aktiv & gesund



Infos rund um Venen, Arterien und Beine – Kurier des MVZ "Herderstraße" Magdeburg



- Nancy Leetz-Rosenbohm und ihre royale Rasse(I)bande
- Eine "runde" Sache: 10. Interdisziplinäre Fachtagung
- Vorgestellt: Das Team der mobilen Anästhesie

Liebe Leserinnen und Leser,



unsere 10. Interdisziplinäre Fachtagung für Wundbehandler, über die wir in dieser Ausgabe u. a. berichten, erwies sich erneut als Hort gemeinsamen Miteinanders. Ärzte, Therapeuten, Pflegende aus dem stationären und ambulanten Bereich informierten sich über neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und praktische Erfahrungen in der Wundbehandlung, diskutierten mit ausgewiesenen Experten auf diesem Gebiet und konnten so jede Menge Know-how mit nach Hause nehmen. Davon profitieren vor allem Patienten mit chronischen Wunden, offenen Beinen. Gemeinsam mit Priv.-Doz. Dr. Jörg Tautenhahn, Chefarzt am Klinikum Magdeburg, haben wir uns genau deshalb vor zehn Jahren entschlossen, im jährlichen Rhythmus Fachtagungen für alle in die Wundbehandlung einbezogenen Akteure zu organisieren. Das Echo von damals bis heute steht für die Richtigkeit unserer Entscheidung und spornt zugleich an, den eingeschlagenen Weg fortzusetzen.

Wundbehandler müssen Teamplayer sein, wollen sie im Sinne ihrer Patienten erfolgreich sein. Voraussetzung ist ein annähernd gleicher Wissens- und Kenntnisstand, der auf interdisziplinären Fachtagungen gemeinsam erarbeitet werden kann. Traditionell war die Referentenliste deshalb auch 2019 ein Who is Who der Wundexperten. Die weiteste Anreise von ihnen hatte Dr. Meinolf Dorka, der Spezialist für Gefäßchirurgie und Allgemeinchirurgie war aus Zürich gekommen. Er brach in Magdeburg eine Lanze für die Entstauung in der Therapie der chronischen Wunde. Ihm und allen Referenten, aber auch den Teilnehmern unserer Tagung an dieser Stelle noch einmal ganz herzlichen Dank und das Versprechen an unsere Patienten. Unser gemeinsames Ziel ist und bleibt die stete Optimierung der Wundbehandlung.

Dr. Hans-Hermann Ladetzki Ärztlicher Leiter MVZ "Herderstraße" GmbH

INHAIT

Die Referenten der 10. Interdisziplinären

Tagung für Wundbehandler vor dem

Herrenkrug Parkhotel in Magdeburg.

REPORTAGE	ALLGEMEINCHIRURGIE
Die "Royals" vom Kalimandscharo	Tetanus: Immunisierung kann Leben retten
AKTUELL	PANORAMA
Multiprofessionell schneller zum Erfolg	Von der Bulette mit Kult(ur)-Status
KOMPETENZZENTRUM	KURZ & KNAPP
Gute und richtige Hautpflege unterstützt Wundheilung 6	Podologen und Gefäßexperten im Dialog1
GEFÄSSMEDIZIN	ALLGEMEINMEDIZIN
Durchblutungsstörung – eine schleichende Gefahr 8	Die ältesten Menschen leben auf der Insel Ikaria 12
	LYMPHOLOGIE
	Stationäre Reha bei schwerem Lymphödem 13
	REZEPT BUCHTIPP RÄTSEL
	VORGESTELLT
	Neues Team bezog Praxis im MVZ 1!
	ANÄSTHESIOLOGIE
	Sanft und ruhig ins Traumland
	DIABETOLOGIE
	Smarte Helfer erleichtern Alltag für Insulinpatienten
	BAUTAGEBUCH
and the second s	Auf Zeitreise im "Altstadtquartier"
Titelfoto:	

BEI UNS IM HAUS

Die "Royals" vom Kalimandscharo

MVZ-Patientin Nancy Leetz-Rosenbohm ist Sachsen-Anhalts einzige Corgi-Züchterin

Nur wenige Tage, nachdem Prinz Harry und Herzogin Meghan Anfang Mai mit Baby Archie vor die Kameras treten, kündigt sich auch in Loitsche bei Magdeburg royaler Nachwuchs an. Zugegeben, die "Babys", die hier erwartet werden, haben vier Pfoten und rotes Fell. Es sind Corgis, auch bekannt als "die Hunde der Queen".

Das beschauliche Örtchen Loitsche am Fuße des "Kalimandscharo" ist das Zuhause von Nancy Leetz-Rosenbohm und Mann Peter – und das Reich der "Welsh Corgis vom Kalimandscharo". Freudig bellend kommen uns die fünf Hündinnen und Rüde "Mr. Big" entgegengelaufen. Frauchen Nancy ist Hunde-Närrin im positivsten Sinne und hat sich der Zucht der cleveren Vierbeiner mit dem fuchsähnlichen Aussehen verschrieben.

