

# Spitzenmedizin

---

REGIONAL

ANZEIGE



---

## Gefäßmedizin

Moderne Ultraschall-Diagnostik bei Venenerkrankungen

---

## Orthopädie

Arthrose: Viele Wege führen zur Schmerzlinderung

---

## Onkologie

Ganzheitliche Therapien in zertifizierten Zentren

---

## Psychotherapie

Die innere Ruhe finden, Krisen bewältigen

## Mein Berufsweg. Mein Leben.

RKH Gesundheit - größter kommunaler Anbieter von Gesundheitsdienstleistungen in Baden-Württemberg.

Wir suchen ab **01.01.2024** für unser Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie der **Kliniken-Ludwigsburg-Bietigheim GmbH** in Ludwigsburg eine/n

### Oberarzt für Radiologie (m/w/d)



Vertragslaufzeit: unbefristet in Vollzeit (100%)

#### Unser Leistungsspektrum:

Das Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie ist eine technisch hervorragend ausgestattete Abteilung mit modernsten Geräten sowie einem breit gefächerten diagnostischen und interventionellen Spektrum. Es erwarten Sie ein hochmotiviertes und koordiniert arbeitendes Team und ein sehr gutes Arbeitsklima mit flacher Hierarchie.

#### Ihre Aufgaben:

- Eigenverantwortliche Patientenversorgung
- Teilnahme an Bereitschaftsdiensten
- Beteiligung an der aktuellen und kontinuierlichen Weiterentwicklung der Abteilung
- Ausbildung und Betreuung unserer Ärzte\*innen in Weiterbildung

#### Ihr Profil:

- Erfahrener Facharzt für Radiologie
- Belastbar, engagiert und motiviert
- Bereitschaft zur Übernahme von Hintergrunddiensten
- Kollegiale Persönlichkeit mit Teamgeist und Verantwortungsbewusstsein
- Befähigung zur Anleitung von Kolleg\*innen in der Weiterbildung
- Bereitschaft zur Übernahme von Führungsaufgaben
- Sehr gute kommunikative Fähigkeiten und patientenorientiertes Vorgehen
- Interesse an der aktiven Gestaltung von Organisationsstrukturen, der Mitarbeit in Leitungsgremien und der Berücksichtigung ökonomischer Anforderungen der Abteilung
- Nachweis der vollständigen Masernimpfung oder der Masernimmunität gemäß Infektionsschutzgesetz

#### Unser Angebot:

- Voll digitalisierte Abteilung mit drei hoch modernen Computertomografen, drei MRT Geräten (3 Tesla und 2x 1,5 Tesla), zwei Angiographieanlagen, mehrere konventionelle Arbeitsplätze, Mammografiegerät sowie Mamma-Interventionstisch
- Ein breites Spektrum an Interventionen
- Intensive Zusammenarbeit mit allen interdisziplinären Zentren vor Ort
- Abwechslungsreicher Arbeitsplatz mit Rotationsmöglichkeit in alle Bereiche der Radiologie
- Kooperativer Führungsstil, wertschätzendes Miteinander
- Persönliche Arbeitsatmosphäre
- Entgelt und betriebliche Altersvorsorge nach TV-Ärzte/VKA

#### Ihre Benefits:

- Karriere: zahlreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten, RKH Akademie und RKH Simulationszentrum
- Familie: individuelle Teilzeitmodelle, flexible Arbeitszeiten, Unterstützung bei der Suche von Wohnraum und Kinderbetreuung
- Gesundheit: vielfältige Sport-, Beratungs- und Gesundheitsangebote, kostengünstige Krankenzusatzversicherung mit Status eines Wahlleistungspatienten
- Vorsorge: betriebliche Altersvorsorge und Zeitwertkonten
- Verpflegung: preisermäßigte Speisemöglichkeit vor Ort
- Mobilität: Jobticket mit Zuschuss, Förderung der Fahrradnutzung, Jobrad-Leasing
- Vergünstigungen: Mitarbeiter-Rabatte bei regionalen Firmen

#### Ihre Ansprechpartner:

Fachspezifische Informationen erhalten Sie telefonisch:

**Vanessa Maier**  
Telefon: 0 71 41 - 996 56 01

Bei Fragen zum Bewerbungsverfahren wenden Sie sich bitte an unseren Personalservice:

**Ann-Katrin Lissy**  
Telefon: 0 71 41 - 996 10 22

[www.rkh-karriere.de](http://www.rkh-karriere.de)



#### Ihre Bewerbung:

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige online-Bewerbung unter Angabe des möglichen Eintrittstermins. Die RKH Gesundheit fördert die Gleichstellung aller Mitarbeitenden und begrüßt deshalb Ihre Bewerbung, unabhängig von Herkunft, Alter, Hautfarbe, Weltanschauung, Religion, Behinderung oder sexueller Identität. Schwerbehinderte Bewerberinnen und Bewerber werden bei gleicher Eignung bevorzugt.

## Inhalt

#### Impressum

#### Verlag

Hanseatisches MedienKontor  
Dirk Seidel (V.i.S.d.P.)  
Elbchaussee 289a  
22605 Hamburg  
d.seidel@hhmeko.de  
040 - 37 08 11 17  
0175 - 722 31 07

#### Redaktion

Michael Hotze

#### Konzept / Layout

Stefan Arens

#### Druck

Sattler Premium Print GmbH  
Carl-Zeiss-Straße 4  
32549 Bad Oeynhausen

#### Vermarktung

EBS Media Sales GmbH  
040/866 22 - 0  
info@ebshamburg.de

#### Titelfoto

AdobeStock

[www.spitzenmedizin-regional.de](http://www.spitzenmedizin-regional.de)

#### Chirurgie

Klinik Rosengasse - Klinik für Plastische & Ästhetische Chirurgie Ulm 5

#### Gefäßmedizin

Mit Ultraschall gegen Krampfadern 6  
Venencentrum Pforzheim 7

#### Orthopädie

Keine Orthesen, Bandagen und Co. ohne Fachberatung 8  
BDH-Klinik Waldkirch gGmbH 9 10

#### Schmerztherapie

Fibromyalgie: Neuer Praxisleitfaden für Patienten und Ärzte 10  
Packi Klinik Bad Krozingen (bei Freiburg) 11

#### Urologie

Prostatakrebs: Früherkennung mit Mikro-Ultraschall 12

#### Krebsmedizin

SLK-Kliniken Heilbronn: Klinikum am Gesundbrunnen -  
Tumorzentrum Heilbronn-Franken 13

#### Lungenheilkunde

RBK Lungenzentrum Stuttgart 14-15

#### Strahlentherapie

Strahlentherapie Sindelfingen 16

#### Stresstherapie

Casa Medica - Gesundheitszentrum Danter-Quelle Elztal 17

#### Psychotherapie

Narzissmus und die Psychotherapie 18  
Zentrum für Psychiatrie (ZfP) Südwürttemberg 19

#### Psychosomatik

Klinik Wollmarshöhe - Private Fachklinik für Psychosomatik 20-21  
Sigma Zentrum Bad Säckingen 22

#### Schmerzmedizin

Digitale Unterstützung für Menschen mit Clusterkopfschmerz 23

#### Rehabilitation

Natürlich gesunden - Reha-Klinik Schwäbische Alb 24  
METTNAU - Medizinische Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell 25

**Hinweis zum Gendern:** Wir folgen dem Rat für deutsche Rechtschreibung und verzichten auf Schreibweisen mit Gendersternchen, Binnen-I oder Doppelpunkt. Wir verwenden die weibliche und männliche Form (Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter), jedoch ohne dem Zwang zu unterliegen, einen Artikel von Anfang bis Ende durchgendern zu müssen. Wenn möglich, verwenden wir zudem neutrale Formulierungen (Pfleger, Angestellte).

**Für die Inhalte,** die über die in diesem Magazin abgedruckten QR Codes verlinkt werden, übernimmt die Redaktion keine Verantwortung. Sie liegt bei den Unternehmen, die uns mit der Erstellung der jeweiligen Advertorials inkl. QR Code beauftragt haben.



## Editorial

*Liebe Leserinnen, liebe Leser,*

die Zahl der Krebserkrankungen nimmt weltweit dramatisch zu. Ursache dafür ist nicht allein der demografische Wandel, denn auch bei den Jüngeren steigen die Zahlen. Die gute Nachricht ist, dass die Entwicklung der Krebstodesfälle in eine andere Richtung geht. Wissenschaftler haben errechnet, dass die Zahl der Krebstoten in der EU und in Großbritannien zwischen 2018 und Ende 2023 altersbereinigt fallen werde – bei Männern um knapp 6,5 Prozent und bei Frauen um gut 3,7 Prozent. Wesentliche Gründe für diesen erfreulichen Trend sind in der Krebsforschung und in fortschrittlichen Organisationsstrukturen für die medizinische Versorgung von Krebspatienten zu finden. Was die Forschung betrifft, so wurden in den letzten Jahren bemerkenswerte Fortschritte vor allem in der Tumormimmunologie erzielt. Die Folge sind maßgeschneiderte Immuntherapien, dank derer nicht wenige onkologische Patienten – anders als in der Vergangenheit – noch wertvolle Lebenszeit vor sich haben. Der zweite wichtige Grund für den Rückgang der Todeszahlen betrifft die Organisation der Krebsbehandlung in interdisziplinären Onkologischen Zentren, in denen die Expertisen diverser medizinischer Disziplinen zusammenfließen und Patienten ganzheitlich betreut werden. Wie ein solches Zentrum aufgestellt ist, darüber berichten wir in dieser Ausgabe von „Spitzenmedizin“ ebenso wie über ein zertifiziertes Zentrum, das speziell auf Lungenkrebs und weitere Erkrankungen der Atmungsorgane ausgerichtet ist. Zudem können Sie sich über viele interessante Entwicklungen in weiteren Fachbereichen informieren – etwa über moderne, sehr effektive Hightech-Verfahren in der Strahlentherapie zur Behandlung von gutartigen und bösartigen Erkrankungen.

Einen Schwerpunkt in dieser Ausgabe bilden Informationen über Einrichtungen, die sich auf die Therapie von seelischen Erkrankungen und die Gesundung von Körper und Geist konzentrieren. Es lohnt sich, den Blick auf die umfassenden Konzepte zu richten, mit denen psychiatrische und psychosomatische Kliniken, Gesundheitszentren und Reha-Kliniken ihre Patientinnen und Patienten behandeln.

*Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!*

*Ihr Redaktionsteam Spitzenmedizin*



# Für die Gesundheit und eine natürliche Schönheit

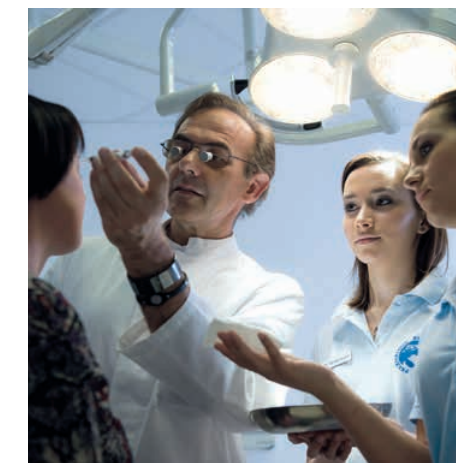
Seit 30 Jahren bietet die Klinik Rosengasse in Ulm Plastische und Ästhetische Chirurgie sowie Handchirurgie auf höchstem Niveau



Immer mehr Menschen unterziehen sich sogenannten Schönheitsoperationen – insbesondere auf den Social-Media-Kanälen wird im großen Stil suggeriert, dass derartige Eingriffe „mal eben mitgenommen“ werden könnten und zu einem modernen Lifestyle einfach dazugehören. Man sollte allerdings wissen, dass „Bezeichnungen wie „Schönheitschirurg“ oder „Kosmetischer Chirurg“ keine geschützten Titel sind und folglich von jedem Arzt geführt werden können – fernab jeglicher Zusatzqualifikation. Anders verhält es sich mit dem „Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie“. Nur dieser Titel ist geschützt und weist auf eine zweijährige chirurgische Basisausbildung und eine vierjährige Weiterbildung im Bereich der konstruktiven, rekonstruktiven, verbrennungschirurgischen und ästhetisch-plastischen Behandlungen hin.

Prof. Dr. med. Albert K. Hofmann ist ein solcher Facharzt. 1993 hat er gemeinsam mit seiner Frau Prof. Dr. med. Margot Wüstner-Hofmann, eine renommierte Fachärztin für Plastische Chirurgie und Handchirurgie, die Klinik Rosengasse eröffnet. Beide sind zudem Professor bzw. Professorin an der berühmten Universi-

tät Padua, zu der die renommierte Master School für plastische Chirurgie gehört. Das operative Spektrum der Privatklinik in Ulm umfasst Eingriffe sämtlicher Größenordnungen der plastischen und ästhetischen Chirurgie mit formverändernden und wiederherstellenden Operationen unter ambulanten und stationären Bedingungen. Dazu zählen u. a. die rekonstruktive und ästhetische Gesichtschirurgie, die Brustchirurgie, die Tumorchirurgie, Hautstraffungen, Fettabsaugungen, Gewebetransplantationen und Laserbehandlungen. Im Bereich der Handchirurgie werden ebenfalls Eingriffe aller Größenordnungen ambulant und stationär durchgeführt – von der rekonstruktiven Hand- und Mikrochirurgie bis hin zu Frakturbehandlungen und der Versorgung mit Gelenkprothesen. Insgesamt wurden bisher mehr als 120.000 Patientinnen und Patienten in der Klinik Rosengasse behandelt.



