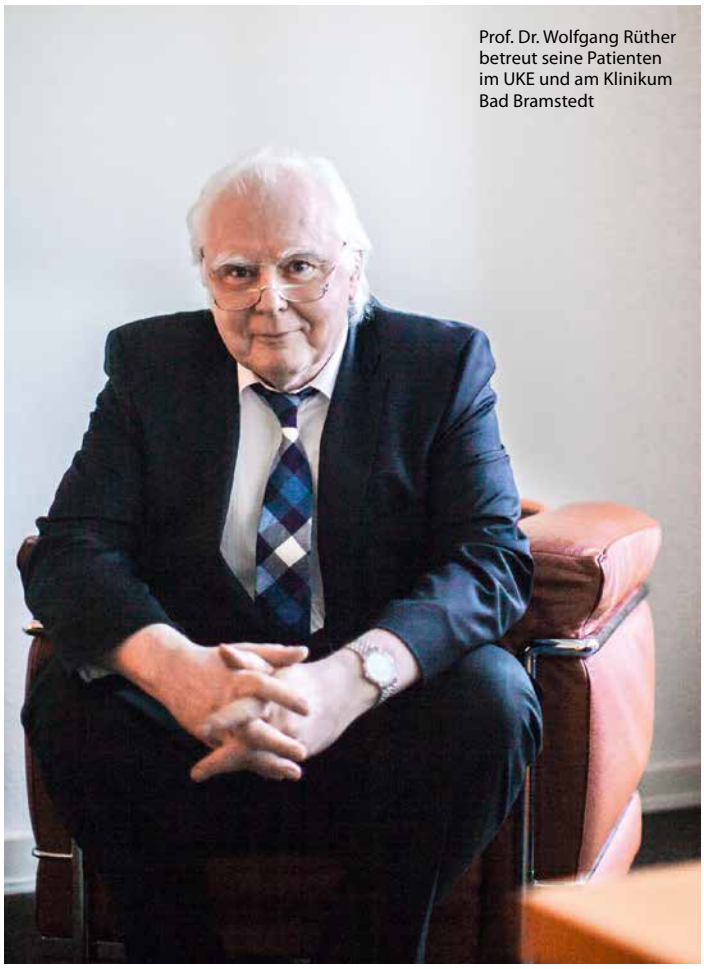
Dr. Kay Niemier berät im Rückenzentrum Am Michel Leistungs- und Freizeitsportler, um beste Voraussetzungen für ein gesundes und effektives Training zu schaffen

PROF. DR. WOLFGANG RÜTHER
Klinikum Bad Bramstedt

In Bewegung bleiben – auch bei Rheuma!

Wer Schmerzen hat, neigt dazu, sich zu schonen. Doch Bewegung ist wichtig, um die Funktionsfähigkeit der Gelenke zu erhalten. „Das gilt umso mehr für kranke Gelenke, unter denen Rheumapatienten besonders leiden“, erklärt Prof. Dr. Wolfgang Rüther, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Orthopädische Rheumatologie. Bewegung sorge für die notwendige „Durchsaftung“ des Gelenks, halte den Knorpel geschmeidig und stärke die Muskeln, die das Gelenk stützen und führen. „Bewegt man die Gelenke nicht, nehmen sie Schaden“, warnt Rüther, der sich als Orthopädischer Rheumatologe mit entzündlichen Gelenkkrankheiten beschäftigt, die von der Gelenkinnenhaut ausgehen. Bei Rheumapatienten sind oft viele Gelenke befallen. Die Entzündung sitzt im ganzen Körper, spielt sich aber im Wesentlichen in den Gelenken und an den Sehnen ab. Unbehandelt zerstört die Entzündung innerhalb kurzer Zeit das ganze Gelenk, die Sehnen reißen ab, so dass der Patient zum Beispiel die Finger nicht mehr richtig bewegen kann. „Viele Orthopäden sind auf einzelne Gelenke spezialisiert. Als Orthopädische Rheumatologen kümmern wir uns dagegen um alle Gelenke – in Zusammenarbeit mit den Internistischen Rheumatologen, die den ganzen Körper betrachten. Das ist der Vorteil des Klinikums Bad Bramstedt. Hier findet der Rheumapatient alles unter einem Dach. Darüber hinaus betreibt das Klinikum – auf dem UKE-Gelände und am Berliner Tor – das Reha-Centrum Hamburg. Dort können unsere Patienten aus dem Hamburger Raum wohnortnah ihre Rehabilitation oder medizinische Fitness unter gezielter Anleitung durchführen oder sich in unseren Ambulanzen vorstellen“, betont Rüther.

> „Das kranke Gelenk braucht Bewegung mit rhythmisch gleichmäßigen Abläufen”



Prof. Dr. Wolfgang Rüther betreut seine Patienten im UKE und am Klinikum Bad Bramstedt

Er empfiehlt seinen Patienten „alle Arten von Bewegung, bei denen der Körper weiß, was innerhalb der nächsten zwei Minuten geschieht.“ Das kranke Gelenk braucht rhythmisch gleichmäßige Abläufe, wie zum Beispiel Fahrradfahren, Nordic Walking, Spazierengehen, Schwimmen und Joggen. Was aber, wenn Rheumapatienten sich vor Schmerzen gar nicht mehr bewegen können oder ein Gelenk schon zerstört ist? „Wir haben verschiedene Therapieoptionen zur Verfügung, um ihnen die notwendige Bewegung überhaupt zu ermöglichen, angefangen mit Medikamenten und Physiotherapie über chirurgische Eingriffe zur Entfernung der entzündeten Gelenkinnenhaut oder Entzündungen auf den Sehnen bis hin zum Einsatz von Gelenkprothesen“, erklärt Rüther. „Selbst einzelne Fingergelenke können wir durch Implantate ersetzen.“

Die Klinik für Orthopädie und Orthopädische Rheumatologie Bad Bramstedt ist strukturell eng verbunden mit der Klinik und Poliklinik für Orthopädie des UKE. Rüther forscht an Behandlungsverfahren und entwickelt neue rheumaorthopädische Operationstechniken: „Diese direkte Verbindung von Klinik und Wissenschaft kommt unseren Patienten sehr zugute“, betont er. Am Klinikum Bad Bramstedt will Rüther künftig enger mit der Geriatrie zusammenarbeiten, um neue Bewegungskonzepte für ältere Rheumapatienten zu erarbeiten: „Denn besonders für Ältere gilt: Nur wer sich bewegt, bleibt auch im Gehirn beweglich.“

Prof. Dr. Wolfgang Rüther
Direktor der Orthopädischen Universitätsklinik
am Klinikum Bad Bramstedt
Oskar-Alexander-Straße 26
24576 Bad Bramstedt
Tel.: (04192) 90 24 15
Fax: (04192) 90 23 88
w.ruether@klinikumbb.de
www.klinikumbadbramstedt.de

Direktor der Klinik und Poliklinik für Orthopädie des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf
Martinistr. 52, 20246 Hamburg
Tel.: (040) 74 10 53 670
Fax: (040) 74 10 55 018
ruether@uke.de
www.uke.de

Schwerpunkte

- Orthopädische Rheumatologie
- Endoprothetischer Gelenkersatz
- Endoprothetik bei Metallallergie
- Knorpelrekonstruktion
- Tumororthopädie
- Schulter- und Ellenbogenchirurgie
- Fußchirurgie
- Handchirurgie
- Therapie von Infektionen der Knochen, Gelenke und Endoprothesen
- Osteoporose

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Anzeige

DR. HELGE RIEPENHOF, DR. ANDREAS S. GONSCHOREK
BG Klinikum Hamburg

BG Klinikum Hamburg
Bergedorfer Straße 10
21033 Hamburg
Tel.: (040) 7306 3458
Fax: (040) 739 46 60
sportmedizin@bgk-hamburg.de
www.bg-klinikum-hamburg.de

Beispielleistungen

- Individueller Gesundheitscheck und Prävention
- Sportmedizinische Beratung
- Return-Co-Play-Analyse nach Knieverletzungen
- Leistungsdiagnostik und -prävention für Teams und Einzelsportler
- Brain Check und Neuropsychologische Baseline-Untersuchung

Private Krankenversicherung
Gesetzliche Krankenkassen
(bitte erfragen!)
Selbstzahler

Helfen Sportlern, ihre Leistung zu steigern und gleichzeitig gesund zu bleiben: Dr. Andreas S. Gonschorek und Dr. Helge Riepenhof (v. l. n .r.)

Behandelt wie ein Profisportler

Versorgung und Prävention für Teams und Einzelsportler

Gezerrt, gestaucht, gebrochen? Verletzungen im Sport passieren schnell und müssen fachmännisch behandelt werden. Noch besser ist es, ihnen vorzubeugen - das ist der Leitgedanke der Sportmediziner am BG Klinikum Hamburg seit rund 10 Jahren.

Wie im Spitzensport brauchen Athleten und Verantwortliche bei der sportmedizinischen Betreuung vor allem Effizienz. Denn sie wollen nicht nur ihre Ziele schnell und nachhaltig erreichen. Auch Trainings- und Wettkampfausfälle sollen möglichst gering sein. „Das geht nur, indem man Akutversorgung, Rehabilitation, Return-to-Play-Tests, Betreuung in Vereinen und Prävention bündelt. Deshalb bieten wir alle Kompetenzen aus einer Hand an – von der Orthopädie und Unfallchirurgie, über Sportmedizin und Neurologie bis hin zur Therapie und Vorbeugung“, beschreibt Dr. Helge Riepenhof das Angebot. Ein weiteres Plus: Ob fünf Triathleten oder 20 Fußballer, im BG Klinikum können alle zusammen getestet werden.

Das interdisziplinäre Team aus Ärzten, Neuropsychologen, Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten betreut nicht nur Profis wie die Fußballer von AS Rom oder Hannover 96, sondern auch Amateur- und Freizeitsportler. „Für unsere Profisportler entwickelten wir eine gezielte Trainingssteuerung, um Verletzungen vorzubeugen und die Leistung zu stärken. Mit diesem Wissen der Profimedizin helfen wir aber auch ambitionierten Freizeitsportlern, die sich etwa auf einen Marathon oder Triathlon vorbereiten“, erklärt der Ärztliche Leiter.