Das kommt nicht von ungefähr: Die Liebe zu Tieren und das Züchtergen sind der Diplom-Betriebswirtin in die Wiege gelegt. Seit 1972 züchtete Mutter Petra britische Hütehunde - Collies und Shelties. Schon mit acht Jahren hat die kleine Nancy - etwas unfreiwillig - die ersten Welpen entbunden. Mutter Petra, Vater Gerriet und Bruder Mario waren nicht zu Hause, also musste die Nachwuchszüchterin es richten. Mit elf Jahren folgten die ersten Züchterschauen und bald die ersten Auszeichnungen für die heute 39-Jährige. Im zarten Alter von 15 Jahren hat sie sich dann unsterblich verliebt: "Auf einer Ausstellung habe ich zum ersten Mal einen Welch Corgi Pembroke gesehen und war sofort hin und weg", erinnert sich der Irland-Fan. Da war klar: "Wenn ich erwachsen bin, ist das meine Rasse!"

"Der Hund lehrt dich, an dir selbst zu arbeiten"

15 Jahre später hat sich die quirlige junge Frau ihren Traum erfüllt. Anfang 2011 zog Welpe "Samantha" ein und die Dynastie der "Welsh Corgis vom Kalimandscharo" begann. Vorher musste sie allerdings einiges an Überzeugungsarbeit bei Mann Peter leisten. Als echter Stadtmensch hatte er zunächst wenig mit dem Hobby seiner Frau am Hut. Heute ist er ebenfalls Corgi-Fan durch und durch, assistiert ihr bei der Welpenaufzucht und in der Kinderstube, begleitet sie zu Züchterbesuchen oder Ausstellungen – auch mal bis nach Belgien oder Polen.



Auch im TV hatten die "Corgis vom Kalimandscharo" und Frauchen Nancy Leetz-Rosenbohm schon ihren Auftritt – anlässlich des Deutschlandbesuchs der Queen 2015.

Apropos Kinderstube: In die muss Nancy Leetz-Rosenbohm kurz entschwinden. Es ist Fütterungszeit! Corgi-Dame Mika hat neun quietschfidele Welpen zur Welt gebracht und benötigt nun etwas Unterstützung.

"Man bekommt nicht den Hund, den man will. Sondern den, den man braucht." Diesen Satz gibt Nancy Leetz-Rosenbohm neuen Corgi-Besitzern gern mit auf den Weg. Und er trifft auch bei ihr selbst zu. "Der Hund lehrt dich, an dir selbst zu arbeiten; braucht Liebe, Geduld und Konsequenz."

Konsequenz ist auch so ein Begriff, mit dem Nancy Leetz-Rosenbohm gut vertraut ist. Als Jugendliche fiel sie ganz plötzlich in ein diabetisches Koma, Typ-1-Diabetes wurde festgestellt, ein schwer einstellbarer noch dazu. Seitdem gehören Blutzuckerkontrollen und Insulinspritzen zu ihrem Alltag. Für den Teenie Nancy gar nicht so einfach. Heute hat sie gemeinsam mit Diabetologin Dr. Sigrid Misch und Diabetesberaterin

Heike Takke den "Zucker" gut im Griff. Mahlzeiten muss sie allerdings immer noch abwiegen – aber nur für die Welpen.

Vom Kalimandscharo bis in die Steiermark

58 Corgis tragen mittlerweile den klangvollen Namen "vom Kalimandscharo". Sie leben in ganz Deutschland und Österreich. Damit sich Geschwister und Cousins nicht aus den Augen verlieren, organisiert Nancy Leetz-Rosenbohm, die sich auch als stellvertretende Rassebetreuerin im Club für Britische Hütehunde engagiert, regelmäßige Treffen. Ein eigenes Magazin berichtet über die "Kali-Familie" und Wissenswertes rund um die kurzbeinige aber enorm agile Rasse.

An der Erfüllung ihres nächsten Traums arbeitet Nancy Leetz-Rosenbohm auch schon: Die Teilnahme an der "Crufts", der weltgrößten Hundeschau. Die über 70 Pokale, die ihr Haus schmücken, lassen vermuten, dass sie auch das in die Tat umsetzen wird.

Multiprofessionell schneller zum Erfolg

10. Interdisziplinäre Fachtagung für Wundbehandler

Zur diesjährigen Interdisziplinären Fachtagung für Wundbehandler wurde jede Teilnehmerin, jeder Teilnehmer mit einer kleinen Flasche Sekt begrüßt. Und das hatte einen großen Grund. Die jährliche Fachtagung hatte 2019 zehnten Geburtstag. Der Tradition folgend war der Tagungsort das Magdeburger Herrenkrug Parkhotel.