**Ein individuelles Facelift – exklusiv in der Klinik Rosengasse**

Prof. Hofmann legt großen Wert darauf, nicht als das wahrgenommen zu werden, was man gemeinhin unter einer Schönheitsklinik versteht, denn das sei die Klinik nicht. „Natürlich geht es bei uns auch um

Ästhetik – mehr als die Hälfte der bei uns durchgeführten Eingriffe haben mittlerweile diesen Hintergrund –, aber in einem anderen Sinne“, sagt der Facharzt. „Wenn, wie bei uns der Fall, das gesamte Know-how eines erfahrenen Plastischen Chirurgen auch in der ästhetischen Chirurgie zur Anwendung kommt, dann hat etwa ein Facelift auch die entsprechende Qualität.“ Das klassische Facelift hat der Spezialist sogar mit eigenen Behandlungstechniken optimiert, um bessere, individuell passendere Ergebnisse zu erzielen. Dr. Hofmann: „Um es salopp zu formulieren: Eine in die Jahre gekommene Haut kann man nicht einfach glatt ziehen. Genau das führt zu diesen maskenhaften Gesichtern, denen man den Eingriff ansieht. Das Ergebnis passt nicht, sieht unnatürlich aus. Mir geht es nicht darum, ein Gesicht um jeden Preis jünger erscheinen zu lassen, sondern seine Attraktivität zu steigern, und zwar so, dass es mit dem Alter der Patientin oder des Patienten harmoniert.“ Hier für kombiniert er verschiedene, nur minimal eingreifende und dem jeweiligen Typ angepasste Techniken, die zu einem natürlich schönen Ergebnis führen, das eine schnelle Wundheilung verspricht und lange erhalten bleibt. „Ein sehr gutes Facelift erhält den individuellen Charakter des Gesichts und lässt es frisch und erholt erstrahlen“, so Prof. Hofmann.

**Klinik Rosengasse**  
Klinik für Plastische & Ästhetische Chirurgie

Rosengasse 19  
89073 Ulm

☎ Plastische Chirurgie  
(0731) 14 00 34 13

☎ Handchirurgie: (0731) 96 67 90

✉ info@klinik-rosengasse.de

www.klinik-rosengasse.de





# Mit Ultraschall gegen Krampfadern

Foto: AdobeStock

Krampfadern können sich an vielen Stellen des Körpers bilden. Meist geschieht dies jedoch an den unteren Extremitäten. „Anfangs verursachen Krampfadern kaum oder wenig Beschwerden“, erklärt Privatdozentin Dr. med. Emilia Stegemann, Leiterin der DEGUM-Sektion Vaskulärer Ultraschall. „Da diese Erkrankung jedoch nicht von allein abklingt und sich eher verschlimmert, sollte sie nicht auf die leichte Schulter genommen und nur als ästhetisches Problem abgetan werden“, mahnt die Chefarztin der Klinik für Allgemeine Innere Medizin und Angiologie der Agaplesion Diakonie Kliniken in Kassel.

## Nicht warten, bis Beschwerden auftreten

Die Gefäßmedizinerin rät Betroffenen daher, ihre Krampfadern schon vor dem Auftreten von Beschwerden von Venenspezialistinnen und -spezialisten kontrollieren zu lassen. Die Experten könnten abklären, in welchem Zustand sie sich befinden, wie

weit fortgeschritten sie sind und welche Therapie gegebenenfalls notwendig sei. Unbehandelt drohe eine chronische Veneninsuffizienz, die nicht nur die Lebensqualität einschränke, sondern auch gefährlich werden könne. Denn ein beeinträchtigter Abfluss des Blutes aus den Beinvenen und der damit einhergehende erhöhte venöse Blutdruck führe zu schmerzenden, gespannten Beinen, Flüssigkeitsansammlungen im Gewebe und Veränderungen der Haut. „Schlimmstenfalls entwickeln diese Patienten ein so genanntes ‘offenes Bein’, welches bei Superinfektion sogar zu einem Beinverlust führen kann“, gibt Stegemann zu Bedenken.

Erste Symptome für eine Varikose sind Schweregefühl, Schwellung, Juckreiz, Druckgefühl und manchmal Schmerzen nach längerem Stehen oder Sitzen. Eine ausführliche Diagnostik ist heutzutage einfach und dank moderner Bildgebungsverfahren auch schonend möglich. So kann man mit Ultraschall sowohl das oberflächliche als auch das tiefe Venensystem sichtbar

machen und den Venen- und Gefäßklappenzustand meist sehr genau bestimmen.

## Farbcodierte Duplexsonografie ist der Goldstandard

Laut aktuellen Leitlinien ist die farbcodierte Duplexsonografie, ein Ultraschallspezialverfahren, als erstes apparatives Untersuchungsverfahren anzuwenden. „Der Ultraschall hat in den vergangenen Jahren viele strahlenbelastenden Methoden in Diagnostik und Therapie abgelöst – so auch in der Varikose-Versorgung“, berichtet Stegemann. „Das Verfahren ist weder invasiv noch strahlenbelastend und kann beliebig wiederholt werden.“ Auch für die Verlaufskontrolle sei es inzwischen der Goldstandard.

Ultraschall wird auch für die Therapie der Krampfadern eingesetzt. So können zum Beispiel bei der ultraschall-überwachten Radiofrequenzablation, einem Verfahren, bei dem mit hochfrequentem Strom gezielt Gewebe verödet wird, definierte Bereiche der Beinvenen verschlossen werden.

# Spezialisten für Venenerkrankungen

Mit modernsten Therapieverfahren behandeln die Gefäßspezialisten Dr. med. Thomas Weiler, Dr. Matthias Tenholt und Dr. Philip Neugebauer vom Venenzentrum Pforzheim erfolgreich Krampfadern

Krampfadern, der Mediziner spricht auch von Varikosis, können als Volkskrankheit bezeichnet werden. Der Befund nimmt mit dem Lebensalter zu, insbesondere wenn Risikofaktoren, wie erbliche Vorbelastung, Übergewicht, Hormoneinwirkung und Bewegungsmangel hinzukommen. Bleibt die Varikosis über einen längeren Zeitraum unbehandelt, kann das tiefe Venensystem geschädigt werden und das Risiko für eine Venenthrombose steigt. Bei einer Verletzung der Haut im Bereich der gestauten Venen können Varizenblutungen auftreten. Ferner drohen bei fortgeschrittenen venösen Stauungen auch Hautveränderungen mit Pigmenteinlagerung bis hin zur Ulceration.

Es ist daher ratsam, bei Anzeichen von Krampfadern einen Facharzt bzw. eine Fachärztin aufzusuchen. Dr. Thomas Weiler, Dr. P. Neugebauer und Dr. M. Tenholt vom Venenzentrum Pforzheim sind u. a. besonders auf die Diagnostik und Behandlung von Krampfadern spezialisiert. „Typische Beschwerden bei der Varikosis sind ein Schwere- oder Spannungsgefühl in den Beinen, vor allem abends, nach längerem Stehen und Sitzen bzw. generell bei zu wenig Bewegung“, erklärt Philip Neugebauer. Zur Diagnostik setzen die Gefäßspezialisten

vor allem auf die Farbduplexsonografie (bildgebender Ultraschall). Mit dieser Methode lassen sich beliebige Schnittbilder des tiefen und oberflächlichen Venensystems erstellen und mit einer Untersuchung des Blutflusses kombinieren. Die für eine Varikosis typische pathologische Stauung des Blutes in den geschädigten Venenabschnitten lässt sich so sehr gut darstellen, zuordnen und einschätzen. Dr. Weiler betont: „Grundsätzlich ist immer eine äußerst exakte Diagnostik notwendig. Dies ist letztlich die Voraussetzung für ein medizinisch und kosmetisch erfolgreiches Behandlungsergebnis.“

Eine leichte oberflächliche Varikosis kann häufig mit einer Verödung behandelt werden. Ganz besonders Besenreiser lassen sich mit dieser Methode sehr gut entfernen. „Bei bereits ausgeprägter Stammvarikosis ist

meistens nur eine interventionelle Behandlung zu empfehlen. Wir im Venenzentrum Pforzheim setzen hier eine minimalinvasive Radial-Laser-Technik made in Germany ein. Dieses Verfahren ist ganz besonders schonend und narbenfrei. Gerade Patienten mit ausgeprägten Befunden profitieren davon enorm“, betont Matthias Tenholt.

Venenerkrankungen, fassen die drei Kollegen zusammen, seien heutzutage, entsprechende Erfahrung vorausgesetzt, sehr gut und mit dauerhaftem und vorhersagbarem Erfolg behandelbar. „Mit einer modernen, individuellen, auf einer exakten Diagnostik basierenden Therapie erreichen wir ein ästhetisch und medizinisch funktionell gutes Ergebnis“, so Dr. Weiler abschließend. „Besuchen Sie uns auf unserer Website. Hier haben wir Informationen für Sie zusammengestellt. Sprechen Sie uns an.“



Dr. M. Tenholt, Dr. T. Weiler, Dr. P. Neugebauer

## Venenzentrum Pforzheim

Wilhelm-Becker-Straße 11b  
75179 Pforzheim

☎ (07231) 15 44 66

✉ info@venenzentrum-pforzheim.de



[www.venenzentrum-pforzheim.de](http://www.venenzentrum-pforzheim.de)

## Unsere Schwerpunkte

- › Diagnostik
- › Besenreiser
- › Krampfadern
- › Tiefe und oberflächliche Thrombose

## Therapien

- › Besenreiserbehandlung
- › Krampfaderbehandlung (Radiallaser)
- › Thrombosebehandlung





Foto: AdobeStock

## Keine Orthesen, Bandagen und Co. ohne Fachberatung

Ende Juli haben sieben große Krankenkassen bekannt gegeben, mit vier Industriepartnern Verträge geschlossen zu haben, die es rund 34 Millionen Versicherten ermöglichen sollen, ihre Hilfsmittel-Verordnung beispielsweise für Bandagen oder Einlagen bequem digital einzulösen. Die beteiligten Kassen rechnen damit, dass die Versicherten die digitale Verordnung ab Anfang 2024 nutzen können.

Orthopäden und Unfallchirurgen haben nun darauf hingewiesen, dass Patienten auch in Zukunft die Beratung und Untersuchung durch orthopädische Fachkräfte benötigen würden, um das für sie bestmögliche orthopädische Hilfsmittel zu erhalten. Denn Bandagen, Orthesen oder Prothesen erfüllen ihre Bestimmung nur, wenn sie perfekt sitzen. Das haben die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie (DGOU) und der Berufsverband für Orthopädie und Unfallchirurgie (BVOU) in einer gemeinsamen Erklärung am 9. August betont. Die Gesellschaften sehen eine sichere Versorgung gefährdet, wenn Patienten ihr Rezept vom Arzt auf das Smartphone geschickt bekom-

men und dann – ohne Fachberatung, Ausmessen und Anprobieren – bei einem Hersteller online bestellen.

„Aus Sicht der Orthopäden und Unfallchirurgen ist bei Hilfsmitteln eine durch Fachexperten erforderliche individuelle Verordnung, Beratung, Anpassung und Kontrolle des Hilfsmittels zwingend erforderlich, um den Qualitätsstandard der Behandlung zu garantieren. Anderenfalls besteht ein hohes Risiko, dass teure Hilfsmittel ohne Erfolg zur Anwendung gebracht werden oder es gar zu Schäden bei den versorgten Patientinnen und Patienten kommen kann“, sagt DGOU-Präsident Prof. Dr. Maximilian Rudert. Auch BVOU-Präsident Dr. Burkhard Lembeck bemängelt die neue Regelung: „Es ist sehr wichtig, dass Fachpersonal sieht und beurteilt, was der Patient für einen Körperbau hat, wie die Haut beschaffen ist, wie beweglich er ist und ob es individuelle Besonderheiten gibt. Nur so können perfekt passende Hilfsmittel verordnet werden. Schlecht sitzende Kompressionsstrümpfe oder Bandagen kneifen, rutschen oder schneiden ein und werden dann nicht getragen. Das ist wenig hilfreich

und kann zur Verschlechterung führen.“ Im schlimmsten Falle könne es beim Vorhandensein von Krampfadern durch den Druck einer zu engen Kniebandage sogar zu einem venösen Gefäßverschluss am Unterschenkel kommen“, ergänzt Prof. Dr. Bernhard Gretemann, Chefarzt und Ärztlicher Direktor der Klinik Münsterland am Rehaklinikum Bad Rothenfelde.

Die Orthopäden und Unfallchirurgen fordern daher, dass Patienten und Patientinnen weiterhin von einem Arzt oder einer Ärztin sowie einem Orthopädie(schuh)techniker untersucht und zu orthopädischen Hilfsmitteln beraten werden. Denn Hilfsmittel müssten durch Fachpersonal individuell am Patienten ausgemessen, angepasst und anschließend kontrolliert werden. Zudem müsse die freie Wahl des Leistungsanbieters für den Patienten oder die Patientin weiterhin erhalten und transparent bleiben. Aufgrund der neuen Regelung bestehe die Gefahr, dass durch eigenständige Prozessdefinitionen und Patientenlenkungen über elektronische Verfahren das freie Wahlrecht der Versicherten unterlaufen werde.



## Aktiv gegen Arthrose

Ein gesunder Lebensstil und konservative Behandlungen können viel bewirken. Wenn sie nicht mehr helfen, haben orthopädischen Chirurgen in der BDH-Klinik Waldkirch Lösungen, die Lebensqualität zurückbringen.



BDH-Klinik Waldkirch Chirurgie und Innere Medizin



Arthrose ist die in Deutschland und auch weltweit die häufigste Gelenkerkrankung. Die typischen Abnutzungs- und Verschleißerscheinungen, die im fortgeschrittenen Stadium oft mit erheblichen Schmerzen und Bewegungseinschränkungen einhergehen, können an allen Gelenken auftreten, am häufigsten zeigen sie sich jedoch an Händen, Hüften und Knien. Heilen lässt sich Arthrose nicht, aber es gibt viele Möglichkeiten, ihr vorzubeugen, ihr Fortschreiten abzumildern und sie konservativ oder operativ zu behandeln.