> „Mit unserem Wissen der Profimedizin helfen wir auch ambitionierten Freizeitsportlern.“

„Wir wollen aber auch gesundheitliche Risiken minimieren. Zum Beispiel durch unseren ‚Brain Check‘ bei anhaltenden Beschwerden nach Gehirnerschütterungen“, betont Dr. Andreas Gonschorek, der den Bereich Neurotraumatologie leitet. „Aber nicht nur Gehirnverletzungen, auch kleinere Störungen am übrigen Nervensystem haben große Auswirkungen. Neben Muskeln können auch Nerven überlastet werden und zu Leistungsminderung und Verletzungsgefahr beitragen“, so der Neurologe.

Immer öfter werden die Spezialisten auch nach der Möglichkeit eines Gesundheits-Check-up gefragt. „Hier überprüfen wir dann etwa Kreislauf und Stoffwechsel oder analysieren das Körperfett und geben Tipps wie man verletzungsfrei bleibt“, sagt Dr. Riepenhof. Unterstützt wird die Arbeit durch eine sportwissenschaftliche Grundlagenforschung. Studien und Projekte im Profi- und Freizeitsport optimieren das Training, reduzieren Verletzungen und begleiten wissenschaftlich die Therapiekonzepte.

Nationalspieler Antonio Rüdiger beim Leistungscheck

Physio im Mittelpunkt

Heilungsprozesse fördern

Andrea Raedlein, Vorsitzende des Deutschen Verbandes für Physiotherapie (ZVK) e. V.

Vera Dähn, Praxisleiterin, Trittau

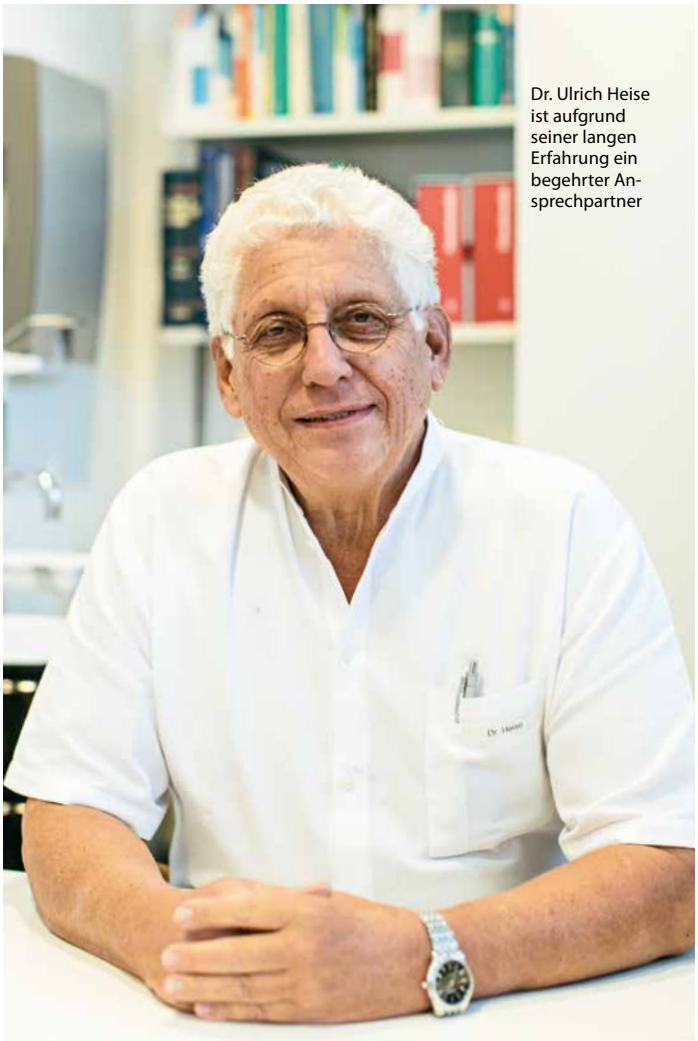
Ob Rückenschmerzen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Arthrose, Inkontinenz oder unfallbedinge Verletzungen – Physiotherapie soll schnell helfen, die körperlichen Funktionen wieder zu verbessern, Schmerzen zu lindern und die Fitness zu steigern. „Und dabei spart Physiotherapie nachweislich Kosten", so Andrea Rädlein, Vorsitzende des Deutschen Verbandes für Physiotherapie (ZVK) e. V. „Denn Physiotherapie kann Operationen vermeiden, Krankheitstage reduzieren, Pflegebedürftigkeit verzögern oder sogar verhindern. Physiotherapeuten erhalten die Lebensfreude und Teilhabe am Alltag und sind damit in der medizinischen Versorgung unverzichtbar", fasst Rädlein zusammen. So ist die Physiotherapie der fast 40.000 freien Praxen mit etwa 200.000 Therapeuten in Deutschland ein wichtiger Bestandteil der medizinischen Versorgung. Insbesondere in den Bereichen der Prävention, Therapie und Rehabilitation sowie der palliativen Medizin erfüllt sie elementare Aufgaben. Als Bewegungsexperten kennen Physiotherapeuten Krankheitsbilder sowie Risikofaktoren und können einschätzen, welche Auswirkungen diese auf den menschlichen Bewegungsapparat haben. „Ich muss als Physiotherapeutin das Rezept nicht nur lesen, sondern auch bewerten und einschätzen", meint Praxisleiterin Verena Dähn aus Trittau. „Nach einer ausführlichen physiotherapeutischen Befunderhebung und einer Funktionsanalyse erarbeiten wir mit unseren Patienten daher einen individuellen Behandlungsplan, um so gezielt wie möglich die Ursache des Leidens zu beheben und Heilungsprozesse zu fördern." Wichtig für einen erfolgreichen Therapieverlauf ist in jedem Fall die intensive Kooperation zwischen Behandler und Patient. Die fundierte 3-jährige Ausbildung zum Physiotherapeuten findet im Gegensatz zu den betrieblichen dualen Ausbildungen in einer Berufsfachschule statt. Möglich ist auch ein duales Studium. Das unterstreicht die hohe Qualität der Ausbildung. Und der Beruf des Physiotherapeuten entwickelt sich ständig weiter. „Sowohl die Fortschritte in der modernen Medizin als auch die sich in diesem Rahmen verändernden physiotherapeutischen Arbeitsgrundlagen erfordern von den Physiotherapeuten die Bereitschaft zur ständigen Fort- und Weiterbildung", erklärt Andrea Rädlein.

> „Physiotherapie kann Operationen vermeiden, Krankheitstage reduzieren, Pflegebedürftigkeit verzögern oder sogar verhindern."

Als Bewegungsexperten stehen Physiotherapeuten eine Vielzahl unterschiedlicher Behandlungshilfen zur Verfügung

Anzeige

DR. ULRICH HEISE
Orthopädie-Zentrum Hamburg



Dr. Ulrich Heise ist aufgrund seiner langen Erfahrung ein begehrter Ansprechpartner

Dr. Ulrich Heise
Orthopädie-Zentrum Hamburg
Poststraße 2-4
20354 Hamburg
Tel.: (040) 35 10 55-0
Fax: (040) 35 10 55-77
mail@orthopaedie-zentrum-hamburg.de
www.orthopaedie-zentrum-hamburg.de

Schwerpunkte

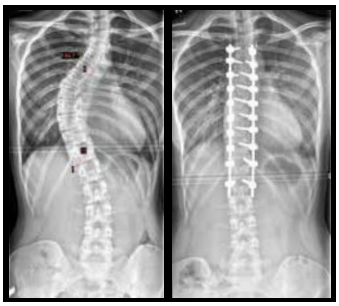
- Kinderorthopädie
- Skoliose
- Korrigierende Gelenkchirurgie
- Endoprothetik
- Knochen- und Weichteiltumoren
- Orthopädische Therapie bei Systemerkrankungen und Fehlbildungen des Bewegungsapparates (Zerebralparese, Spina bifida, Poliofolgen, Muskelkrankheiten, Dysmelien)

Gesetzliche Krankenversicherungen
Private Krankenversicherungen
Selbstzahler

Betreuung seltener Erkrankungen

Kinderorthopädie auch für Erwachsene

Fehlbildungen und Systemerkrankungen des Bewegungsapparates gehören schon im Kindesalter zu den seltenen Krankheiten. Wer als Erwachsener unter Spätfolgen leidet, steht aber vor einem weit größeren Problem: Es gibt kaum noch Ärzte, die sich mit diesen Erkrankungen befassen. „Ich stelle immer wieder fest, dass ich trotz meines Alters als Ansprechpartner für gewisse Patientengruppen immer noch wichtig bin, weil die jüngeren Kollegen als Fachärzte für Orthopädie und Unfallchirurgie allgemeiner ausgebildet wurden und diese besonderen Patienten nicht mehr so auf dem Kompass haben“, erzählt Dr. Ulrich Heise, der sich auf diese Erkrankungen spezialisiert hat und neben den Kindern auch erwachsene Betroffene behandelt: „Ein 50-Jähriger mit Klumpfuß geht nicht mehr zum Kinderorthopäden – und die anderen Orthopäden sehen diese Fälle sehr selten.“ Das gleiche Problem trete bei der Skoliose auf, einer erblich bedingten Wirbelsäulenverkrümmung, die im Kindesalter diagnostiziert und bis zum Ende der Pubertät meist mit einem Korsett behandelt wird. „Danach muss man beobachten, ob die Krümmung nach dem Ende des Wachstums zunimmt“, erklärt Heise: „Dann sind diese Patienten 20 Jahre und älter und brauchen jemanden, der ihnen sagt, ob sie operativ begradigt werden müssen und was zu tun ist.“



Skoliose einer 18-jährigen Patientin vor und nach der operativen Begradigung

Patienten mit Skoliosen, Spastiken, Muskeldystrophie Duchenne, Charcot-Marie-Tooth-Neuropathie und ähnlichen Erkrankungen benötigen eine jahrzehntelange Betreuung – von der Kindheit bis ins höhere Alter. „Skoliose-Patientinnen, die ich vor 30 Jahren operiert habe, kommen nun mit ihren Töchtern zu mir, die ein deutlich erhöhtes Risiko haben. Oder sie kommen, weil Jahrzehnte nach der Operation weitere Segmente der Wirbelsäule Beschwerden bereiten. Die Beratung und Weichenstellung bei diesen Patienten erfordert viel Erfahrung und spezielle Kenntnisse.“ Auch für früher von der inzwischen fast ausgerotteten Kinderlähmung betroffene Patienten ist Heise einer der wenigen erfahrenen Ansprechpartner: „Sie kommen heute mit dem Post-Polio-Syndrom, einer Muskelschwäche, die 40 Jahre nach der Akuterkrankung auftritt.“

Die kinderorthopädischen Abteilungen der Kliniken betreuen keine erwachsenen Patienten. Hier klaffe eine Lücke im Versorgungssystem, so dass die Patienten später von Ärzten betreut werden, für die diese Erkrankungen extreme Raritäten darstellen.