In ihrem Rückblick auf die vergangenen zehn Jahre streifte Tagungsleiterin Dr. Beate Brinkers, Leiterin des MVZ Wundzentrums, wichtige Höhepunkte vorangegangener Veranstaltungen. Ziel des gemeinsames Bemühens sei eine deutlich bessere Lebensqualität für Patienten mit chronischen Wunden. Dazu bedürfe es neben dem fachlichen Können nicht nur Empathie und Engagement, sondern vor allem auch das Wissen um neueste, wissenschaftlich belegte Erkenntnisse zur Diagnostik und Therapie der chronischen Erkrankungen, die oft ebenso schwerwiegend wie langwierig sind. Tritt die Wunde zutage, ist der Wundprozess unter der Haut meist schon sehr viel ausgeprägter. Eine Behandlung nur der Symptome würde folglich kaum Sinn machen. Ärzte, Pflegende und Therapeuten setzen deshalb auf ein interdisziplinäres Miteinander. Ihr multiprofessionelles Agieren wird zum Erfolgsgaranten, wobei es immer gilt, der ursächlichen Erkrankung auf den Grund zu kommen.

Unterstützt von der AOK Sachsen-Anhalt agiert das MVZ in einem gut vernetzten Wundzentrum mit besonders qualifizierten Ärzten, Pflegefachkräften und Physiotherapeuten. Die integrierte Versorgung bei chronischen Wunden haben beide Partner bereits vor mehr als zehn Jahren vertraglich geregelt. Diesem Beispiel folgend entstanden in Sachsen-Anhalt vier weitere Zentren, in denen seit 2009 weit über 2000 Patienten erfolgreich behandelt werden konnten. Ihnen



Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Jörg Tautenhahn, die Leiterin des MVZ-Wundzentrums Dr. Beate Brinkers und Priv.-Doz. Dr. Katharina Herberger, Oberärztin im Uniklinikum Hamburg-Eppendorf, (v. l.) beantworten Fragen der Tagungsteilnehmer.

konnte oft ein Klinikaufenthalt erspart bleiben, die Behandlungsdauer war deutlich kürzer. Dank der interdisziplinären Versorgung konnte die Heilungszeit von Wunden um weit über 50 Prozent gesenkt werden. Die Patienten waren deutlich früher schmerzfrei, konnten wieder am normalen Leben teilnehmen und freuten sich über ihre spürbar verbesserte Lebensqualität. Das Fazit: Gut vernetzte Wundzentren sind erfolgreich. Schneller heilende Wunden, geringere Amputationsraten sind ihr Aushängeschild.

In den vergangenen Jahren waren die Initiatoren der Fachtagung stets bemüht, das Spektrum um das große Thema Wunde immer weiter auszudehnen. Dabei wurden Prophylaxe, Eigenverantwortung ebenso beleuchtet wie Fragen zur gesunden Ernährung, die sich ebenfalls positiv auf die Wundheilung auswirken kann. "Heute und auch künftig versprechen wir Ihnen medizinisch vielfältige und spannende Programme", so Dr. Brinkers.

Im Mittelpunkt der diesjährigen Veranstaltung unter Schirmherrschaft der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie und der bundesweiten Initiative Chronische Wunde stand die übergreifende Thematik "Der richtige Druck – Das offene Bein Überblick". MVZ-Geschäftsführer Dr. Hans-Hermann Ladetzki, Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Jörg Tautenhahn vom Klinikum Magdeburg und Dr. Beate Brinkers, Fachbereichsleiterin Chronische Wunde im MVZ, denen zugleich die wissenschaftliche Leitung oblag, formulierten es so: "Der Tradition und großen Resonanz der Vorjahre verpflichtet, haben wir Referenten aus allen Fachbereichen eingeladen. Gesprächspartner aus Klinik, Praxis und Pflegedienst beleuchteten die Problematik praxisnah und zeigten die vielfältigen Möglichkeiten in Diagnostik und Therapie auf, die anschließend in Einzelgesprächen oft näher erörtert wurden. Gemein-



Tagungsteilnehmer waren Wundexperten, Ärzte, Pflegende und Therapeuten.

sam Großes bewegen, das ist möglich, wenn viele kleine Protagonisten – vom Arzt über den Therapeuten bis zum Pflegenden oder Podologen – zusammenwirken. Beate Brinkers: "Wir müssen Patienten aber auch vermitteln, dass sie selbst ein wichtiger Teamplayer bei der Behandlung sind." Ihre Verantwortung beginne bereits in einer gezielten Prophylaxe.

Das offene Bein ist ein häufiger und klarer Befund in der Praxis. Die Ursachen hingegen können sehr vielfältig sein. Mitunter verbergen sich dahinter differentialdiagnostische Probleme, die zu bedrohlichen Komplikationen führen können. Haben die Beschwerden einen phlebologischen Hintergrund, kann eine Kompression sehr gut helfen, die auch bei lymphologischer Indikation lindern kann. Sind jedoch arteriosklerotische Verschlussprozesse ursächlich, würden Kompressionen schaden. Hier versprechen andere konservative Behandlungen oder eine Operation den gewünschten Erfolg. Entschieden werden muss nach gründlicher Diagnostik von Fall zu Fall. Die chronische Wunde ist immer nur Symptom für eine Grunderkrankung, die erkannt werden muss.

