

Spitzenmedizin

REGIONAL

ANZEIGE



Psychotherapie

EMDR, DBT, Wise Mind:
Individuelle Traumabewältigung

Kardiologie

Moderne Diagnostik und
Therapie von Herz-Kreislauf-
Erkrankungen

Orthopädische Chirurgie

Minimalinvasive Behandlung
osteoporotischer Wirbelkörper-
frakturen

Neurologie

Für ein besseres Leben mit
Parkinson

Der Weg über den traumatischen Abgrund

Wie kann man gestärkt aus einem seelischen Trauma hervorgehen?
Antworten finden Betroffene in der Kitzberg Klinik in Bad Mergentheim

In der Kitzberg Privatklinik wird ein breites Spektrum seelischer Erkrankungen behandelt. Im Verlauf der Therapie von Depressionen, Burnout, Angsterkrankungen, psychosomatischen Körpersymptomen, aber auch chronischen Schmerzzuständen, stößt man immer wieder, und oft unerwartet, auf seelische Traumata, die ihren Weg in die Erkrankung gebahnt haben. Deshalb bildet Psychotraumathe­rapie einen Schwerpunkt im Behandlungsspektrum der Kitzberg Klinik, um nicht nur die aktuelle Symptomatik zu bearbeiten, sondern auch um hemmende Prozesse im Hintergrund aufzulösen. Das interdisziplinäre Team der Privatklinik für Psychotherapie verfügt über einen großen Erfahrungsschatz in diesem Bereich und setzt verschiedene Techniken ein, die sich in der Behandlung bewährt haben.

Blockaden lösen mit EMDR

Traumatische Erlebnisse wirken wie umgestürzte Bäume im Wasserlauf – sie blockieren neue positive Lebensgefühle und Erfahrungen. Wie der Unrat, der sich an der Blockade im Kanal sammelt, kreisen alle Gedanken um das Schreckliche, das geschehen ist. Die Methode der „Eye Movement Desensitization and Reprocessing“ (EMDR) setzt gezielte Augenbewegungen unter therapeutischer Anleitung ein, um diesen Stau zu lösen und den seelischen Kanal „zu reinigen“. In einem Wechselspiel aus visueller Stimulation und verbaler Reflexion werden Gedanken, Gefühle und Körperempfindungen allmählich in Einklang gebracht. Der Prozess ist ein assistierter Selbstheilungsmechanismus, der das Trauma nicht nur neutralisiert, sondern im Idealfall als Ressource für den Gewinn innerer Stärke erlebbar macht.

Den zweiten Schlag abfedern: DBT-PTBS und Wise Mind

Bei chronischen zwischenmenschlichen Traumatisierungen kann mangelnde Unterstützung durch Bezugspersonen ein zweites Trauma auslösen. Dies droht umso mehr, wenn Betroffenen nicht geglaubt wurde, wenn Missbrauch und Grenzüberschreitungen bagatellisiert oder gar das Opfer zum Täter erklärt wurde. Die dialektisch-behaviorale Therapie für PTBS (DBT-PTBS) richtet ihren Blick gezielt auf solche „second hits“. In Kombination mit Übungen zur Entwicklung des sogenannten Wise Mind lernen Betroffene, ungünstige Verhaltensmuster und feindselige Umwelterfahrungen zu durchbrechen. Meditative Haltungen stärken den inneren Halt und wirken wie ein Schutzschild gegen alte Verletzungen. Die DBT-PTBS-Methode hat sich in wissenschaftlichen Studien dabei als besonders wirksam erwiesen.



Imaginative Verfahren: Helfer aus dem Unbewussten

Jeder Mensch ist anders, jedes Trauma wird anders erlebt. Entsprechend vielfältig sind die therapeutischen Zugänge. Häufig werden Bilder genutzt, die Patientinnen und Patienten in sich tragen. In therapeutisch geleiteten imaginären Übungen können sie sichere Rückzugsorte aufsuchen, belas-

tende Erinnerungen symbolisch in Tresore einschließen oder innere Helfer mit heilsamen Aufträgen betrauen. Diese rein imaginativen Interventionen können an der Traumaverarbeitung wesentlich mitwirken, denn sie eröffnen einen geschützten Raum, in dem das Unbewusste aktiv zur Stabilisierung und Neuordnung beiträgt.

Welches Verfahren bei wem wirkt, erschließt sich in der therapeutischen Zusammenarbeit von PatientIn und BehandlerIn. Die Kitzberg Klinik setzt bewusst auf individuelle Wege. „Es gibt kein Schema, das für alle gilt oder gar dem Patienten einfach übergestülpt wird“, sagt Dr. med. Jan Semmler, Chefarzt in der Kitzberg Klinik „Neben den genannten Verfahren gibt es noch viele Möglichkeiten, die im Einzelfall einen entscheidenden Schritt voranbringen können. Unsere Therapeutinnen und Therapeuten stellen ihre vielfältigen Erfahrungen zur Verfügung, damit jede Patientin und jeder Patient auf seinem eigenen ganz persönlichen Weg aus dem Trauma herausfinden kann.“

Kitzberg Klinik
Privatklinik für Psychotherapie

Chefarzt: Dr. Jan Semmler (Facharzt für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie)

Leitende Psychologin: Lena Kittel (Psychologische Psychotherapeutin, Verhaltenstherapie)

Bismarckstraße 3-7
97980 Bad Mergentheim

☎ (07931) 94 82 65-0
✉ kontakt@optz.de

www.kitzberg-kliniken.de

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 Media GmbH
Carl-Zeiss-Straße 4
32549 Bad Oeynhausen

Vermarktung
EBS Marketing GmbH
040/866 22 – 0
info@ebshamburg.de

Titelfoto
AdobeStock

www.spitzenmedizin-regional.de

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 durchgehend zu müssen. Wenn möglich, verwenden wir zudem neutrale Formulierungen (Pfleger*in, Angestellte*in).

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.

Psychotraumatologie	
Kitzberg Klinik: Privatklinik für Psychotherapie – Bad Mergentheim	2
Kardiologie	
Privatpraxis für Kardiologie und Lipidologie Dr. med. A. Konstantinou und Dr. med. V. Urban – Frankfurt a. M.	5
Herzklappenerkrankungen: Viele Therapiemöglichkeiten	6
CCB Privatklinik: Herz- und Gefäßmedizin – Frankfurt a. M.	7
Marienhaus-Gruppe	8
Herz-Kreislauf-Check spätestens mit 50	10
Radiologie	
RNS Gemeinschaftspraxis für Radiologie und Strahlentherapie Prof. Dr. med. Ralf Bauer – Wiesbaden	11
Zahnmedizin	
Alle vier großen Volkskrankheiten sind mit Parodontitis assoziiert	12
Dr. Kraus Zahnärzte & Implantatklinik – Mainz	13
Orthopädie	
Bewegung schützt vor Wintersteifigkeit	14
Packi Klinik – Bad Krozingen (bei Freiburg)	15
Endoprothetik	
Herz-Jesu-Krankenhaus Fulda:	16
Orthopädie, Unfallchirurgie, Sportmedizin – Fulda	17
LILIUM Klinik Wiesbaden	17
Orthopädie	
Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen:	18
Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie – Trier	
Schlafmedizin	
Wenn in jungen Jahren der Schlaf gestört ist	20
Zentrum für Schlafmedizin: American Sleep Clinic – Frankfurt a. M.	21
Neurologie	
Neurodegenerative Erkrankungen: Podcast „90 Milliarden“ mit Marco Schrey	22
Gertrudis Klinik: Parkinson-Zentrum – Leun-Biskirchen	23
Psychologie	
Privatklinik Dr. Amelung: Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie – Königstein im Taunus	24
Traditionelle Chinesische Medizin	
Studie: Integrative Medizin hilft bei Fatigue	26
Dr. med. Katrin Schumacher: Privatpraxis für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) – Homburg (Saar)	27

Editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wenn medizintechnische Neuentwicklungen Einzug in die Operationssäle halten, ist einer seit einigen Jahren immer öfter dabei: der Roboter. Oder besser: der robotische Assistent. So auch im Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie eines großen Klinikums in Deutschlands ältester Stadt Trier. Dort unterstützt seit August ein fleißiger Hightech-Helfer mit Namen VELYS die orthopädischen Chirurgen bei der Implantation von Knieprothesen. Wie die Fachärzte berichten, ermögliche ihr neuer Knieroboter, obwohl nur Assistent der Chirurgen, eine Implantation mit einer Präzision von unter einem halben Millimeter, was einen perfekten Sitz der Prothese garantiere.

Auch andere moderne Verfahren verbessern die Qualität und damit auch die Ergebnisse von orthopädisch-chirurgischen Eingriffen. So setzen die Spezialisten eines Endoprothetikzentrums in Fulda künstliche Hüftgelenke mit knochenparenden Kurzschaften mit und ohne Zement ein – von der zementierten Variante sollen vor allem Menschen profitieren, deren Knochenqualität altersbedingt nachgelassen hat. Zement, aber keine Prothese, benötigt auch ein Wiesbadener Wirbelsäulenspezialist, wenn er Patienten mit osteoporotischen Wirbelkörperfrakturen mit einem minimalinvasiven Eingriff von großen Schmerzen befreit. Dass sich manche orthopädische Probleme auch gänzlich ohne chirurgischen Eingriff und sogar ohne Spritzen und Medikamente beheben lassen, beweist eine Klinik in Bad Krozingen mit einer speziellen manuellen Therapie.

Neben der Orthopädie ist die Kardiologie ein großes Thema in dieser Ausgabe von „Spitzenmedizin“. Gerade vor dem Hintergrund, dass Herz-Kreislauf-Erkrankungen immer noch verbreitet und sogar nach wie vor die häufigste Todesursache in Deutschland sind, sollte man sich mit den neuen Diagnose- und Therapieangeboten der Kardiologinnen und Kardiologen beschäftigen.

Weitere lesenswerte Themen dieser Ausgabe sind „Fest dritte Zähne an einem Tag“, innovative Behandlungsmethoden der Psychotherapie, die Versorgung von Menschen mit Schlafstörungen und die Behandlung von Long-Covid mithilfe der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre!

Ihr Redaktionsteam Spitzenmedizin

Alles Gute für Herz und Gefäße

In ihrer modernen Privatpraxis für Kardiologie und Lipidologie bieten Dr. med. Athanasios Konstantinou und Dr. med. Verena Urban eine umfassende Hightech-Diagnostik und ganzheitliche Therapien an – für jede Patientin und jeden Patienten individuell

Mittlerweile ist gut die Hälfte der älteren Menschen hierzulande mehr oder weniger von Arteriosklerose betroffen. Charakteristisch für die sogenannte Gefäßverkalkung infolge von Fettstoffwechselstörungen sind krankhafte Einlagerungen (Plaque) von Cholesterin und anderen Fetten (Lipiden) in die Innenwände der arteriellen Blutgefäße. Häufig betroffen sind die Halsschlagader, die Herzkranzgefäße und die Beinarterien. Mit der Zeit können sich die Gefäße so stark verengen, dass es zu Durchblutungsstörungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen kommt. Zudem kann sich Plaque aus den Gefäßwänden lösen und den Blutfluss blockieren – dann drohen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Hauptrisikofaktoren für Fettstoffwechselstörungen und im weiteren Verlauf Arteriosklerose sind neben einer genetischen Veranlagung vor allem ein erhöhter LDL-Cholesterinspiegel infolge fettreicher Ernährung, Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht und Bewegungsmangel. Es dürfte daher für viele Menschen ratsam sein, sich frühzeitig untersuchen zu lassen. Eine empfehlenswerte Adresse hierfür ist die **Privatpraxis für Kardiologie und Lipidologie in Frankfurt am Main**.

Warum empfiehlt sich gerade ein Besuch dieser Praxis? Dr. Konstantinou besitzt eine herausragende Expertise auf dem Gebiet der Arteriosklerose und kennt die komplexen Zusammenhänge dieser Gefäßerkrankung mit Fettstoffwechselstörungen und Bluthochdruck sehr genau. So ist er als einer der wenigen Kardiologen in Frankfurt im Besitz der Zusatzbezeichnungen Lipidologie (Fettstoffwechsel-Spezialist) und Hypertensiologie (Bluthochdruck-Spezialist). Ideal ergänzt werden seine Kompetenzen durch die Fachkenntnisse von Dr. med. Urban.



Als Kardiologin und Präventivmedizinerin, die mehr als 18 Jahre lang in führenden kardiologischen Zentren tätig war, ist es ihr ein besonderes Anliegen, nicht nur akute Herzerkrankungen zu behandeln, sondern auch ihre Patienten dabei zu unterstützen, Erkrankungen präventiv zu verhindern.

