

INHALT

Seite 2

Karin Fischer betreut Patienten auf der Station

Seite 3/4

Beim Stripping höchste Konzentration gefragt

Seite 4

VERAH entlastet Ärzte

Seite 5

Christin und Stefanie managen Hausarztpraxis

Seite 6

Verfallsdatum beachten

Patientenlob für MVZ

Seite 8

Service für ältere Patienten

Seite 9

Starker Rücken hilft gegen Ischias

Seite 10

Sicherheit in guten Händen

Seite 11

Magdeburger Elternhaus

Seite 12

Service

Für Sie kostenlos zum Mitnehmen!

2014 wurden im MVZ knapp 25 000 Patienten behandelt

Knapp 25000 Patienten sind im vergangenen Jahr ambulant in unserem MVZ behandelt worden. Das entspricht in etwa der Größenordnung von 2013. „Nach stetigen Steigerungsraten in den vorangegangenen Jahren, die auch an die Erweiterung des Leistungsspektrums gekoppelt waren, haben wir ein sehr hohes Versorgungsniveau erreicht. Das versuchen wir zu halten.“ Doch wichtiger als die Zahlen

sind dem Ärztlichen Leiter, Dr. Hans-Hermann Ladetzki, Leistungen in hoher Qualität, die sich dahinter verbergen. Die schlagen sich nieder in komplikationslosen Operationen, Patienten, denen schnell geholfen werden kann, egal, ob bei einem Schnupfen, einer langwierigen offenen Wunde oder Venenproblemen.

Einen leichten Anstieg um fünf Prozent gegenüber 2013 verzeichneten wir im vergan-

genen Jahr bei den Patienten, die im MVZ operiert worden sind. Naheliegender für unsere Praxisklinik für Gefäßchirurgie und Phlebologie ist, dass ein Großteil der Eingriffe Krampfaderoperationen waren, die mehrheitlich ambulant erfolgen. Patienten, die unter weiteren Erkrankungen leiden oder bei denen Komplikationen zu erwarten sind, können in unserem Haus auch kurzstationär versorgt werden.

Beim Mitteldeutschen Gesundheitskongress ging es Mitte Februar oft um das Gesundheitstärkungsgesetz, das auch für MVZ Neuregelungen vorsieht. Aus unserem MVZ waren Dr. Hans-Hermann Ladetzki und Birgit Donnerberg dabei. Tagungsort war die Leopoldina Halle, die älteste naturwissenschaftlich-medizinische Akademie der Welt.



Foto: Leopoldina/Markus Scholz

Wundbehandler treffen sich im Mai in Magdeburg

Traditionell laden das MVZ „Herderstraße“ und das Klinikum Magdeburg auch in diesem Frühjahr zur Interdisziplinären Fachtagung für Wundbehandler ein. Der wunde Punkt 2015 steht am 29. Mai unter dem Motto „Keim-

falle Wunde – Antiseptik & Hygiene“. Referenten sind u.a. Prof. Dr. med. Gernot Geginat vom Universitätsklinikum Magdeburg und PD Dr. Jörg Tautenhahn, Chefarzt am Klinikum Magdeburg.

Weitere Infos: www.iffw.de



Patienten auf der Station loben Kompetenz und liebevollen Umgang

Seit Januar betreut Karin Fischer auf der Station all jene Patienten, die im MVZ operiert worden sind. Die meisten von ihnen gehen noch am selben Tag wieder nach Hause, einige wenige bleiben über Nacht.

Wer ambulant operiert oder kurzstationär versorgt wird, entscheidet der Arzt individuell auf Basis des jeweiligen Gesundheitszustandes. Liegen neben der Venenproblematik noch andere Erkrankungen wie Diabetes oder Bluthochdruck vor, ist der Patient zudem hochbetagt, dienen ein bis zwei Nächte im „überwachten Bett“ einfach einer höheren Sicherheit. „Montags und dienstags“, so Karin Fischer, „werden meistens die Patienten operiert, die über Nacht bei uns bleiben.“

Die Medizinische Fachangestellte hatte bis Ende vergangenen Jahres in der Hausarztpraxis des MVZ gearbeitet. „Dort war ich haupt-



Karin Fischer in der kleinen Küche auf der Station. Tee oder Kaffee werden hier gekocht, das schmackhafte Essen wird geliefert.

sächlich im Labor beschäftigt, so dass sich beide Tätigkeiten doch ziemlich voneinander unterscheiden. Hier steht weniger die Medizin als die Betreuung im Vordergrund. Aber die Arbeit macht mir Spaß und die Patienten sind sehr dankbar“, spricht und ist schon auf dem Sprung zu einer Patientin, die etwas zu trinken bekommen möchte. Gleichzeitig ist es Zeit, Thromboosespritzen zu verabreichen. „Die Zeit vergeht



Karin Fischer ist Medizinische Fachangestellte und betreut seit Anfang 2015 Patienten nach der Operation.

hier wie im Fluge, es ist immer etwas zu tun“, sagt die heute 51-Jährige, die in ihrer Freizeit ambitionierte Sportlerin ist: Joggen, Radfahren und Inlineskating stehen dabei ganz oben auf der Skala.