"60 bis 80 Prozent der offenen Beine sind auf chronisch-venöse Insuffizienzen zurückzuführen, fünf bis 30 Prozent auf arterielle Verschlusserkrankungen und bei zehn bis 15 Prozent sind Mischformen aus beiden ursächlich", erläuterte der ICW-Wundexperte Christoph Burkert aus Magdeburg, der den Verlauf von der



Kerstin Protz: Krankenschwester, Wundexpertin und studierte Managerin im Sozial- und Gesundheitswesen.



Oberärztin PD Dr. Katharina Herberger aus Hamburg. Die Dermatologin ist eine weithin bekannte Wundexpertin.



Die richtige Hautpflege ist bei chronischen Wunden, aber auch zur Prävention besonders wichtig. Hier werden Produkte vorgestellt.

Varikosis (landläufig Krampfadern) zum offenen Bein darstellte.

Eine sehr viel weitere Anreise hatten die beiden Hamburgerinnen Kerstin Protz, Dozentin und Beraterin für Wundversorgungskonzepte, sowie Priv.-Doz. Dr. Katharina Herberger, Oberärztin Dermatologie. Beide arbeiten am Uniklinikum Hamburg-Eppendorf und berichteten aus ihrem reichen Erfahrungsschatz. Kerstin Protz, Vorstandsmitglied des Hamburger Wundzentrums und Mitautorin zahlreicher Fachbücher, sprach über die moderne Kompressionstherapie. Sie ging dabei zugleich auf weit verbreitete Fehler und deren oft gravierende Auswirkungen ein. Für die erfolgreiche Behandlung chronischer Wunden mahnte sie eine besondere Zusammenarbeit zwischen stationärer und ambulanter Versorgung und allen beteiligten Gruppen - z.B. Ärzten, Pflegefachkräften, Wundthera-Pflegediensten, Podologen, Lymphtherapeuten, Apothekern, Orthopädietechnikern, stationären Pflegeeinrichtungen und Herstellern – an.

Auch Dr. Katharina Herberger, die Einblicke in ihr praktisches Wirken als Oberärztin Dermatologie gewährte, arbeitet aktiv im Wundzentrum Hamburg mit. Ihre Ausführungen zum Thema "Differentialdiagnostik und Therapie" waren zugleich ein Plädoyer für multiprofessionelles Agieren. In diesem Prozess bezeichnete die Oberärztin ihre Spezies, also die Dermatologen, als Sherlock Holmes in der Wundtherapie. Zwar sei Ulcus cruris überwiegend auf Durchblutungsstörungen zurückzuführen, doch gerade die Diagnostik und Ursachenforschung untypischer Wunden erfordere Kenntnisse, Erfahrungen, Kompetenz. Dr. Herberger war übrigens Initiatorin einer Pilotstudie Telemedizin bei chronischen Wunden. Die direkte Beurteilung durch Spezialisten erlaubte eine sofortige Reaktion auf kleinste Schwierigkeiten. Klinikaufenthalte konnten vemieden, Heilungszeiten verkürzt werden. Zudem war die deutlich engmaschigere Behandlung mit weniger Wegen für die Patienten verbunden.

Vorträge über die Differentialdiagnose des chronischen Ulcus cruris, eine komplexe Vaskulitisdiagnostik, lymphologische Aspekte bei chronischen Wunden und die komplexe venöse Thrombosebehandlungen rundeten das zehnjährige Jubiläum ab.



Dr. Beate Brinkers, Leiterin des Fachbereichs Chronische Wunde (KCW)

Gute und richtige Hautpflege unterstützt Wundheilung

Die Hautpflege und der Schutz der Haut sind wichtige Aspekte der Wundbehandlung. In ihrem Vortrag "Über den Wundrand geschaut" widmete sich die Fachbereichsleiterin Chronische Wunde, Dr. Beate Brinkers, deshalb gezielt dieser Problematik. Ihre Tipps: Sind alte Pflegeprodukte, Hornzellen, Verbandstoffreste und Schmutz entfernt, sollten zur Hautpflege nur Produkte verwendet werden. die bestimmte Anforderungen erfüllen. Empfehlenswert sind Produkte mit pH-Wert 5, hydratisierende Cremes oder Salben mit Urea, Glycerin, Milchsäure sowie rückfettende Produkte aus natürlichen Ölen bzw. Fetten, z.B. Jojoba-, Soja-, Oliven-, Mais-, Nachtkerzensamenöl. Sie sollten zudem hypoallergen sein, Ceramide enthalten und jeweils hauttypgerecht ausgewählt werden.

Oft verwendet, aber nicht zu empfehlen sind Melkfett, reine Öle, Duftstoffe,

Vaseline oder feste Zinkpaste. Sie verschließen die Poren, so dass sich ein Wärme- und Feuchtigkeitsstau bilden kann. Zudem kann der behandelnde Arzt den Wundrand nicht richtig beurteilen. Weiche Zinkpaste hingegen kann bei Juckreiz, Mazeration, Rötung oder Entzündung den Wundrand schützen. Hautpflege und -schutz sind wichtige pflegerische Maßnahmen bei chronischen Wunden. Sie dienen dem Erhalt bzw. der Wiederherstellung der Hautschutzbarriere und der Vermeidung von Komplikationen.