Arthrose ist eine degenerative Gelenkerkrankung, die durch den Abbau von Knorpelgewebe verursacht wird. Ursachen dafür können Unfälle oder angeborene Fehlstellungen sein. In den meisten Fällen ist jedoch eine chronische Entzündung in Kombination mit einer ungesunden Lebensweise für den schleichenden Gelenkverschleiß verantwortlich. Doch dieser Prozess lässt sich verhindern bzw. sein Fortschreiten verlangsamen. So gilt es, Übergewicht zu vermeiden, denn zu viele Kilos belasten die Gelenke über Gebühr. Auf dem Speiseplan sollten kalorienarme Nahrungsmittel stehen, vor allem viel Gemüse und gesunde Pflanzenöle, weniger tierische Produkte.

Auch moderates Muskeltraining und regelmäßige Bewegung sind wichtig. Radfahren, Schwimmen und Dehnungsübungen sind Aktivitäten, die die Gelenke flexibel und stark halten, ohne sie zu überlasten.

Ist die Arthrose weiter fortgeschritten, können die orthopädischen Chirurgen der BDH-Klinik Waldkirch helfen. Zum Beispiel mit einer operativen Umstellungsosteotomie. Sie ist eine Option, wenn ein Gelenk aufgrund einer verschobenen Beinachse permanent einseitig belastet wird und in der Folge mehr und mehr Knorpel zurückgeht. Knorpelschäden im Knie können die Spezialisten auch mit einer Mikrofrakturierung beseitigen. Das minimalinvasive arthroskopische Verfahren zielt darauf ab, im Gelenk die Bildung von Knorpelersatzgewebe anzuregen.

### Zertifiziertes Endoprothetikzentrum

Kommen diese und weitere Methoden nicht (mehr) infrage und besteht bei entsprechenden Beschwerden und fortgeschrittener Arthrose die Indikation zur Implantation einer Endoprothese, ist die idyllisch im Südschwarzwald gelegenen Klinik der

ideale Ort dafür: Die Abteilung für Unfallchirurgie und Orthopädie ist seit 2015 ein zertifiziertes Endoprothetikzentrum. Hüftendoprothesen implantieren die fünf erfahrenen Hauptoperateure in der Regel mittels der innovativen AMIS-Technik über einen vorderen Zugang. Dieses minimalinvasive Verfahren erfordert nur kleine Schnitte und schont Muskeln und Sehnen. Zudem behandeln die Chirurgen Frakturen, die in der Nähe eines künstlichen Gelenks auftreten können. In der Knieendoprothetik hängt die Art des Eingriffs u. a. von der Ausprägung der Arthrose ab. Ist sie lokal begrenzt, kommt ein Teilgelenkersatz in Form einer medialen Schlittenprothese infrage, ansonsten eine knochensparende Implantation einer Totalendoprothese mittels Computernavigation oder der individuellen Anfertigung von Schnittblöcken. Dabei können zudem Bandinstabilitäten ausgeglichen, Beinachsen korrigiert und prothesennahe Frakturen versorgt werden.

Alle Operationen im EPZ zielen auf eine schnelle Mobilisierung und Genesung der Patientinnen und Patienten ab. Deshalb wird eine Implantation stets so organisiert und durchgeführt, dass der Blutverlust minimiert ist und nur wenig Schmerzmittel verabreicht werden müssen. Chefärztin Dr. med. Bettina Götze: „Im Fall eines minimalinvasiven Eingriffs machen unsere Patienten meist schon einige Stunden nach der OP erste Gehübungen – und nach ein paar Tagen können sie die Klinik verlassen, wenn sie sicher in der Mobilisation sind.“

### BDH-Klinik Waldkirch gGmbH

Heitere Weg 10  
79183 Waldkirch

☎ (07 681) 208-0

[www.bdh-klinik-waldkirch.de](http://www.bdh-klinik-waldkirch.de)







Foto: AdobeStock

## Fibromyalgie: Neuer Praxisleitfaden für Patienten und Ärzte

Die Fibromyalgie gehört mit einer Prävalenz von 1,4 bis 6,6 Prozent der Gesamtbevölkerung zu den häufigen Schmerzerkrankungen. Betroffene leiden über einen langen Zeitraum an chronischen Schmerzen in verschiedenen Körperregionen, oft in den Gelenken, den Muskeln und der Haut. Auf der Suche nach den Ursachen konsultieren sie zahlreiche Ärzte, ohne dass eine Diagnose gestellt wird. Laut einer aktuellen Analyse aus dem „PraxisRegister Schmerz“ der Deutsche Gesellschaft für Schmerzmedizin (DGS) dauert es durchschnittlich 16 Jahre, bis die Diagnose Fibromyalgie gestellt wird.

Bereits 2016 hat das American College of Rheumatology (ACR) diagnostische Kriterien definiert, anhand derer die Fibromyalgie phänomenologisch eindeutig klassifiziert werden kann. Dazu gehören Schmerzen in mindestens vier von fünf Körperregionen (rechts oben, links oben, rechts unten, links unten, axial). Viele Fibromyalgie-Patienten leiden außerdem unter Abgeschlagen-

heit, verminderter Leistungsfähigkeit und seelischen Belastungen. Hinzu kommen ausgeprägte Schlafstörungen mit häufigem Aufwachen und daraus folgender Tagesmüdigkeit.

### DGS-Praxisleitfaden fasst Diagnosekriterien zusammen

Die DGS hat einen Praxisleitfaden entwickelt, mit dem sich die wichtigsten Diagnosekriterien in kurzer Zeit erfassen lassen. Ziel ist eine schnellere und leichtere Diagnosestellung. Der Leitfaden richtet sich an Patienten mit Ganzkörperschmerzen und dem Verdacht auf Fibromyalgie sowie an deren behandelnde Ärzte. „Patienten können den Leitfaden nutzen, um sich auf das Gespräch mit dem Arzt vorzubereiten, indem sie vorab den Kriterienkatalog für eine Bestandsaufnahme der eigenen Symptome nutzen“, sagt PD Dr. Michael A. Überall, Autor des

Praxisleitfadens und Vizepräsident der DGS. „So können sie ihren Ärzten helfen, auf die richtige Spur zu kommen, die Diagnose zu stellen und danach adäquate therapeutische Maßnahmen einzuleiten.“

Darüber hinaus soll der Praxisleitfaden dazu beitragen, Vorurteile abzubauen. Denn oft heißt es, es gebe keine Fibromyalgie oder hinter den Symptomen verberge sich in Wahrheit eine Neuropathie oder eine Depression. „Eine Depression kann zwar begleitend auftreten, die Fibromyalgie ist aber eine eigenständige, phänomenologisch definierte Erkrankung mit hoher Krankheitslast“, so Überall. Als Ursache wird eine Störung der körpereigenen Schmerz-Kontrollsysteme angenommen, die dazu führt, dass z. B. ein leichter Druck als Schmerz wahrgenommen und verarbeitet wird.

Download des Praxisleitfadens Fibromyalgie auf [www.dgschmerzmedizin.de](http://www.dgschmerzmedizin.de) unter „Vorsorge“.

## Schmerzfrei ohne OP und Medikamente

Die Ursachen von Bandscheibenvorfällen und Arthrose im Fokus: Mit gezieltem Muskeltraining bringt die Packi Klinik ihre Patienten wieder in eine beschwerdefreie Bewegung

„Schmerzen im Hüftgelenk haben ihre Ursache nicht im Gelenk, sondern, wie beim Knie auch, in der Führungsmuskulatur des Gelenkes. Wegen der Schmerzen wird das Gelenk nicht bewegt. Der Mangel an Bewegung verursacht die Arthrose. Nicht die Arthrose macht den Schmerz, sondern der Schmerz führt zur Arthrose! Die Korrektur entsprechender Muskeln führt zur Schmerzfreiheit. Anschließend muss obligatorisch der Beweglichkeitsaufbau zustandekommen, damit die Arthrose sich wieder zurückbildet. Die Mühe lohnt auf jeden Fall, denn dadurch wird das künstliche Gelenk vermieden.“

Das Zitat stammt aus einer Abhandlung von Walter Packi (1951 - 2021). Damit beschrieb der Gründer der Packi Klinik in Bad Krozingen einen zentralen Aspekt der von ihm entwickelten Biokinematik. Sie ist die Grundlage einer Schmerztherapie, die mit bemerkenswerten Ergebnissen vor allem bei Arthrose und Rückenschmerzen angewendet wird. „Die meisten unserer Patienten haben entweder seit Jahren chronische Schmerzen, die keine herkömmliche Therapie lindern konnte, oder ihnen steht eine Operation bevor, die sie lieber vermeiden möchten – etwa die Implantation eines künstlichen Hüft- oder Kniegelenks“, sagt Wolfgang Packi, Sohn von Walter Packi und Geschäftsführer der Privatklinik am Rande des Schwarzwaldes. Weiter häufige Diagnosen seien Bandscheibenvorfall, Migräne und Tennisellbogen.

Die Biokinematik beruht auf der Erkenntnis, dass chronische Schmerzen durch krankhafte Veränderungen des Bewegungsapparates entstehen. Regelmäßige einseitige Belastungen führen demnach dazu, dass Muskeln nicht mehr richtig zusammenarbeiten, etwa weil einer verkürzt ist. „Bei Menschen, die viel sitzen, verkürzt die Bauchmuskulatur, was wiederum die Bandscheibe belastet und zu einem Bandscheibenvorfall führen kann“, erklärt Wolf-



gang Packi. Auch die Arthrose habe ihren Ursprung in Funktionsstörungen der Muskulatur, ergänzt Claus Becker, Medizinischer Leiter der Packi Klinik. Knorpel habe die Aufgabe, Reibung zwischen Gelenken zu vermindern. Eine eingeschränkte muskuläre Beweglichkeit führe dazu, dass der Knorpel nicht mehr ausreichend ernährt wird und sich abbaut. „Das Entscheidende ist, dass der Schmerz nicht im Knorpel entsteht, sondern durch eine Bewegungsstörung der Muskulatur“, so Becker.

Die Behandlungen in der Packi Klinik zielen daher darauf ab, diese muskulären Funktionsstörungen ohne chirurgische Eingriffe zu beheben. Wolfgang Packi: „Für jede Patientin und jeden Patienten erstellen wir nach einer ausführlichen Anamnese einen individuellen Behandlungsplan. Durch spezielle physiotherapeutische Übungen verbessern wir die Beweglichkeit der Muskulatur lösen damit die Beschwerden auf. Anschließend kann sich das Gelenk wieder normal bewegen, Schmerzen verschwinden. Vergleichbares gilt für einen Bandscheibenvorfall: Die Biokinematik korrigiert die eigentliche Ursache – die funktionsgestörte Muskulatur.. Damit verschwindet auch der Schmerz. Hinzu kommt: Die Funktion

der Wirbelsäule, die nach einer operativen Bandscheibenentfernung lebenslang eingeschränkt wäre, bleibt erhalten.“ Die Patienten sollten die in der Klinik gelernten Übungen später auch zu Hause ausführen, um langfristig schmerzfrei zu bleiben, ergänzt der Geschäftsführer.

Noch fehlen zwar aussagekräftige Studien zur Packi-Therapie, doch deren Erfolge lassen kaum daran zweifeln, dass sie in vielen Fällen die deutlich kostenintensivere OP überflüssig macht. Zudem sei sie effektiver, betont Wolfgang Packi: „Ein chirurgischer Eingriff beseitigt mit Glück die Symptome, mehr meist aber nicht. Nach einer gewissen Zeit muss dann oft erneut operiert werden, was den Körper noch stärker belastet. All das fällt bei unserer Therapie weg. Sie wirkt dauerhaft schmerzlindernd oder gar -befreiend.“

### Packi Klinik

Herbert-Hellmann-Allee 29-31  
79189 Bad Krozingen (bei Freiburg)

☎ (0 76 33) 9 33 21-0  
✉ [info@packi-klinik.de](mailto:info@packi-klinik.de)

[www.packi-klinik.de](http://www.packi-klinik.de)







Das Mikro-Ultraschallgerät ExactVu im Einsatz an der Universitätsmedizin Magdeburg. Foto: Sarah Kossmann

## Prostatakrebs: Früherkennung mit Mikro-Ultraschall

Prostatakarzinom ist die häufigste Krebserkrankung des Mannes in Deutschland. Laut Robert-Koch-Institut erkranken pro Jahr bundesweit fast 70.000 Männer neu an dieser Krebsform. Wird das Karzinom früh erkannt, kann das die Heilungschancen verbessern und das Risiko für Metastasen senken. Im Rahmen der Vorsorge und bei Verdacht auf Prostatakrebs kommt der PSA-Test zum Einsatz. Ein erhöhter PSA-Wert kann einen frühzeitigen Hinweis auf Prostatakrebs geben, aber auch andere Ursachen haben. „Die herkömmliche PSA-Blutwertbestimmung reicht für die Prostatakrebsfrüherkennung nicht mehr aus. Um möglichst genau sagen zu können, ob eine aggressive Prostatakrebskrankung vorliegt, nutzen wir moderne bildgebende Verfahren, um den Krebs sichtbar zu machen“, erklärt Prof. Dr. med. Martin Schostak, Direktor der Universitätsklinik

für Urologie, Uro-Onkologie, robotergestützte und fokale Therapie Magdeburg. Jetzt sucht man nach neuen Wegen, um die Früherkennung weiter zu optimieren. So ist die Uniklinik unter der Leitung von Prof. Schostak an einer weltweiten klinischen Studie mit 1200 Betroffenen beteiligt. Sie untersucht die Effektivität eines innovativen Mikro-Ultraschallgerätes zur Diagnose von Prostatakarzinomen und vergleicht sie mit der MRT-basierten Standardmethode. Ausgangslage ist die Hypothese, dass das neuartige System in kürzerer Zeit eine genauere Unterscheidung zwischen gut- und bösartigem Gewebe treffen kann. Trifft dies zu, würden besonders Männer ab 50 Jahren, die sich in der Prostatakrebs-Vorsorge befinden, von der Entwicklung profitieren. Im Fokus der Studie, die an 13 nationalen und internationalen Kliniken durchgeführt wird, steht eine neue Bildgebungsmetho-

de, die ein Mikro-Ultraschallgerät mit 29 MHz ermöglicht. In Magdeburg ist man von der Innovation bereits jetzt überzeugt: „Das System arbeitet mit einer dreifachen Auflösung im Vergleich zu herkömmlichen Geräten“, erläutert Prof. Schostak. Damit sei man in der Lage, in kürzerer Zeit auch kleinste Veränderungen in der Prostata zu erkennen und eine genauere Diagnose zu stellen. Das Gerät helfe dabei, überflüssige Biopsien zu vermeiden und gleichzeitig eine äußerst präzise Diagnose zu erstellen. „Besonders im Kontext einer sogenannten fokalen Therapie spielt dies eine entscheidende Rolle und verbessert die Patientenversorgung erheblich“, so der Urologe.