Knochentumoren

Ähnliche Probleme haben Patienten, denen früher ein Knochentumor entfernt wurde: „Die Überlebensrate stieg zum Beispiel beim Osteosarkom im Laufe der Zeit von 5 auf mehr als 80 Prozent, als wir begannen, den Tumor vor der OP durch eine Chemotherapie zu verkleinern und ihn dann aus dem Knochen zu schneiden, statt die Gliedmaße komplett zu amputieren“, erinnert sich Heise, der sich seit 1982 mit diesem Thema beschäftigt. Heute suchen ihn Patienten auf, die vor Jahrzehnten operiert wurden und nun Probleme z. B. mit alten Endoprothesen haben, die heute nicht mehr im Gebrauch sind. Die sitzen oft noch fest im Knochen, aber die mechanisch beanspruchten Teile müssen gewechselt werden.

Fehlstellungen der Wirbelsäule gehören zu Heises Schwerpunkten

DR. DANIEL KLASE
neuro rothenbaum

Neurostimulation

Schrittmacher gegen den Schmerz

Wenn chronische Schmerzen ihren Ursprung in einer Nervenerkrankung oder -verletzung haben, stoßen Medikamente oft an ihre Grenzen. Ärzte sprechen dabei vom sogenannten neuropathischen Schmerzsyndrom. „Ursachen sind zum Beispiel Bandscheibenvorfälle oder -operationen, die zu einer Nervenschädigung geführt haben, Operationen eines Karpaltunnelsyndroms oder einer Leistenhernie“, berichtet Dr. Daniel Klase. „Typisch ist ein brennender, lancierender Schmerz, der einschießt oder auch dauerhaft vorhanden ist. Vor allem tritt er in Ruhe auf oder wenn man zur Ruhe kommen möchte. Für die Patienten sind diese Schmerzsyndrome ein Desaster.“ Der Neurochirurg und Spezielle Schmerztherapeut hat sich auf die interventionelle Behandlung des neuropathischen Schmerzsyndroms spezialisiert, die zum Einsatz kommt, wenn Medikamente über längere Zeit keine ausreichende Linderung bringen. Abhängig von der zugrunde liegenden Nervenschädigung führt Klase unter örtlicher Betäubung Elektroden in den Spinalkanal zur Rückenmarkstimulation ein oder an den betroffenen Nerven oberhalb der Schädigungsstelle, um die Nerven mit elektrischen Impulsen eines Schrittmachers zu stimulieren. „Das funktioniert ähnlich wie die bekannte TENS-Therapie“, erklärt Klase: „Wir legen die Elektroden aber nicht auf die Haut, sondern auf die Rückenmarkshinterstränge.“ Die Stimulation löst ein Kribbeln aus, das wie eine Löschdecke funktioniert: „Es überlagert die Schmerzleitung zum Gehirn, weil Gefühl und Schmerz im Hinterstrang des Rückenmarks den gleichen Weg einschlagen. Der Trick ist, das Kribbeln mit dem Strom stärker und schneller zu machen als den Schmerzreiz. Der Reiz, der zuerst im schmerzverarbeitenden Zentrum ankommt, gewinnt.“ Der etwas später ankommende Schmerzreiz werde dann nicht mehr wahrgenommen, so Klase: „Das funktioniert also nur, solange das Kribbeln spürbar ist. Die Patienten können ihren Schrittmacher bei Bedarf ein- und ausstellen. Viele benötigen die Stimulation nachts nicht, andere brauchen sie tagsüber nicht, manche lassen sich eine Stunde stimulieren und ruhen dann vier Stunden.“ Auch Polyneuropathien sprechen oft gut auf die Stimulationstherapie an, berichtet Klase. In einigen Fällen könne das System sogar nach einigen Jahren wieder entfernt werden, weil es nicht mehr benötigt wird.

Dr. Daniel Klase nutzt elektrische Impulse, um Schmerzen auszuschalten

> „Auch Polyneuropathien sprechen oft gut auf die Stimulationstherapie an.“

Zunächst wird das Verfahren unter Alltagsbedingungen mit einem externen Schrittmacher getestet. Nur wenn es die Schmerzen um mindestens 40-50 Prozent lindert, bekommt der Patient den endgültigen Schrittmacher unter die Haut implantiert. Der Schrittmacher lässt sich von außen ansteuern, programmieren und aufladen.

Die Neurostimulation zählt zu den Kassenleistungen, über den Einsatz entscheidet der Schmerztherapeut, so Klase: „Wir sollten das System aber nur bei Patienten einsetzen, die zuvor ohne ausreichenden Erfolg umfangreich konservativ therapiert worden sind.“

Entscheidend ist die Schmerzstärke: „Wenn der Schmerz auf einer Zehnerskala ständig über fünf liegt, sollten sich Patienten eine Zweit- oder Drittmeinung holen, ob es Alternativen zu den Medikamenten gibt.“

Der Schrittmacher wird unter die Haut gepflanzt

Dr. Daniel Klase
Facharzt für Neurochirurgie,
Spezielle Schmerztherapie
neuro rothenbaum
Rothenbaumchaussee 3
20148 Hamburg
Tel.: (040) 41 46 91 73
Fax: (040) 41 46 91 74
praxis.klase@neurorothenbaum.de
www.neurorothenbaum.com

Schwerpunkte

- Neuropathische Schmerzen
- Periphere Nervenstimulation
- Rückenmarkstimulation
- Interventionelle Schmerztherapie

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Anzeige

PROF. DR. CHRISTIAN A. KÜHNE
Asklepios Klinik Wandsbek

Die Asklepios Klinik Wandsbek verfügt über eine der größten Notaufnahmen im Hamburger Osten

Prof. Dr. Christian A. Kühne
Orthopädie und Unfallchirurgie
Asklepios Klinik Wandsbek
Alphonsstraße 14
22043 Hamburg
Tel.: (040) 18 18-83 12 53
Fax: (040) 18 18-83 16 20
www.asklepios.com/hamburg/wandsbek/experten/orthopaedie

Leistungen
- Schwerverletztenversorgung (regionales Traumazentrum)
- Alterstraumatologie
- Endoprothetik
- Handchirurgie

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Spezialisten für Verletzungen im Alter

Minimalinvasive OP vermeidet Bettlägerigkeit

Knochenbrüche bei älteren Menschen sind für Mediziner eine besondere Herausforderung: Einerseits ist es sehr wichtig, dass die Betroffenen so schnell wie möglich wieder auf die Beine kommen, um Folgekrankheiten durch lange Bettlägerigkeit zu vermeiden – andererseits heilt der Knochen bei älteren Menschen in der Regel deutlich langsamer als bei jüngeren. Durch den Einsatz neuer, minimalinvasiver Operationsverfahren lasse sich dieses Dilemma aber oft lösen, berichtet Prof. Dr. Christian Kühne, Chefarzt der Orthopädie und Unfallchirurgie in der Asklepios Klinik Wandsbek: „Patienten mit einer schweren Osteoporose erleiden nicht selten schon durch leichte Stürze oder ein kräftiges Hinsetzen Knochenbrüche am Becken oder der Wirbelsäule, sogenannte pathologische oder Insuffizienzfrakturen. Diese Verletzungen sind früher häufig erfolglos konservativ behandelt worden.“ Um den Betroffenen die Bettlägerigkeit zu ersparen, gehen die Wandsbeker Spezialisten einen anderen Weg: „Wir stabilisieren den Knochen durch Metallelemente, die wir über ganz kleine Schnitte und Tunnel einführen.“ Dieses Verfahren komme vor allem bei Beckenring- und Wirbelsäulenfrakturen zum Einsatz, erklärt Kühne: „Auch die Oberarmkopffraktur operieren wir durch einen kleinen Schnitt seitlich am Oberarm, so dass die Verletzung durch die OP minimal ist.“ Durch dieses schonende Vorgehen profitiere die Funktionalität des Armes und die Patienten können das Krankenhaus in der Regel schneller verlassen. „Das sind große Fortschritte der Alterstraumatologie“, so Kühne. „Zudem verfügen wir hier in Wandsbek über eine sehr erfahrene Geriatrie, in der Patienten mit hüftgelenknahen Brüchen rehabilitativ weiterbehandelt werden können – unterstützt durch ein hochspezialisiertes Team aus Krankengymnasten, Logopäden und Neurophysiologen.“

Auch Handverletzungen gehören zu den Schwerpunkten von Prof. Kühne

Schnellstmögliche Rehabilitation

„Wir müssen alles tun, um ältere Patienten schnell wieder in Bewegung zu bringen“, betont Kühne. „Knochenbrüche, speziell der Hüfte oder des Beckens, sind für ältere Menschen relevante Verletzungen, die auch nach der operativen Behandlung oftmals mit starken Einschränkungen der Alltagsfähigkeit verbunden sind. Hier erhoffen wir uns von einer intensiven geriatrischen Rehabilitation eine deutliche Verbesserung der Alltagsfähigkeit – und damit auch der Selbstständigkeit unserer Patienten“, erläutert Prof. Kühne das Wandsbeker Konzept.