Blick in alle relevanten Gefäße

„Basis einer jeden Therapie ist bei uns eine umfassende KI-gestützte Diagnostik, die weit über bekannte Standards hinausgeht“, erklärt Dr. Konstantinou. „Das Herz und die Herzklappen untersuchen wir mittels modernster 3D/4D-real-time-Echokardiografie, die Arterien und Venen an Beinen und Armen, die Bauchorta und die Halsschlagader screenen wir ebenfalls mit Ultraschall. Damit erstellen wir sozusagen eine komplette Gefäßkarte für einen Patienten, die den Krankheitsverlauf offen legt und uns sehr genau zeigt, in welchen Gefäßen Verengungen, Ablagerungen und andere Veränderungen in welcher Ausprägung vorliegen. So können wir den Verlauf und Therapieerfolg genau überprüfen.“ Auf dieser Grundlage können die Kardiologen gemeinsam mit einem Patienten individuell passende Behandlungsziele festlegen. „Wir bieten das gesamte Spektrum der kardiologischen Therapien an“, berichtet Dr. Konstantinou.

Bei der Arteriosklerose spielen weiterhin die bewährten Statine (Cholesterinsenker) eine wichtige Rolle, aber auch einige sehr interessante neue Medikamente. „Ebenso wichtig ist aber auch ein gesunder Lebensstil“, ergänzt Dr. Urban. Die Kardiologin hat sich zusätzlich auf Ernährungsmedizin und Adipologie spezialisiert. Dies ergänzt hervorragend die lipidologische Expertise mit ernährungsmedizinischen Strategien, um ein bestmögliches, langfristiges Ergebnis zu erzielen. Dabei werden individualisierte Pläne basierend auf den einzelnen Bedürfnissen erstellt, die auch Maßnahmen zur Gewichtsreduzierung und sportlichen Aktivität beinhalten. „Die Behandlung kardiovaskulärer Risikofaktoren durch gezielte diätetische Maßnahmen zu ergänzen, zahlt sich aus, wie wir an unseren Patientinnen und Patienten sehen“, so Dr. Urban.

Das ganzheitliche, patientenzentrierte Konzept der Praxis, verschiedene kardiologische Expertisen und moderne Technik zusammenzubringen, um jeder Patientin und jedem Patienten eine individuelle passende Therapie zukommen zu lassen, ist offensichtlich genau das, was vielen Menschen nachhaltig hilft. So jedenfalls muss man die hohe Zufriedenheit der Patienten deuten, die sich Dr. Urban und Dr. Konstantinou anvertraut haben.

Privatpraxis für Kardiologie und Lipidologie

Dr. med. A. Konstantinou
und Dr. med. V. Urban

Bockenheimer Landstraße 33 – 35
60325 Frankfurt am Main

☎ (069) 363 937 630

✉ praxis@kardiologie.health

www.kardiologie.health





Herzklappenerkrankungen: Viele Therapiemöglichkeiten

Herzklappenerkrankungen können für die Betroffenen mit schwerwiegenden Symptomen wie Atemnot und Brustschmerzen einhergehen. Gerade im höheren Lebensalter sind verengte oder undichte Klappen oft der Grund für Einschränkungen von Leistungsfähigkeit, Lebensqualität und Lebenserwartung.

In Deutschland werden laut „Deutschem Herzbericht – Update 2024“ pro Jahr rund 104.000 Patienten mit Herzklappenerkrankungen stationär in Kliniken versorgt, 22.000 Menschen sterben daran. Mit dem Anstieg der Lebenserwartung nimmt auch die Häufigkeit von Herzklappenerkrankungen weiter zu. Bei etwa 10 bis 20 Prozent der Menschen über 75 Jahre liegt laut klinischen Studien eine derartige Erkrankung vor.

Unterschiedliche Symptome

Herzklappenfehler machen sich je nach Schwere der Herzklappenerkrankung und Art der betroffenen Klappe unterschiedlich bemerkbar, z. B. als Stenose infolge von Verengungen an der Klappe oder als Insuffizienz durch Undichtigkeiten. Bei der durch Verkalkung verursachten Aortenklappen-Verengung seien das Auftreten von Angina pectoris-Beschwerden – Schmerzen oder ein unangenehmes Engegefühl im Brustkorb – sowie Schwindel, Ohnmachtsanfälle oder gar

Bewusstlosigkeit ein Zeichen, dass operiert werden müsse, erklärt Professor Dr. med. Alexander Lauten vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung. Sind die Klappen des rechten Herzens erkrankt, kommt es etwa zu Wasseransammlungen in den Beinen (Ödeme). Appetitlosigkeit, Übelkeit, Gewichtszunahme, aber auch Gewichtsabnahme können ebenfalls Anzeichen einer Klappenerkrankung im rechten Herzen sein. Erkrankten können im linken Herzen die Mitralklappen- oder Aortenklappen, im rechten Herzen die Trikuspidal- oder Pulmonalklappen.

„Ein Herzklappenfehler muss rechtzeitig behandelt werden, noch bevor er einen irreversiblen Schaden des Herzmuskels verursacht. Leistungseinbußen und Luftnot bis hin zur Herzschwäche oder im schlimmsten Fall plötzlicher Herztod sind die Folgen“, warnt Professor Lauten, Chefarzt der 3. Medizinischen Klinik für Kardiologie und Rhythmologie am Helios Klinikum Erfurt im Experten-Ratgeber „Herzklappenerkrankungen – Welche Behandlung bei Herzklappenfeh-

lern?“ der Deutschen Herzstiftung (kostenfrei beziehbar über <https://herzstiftung.de/bestellung>).

Operation oder Kathetereingriff?

Die Medizin hat große Fortschritte auf dem Gebiet der Klappentherapie gemacht. Heute gibt es zahlreiche Möglichkeiten, eine Herzklappe zu reparieren oder zu ersetzen – offene oder minimalinvasive Operationsverfahren der Chirurgie und katheterbasierte Behandlungen der Kardiologie. Welches Verfahren zum Einsatz kommt, hängt von der betroffenen Herzklappe und Art des Defektes – Verengung oder Undichtigkeit – ab. Über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten und Therapieverfahren bei Herzklappenerkrankungen und für welche Art von Herzklappenfehlern diese infrage kommen, darüber informieren Herzexperten im genannten Ratgeber



Klinikleiter Prof. Dr. med.
Boris Schmidt

Spitzenkardiologie in erstklassigem Ambiente

Novum in Hessen: In der CCB Privatklinik in Frankfurt werden Patienten mit Herzrhythmusstörungen und weiteren kardiovaskulären Erkrankungen von erfahrenen Spezialisten behandelt



Klinikleiter Prof. Dr. med. KR
Julian Chun

Die CCB Privatklinik in Frankfurt am Main ist ein neues Angebot für Privatpatienten und Selbstzahler mit kardiovaskulären Erkrankungen. Medizinisch versorgt werden sie von renommierten Fachärztinnen und -ärzten des CCB, die das gesamte Spektrum der invasiven und nicht-invasiven Kardiologie, Angiologie und Hämostaseologie abdecken. Einer der Schwerpunkte ist die interventionelle Elektrophysiologie mit der Katheterablation sämtlicher Herzrhythmusstörungen.

Ob PTCA, die Implantation von Herzschrittmachern oder die Behandlung von Herzinsuffizienz: In der im April 2023 eröffneten CCB Privatklinik werden Patientinnen und Patienten mit den verschiedensten Herz- und Gefäßerkrankungen behandelt. Dafür steht ein hoch qualifiziertes Team aus Fachärzten der Inneren Medizin mit besonderer Expertise in der Kardiologie und Angiologie bereit. Geleitet wird die Privatklinik von Prof. Dr. med. Boris Schmidt und Prof. Dr. med. KR Julian Chun. Die Spezialisten haben sich ein internationales Renommee in der interventionellen Elektrophysiologie erworben.

„Wir führen gemeinsam mit unserem Team mehr als 2000 Katheterablationen zur Behandlung von Herzrhythmusstörungen, insbesondere dem Vorhofflimmern, durch“, erklärt Prof. Schmidt.

Neue Ablation bei Vorhofflimmern

Wie er weiter ausführt, profitierten die Patientinnen und Patienten der Privatklinik nicht nur von der Expertise und Erfahrung der Fachärzte, sondern auch von neuesten Technologien: „Wir wenden nicht nur die traditionellen thermischen Ablationsverfahren an, sondern beispielsweise auch die Pulsed Field Ablation, kurz PFA. Mit dieser innovativen Verödungsmethode können



wir das Vorhofflimmern sehr effektiv und vor allem besonders schonend behandeln. Die Verödung erfolgt durch ultraschnelle elektrische Stromstöße. Das neue Verfahren macht die ohnehin risikoarme Ablation noch sicherer.“ Dies gelte jetzt umso mehr, da man die PFA seit Kurzem in Kombination mit dem 3-D-Mapping durchführen könne, ergänzt Prof. Chun. „Mit der hochauflösenden Bildgebung können wir eine Art Landkarte des Herzzinneren erstellen, das zu behandelnde Gewebe exakt lokalisieren und die Ablation überwachen. Das bedeutet: Wir können jetzt noch schneller, präziser und sicherer veröden.“

10 moderne Einzelzimmer

Neben den medizinisch-therapeutischen Leistungen tragen auch der Service und das Ambiente in der Frankfurter Privatklinik zum Behandlungserfolg bei. Um die Patienten jederzeit persönlich betreuen zu können, wurde die Bettenzahl auf zehn begrenzt. Es gibt ausschließlich Einzelzimmer, die alle hochwertig eingerichtet sind, u. a. mit barrierefreiem Duschbad, elektrisch verstellbarem Bett, Safe, Flachbild-TV, WLAN und Schreibtisch. Entspannen können die Patienten in der mit einer Bibliothek und Großbild-TV ausgestatteten

Lounge, im Bistro werden geschmackvolle Speisen, frisches Obst und Getränke angeboten. In der Regel bleiben die Patienten für ein bis zwei Nächte. Während dieser Zeit wird ihr Herz durchgängig telemetrisch überwacht. Zudem kümmern sich Pflegendes und Ärzte um ihr Wohlergehen. „Am wichtigsten ist natürlich die medizinische Versorgung. Diese ist unserer Klinik zweifellos erstklassig“, sagt Prof. Schmidt. „Darüber hinaus legen wir großen Wert darauf, unsere Patienten persönlich zu betreuen und ihnen den Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten“, betont Prof. Chun. Sie sollen sich bei uns nicht nur in guten Händen wissen, sondern auch wohl fühlen, wie herzlich willkommene Gäste.“

CCB Privatklinik Herz- und Gefäßmedizin

Agaplesion Markus Krankenhaus,
4. OG, (Eingang über dem MVZ/
Medizentrum)

Wilhelm-Epstein-Straße 2
60431 Frankfurt am Main

☎ (069) 24 75 164 – 0

✉ info@ccb-privatklinik.de

www.ccb-privatklinik.de



Hochspezialisierte Kardiologie in Diagnostik und Therapie

Krankenhäuser der Marienhaus-Gruppe bieten eine umfangreiche kardiologische Versorgung in der Fläche – hochmoderne Fachabteilungen mit Herzkatheterlabor leisten Spitzenmedizin im ländlichen Raum

Gerade in einer älter werdenden Gesellschaft leiden immer mehr Menschen an Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Diese meist chronisch verlaufenden Krankheiten werden häufig unterschätzt. Sie haben schwerwiegende Folgen, wenn sie nicht qualifiziert behandelt werden. Sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen doch inzwischen Todesursache Nummer eins in Deutschland.

In den Krankenhäusern der Marienhaus-Gruppe finden Patientinnen und Patienten eine moderne umfangreiche kardiologische Versorgung in Wohnortnähe. Dazu gehört beispielsweise die Diagnostik und medikamentöse Behandlung von Herzschwäche, Herzmuskelerkrankungen, aber auch der Einsatz und die Kontrolle von Herzschrittmachern. Dazu stehen in den Häusern alle nicht-invasiven diagnostischen Verfahren wie Echokardiographie, transösophageale Echokardiographie, 3D-Echokardiographie, Herz-CT sowie Herz-MRT zur Verfügung. Sie werden in enger Zusammenarbeit mit den Abteilungen für diagnostische und interventionelle Radiologie durchgeführt.

Zusätzlich verfügen die meisten Kliniken über eine kardiologische Fachabteilung mit Herzkatheterlabor. Als zertifizierte Chest Pain Units sind diese Abteilungen unter anderem auch spezialisiert auf die Diagnostik und Primärtherapie von Patienten mit akutem Brustschmerz.

Im Herzkatheterlabor bieten die Ärztinnen und Ärzte gründliche Untersuchungen und hochmoderne spezialisierte Therapien für zahlreiche Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems an. Sie behandeln Patienten mit koronarer Herzkrankheit, akutem Herzinfarkt,

Lungenembolie und Herzrhythmusstörungen, sie bieten Herzklappentherapie und renale Denervation an. Das ist kardiologische Spitzenmedizin, die die Kliniken der Marienhaus-Gruppe auch in ländlichen Regionen vorhalten. Patienten finden so wohnortnah eine kompetente Diagnostik und wirkungsvolle Therapie.