Im Rahmen der Studie wird die Effektivität dieses Verfahrens im Vergleich zur MRT-basierten Standardmethode evaluiert.

## Krebsmedizin bei den SLK-Kliniken – modern, interdisziplinär, individuell

Warum Krebspatienten im Tumorzentrum Heilbronn-Franken höhere Überlebenschancen haben

Das 2022 veröffentlichte Ergebnis der vom Innovationsfond-Projekt „Wirksamkeit der Versorgung in onkologischen Zentren“ (WiZen) initiierten Studie war eindeutig und bestätigte eine schon länger von Experten aufgestellte Hypothese: Wenn Krebspatienten in zertifizierten onkologischen Zentren behandelt werden, erhöht das ihre Überlebenschance. Das gilt in besonderer Weise für das Tumorzentrum Heilbronn-Franken: Die medizinische Einrichtung, angesiedelt am Heilbronner SLK-Klinikum, wird seit 2010 jährlich von der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) als Onkologisches Zentrum zertifiziert. Mit ihren elf ebenfalls zertifizierten Organkrebszentren gehört sie zu den bundesweit größten und modernsten interdisziplinären onkologischen Einrichtungen in kommunaler Trägerschaft. „Patienten und Patientinnen, die in einem zertifizierten Onkologischen Zentrum behandelt werden, müssen die Gewissheit haben, dass man sie dort medizinisch und menschlich auf höchstem Niveau versorgt und sich um alle Prozesse kümmert, die sie durchlaufen“, sagt Prof. Dr. med. Dr. h.c. Uwe Martens. Der Direktor der Klinik für Innere Medizin III mit den Schwerpunkten Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin am SLK-Klinikum ist Vorstandsmitglied und Sprecher des Tumorzentrum Heilbronn-Franken. Dessen zentrales Anliegen sei es, internationale „Spitzenmedizin mit Herz“ zu bieten und diese den Menschen in der Region Heilbronn wohnortnah zukommen zu lassen, mit höchster Präzision und personalisiert, also ganz auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnitten, betont Prof. Martens. Eine immer wichtigere Rolle für die individuelle Behandlung von Krebserkrankungen spielen die Ergebnisse der rasant fortschreitenden medizinischen Forschung. Das gilt vor allem für die molekulare Diagnostik: Neue Hightech-Verfahren,

die wertvolle Informationen über die Erbsubstanz eines Tumors liefern, ermöglichen es den Spezialisten des Tumorzentrum, die singulären Eigenschaften der Krebserkrankung eines Patienten bis ins kleinste Detail zu analysieren und auf dieser Basis eine maßgeschneiderte Therapie zu entwickeln. Zunehmend an Bedeutung gewinnen dabei internationale Datenbanken, in denen die Informationen zu Krebspatienten und ihren Behandlungen gesammelt und mit den Resultaten von Genanalysen kombiniert werden, um Zusammenhänge zwischen Mutationen und den Tumorcharakteristika zu ermitteln. So ist das Tumorzentrum Heilbronn-Franken am weltweiten Register WAYFIND-R mitbeteiligt, das eine globale Wissensgenerierung für die Anwendung zielgerichteter Krebstherapien verfolgt. Die Daten des Registers sind ein Element, das in die Vielzahl interdisziplinären Tumorkonferenzen einfließt, die die Heilbronner Krebspezialisten wöchentlich veranstalten, um für jeden Patienten und jede Patientin eine individuelle Therapie festzulegen. Bei komplexen Fällen kann zudem die klinische Forschungstätigkeit des bestens vernetzten Tumorzentrum zum Tragen kommen – insbesondere auch die Teilnahme an internationalen Studien der Phasen I, II und III. Prof. Martens: „Derzeit können Patienten nach erfolgter Darmkrebs-Operation und erhöhtem Rückfallrisiko an einer internationalen Studie teilnehmen, bei der die Wirksamkeit einer mRNA Vakzine getestet wird. Basierend auf der DNA ihres jeweiligen Tumors wird für sie ein hochpersonalisierter Krebsimpfstoff entwickelt, ein einzigartiges Vakzin also, das nur bei einem Menschen wirken kann.“ Neben der personalisierten Medizin haben die roboterassistierte Chirurgie, Methoden der Präzisionsbestrahlung sowie auch die interventionelle Radiologie einen hohen Stellenwert im Tumorzentrum Heilbronn-Franken der SLK-Kliniken. Per

Mikrowellenablation zerstören die Radiologen schonend Metastasen der Leber oder anderen Organen. „Diese minimalinvasive Therapie erweist sich vor allem in Kombination mit einer Systemtherapie immer öfter als sehr wirksam und wird daher mittlerweile von Patientinnen und Patienten aus ganz Deutschland in Anspruch genommen“, so Prof. Martens.



Prof. Philippe Pereira (Interventionelle Radiologie) und Prof. Martens (Präzisionsonkologie) kombinieren minimalinvasive Tumorthérapien mit modernen Systemtherapien.

Foto: SLK-Kliniken Heilbronn GmbH

**SLK-Kliniken Heilbronn GmbH**  
 Klinikum am Gesundbrunnen  
 Tumorzentrum Heilbronn-Franken  
 Am Gesundbrunnen 20-26  
 74078 Heilbronn  
 ☎ 0 71 31-49-28 810  
 ✉ tumorzentrum@slk-kliniken.de  
 www.slk-kliniken.de





RBK Lungenzentrum Stuttgart

# Spitzenmedizin bringt neue Chancen für Lungenkranke


 weil  
atmen  
leben  
ist

Neueste Forschungsergebnisse bieten Patienten einen entscheidenden Behandlungsvorteil bei Lungenerkrankungen. Das RBK Lungenzentrum Stuttgart am Robert-Bosch-Krankenhaus (RBK) ist das einzige nicht-universitäre Lungenzentrum in Baden-Württemberg, an dem Spitzenmedizin und -forschung kombiniert betrieben werden.

Text: Manuela Feyder



Das große, interdisziplinäre Spitzenteam des RBK Lungenzentrums Stuttgart: Mehr als 80 Ärzte arbeiten mit spezialisierten Therapeuten und Pflegepersonen unter einem Dach  
Foto: RBK/Kathrin Gnalla

Immer wieder hatte Markus S. (Name geändert) sich über trockenen Husten geärgert, der anhielt. Als seine Stimme häufig versagte und sich heiser anhörte, ging Markus S. zum Arzt. Der verschrieb ein Antibiotikum. Als nach vier Wochen keine Besserung eintrat, überwies der Hausarzt den 52-Jährigen zum Facharzt für Pneumologie ins Robert-Bosch-Krankenhaus (RBK). Dort traf die Diagnose Markus S. wie ein Schlag: Lungenkrebs.

## Häufigste Krebstodesursache in Deutschland

Lungenkrebs ist die häufigste Krebstodesursache in Deutschland. Die Früherkennung ist schwierig, da sich typische Symptome erst spät zeigen oder anderen Krankheiten zugeordnet werden. Daher ist die rasche Diagnostik bei erfahrenen Pneumologen und die zeitnahe Therapie bei spezialisierten Onkologen entschei-

dend. Im RBK Lungenzentrum Stuttgart arbeiten mehr als 80 Ärzte aus den Fachreichen Pneumologie und Beatmungsmedizin, Onkologie und Palliativmedizin sowie Thoraxchirurgie eng zusammen. Auch mit den anderen Abteilungen, die für den Behandlungserfolg entscheidend sind, wie der Radiologie. „Unsere Lungenfachklinik ist spezialisiert auf die Behandlung von Menschen mit Erkrankungen der Atmungsorgane“, sagt Prof. Claus Neurohr,



Zertifiziertes Weaningzentrum  
Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin e.V.



Comprehensive Cancer Center  
Tübingen - Stuttgart



nNGM Nationales Netzwerk Genomische Medizin Lungenkrebs



Foto: RBK/Dominik Oberreis

RBK, „wir verfügen über eine langjährige Expertise in der minimal-invasiven Thoraxchirurgie und wenden auch die Single-Port-Technik an: Es reicht ein einziger, kleiner Schnitt von drei bis vier Zentimeter seitlich am Brustkorb, um den Lungenlappen zu entfernen.“ Nur wenige Kliniken bieten diese „uniportale Chirurgie“ bei Lungenkrebs an.

## Spitzenforschung zum Wohle des Patienten

Alle Patienten im RBK Lungenzentrum Stuttgart profitieren von den neuesten Forschungserkenntnissen. Ein wertvoller Vorzug, den Patienten ansonsten nur in Universitätskliniken erhalten. Bundesweit einmalig ist die eigene, präklinische Forschung am Bosch Health Campus und die universitäre Anbindung an das Tumorzentrum Comprehensive Cancer Center (CCC) Tübingen-Stuttgart. „Unsere Patienten können an klinischen Studien zu modernen Behandlungsverfahren und Wirkstoffen teilnehmen“, sagt Prof. Hans-Georg Kopp, Chefarzt der Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin am RBK, „die daraus gewonnenen Erkenntnisse fließen unmittelbar in die Versorgung ein.“ Als Partner im Nationalen Centrum für Tumorerkrankungen (NCT) Südwest ist das RBK ein Schlüsselstandort für Innovationen in der Krebsforschung.

Von dieser Spitzenmedizin und -forschung profitierte auch Markus S. – er brauchte keine anschließende Chemotherapie, sondern konnte mit einer molekular zielgerichteten Tablettentherapie behandelt werden.

## Kurze Wege, neueste Technik und exzellente Ärzte

Für Markus S. ein entscheidender Vorteil: Die kurzen Wege, die enge Abstimmung der Ärzte untereinander und ihre langjährige Erfahrung ermöglichen in kurzer Zeit die Diagnose und den Termin im RBK in einem der modernsten CT-Geräte Deutschlands. Gemeinsam finden die Spezialisten aus den relevanten Fachgebieten die beste Therapieform für sein nicht-kleinzelliges Lungenkarzinom: eine minimal-invasive Operation in einem der modernsten OP-Säle. „Viele Operationen finden heute in einer schonenden Schlüssellochtechnik statt“, erklärt Priv.-Doz. Dr. Gerhard Preissler, Chefarzt der Thoraxchirurgie am



Foto: Carina Killeher



Foto: RBK/Christoph Schmitz


 RBK LUNGEN ZENTRUM STUTTGART

Robert-Bosch-Krankenhaus

## Ausgezeichnete Therapie von Lungenkrebs

Lungenkrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen in Deutschland. Betroffene behandelt das Lungenzentrum des Robert-Bosch Krankenhauses (RBK) in Stuttgart fachübergreifend im spezialisierten Lungenkrebszentrum, zertifiziert durch die Deutsche Krebsgesellschaft e.V..

Zudem ist das RBK Lungenzentrum Stuttgart Partner im nationalen Netzwerk Genomische Medizin (nNGM) Lungenkrebs. Über das bundesweite Netzwerk erhalten Lungenkrebskranke Zugang zu molekularer Diagnostik und innovativen Therapien.

## RBK Lungenzentrum Stuttgart

Auerbachstraße 110  
70376 Stuttgart

☎ 07 11 - 81 01 72 55

☎ 07 11 - 81 01 71 80

✉ ambulanzen-lunge@rbk.de

www.rbk.de



Qualitätsmanagement  
DGTS  
ISO 9001:2015



DKG  
KREBSGESELLSCHAFT  
Zertifiziertes Lungenkrebs Zentrum

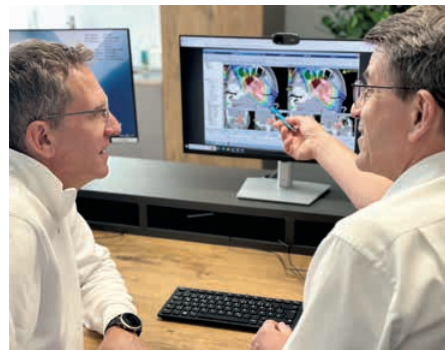

 MUKO.zert  
Zertifikat Plus



## Erfolgreiche Strahlentherapeuten an neuem Standort


 Strahlentherapie Sindelfingen

Hightech mit Herz in Sindelfingen: Als Teil des RadioOnkologieNetzwerk bietet das Fachärzteteam Volk, Dr. Brandes und Dr. Stadler seine bewährten medizinischen Leistungen und noch mehr an



Bereits seit 2008 betreiben Alexander Volk, Dr.med. Angelika Brandes und Dr. med. Peter Stadler gemeinsam eine Praxis für Strahlentherapie – bis vor einigen Monaten in der Bunsenstrasse in Böblingen. Im Lauf der Jahre etablierte sich das eingespielte Team als geschätzter Hauptbehandlungspartner aller zertifizierten Tumor- und Organzentren des Klinikverbands Südwest sowie des Onkologischen Zentrums Böblingen/Sindelfingen. Es sind vor allem die regelmäßigen Tumorkonferenzen, die die enge Zusammenarbeit mit den onkologisch tätigen Kollegen und Kolleginnen in den Kliniken und Arztpraxen auszeichnen: Gemeinsam werden komplexe Therapiekonzepte für die Patienten besprochen und interdisziplinär festgelegt. Daran hat sich auch im letzten Sommer nichts geändert, als sich die drei Strahlentherapeuten dem RadioOnkologieNetzwerk (RON) angeschlossen haben und mit ihrem gesamten Praxisteam von Medizinphysik-Expertinnen und Therapieassistentinnen in die Kolumbusstraße 2 in Sindelfingen umgezogen sind.