Karin Fischer war nach Abitur und Studium zunächst als Grafikdesignerin tätig. Erst der zweite Berufsanlauf führte in die Medizin. Die Arbeit im MVZ, explizit die auf der Station scheint für die ruhige, kompetente, sehr fürsorgliche, Frau wie maßgeschneidert. So jedenfalls empfinden es die Patienten, denen der Aufenthalt auf der Station allein deshalb so schnell vergeht und so angenehm in Erinnerung bleibt, weil sie hier von Karin Fischer liebevoll betreut werden. Sie selbst will darüber keine Worte verlieren. Eins aber ist klar: Nach Rosi Blensik, die Ende 2014 in den Ruhestand ging, ist nun Karin Fischer die gute Seele der Station.

AUF UNS KÖNNEN SIE AUCH IN ZUKUNFT BAUEN, WEIL ...



... wir zwar auf Bewährtes in unserer Zusammenarbeit und bei der medizinischen Versorgung setzen, beides aber stets auf den Prüfstand stellen, um gemeinsam noch mehr für die Patienten respkt. Versicherten zu erreichen. Egal, ob in Diagnostik oder Therapie, bei der Beratung, Fürsorge oder der Vergabe von Terminen – das Rad lässt sich immer ein Stückchen weiter vorwärts drehen. Was die Vergangenheit lehrt, wird sich auch in der Zukunft beweisen.

Dr. Hans-Hermann Ladetzki, Ärztlicher Leiter, MVZ „Herderstraße“



... gute und qualitäts-gerechte Versorgung stabile Partnerschaften braucht. Seit Jahren geht unser gemeinsames Konzept auf: Therapien einzusetzen, die für unsere Versicherten und für Ihre PatientInnen

schnellere Heilung bedeutet – mit einer effizienten und strukturierten Behandlung durch Ärzte des Versorgungszentrums. Dabei orientiert sich die Behandlung an den neuesten Erkenntnissen im Bereich der Wundversorgung – und das seit Jahren erfolgreich.

Ralf Dralle, Vorstand der AOK Sachsen-Anhalt



... die Vorteile der Integrierten Versorgung auf der Hand liegen: Unsere Versicherten profitieren von kurzen Wegen und einer an den neuesten medizinischen Standards ausgerichteten

Versorgung, erhalten eine wertvolle Alternative zu herkömmlichen Behandlungsformen und werden in einen organisierten Behandlungsprozess eingebunden.

Uwe Schröder, Vorstand der IKK gesund plus

Volksleiden Venenschwäche

Trotz Routine erfordert Stripping neben Können höchste Konzentration

Jeder zweite Erwachsene in Deutschland leidet unter einer Venenschwäche, die äußerlich an Krampfadern zu erkennen ist. Mit etwa 300 000 Krampfader-Operationen pro Jahr nimmt diese Art der chirurgischen Eingriffe nach wie vor einen Spitzenplatz ein.

Die 40-jährige Nicole Woldau aus Schwanefeld, nahe der Grenze zum benachbarten Niedersachsen, ist an diesem trüben Freitagmorgen die erste Patientin, die Dr. Peter Burger operiert. Arzt und Patientin kennen sich seit fast acht Jahren, denn seit ihrer Schwangerschaft 2002 leidet

die Verwaltungsfachwirtin an Krampfadern. „Stripping“ nennt sich das Verfahren, bei dem Krampfadern ganz oder teilweise entfernt werden. Ein Routine-Eingriff für den erfahrenen Chirurgen, der dennoch oder gerade deshalb mit äußerster Präzision agiert. Ihm zur Seite steht OP-

Schwester Heike Siebert. Oft genügt ein Blick, eine Handbewegung zur Verständigung. Das zeichnet ein eingespieltes Team aus. Entlang der aufgezeichneten Linien am Bein entfernt Dr. Burger Stück für Stück die kranke Krampfader. Nichts davon bekommt Nicole Woldau mit.

Zwei Stunden später, als sie bereits in „ihrem“ Bett auf der Station liegt, gesteht sie: „Obwohl das schon meine vierte Operation im MVZ war, hatte ich heute morgen doch ein bisschen Bammel. Aber jetzt ist alles gut. Es war optimal wie immer.“ Seit 2007 kommt die Schwanefelderin jährlich zur Kontrolle ins MVZ: „Meine Venenklappe funktioniert nicht genau. Da kann es immer wieder zu Krampfaderproblemen kommen. Und im vergangenen Jahr war es wieder mal so weit. Nach der Ultraschalluntersuchung wurde mir zur Operation geraten. Dass ich die hier machen lasse, war klar. Ich bin sehr zufrieden.“