Koronare Herzkrankheit: Engstellen und Gefäßverschlüsse

Weit verbreitet ist beispielsweise die koronare Herzkrankheit, bei der die Herzkranzgefäße, die den Herzmuskel mit sauerstoffreichem Blut versorgen, verkalkt sind. Diese Ablagerungen an den Gefäßwänden können zu Engstellen oder sogar Gefäßverschlüssen führen. Der Blutfluss zum Herzmuskel wird dadurch verhindert. Ist ein Blutgefäß vollständig blockiert, führt das im schlimmsten Fall zu einem Herzinfarkt. Deshalb kann eine frühzeitige Diagnostik zum Beispiel mit der kardialen Computertomographie (Kardio-CT) überlebenswichtig sein. Diese bildgebende Untersuchungsmethode, die beispielsweise im Krankenhaus Maria Hilf in Bad Neuenahr durchgeführt wird, erlaubt präzise Einblicke in die Herzkranzgefäße – und das bei minimaler Belastung für den Patienten. Die Untersuchung im Kardio-CT wird seit kurzem auch von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt.

Chest Pain Unit: Sofortige Diagnostik

Patienten mit einem akuten Koronarsyndrom werden umgehend in der Chest Pain

Unit untersucht. Ihre Symptome können auf einen Verschluss oder eine hochgradige Verengung eines Herzkranzgefäßes hinweisen. Das muss schnellstmöglich abgeklärt werden. Die Diagnostik findet im Herzkatheterlabor statt, denn die Kardiologen können dann die Gefäßverengungen und -verschlüsse direkt behandeln. Das kann das Leben des Patienten retten. Das Herzmuskelgewebe wird nämlich anschließend wieder mit sauerstoffreichem Blut versorgt. Hier ist allerdings schnelles Handeln wichtig. Je länger das Gewebe nicht durchblutet wird, desto größer ist die Gefahr, dass die Zellen absterben und das Herz durch die Unterversorgung stark geschädigt wird. In den Marienhaus Kliniken in Bad Neuenahr-Ahrweiler, Bitburg, Mainz, Neustadt/Weinstraße, Neuwied, Saarlouis, St. Wendel und im Gemeinschaftskrankenhaus Bonn stehen Herzkatheterlabore für die lebensrettenden Untersuchungen und Eingriffe zur Verfügung.

Pulmonale Thrombektomie: Lebensrettender Eingriff

Die Lungenembolie, eine weitere sehr häufig auftretende lebensbedrohliche Erkrankung, wird in den Herzkatheterlaboren der Marienhaus-Gruppe mit einer innovativen Technologie, der pulmonalen Thrombektomie behandelt. Bei einer Lungenembolie verschließen Blutgerinnsel die Gefäße der Lunge. So fließt weniger Blut in die Lunge und die Sauerstoffversorgung des gesamten Körpers verschlechtert sich drastisch. Bislang erhielten Patienten mit Lungenembolie eine medikamentöse Lyse-Therapie, mit der die Thromben aufgelöst wurden. In den Marien-

haus Kliniken entfernen die Kardiologen die Gerinnsel inzwischen mit einem minimalinvasiven Eingriff unter örtlicher Betäubung. Mit einem speziellen Katheter saugen sie die Thromben in den Lungenadern zuverlässig ab. Für die Patienten ist das eine sehr effektive und sichere Behandlung.

Rhythmologie: Wenn das Herz aus dem Takt gerät

Herzrhythmusstörungen therapieren die Kardiologen der Marienhaus-Gruppe ebenfalls im Herzkatheter. Unter dieser Herzerkrankung leiden viele Menschen. Es gibt angeborene und erworbene Herzrhythmusstörungen wie das Vorhofflimmern. Manche Herzrhythmusstörungen sind harmlos, andere aber lebensbedrohlich. Diese können die Herzfunktion schädigen und die Ursache von Schlaganfällen sein. Ihnen gemeinsam ist, dass der Herzrhythmus aus dem Takt gerät, weil Muskelzellen im Herzen unkontrolliert elektrische Impulse aussenden. Die Kardiologen haben sich auf die Rhythmologie spezialisiert und führen Ablationen durch. Im Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Neuwied steht dafür beispielsweise das hochmoderne „Robotische Magnetische Navigationssystem“ von Stereotaxis zur Verfügung. Zusätzlich können hier ausgewählte Patienten mit der Pulsed Field Ablation therapiert werden, einer weiteren neuen innovativen Behandlungsmethode von Vorhofflimmern. Damit veröden die Kardiologen sehr präzise und millimetergenau die Bereiche des Herzmuskelgewebes, die für die Entstehung der Rhythmusstörung verantwortlich sind.

Renale Denervation: Wenn der Blutdruck aus der Kontrolle ist

Eine weitere innovative Therapie, die in den Herzkatheterlaboren der Kliniken der Marienhaus-Gruppe durchgeführt wird, ist die renale Denervation. Dieses Verfahren kommt für Menschen infrage, deren Blutdruck sich trotz mehrerer Medikamente, die sie in höchster Dosierung einnehmen, nicht ausreichend senken lässt. Wenn bei der gründlichen Diagnostik alle möglichen



Landkarte Kardiologie bei der Marienhaus-Gruppe mit allen Häusern, die kardiologische Versorgung anbieten.

Marienhaus-Gruppe

www.marienhaus.de

Über diesen QR-Code kommen Sie zur Kardiologie bei der Marienhaus-Gruppe:





Herz-Kreislauf-Check spätestens mit 50

Wie die aktuellen Zahlen des Deutschen Herzberichts (Update 2025) der Herzstiftung zeigen, ist die Sterblichkeit durch die Koronare Herzkrankheit mit rund 120.000 Fällen (davon 44.000 Herzinfarkt-tote) hierzulande nach wie vor besonders hoch. Besonders Defizite in Prävention und Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind laut Herzstiftung und Gesellschaft für Kardiologie der Grund dafür, dass Deutschland in der Lebenserwartung trotz hoher Gesundheitsaufwendungen im Vergleich zu anderen westeuropäischen Ländern nur hintere Ränge belegt.

„Mit dem Alter steigt auch die Häufigkeit von Herzkrankheiten wie koronarer Herzkrankheit, Herzschwäche oder Herzrhythmusstörungen wie Vorhofflimmern stetig an und damit auch das Risiko für schwerwiegende Ereignisse wie Herzinfarkt, Schlaganfall und plötzlicher Herztod. Je früher wir aktiv mit gezielter Prävention und Früherkennung vorsorgen, desto besser“, erklärt der Kardiologe Prof. Dr. Stephan Baldus, Mitglied im wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung.

348.300 Todesfälle in 2023

Warum eine flächendeckende Initiative für einen Herz-Kreislauf-Gesundheitscheck im besten Fall ab 35 und spätestens ab dem 50. Lebensjahr so dringlich sei, zeigten allein schon die Zahlen: „Die Herz-Kreislauf-Sterblichkeit ist deutlich erhöht bei der

Bevölkerung über 65 Jahre – bei Menschen im Alter von 65 bis 69 Jahren sogar über 60-fach höher als bei 25- bis 29-Jährigen“, gibt Prof. Baldus zu bedenken.

„Weil Deutschlands überdurchschnittlich hohe Herz-Kreislauf-Sterblichkeit mit über 348.300 Todesfällen im Jahr 2023 – das ist jeder dritte Sterbefall – vor allem Defiziten in der Prävention geschuldet ist, brauchen wir standardisierte Vorsorgeprogramme für Herz-Kreislauf-Erkrankungen für Menschen im besten Fall ab 35 und spätestens ab dem 50. Lebensjahr“, fordert der Stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Deutschen Herzstiftung, Prof. Dr. Heribert Schunkert.

Prof. Schunkert und Prof. Baldus sehen in einer besseren Umsetzung von Präventionsmaßnahmen und in einem verstärkten öffentlichen Bewusstsein für die Gefahren, die von Herz-Kreislauf-Leiden ausgehen,

den entscheidenden Hebel für Deutschland, „wieder den Anschluss an den bereits in anderen europäischen Ländern erreichten Stand der Herz-Kreislauf-Vorsorge zu gewinnen“.

Wer im Alter von 50 Jahren einen normalen Blutdruck, normale Cholesterinwerte und ein gesundes Körpergewicht hat, nicht raucht und nicht an Diabetes erkrankt ist, bleibt im Vergleich zu Personen mit allen fünf Risikofaktoren länger von Herzkrankheiten verschont und lebt insgesamt länger: Frauen ohne Risikofaktoren sterben 14,5 Jahre (Männer: 11,8 Jahre) später als Personen, die im mittleren Alter alle fünf Risikofaktoren aufweisen.

Über den Herz-Kreislauf-Gesundheitscheck informiert die aktuelle Ausgabe der Herzstiftungs-Zeitschrift HERZ heute (Ausgabe 3/2025).



Herz-Diagnostik auf neuem Level – ohne Katheter, ohne Eingriff

Bemerkenswerte Innovation in der RNS Gemeinschaftspraxis in Wiesbaden: Mit einem Hightech-Computertomografen der neuesten Generation erzeugt der Radiologe Prof. Dr. med. Ralf Bauer Bilder der Herzkranzgefäße in bisher nicht erreichter Auflösung, Schärfe und Detailgenauigkeit

Niemand unterzieht sich gerne einer Untersuchung mit dem Herzkatheter. Wer allerdings eindeutige Symptome und Anzeichen eines Herzinfarktes zeigt, sollte nicht zögern und umgehend diesen invasiven Eingriff über sich ergehen lassen. Anders verhält es sich, wenn man Symptome wie ein Engegefühl in der Brust oder Luftnot bei körperlicher Belastung aufweist, aber keine klare Diagnose durch eine klinische Untersuchung vorliegt – in diesen Fällen muss heutzutage keine Herzkatheteruntersuchung mehr durchgeführt werden, denn es gibt längst eine ebenso aussagekräftige nicht-invasive Alternative: die Computertomografie des Herzens, kurz Herz-CT.

Nicht-invasive Untersuchungen des Herzens bilden schon seit fast 20 Jahren einen Schwerpunkt in der Tätigkeit von Prof. Dr. med. Ralf Bauer. Der erfahrene Radiologe besitzt eine hohe Expertise in der Beurteilung von Schnittbildern des Herzens, die er mithilfe spezieller Computertomografen (CT) und Magnetresonanztomografen (MRT) erstellt. Während sich das Herz-MRT sehr gut eignet, um die Diagnose von Durchblutungsstörungen oder Erkrankungen des Herzmuskels zu unterstützen und darüber hinaus zur erweiterten Abklärung von Herzinsuffizienz oder Herzklappenfehlern eingesetzt wird, ermöglicht das Herz-CT eine präzise Analyse der Koronararterien, also der Herzkranzgefäße. Mit der nicht-invasiven Bild-Diagnostik lassen sich sogar noch in einem Frühstadium befindliche Ablagerungen – insbesondere von Kalk und Cholesterin – in den Gefäßen sichtbar machen. Das Herz-CT übernimmt

also die zunehmend wichtige Aufgabe, die weit verbreitete Arteriosklerose und damit die Hauptursache für einen möglichen späteren Herzinfarkt zu diagnostizieren. Gefährdet sind Menschen, die rauchen, einen hohen Blutdruck oder einen hohen Cholesterinspiegel haben oder in deren Familie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes vorliegen.

Gefäßablagerungen frühzeitig erkennen

Ihnen kann Prof. Bauer jetzt eine noch präzisere Diagnostik in einem noch früheren Stadium anbieten. „Unser neuer Computertomograf liefert Bilder in einer bisher nicht dagewesenen Auflösung und Schärfe, die Details erkennen lassen, die kein CT bisher zeigen konnte“, erklärt der Radiologe. „Für die Patientinnen und Patienten ist das ein großer Gewinn, denn jetzt können wir Ablagerungen in den Herzkranzgefäßen noch früher erkennen und gepaart mit unserer jahrelangen Erfahrung noch genauer einschätzen, ob weitere Diagnostik ratsam ist oder eine Therapie eingeleitet werden sollte.“ Das nicht-invasive Herz-CT ist völlig schmerzfrei und liefert innerhalb weniger Minuten hochauflösenden Bilder, die Prof. Bauer anschließend analysiert und mit dem Patienten bzw. der Patientin bespricht.

Krankenkassen übernehmen die Kosten

Untersuchen lassen können sich nicht nur Privatpatienten und Selbstzahler, sondern inzwischen auch gesetzlich Versicherte. Allerdings müssen sie bestimmte Voraussetzungen



Radiologe Prof. Dr. med.
Ralf Bauer

erfüllen, damit die Krankenkassen die Kosten übernehmen. Dazu gehört in erster Linie, dass nach ärztlicher Einschätzung die Wahrscheinlichkeit für das Vorliegen einer koronaren Herzkrankheit mindestens 15 Prozent beträgt.

Ermittelt wird dieser Risikowert durch medizinische Vortests und Abklärung verschiedener Faktoren (u. a. Alter des Patienten, kardiovaskuläre Beschwerden, Familienanamnese) in der Regel durch Ihren behandelnden Hausarzt oder Internisten.

Die Wartezeit auf ein Herz-CT in der Praxis von Prof. Bauer beträgt etwa drei Wochen, in dringenden Fällen ein bis zwei Tage.

**RNS Gemeinschaftspraxis für
Radiologie und Strahlentherapie**
Prof. Dr. med. Ralf Bauer
Facharzt für Radiologie, Spezialist für
nicht invasive bildgebende Diagnostik
des Herzens

Beethovenstr. 20
65189 Wiesbaden

☎ (0611) 565 89-1400

✉ joho@rns.de

www.rns.de





Alle vier großen Volkskrankheiten sind mit Parodontitis assoziiert

Laut Bundeszahnärztekammer (BZÄK) ist die Mehrheit der Erwachsenen in Deutschland von Parodontitis betroffen. Rund 14 Millionen Menschen, so heißt es, haben sogar eine schwere Parodontalerkrankung.