„Hightech mit Herz zu bieten ist der Anspruch von RON, dem wachsenden bundesweiten Verbund von strahlentherapeutischen, radiologischen und onkologischen Praxen. Somit passen wir sehr gut zusammen, denn genau das entspricht unserer Philosophie, nach der wir seit Jahren unsere

Patienten und Patientinnen behandeln“, sagt Alexander Volk. Die Räumlichkeiten am neuen Standort böten ideale Voraussetzungen, um das bewährte Versorgungskonzept in diesem Sinne weiter zu verfeinern und auszubauen. „Was den Hightech-Aspekt betrifft: Wir haben jetzt einen innovativen Computertomografen von Siemens sowie die neueste Generation unseres bewährten Linearbeschleunigers Truebeam von Varian und können unseren Patienten auch die oberflächengeführte Strahlentherapie, kurz SGRT, anbieten“, berichtet Dr. med. Peter Stadler. Bei der SGRT kommt ein 3D-Oberflächen-Scansystem zum Einsatz: Mithilfe der Stereovisionstechnik wird die exakte Positionierung des Patienten festgelegt und während der Bestrahlung überwacht. Bewegt sich der Patient, stoppt die Maschine sofort. „Mit der neuen Technik gehören die von vielen Patienten als unangenehm empfundenen Hautmarkierungen und Pflaster der Vergangenheit an.“ ergänzt A. Volk.

### Gute Erreichbarkeit, viele Parkplätze, barrierefreier Zugang

Ein großer Vorteil des neuen Standorts an der Kolumbusstraße in Sindelfingen ist die gute Erreichbarkeit. Parkplätze für Privatautos und Taxen sind ausreichend vorhanden, der Zugang zur Praxis ist barrierefrei

und auch für Rollstuhlfahrer oder Patienten, die liegend transportiert werden, problemlos zu bewältigen. Der Komfort setzt sich im Inneren der komplett neu gestalteten Praxis fort. „Wir haben deutlich mehr Platz und für unsere Patienten und Patienten ein modernes, freundliches Ambiente geschaffen“, erzählt Volk. „Auch unserer Mitarbeiterinnen fühlen sich hier wohl“, fügt Dr. Stadler hinzu. „Alle sind sehr froh darüber, den Schritt in die Kolumbusstraße mit uns gemacht zu haben.“

Patienten und Patientinnen mit onkologischen Erkrankungen bekommen in der Strahlentherapie Sindelfingen innerhalb weniger Tage einen Termin zu einem ausführlichen Aufklärungsgespräch sowie im Anschluss auch für die weiteren Planungsschritte. Und auch sonst dauert es nur wenigen Minuten, bis ihre Therapiesitzung beginnt, nennenswerte Wartezeiten gibt es praktisch nicht.

Neben Tumoren und Metastasen werden in der Praxis auch gutartige Erkrankungen behandelt, etwa chronisch-arthrotische Beschwerden des Bewegungsapparates. Dr. Brandes: „Diese Patienten müssen etwas länger auf einen Termin warten, aber das lohnt sich: Mit der modernen Strahlentherapie lassen sich Schmerzen etwa bei Arthrosen, Fersensporn oder dem Golfer-Ellelbogen häufig sehr effektiv lindern – und das mit niedriger Dosierung und praktisch ohne Nebenwirkungen.“

### Strahlentherapie Sindelfingen

Strahlentherapie Sindelfingen

Kolumbusstraße 2  
71063 Sindelfingen

☎ (07031) 70 20 300

✉ info@strahlentherapie-sindelfingen.de

www.strahlentherapie-sindelfingen.de



## Die innere Ruhe finden – und bewahren



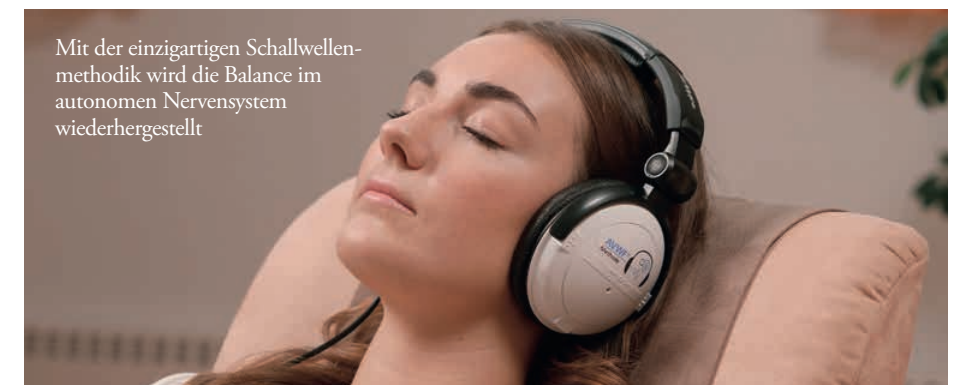
In Christina Lesers Gesundheitszentrum Casa Medica in Elztal lernen die Hausgäste, einem Burn-out vorzubeugen und Stress wirkungsvoll zu managen

Links: Christina Leser, Eigentümerin der Casa Medica und Mental Health Trainerin, hat ein ganzheitliches Konzept für erschöpfte und gestresste Menschen entwickelt, das auch zahlreichen Top-Managern schon nachhaltig geholfen hat. Es sind aber nicht nur die Hausgäste des Gesundheitszentrums, die von den Anwendungen und der Wissensvermittlung profitieren: Als Speaker und Coach trägt Christina Leser ihr wertvolles Know-how auch mobil in Unternehmen – und das in einer verständlichen und humorvollen Weise, die die Menschen mitnimmt und begeistert.

„Es war Zeit, die Notbremse zu ziehen, um nicht ins Burn-out zu rauschen. Die Casa Medica war für mich die schnellste und effektivste Möglichkeit, meine Akkus nachhaltig wieder aufzuladen“, sagt die Unternehmerin Maraike Höhl. „Mein Werkzeug, das ich täglich im Einsatz habe, ist das Box-Breathing – eine wunderbare Methode, sich täglich zu regulieren, um nachhaltig Erfolg zu haben“, berichtet Kai Malcher, Vorstand der Raiffeisenbank Elztal. Andere Gäste der Casa Medica erzählen, dass sie seit ihrem Aufenthalt besser schlafen würden, mit Zeitdruck und Stresssituationen besser umgehen könnten und insgesamt gelassener seien. Wenn so viele Menschen von einem Gesundheitszentrum schwärmen und die nachhaltigen Erfolge der Anwendungen loben, dann sollte man einmal näher hinschauen. Dabei fällt auf, dass von einer klassischen Wellness-Oase hier keine Rede sein kann. In der Casa Medica wird der Gast ganz bewusst auf das Wesentliche reduziert und ein echter System-Reset vollzogen. Es gibt beispielsweise keine Fernsehgeräte in den Gästezimmern, keinen Alkohol und auch keinen Kaffee. Die Gäste dürfen sich also bewusst darauf einlassen, dann sind erstaunliche Ergebnisse möglich.

### Einzigartige Quellwasser-Dauerbrause

Die äußeren Bedingungen könnten also für eine Auszeit, die dem Stressabbau und der Burnout-Prävention dient, nicht idealer sein. Der Aufenthalt in der für ihre herzliche Gastlichkeit bekannten Casa Medica und die dort angebotenen Anwendungen stehen dem in nichts nach. Hoch geschätzt von den vielen Stammkunden wird die Quellwasser-



Mit der einzigartigen Schallwellenmethodik wird die Balance im autonomen Nervensystem wiederhergestellt

Dauerbrause. Die exklusive Brausekur führt nicht nur zu einer tiefen und wohltuenden Entspannung, sondern verwöhnt zusätzlich mit einer zarten Massage, die den Lymphfluss anregt, den Kreislauf trainiert und die Entgiftung des Körpers fördert. Die Dauerbrause ist ein Geschenk der Natur, das schon Tausende von Gästen als besonders gesundheitsfördernd erlebt haben. Weitere sehr effektive Anwendungen sind u. a. das RedHot Regenerationstraining und die einzigartige Schallwellenmethodik. Zwischen den Anwendungen können die Hausgäste im lichtdurchfluteten Badebereich mit 28 Grad warmen Schwimmbecken, Sauna und Dampfbad, in der Salzgrotte oder auch im Garten verweilen und zur inneren Ruhe kommen.

### Ganzheitliches Konzept kombiniert Medical Wellness, Bio-Ernährung und Coaching

Eingebettet sind die Anwendungen in ein ganzheitliches Konzept, das Christina Leser entwickelt und seit Jahren erfolgreich praktiziert. Da Wissen und Verstehen eine wichtige Grundlage für dauerhafte Verhal-

tenänderung darstellt, werden im Mental Health Training die Grundlagen auf eine gut verständliche, humorvolle und begeisternde Art vermittelt. Dazu wird ein Werkzeugkoffer erarbeitet, der ein nachhaltiges Verbleiben im entspannten und gelassenen Zustand ermöglicht. Das Konzept kombiniert die gesundheitsfördernden Anwendungen in der Casa Medica mit einer schmackhaften, das Immunsystem stimulierenden veganen Bio-Heilnahrung, wertvoller Wissensvermittlung und auf Wunsch auch individuellem systemischen Coaching.



Casa Medica  
GESUNDHEITZENTRUM DANTER-QUELLE  
CHRISTINA LESER



Casa Medica  
Gesundheitszentrum Danter-Quelle  
Christina Leser  
Obere Augartenstr. 36  
74834 Elztal  
☎ Tel.: (062 61) 8 00 00  
✉ kontakt@casamedica.de  
www.casamedica.de



# Narzissmus beeinflusst eine Psychotherapie

*Narziss (Gemälde von Caravaggio, 16. Jh.) verliebte sich in sein Spiegelbild. Narzisstische Wesenszüge können sich negativ auf Psychotherapie auswirken, zeigt eine aktuelle Studie aus Jena und Münster*

Narzisstische Persönlichkeitszüge hängen mit einem schlechteren Ansprechen auf psychotherapeutische Behandlung zusammen. Das zeigte eine deutschlandweite Studie mit über 2000 Patientinnen und Patienten aus stationärer und ambulanter Psychotherapie. Das kürzlich im Fachjournal *The Lancet Psychiatry* veröffentlichte Ergebnis kann zu einer weiteren Individualisierung der Psychotherapie beitragen.

Wer sich für einen besonders großartigen Menschen hält und ein ausgeprägtes Anspruchsdenken hat, wird nach der Figur aus der griechischen Mythologie als Narziss bezeichnet. Wenn das Bedürfnis nach Bewunderung überhandnimmt und die Selbstüberhöhung in deutliche Rivalität mündet, spricht die Psychologie von einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung.

In einer deutschlandweiten Studie mit über 2000 Patientinnen und Patienten aus der stationären und ambulanten Psychotherapie hat ein Forschungsteam des Universitätsklinikums Jena und der Universität Münster untersucht, wie sich narzisstische Wesenszüge auf die Therapie psychischer Beschwerden auswirken. Dazu erfasste das Studienteam bei den Teilnehmenden die Ausprägung narzisstischer Persönlichkeitsmerkmale sowie depressive Symptome vor und nach der Behandlung mit zwei unterschiedlichen Psychotherapiemethoden.

Besonderes narzisstisches Rivalitätsstre-

ben ist mit stärkeren Depressionssymptomen verbunden, stellte das Studienteam in beiden Gruppen vor Beginn der Therapie fest. Der Wille, bewundert zu werden, ging dagegen mit geringerer Depression einher. „In der Patientengruppe, die mit Verhaltenstherapie behandelt wurde, hing Narzissmus mit einem schlechteren Ansprechen auf die Behandlung zusammen, auch wenn eine narzisstische Persönlichkeitsstörung nicht voll ausgeprägt war“, fasst Erstautorin Maike Richter das zentrale Ergebnis der Studie zusammen. Insbesondere wirkte sich der Aspekt der Rivalität negativ aus.

Bei der Behandlung mit einer psychoanalytisch-interaktionellen Therapie, die speziell für Menschen mit Schwierigkeiten in zwischenmenschlichen Beziehungen entwickelt wurde, war der negative Effekt von Narzissmus auf den Behandlungserfolg jedoch nicht zu finden. Die Forscher nehmen an, dass dieser Unterschied zwischen den Behandlungsmethoden auf zwischenmenschliche

Verhaltensmuster zwischen Patient und Therapeutin zurückzuführen war. Weiterführende Analysen stützen laut Prof. Nils Opel vom Universitätsklinikum Jena diese These: „Wir haben Hinweise darauf gefunden, dass die negativen Effekte von Narzissmus auf eine weniger tragfähige therapeutische Beziehung zurückzuführen sind.“

Die Autoren sehen in dem Ergebnis einen wichtigen Beitrag für das Verständnis narzisstischer Persönlichkeitszüge und deren Berücksichtigung in der Therapie psychischer Störungen allgemein. „Narzissmus kann ein relevanter Faktor für die psychische Gesundheit sein, der dazu führen kann, dass eine Psychotherapie weniger wirksam ist“, betont Prof. Mitja Back von der Universität Münster. Das Studienteam empfiehlt deshalb Therapeutinnen und Therapeuten, die narzisstischen Züge ihrer Patienten und Patientinnen genau zu erfassen und ein besonderes Augenmerk auf die therapeutische Beziehung zu legen.