Drei Wochen nach der OP ist alles vorbei

Ein Urteil, das die 69-jährige Dories Holzweißig aus Gardelegen nur bekräftigen kann. Obwohl sie schon fast zwei Jahrzehnte lang Venenprobleme hatte, konnte sie sich erst in diesem Jahr zur Operation entschließen. „Schmerzen hatte ich schon lange, aber die Angst vor der Operation war größer.“ Da nichts besser werde, habe sie sich letztlich doch für den Eingriff entschieden. In der Nacht davor aber hätten sie Zweifel und Angst kaum schlafen lassen. „Obwohl es



„Stripping“ nennt sich die OP-Methode, bei der Krampfadern ganz oder teilweise herausgezogen werden. Die Rückfallquote ist danach sehr gering. OP-Schwester Heike Siebert (li.) assistiert dem Chirurgen Dr. Peter Burger.

gar nicht so schlimm war wie befürchtet, bin ich froh, alles gut überstanden zu haben.“ Ganz wichtig ist Frau Holzweißig die gute Gewissheit, dass sie vor einer zweiten Krampfaderoperation keine Angst haben muss. „Trotz der Entfernung bin ich froh, dass ich zur Operation ins MVZ gekommen bin.“ Das war der Gardelegenerin empfohlen worden und nicht nur deshalb, weil der Ärztliche Leiter, Dr. Hans-Hermann Ladetzki, in der altmärkischen Hansestadt aufgewachsen ist. „Wir haben mal in einer Straße gewohnt“, erzählt die 69-Jährige, die noch immer in einer Augenarztpraxis arbeitet. „Und meine Kinder sind von Frau Ladetzki unterrichtet worden.“ So klein ist die Welt.

Anfang Januar hatte Dories Holzweißig ihren ersten Untersuchungstermin im MVZ, vor der OP war sie dann



Nach der OP ruhen sich Nicole Woldau und Dories Holzweißig noch ein paar Stunden auf der Bettenstation im MVZ aus. Zeit, die sie gut mit Fernsehen überbrücken.

noch zweimal hier – zum Ultraschall und zur Narkosesprechstunde. Zwei weitere Untersuchungen folgen nach dem Eingriff. „Und dann wird

hoffentlich alles gut sein.“ (Berufstätige müssen mit einer Krankschreibung von etwa drei Wochen rechnen.)

Etwa fünf Stunden nach

dem Eingriff lassen sich Nicole Woldau, Dories Holzweißig und die anderen sieben Patienten von ihren Angehörigen nach Hause abholen.

Immer öfter klingelt die nette Praxisassistentin an der Wohnungstür

VERAH, MOPRA und jetzt NÄPA – die Namen wandeln sich, der Inhalt nicht. Was sich dahinter verbirgt, versteht der Laie nachwievorn am besten, wenn von Schwester Agnes die Rede ist. Die Gemeindeschwester aus dem DDR-Filmklassiker düste auf ihrer Schwalbe zu den Patienten, die sie brauch-



ten, denen sie helfen konnte.

Genau das tun NÄPA (nicht-ärztliche Praxisassistentinnen) auch. Angleitet und auf Weisung von Hausärzten nehmen sie denen einen Großteil der

Arbeit ab – nicht nur in unterversorgten Dörfern, sondern seit jüngstem auch in größeren Städten. Heute können Praxen mit mindestens 860 Behandlungsfällen oder 160 Patienten pro Quartal, die das 75. Lebensjahr vollendet haben, NÄPA-Leistungen abrechnen. „Diese Voraussetzungen“, so Dr. Burkhard John, Vorstand der Kassenärztlichen Vereinigung Sachsen-Anhalt (KVSA), „erfüllen in unserem Bundesland 84,5 Prozent aller Hausarztpraxen.“

Kein Wunder also, dass sich die Anzahl der NÄPA nahezu täglich ändert. Etwa 500 sind es derzeit in Sachsen-Anhalt. Die meisten von ihnen haben eine VERAH-Ausbildung (Versorgungsassistentin in der Hausarztpraxis) abgeschlossen. Eine Qualifizierung, die von der KVSA angeboten und al-

lein im ersten Halbjahr dieses Jahres von 75 Teilnehmerinnen wahrgenommen wird. Weitere Kurse sollen deshalb aufgelegt werden.

Nach Ansicht von Dipl.-Med. Regina Feldmann, Vorstand der Kassenärztlichen Bundesvereinigung, ist der flächendeckende Einsatz von Praxisassistentinnen eine „große Neuerung“. Die Allgemeinmedizinerin verspricht sich von dem neuen Angebot auch eine stärkere Entlastung der Hausärzte. Die sei besonders vor dem Hintergrund des zunehmenden Ärztemangels dringend nötig. Zudem signalisierten immer mehr junge Ärzte, dass sie nicht mehr zwölf Stunden und länger am Tag arbeiten möchten und deshalb auch gern Aufgaben an qualifizierte Praxismitarbeiter delegieren wollten.