DR. JANOT MARLESCHKI, DR. ANNETTE BETZOLD, DR. BERND LECHERT, PROF. DR. PIA POGODA, PD DR. OLIVER NIGGEMEYER, DR. JÖRG ELSNER, DR. KNUT JÄGERSBERG

Hanse Chirurgie

v. l. n. r.: Dr. Jägersberg, Dr. Elsner, Dr. Betzold, PD Dr. Niggemeier, Prof. Dr. Pogoda, Dr. Lechert, Dr. Marleschki

Hand in guten Händen

Komplette Versorgung durch Hamburger Handchirurgen

Selten gibt es Gelegenheit, die Spezialisten für Handchirurgie im Verbund der Hanse Chirurgie auf einem Foto zu versammeln. Denn normalerweise sind sie über die ganze Stadt verteilt. Für das Hamburger Ärztemagazin kamen sie nun zusammen. „Die Hanse Chirurgie ist ein Zusammenschluss von spezialisierten Chirurgen und Orthopäden in Hamburg an acht Standorten mit inzwischen 70 Mitarbeitern, darunter 24 Ärzte – allein fünf davon sind Handchirurgen", beschreibt Dr. Janot Marleschki, Facharzt für Chirurgie, Unfallchirurgie und Handchirurgie, der zusammen mit Prof. Dr. Henning Niebuhr vor über neun Jahren die Idee des Verbundes umsetzte. „Jeder Patient mit einem Problem an der Hand findet so in seiner Nähe einen Ansprechpartner und kann – falls nötig – schnell zum Spezialisten weitergeleitet werden", so Dr. Marleschki. „In der Handchirurgie deckt jeder Handchirurg die gesamte Bandbreite ab – dennoch haben wir eigene Spezialgebiete. Das bedeutet für unsere Patienten eine hochspezialisierte, kompetente, umfassende und vor allem wohnortnahe Behandlung. Wir sehen darin einen klaren Qualitätsvorteil. Und wir arbeiten mit Leidenschaft und hohem Anspruch mit wissenschaftlichem Hintergrund." Hierzu führen die Spezialisten regelmäßig Fallkonferenzen, eigene Qualitätszirkel, Fortbildungen, Symposien und Lehrveranstaltungen durch. „Qualität entsteht durch Erfahrung, Wissen und Motivation. Wir wollen die Patienten so optimal wie möglich behandeln", meint Dr. Marleschki weiter. Gerade im Bereich der Handchirurgie mit ihrer dreijährigen Zusatzausbildung profitieren die Patienten von unserer Qualifikation, unserer Erfahrung durch hohe Fallzahlen und der daraus resultierenden Kompetenz. Das bietet Sicherheit und ist die Grundlage individueller Diagnosen und Therapien." Um zu entscheiden, ob eine Operation erforderlich ist, setzen die Handspezialisten modernste Diagnostikverfahren ein. Und durch die Anbindung an große Kliniken können Spezialuntersuchungen wie CT oder MRT schnell und unkompliziert durchführt werden. Seit kurzem komplementieren die enge Zusammenarbeit im Netzwerk Dr. Knut Jägersberg, Handchirurg im MVZ Hamburg City, als ausgewiesener Spezialist für Handgelenkarthroskopie und Chefarzt Dr. Jörg Elsner, Asklepios Klinik St. Georg, Hand- und plastischer Chirurg, insbesondere im Bereich der Plastischen und rekonstruktiven Handchirurgie. Die Operationen finden in den Praxen Eidelstedt, Bergedorf, Rissen und Rugenbarg sowie in den Kliniken Asklepios Westklinikum, Asklepios Klinik St. Georg, Anästhesiezentrum Hamburg und in der Klinik Fleetinsel statt.

> „Patienten profitieren von einer hochspezialisierten, kompetenten, umfassenden und vor allem wohnortnahen Behandlung."

Dr. Janot Marleschki, Hand- und Unfallchirurg, Gründer und Leiter der Hanse Chirurgie

Praxen der Hanse Chirurgie

Eidelstedt
Lohkampstraße 12–14, 22523 Hamburg
Tel.: (040) 84 23 64
eidelstedt@hansechirurgie.de

Rissen
Suurheid 20, 22559 Hamburg
Tel.: (040) 81 91 20 29
info@gelenkprothetik-hamburg-west.de

Flottbek
Rugenbarg 20, 22549 Hamburg
Tel.: (040) 866 21 55 80
rugenbarg@mvz-elbe-west.de

Hoheluft
Straßenbahnring 15, 20251 Hamburg
Tel.: (040) 422 77 27
hoheluft@hanseorthopaedie.de

Eppendorf
Eppendorfer Baum 8, 20249 Hamburg
Tel.: (040) 41 46 900 4
eppendorf@hansechirurgie.de

Altona
Holstenstraße 2, 22767 Hamburg
Tel.: (040) 317 79 10
hafen@hansechirurgie.de

Bergedorf
Alte Holstenstraße 16, 21031 Hamburg
Tel.: (040) 72 57 51 10
bergedorf@hansechirurgie.de

Internet: www.hansechirurgie.de

Anzeige

PROF. DR. NORBERT SCHMITZ
Klinikum Stephansplatz, Lymphomzentrum Hamburg

Prof. Dr. Schmitz versucht weitestgehend auf eine Chemotherapie zu verzichten

Ohne Chemotherapie Krebs behandeln

Neue Medikamente bei Blut- und Krebserkrankungen

Wann immer möglich, wollen wir eine Chemotherapie mit all ihren unerwünschten Nebenwirkungen vermeiden oder zumindest reduzieren", beschreibt Prof. Dr. Norbert Schmitz das Ziel des neuen Lymphomzentrums Hamburg. „Das gelingt uns auch immer besser. Denn inzwischen stehen hochwirksame innovative Medikamente zur Verfügung – eine völlig neue Generation, die unsere Patienten einfach zu Hause in Form von Tabletten einnehmen können", so der Facharzt für Innere Medizin und Hämatologie, der das neu geschaffene Zentrum im Klinikum Stephansplatz leitet. Ein solch gezielter Einsatz erfordert jedoch ein genaues Wissen um die molekularen Charakteristika des Tumors. Denn Krebs ist nicht gleich Krebs. „Wir wissen heute, dass es sehr verschiedene Untergruppen gibt – mit ganz spezifischen genetischen Merkmalen der Tumoren. In einigen Fällen können wir bereits jetzt auf eine Chemotherapie verzichten – in anderen Fällen wenden wir schonende Kombinationen an mit deutlich weniger Nebenwirkungen." Im Lymphomzentrum behandelt Prof. Schmitz alle gut- und bösartigen Erkrankungen der blutbildenden Organe (Knochenmark und lymphatisches System) sowie bösartige Tumoren. Der ausgewiesene Spezialist insbesondere für Lymphome und Leukämien ist neben seiner jahrzehntelangen klinischen Erfahrung an der Planung und Durchführung klinischer Studien beteiligt und referiert auf nationalen und internationalen Kongressen. „Dass wir ihn für unser Klinikum nun gewinnen konnten, freut uns sehr", sagt Dr. Keihan Ahmadi-Simab, Ärztlicher Direktor. Im Klinikum Stephansplatz arbeiten erfahrene und renommierte Ärzte aus über 20 Fachgebieten eng zusammen. „Und gerade in meinem Fachbereich brauche ich viel Medizin", ergänzt Prof. Schmitz. „Meine Patienten haben oft Probleme auch mit anderen Organen, etwa Herz-, Lungen-, Magen- oder Darmerkrankungen. Hier im Klinikum Stephansplatz finde ich Tür an Tür Experten, die mich etwa im Bereich der Gastroenterologie, Kardiologie oder Immunologie unterstützen." So erhalten Patienten bereits an einem Tag innerhalb weniger Stunden die genaue Diagnose mit einer Behandlungsentscheidung. Und oft kann bereits am selben Tag mit der Therapie begonnen werden. „Das ist gerade im Bereich der Tumoren sehr wichtig. Patienten leiden große Ängste und möchten schnell wissen, ob sie Krebs haben und wie es weiter geht", sagt Prof. Schmitz. „Uns liegt aber auch die frühe Vorsorge sehr am Herzen", ergänzt Dr. Ahmadi-Simab. „Wir bieten dazu einen Check-up an, um Frühstadien von Krebs zu erkennen. Gerade zu einem frühen Zeitpunkt lassen sich die meisten Krebsarten sehr gut und erfolgreich schonend behandeln."

> „Wir setzen möglichst früh modernste Therapien ein und geben unseren Patienten die beste Behandlung, die heute möglich ist."