Foto AdobeStock

# Erfolgsmodell StäB

Multiprofessionelle Teams des Zentrums für Psychiatrie (ZfP) Südwürttemberg behandeln Menschen in akutpsychiatrischen Krisen in ihrem häuslichen Umfeld.

Im Jahr 2017 wurde die stationsäquivalente Behandlung (StäB) per Bundesgesetz als neue Form der Akutbehandlung psychisch kranker Menschen gleichrangig neben die stationäre Therapie gestellt. Seither übernehmen ärztlich geleitete multiprofessionelle Teams die psychiatrische Behandlung im häuslichen Umfeld der Patient\*innen. Zu den bundesweit führenden Einrichtungen auf diesem Gebiet gehört das ZfP Südwürttemberg.

Nicht immer ist eine stationäre Behandlung für psychisch erkrankte Menschen eine gute oder gar mögliche Wahl. Manche fühlen sich so unwohl in einem Krankenhaus, dass eine Therapie dort bei ihnen keine Aussicht auf Erfolg hätte. Andere wiederum sind zu Hause unabkömmlich – etwa alleinerziehende Mütter. Umso erfreulicher ist es, dass es inzwischen eine StäB gibt. „Wichtig zu wissen ist, dass sie tatsächlich einer stationären Behandlung gleichgestellt ist, nicht nur formal, sondern

auch qualitativ“, erklärt Prof. Dr. Gerhard Längle, Regionaldirektor Alb-Neckar des ZfP Südwürttemberg und Geschäftsführer der Klinik für Psychiatrie und Psychosomatik Reutlingen (PP.r).

Prof. Längle gehört zu den Pionieren in der Erforschung und Entwicklung der StäB. Bereits vor dem offiziellen Start Anfang 2018 hat der Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapie, Suchtmedizin und Rehabilitationswesen die Methode im Rahmen eines Forschungsprojekts mit kleinen Gruppen getestet. Infolge dessen konnten sich die StäB-Teams innerhalb des ZfP Südwürttemberg schneller als in anderen Bundesländern etablieren. Heute hält die Einrichtung 95 Therapieplätze für die Versorgung im häuslichen Umfeld bereit, allein 30 davon im Landkreis Reutlingen.

Die Therapie beinhaltet u. a. medizinisch-psychiatrischer oder psychotherapeutischer Diagnostik und Behandlung, Ergotherapie, Musiktherapie, Akupunktur, Aroma-

therapie und sozialarbeiterischer Beratung. „Unsere multiprofessionellen Teams fahren täglich von Patient\*in zu Patient\*in. Sie agieren dabei zwar nach Plan, aber dennoch sehr flexibel. Manche benötigen dreimal am Tag Hilfe bei der Medikamenteneinnahme, andere stehen vor der Wiedereingliederung ins Arbeitsleben und sind auf die Unterstützung unseres Sozialdienstes angewiesen“, so Prof. Längle.

Der Facharzt ist von der Qualität der StäB überzeugt: „Sie ermöglicht es, Patient\*innen sehr individuell zu behandeln, denn die Teams begegnen ihnen in ihrer vertrauten Umgebung. Herausforderungen, die sich dort stellen, können sie direkt vor Ort mit in die Therapie einbeziehen.“

Eine StäB kann in Anspruch genommen werden, wenn eine stationäre Behandlungsbedürftigkeit festgestellt wurde. Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

[www.zfp-web.de](http://www.zfp-web.de)

# Lust auf Psychiatrie?

Willkommen im Team.

flache Hierarchien und ein kollegialer Führungsstil



attraktive Arbeitsplätze zwischen Stuttgart und dem Bodensee



Vielfältige Einsatzmöglichkeiten, auch in der Stationsäquivalenten Behandlung (StäB)





Südwürttemberg

[www.zfp-karriere.de](http://www.zfp-karriere.de)



Unterstützung bei der Wohnungssuche



**Digital bewerben:**  
[bewerbung@zfp-zentrum.de](mailto:bewerbung@zfp-zentrum.de)



# „Psychosomatik ist die modernste Form, medizinisch zu denken“

Ein Interview mit Dr. Kilian Mehl, Klinikleiter der Wollmarshöhe und Buchautor

**Herr Professor Dr. Mehl, worin sehen Sie den Vorteil, sich auf die überschaubare Größe von ca. 60 Patienten konzentrieren zu können?**

**Mehl:** In einer Klinik dieser Größenordnung kann eine sehr persönliche Atmosphäre entstehen, die ein offenes und effektives therapeutisches Arbeiten mit einem integrativen, vielseitigen Behandlungssetting erleichtert. Auch der kommunikative Austausch zwischen Patienten und Therapeuten, ebenso der Therapeuten untereinander, ist nach unserem Verständnis nur bei begrenzter Patientenzahl optimal realisierbar. Unsere Erfahrung zeigt, dass dadurch die Therapieziele schneller erreicht werden als in einer „anonymen Großklinik“.

**Über welche Ausstattung für Diagnostik und Therapie verfügt denn die Klinik Wollmarshöhe, um solche Behandlungserfolge zu erzielen?**

**Mehl:** Unsere Klinik verfügt über eine moderne und umfassende Ausstattung. Wir haben hier Räumlichkeiten, die in durchdachtem Design gestaltet sind, und solche, die für alle medizinischen, psychologischen, psychokardiologischen, neuropsychologischen oder technischen Untersuchungen und Therapien ausgelegt sind. Das brauchen Sie auch alles, denn Psychosomatik ist die modernste Form, medizinisch zu denken. Immer sind Körper-Seele-Geist an einer Erkrankung mitbeteiligt. Es gibt zwischen diesen Teilen des Menschen, wenn man so sagen will, enorme Wechselwirkungen und Wirkimpulse. Krank wird immer der ganze Mensch, nicht nur ein Teil von ihm. So brauchen Sie in einem integrativen Behandlungskonzept sowohl Psychotherapie als auch Sport und Bewegung, Physiotherapie, kontemplative und aktivierende Verfahren. Ebenso ganzheitlich müssen Sie in der Diagnostik vorgehen.

**Die „Erfolgsquote“ Ihrer Klinik liegt bei über 94 %. Was ist dafür ausschlaggebend Ihrer Meinung nach?**

**Mehl:** Zum einen ist es die bereits erwähnte überschaubare Anzahl an Patienten, die eine sehr persönliche kommunikative und transparente Atmosphäre ermöglicht, und zum anderen natürlich auch unser sehr qualifiziertes Klinikteam. Gemeinsam mit jedem einzelnen Patienten erstellen unsere interdisziplinär tätigen Mitarbeiter ein individuelles, mit modernsten Modulen gestaltetes Behandlungsprogramm, das sowohl der Art seiner Erkrankung als auch seiner Persönlichkeit Rechnung trägt. Dabei wenden wir in neun Modulen sehr viele verschiedene therapeutische Verfahren an. Das Spektrum reicht von klassisch somatischen Behandlungsverfahren über Naturheilverfahren und Therapien im Rahmen der komplementären Medizin bis hin zu aufdeckenden und übenden psychotherapeutischen Verfahren. Ich hatte es auch mal so formuliert: Der Patient findet auf der Wiese dieser Möglichkeiten das Kraut, die Blume, die ihm hilft. Das kann auf sehr unterschiedliche Weise geschehen – so wie die Menschen eben unterschiedlich sind.

**Die Klinik Wollmarshöhe ist landschaftlich außergewöhnlich schön gelegen – in der Nähe des Allgäus, des Bodensees und der Alpen, umgeben von Wald und freier Natur. Ist diese Lage bewusst gewählt?**

**Mehl:** In einer stimmigen Umgebung sind Körper, Seele und Geist besser bereit zu genesen. Daher ist neben der schönen Lage unserer Klinik auch die ästhetisch-kunstvolle Außen- und Innengestaltung von Bedeutung. Gleichzeitig ist es hier komfortabel, vertraulich und behaglich. In einer angenehmen Umgebung – und in einem ebensolchen Umfeld – wird man nunmal schneller gesund.

**Wie zufrieden sind Ihre Patienten?**

**Mehl:** Ja, da können wir wirklich stolz sein. Die Zufriedenheitsraten liegen deutlich über dem Durchschnitt psychosomatischer Einrichtungen. Das bestätigt uns immer wieder der Qualitätsbericht der Universität Heidelberg: „Die Zufriedenheitsraten lie-

gen durchgängig über 94,0 %. Die Patienten attestieren fast ausnahmslos eine sehr gute Qualität der Behandlung (98,3 %) und sind insgesamt damit ausgesprochen zufrieden (98,1 %). Fast alle Patienten sind der Meinung, mit ihren Problemen besser umgehen zu können (98,9 %), und haben nach eigener Aussage die gewünschte Behandlung erhalten (95,7 %). 97,2 % der Patienten geben an, dass sie wiederkommen würden, und 98,5 %, dass sie die Klinik Wollmarshöhe anderen weiterempfehlen würden.“ Und weiter heißt es dort: „Die Qualität einer Behandlung zeigt sich natürlich nicht nur in der Zufriedenheit eines Patienten, sondern auch im tatsächlichen medizinisch-therapeutischen Behandlungsergebnis und ebenso in der Nachhaltigkeit. Gesund werden ist das eine, gesund bleiben das andere. Beides ist wichtig. Die externe Qualitätssicherung und das Ergebnismonitoring zeigen jedes Jahr die Beständigkeit der Qualität.“

**Qualitätsbericht, Qualitätsmanagement, Qualitätssicherung: Was habe ich mir darunter eigentlich vorzustellen?**

**Mehl:** Qualitätssicherung macht das Geschehen in einer Klinik transparent. Die Mitarbeiter der Klinik erhalten durch kontinuierliche Beobachtung, systematische Dokumentation und standardisierte Ergebnisevaluation eine Rückmeldung sowohl zu ihrer Arbeit und deren Ergebnisse als auch zur Akzeptanz, die ihre Arbeit bei den Patienten findet. Gleichzeitig erhalten auch Patienten und Kostenträger wichtige Orientierungshilfen. Die Klinik Wollmarshöhe führt seit Mai 1998 systematisch und regelmäßig ein QM durch, welches von der Forschungsstelle für Psychotherapie der Universität Heidelberg wissenschaftlich begleitet wird und in dessen Mittelpunkt die Qualität der Behandlungsergebnisse steht.

**Lässt sich auch eine Aussage bezüglich der Nachhaltigkeit der Behandlungsergebnisse treffen?**

**Mehl:** Für die Beurteilung psychosomatisch-psychotherapeutischer Behandlungen ist der mittel- und langfristige Genesungs- bzw. Krankheitsverlauf von besonderer Bedeutung. Die in der Wollmarshöhe eingetretenen positiven Veränderungen bleiben bei den meisten Patienten auch sechs Monate nach der Behandlung erhalten. Entsprechend fallen die Beurteilungen unserer ehemaligen Patienten aus, die den Aufenthalt in der Klinik Wollmarshöhe rückblickend ausgesprochen positiv bewerten. Die Zufriedenheitsquoten liegen auch nach einem halben Jahr in allen Bereichen zwischen 90,7 % und 96,4 % und bleiben damit auf einem erfreulich hohen Niveau.

**Herr Dr. Mehl, Sie sind auch Buchautor. Ihr viertes Buch „Warum tun wir nicht, was wir wissen? Wie der Kopf besser fühlen lernt“ wurde vor kurzem im Schwabe Verlag veröffentlicht. Beschreiben Sie darin Behandlungsverfahren?**

**Mehl:** Ich glaube, das wäre ziemlich lang-

weilig. Nein, in meinen Büchern beschreibe ich eigentlich, wie wir so ticken. Ich schreibe über unsere „Systemkonzeption“ und welche Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster daraus resultieren. Und das seit langen Zeiten unserer Evolution. Es gibt Kriege, Armut, Feindschaft, Klimawandel. Und gleichzeitig gibt es ungebremsten Konsum und immer wieder die gleichen jammervollen Talkshows, Nachrichten voller Betroffenheit, Klagen, Statements und moralische Bewertungen. Und trotzdem gibt es Kriege und all das. Da müssen wir uns fragen, warum das so ist. Und es ist natürlich unser Inneres, unsere archaische Konzeption, wenn Sie so wollen. Es ist unser Schwarz-Weiß-Denken, unsere begrenzte emotionale Reichweite, unser Hang zu verständlichen Narrativen, unsere Moral-Konstrukte und vieles mehr. Da stellt sich also die Frage, ob wir nicht anders können, als so zu sein und zu handeln. Als Psychotherapeut habe ich tausende Leute sehr nah erfahren und kennengelernt und ich meine, dass wir das

teilweise wirklich nicht können, aber andererseits doch in der Lage dazu sind, unseren Kopf lernen zu lassen, besser zu fühlen und nachzuspüren. Das betrifft nicht nur Kranke, sondern jeden Menschen und jede Gesellschaft, wenn er bzw. sie sich zur persönlichen Meisterschaft entwickeln will und dazu bereit ist. Darüber schreibe ich.