VERAH/Arzthelferin beim Hausbesuch. Foto: Ingimage/Auremar

Christin wird „VERAH“ und Stefanie ist seit Januar in der Hausarztpraxis

Immer freundlich und gut aufgelegt – so kennen unsere Patienten Christin Müller. Seit 2012 arbeitet die Medizinische Fachangestellte (MFA) in der Hausarztpraxis, nimmt an der Rezeption Patienten auf, vergibt Termine, druckt Rezepte und Überweisungen aus. Sie schreibt aber auch EKG und arbeitet im Labor.

Im Januar hat Christin eine 200 Stunden umfassende Fortbildung zur Versorgungsassistentin in der Hausarztpraxis, kurz VERAH, begonnen. Das heißt im Klartext. Lernen nach Feierabend. Wenn ihre Kolleginnen mittwochs und freitags um die Mittagszeit nach Hause gehen, setzt sich Christin in der Kassenärztlichen Vereinigung Sachsen-Anhalt auf die Schul-

bank. Sie ist die jüngste Teilnehmerin im Kurs. „Ich wollte beruflich einen Schritt weiterkommen und habe deshalb beim Ärztlichen Leiter nachgefragt, ob mich das MVZ zur Fortbildung delegieren wür-

de.“ Das traf sich insofern gut, als Dr. Hans-Hermann Ladetzki ebenfalls gerade über eine VERAH für das MVZ nachgedacht hatte. Im Zuge ihrer Qualifizierung besucht Christin schon heute einige Patienten

zu Hause – meistens als Begleitung von Hausärztin Dr. Evelyn Fabiensky. „Muss der Blutdruck gemessen oder Blut abgenommen werden, gehe ich auch schon mal allein zu den Patienten – immer natürlich nach Absprache mit und auf Weisung der Ärztin.

Dass die Hausbesuche zunehmen werden, ist Christin klar. Sie freut sich auf die Herausforderung. Gleichzeitig ist sie froh, in Stefanie Ulrich eine gute, verlässliche Kollegin zu haben. Stefanie ist das neue Gesicht in der Hausarztpraxis. Sie hatte bis 2013 im Haupthaus des MVZ gearbeitet. Nachdem ihr kleiner Sohn am Neujahrstag 2015 ein Jahr alt geworden ist, geht die Mama wieder arbeiten.



Seit Januar ein gutes Gespann in unserer Hausarztpraxis: Die Medizinischen Fachangestellten Christin Müller (li.) und Stefanie Ulrich.

ANZEIGE



Damit Sie in Bewegung bleiben!

Medizinische Kompressionsstrümpfe
Modische Stützstrümpfe für Sport und Beruf
Fuß- und Beinpflege
Bändagen



Modisch chic und elegant, aber gleichzeitig medizinisch sinnvoll – so sehen Kompressionsstrümpfe heute aus.

Vorbei ist die Zeit, als das Tragen medizinischer Kompressionsstrümpfe für Ihre Mitmenschen erkennbar war.

Erfahren Sie in der Venothek durch die freundlichen und fachkundigen Mitarbeiterinnen bei einer individuellen Beratung die Vielfalt der Möglichkeiten.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und beantworten Ihnen alle Fragen zu Ihren Kompressionsstrümpfen.

Wählen Sie zwischen verschiedenen Farben und Varianten nach Ihren ganz persönlichen Wünschen.

Lassen Sie mit Hilfe modernster 3D-Technik Ihre Beine vermessen und die Strümpfe anpassen und gehen Sie gesund und modisch chic durchs Leben.



Venothek

Herderstraße 21
39108 Magdeburg

Telefon: 03 91 / 66 28 936
E-Mail: venothek@mamedic.de
www.mamedic.de

Öffnungszeiten

Montag	08:00 – 18:30 Uhr
Dienstag	08:00 – 17:00 Uhr
Mittwoch	08:00 – 16:00 Uhr
Donnerstag	08:00 – 18:30 Uhr
Freitag	08:00 – 16:00 Uhr

In die Tonne damit: Abgelaufene Arzneimittel nicht mehr einnehmen

Bei starken Kopfschmerzen, Halsweh oder Übelkeit ist schnelle Hilfe gefragt. Doch was tun, wenn das Verfallsdatum der Arzneimittel überschritten ist?

„Abgelaufene Medikamente sollten Sie entsorgen“, empfiehlt Juliane Sichtung, Leiterin des Fachbereichs Arzneimittel bei der AOK Sachsen-Anhalt.

Auf jeder Packung ist angegeben, wie lange das Arzneimittel verwendet werden darf. Grundlage für das Haltbarkeitsdatum sind umfangreiche Studien, beispielsweise Tests unter verschiedenen Temperaturen.

Doch wie weiter nach Ende des Verfallsdatums? Sofern im Beipackzettel eines Arz-



Foto: AOK

neimittels nicht steht, wie es entsorgt werden soll, gilt: Patienten können abgelaufene und nicht mehr benötigte Arzneimittel mit dem Restmüll entsorgen. „Der einfachste und bequemste

Weg ist zugleich umweltverträglich“, sagt Juliane Sichtung. Allerdings ist darauf zu achten, dass zur Vernichtung bestimmte Medikamente nicht in Kinderhände geraten!