Ziel einer optimalen hypoallergenen Basistherapie sind effiziente Rückfetttung, Hydratisierung und Stabilisierung der physiologischen Hautbarriere zum Schutz vor Allergenen und pathogenen Keimen. Eine gepflegte, intakte und reizlose Wundumgebung ist entscheidend für eine optimale Wundheilung.

ANZEIGE







Dr. Annett Große, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Phlebologin, Leiterin Bereich Gefäßdiagnostik

DER "ABI"

- Die Abkürzung steht für "anklebrachial-index" – zu deutsch: Knöchel-Arm-Index – und dient zur Abschätzung des Risikos für eine periphere arterielle Verschlusskrankheit
- Der Wert ergibt sich aus dem Quotienten des Blutdrucks am Unterschenkel und am Oberarm.
- Werte unter 0,9 weisen auf eine Durchblutungsstörung hin, die genauer untersucht werden sollte.

Durchblutungsstörung – eine schleichende Gefahr

Kommt das Blut durch Verengung oder Verschluss von Arterien ins Stocken, drohen Herzinfarkt und Schlaganfall. Besonders tückisch: Durchblutungsstörungen verlaufen lange Zeit beschwerdefrei und werden daher oft erst spät erkannt. Im MVZ "Herderstraße" stehen mehrere Systeme zum Screening von Risikopatienten zur Verfügung.

Eine gute arterielle Durchblutung stellt die Versorgung des gesamten Körpers mit Sauerstoff und Nährstoffen sicher. Allerdings leiden drei bis zehn Prozent der Bevölkerung – ab 70 ist sogar jeder Fünfte betroffen – an Durchblutungsstörungen der Beine. Da die Erkrankung lange keine Beschwerden verursacht, bleibt sie vorerst unentdeckt. Erst wenn es bereits zu stärkeren Schäden an den Arterien gekommen ist, entstehen Symptome in Form von spezifischen Schmerzen.

Die eingeschränkte Blutversorgung im Sinne einer peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK) ist in erster Linie Folge von Ablagerungen mit zunehmenden Einengungen der Arterien. Die pAVK ist jedoch nicht nur ein lokales Geschehen, sondern eine Markererkrankung für eine im gesamten Körper generalisierte Arteriosklerose, in unterschiedlicher Ausprägung. Die Folgen einer Durchblutungsstörung können dramatisch sein, wenn sie nicht oder zu spät erkannt wird. Es drohen Herzinfarkt, Schlaganfall oder gar die Amputation der Beine. Der Früherkennung kommt damit ein hoher Stellenwert zu.

Ein gezieltes Screening von Risikopatienten (Bluthochdruck, Übergewicht, vorangeschrittenes Alter, Diabetes mellitus, erhöhte Cholesterinwerte, Raucher) erscheint daher wichtig und sinnvoll.

Die Ermittlung des so genannten ABI-Wertes gilt als bewährtes Messverfahren und Goldstandard, um aussagefähige Ergebnisse zur Erkennung einer Durchblutungsstörung der Beine zu erhalten. Mittels Ultraschallstiftsonde wird der Druck einer einzelnen Arterie im Bereich des Fußes gemessen und ins Verhältnis zum Blutdruck der Arme gesetzt. Je kleiner der Quotient ist, desto größer das Ausmaß der Durchblutungsstörung. Der Wert gibt auch Aufschluss über das persönliche Risiko für Herzinfarkt oder Schlaganfall. Die Messmethode erfordert ein hohes Maß an Geschick, medizinische Kenntnisse und Erfahrung des Untersuchers.

Seit geraumer Zeit sind zudem innovative, vollautomatisierte Systeme am Markt, die den ABI oszillometrisch und somit präziser und zuverlässiger messen. Der Ablauf der Messung erfolgt gleichzeitig an den vier Gliedmaßen, ist somit einfacher und weniger schmerzhaft. Nach der Druckmessung errechnet der Computer den ABI-Wert automatisch. Diese Methode ist bei fast allen Patienten anwendbar. Ein ABI-Wert unter 0,9 deutet auf eine pAVK hin, deren genaue Lokalisation und Ausdehnung dann mittels Duplex-Sonographie weiter untersucht werden. Es können somit frühzeitig Medikamente eingesetzt und mit dem Patienten Maßnahmen zur Lebensumstellung besprochen werden, um das Risiko für Komplikationen zu reduzieren.

Die manuelle und die vollautomatische Messung des ABI-Wertes sind im MVZ "Herderstraße" fest etabliert. Für unsere Patienten erfolgen Screening und Verlaufskontrolle bei artertiellen Durchblutungsstörungen somit nach neuestem Standard.



Die Auszubildenden Sarah Saalmann (li.) und Celina Böhmert machen sich mit dem System zur vollautomatisierten Messung des ABI-Wertes vertraut.