Freut sich zusammen mit Prof. Schmitz auf die Arbeit im Klinikum Stephansplatz: Dr. Ahmadi-Simab, Ärztlicher Direktor (rechts)

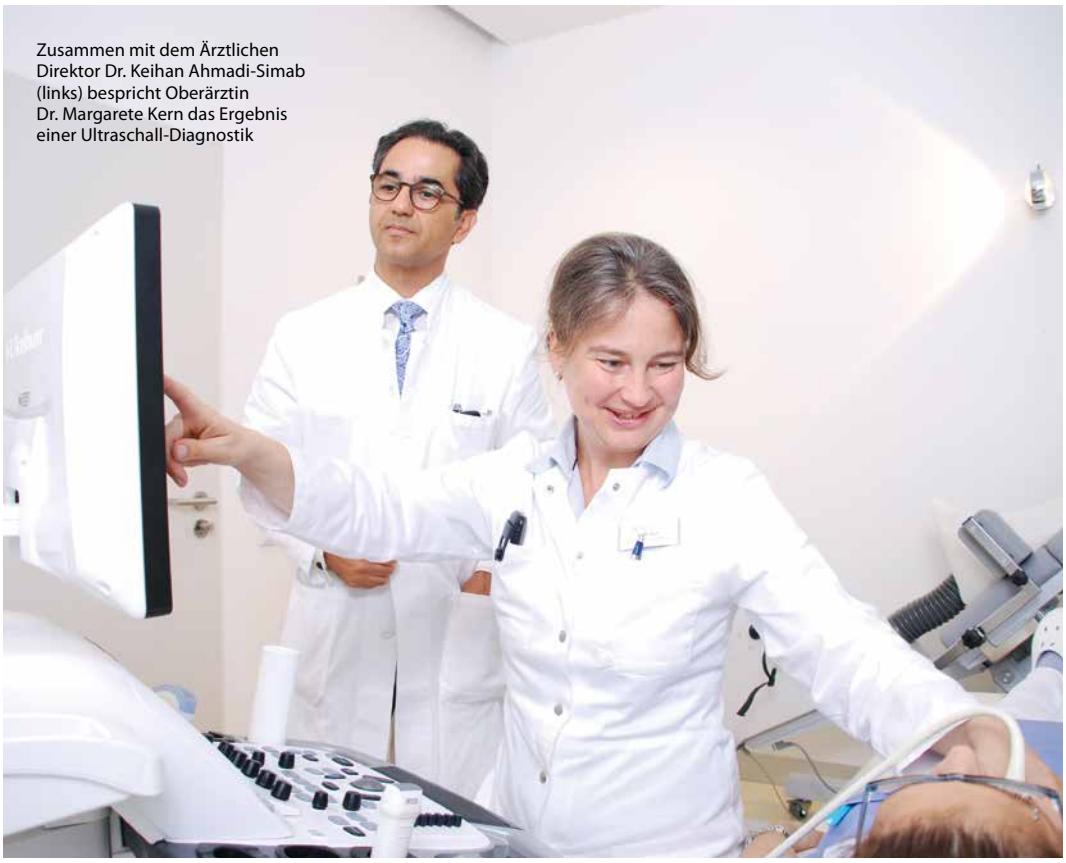
Lymphomzentrum Hamburg
Klinikum Stephansplatz
Stephansplatz 3
20354 Hamburg
Tel.: (040) 320 88 31-0
Fax: (040) 320 88 31-30
info@klinikum-stephansplatz.de
www.klinikum-stephansplatz.de

Leistungen
- Beratung (inkl. Zweitmeinung)
- Planung sämtlicher hämatologischer und onkologischer Therapien
- Ambulante Chemotherapie
- Therapie mit neuen zielgerichteten Medikamenten
- Diagnostik minimaler Resterkrankung (MRD) nach erfolgreicher Behandlung von Lymphomen, Leukämien und solider Tumoren

Spezielle Diagnostik von Blut- und Tumorerkrankungen
- Blutuntersuchungen, Mikroskopie, Spezialfärbungen, FACS-Analysen
- Knochenmarkaspiration und -biopsie
- Liquordiagnostik (Zytozentrifuge und FACS)
- Punktion sämtlicher Körperhöhlen
- Bildgebung (CT/MRT) zur Stadieneinteilung und Verlaufskontrolle
- Magen- und Darmspiegelung
- Ultraschall aller Organe, speziell der lymphatischen Organe

Private Krankenversicherung
Selbstzahler

ENDOKRINOLOGIE-TEAM
Klinikum Stephansplatz



Zusammen mit dem Ärztlichen Direktor Dr. Keihan Ahmadi-Simab (links) bespricht Oberärztin Dr. Margarete Kern das Ergebnis einer Ultraschall-Diagnostik

„Mit der Echotherapie können wir gezielt Knoten behandeln, ohne das Organ in seiner Funktion zu beeinträchtigen."

Klinikum Stephansplatz
Stephansplatz 3
20354 Hamburg
Tel.: (040) 320 88 31-0
Fax: (040) 320 88 31-30
echotherapie@klinikum-stephansplatz.de
www.klinikum-stephansplatz.de

Private Krankenversicherung
Gesetzliche Krankenkassen
Selbstzahler

Schonende Behandlung von gutartigen Schilddrüsenknoten

Neuartige Echotherapie als Alternative zur Operation

Jeder dritte Deutsche ist im Laufe seines Lebens von einem Schilddrüsenknoten betroffen. Die Diagnose ist immer beunruhigend – auch wenn sich herausstellt, dass der Knoten gutartig ist und keinerlei Therapie bedarf.

Sollte ein gutartiger Knoten doch therapiert werden müssen, wenn er etwa zu viel Schilddrüsenhormone produziert (heißer Knoten) oder stört, weil er ein Druckgefühl verursacht, stehen bisher die Radiojodtherapie oder eine Operation als Therapie zur Verfügung.

Nun gibt es eine Alternative zu diesen beiden Therapieformen: Das Zentrum für interdisziplinäre Medizin am Klinikum Stephansplatz, an dem erfahrene und renommierte Ärzte aus über 20 Fachgebieten eng zusammenarbeiten, bietet als erstes und einziges Zentrum in Hamburg die Echotherapie als neuartige Behandlung bei gutartigen Schilddrüsenknoten an. Die Echotherapie nutzt therapeutischen Ultraschall, um gutartige Schilddrüsenknoten, die Beschwerden beim Patienten hervorrufen, nichtinvasiv zu behandeln. Lediglich das betroffene Knotengewebe wird zerstört – ganz ohne Schnitte, Narben und Vollnarkose. Bei der Echotherapie werden die Schallwellen gebündelt, ähnlich den Sonnenstrahlen unter einer Lupe. In der Folge erhitzt sich der Knoten kurzzeitig auf 85 Grad Celsius und schmilzt förmlich ein. Der Körper baut das so zerstörte Gewebe nach und nach ab. Eine Besonderheit: Die Echotherapie wird mit Hilfe von Ultraschallbildern überwacht, was sie sehr präzise macht. Bei der Behandlung entstehen keine Narben, und das operationsbedingte Risiko entfällt. Das gesunde umliegende Gewebe bleibt erhalten, und die Schilddrüse erfüllt nach der Behandlung wieder ihre natürliche Funktion. Für die Behandlung, die zwischen 20 Minuten und einer Stunde dauert, reicht eine orale Schmerztherapie in Form einer Schmerztablette. Nach einer kurzen Erholungsphase können die Patienten sofort wieder nach Hause gehen und ihren Alltag aufnehmen. Das Endokrinologie-Team des Klinikums Stephansplatz kooperiert eng bei der Echotherapie mit den niedergelassenen Kollegen vom Gesundheitsverbund Nord (GVN). Immer mehr Krankenkassen in Deutschland übernehmen die Kosten der Echotherapiebehandlung im Rahmen von Sonderverträgen.

Schonend und ohne OP werden Patienten mit gutartigen Schilddrüsenknoten mit therapeutischem Ultraschall behandelt

Anzeige

PROF. DR. MARCO SAILER
Bethesda Krankenhaus Bergedorf

Modernste Technik für mehr Lebensqualität

Sanfte Darmchirurgie

Die Lebensqualität unserer Patienten zu erhalten, ist mir das Wichtigste", betont Prof. Dr. Marco Sailer, Chefarzt der Chirurgie und Ärztlicher Direktor am Bethesda Krankenhaus in Hamburg-Bergedorf. Das gilt umso mehr für sein Spezialgebiet, die Dick- und Enddarmchirurgie, unter Medizinern auch kolorektale Chirurgie genannt. Sie befasst sich als Teilgebiet der sogenannten Viszeral- oder Bauchchirurgie mit gut- und bösartigen Erkrankungen des Dick- und Enddarms. Sailers Patienten profitieren direkt von seiner langjährigen wissenschaftlichen Arbeit auf diesem Gebiet. So kann er mit seinem Team auch Operationsverfahren anbieten, die bisher nur wenige Chirurgen beherrschen und durchführen. Ein Beispiel dafür ist die transanale Operation, bei der Sailer durch den Schließmuskel hindurch zum Beispiel Tumoren entfernt, ohne dass der Patient anschließend einen künstlichen Darmausgang benötigt. „Für die Lebensqualität des Patienten bedeutet das einen enormen Vorteil", sagt Sailer. Gleiches gilt auch für die schonende „Fast Track"-Chirurgie, die Sailer als einer der ersten deutschen Chirurgen bereits vor zehn Jahren in seiner Klinik einführte: „Wir versuchen durch möglichst wenige Eingriffe in die Körperphysiologie und mit früher Mobilisation, den Patienten auch nach einer großen Operation schnell wieder fit zu machen", erklärt Sailer. Das reicht vom Verzicht auf eine belastende Darmspülung vor der OP über besonders sanfte Narkoseverfahren, einen Kaffee im Aufwachraum und eine optimierte Schmerztherapie bis zum raschen Aufstehen und Essen möglichst noch am OP-Tag. „Durch diese aus Skandinavien stammende Behandlungsmethode fühlen sich unsere Patienten nicht nur besser, sie erleiden auch weniger Komplikationen – medizinisch und mental ist das Verfahren ein echter Gewinn", berichtet Sailer. Dass er auch bei den minimalinvasiven Eingriffen der Schlüsselloch-Chirurgie zu den Vorreitern gehört, versteht sich da fast von selbst. In vielen Fällen setzt er die schonende Technik inzwischen auch bei Krebserkrankungen ein: „Es gibt fast keine Operation mehr, bei der wir nicht zunächst mit der Schlüssellochmethode beginnen, und viele Eingriffe führen wir auch so zu Ende."

2014 wurde das Bethesda-Krankenhaus aufgrund Sailers erfolgreicher Arbeit als „Referenzzentrum für chirurgische Koloproktologie" zertifiziert. Deutschlandweit gibt es nur 14 Zentren dieser Art – im Norden ist Sailers Klinik das einzige. Und auch in der Focus-Bestenliste ist Sailer regelmäßig als Top-Mediziner gelistet.

Noch vor dem Jahreswechsel eröffnet das Bethesda Krankenhaus Bergedorf einen neuen OP-Trakt mit vier hochmodernen Operationssälen. „Sie werden mit modernster Technologie für die endoskopische Chirurgie ausgestattet sein", freut sich Sailer. „Davon werden unsere Patienten noch mehr profitieren."