Wer sich unsicher ist, kann alte Arzneimittel meist bei einer Schadstoffsammelstelle abgeben – Auskünfte dazu erteilt die Gemeinde – auch die Apotheken helfen gern weiter. Zur Rücknahme sind Apotheken allerdings nicht verpflichtet. Medikamente in die Toilette oder ins Waschbecken zu werfen, belastet die Umwelt.

Medikamente nach Über-

schreiten des Verfallsdatums noch einzunehmen, kann riskant sein, selbst dann, wenn sie äußerlich einwandfrei aussehen. „Wenn sich Wirkstoffe zersetzen, verlieren Arzneimittel nicht nur ihre Wirksamkeit, es können auch schädliche Substanzen entstehen.“ Salben und Augentropfen sind meist nur kurze Zeit nach Anbruch haltbar. Patienten sollten sie nach Ablauf der Aufbrauchfrist entsorgen, da sich ansonsten Krankheitserreger stark vermehren können. Das Gleiche gilt für Säfte, beispielsweise gegen Husten.

Weitere Infos zu den Themen Reisen und Medizin, Gesundheit und Vorsorge finden Sie unter: www.aok.delsachsen-anhalt

Ihr Vertrauen ist unser Ansporn – doch auch Kritik kann sehr hilfreich sein

Wir wollen nicht nur, dass es Ihnen gut geht. Wir wollen vor allem, dass es Ihnen dank unserer Hilfe besser geht. Und dass Sie sich in unserem MVZ stets gut aufgehoben fühlen.

Mit der Zufriedenheit ist das immer so eine Sache. Das kennt jeder aus eigenem Erleben schon im Alltagsgeschehen. Was dem einen gefällt, stört den anderen und kann einen Dritten gar auf die Palme bringen. Um eine möglichst objektive Einschätzung des eigenen Könnens, der eigenen Arbeit, zum Service für und Umgang mit den Patienten treffen zu können, bittet das MVZ seine Patienten um Mithilfe. Seit mittlerweile zehn Jahren ist beispielsweise die Befragung zu kurzstatio-

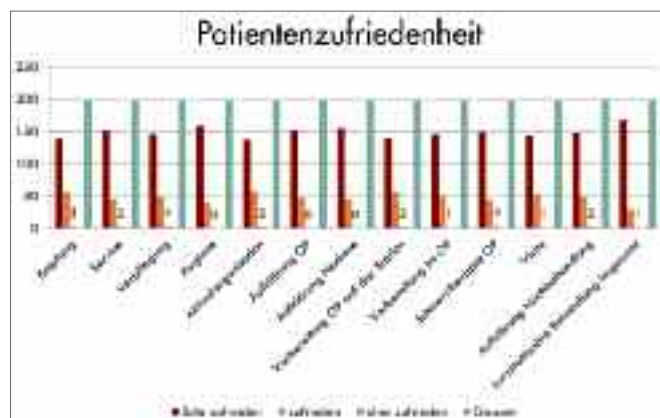
nären Aufenthalten für uns ein zuverlässiges Instrument, das uns auch 2014 allen Grund zur Freude bescherte: 71 Prozent der befragten Patienten bewerteten die MVZ-Leistungen – vom Empfang über Ablauforganisation, Narkoseaufklärung, OP bis zur Visite auf der Station und der erforderlichen Nach-

behandlung mit dem Prädikat: Sehr zufrieden. Wenige gaben die Note 2 und schlechtere Bewertungen kamen nicht vor.

„Das freut uns und ist zugleich Ansporn, uns noch mehr ins Zeug zu legen, um auch in Zukunft ein geachteter Partner an Ihrer Seite zu bleiben“, so Dr. Hans-Her-

mann Ladetzki. „Ich möchte mich bei allen Patienten, die zu uns kommen, für ihr Vertrauen bedanken und sie ermuntern, uns selbst auf kleinste Unstimmigkeiten aufmerksam zu machen. Genau das kann uns helfen, noch besser zu werden.“

Erstmals haben wir im vergangenen Jahr auch Patienten im Kompetenzzentrum „Chronische Wunden“ befragt. Auch hier gab es nur die Noten eins und zwei, wobei die sehr guten Bewertungen überwogen. Die meisten Punkte gab es für die Freundlichkeit des Personals, das saubere Umfeld, die gute Information und die aktive Einbindung der Patienten in die Behandlung, die bei der chronischen Wunde ganz entscheidend ist.





reddot design award
honourable mention 2012

Memory wurde für medical Design
und innovative Details mit einem
red dot design award ausgezeichnet.

ofa bamberg

Versüßen Sie
Ihren Beinen
den Tag.

Memory
Modifarben 2015

memory®

Die **eleganten** medizinischen
Kompressionsstrümpfe.

Mehr Informationen: www.ofa.de

Stefanie in Pistazien-Eis
und Regina in Avoria-Loebel
bringen das Eis zum
Schmelzen.