Parodontitis ist eine weit verbreitete komplexe, nicht-übertragbare, chronische, entzündliche Erkrankung des Zahnhalteapparates, die nicht nur der Mundgesundheit schadet und zu Zahnverlust führen kann, sondern auch Körper und Organe belastet. Das betrifft insbesondere die vier großen Volkskrankheiten Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronischen Atemwegserkrankungen und Krebs. Die Zusammenhänge im Überblick:

Diabetes: Diabetes und Parodontitis beeinflussen sich bidirektional und verstärken einander. Die chronische Entzündung des Zahnfleisches kann die Blutzuckerkontrolle beeinträchtigen und somit die Diabetes-Symptome verschlimmern. Studien zeigen, dass eine unbehandelte Parodontitis den HbA1c-Wert, einen wichtigen Indikator für die Blutzuckerkontrolle, negativ beeinflussen kann. Eine Parodontitis begünstigt zudem die Folgeerkrankungen des Diabetes und kann die Sterblichkeit erhöhen. Diabetiker mit schwerer Parodontitis haben ein bis zu 8,5-fach erhöhtes Risiko für Nierenerkrankungen.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Parodontitis kann systemische Entzündungen fördern,

die das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen. Es wurde nachgewiesen, dass Patienten mit Parodontitis häufiger an Herzinfarkten und Schlaganfällen leiden. Die entzündlichen Prozesse im Mundraum können arteriosklerotische Veränderungen begünstigen und somit die Entstehung bzw. Verschlechterung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen fördern. Eine schwedische Studie zeigte, dass Parodontitispatienten ein um 49 Prozent höheres Risiko hatten, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall in den nächsten sechs Jahren zu erleiden. Je schwerer die Zahnbett-erkrankung, desto höher war das Risiko.

Atemwegserkrankungen: Die Bakterien, die Parodontitis verursachen, können über die Atemwege in die Lunge gelangen und dort Infektionen auslösen oder bestehende Atemwegserkrankungen verschlimmern. Besonders bei älteren Menschen und Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen wie COPD kann dies zu schwerwiegenden Komplikationen führen.

Krebs: Es gibt Hinweise darauf, dass Parodontitis das Risiko für bestimmte Krebsarten

erhöhen kann. Insbesondere Mundhöhlen- und Rachenkrebs sind mit schlechter Zahngesundheit assoziiert. Studien deuten darauf hin, dass die durch Parodontitis verursachten Entzündungsmediatoren die Krebsentstehung und -progression begünstigen können. Porphyromonas gingivalis, ein häufiger Erreger der Parodontitis, spielt eine Rolle bei der Krebsentstehung. Er fördert eine anhaltende Entzündungsreaktion, die zur Freisetzung von entzündungsfördernden Zytokinen und freien Radikalen führt. Dies kann DNA-Schäden verursachen und ein schnelles Zellwachstum begünstigen, was das Krebsrisiko erhöht.

Die Verbindung zwischen Parodontitis und diversen Volkskrankheiten macht deutlich, dass einzelne Erkrankungen nicht isoliert betrachtet werden können. Und sie zeigt, dass eine umfassende Gesundheitsvorsorge auch die Mundgesundheit berücksichtigen sollte. Dazu schreibt die BZÄK: „Präventive Maßnahmen wie regelmäßige zahnärztliche Kontrollen, eine gezielte Parodontistherapie und eine konsequente Mundhygiene sind entscheidend, um das Risiko für viele Erkrankungen zu minimieren.“



Wieder unbeschwert lachen – und das ohne lange Behandlungszeiten

Moderne Therapiekonzepte machen es möglich: Die Mainzer Dr. Kraus Implantatkl. versorgt ihre Patienten an nur einem Tag mit Implantaten und feststehendem Zahnersatz

Neue, feststehende Zähne an einem Tag – das hört sich zunächst nach einem Werbeversprechen an, bei dem man sich fragt, wie das denn funktionieren soll. „Es geht in den allermeisten Fällen heutzutage tatsächlich – die Fortschritte in der Zahnmedizin haben es möglich gemacht“, sagt Dr. med. dent. Daniel Kraus M.Sc. M.Sc., zahnärztlicher Leiter und Inhaber der Mainzer Dr. Kraus Implantatkl. Dank des modernen Behandlungskonzepts „All-on-4“ könnten nicht nur die Implantate in einer Sitzung im Kiefer verankert werden, ohne dass ein separater Knochenaufbau notwendig sei, sondern auch der sichtbare Zahnersatz aufgesetzt werden, fährt der Fachzahnarzt für Oralchirurgie fort. „Besondere Schraubgewinde und das schräge Bohren in den Kieferknochen sind die wesentlichen Merkmale des Konzepts, die für unmittelbaren festen Sitz sorgen. Und in schwierigen Fällen, wenn zu wenig Halt gebender Knochen da ist, können wir besonders lange Spezialimplantate im stabilen Jochbein (Zygoma) verankern“, erklärt Dr. Kraus, der seit über 25 Jahren auf das Setzen von Implantaten spezialisiert ist.

Für nahezu jeden Patienten geeignet

Das Verfahren „All-on-4“ kommt für nahezu alle Patienten infrage, bei denen der Zahnverlust droht oder mit bereits bestehender Zahnlosigkeit von einem oder beiden Kiefern. Nicht mehr erhaltenswürdige Zähne werden zu Behandlungsbeginn entfernt. Im nächsten Schritt setzt Dr. Kraus vier bis sechs Implantate, die die Grundlage für den gumenplattenfreien Zahnersatz bil-

den, der parallel im hauseigenen Meisterlabor gefertigt und unmittelbar auf den neu gesetzten Implantaten verschraubt wird. „Noch am selben Tag geht die Patientin oder der Patient mit festen neuen Zähnen nach Hause“, so Dr. Kraus. Der große Vorteil der Methode dürfte vor allem für all jene offensichtlich sein, die in der Vergangenheit mit künstlichen Zahnwurzeln versorgt wurden. Es ist nämlich noch gar nicht so lange her, dass sich eine solche Behandlung über viele Monate hinzog – zahlreiche Termine und Eingriffe waren die Regel, vorgelagerte Knochenaufbau- Eingriffe und schlecht sitzende Provisorien. Hinzu kommt: Aufgrund der viel kürzeren Behandlungszeit ist die „All-on-4“-Behandlung bis zu 30 Prozent kostengünstiger gegenüber klassischen Implantat-Behandlungen.

Eine der modernsten Zahnkliniken in der Region

Patienten, die sich in der Mainzer Implantatkl. mit dem „All-on-4“-Konzept behandeln lassen, können sich darauf verlassen, dass sie von einem erfahrenen Team professionell und mit maximaler Sicherheit versorgt werden. Dr. Kraus führt eine der modernsten Zahnkliniken im Rhein-Main-Gebiet, in der ein 50-köpfiges Team für die Patienten da ist. Der Zahnarzt und Oralchirurg selbst hat bereits mehr als 20.000 Implantatbehandlungen durchgeführt und darf seine Klinik offiziell „All-on-4“ Excellence Center nennen. Aus gutem Grund. Die Erfolgsquote Hunderter dort mit „All-on-4“ behandelten Patienten liegt bei über 99 Prozent.



Dr. Kraus Zahnärzte & Implantatkl.

Emy-Roeder-Straße 4
55129 Mainz

☎ (06 131) 55 30 90

✉ praxis@dr-kraus.com

www.dr-kraus.com



Wesentliches

- „All-on-4“ Excellence Center
- Spezialsprechstunden für „All-on-4“ und Implantate
- Klinikbereich für maximale Sicherheit und Komfort
- Narkosebehandlungen
- Hauseigenes Meiserlabor
- Finanzierung und Ratenzahlung möglich
- Gut erreichbar an der A60
- Kostenfreie Parkplätze
- Barrierefrei



Bewegung schützt vor Wintersteifigkeit

Wer auch in der kalten Jahreszeit aktiv bleibt, schützt seine Gelenke am besten, rät die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie (DGOU). Schon ein täglicher Spaziergang im Herbst halte beweglich und beuge Beschwerden vor.

Gerade wenn es draußen kalt und ungemütlich wird, berichten viele ältere Menschen über Steifigkeit in Muskeln und Gelenken. Besonders betroffen sind Menschen mit Arthrose oder Rheuma. Fachleute sprechen von „Wintersteifigkeit“ – Beschwerden, die sich durch Schmerzen, eingeschränkte Beweglichkeit und Morgensteifigkeit äußern und oft auch den Kreislauf betreffen. Sich zu bewegen sei das wirksamste Mittel, um diesen Problemen vorzubeugen, sagt DGOU-Präsident Prof. Dr. Christoph H. Lohmann. „Schon kleine Routinen im Alltag machen einen großen Unterschied.“

Warum nehmen Beschwerden im Herbst zu? Sinkende Temperaturen und feuchte Witterung setzen Muskeln und Gelenken zu: Die Durchblutung nimmt ab, Bänder und Sehnen werden steifer und auch die Gelenkflüssigkeit verändert sich. Die Kombination aus Kälte und Feuchtigkeit führt zur Schwellung der Gelenke. Zudem können Luftdruckschwankungen den Druck im Gelenkinneren beeinflussen und Schmerzen auslösen. Manchmal reagieren die Blutgefäße in der Kälte unregelmäßig. Sie ziehen sich zu stark

zusammen oder erweitern sich zu wenig, was zu Blutdruckschwankungen führt. „Besonders gefährdet sind Menschen mit Arthritis, Arthrose, Rheuma oder Erkrankungen der Muskulatur und Sehnen. Bei Kälte, Nässe und weniger Bewegung verschärfen sich ihre Probleme erheblich. Aber auch Patientinnen in den Wechseljahren sowie Menschen mit Über- oder Untergewicht leiden häufiger stärker“, erläutert Lohmann.

Für starke Muskeln und geschmeidige Gelenke

Regelmäßige Bewegung stärkt Muskeln, hält Gelenke geschmeidig und fördert die Durchblutung. „Schon kleine tägliche Einheiten wie Spaziergänge, Gymnastik oder leichtes Gerätetraining können Beschwerden vorbeugen. Gelenkschonende Sportarten wie Schwimmen, Walking oder Physiotherapieübungen sind besonders geeignet“, sagt Prof. Dr. Bernd Kladny, stellvertretender Generalsekretär der DGOU. „Sie helfen, Beweglichkeit und Kraft auch in der dunklen Jahreszeit zu erhalten

und das Risiko für Schmerzen oder Stürze deutlich zu senken.“

Wichtig ist, den Körper vor jeder Aktivität aufzuwärmen. Gleichmäßige Bewegungen wie lockeres Gehen, Radfahren auf dem Heimtrainer oder leichte Gymnastik bereiten Muskeln und Gelenke optimal vor. Erst wenn der Körper „warmgelaufen“ ist, verträgt er auch Sportarten mit schnellen Stopps oder Richtungswechseln. Bei Aktivitäten im Freien empfiehlt es sich, die Atemwege mit Schal oder Tuch zu schützen, da die Bronchien empfindlich auf kalte Luft reagieren.

Wer sich in der dunklen Jahreszeit zu wenig bewegt, hat nicht nur mit Wintersteifigkeit zu tun, sondern baut auch Muskelkraft und Koordinationsvermögen ab. Das erhöht das Risiko für Stürze und Folgeerkrankungen wie Osteoporose. Auch Blutfettwerte und Herz-Kreislauf-Beschwerden können zunehmen. Häufig geraten Betroffene in eine Schmerzspirale: Schmerzen führen zu weniger Bewegung – und weniger Bewegung wiederum verstärkt die Schmerzen. Dies sollte man vermeiden.



Schluss mit Rückenschmerzen

Die Packi Klinik behandelt mit großem Erfolg Beschwerden des Bewegungsapparates – ohne OP und Medikamente

Rückenschmerzen sind unserer modernen Gesellschaft längst eine Volkskrankheit. Viele Betroffene sind in ihrer Mobilität eingeschränkt und plagen sich täglich mit zermürenden Schmerzen herum. So war es auch bei Dr. Alexander Baldus, einem Mediziner aus dem Kölner Raum. „Massive Rückenschmerzen haben mich über Wochen aus der Bahn geworfen“, erzählt der Chirurg und Sportarzt mit eigener Praxis und Klinikarzt in einer Notaufnahme. Ein Kollege habe ihm Übungen empfohlen, die einst der 2021 verstorbene Pionier in der Schmerztherapie, Walter Packi, entwickelt hat und die man im Internet finden kann.

„schmerzfrei ohne Operation“ und verzichtet auch auf Spritzen und Schmerzmittel.