**Herr Dr. Mehl, vielen Dank für das Gespräch.**

**Klinik Wollmarshöhe**

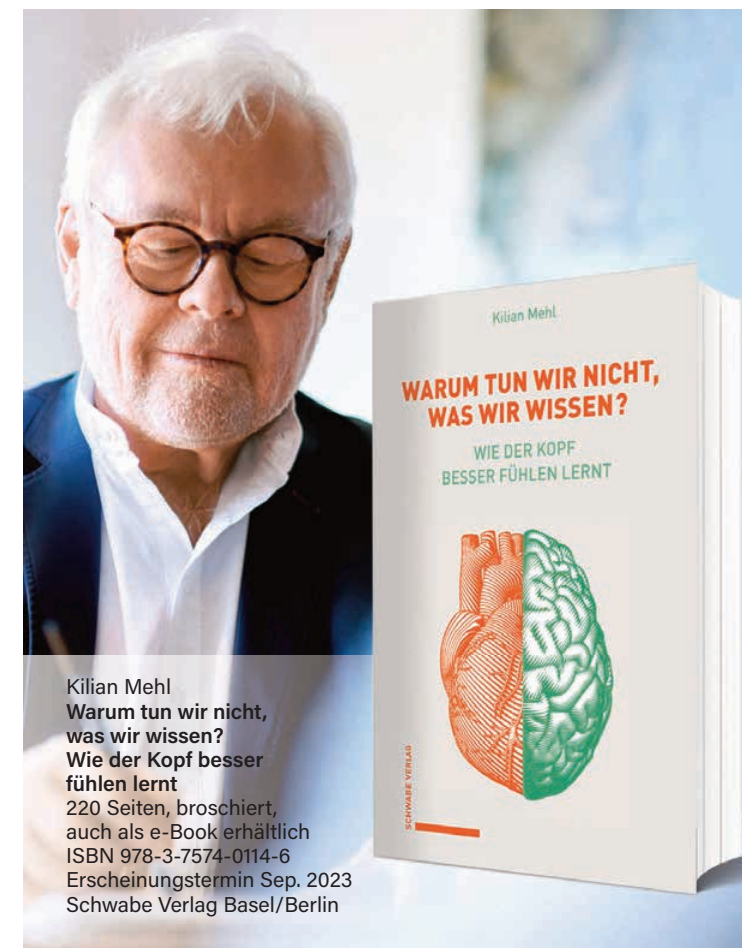
Private Fachklinik  
für Psychosomatik

Kontakt / Anmeldung

☎ (07520) 927-260

✉ aufnahme@wollmarshoehe.de

www.wollmarshoehe.de



Kilian Mehl  
**Warum tun wir nicht, was wir wissen? Wie der Kopf besser fühlen lernt**  
220 Seiten, broschiert,  
auch als e-Book erhältlich  
ISBN 978-3-7574-0114-6  
Erscheinungstermin Sep. 2023  
Schwabe Verlag Basel/Berlin

## Kilian Mehl gibt Antworten auf die Frage, die uns in dieser Zeit zunehmend beschäftigt.

Mit Veränderungen und Krisen kann der Mensch. Als anpassungsfähigster Affe ist er seit Urzeiten Weltmeister darin, umzudenken, umzufühlen und umzuhandeln, wenn es sein muss. Doch im Turbobotopwandel der Moderne bremsen ihn seine archaischen Funktionsmuster zu oft, sie sind oft nachteilig. Das Wissen darüber, ausreichend emotionale Basiskompetenzen sowie ein dementsprechendes Bewertungssystem helfen, die heute nötige Anpassungsfähigkeit herauszubilden: Weg vom tatenlosen Massenbeklagen selbstverursachter Symptome, hin zum Fördern und Schöpfen individueller und kollektiver Potenziale.

EIN BUCH DER WOLLMARSHÖHE  
www.wollmarshoehe.de





# Die heilende Kraft menschlicher Zuwendung

Zeit für die Seele: Im Sigma Zentrum in Bad Säckingen sind Achtsamkeit und Akzeptanz die Grundpfeiler eines umfassenden medizinischen und psychotherapeutischen Leistungsspektrums

Als privates Akutkrankenhaus behandelt das Sigma Zentrum seit 22 Jahren das gesamte Spektrum der psychischen und psychosomatischen Erkrankungen bei Erwachsenen – von Angststörungen über Burn-out, Depressionen, Schmerzstörungen und Traumafolgestörungen bis hin zu Zwangsstörungen. Grundlage einer jeden Therapie – und eine Besonderheit der Privatklinik in Bad Säckingen – ist die wertschätzende, von Akzeptanz und Respekt geprägte Zuwendung, die jede Patientin und jeder Patient erfährt. Sie aktiviert vorhandene Ressourcen und liefert die Grundlage für eine Therapie, die wirklich individuell und bedarfsorientiert ist.

„Kein Patient gleicht dem anderen, daher gleicht auch kein Therapieplan im Sigma Zentrum dem anderen. Selbst bei identischer Diagnose spielen die Lebensumstände und individuellen Bedürfnisse eine große Rolle in der Gestaltung der Therapiepläne“, sagt Prof. Dr. med. Christoph Bielitz, Geschäftsführender Ärztlicher Direktor des Sigma Zentrums. Dies sei auch der Grund, so fährt er fort, warum man in diesem Haus großen Wert darauf lege, gemeinsam mit jeder Patientin und jedem Patienten eine auf ihren bzw. seinen persönlichen Bedarf zugeschnittene Behandlung zu erarbeiten.

Um die Patienten bedarfsgerecht und ganzheitlich behandeln zu können, bietet das Sigma Zentrum ein breites Spektrum an verbalen und nonverbalen, psychiatrischen, psychotherapeutischen und komplementären Verfahren in Einzel- und Gruppentherapien an. Deren professionelle Anwendung liegt in den Händen von interdisziplinären Teams aus Ärzten verschiedener psychiatrischer, psychosomatischer und somatischer Fachrichtungen, Psychologen, Fachtherapeuten und Pflegenden, die sich intensiv untereinander austauschen. Zu-



Gesprächstherapie

dem kommen die therapeutischen Teams täglich zusammen und diskutieren jeden einzelnen Fall. Das Sigma Zentrum verfügt also über ein integratives Versorgungsnetz, in dem jeder Behandler und jede Behandlerin über das aktuelle Befinden der Patienten bestens informiert ist.

Abgestimmt auf ihr besonderes Konzept hat die private Akutklinik ihr detailliertes Therapieangebot breit aufgestellt. Auf der Basis einer umfassenden allgemeinmedizinischen und internistischen Versorgung können Patienten systemische und tiefenpsychologisch fundierte Therapien ebenso wahrnehmen wie eine Verhaltenstherapie. Im Bereich der Fachtherapien stehen u. a. Atemtherapie und Tanztherapie, Ergotherapie, Musiktherapie und Kunsttherapie, Meditation und Sporttherapie sowie Osteopathie und Physiotherapie zur Verfügung.

Die durchweg privat versicherten, beihilfeberechtigten oder selbstzahlenden Patientinnen und Patienten des Sigma Zentrums kommen längst aus ganz Deutschland und angrenzenden Ländern. Und sie kommen in ganz unterschiedlichen Zuständen, wie der Ärztliche Direktor erläutert: „Unsere Patienten haben Depressionen, Ängste oder Zwänge, sind süchtig, haben Psychosen, Essstörungen oder leiden unter Schmerzen.

Viele sind psychiatrisch so krank, dass eine ambulante Behandlung nicht mehr ausreichend ist.“

Ziel der Behandler ist es immer, die Patienten in ein weiterführendes Setting zu bringen. Dr. Bielitz: „Im Idealfall sind sie wieder alltags- oder sogar arbeitsfähig. Deshalb arbeiten wir eng mit Haus- und Betriebsärzten, mit den Familien und Arbeitgebern zusammen.“ Häufig liege der Schlüssel zu einer erfolgreichen Therapie im wertschätzenden und intensiven Dialog mit den Patienten, ergänzt Dr. Thomas Fuchs, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie im Sigma Zentrum. Denn dadurch könnten in bemerkenswerter Weise Ressourcen und Selbstheilungskräfte aktiviert werden.



S I G M A  
Z E N T R U M

**Sigma Zentrum**  
Weiherrmatten 1  
79713 Bad Säckingen  
Tel.: (07761) 5566-0  
✉ info@sigma-zentrum.de  
www.sigma-zentrum.de



# Natürlich gesunden

Ob Vorsorge, Reha oder Anschlussheilbehandlung: Eine Heilquelle und wirksame Therapien machen den Aufenthalt in der Reha-Klinik Schwäbische Alb in Bad Urach lohnenswert

Die Reha ist seit 2017 auch in der Rente eine Pflichtleistung der Krankenkassen!



den Wandel von der Kurklinik zu einer modernen Reha-Klinik, in der das natürliche Gesunden im Mittelpunkt steht. Für die Patienten wird die Philosophie unmittelbar erlebbar, wenn sie das Therapie- und Komplementärangebot wahrnehmen. Insbesondere die Vorsorge- und Reha-Patienten profitieren vom gesunden „Training“ im Thermal-Mineralwasser und von der Naturfangotherapie.

## Baden im 30 Grad warmen Thermal-Mineralwasser

„Das Thermal-Mineralwasser stammt aus der 770 Meter unter der Reha-Klinik liegenden Heilquelle“, erklärt Dr. Zeeh. „Die gelösten Mineralien, Spurenelemente und Gase werden beim Baden in dem bis zu 30 Grad warmen Wasser über die Haut vom Körper aufgenommen. Der dadurch angeregte Stoffwechsel wirkt förderlich auf die Herzfunktion, weil er die Blutgefäße erweitert und den Blutdruck senkt. Die Nierenfunktion verbessert sich, Muskelverkrampfungen werden gelöst und der Heilungsprozess bei Gelenkentzündungen wird unterstützt.“ Der Chefarzt empfiehlt das Training im Heilwasser stets denjenigen Patienten, die unter chronisch entzündlichen Veränderungen der Gelenke und der Wirbelsäule oder unter vegetativen Unregelmäßigkeiten und nervalen Störungen leiden. Eine schöne Nebenwirkung der Thermal-Heilwasser-Therapie seien die in dieser Gruppentherapie entstehenden sozialen Bindungen.

Ein weiteres Therapie-Highlight ist der Naturfango, wobei es sich, wie Dr. Zeeh betont, um „Vulkanit-Fango aus dem Vulkangestein Peloit“ handelt, gewonnen in der Nähe des Kaiserstuhls. Abhängig von der Indikation entfaltet es seine Wirkung entweder als 43 bis 50 Grad warme Teil- oder Ganzkörperpackung oder als Kälte-therapie (15 bis 20 Grad) zur Behandlung

akuter Entzündungen. „Natürlich gesund“ sind in Bad Urach aber nicht nur die Therapien. Auch die Spiel-, Bastel- oder Tanzabende in der Kliniklobby und die „natürlich gesunden“ Spaziergänge im Kurpark sind wertvolle Komplementärangebote. Das Beköstigungsangebot aus der auch heute noch hauseigenen Küche steht dem in nichts nach. Dafür sorgen die fachlich kompetente Diätassistentin Vanessa Wallot und das hoch motivierte Küchenteam unter der Leitung von Roman Wirth.

„Das Feedback unserer Patienten bestätigt uns, dass auch alle weiteren Mitarbeitenden durch Ihre Professionalität und besonders durch Ihr patientenfreundliches Verhalten einen wertvollen Beitrag zum Rehabilitationserfolg der uns anvertrauten Menschen beitragen, resümiert Susanne Kaltenborn, Geschäftsführerin der Reha-Klinik Schwäbische Alb.



**SCHWÄBISCHE ALB**  
Reha-Klinik  
Natürlich gesund!

**Reha-Klinik Schwäbische Alb GmbH & Co. KG**

Bei den Thermen 10 -12  
72574 Bad Urach

☎ Tel.: 07125) 157-0

✉ info@swabu.de

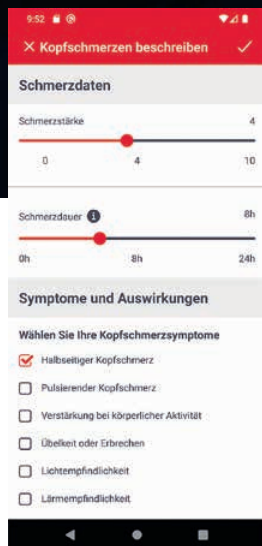
www.gesundheitszentrum-schwaebische-alb.de







Foto AdobeStock



## Digitale Unterstützung für Menschen mit Clusterkopfschmerz

Clusterkopfschmerz ist eine seltene, aber schwere Form von Kopfschmerz, die mehr Männer als Frauen betrifft und oft im jüngeren oder mittleren Lebensalter beginnt. Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) beschreibt die Symptome wie folgt: „Clusterkopfschmerz ist gekennzeichnet durch sich wiederholende Attacken von stärksten, einseitigen Kopfschmerzen, die meist von Augentränen, Naselaufen und/oder Augenrötung auf der betroffenen Seite begleitet werden. Die Attacken dauern 15 Minuten bis drei Stunden und treten oft auch nachts auf. Bei vielen Patient\*innen verläuft die Erkrankung episodisch, also schubartig, sodass nach Monaten mit mehrfach täglichen Attacken ein längeres attackenfreies Intervall folgen kann.“

Auch die Behandlung weicht in vielen Aspekten von anderen Kopfschmerzformen wie etwa Migräne ab. Einzelne Attacken

können beispielsweise mit Sauerstoff oder Sumatriptan-Spritzen kontrolliert werden, während herkömmliche Schmerzmittel in Tablettenform meist keinen Effekt haben. Zudem werden spezielle vorbeugende Medikamente eingesetzt, die bei anderen Kopfschmerzformen nicht angewendet werden.

Damit Clusterkopfschmerz effektiv behandelt und vor allem die Wirksamkeit einer vorbeugenden Medikation beurteilt werden könne, sei eine gute Dokumentation der Attacken unerlässlich, teilt die DMKG mit. Zu diesem Zweck hat die Gesellschaft im Rahmen des deutschlandweiten Projekts „Kopfschmerzregister der DMKG“ eine App speziell für Patient\*innen mit Clusterkopfschmerz entwickelt. Sie ergänzt die bereits etablierte DMKG-App, die sich insbesondere an Patient\*innen mit Migräne und Spannungskopfschmerz richtet. „Es war der DMKG ein großes Anliegen, das Kopfschmerzregister auch für

Patient\*innen mit Clusterkopfschmerz und deren behandelnde Ärztinnen und Ärzte nutzbar zu machen“, erklärt der amtierende DMKG-Präsident, PD Dr. Tim Jürgens.