Prof. Dr. Marco Sailer gehört zu den anerkanntesten Viszeralchirurgen Deutschlands

Professor Sailer setzt auf Technik und Teamwork

Prof. Dr. Marco Sailer
Chefarzt der
Klinik für Chirurgie
Ärztlicher Direktor
Bethesda Krankenhaus Bergedorf
gemeinnützige GmbH
Glindersweg 80
21029 Hamburg
Tel.: (040) 72 55 41 210
Fax: (040) 72 55 41 212
www.klinik-bergedorf.de

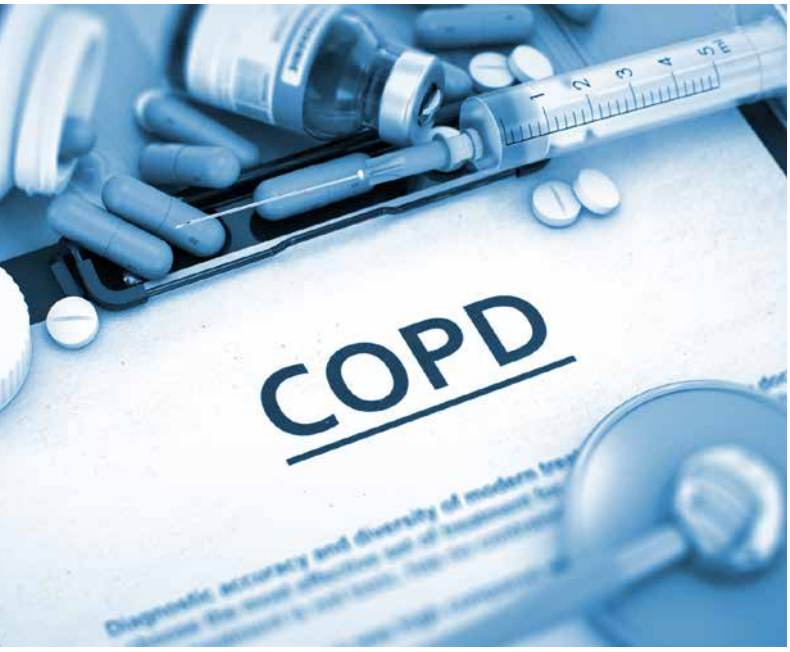
Schwerpunkte

- Gutartige und bösartige Erkrankungen im Bauchraum
- Dick- und Mastdarmtumoren
- Entzündliche Darmerkrankungen
- Magenoperationen
- Operationen am Pankreas
- Operationen der Leber und Gallenblase
- Minimalinvasive Operationen
- Proktologie und transanale Operationen

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Unterschätzte Gefahr

Der gefährliche „Raucherhusten“



Dr. Regina Klakow-Franck, Mitglied des Gemeinsamen Bundesausschusses, Berlin

Prof. Dr. Tobias Welte, Standortdirektor des Deutschen Zentrums für Lungenforschung, Hannover

Kaum jemand kennt die Bedeutung der vier Buchstaben – aber fast 10 Prozent der Deutschen leiden schätzungsweise darunter: COPD. Die „Chronisch obstruktive Lungenerkrankung“ ist eine unheilbare Atemwegserkrankung. Chronisch heißt, dass die Krankheit für immer bleibt. Obstruktiv bedeutet, dass die Atemwege verengt sind. Das Gefährliche: Sie entwickelt sich schleichend, zerstört aber für immer die Atemwege. Eine Heilung gibt es bislang noch nicht.

> „COPD entwickelt sich schleichend, zerstört aber für immer die Atemwege.“

COPD sind eigentlich zwei Erkrankungen mit ganz ähnlichen Symptomen. Patienten leiden an einer chronisch-obstruktiven Bronchitis, also an einer Entzündung der Bronchien, und/oder an einem Lungenemphysem. Hier sind die Lungenbläschen überbläht, es bleibt immer mehr Luft in der Lunge gefangen, die nach und nach das Lungengewebe zerstört. Aus Unwissenheit verharmlosen viele COPD als „Raucherlunge“, was nicht ganz verkehrt ist: 80 Prozent der Patienten haben geraucht oder rauchen noch immer. Und Rauchen ist mit Abstand der größte Risikofaktor. „So zielt das aktualisierte Behandlungsprogramm noch stärker als bisher auf die Tabakentwöhnung der Patienten ab“, freut sich Dr. Regina Klakow-Franck, Mitglied des Gemeinsamen Bundesausschusses, dem höchsten Gremium der gemeinsamen Selbstverwaltung im Gesundheitswesen in Deutschland. „Denn auch die aktuellen ausgewerteten Studien belegen klar, dass die Sterblichkeit und das Fortschreiten der Erkrankung COPD durch Tabakverzicht deutlich reduziert werden können.“

Doch Betroffene nehmen ihre Beschwerden lange Zeit einfach hin, verharmlosen sie und gehen meistens erst dann zum Arzt, wenn sie einen Infekt der Atemwege nicht loswerden. Der typische COPD-Patient hustet extrem viel, spuckt morgens Schleim ins Waschbecken, bekommt trotz langsamer Gehgeschwindigkeit Luftnot und klingt beim Ausatmen brummend oder pfeifend. Eine Behandlung erfolgt in der Regel mit bronchienerweiternden Medikamenten in Verbindung mit Reha-Maßnahmen wie etwa Lungensport. Das Rauchen sollten Betroffene in jedem Fall aufgeben. Neuere Studien zeigen, dass auf Cortison vielfach verzichtet werden kann.

Nicht zu verwechseln ist COPD mit Asthma. Während es Asthmatikern mal besser, mal schlechter geht, fühlen sich COPD-Patienten am Anfang oft überhaupt nicht krank, leiden dann aber immer mehr. „Idealerweise sollten sich Lungenkranke jetzt vor der winterlichen Grippesaison gegen Infektionen mit Influenzaviren impfen lassen“, empfiehlt Prof. Dr. Tobias Welte, einer der Standortdirektoren des Deutschen Zentrums für Lungenforschung und Präsident der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie.

Anzeige

PROF. DR. CHRISTIAN WÜLFING
Asklepios Klinik Altona

Prof. Dr. Christian Wülfing in einem der Endoalpha-Operationssäle

Prof. Dr. Christian Wülfing
Abteilung für Urologie
Asklepios Klinik Altona
Paul-Ehrlich-Straße 1
22763 Hamburg

Tel.: (040) 18 18-81 16 61
Fax: (040) 18 18-81 49 10
www.asklepios.com/hamburg/altona/experten/urologie

Schwerpunkte
- Endourologie
- Minimalinvasive Urologie
- Urogynäkologie
- Uroonkologie

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherungen
Selbstzahler

Schonendere Verfahren in der Urologie

Der Siegeszug der Mini-Endoskope

Ein einziger Eingriff, und die quälenden Nierensteine sind verschwunden – möglich macht das die endoskopische Lasertherapie: „Wir fahren mit ultradünnen Endoskopen durch die Blase und die Harnleiter bis in die Niere und zertrümmern dort die Steine mit dem Laser. Dann ziehen wir das Instrument wieder heraus, und der Patient ist steinfrei“, erklärt Prof. Dr. Christian Wülfing, Chefarzt der Urologie in der Asklepios Klinik Altona, das Verfahren: „Seitdem wir diesen Laser haben, setzen wir die bisher zur Zertrümmerung von Nierensteinen gebräuchliche Stoßwelle fast gar nicht mehr ein.“ Früher mussten Ärzte und Patienten hoffen, dass nach der Stoßwellentherapie alle Bruchstücke herauskamen und nichts steckenblieb, die Patienten mussten Folgetermine, Nachuntersuchungen und Röntgenaufnahmen über sich ergehen lassen. „All das erübrigt sich mit dem Laser“, so Wülfing. „Heute genügt ein Eingriff unter Vollnarkose von 30-60 Minuten, danach ist alles erledigt. Nach ein oder zwei Tagen gehen die Patienten nach Hause und sind auch gleich wieder arbeitsfähig.“

Modernste Technik im Endoalpha

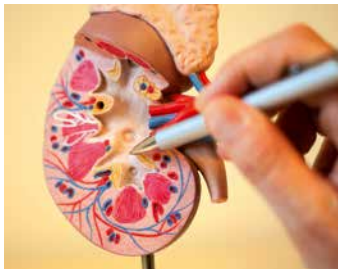
Für die endoskopischen Operationen steht den Urologen der Asklepios Klinik Altona ein vollintegrierter High-Tech-Endoskopie-Operationssaal zur Verfügung, der Endoalpha. Über eine solche Komplettausstattung mit vernetzten Hochleistungsoptiken und -monitoren sowie winzigen HD-Minikameras an der Spitze extrem dünner Endoskope verfügen nur wenige urologische Abteilungen in Deutschland, berichtet Wülfing: „Damit können wir unseren Patienten einen besonders hohen Qualitäts- und Sicherheitsstandard bieten.“

Neben der Lasertherapie von Nierensteinen führen die Altonaer Urologen in einem zweiten Endoalpha-Saal auch schonende Tumoroperationen und aufwändige Spiegelungen der Harnwege durch.

Auch die Krebstherapie profitiert

Die umfassende Behandlung von Krebserkrankungen der Harnblase, der Niere, der Hoden und der Prostata ist ein weiterer Schwerpunkt von Wülfing und seinem zehnköpfigen Ärzteteam: „Wir bieten hier in Altona das gesamte Therapiespektrum aus einer Hand – von der Operation bis zur Chemotherapie.“ Diese nahtlose Betreuung habe für die Patienten viele Vorteile, so Wülfing. Dank der modernen Technik würden zudem auch die Krebsoperationen immer schonender. „Während man z. B. bei Nierenkrebs früher die betroffene Niere komplett entfernte, operieren wir heute möglichst organerhaltend, da Menschen mit nur einer Niere häufiger Herzinfarkte oder Schlaganfälle erleiden“, erläutert Wülfing. „Das gelingt uns inzwischen in 75 Prozent der Fälle.“

Mini-Laserfasern zertrümmern Nierensteine im Körper



Durch den Harnleiter werden Mini-Endoskope bis ins Nierenbecken geschoben

Aderlass gegen Bluthochdruck

Prof. Dr. Andreas Michalsen
Charité, Berlin

Prof. Dr. Ulrich Tebbe,
Klinikum Stephansplatz, Hamburg

Schon Hippokrates setzte ihn ein, im Mittelalter gehörte er zu den beliebtesten Behandlungsverfahren, und heute entpuppt sich der Aderlass als überraschend effektive Therapie gegen die gefährliche Volkskrankheit Bluthochdruck. „Tatsächlich scheint regelmäßiges Blutspenden einen Bluthochdruck nachhaltig senken zu können", erklärt Prof. Dr. Andreas Michalsen von der Berliner Charité. Nachdem den Ärzten aufgefallen war, dass bei einigen Hochdruckpatienten der Blutdruck nach dem Blutspenden fast wieder im normalen Bereich lag, ging der Experte für Klinische Naturheilkunde mit seinem Forscherteam diesem Phänomen auf den Grund.