Bei Dr. Baldus stellten sich rasch Erfolge ein. „Als ich nach viereinhalb Stunden auf der Autobahn in der Klinik ankam, konnte ich mich kaum noch rühren – mein Schmerzempfinden auf der Skala von 0 bis 10 lag bei 9. Nach vier Tagen Therapie lag es nur noch bei 4“, erinnert sich der Mediziner. Für Claus Becker, leitender Arzt in der Packi Klinik, ist das keine Überraschung: „Wir blicken auf eine fünfstellige Zahl von Patienten, deren Schmerzen wir erheblich reduzieren oder die wir komplett schmerzfrei machen konnten“, so der Mediziner.



Wolfgang Packi und Dr. Alexander Baldus

Muskuläre Funktionsstörungen als Schmerzsache

Die Packi-Therapie beruht auf der Annahme, dass Beschwerden des Bewegungsapparates, auch Bandscheibenvorfälle etwa, auf muskuläre Funktionsstörungen zurückzuführen sind. Wolfgang Packi, Sohn des Erfinders der Biokinetik sowie Inhaber und Geschäftsführer der Packi Klinik, erklärt den Zusammenhang wie folgt: „Muskeln arbeiten nicht isoliert, sondern immer in Form von Ketten. Direkt oder indirekt sind die meisten der rund 600 Muskeln des Menschen am Fortbewegungsprozess beteiligt. Sie müssen perfekt zusammenarbeiten, wie die Zahnräder eines Getriebes. Funktioniert ein Muskel nicht richtig, kann das gesamte System ausgebremst werden.“

Als prominentes Beispiel nennt Packi die verkürzte Bauchmuskulatur bei Menschen, die viel sitzen. Sie belasten die Bandscheibe, was zu einem Bandscheibenvorfall führen könne. Auch die Arthrose sei tatsächlich keine Verschleißerkrankung, sondern habe ihren Ursprung in Funktionsstörungen der Muskulatur. Eine eingeschränkte mus-

kuläre Beweglichkeit führe dazu, dass der Knorpel nicht mehr ausreichend ernährt wird und sich abbaut. „Der Schmerz entsteht nicht im Knorpel, sondern durch eine Bewegungsstörung der Muskulatur“, so der Klinik-Inhaber.

Hier setzt die Packi-Therapie an. Walter Packi: „Muskuläre Funktionsstörungen lassen sich meist schnell und ohne Operation und Medikamente therapieren. Der Arzt informiert sich ausführlich über die täglichen Bewegungsmuster des Patienten und macht sich gedanklich ein dreidimensionales Bild seines funktionellen Bewegungsapparates, um die gestörten Muskeln zu lokalisieren. Dabei muss er sich auf seinen Verstand und auf seine Finger verlassen, denn diese Muskeln selbst sind inaktiv und daher im MRT unauffällig. Sie verursachen Schmerzen nicht direkt, sondern bremsen gesunde Muskeln aus, damit diese die kranken Muskeln nicht überlasten. Schmerz und Schmerzsache sind also räumlich getrennt. Anschließend stimuliert der Arzt die verkürzten oder ‚kranken‘ Muskeln mit speziellen manuellen Techniken und erstellt ein präzises Übungsprogramm für besonders geschulte Physiotherapeuten. Er überwacht engmaschig die Fortschritte und therapiert auch stets selbst.“

Die meisten orthopädischen Probleme lassen sich laut Packi so im Verlauf von wenigen Tagen oder Wochen nachhaltig heilen. Behandelbar sind alle Schmerzen des Bewegungsapparates.

Packi Klinik

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

☎ (0 76 33) 9 33 21-0

✉ info@packi-klinik.de

www.packi-klinik.de



Spezialisten für hochwertigen Gelenkersatz

Im zertifizierten EndoProthetikZentrum des Herz-Jesu-Krankenhauses Fulda werden Patienten schonend operiert und ganzheitlich versorgt

Viele Menschen leiden infolge intensiver sportlicher Aktivitäten oder altersbedingt an Arthrose. Wenn der schmerzhafte Gelenkverschleiß, der besonders häufig an Hüfte und Knie auftritt, fortschreitet und Medikamente oder Physiotherapie nichts mehr bewirken, kann oft nur noch die Endoprothetik das Problem lösen. Zu den ersten Adressen für die Implantation künstlicher Hüft- und Kniegelenke gehört die Fachabteilung Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin des Herz-Jesu-Krankenhauses Fulda. Seit dem Jahr 2015 wird sie ohne Unterbrechung von der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC) als EndoProthetikZentrum (EPZ) zertifiziert. Dies bestätigt Kompetenz und insgesamt eine besonders hohe Qualität der Patientenversorgung.

„Wir führen jährlich mehr als 400 Gelenkersatzoperationen an Hüfte und Knie durch“, sagt Dr. med. Steffen Hinz, seit 2024 Chefarzt der Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin sowie Leiter des EPZ. Gemeinsam mit drei weiteren Ärzten bildet er das Team der Hauptoperateure. Diese verfügen über das, worauf es in der Endoprothetik ganz entscheidend ankommt: langjährige Erfahrung und hohe Spezialisierung. „Unsere Patienten, die häufig auf Empfehlung kommen, sind in der Regel konservativ austherapiert. Nun haben sie den Wunsch, mit einem künstlichen Gelenk ihre Schmerzen zu lindern und sich wieder besser bewegen zu können“, erläutert der Chefarzt, der seit 1996 tausende von Gelenkprothesen implantiert hat.

Für die Hüfte: Stabile Kurzschaftprothesen mit und ohne Zement

Wird – nach ausführlicher Untersuchung und intensivem Austausch mit dem Patienten – die Entscheidung getroffen, etwa ein



Dr. med. Steffen Hinz
Chefarzt der Orthopädie, Unfallchirurgie
und Sportmedizin, Leiter des EPZ

künstliches Hüftgelenk einzusetzen, kann das EPZ-Team in den allermeisten Fällen minimalinvasiv operieren. Das heißt vor allem: Es müssen keine Muskeln durchtrennt werden, was die Genesung nach dem Eingriff deutlich erleichtert und verkürzt. Auch die Qualität der Prothesen ist bemerkenswert: Dr. Hinz und sein Team gehören zu den wenigen Operateuren in der Region, die Hüftprothesen mit Kurzschaft einsetzen. Hierbei muss weniger Knochen abgetragen werden als für einen Standardschaft, was sich spätestens dann als großer Vorteil erweist, wenn das Kunstgelenk irgendwann ausgetauscht werden muss. Eine weitere Besonderheit ist, dass die Spezialisten im EPZ sowohl zementierte als auch nicht-zementierte Kurzschafts einsetzen können. Die zementierte Prothese, die sofort stabil sitzt und belastbar ist, implantieren die Operateure bevorzugt älteren Patienten mit geringer Knochenqualität. Ein nicht-zementierter Kurzschaft eignet sich besonders für jüngere, aktive Patienten mit guter Knochenqualität. Dr. Hinz: „Da sie voraussichtlich noch viele fitte Jahre vor sich haben, werden sie irgendwann eine neue Prothese benötigen. Weil sie beim ersten Eingriff kaum Knochensubstanz verloren haben und zudem kein Zement im Knochen verwendet

wurde, haben sie beste Voraussetzungen für eine erfolgreiche Wechsel-Operation.“ Im Bereich der Knie-Endoprothetik kann das EPZ praktisch alle etablierten Verfahren anbieten – vom Teilgelenkersatz über ungekoppelte Prothesen bis hin zu teil- und vollgekoppelten Prothesen. „Wir haben für jeden denkbaren Eingriff, auch für Wechsel-Operationen, das Know-how und die passenden Prothesen sowie die strukturierten Behandlungsabläufe“, so der Experte. Die Beispiele zeigen, dass im EPZ jeder Patient und jede Patientin individuell auf hohem Niveau versorgt werden kann. Ältere Patienten profitieren zudem von der engen Zusammenarbeit mit der geriatrischen Abteilung des Krankenhauses und dem multiprofessionellen Team des zertifizierten Alterstraumatologischen Zentrums. „Wenn diese Patienten z. B. nach einer Fraktur ein künstliches Gelenk benötigen, können wir sie im EPZ umgehend versorgen und anschließend ohne Umwege zu den Kollegen in die geriatrische Frührehabilitation schicken.“

Eine interdisziplinäre Rundumversorgung kommt natürlich auch allen anderen Patienten des EPZ zugute. Bereits am ersten Tag nach dem operativen Eingriff werden sie von Physiotherapeuten ganz individuell mobilisiert, und der interne Sozialdienst unterstützt bei der Planung der passenden Anschlussbehandlung.

Herz-Jesu-Krankenhaus Fulda
Orthopädie, Unfallchirurgie,
Sportmedizin

Buttlarstrasse 74
36039 Fulda

☎ (0661) 15-2324

✉ sekretariat.unfallchirurgie@
herz-jesu-krankenhaus.de

www.herz-jesu-krankenhaus.de



Osteoporotische Wirbelkörperfrakturen erkennen und behandeln

Mit einem innovativen minimalinvasiven Eingriff in der privaten LILIUM Klinik befreit Wirbelsäulen-Spezialist Dr. med. Ramin Farhoumand Patientinnen und Patienten von ihren Schmerzen



Kein Sturz, kein Unfall – und dennoch schmerzt der Rücken seit Wochen. Immer wieder stellen sich bei Dr. med. Ramin Farhoumand Patientinnen und Patienten vor, die über Beschwerden – meist im Übergangsbereich von der Brustwirbel- zur Lendenwirbelsäule – klagen, die sie sich nicht erklären können. Manche haben zwar Schmerzen, sind aber in ihrer Mobilität nicht eingeschränkt, andere haben Probleme z. B. beim Gehen. Der Facharzt für Chirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie sowie Spezielle Wirbelsäulenchirurgie weiß, dass bei diesen Patienten ein osteoporotischer Wirbelkörperbruch in Betracht gezogen werden muss.

Wozu rät der Spezialist, wenn eine solche Fraktur vorliegt? „Ich will kein Plädoyer für schnelles Operieren halten und natürlich sollte man, wenn es aus fachärztlicher Sicht sinnvoll erscheint, zunächst konservativ behandeln“, erklärt Dr. Farhoumand, gibt aber zu bedenken: „Nach unzähligen Behandlungen einer osteoporotischen Wirbelkörperfraktur weiß ich, dass in den allermeisten Fällen irgendwann doch operiert werden muss. Die Crux dabei: Je länger man mit diesem Eingriff wartet, umso aufwendiger wird er in der Regel – und umso belastender und schmerzhafter für die Patientin oder den Patienten.“

Vor einer Therapie erfolgt eine umfassende Diagnostik. Im Patientengespräch informiert sich Dr. Farhoumand über die Krankengeschichte und dabei vor allem über Wirbelfrakturen in der Vergangenheit und in der Familie. Es folgen eine körperliche Untersuchung und bildgebende Verfahren

wie Röntgen, MRT und CT zur genauen Bestimmung einer vorliegenden Wirbelkörperfraktur und eine DXA-Messung zum Nachweis einer Osteoporose. Zeigen die Befunde eine stabile Wirbelkörperfraktur, bei der die umliegenden Bänder und Weich-

Wieder schmerzfrei und mobil nach einem 20-minütigen Eingriff

teile unversehrt sind, der Wirbelkanal nicht eingengt ist und die Schmerzen erträglich sind, könne eine konservative Therapie mit Medikamenten, Physiotherapie und Orthesen durchaus in Erwägung gezogen werden, erläutert der Wirbelsäulen-Spezialist. „Aber dabei besteht, wie schon angedeutet, das Risiko, dass der Knochen nicht richtig verheilt und sich aus der stabilen Fraktur eine instabile entwickelt. Dann ist zu einer zeitnahen Operation dringend zu raten.“ Gleiches gelte allerdings auch, wenn die Fraktur zwar stabil sei, aber mit starken Beschwerden einhergehe.

Je später der Eingriff, umso aufwendiger

In der Regel gilt: Je eher man sich für einen Eingriff entscheidet, um so größer ist Chance, dass dieser besonders schonend und ohne großen Aufwand durchgeführt werden kann. Die private LILIUM Klinik gehört zu den Kliniken in Deutschland, in denen betroffene Patienten mit der derzeit fortschrittlichsten minimalinvasiven Methode

behandelt werden können – dem SpineJack. „Das auf der Kyphoplastie basierende Verfahren funktioniert ähnlich wie ein Wagenheber: Über zwei nur wenige Millimeter große Einschnitte hebe ich den eingebrochenen Wirbelkörper an und bringe ihn wieder in seine anatomische Position und Höhe. Im Anschluss fülle ich den Hohlraum mit Knochenzement, sodass die nötige Stabilität gewährleistet ist“, erklärt Dr. Farhoumand. Insbesondere für Patienten mit erheblichen Beschwerden und Bewegungseinschränkungen sei der nur 20 Minuten dauernde Eingriff ein Segen. „Ihre Schmerzen sind erheblich gelindert oder gar verschwunden, und sie sind sofort wieder mobil.“

Ist die Instabilität der Fraktur mit ihren Folgen wie Nervenschäden zu ausgeprägt bzw. zu weit fortgeschritten, hilft nur noch eine mehrstündige offene Operation, bei der Schrauben und Titanimplantate gesetzt werden müssen.