Selbstbestimmt bis ins hohe Alter – das unterstützen Hausärzte gern

Seit gut einem Jahr haben wir das Leistungsspektrum unserer Hausarztpraxis um ein hausärztliches geriatrisches Assessment erweitert. Was sich dahinter verbirgt, wem es dient und welchen Nutzen es hat, lesen Sie hier.

Was heißt geriatrisches Assessment?

Die diagnostische Methode Assessment heißt soviel wie Einschätzung, setzt auf standardisierte, wissenschaftlich validierte Testverfahren zur Beurteilung körperlicher, seelischer und sozialer Aspekte älterer Patienten.

Ab welchem Alter empfehlen Sie das Testverfahren?

Gibt es keine Auffälligkeiten, dann nicht vor Vollendung des 70. Lebensjahres. Aber auch danach nur, wenn

ten, dann nicht vor Vollendung des 70. Lebensjahres. Aber auch danach

nur, wenn ein geriatrischer Versorgungsbedarf besteht. Dazu gehören Mobilitätseinschränkungen genauso wie Demenzen, Depressionen oder auch chronische Schmerzen.

Worauf muss sich der Patient einstellen?

Mit leichten körperlichen Übungen oder der Beantwortung von Fragen werden Mo-



Hausärztin im MVZ: Dr. Evelyn Fabiinsky

bilität und Sturzgefahr beurteilt. Darüber hinaus erheben unsere Arzthelferinnen auf Basis standardisierter „Fragebögen“ soziale Kontakte und Aktivitäten, die Wohnsituationen und ökonomische Verhältnisse. Dabei geht es um Zufriedenheit genauso wie um Hobbys, Einkaufsmöglichkeiten oder die Fähigkeit, finanzielle Angelegenheiten selbstständig zu regeln. Die Auswertung erfolgt nach einem vorgegebenen Schema. Wird eine bestimmte Punktzahl nicht erreicht, signalisiert uns das: Hier besteht Handlungsbedarf.

Warum raten Sie zum Test?

Hausärzte kennen Patienten oft schon viele Jahre lang. Wird der Gang unsicherer oder beklagen Betroffene bzw. deren Angehörige Ver-

gesslichkeit, ist es Zeit, nach Funktionsressourcen zu schauen. Wir wollen so Störungen, egal, ob sie motorischer oder psychischer Art sind, möglichst frühzeitig auf die Spur kommen. Nur auf dieser Basis können Therapien ansetzen, die auf ein möglichst langes autonomes, selbstbestimmtes Leben in der gewohnten Umgebung der Patienten abzielen. Und das wollen die meisten älteren Menschen. Im Fokus stehen ein besserer funktioneller Status, höhere Lebensqualität und der Erhalt der Selbstständigkeit.

Wieviel Zeit muss sich der Patient nehmen?

Etwa 15 Minuten. Nachdem uns Hausärzten die Auswertung vorliegt, wird über das weitere Vorgehen entschieden.

ANZEIGE

WESTERNPLAN APOTHEKE 

- wir sind eine zertifizierte Hausapotheke
- wir bringen Ihnen im Bedarfsfall Ihre Arzneimittel nach Hause
- wir nehmen Ihre Bestellung auch gern per Fax und E-Mail entgegen

**„Eine Tüte Sicherheit“
vom 10. 4. bis 17. 4. 2015**

*Nehmen Sie verschiedene Arzneimittel ein!
Wir machen für Sie den Check!
Gehen Sie auf Nummer sicher!*






Inh. Birga Futschedschiew
Motzstraße 4
39108 Magdeburg
Tel. 0391 7 34 80 66
Fax 0391 7 34 80 67
Mail info@westernplanapotheke.de



Manchmal kann auch ein Test helfen, die Selbstständigkeit möglichst lange zu bewahren. Foto: Ingimage

Ischiasbeschwerden kommen oft wie der Blitz aus heiterem Himmel

Plötzlich schießt, aus der Bewegung heraus, ein Schmerz in den unteren Rücken. Ein Hexenschuss? Möglich – strahlt er aber bis in das Bein aus, handelt es sich wahrscheinlich um Ischiasschmerzen.

Der Ischiasnerv ist der längste Nerv in unserem Körper: Sein Ursprung ist im Geflecht des Rückenmarks, er geht über das Gesäß bis ins Bein – verzweigte Äste reichen sogar bis in die Füße. Durch ungünstige Bewegungen beim Bücken, Heben oder durch Muskelverspannungen kann der Nerv eingeklemmt werden und stechende bzw. dumpfe Schmerzen verursachen. Die ziehen vom unteren Rücken auf einer Körperseite bis ins Bein.



Foto: IKK

Was hilft? Haben Sie sich den Ischiasnerv eingeklemmt, kann dies mit einem Kribbeln in der betroffenen Körperregion sowie mit Taubheitsgefühlen einhergehen. Wärme, Schonung und vorsichtiges Dehnen können die Verspannung lockern und den eingeklemmten Nerv befreien. Bei anhaltenden Schmerzen sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen.

Bei anhaltenden Schmerzen sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen.