Tetanus: Immunisierung kann Leben retten

Schätzungen zufolge sterben weltweit jährlich noch immer zwischen 300 000 und einer Million Menschen an der gefährlichen Infektionskrankheit Tetanus. Schutz bietet die vollständige Immunisierung.

Die Tetanusimmunisierung kann im Fall des Falles lebensrettend sein. Auch vor Operationen wird der ausreichende Schutz erfragt. Dem Bakterium Clostridium tetani, das sich nur unter anaeroben Bedingungen (ohne Sauerstoff) vermehren kann und u.a. in Holz, modriger Erde oder auch Tierkot zu finden ist, genügen oft schon kleine Wunden als Eintrittspforten in den Körper. Dass selbst der kleinste Kratzer zur Gefahr werden kann, wird aus Sorglosigkeit oder falschem Sicherheitsgefühl nicht selten unterschätzt. Dabei verläuft die auch als Wundstarrkrampf bekannte Krankheit, die sich vor allem in starken, langanhaltenden Muskelkrämpfen äußert und jede Muskelpartie betreffen kann, unbehandelt meist tödlich. Wichtig sind deshalb neben der Grundimmunisierung im Kindesalter regelmäßige Auffrischungen bei Erwachsenen (alle zehn Jahre).

Lassen Sie mich an dieser Stelle zugleich eine Lanze für den generellen Impfschutz als wirksamste und zugleich kostengünstige Prävention brechen. Immunisierungen können, wie bei Tetanus, sowohl Leben und Gesundheit des Geimpften schützen, sie bieten aber auch Fremdschutz. Voraussetzung für eine Herdenimmunität bei Masern ist beispielsweise eine Durchimpfungsrate von 95 Prozent. Davon profitieren insbesondere Menschen, die sich nicht impfen lassen können, oder auch Patienten mit geschwächtem Immunsystem, deren Risiko schwer zu erkranken besonders hoch ist.



Dr. Reinhard Schulze, Facharzt für Chirurgie, Leiter des Fachbereichs Allgemeine Chirurgie

ANZEIGE -



Damit Sie in Bewegung bleiben!

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

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.

Erleben 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 ganz nach Ihren 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@mamedis.de www.mamedis.de

Öffnungszeiten

Montag 08:00 – 18:30 Uhr Dienstag 08:00 – 17:00 Uhr Mittwoch 08:00 – 14:00 Uhr Donnerstag 08:00 – 18:30 Uhr Freitag 08:00 – 14:00 Uhr

Von der Bulette mit Kult(ur)-Status

Der Magdeburger Kult e. V. hat sich dem "intelligenten Volkstheater" verschrieben

Mit der Serie "Olvenstedt probiert's" rund um die fiktive Theatergruppe "Braune-Sommer-Wiese" begeistert das Ensemble um Michael Günther Bard, Susanne Bard und Autor Dirk Heidicke seit nunmehr 29 Episoden das Mageburger Theater-Publikum – vom Freund leichterer Kost bis zum ausgewiesenen Kenner. Hinter dem Schauspiel steht der Verein Kult e. V., in dem auch MVZ-Anästhesist Hans-Ulrich Bansche mitwirkt.



Seit 20 Jahren Publikumsmagnet mit treuer Fangemeinde: Das Sommertheater "Olvenstedt probiert's" im Forum Gestaltung. In diesem Jahr versucht sich die unverwüstliche Truppe an Tschechows "Die Möwe". Foto: Kult e. V.

Achim, Beate und Ente - Namen, die aus der Magdeburger Kultur- und Theaterszene nicht mehr wegzudenken sind. Die Laienspieltruppe aus dem Bruno-Taut-Ring und ihre Versuche, Weltliteratur auf ihre Campingplatz-Bühne zu bringen, stehen im Mittelpunkt der Theaterserie "Olvenstedt probiert's". Dabei dürfen natürlich reichlich Mundart, regionale Bezüge, Achims Buletten und Alkoholisches nicht fehlen. Bereits 1998 feierte der erste Versuch Premiere an den Freien Kammerspielen, die humorigen Stücke mit kritischen Untertönen wurden schnell zum Hit. Sie stammen aus der Feder des Magdeburger Autors Dirk Heidicke, die Protagonisten verkörpern seither Michael Günther Bard und Susanne Bard.

Fulminanter Start, vorzeitiges Aus – und Neubeginn

2001 drohte das vorzeitige Aus für den Publikumsliebling. Auf den Intendantenwechsel in der "Kammer" folgte der Weggang großer Teile des Ensembles. "Der letzte Versuch" wurde gespielt. Zwei Jahre später jedoch der Neuanfang für die "Olvenstedter": Der Verein Kult e. V. wurde gegründet und übernahm die Organisation der Serie. Auch die Bards, die von Mageburg Richtung Bern aufge-

brochen waren, kamen fortan Sommer für Sommer wieder in die Landeshauptstadt, um Achim und Beate Leben einzuhauchen. "Immer wenn wir wiedergekommen sind, war Magdeburg ein Stück schöner geworden", erinnert sich der gebürtige Karl-Marx-Städter Bard zurück an die jährlichen "Familientreffen".