Ob minimalinvasiv oder offen: Patienten der LILIUM Klinik können darauf vertrauen, von erfahrenen Spezialisten wie Dr. Farhoumand und mit erstklassigem medizintechnischem Equipment versorgt zu werden. Der sich anschließende stationäre Aufenthalt steht dem in Nichts nach.

LILIUM Klinik

Borsigstraße 2 - 4
65205 Wiesbaden

☎ (0611) 170 777-0

www.lilium-klinik.de



Modernste Knie-Chirurgie in Deutschlands ältester Stadt

Knieroboter assistiert den erfahrenen orthopädischen Chirurgen im Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen in Trier



V.l.n.r.: Mohammad Ziad Mazloum (Leitender Oberarzt), Dr. med. Elmar Schwarz (Chefarzt) und Tareq Musallam (Oberarzt)

Das Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie am Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen in Trier setzt auf innovative Behandlungsmethoden. Seit August 2025 unterstützt der Knieroboter VELYS das Team um Chefarzt Dr. med. Elmar Schwarz – und sorgt für Prothesen, die bis auf den halben Millimeter genau sitzen. Für Patienten, die unter fortgeschrittener Kniearthrose leiden, ist die Implantation eines künstlichen Kniegelenks (Knie-TEP) oft die einzige Möglichkeit, nachhaltig Lebensqualität zurückzugewinnen. Doch dieser Eingriff ist komplex und erfordert höchste Präzision, denn der perfekte Sitz der Prothese entscheidet über langfristigen Erfolg und schmerzfreie Beweglichkeit.

Genau hier setzt die neue Technologie des Weltmarktführers DePuy Synthes an. Das System VELYS ist kein autonomer Operationsroboter, sondern ein digitaler, hochpräziser Assistent, der das erfahrene Ärzteteam unter der Leitung von Chefarzt Dr. med. Elmar Schwarz unterstützt. „Die Implantation einer Kniegelenksprothese gehört in die Hände von erfahrenen Operateuren. Was der Roboter leistet, ist eine Optimierung des gesamten Prozesses auf ein Level, das wir konventionell kaum erreichen können“, erklärt Dr. Schwarz. „Wir sprechen hier von einer Präzision von unter einem halben Millimeter. Diese Genauigkeit ist absolut beeindruckend und führt unmittelbar zu besseren Ergebnissen für unsere Patienten.“

Millimetergenauigkeit dank digitaler Simulation

Der Schlüssel zur unübertroffenen Präzision liegt in der digitalen Erfassung und Planung. Während der Operation tastet das VELYS-System das Knie in Echtzeit ab und erstellt ein detailliertes, patientenspezifisches 3D-Modell. Auf dieser Grundlage kann das Ärzteteam die Auswirkungen der geplanten Prothese auf die individuelle Anatomie – insbesondere die Bandspannung und die Beinachse – simulieren. Die Chirurgen behalten dabei jederzeit die volle Kontrolle. Der Roboter macht lediglich einen Vorschlag und sichert die Durchführung: Er ermittelt den idealen Winkel für die notwendigen Sägeschnitte und verhindert jede Abweichung vom zuvor geplanten Schnitt.

Chirurgen haben die Kontrolle

„Der Roboter ist unser digitaler Bauplan und unsere Präzisionsführung zugleich. Die Entscheidung und die Ausführung des Schnitts liegen weiterhin bei uns als Chirurgen“, betont Dr. Schwarz. „Diese weichteilschonende und äußerst knochen-sparende Vorgehensweise ist der größte Vorteil. Die Patienten profitieren enorm, da sie schnellstmöglich und schmerzarm wieder auf eigenen Beinen stehen.“ Dank der Bildgebung während der OP kann zudem weitgehend auf vorangehende CT-Aufnahmen verzichtet werden. Am Klinikum Mutterhaus kommt der Knieroboter bereits standardmäßig bei allen geeigneten Knieprothesen-Eingriffen zum Einsatz, wobei die Kosten vollständig von



der gesetzlichen Krankenkasse übernommen werden. Die Anschaffung des Systems unterstreicht die konsequente Investition des traditionsreichen Klinikums in zukunfts-fähige und zugleich patientenorientierte Behandlungsmethoden.

Schnelle Rehabilitation und ein besonderer Standortvorteil

Der Einsatz des VELYS-Systems führt nachweislich zu einer schnelleren Rehabilitation und einer früheren Schmerzreduktion der Patienten. Knapp eine Woche nach dem Eingriff stehen viele der mit dem robotisch assistierten Verfahren behandelten Patienten bereits wieder ohne größere Beschwerden auf eigenen Beinen – ein deutlicher Gewinn an Lebensqualität und Zeit. Das Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie am Klinikum Mutterhaus hat mit der Einführung des VELYS-Systems seine Position als zukunfts-fähiges und hochmodernes Versorgungszentrum im Südwesten bekräftigt. Es ergänzt die bereits etablierte robotisch assistierte Chirurgie, die hier seit 2023 erfolgreich mit dem da Vinci-System angewandt wird.

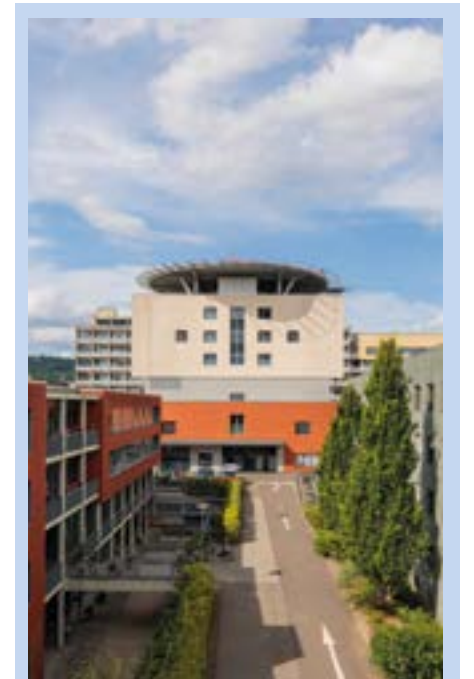
Medizinische Exzellenz trifft auf Moselromantik

Neben der medizinischen Spitzenleistung bietet die Behandlung in Trier den

Patienten einen zusätzlichen, einzigartigen Mehrwert. Trier ist als älteste Stadt Deutschlands bekannt für ihre römischen Kulturdenkmäler, ihre malerische Lage an der Mosel und ihre ganz eigene, besondere Atmosphäre.

Patienten, die für eine Operation aus dem Umland oder sogar aus dem angrenzenden Ausland anreisen, können ihren notwendigen Klinikaufenthalt mit einem entspannenden Umfeld verbinden. Das Klinikum Mutterhaus liegt zentral und ist gut erreichbar. Die Genesungsphase – unterstützt durch die schonende OP-Methode – kann durch kurze Spaziergänge entlang der Mosel oder den Besuch der historischen Innenstadt zusätzlich positiv beeinflusst werden.

Die Kombination aus hochmoderner Knie-Chirurgie, die Prothesen auf den halben Millimeter genau platziert, und der Möglichkeit, diesen wichtigen Gesundheitsschritt im Ambiente der antiken Stadt Trier zu gehen, macht die Behandlung am Klinikum Mutterhaus besonders attraktiv. Dr. Schwarz fasst die Philosophie des Zentrums zusammen: „Unser Fokus liegt immer auf der bestmöglichen Versorgung. Der Vorteil des neuen Systems liegt einzig dort, wo er liegen sollte: Beim Patienten, der eine moderne, schonende und präzise Behandlung erhält. Dass sich die Behandlung ideal mit einem Kurzurlaub an der Mosel verbinden lässt ist dabei ein wunderbarer Nebeneffekt.“



Klinikum Mutterhaus der Borromäerinnen
Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie

Feldstraße 16
54290 Trier

☎ (0651) 947-53640
✉ chirurgie3@mutterhaus.de

www.mutterhaus.de/fachabteilungen/unfallchirurgie-und-orthopaedie



Wenn in jungen Jahren der Schlaf gestört ist

Schlaf ist für Kinder und Jugendliche enorm wichtig. Er unterstützt das Wachstum, stärkt das Immunsystem und ist entscheidend für das Lernen und Gedächtnis. Doch bereits in jungen Jahren kann der Schlaf gestört sein. Die Ursachen sind vielfältig: „Schlafstörungen entstehen oft durch unregelmäßige Schlafgewohnheiten, Stress in der Familie, Ängste oder selten auch durch medizinische Ursachen wie zum Beispiel Atemprobleme“, sagt Dr. Stella Jähkel, Kinderärztin im Schlaflabor der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin des Universitätsklinikums Jena (UKJ). Zu den häufigsten Problemen im Kindes- und Jugendalter gehören Einschlaf- und Durchschlafstörungen, Alpträume oder nächtliches Aufschrecken. „Bei Jugendlichen sehen wir zunehmend chronischen Schlafmangel durch die späte innere Uhr, frühe Schulzeiten und eine massive Zunahme des Medienkonsums“, so Stella Jähkel weiter. Seltener würden hingegen spezielle Störungen wie Schlafwandeln oder Atemaussetzer, die sogenannte Schlafapnoe, auftreten.

Spezialisierte Schlafambulanzen können helfen

Laut Barmer-Arztreport 2022 leiden etwa 80.000 der Zehn- bis Neunzehnjährigen in Deutschland unter Schlafstörungen. Das Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung Nord (IFT-Nord) hat in Zusammenarbeit mit der DAK-Gesundheit im Präventionsradar 2023/24 unter anderem erhoben, wie häufig Schlafprobleme bei Schulkindern auftreten. Für die bundesweite Untersuchung wurden 23.000 Mädchen und Jungen im Alter von

10 bis 17 Jahren befragt – etwa 35 Prozent der Kinder und Jugendlichen berichteten von Schlafproblemen, die einmal pro Woche oder häufiger auftraten.

Haben die Schlafstörungen keine medizinische Ursache, können laut Stella Jähkel oft feste Schlafrituale, eine ruhige Schlafumgebung und klare Strukturen im Alltag helfen. „Wenn die Probleme länger anhalten oder die Kinder und Jugendlichen tagsüber sehr beeinträchtigt sind, sollten allerdings Kinderärztinnen und -ärzte oder spezialisierte Schlafambulanzen hinzugezogen werden. Dort können Ursachen gezielt abgeklärt und behandelt werden“, rät die Kinderärztin.

Eine Gruppe unter den jungen Menschen ist besonders von Schlafstörungen betroffen: Kinder mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS). Studien zeigen, dass bis zu 55 Prozent von ihnen an Insomnie mit Ein- oder Durchschlafstörungen leiden. Diese Schlafprobleme könnten schulische Leistungen, Impulskontrolle und das emotionale Wohlbefinden zusätzlich beeinträchtigen, berichtet die Initiative „Gemeinsam ADHS begegnen“.

Schlafapnoe unbedingt abklären

Eine nicht zu unterschätzende medizinische Ursache für Schlafstörungen ist die Schlafapnoe. Auch wenn laut Deutscher Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) „nur“ etwa fünf Prozent der Kinder davon betroffen sind, muss sie Beachtung finden. Die DGSM nennt den Grund: „Selbst kurze Atempausen führen bei Kindern zu Sauerstoffsättigungsabfällen, da Kinder eine

geringe Lungenreserve haben. Bereits ein Atempausenwert (AHI) von 1/h gilt als krankhaft.“ Bei Neugeborenen begünstigten Infekte und Herzfehler Atempausen, bei Säuglingen sei vor allem eine zentrale Atemregulationsstörung verantwortlich, bei Kleinkindern und Schulkindern vergrößerte Rachen- und Gaumenmandeln, Gesichtsfehlbildungen, Zahnfehlstellungen sowie ein zu kleiner und rückverlagerter Unterkiefer. Bei Jugendlichen verursache vor allem Übergewicht nächtliche Atempausen. „Die Atemaussetzer bewirken eine Sauerstoffunterversorgung des Gehirns und der inneren Organe und führen durch wiederholte Weckreaktionen zu einem nicht erholsamen Schlaf mit reduziertem Anteil erholsamer Schlafstadien, wie zum Beispiel dem Tiefschlaf“, berichtet Dr. Hans-Günter Weef, Leiter des Schlafzentrums am Pfalzlinikum, in der BARMER-Reihe „Gesundheit verstehen“. In der Folge könnten Entwicklungs- und Wachstumsverzögerungen auftreten. Vor allem aber führe eine erhöhte Tagesschläfrigkeit bei betroffenen Kindern dazu, dass diese am Tage überdreht, hippelig und unkonzentriert seien.

Wird in der kinderärztlichen Praxis der Verdacht auf eine kindliche Schlafapnoe bestätigt, erfolgt in aller Regel eine Abklärung im Schlaflabor.

Tipp: Auf der Website der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin www.dgsm.de kann den Ratgeber „Schlafstörungen bei Säuglingen, Kleinkindern, Kindern und Jugendlichen“ heruntergeladen werden.



Wer gut schläft, hat mehr vom Leben

Schlafstörungen sind bei Jung und Alt heute weit verbreitet und können den Alltag für die Betroffenen erheblich erschweren. Wie wichtig guter gesunder Schlaf ist, ist aber noch immer nicht im Bewusstsein der meisten Menschen verankert.