Vorbeugend gegen Schmerzen im Ischias empfiehlt sich, die Rückenmuskulatur zu stärken und so etwas für die Rückengesundheit zu tun. Eine Rückenschule, die auch im

Rahmen der IKK-Gesundheitskurse angeboten wird, wirkt sich positiv auf Ihr Wohlbefinden aus. Zusätzlich hilft regelmäßige Bewegung, Rückenproblemen zuvorzukommen. Im Alltag können schon kleine Veränderungen helfen: Beim Heben z. B. darauf achten, dass dies aus den Knien und nicht aus dem Rücken heraus geschieht. Dynamisches Sitzen am Arbeitsplatz, bei dem die Position regelmäßig verändert wird, kann Schmerzen entgegenwirken.

Tipps: Weitere nützliche und aktuelle Tipps rund um Ernährung, Sport und gesundes Leben finden Sie auf den Internetseiten der IKK gesund plus unter www.ikk-gesund-plus.de.

ANZEIGE



Biatain® Silicone

Erleben Sie die Freiheit exzellenter Absorption

Biatain® Silicone – exzellente Absorption und sicherer Halt

- Das besondere Design des Biatain Silicone zeichnet sich durch eine perforierte, sanfte Silikonkontaktschicht aus, die einen sicheren Halt gewährleistet, ohne die exzellente Absorption zu gefährden.
- Der Biatain Schaumverband wölbt sich wie gewohnt zum Wundgrund – für eine exzellente Absorption und ein optimal leuchtendes Wundmilieu.
- Sanfte und sichere Anwendung durch die 3-teilige Non-Touch-Technologie



 The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2015-02. All rights reserved Coloplast A/S, 3000 Humlebæk, Denmark.

Gute Arbeit setzt mehr Wissen voraus

Erstmals hatten mamedis und MVZ Pflegende zu einer ganztägigen Fortbildung in punkto Versorgung chronischer Wunden eingeladen. Referenten waren unter anderem die Doktorin Beate Brinkers, Dermatologin, und der Chirurg Dr. Hans-Hermann Ladetzki.

Gerade in der Wundversorgung wächst die Verantwortung von Pflegenden zusehends. Durch fachgerechte Verbandswechsel, kluge und

lückenlose Dokumentation und den richtigen Umgang mit den oft leidgeplagten Patienten sind sie Ärzten eine wichtige Stütze und mit ein Garant für eine anstehende Zertifizierung bzw. Rezertifizierung einer qualitätsgesicherten Wundversorgung. Das MVZ sowie die chirurgische Praxis Lützkendorf in Helbra und die Berufsausübungsgemeinschaft Oschersleben sind diesen Weg bereits gegangen.



Dieter Weise ist der neue Arbeitsschutzbeauftragte im MVZ.

Sicherheit nicht dem Zufall überlassen

Seit fast 25 Jahren am Markt unterstützt das Magdeburger Ingenieurbüro Weise Betriebe und Einrichtungen, gesetzliche Vorschriften in punkto Gesundheitsschutz, Arbeitssicherheit und Brandschutz anzuwenden und einzuhalten. „Neben Bau-, Maschinenbau- oder Unternehmen der Elektrotechnik betreuen wir auch diverse Gesundheitseinrichtungen, wie das Krankenhaus St. Marienstift, ein Magdeburger Dialysezentrum sowie Arztpraxen

und Seniorenheime“, erfahren wir von Dieter Weise, der Fachingenieur für Arbeitssicherheit ist und seit kurzem auch das MVZ „Herderstraße“ zu seinen Kunden zählt.

Gemäß dem Arbeitssicherheitsgesetz muss jeder Arbeitgeber eine Fachkraft für Arbeitssicherheit haben. In kleineren Unternehmen ist das natürlich kein Vollzeitjob. Deshalb haben auch wir uns für das anerkannte Ingenieurbüro entschieden. Dieter Weise ist für das MVZ zunächst beratend für alle Aspekte der Arbeitssicherheit und des Brandschutzes tätig. Wichtige Aufgaben sind darüber hinaus Gefährdungsbeurteilungen aller Abläufe sowie eine exakte Darstellung für den Umgang mit Geräten und Gefahrstoffen. „Außerdem gehören auch Alarm- und Notfallpläne sowie Brandschutzordnungen zu meinem Spektrum, die nicht nur einmalig aufzustellen, sondern auch stets zu aktualisieren sind.“

Einmal jährlich informiert Dieter Weise auch die MVZ-beschäftigten über neue Anforderungen und Bestimmungen in Sachen Arbeitssicherheit und Brandschutz, frischt bekanntes Wissen auf und unterweist auch jeden neuen Mitarbeiter.



Erste fachliche Fortbildung für Pflegende, die in ihren Praxen chronische Wunden versorgen.

ANZEIGE

Lomatuell® Pro NEU Wunden gehören hinter Gitter.