"Die Wiederbelebung von 'Olvenstedt probiert's' haben wir in großen Teilen auch Uli Bansche zu verdanken", erzählt Bard. Der Mediziner, der seit 2016 im Fachbereich Anästhesie des MVZ "Herderstraße" tätig ist, gehörte neben Autor Heidicke, Kulturakteur Norbert Pohlmann und Regisseur Jörg Richter zu den Gründern des Kult e.V. und führte seine Geschicke über 13 Jahre. "Wohlgemerkt neben seinem anspruchsvollen Beruf." 2014 kehrten Michael Günther und Susanne Bard in die Landeshaupstadt zurück und der Schauspieler übernahm den Vereinsvorsitz von Mediziner Bansche. Denn ein neues, größeres Projekt sollte aus der Taufe gehoben werden: Die Gründung der Kammerspiele Magdeburg.

In mittlerweile fünfter Spielzeit gelingt es der "Kammer", die Magdeburger auch zu anspruchsvollen Stücken und an verschiedene (H-)Orte der Kultur "zu verführen". Es gibt kein eigenes Haus, das Ensemble gastiert im Forum Gestaltung und in der Feuerwache, erweckt den "Hauptmann von Köpenick" im Ravelin II zum Leben und macht gemeinsame Sache mit dem Theater an der Angel. "Die Kooperation in der Stadt ist uns sehr wichtig", so Bard. "Wir befruchten uns gegenseitig, das Publikum mischt sich." Gelebter europäischer Gedanke im Kleinen also. Auch über die Stadtgrenzen hinaus haben sich die "Kammerspieler" einen Ruf gemacht. Auszeichnungen und Gastspiele in Berlin, Hamburg, Wiesbaden, Wien, Bern und Bulgarien zeugen davon.

Theater "für die Menschen von hier"

Damit "Braune-Sommer-Wiese" auch künftig weiter probieren können, müssen hinter den Kulissen Förderanträge geschrieben und Sponsoren gefunden werden. Als Fördermitglieder können Privatpersonen und Unternehmen den Verein unterstützen. "Wir sind sehr dankbar, dass einige unserer Unternehmensmitglieder – wie das MVZ "Herderstraße" – unser Tun über den Mitgliedsbeitrag hinaus fördern", berichtet Bard und zeigt sich gerührt vom Engagement der Olvenstedt-Fans: "Wie hier Kultur unterstützt wird, ist einfach toll."

Podologen und Gefäßexperten im Dialog

"Kenntnisse der Gefäßmedizin sind für uns enorm wichtig", weiß Podologin Britta Temmel. Insbesondere um Patienten rechtzeitig auf Veränderungen an Unterschenkel oder Fuß hinzuweisen und eine Abklärung beim Arzt anzuregen. Seit über 20 Jahren arbeitet der hiesige Landesverband des Deutschen Verbands für Podologie deshalb bei der Weiterbildung rund um Venen, Arterien und Lymphgefäße mit dem MVZ "Herderstraße" zusammen.

"Wir haben uns das Thema Weiterbildung auf die Fahnen geschrieben", erklärt Dr. Ladetzki, ärztlicher Leiter des MVZ "Herderstraße", und meint damit nicht nur die Weiterbildung "seiner" Ärzte und Angestellten. Regelmäßig bietet das MVZ – neben der jährlichen Fachtagung "Der Wunde Punkt" – Vorträge und Schulungen für Patienten und Angehörige, fach- und hausärztliche Kollegen sowie Gesundheitsfachkräfte an. So auch für den Landesverband Sachsen-Anhalt e.V. des Deutschen Verbandes für Podologie (ZFD).

Eingefädelt hat das Ganze Britta Temmel. Die selbstständige Podologin aus Magdeburg arbeitet seit 1993 im Vorstand des Landesverbandes mit und organisiert Weiterbildungen für dessen Mitglieder. "Dabei habe ich Anfang der 1990er Jahre

Kontakt zu Dr. Ladetzki und Dr. Burger aufgenommen, die damals noch ihre Praxis in Cracau hatten", erinnert sich Britta Temmel. "Dann kam der Umzug in die Herderstraße und wir durften die Räumlichkeiten kennenlernen. Die ausgebauten Weiterbildungsräume waren ganz oben, fast unterm Dach. Dort fand der theoretische Teil der Weiterbildung statt. Die praktische Schulung und Vorstellung der einzelnen Abläufe verteilte sich im ganzen Haus – bis hinunter zum Sanitätshaus."

"Ein Austausch mit den Ärzten ist für uns als Podologen sehr wichtig, damit wir Patienten richtig beraten und im Notfall kurzfristig zum Arzt schicken können. Oder Anfragen stellen und klären können. Durch den direkten Kontakt bei Weiterbildungen ist das sehr gut möglich", erklärt

die erfahrene medizinische Fußpflegerin. "Außerdem kann man unkompliziert auch die ein oder andere Fachfrage klären."