Probleme mit dem Schlaf sind eine ernste Angelegenheit und gehören in kompetente Hände“, sagt Priv. Dozent Dr. Hartmut Schneider, der seit 1987 den Zusammenhang zwischen chronischen Erkrankungen und schlechtem Schlaf erforscht. Der international renommierte Internist und Schlafmediziner ist auch Associate Professor of Medicine an der berühmten Johns Hopkins University in Baltimore und bietet seine Erfahrungen den Patienten in Frankfurt am Main in seinem Zentrum für Schlafmedizin (American Sleep Clinic). Bei ihm fließen die neuesten Erkenntnisse aus der Forschung direkt in Diagnose und Behandlung ein.

Unbestritten ist, wer dauerhaft zu wenig oder schlecht schläft, hat ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen. Forschungen zeigen, dass ein kurzer nächtlicher Schlaf in schlechter Verbindung mit Übergewicht, Diabetes und Herzkrankheit steht. Das Risiko, als Kurzschläfer daran zu erkranken, ist laut Wissenschaftlern vergleichbar mit dem eines Rauchers.

Qualität und Dauer des Schlafs werden in Dr. Schneiders Schlaflabor ermittelt. Dort untersucht man nicht nur den nächtlichen Schlaf, sondern auch dessen Auswirkung auf die Gesundheit am Tage. So wird dort z. B. gleich zu Beginn der Untersuchungen abgeklärt, ob auch Herz-Lungenprobleme bestehen. Denn: Schlechter Schlaf kann ein Indiz für eine Herzschwäche oder andere Organerkrankungen sein. „Die meisten Patienten leiden unter organisch beding-



Ursachen begreifen und Problemlösungen verinnerlichen, um besser geschützt zu sein

In jedem einzelnen Fall führt Dr. Schneider am Ende ein persönliches Gespräch mit dem Patienten und erklärt dessen Probleme explizit, deren Gefahrenmomente und natürlich auch die Vorgehensweise, die für zukünftiges allgemeines und sicheres Wohlbefinden sorgt. Bei einem Besuch der Homepage bekommt man noch detailliertere Informationen.

ten Störungen“, berichtet Dr. Schneider. Daher sei es die Hauptaufgabe des Schlafmediziners, diese zu erkennen und zu behandeln, um die Grundlage zu schaffen, auch im Alter gesund zu bleiben oder zu werden. Mit modernsten Untersuchungsmethoden lassen sich sämtliche Schwachstellen aufspüren.

Hochmoderne Schlafdiagnosegeräte für zu Hause

Menschen mit Schlafstörungen können übrigens bereits zu Hause etwas tun. Mit Hilfe eines Schlafdiagnostik-Gerätes lassen sich Schlafstörungen diagnostizieren (s. Abbildung). Vorteil: schneller, besser, kostengünstiger und bequemer. In seltenen Fällen ist ein Aufenthalt in der Klinik erforderlich. Hier stehen sieben wohnlich eingerichtete Zimmer mit Wi-Fi, TV und Bad zur Verfügung. Sich wohlfühlen steht an erster Stelle. Die Verkehrsanbindung ist ideal. Parkplätze sind in der Tiefgarage vorhanden.



Zentrum für Schlafmedizin – American Sleep Clinic

Priv. Doz. Dr. med. Hartmut Schneider

Friedberger Landstraße 406
60389 Frankfurt am Main

☎ (069) 808 807 777

✉ info@schlafmedizin-frankfurt.de

www.american-sleep-clinic.com

www.schlafmedizin-frankfurt.de





Neurodegenerative Erkrankungen: Podcast „90 Milliarden“ mit Marco Schreyll

Anlässlich der bundesweiten „Woche der Demenz“ im September startete das Deutsche Zentrum für Neurodegenerative Erkrankungen e.V. (DZNE) den monatlichen Podcast „90 Milliarden“ mit dem Radio- und TV-Moderator Marco Schreyll.

Marco Schreyll unterhält sich in diesem Podcast mit Fachleuten aus Wissenschaft und Praxis – und mit Menschen, die direkt oder indirekt von Demenz, Alzheimer, Parkinson oder anderen neurodegenerativen Erkrankungen betroffen sind. Es geht um Entwicklungen in der Forschung, Therapiemöglichkeiten, die Situation von Angehörigen – und um die Frage, was man selbst tun kann, um das eigene Gehirn in Schwung zu halten. Der Fokus liegt dabei auf Demenzerkrankungen wie Alzheimer und anderen Hirnerkrankungen, bei denen Nervenzellen infolge von Neurodegeneration zugrunde gehen. Auf deren Anzahl im Gehirn eines Menschen spielt der Titel des Podcasts an: Nach aktueller Schätzung sind es typischerweise bis zu 90 Milliarden Nervenzellen – vielleicht auch mehr.

„Ich möchte dazu beitragen, das Thema Demenz – und weiter gefasst das Thema Neurodegeneration – sichtbarer zu machen. Diese Erkrankungen betreffen nicht nur die Patientinnen und Patienten selbst, sondern ganze Familien – oft über viele Jahre hinweg“, sagt Marco Schreyll. „Als Moderator, aber auch als Betroffener, der selbst Erfahrungen mit dem Thema hat, interessiert mich, wie Forschende versuchen, diese Erkrankungen zu verstehen und zu behandeln, und gleichzeitig, was Angehörige im Alltag erleben. Ich bin überzeugt: Wenn wir die Geschichten der Menschen mit denen der Forschung verbinden, können wir viel bewirken – für mehr Verständnis, mehr Mitgefühl und letztlich auch mehr Aufklärung.“ Der Podcast ist unter der Webadresse

www.90milliarden.de kostenfrei verfügbar und erscheint zudem auf allen gängigen Plattformen. Die Talk-Reihe ist zunächst für ein Jahr geplant mit monatlich wechselnden Gästen. In der ersten Folge, die bereits online ist, unterhält sich Marco Schreyll mit Dr. Jennifer Faber, Neurologin am Universitätsklinikum Bonn und Forscherin am DZNE. Unter dem Titel „Das Geheimnis der Neuronen“ sprechen sie über die Nervenzellen des Gehirns. Das DZNE ist eines der weltweit führenden Forschungszentren für neurodegenerative Erkrankungen wie Alzheimer, Parkinson und ALS, die mit Demenz, Bewegungsstörungen und anderen schwerwiegenden Beeinträchtigungen der Gesundheit einhergehen.

Für ein besseres Leben mit Parkinson

Moderne Medizin und gelebte Fürsorge in Hotel-Ambiente: In den 30 Jahren ihres Bestehens hat sich die Gertrudis Klinik im hessischen Leun als international anerkanntes und seit 2009 zertifiziertes Parkinson-Zentrum etabliert

Menschlichkeit und Medizin. Das Leitmotiv der Gertrudis Klinik bringt auf den Punkt, was ihre Gründer bereits 1995 bei der Eröffnung als Ziel formulierten: Menschen mit Parkinson und verwandten neurologischen Erkrankungen eine ebenso hochwertige und spezialisierte wie empathische Behandlung am Puls der Zeit zukommen zu lassen. Die Vision von damals wurde Wirklichkeit. Bis heute hat das interdisziplinäre Team der Gertrudis Klinik mehr als 47.000 Patientinnen und Patienten versorgt – mit Fachkompetenz, Herz und Engagement. Die kontinuierliche Etablierung moderner Behandlungskonzepte, Investitionen in neue Technik und Geräte für Diagnostik und Therapie, die Teilnahme an klinischen Studien sowie die Erweiterung der Klinikgebäude zeigen, dass auch Entwicklung, Fortschritt und Forschung fest verankert sind im Selbstverständnis dieses Parkinson-Zentrums.

„Wir behandeln in erster Linie Parkinson in all seinen Ausprägungen, aber auch verwandte neurologische Erkrankungen wie das Restless-Legs-Syndrom oder den Essentiellen Tremor“, sagt Dr. med. Ilona Csoti. Wohl niemand kann die Patientenversorgung in der Gertrudis Klinik besser beurteilen als die Fachärztin für Neurologie. Erstens ist sie eine erfahrene, international anerkannte Parkinson-Expertin und zweitens engagiert sie sich bereits seit 30 Jahren in dieser Klinik – von 2009 bis 2024 sogar als ärztliche Direktorin. Diese Position bekleidet seit diesem Jahr Dr. med. Isabell Balde, Dr. Csoti konzentriert sich ganz auf ihre chefärztliche Tätigkeit in der Spezialambulanz, die nicht nur Privatpatienten, sondern auch – bei vorliegender Überweisung durch einen Neurologen – Kassenpatienten offensteht. Die Gertrudis Klinik hat Verträge mit allen Krankenkassen



und verfügt über 120 stationäre Betten sowie 20 weitere in der Privatklinik.

Ein Blick auf die stationäre Patientenversorgung macht deutlich, warum sich so viele Betroffene und ihre Angehörigen aus ganz Deutschland und dem europäischen Ausland für die Gertrudis Klinik entscheiden. Neben einer umfassenden Diagnostik, auch in Kooperation mit umliegenden Krankenhäusern und Universitätskliniken, und einer präzisen, stets individuellen medikamentösen Einstellung bietet das interdisziplinäre Team aus Fachärzten, Therapeuten, Psychologen und Pflegekräften eine Parkinson-spezifische multimodale Komplexbehandlung u. a. mit Physiotherapie (Gang- und Gleichgewichtstraining), Ergotherapie (Förderung der Selbstständigkeit im Alltag), Logopädie (Stimm-, Sprech- und Schlucktraining) und Wassergymnastik im hauseigenen Schwimmbad. Um ihre Patienten auf höchstem Niveau versorgen zu können, investiert die Klinik regelmäßig in neue Systeme und Geräte für Diagnostik und Therapie. Beispiele hierfür sind hochmoderne Laufbänder, Therapiematten, Technobodygeräte und innovative Systeme für die neurologische Funktionsdiagnostik. Bemerkenswert ist auch das von Dr. Csoti initiierte und mittler-

weile als Software-Programm erhältliche Augenmuskeltraining, das Patienten zu Hause nutzen können.

Großen Wert legt man in dieser Klinik aber nicht nur auf erstklassige Technik und eine hohe medizinische Qualität der Behandlungen, sondern auch auf einen wertschätzenden und zugewandten Umgang mit den Patientinnen und Patienten. Dazu gehört auch, für sie und ihre Angehörigen da zu sein, sie zu beraten und – auch in regelmäßigen Fachvorträgen – zu informieren. „Wir wollen nicht nur Symptome lindern, sondern auch das Verständnis für die Krankheit fördern und gemeinsam mit den uns anvertrauten Menschen und ihren Angehörigen Strategien für eine bessere Lebensqualität entwickeln“, so Dr. Csoti.

**Gertrudis Klinik
Parkinson-Zentrum**
Karl-Ferdinand-Broll-Straße 2-4
35638 Leun-Biskirchen
☎ (06473) 305-0
✉ info@parkinson.de
www.parkinson.de



„Wenn die Depression
das Leben verdunkelt,
bringen wir Licht zurück.“



Seelisch gesunden in heilsamer Atmosphäre: In der renommierten Privatlinik Dr. Amelung im Luftkurort Königstein werden insbesondere Depressionen, aber auch Burnout, posttraumatische Belastungsstörungen und Angststörungen professionell behandelt. Mit ihrer Lage inmitten der Natur des Taunus und ihrem familiären, vertrauensvollen Klima bietet die in einem historischen Gebäude von 1912 eingerichtete Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie dafür ideale Rahmenbedingungen. Das Angebot des Akutkrankenhauses richtet sich vor allem an Menschen, die erstmalig oder wiederholt eine depressive Phase durchleben, Erschöpfungssyndrome mit Begleiterkrankungen zeigen oder durch eine ambulante Behandlung keine seelische Stabilität mehr erreichen können. Das interdisziplinäre Team der Privatlinik Dr. Amelung bietet ihnen eine ganzheitliche, individualisierte Behandlung mit hoher fachlicher Tiefe, in der innovative Verfahren wie die Transkranielle Magnetstimulation (TMS) und die VR-Therapie eine immer wichtigere Rolle spielen und die Behandlung positiv beeinflussen.

„Je früher eine Depression
erkannt und behandelt wird,
umso größer sind die Erfolgs-
aussichten.“

Was die Privatlinik auszeichnet

- Privatlinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie
- Spezialisiert auf Depression & Burnout
- Chefarztbetreuung & intensive Psychotherapie
- Diskretion & Komfort
- Therapien im Einklang mit der Natur

Für jeden Patienten eine passgenaue Therapie

Heraus aus der Depression in heilsamer Atmosphäre: Im Interview erläutern die Chefarzte Dr. Joerg Unger (Ärztlicher Direktor) und Dr. Christian Frischholz das besondere Therapieangebot der Privatlinik Dr. Amelung



„Obwohl 80 Prozent unserer Patienten privat versichert sind, können wir gesetzlich Versicherten ebenfalls ein sehr gutes Therapieangebot machen. Auch das zeichnet die Klinik Dr. Amelung aus.“



„Die Patientenbewertungen beispielsweise im Internet sind eine Bestätigung unserer Arbeit. ‚Ich fühle mich in der Klinik Dr. Amelung gehört, wahrgenommen, geborgen, gut versorgt und individuell behandelt‘ – in dieser Weise äußern sich zahlreiche Patientinnen und Patienten.“

Herr Dr. Frischholz, Herr Dr. Unger, woran erkenne ich eine behandlungsbedürftige Depression – und wann sollte ich mir professionelle Hilfe suchen?