- Unterstützung des Therapieerfolgs
- Einfache und sichere Anwendung
- Atraumatischer und schmerzärmer Verbandwechsel

www.Lohmann-Rauscher.com



Mitten auf dem Uniklinik-Gelände wirkt das Elternhaus wie eine kleine Oase. Im Innenhof, dem José-Carreras-Atrium (auch der Gesangstar hat für das Elternhaus gespendet), ist genügend Platz zum Tollen, Ausruhen, Grillen ...

Das Magdeburger Elternhaus – eine kleine Oase in ganz schweren Zeiten



Im Spielzimmer wird auch der 74-jährige Prof. Dr. Uwe Mittler gern nochmal zum Kind.

„Hoffnung braucht Hilfe.“ Und genau um die bemüht sich der Magdeburger Förderkreis krebskranker Kinder seit 25 Jahren. Sichtbarstes Zeichen das Elternhaus, das vor acht Jahren auf dem Gelände des Uniklinikums eingeweiht worden ist.

„Sieben betroffene Eltern, Schwester Emmi Winter und Mittler, das waren die sieben Leute, die den Förderkreis gegründet haben. Heute sind wir 165.“ Eine Kraft, die das El-

ternhaus leben und wachsen lässt. Und darum ging und geht es Prof. Dr. Uwe Mittler, dem einstigen Chef der Kinderkrebsklinik, der sich heute als Vorstand der Stiftung Elternhaus um die großen und kleinen Belange kümmert. Jedes Jahr erkranken in Deutschland knapp 2000 Kinder bis zu 15 Jahren an Krebs. In die Uni Magdeburg werden jährlich etwa 25 Mädchen und Jungen wegen der Diagnose Krebs neu aufgenommen. „Noch in den 70er Jahren“, so Mittler, „war Leukämie, der bei Kindern am meisten verbreitete Krebs, unwiderruflich ein Todesurteil. Heute werden 80 Prozent der Patienten wieder gesund.“ So, wie sich die Medizin immer weiter entwickelt habe, habe sich auch der Umgang mit den Kranken und deren Angehörigen verbessert. Dafür sorgen maßgeblich Menschen wie Uwe Mittler, aber auch all jene, die die gute Idee, die das Engagement des Förderkreises und die Stiftung Elternhaus unterstützen. Dass sich Eltern und Geschwister von krebskranken Kindern im Elternhaus stets gut aufgehoben fühlen, ist auch für das MVZ „Herderstraße“ eine Herzensangelegenheit.



Der Snoezelraum zum Kuseln und Träumen. Jüngstes „Kind“ des Magdeburger Förderkreises ist übrigens der Geschwisternachmittag einmal pro Monat. Rechts die Küche im Elternhaus – topmodern und sehr funktional.



DIAGNOSTIK

- Arterielle und venöse Durchblutungsstörungen der Arme und Beine
- Durchblutungsstörungen der Halsgefäße
- Dopplersonografie und farbkodierte Duplexsonografie
- Venenflussmessung/ Photoplethysmografie

THERAPIE

- Thrombosesprechstunde
- Ulcussprechstunde
- Verödungsbehandlung
- **Ambulante** Krampfaderoperationen
- **Stationäre** Krampfaderoperationen
- **Kurzstationäre** Krampfaderoperationen stationersetzend
- Laserchirurgische Krampfaderoperationen
- Minichirurgische Operationstechniken
- Behandlung besonderer Krampfaderen
 - Gynäkologische Krampfaderen
 - Krampfaderen in der Schwangerschaft
- Wahlleistungen/Info
 - Check up der hirnversorgenden Gefäße
 - Check up der Arm- und Bein Gefäße
 - kosmetische Verödung von Besenreisern
 - Operationen von Krampfaderen mittels LASER
 - LASER-Behandlung
 - Reisetromboseberatung



So erreichen Sie uns



MVZ „Herderstraße“
Praxisklinik für Gefäßchirurgie und Phlebologie
 Herderstraße 21
 39108 Magdeburg
 Tel.: 03 91 73 58 30
 Fax: 03 91 73 170 75
 Internet:
www.mvz-herderstrasse.de



AOK Sachsen-Anhalt
 Lüneburger Str. 4
 39106 Magdeburg
 Ansprechpartner:
 Andreas Arnsfeld
 Tel.: 03 91 28 78-444 26
 Fax: 03 91 28 78-445 76
 E-Mail: presse@san.aok.de
 Internet: www.aok.de/sa



IKK gesund plus
 Umfassungsstraße 85
 39124 Magdeburg
 Ansprechpartner:
 Gunnar Mollenhauer
 Tel.: 03 91 28 06-20 02
 Fax: 03 91 28 06-20 09
 E-Mail: Gunnar.Mollenhauer@ikk-gesundplus.de
 Internet:
www.ikk-gesundplus.de

Impressum

Herausgeber:
 AZ publica GmbH, Liebknechtstraße 48, 39108 Magdeburg
 Tel.: 03 91 73 106 77 • E-mail: agentur@az-publica.de

Redaktion, Satz, Layout, Fotos:
 AZ publica GmbH Magdeburg

Druck:
 Harzdruckerei GmbH Wernigerode