Mit der App lassen sich die Häufigkeit, Dauer und Stärke der Attacken sowie die verwendete Akutmedikation schnell erfassen. Auch prophylaktisch eingenommene Medikamente können Nutzer einfach hinterlegen. Die relevanten Informationen werden automatisch zusammengefasst und können als PDF-Datei zum Arzt bzw. zur Ärztin mitgenommen werden. Praxen und Zentren, die am Kopfschmerzregister der DMKG teilnehmen, haben jederzeit die Möglichkeit, die aktuellen App-Daten ihrer Patient\*innen in einem spezialisierten Webportal einzusehen.

Die DMKG-Cluster-App ist kostenlos und werbefrei in den App-Stores erhältlich.



## METTNAU – Bewegung ist Leben



Aktivität, Stressbewältigung, Entspannung: Auf der Bodensee-Halbinsel Mettnau bietet das Zentrum für Bewegungstherapie Rehabilitation und Prävention bei Störungen und Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems

Ankommen, innehalten, zu sich selbst finden, eigene Ressourcen wiederentdecken und reaktivieren. Darum geht es auf der Bodensee-Halbinsel Mettnau in Radolfzell, denn dort befindet sich – inmitten einer traumhaft schönen Landschaft – eines der traditionsreichsten und bedeutendsten Zentren für Bewegungstherapie in Deutschland – die METTNAU. Mit ihren vier Kliniken ist sie auf die Prävention und Rehabilitation bei Störungen und Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems spezialisiert. Begleitend behandelt werden u. a. Stoffwechselerkrankungen, orthopädische Funktionsstörungen und die Folgen psychischer Überbelastung.

Das Motto der METTNAU lautet „Bewegung ist Leben“. Es bildet die Grundlage für ein ebenso bemerkenswertes wie erfolgreiches Therapiekonzept, das auf dem Zusammenspiel von körperlicher Aktivität, Entspannung, seelischer Balance und gesunder Ernährung beruht.

### Stationäre, teilstationäre und ambulante Reha

Im Bereich der Rehabilitation können in den Einrichtungen der METTNAU folgende Maßnahmen wahrgenommen werden: Anschlussheilbehandlung (AHB) und Anschlussrehabilitation (AR), jeweils nach einem stationären Klinikaufenthalt aufgrund einer Herz-Kreislauf-Erkrankung, Heilverfahren (auch ohne vorherigen Krankenhausaufenthalt), teilstationäre Reha (Übernachtung zu Hause, medizinisches und therapeutisches Angebot wie bei der vollstationären Rehabilitation) und ambulante Reha (wohnnaher Versorgungslage). Zudem bietet das Zentrum in

Zusammenarbeit mit der Deutschen Rentenversicherung die Nachsorgeprogramme IRENA und T-RENA an. Diese unterstützen Menschen, die eine Rehabilitation erfolgreich absolviert haben, bei der Bewältigung Ihres Alltags und bei der Rückkehr in ihren Beruf.

### Prävention

Die Arbeit des METTNAU-Kompetenzteams zielt darauf ab, Krankheiten erst gar nicht entstehen zu lassen. Neben individuellen Angeboten, bei denen die Gäste ihre Unterkunft und die Zimmerkategorie frei wählen und gemeinsam mit den Ärzten und Ärztinnen der METTNAU ihren Therapieplan inklusive gewünschter Zusatzleistungen gestalten können, gibt es zahlreiche pauschale Gesundheitsprogramme, deren Inhalte gezielt helfen, Erkrankungen vorzubeugen. Abgerundet wird das Angebot mit regenerativen Trainings- und Entspannungsverfahren für Beschäftigte von Unternehmen und Institutionen, die sich im Rahmen ihres betrieblichen Gesundheitsmanagements für das Wohlergehen ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einsetzen. Chefarzt Dr. Robin Schulze: „Viele unserer Patienten und Gäste sind berufstätig, mit einem Altersdurchschnitt von ca. 54 Jahren. In den vergangenen Jahren war unser jüngster Gast 19 Jahre alt, der älteste 103 Jahre. Wir können in den Therapiegruppen zehn Leistungsniveaus anbieten, die jungen Leistungssportlern ebenso gerecht werden wie chronisch kranken oder betagten Menschen. Gerade dieses breite Angebot macht die METTNAU zu einer ganz besonderen Einrichtung für Prävention und Rehabilitation.“



### ANGEBOT

„Fit und entspannt“ ab 1.049 €

- 7 Übernachtungen im EZ oder DZ Komfort inkl. Vollpension
- medizinische Einganguntersuchung
- Ruhe- und Belastungs-EKG
- medizinisches Abschlussgespräch und Bericht
- Dehngymnastik
- Wassergymnastik
- Bewegungstherapie
- Yoga
- Wasserdruckstrahlmassage
- Entspannungsmassage
- Entspannungstraining

### METTNAU Medizinische Reha-Einrichtungen der Stadt Radolfzell

Strandbadstraße 106  
78315 Radolfzell am Bodensee

☎ (07732) 151-0  
✉ info@mettnau.com

Reservierungsanfragen:  
☎ (07732) 151-810

✉ reservierung@mettnau.com

www.mettnau.com





# Doppeltes Glück. Und zwar wirklich.

Den Lieben etwas zu Weihnachten schenken? Oder dort helfen, wo Hilfe gebraucht wird? Bei Plan Shop geht beides auf einmal.

Das Ritual des Schenkens an Weihnachten wird immer mehr hinterfragt. Haben wir nicht schon genug? Ist es richtig, gerade an Weihnachten Geschenke zu kaufen, obwohl es vielen Menschen nicht so gut geht?

Viele entschließen sich auf, Geschenke zu verzichten und stattdessen für einen guten Zweck zu spenden. Aber dann haben viele das Gefühl, dass etwas fehlt, wenn es keine Geschenke zum Auspacken gibt.

Wenn Sie Ihre Geschenke bei Plan Shop kaufen, können Sie das mit gutem Gewissen tun und sich sicher sein, dass so Menschen geholfen wird. Gleichzeitig ist bei Plan Shop-Geschenken auch für strahlende Gesichter am Weihnachts-

Punkt: „Immer mehr Menschen kaufen bewusst ein. Wir haben das passende Angebot dafür: Denn wir bieten nicht nur Top-Qualität, sondern helfen auch, die Lebensbedingungen von Frauen zu verbessern, Not zu beseitigen und einen Bei-



Dorothee Ingwersen, Geschäftsführerin des Plan Shop

Mit dem Plan Shop ist beides möglich: schenken und gleichzeitig helfen. Wie das funktioniert? Der Plan Shop bezieht seine Ware ausschließlich von Frauenkooperativen und

sozialen Unternehmen in benachteiligten Regionen in Südamerika, Afrika und Südostasien. Dort gibt es viele mutige und verantwortungsbewusste Frauen, die diese sozialen Unternehmen und Projekte gegründet haben.

Der Vorteil für alle, die dort arbeiten: gute Löhne, umfangreiche Sozialleistungen und gesicherte Existenzen. Die Profite aus den Unternehmen werden zum Beispiel dazu genutzt um Waisenhäuser, Schulen, Ausbildungsplätze oder Frauenhäuser zu finanzieren.



Unsere Partnerkooperative Maheela in Nepal: Produktion von handgefertigten hochwertigen Schals.

abend gesorgt. Denn was im Plan Shop angeboten wird, besticht durch Qualität, gutes Design und Originalität. Viele dieser Produkte sind besonders attraktiv, weil hier selten gewordene Handarbeit mit kreativen Ideen gepaart wird.

Das Angebot reicht von originellen, recycelten Kissenbezügen, über handgeschöpfte Papierwaren und hochwertige Bekleidung bis zu biologisch angebauten Nahrungsergänzungsmitteln und vielem mehr.

Geschäftsführerin Dorothee Ingwersen bringt die Vorteile des Plan Shops auf den

trag für den Frieden in der Welt zu leisten. Mit Geschenkideen, die allen Freude bereiten, gerade zu Weihnachten.“

Der **PLAN SHOP** ist ein Tochterunternehmen von Plan International e.V., einer unabhängigen Organisation der Entwicklungszusammenarbeit und humanitären Hilfe. Gewinne, die der Plan Shop erwirtschaftet, fließen an Plan International und werden dort für humanitäre Projekte genutzt. Mehr über den Plan Shop erfahren Sie auf der Website [www.plan-shop.org/spitzenmedizin-1223bw](http://www.plan-shop.org/spitzenmedizin-1223bw)



**Kimono mit Allover-Print**  
100 % Baumwolle, Onesize  
(Rückenlänge ca. 143 cm)  
pink mit Print  
Best.-Nr.: 31707  
**Indien**  
55,00 €

**Kette mit Rosenquarz**  
auch als Armband  
Länge ca. 54 cm  
Best.-Nr.: 31708  
**Nepal**  
44,95 €

**Alpaka-Strickmantel**  
Handgestrickt, mit Seitentaschen und Knopfleiste,  
96 % Alpaka, 4 % Elasthan  
S, M, L (Rückenlänge ca. 102 cm)  
Moccabraun  
Best.-Nr.: 31606  
**Peru**  
190,00 €



**Weihnachtskugel**  
reine Wolle, gefilzt  
**Kugel, groß**  
ca. 6 cm  
1 | Kugel  
Wellenmuster beige  
Best.-Nr.: 31488 19  
2 | Kugel  
Spirale orange/weiß  
Best.-Nr.: 31586 10

3 | Kugel  
Baum rosa  
Best.-Nr.: 31587 18  
4 | Kugel Spirale orange/braun  
hellblau, Best.-Nr.: 31586 15  
**Nepal**  
7,00 €

**Hausschuhe für Kinder**  
reine Wolle mit Ledersohle  
22/23, 24/25, 26/27, 28/29,  
30/31, 32/33, 34/35, 36/37,  
38/39, 40/41  
Maus, Best.-Nr.: 31098  
**Nepal**  
29,00 €



**Kissenhülle mit Stickerei TUKAN**  
reine Wolle, handbestickt mit Reißverschluss  
ca. 45 x 45 cm  
Natur, Best.-Nr.: 31702  
**Peru**  
85,00 €



**Schlüsselanhänger Taube mit Troddeln**  
reine Wolle natur  
Best.-Nr.: 31681  
**Peru**  
9,95 €

**Alpaka-Kissenhülle, handgewebt**  
reines Alpaka, ca. 50 x 50 cm  
wollweiß mit bunten Streifen  
Best.-Nr.: 31558  
**Peru**  
65,00 €

**Alpaka-Plaid, handgewebt**  
reines Alpaka, ca. 175 x 125 cm  
wollweiß mit bunten Streifen  
Best.-Nr.: 31557  
**Peru**  
190,00 €



**Leichter Wollschal mit Peace-Print**  
reine Wolle  
ca. 70 x 180 cm  
rosa pink  
Best.-Nr.: 31696 22  
**Nepal**  
69,00 €

## GERECHTER HANDEL

Vor allem Frauen in benachteiligten Regionen haben durch gerechteren Handel eine Chance auf ein selbstbestimmteres Leben und wirtschaftliche Teilhabe. Davon profitieren auch ihre Kinder. Erfahren Sie hier mehr über unsere Kooperativen, die Menschen dahinter und abonnieren Sie unseren Newsletter.



Mit dem Rabattcode „XMAS23“ schenken wir Ihnen 5 € auf Ihre Erstbestellung und Registrierung in unserem Onlineshop (bei einem Einkauf ab 30 €, exklusive Versandkosten).





# Piazza Primitivo

RINDCHEN'S  
WEINKONTOR

Samtwürzige Rotweine aus Süditalien



**Primitivo di Manduria** steht als berühmtester Wein Apuliens für dieses einzigartige Wohlgefühl aus reifen Beeren und schokoladigem Nachhall. Typisch auch der Appassimento: ein weicher, wildwürziger Rotwein aus getrockneten Trauben. Nichts an diesen Weinen ist perfekt – und gerade deshalb fühlt es sich richtig an. Wann leben Sie Ihre Sehnsucht Süd aus?

- 2 × 2022 »Amarosso« Primitivo di Manduria 14,5 % vol
- 2 × 2020 »100x100« Appassimento 15 % vol
- 2 × 2020 »Passorè« Rosso Puglia Appassimento 15 % vol
- 2 × 2021 »Manoro« Primitivo Puglia 13,5 % vol
- 2 × 2021 »Terre del Sasso« Appassimento 14 % vol

**10 Flaschen  
Apulien im Paket**

nur **49,90 €**

statt **110,88 €**

**versandkostenfrei!**

10 × 0,75 L · 1 L 6,65 €

Bestell-Nr. 7198



**Jetzt versandkostenfrei bestellen: [rindchen.de/piazza](https://www.rindchen.de/piazza) • Tel 040-556 20 20 • Mo–Fr 9–18 Uhr**

Verkäufer: Rindchen's Weinkontor GmbH & Co. KG, Ellerhorst 1 a, 25474 Bönningstedt, vertreten durch die persönlich haftende Gesellschafterin HWK Hamburgische Weinhandelskompanie GmbH, Ellerhorst 1 a, 25474 Bönningstedt, diese vertreten durch die Geschäftsführer Thomas Thelen und Oliver Gloden. Bestandteil unserer Verträge sind unsere AGB, abrufbar unter [www.rindchen.de/agb](https://www.rindchen.de/agb). Alle Preise gültig bis zum 31.03.2024, jedoch nur solange der Vorrat reicht. Abgabe von Alkohol erfolgt nur an Personen über 18 Jahren. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Jahrgänge können abweichen. Alle Weine enthalten Sulfite. Weitere Informationen zu Datenschutz, Versand, Widerrufsrecht sowie nähere Angaben zu Wein / Weingut / Abfüller finden Sie unter: [www.rindchen.de](https://www.rindchen.de)