Dr. Frischholz: Stimmungstiefs gehören zum Leben dazu. Solange man aus Phasen der Niedergeschlagenheit wieder herausfindet, sei es durch Urlaub, Aktivitäten oder gute Gespräche, sind sie ganz normal. Problematisch wird es, wenn das nicht mehr gelingt, wenn man über Monate permanent negative Gedanken hat und spürt, dass nichts mehr hilft. Meist kommen dann noch spezifische Symptome wie besondere Reizbarkeit und schlechter Schlaf hinzu. Wenn eine solche Phase andauert, sollte man über professionelle Hilfe nachdenken. In einem Beratungsgespräch können wir feststellen, ob die Warnsignale ernst zu nehmen sind.

Dr. Unger: Leider machen viele Menschen den Fehler, dass sie sich viel zu spät eingestehen, womöglich an einer Depression zu leiden. Letztendlich erschwert dies die Therapie, denn je eher sie beginnt, umso größer sind die Erfolgsaussichten. Mit den Instrumenten, die uns heutzutage zur Verfügung stehen, können wir eine Depression sehr gut behandeln – das Hauptproblem ist, dass eine Therapie oft zu spät beginnt.

Was ist das Besondere Ihres Therapieangebots? Wie unterscheidet es sich von anderen?

Dr. Frischholz: Wir orientieren uns selbstverständlich an den aktuellen fachspezifischen Leitlinien für die Behandlung einer Depression. Auf dieser Basis nehmen wir

für jede Patientin und jeden Patienten eine individuelle Anpassung der Therapie an ihre bzw. seine persönliche Befindlichkeit und Symptomatik vor. Und natürlich können wir während der meist mehrwöchigen Behandlung jederzeit eine Feinabstimmung vornehmen, wenn dies erforderlich ist. Unsere hochqualifizierten Mitarbeitenden erkennen, an welcher Stelle in welcher Weise nachjustiert werden sollte.

Dr. Unger: Das ist ein ganz wichtiger Punkt, denn er betrifft eine Besonderheit unserer Klinik. Wir sehen uns – nicht nur im Erstgespräch – jeden Patienten sehr genau an, denn jeder hat seine persönliche Geschichte und jeder trägt Strukturen in sich, die für die Ausrichtung der Behandlung relevant sind. Mit dem Wissen darum können wir eine Therapie gezielt anpassen und ergänzen, sei es mit Ergotherapie, Physiotherapie, Musiktherapie, der VR-Therapie oder der Transkraniellen Magnetstimulation. Unser multimodales Therapiekonzept ermöglicht es uns, aus einem breiten Angebot zu schöpfen, um jedem Patienten genau das zu geben, was die besten Chancen hat, ihn aus seiner persönlichen Krise herauszuführen. Dies geschieht stets in Absprache und auf Augenhöhe mit ihm.

Welchen Einfluss haben die Atmosphäre und Umgebung der Klinik auf die Therapie?

Dr. Unger: Auch sie tragen zum Erfolg einer Therapie bei. Das in einem Park mit alten Bäumen gelegene historische Gebäude, die schön gestalteten Zimmer, die frisch im Haus zubereiteten Speisen, der freundliche Umgang der Mitarbeitenden mit den

Patientinnen und Patienten, dazu unsere Angebote in der grünen Natur – all das gibt unserer Klinik den idealen Rahmen, in dem sich eine heilsame Atmosphäre entfalten kann.

Gibt es neue therapeutische Ansätze, die Sie in Ihrer Klinik anwenden?

Dr. Frischholz: Relativ neu ist die Transkranielle Magnetstimulation, kurz TMS, die wir seit Mai 2024 ergänzend anbieten. Dabei handelt es sich um ein wissenschaftlich evaluiertes Verfahren, das sich als sehr gut verträglich und wirksam erwiesen hat. Die TMS kann bei einer großen Anzahl an depressiven Erkrankungen unterstützend eingesetzt werden.

Dr. Unger: Künftig werden wir unser Angebot um eine Tagesklinik erweitern. Damit kommen wir allen Patientinnen und Patienten entgegen, die sich in Therapie begeben wollen, aber aus den verschiedensten Gründen nicht für mehrere Wochen ihr Umfeld komplett verlassen können. Aber auch für die Übergangsphase vom stationären Aufenthalt zur Entlassung kann die Tagesklinik eine sehr sinnvolle Einrichtung sein.

Privatlinik Dr. Amelung
Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik
und Psychotherapie

Altkönigstraße 16
61462 Königstein im Taunus

☎ (06174) 298 0

✉ info@klinik-amelung.de

www.klinik-amelung.de





Studie: Integrative Medizin hilft bei Fatigue

Experten schätzen, dass nach der Corona-Pandemie immer noch zehn Prozent der Erkrankten an Langzeitfolgen wie Müdigkeit, Atemnot und Gedächtnisverlust leiden. Weil es für dieses Post-Covid-Syndrom noch keine kausale Therapie gibt, wird auch untersucht, ob komplementärmedizinische Ansätze helfen können.

Eine deutsch-österreichische Studie, veröffentlicht in der Fachzeitschrift *Medicine*, befasst sich mit dem Einsatz Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) bei Post-Covid. Für die Studie erfassten neun auf Chinesische Medizin spezialisierte Ärztinnen und Ärzte in Fragebögen, wie sich aus ihrer Sicht die Beschwerden von 79 ihrer Patientinnen und Patienten nach der Behandlung mit TCM entwickelt hatten. Abgefragt wurde etwa der Verlauf der akuten Erkrankung, der Impfstatus, Risikofaktoren, Vorerkrankungen sowie die Hauptsymptome der Post-Covid-Erkrankten. Die am weitesten verbreiteten Symptome waren anhaltende Müdigkeit, verminderte körperliche Leistungsfähigkeit sowie Kurzatmigkeit bei Anstrengung. Behandelt wurden die Patientinnen und Patienten mit verschiedenen Methoden aus der

Chinesischen Medizin: Akupunktur, Heilkräuter, Bewegungsübungen wie Qi Gong, Ernährungstipps und Beratung zum Lebensstil. Am häufigsten waren Akupunktur (85 Prozent) und chinesische Kräuter (77 Prozent) vertreten.

Symptome ließen deutlich nach

Laut Einschätzung der behandelnden Ärztinnen und Ärzte ließen die Beschwerden deutlich nach – rückblickend berichten sie von einem durchschnittlichen Rückgang der Symptome um 62 Prozent. Objektive Daten wie Laborwerte oder Leistungstests wurden nicht erhoben. Aufgrund des Studienaufbaus als retrospektive Beobachtungsstudie wurden die Werte nicht mit einer Kontrollgruppe ver-

glichen. Die Studie liefert Eindrücke aus der Praxis und zeigt, dass Ärztinnen und Ärzte positive Veränderungen wahrgenommen haben. Die Wirksamkeit ist nicht bewiesen, die Ergebnisse legen jedoch nahe, dass weiterführende wissenschaftliche Untersuchungen sinnvoll sein könnten.

„Es lohnt sich, die Wirkung von Akupunktur und chinesischer Arzneimitteltherapie bei Post-Covid-Syndrom in einer randomisierten kontrollierten Studie weiter zu erforschen“, sagt Prof. Dr. Karin Meißner, Professorin für Integrative Medizin an der Hochschule Coburg. Ihre Arbeitsgruppe hat die Pilotstudie in Zusammenarbeit mit zwei Fachorganisationen für Chinesische Medizin durchgeführt – der Arbeitsgemeinschaft für Traditionelle Chinesische Medizin (AGTCM) und der Wiener Schule für TCM (WSTCM).

Long- und Post-Covid-Behandlung mit Traditioneller Chinesischer Medizin

Die spezialisierte Ärztin Dr. med. Katrin Schumacher behandelt in ihrer Privatpraxis im Saarland die Langzeitfolgen einer Corona-Infektion mit individuellen Heilkräuterrezepturen, Akupunktur und Ernährungsberatung

Der Kopf ist wie im Nebel, schon ein paar Treppenstufen kosten unendlich viel Kraft, der Alltag wird zur Herausforderung – viele Menschen kennen diese Folgen nach einer Corona-Erkrankung. Typische Beschwerden nach einer Covid-Infektion sind Fatigue, ein ausgeprägter Erschöpfungszustand, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme, Atemprobleme, Kopf- und Gliederschmerzen, Haarausfall, Geruchs- und Geschmacksstörungen, Schlafstörungen sowie psychische Belastungen. Als mögliche Ursachen gelten **Viruspersistenz** (fortbestehende Virusaktivität), **Autoimmunreaktionen**, **Durchblutungsstörungen**, **virusbedingte Organschäden** und **chronische Entzündungsprozesse**. Bei der Behandlung von Long- und Post-Covid wird zunehmend die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) eingesetzt – mit vielversprechenden Ergebnissen. Dr. Schumacher hat ihre Praxis auf diese Patientengruppe spezialisiert. Der Schwerpunkt liegt auf individuell abgestimmten Heilkräuterrezepturen, ergänzt durch Akupunktur, Ernährungsempfehlungen und gegebenenfalls Nahrungsergänzungsmittel wie Vitamine und Spurenelemente.

Behandlungsansätze der TCM

Gewebeschäden

Zur Unterstützung von Organen und Geweben in der Regeneration setzt Dr. Schumacher verschiedene Wurzeln, Samen und Früchte ein, etwa Pfingstrosenwurzel, Rehmanniawurzel oder Ginseng. Hier unterstützen Kräuter z.T. das Yin (Substanz,



Aufbaukraft) andere das Yang (Funktion, Aktivität) der Organe und stärken diese so.

Entzündungsreaktionen

Bei entzündlichen Prozessen – z. B. im Darm oder in der Leber – kommen häufig bittere und energetisch „kalte“ Arzneien zum Einsatz, wie Baikalhelmkraut oder Forsythienfrüchte. Diese sollen Hitze- und Toxinprozesse im Körper ausleiten.

Durchblutungsstörungen

Viele Patienten leiden nach einer Corona-Infektion unter gestörter Durchblutung. Die TCM bietet hierfür ein breites Spektrum differenziert beschriebener Arzneimittel, darunter Pfirsichsamen, Curcumawurzel, Angelikawurzel oder Sezuan-Liebstockelwurzel. Die Verbesserung der Durchblutung kann Schmerzen verschwinden und Funktionen wiederkehren lassen, indem Gewebe und Organe wieder besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden.

Viruspersistenz

Bei Verdacht auf Viruspersistenz wird das Immunsystem gestärkt, beispielsweise mit Astragaluswurzel. Ergänzend werden Arzneien eingesetzt, die das Ausleiten von Viren unterstützen sollen, wie die Blätter der Färberwaidistel oder der einjährige Beifuß.

Ganzheitlicher Ansatz

Das Behandlungskonzept der TCM ist immer ganzheitlich ausgerichtet. Neben Heilkräuterrezepturen und Akupunktur können auch Ernährungstherapie und Qi Gong in das Therapiekonzept integriert werden. Finden Sie sich in den Beschreibungen wieder oder sind unsicher, ob Sie an Post-Covid-Symptomen leiden? Wenn Sie mehr über den ganzheitlichen Behandlungsansatz erfahren möchten, vereinbaren Sie gerne ein Gespräch mit Dr. Schumacher telefonisch unter 06841-8183305 oder per E-Mail an info@tcmhomburg.de

Dr. med. Katrin Schumacher
Privatpraxis für Traditionelle
Chinesische Medizin (TCM)

Untere Allee 78
66424 Homburg (Saar)

☎ (06841) 818 33 05
✉ info@tcm-homburg.de

www.tcm-homburg.de

www.tiktok.com/@tcmpraxis.homburg

Feste Zähne auf Implantaten an nur einem Tag.

Dr. Steffen Tschackert,
Spezialist für Zahnimplantate

“Ich hatte große Angst vor der Behandlung – und habe lange mit dem Gedanken gespielt, ins Ausland zu gehen, weil es günstiger ist. Zum Glück habe ich mich dagegen entschieden. Bei Dr. Tschackert wusste ich vom ersten Moment an: Hier bin ich sicher, hier werde ich aufgefangen.

Heute habe ich wunderschöne feste Zähne, keine Schmerzen – und vor allem einen Arzt, der für mich da ist, wenn ich ihn brauche.”

Cyril Zloch, Patient

Hier geht's zur
ganzen Geschichte
von Herrn Zloch.



Jetzt kostenlosen
Beratungstermin buchen:
☎ 069 283030



vorher

nachher

Leiden Sie unter Zahnverlust und Zahnarztangst?
Wir haben die beste Lösung!
An einem Tag, nahezu schmerzfrei.

Dr. Tschackert & Kollegen
Goethestraße 23 • 60313 Frankfurt am Main
🌐 www.tschackert.com

 PURE TSCHACKERT®

schöne Zähne neu erleben