Finanziert von der naturheilkundlich orientierten Carstens-Stiftung untersuchten die Berliner Wissenschaftler über ein Jahr 150 Patienten mit Bluthochdruck sowie eine gleich große gesunde Kontrollgruppe. Alle drei Monate wurde den Probanden ein halber Liter Blut abgenommen – so viel wie bei einer normalen Blutspende. Vor und nach dem Aderlass überprüften die Mediziner den Blutdruck. Die Ergebnisse waren überzeugend: Im Durchschnitt sank der systolische Blutdruck um 16 mmHg, der diastolische um 7 mmHg. Mehr können auch moderne Medikamente kaum erreichen. Und dieser Effekt zeigte sich nicht direkt nach der Spende, wenn weniger Blut durch die Adern floss und somit ein niedrigerer Druck plausibel wäre, sondern nachdem der Körper das entnommene Blut ersetzt hatte. „Bei einigen Patienten zeigte sich die ausgeprägte Blutdrucksenkung bereits nach Tagen, bei anderen erst nach einigen Wochen. Insgesamt hielt der Effekt über mehrere Wochen an", berichtet Michalsen. „Als wir das in der statistischen Auswertung sahen, waren wir überrascht." Wird der Aderlass alle zwei bis drei Monate wiederholt, bleibt der Blutdruck konstant auf dem niedrigen Niveau, stellten die Experten fest. Einige Patienten konnten daraufhin die Dosis ihrer Blutdruck-Medikamente reduzieren oder sogar ganz darauf verzichten. Nebenwirkungen traten nicht auf; bei den gesunden Probanden der Kontrollgruppe hatte das Blutspenden keinen Einfluss auf den Blutdruck. Besonders profitierten übrigens Patienten mit Übergewicht und erhöhten Blutfettwerten. Bei ihnen sanken nach der Blutspende sowohl der Blutdruck als auch die Blutfettwerte.

Wieso sich die Blutspende blutdrucksenkend auswirkt und warum dieser Effekt so lange anhält, sei allerdings noch nicht geklärt, geben die Forscher zu bedenken: „Möglicherweise ist das Verhältnis von jungen und alten Blutkörperchen entscheidend. Die jungen Blutkörperchen sind elastischer und lassen sich leichter durch die Gefäße pumpen."

Hier sieht auch Prof. Dr. Ulrich Tebbe, Spezialist für Bluthochdruckerkrankungen am Klinikum Stephansplatz in Hamburg, weiteren Forschungsbedarf: „Die Ergebnisse sind hochinteressant. Aber um wirklich zu klären, wie die Blutdrucksenkung genau zustande kommt, wie häufig der Aderlass nötig ist und wie lange der Effekt tatsächlich anhält, wäre eine große Studie über mindestens zwei bis drei Jahre erforderlich." Zudem sei Blutspenden nicht für alle Hochdruckpatienten möglich, so Tebbe. Riskant könne der regelmäßige Blutverlust zum Beispiel für Patienten im höheren Lebensalter oder mit Begleiterkrankungen wie Koronarer Herzkrankheit, COPD oder Herzschwäche sein.

Für blutspendefähige Hochdruckpatienten könnte sich der moderne Aderlass – in Absprache mit dem behandelnden Arzt – aber als schonende, nebenwirkungsarme Ergänzung der medikamentösen Therapie bewähren und zugleich Menschen helfen, die dringend auf Spenderblut angewiesen sind. ◂

Anzeige

PRIV.-DOZ. DR. ULRICH SCHAUDIG
Asklepios Klinik Barmbek

Augenoperationen unter dem Mikroskop

Mikroinvasive Chirurgie im Auge

PD Dr. Ulrich Schaudig im Augen-OP der Asklepios Klinik Barmbek

Der Gedanke, im Auge operiert zu werden, ist für die allermeisten Patienten zunächst eine erschreckende Vorstellung – das lässt schon das geflügelte Wort „Das kann aber ins Auge gehen" erkennen. Doch so schlimm, wie sich das anhört, ist es heute gar nicht mehr, kann Priv.-Doz. Dr. Ulrich Schaudig, Chefarzt der Augenheilkunde in der Asklepios Klinik Barmbek, seine Patienten beruhigen: „Die Augenheilkunde hat in den vergangenen Jahren enorme Fortschritte gemacht. Die bereits winzigen Instrumente wurden weiter verfeinert, die Operationsverfahren immer schonender und erfolgreicher."

Das mache sich bereits bei der am häufigsten in Deutschland durchgeführten Operation, dem Einsatz einer Kunstlinse zur Behandlung des Grauen Stars (Katarakt), bemerkbar: „Hier wurde die Präzision der Linsenimplantation ebenso weiterentwickelt wie die Kunstlinsen selbst, so dass die operierten Patienten immer besser sehen können."

Mini-Stents gegen Grünen Star

Noch deutlicher sind die Fortschritte bei der Therapie des Grünen Stars, also des Glaukoms: „Mittlerweile setzen wir Stentimplantate unter dem OP-Mikroskop in das beim Glaukom nicht mehr funktionierende Abflussgewebe des Auges ein." Die winzigen Röhrchen aus Metall, Kunststoff oder Gelatine lassen das gestaute Kammerwasser wieder ungehindert abfließen, der Augeninnendruck sinkt und der Sehnerv ist gerettet. Diese mikro-invasive Operation führe weniger zu Vernarbungen und sei daher erheblich sicherer als die herkömmlichen Verfahren, erläutert Schaudig.„Damit haben lange etablierte und vor mehr als hundert Jahren eingeführte Operationsverfahren erstmals ernsthafte Konkurrenz bekommen. Der Eingriff ist schonender, das Ergebnis zumindest genauso erfolgreich." Die höhere Sicherheit sei ein starkes Argument für den Einsatz der neuen Technik, auch wenn es noch keine Langzeiterfahrungen gibt.

Moderne Augenoperationen sind nur unter dem Mikroskop durchführbar

Auch für Patienten mit einer Netzhautablösung oder Veränderungen auf der Netzhautoberfläche gibt es heute schonendere Verfahren als früher. „Die Instrumente in der Glaskörperchirurgie werden immer kleiner, die Techniken immer ausgefeilter", so Schaudig. „Wo wir früher die Bindehaut eröffnen und Schnitte in die äußere Haut des Auges, die Lederhaut, machen mussten, können wir nun mit ganz feinen Instrumenten direkt durch die Bindehaut im Glaskörper operieren. Solche mikrochirurgischen Eingriffe sind zwar für den Chirurgen anspruchsvoller, aber für den Patienten sehr viel schonender."

Kombinierte Operationen

Durch die mikroinvasiven Techniken werde das Auge so wenig belastet, dass sogar kombinierte Operationen von Grauem und Grünem Star oder auch von Linsen- und Glaskörpereingriffen möglich sind, berichtet Schaudig: „Die Operationsschritte lassen sich heute viel einfacher kombinieren, so dass wir den vielen Patienten, die unter mehreren Augenkrankheiten gleichzeitig leiden, besser helfen können."

Priv.-Doz. Dr. Ulrich Schaudig
Augenklinik
Asklepios Klinik Barmbek
Rübenkamp 220
22291 Hamburg
Tel.: (040) 18 18-82 28 31
Fax: (040) 18 18-82 28 39
www.asklepios.com/hamburg/barmbek/experten/augenklinik

Schwerpunkte

- Grauer Star (Katarakt)
- Grüner Star (Glaukom)
- Glaskörperoperationen
- Hornhautoperationen
- Tränenwegsoperationen
- Lidchirurgie

Gesetzliche Krankenkassen
Private Krankenversicherungen
Selbstzahler

DR. CORINNA KOÓS

Mit Passion zu Hausbesuchen

Vom Glück, Hausärztin zu sein

Persönlich, schnell und bequem soll es für ihre Patienten sein: Dr. Koós ist mit ihren Hausbesuchen 365 Tage im Jahr „im Einsatz"

Buchtipp
Warum denn ausgerechnet Medizin?
Vom Glück, Hausärztin zu sein
Taschenbuch,
Klecks Verlag,
92 Seiten,
ISBN 9783956833731
Eine Hommage an die Hausmedizin.
von Dr. Corinna Koós (Autorin)

Ich bin so etwas wie ein ärztlicher ADAC – an 365 Tagen im Jahr im Einsatz – und sorge dafür, dass der Motor wieder laufen kann. Alles andere machen dann Fachwerkstätten", lacht Dr. Corinna Koós, Praktische Ärztin aus Harvestehude. Dabei trifft man Dr. Koós am Vormittag in ihrer Praxis an – ab Mittag dann im Auto und bei ihren Patienten zu Hause. „Das ist für meine Patienten nicht nur persönlicher, schneller und bequemer. In deren eigenen vier Wänden kann ich mir viel besser ein Bild von der Erkrankung machen. Ich kann dann nicht nur etwa gezielter nach der Einnahme anderer Medikamente fragen oder mit Angehörigen sprechen. Auch Sorgen und Nöte werden Ihnen zu Hause viel eher anvertraut als in einer oft anonymen Praxis." Und anonym bleibt die sympathische Ärztin in keinem Fall. „Ich verstehe mich in erster Linie als Familienmedizinerin", sagt sie und meint damit, dass sie seit fast 20 Jahren in Harvestehude Patienten betreut, die sie noch als Kinder

> „Ich verstehe mich in erster Linie als Familienmedizinerin."

kennt und die heute schon selbst Eltern sind. „Wir bleiben dann oft beim Du aus Kindertagen", freut sich Dr. Koós. „Menschen so zu helfen, das ist meine Leidenschaft und schon immer das gewesen, was ich eigentlich machen wollte. Als ich ein Kind war, hatten wir eine Ärztin, die immer zu uns nach Hause kam. Das hat mich geprägt. Und so möchte ich auch gern helfen." Das spürt man auch im Interview in der Arztpraxis. „Meine Patienten sollen sich hier geborgen fühlen – mit einem persönlichen Empfang, ohne Wartezeiten und Zeitdruck." Und in ihrer Praxis bietet Dr. Koós Hochleistungsmedizin auf neuestem Stand. Neben einer ausführlichen Diagnostik direkt vor Ort hilft ein Netzwerk aus Fachärzten bei besonderen Fragestellungen und Therapien. Doch eines ist Dr. Koós besonders wichtig: die Freude an ihrer Arbeit als Familienärztin – und ist gleich wieder unterwegs zu einem Hausbesuch.

Dr. Corinna Koós
Rothenbaumchaussee 131
20149 Hamburg
Tel.: (040) 44 55 70
Fax: (040) 410 16 91
corinnakoos@web.de
www.doktor-koos.de

Sprechzeiten (auch Akutfälle):
Mo-Fr 9-13 Uhr
Mo, Di, Do 15-18 Uhr
sowie nach Vereinbarung
Hausbesuche auch abends und an Sonn- und Feiertagen

Leistungen
- Gesundheitsvorsorgeuntersuchung für Erwachsene und Kinder
- EKG und Belastungs-EKG
- Ultraschalluntersuchungen
- Spezielle Schilddrüsendiagnostik
- Farbdoppleruntersuchungen
- Standard- und Reiseimpfungen
- Lungenfunktionsdiagnostik
- Laborleistungen
- Ernährungsberatung

Private Krankenversicherung
Selbstzahler

Patienten spüren sofort die freundliche Atmosphäre in der Praxis

Neu ab 1. Oktober 2016

Was bringt der neue Medikationsplan?

Eine halbe Million Notaufnahmen pro Jahr in deutschen Kliniken sind nach Angaben des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte auf unerwünschte Arzneimittelwirkungen durch Fehler bei der Einnahme zurückzuführen, rund 20.000 Menschen sterben sogar an vermeidbaren Neben- und Wechselwirkungen. Und die Dunkelziffer ist vermutlich noch um ein Vielfaches höher, denn laut Statistik nimmt hierzulande jeder dritte Patient über 65 Jahren neun verschiedene Medikamente ein und fast die Hälfte davon macht Fehler bei der Einnahme.

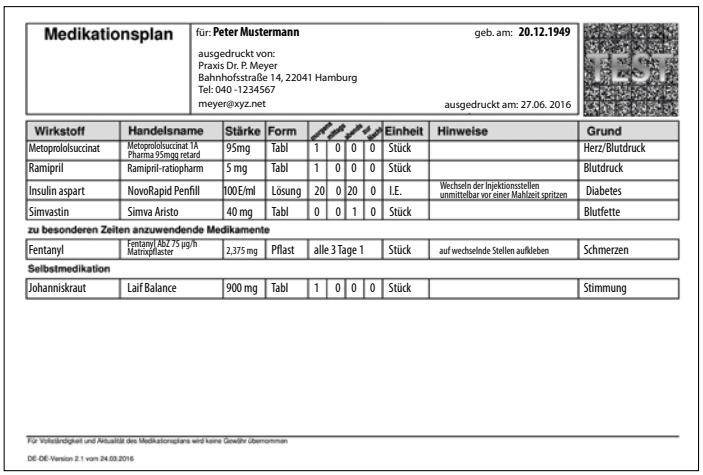
Abhilfe soll nun ein standardisierter und bundesweit einheitlicher Medikationsplan schaffen, den Patienten seit Oktober beim Hausarzt erhalten, wenn sie mindestens drei Arzneimittel einnehmen müssen. Ein gutes Projekt, sagt Petra Kolle, 1. Vizepräsidentin der Hamburger Apothekerkammer: „Wir versprechen uns davon eine bessere Aufklärung der Patienten. Wer regelmäßig Medikamente benötigt, muss wissen, was die Arzneimittel bewirken, in welcher Reihenfolge sie eingenommen werden müssen, warum die regelmäßige Einnahme, gewisse Zeitabstände und die Einnahme vor, mit oder nach dem Essen wichtig sind.“ Besonders hilfreich seien auch Hinweise, welche Medikamente nicht zusammen eingenommen werden dürfen, weil sie sich gegenseitig beeinflussen. Denn oft treten gefährliche Wechselwirkungen bei Patienten auf, die von mehreren Ärzten gleichzeitig mit Arzneimitteln behandelt werden. Wissen die Ärzte nicht von allen eingenommenen Medikamenten, kann es zu Doppelverschreibungen kommen, oder erforderliche Dosisanpassungen bleiben aus. Der neue Medikationsplan soll deshalb nicht nur den Patienten bei der richtigen Einnahme unterstützen, sondern auch ihren Ärzten einen Überblick über die Gesamtmedikation geben und so Fehler durch Unkenntnis bereits verordneter Arzneimittel vermeiden.

> „Der Medikationsplan hilft Patienten, Ärzten und Apothekern, die Übersicht zu behalten und Wechselwirkungen zu vermeiden.“

In der Regel wird der neue Medikationsplan vom Hausarzt ausgestellt und regelmäßig aktualisiert, aber auch Fachärzte, Krankenhäuser und Apotheken können den Plan aktualisieren. Er soll sämtliche verschreibungspflichtige sowie frei verkäufliche Arzneimittel enthalten, die der Patient einnimmt – jeweils mit Wirkstoff, Dosierung, Einnahmegrund und Hinweisen zur Einnahme.

„Ich hoffe, dass die Patienten mit dem Plan in die Lage versetzt werden, besser mit ihren Arzneimitteln umzugehen, und dass sie sich einfach sicherer fühlen mit der Medikation“, betont Apothekerin Kolle. „Bei der Erstellung des Medikationsplans sollten sie unbedingt darauf achten, dass auch wirklich alles draufsteht. Ich empfehle immer, nochmal zu Hause zu gucken und alle regelmäßig verwendeten Medikamente in einer Tüte mitzubringen.“ Zunächst wird der Medikationsplan nur dem Patienten in Papierform ausgehändigt, in den nächsten Jahren soll er aber auch auf der elektronischen Gesundheitskarte gespeichert werden. Damit der Plan übersichtlich bleibt, sollte er bei jeder Veränderung neu ausgedruckt werden, empfiehlt Kolle: „Wir Apotheker müssen immer kontrollieren, ob der Plan noch aktuell ist. Neben den verschreibungspflichtigen Arzneimitteln gehören auch frei verkäufliche Medikamente wie Kopfschmerztabletten, Abführhilfen, Johanniskraut etc. in die Aufstellung, wenn sie regelmäßig verwendet werden.“ Auch sie können die Wirkung anderer Arzneimittel massiv beeinflussen, ebenso bestimmte Lebensmittel wie zum Beispiel Grapefruitsaft. „Damit da nichts übersehen wird, versuchen wir die Schwelle zu senken, dass die Patienten auch offenbaren, was sie nicht in der Apotheke kaufen, aber regelmäßig einnehmen.“ Viele speziell dafür geschulte Apotheker bieten über den Medikationsplan hinaus auch eine umfassende Analyse und Beratung zur Medikation an, die die Patienten aber privat bezahlen müssen.◀

In ihrer St. Cosmas-Apotheke an der Endo-Klinik erläutert Petra Kolle die neuen Medikationspläne



Medikationsplan

für: **Peter Mustermann** geb. am: **20.12.1949**

ausgedruckt von:
Praxis Dr. P. Meyer
Bahnhofsstraße 14, 22041 Hamburg
Tel: 040 -1234567
meyer@xyz.net

ausgedruckt am: 27.06. 2016

Wirkstoff	Handelsname	Stärke	Form	Morgen	Mittag	Abend	Nacht	Einheit	Hinweise	Grund
Metoprololsuccinat	Metoprololsuccinat 1A Pharma 95mgs retard	95mg	Tabl	1	0	0	0	Stück		Herz/Blutdruck
Ramipril	Ramipril-ratiopharm	5 mg	Tabl	1	0	0	0	Stück		Blutdruck
Insulin aspart	NovoRapid Penfill	100E/ml	Lösung	20	0	20	0	I.E.	Wechseln der Injektionsstellen unmittelbar vor einer Mahlzeit spritzen	Diabetes
Simvastin	Simva Aristo	40 mg	Tabl	0	0	1	0	Stück		Blutfette
zu besonderen Zeiten anzuwendende Medikamente										
Fentanyl	Fentanyl Abz 75 µg/h Mattrixpflaster	2,375 mg	Pflast	alle 3 Tage 1				Stück	auf wechselnde Stellen aufkleben	Schmerzen
Selbstmedikation										
Johanniskraut	Laif Balance	900 mg	Tabl	1	0	0	0	Stück		Stimmung

Für Vollständigkeit und Aktualität des Medikationsplans wird keine Gewähr übernommen

DE-DE-Version 2.1 vom 24.03.2016

Wir wissen, welche Herausforderungen digitale Kommunikation an Sie stellt. Überlassen Sie uns die Erstellung und Pflege Ihrer Website, damit Sie sich auf Ihr Kerngeschäft konzentrieren können.

Wir sind für Sie da. Damit Sie für Ihre Kunden da sein können.

Mehr Infos unter **040/55 44 71 256** oder auf **www.abendblatt-website-service.de**

website-service

Ein Produkt vom Hamburger Abendblatt