Zum diesjährigen Tag des Fußes (26. Juni) standen zur Neuauflage der Weiterbildungskooperation wieder vielfältige Themen auf der Agenda: Von der Abklärung von Durchblutungsstörungen mittels Duplexsonografie, der Venenverschlussplethysmographie, die Diagnose von venösen Thrombosen dient, bis zur Therapie des offenen Beins. Mit dabei auch einige "alte Bekannte", die schon verschiedene Fortbildungen im MVZ "Herderstraße" besucht haben. Britta Temmel weiß, warum: "Da es jedes Mal interessante Seminare mit vielen praktischen Details sind, kommen unsere Mitglieder gern wieder."

ANZEIGE -

Biatain® Contact

Die optimierte einseitige Silikonkontaktauflage



Biatain® Contact ist eine Silikon-Wundkontaktauflage, die den Wundgrund und die Wundumgebung schützt und eine ungestörte Wundheilung fördert.

- Große Poren ermöglichen einen schnellen Exsudattransfer in die Sekundärauflage
- > Kein seitliches Ausbreiten von Exsudat, was das Risiko von Mazerationen und Leckagen reduziert
- Transparent für eine einfache Wundinspektion ohne Verbandwechsel
- Einseitige Haftung für einfache Applikation und einfachen Wechsel des Sekundärverbands
- Weniger Schmerzen und keine Schädigungen des Granulationsgewebes beim Verbandwechsel durch sanfte Silikonhaftung



Biatain®Contact

The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2019-06. All rights reserved Coloplast A/S, 3050 Humlebaek, Denmark.



Hausärztin im MVZ: Dr. Evelyn Fabiensky, Leiterin Fachbereich Allgemeinmedizin

FETT...

... ist ein wichtiger Nährstoff. Er enthält lebensnotwendige Fettsäuren, die unser Körper braucht, um beispielsweise Hormone oder Zellwände aufzubauen. Es versorgt uns mit den fettlöslichen Vitaminen A, D, E und K und schützt vor Verletzungen. Ohne Fett keine intakten Zellmembranen, kein Vitamin D für die Knochen.

Die ältesten Menschen leben auf der Insel Ikaria

Fett ist ein Geschmacksträger. Zuviel Fett auf den Hüften aber ärgert den einen oder anderen nicht nur, es kann auch zu gesundheitlichen Problemen führen. Gehört Fett nun in die Schmuddelecke oder nicht?

Bemühen wir wieder mal den alten Paracelsus: "Alle Dinge sind Gift und nichts ist ohne Gift; allein die Dosis machts, dass ein Ding kein Gift sei." Ist also die Menge das Maß aller Dinge? Sicher. Wobei auch die Art des Fettes mit entscheidend ist, denn Fett ist nicht gleich Fett.

Es gibt gesättigte Fettsäuren, die Energiequelle und Energiespeicher sind, ungesättigte dagegen lassen u. a. Zellmembranen durchlässig und flexibel bleiben, wirken entzündungslindernd und halten unser Gehirn auf Trab. Der Körper braucht also sowohl gesättigte als auch ungesättigte Fettsäuren. Wichtig aber ist ein ausgewogenes Verhältnis, das zugunsten der ungesättigten Säuren ausfallen sollte. Das ist jedoch bei den meisten Menschen genau umgekehrt, wie Studien belegen. Es werden zu viele gesättigte und zu wenig ungesättigte Fettsäuren konsumiert.

Der Tipp für eine gesunde Ernährung: Weniger Wurst, fettes Fleisch, Fertigprodukte, Fast Food oder auch Süßigkeiten, dafür mehr Fisch, Getreideprodukte, pflanzliche Öle, Nüsse oder auch Avocados. Insbesondere über Omega-3- und

Omega-6-Fettsäuren freuen sich die Herzgefäße.

Die bekannte Ernährungsmedizinerin Dr. Anne Fleck hat eine ganze Liste mit gesunden Lebensmitteln (nachzulesen im Internet: www. docfleck.com) zusammengestellt. Dazu gehören kaltgepresste Lein-, Hanf-, Walnuss- oder Olivenöle, Proteine aus Fleisch, Geflügel, Eiern, Fisch (u. a. Flunder, Forelle, Hering, See- oder Wildlachs), Meeresfrüchte, Pilze, Milchprodukte, jede Menge Gemüse, Obst, aber auch das in Maßen, wobei Beeren besonders gesund sind.

Viele dieser Lebensmittel machen die mediterrane Kost aus, die weithin als besonders gesund gilt. So ist das Leben für die Menschen auf der kleinen griechischen Ägäisinsel Ikaria zwar keineswegs leicht, dennoch leben sie besonders lange. Der Anteil der über 90-Jährigen ist zehnmal so hoch wie im europäischen Durchschnitt. Krebs, Herzinfarkte oder Demenz sind hier seltene Erkrankungen. Warum das so ist, wollen Wissenschaftler jetzt herausfinden. Klar aber ist bereits, dass auch die Ernährung eine entscheidene Rolle spielt.



Diese Lebensmittel haben besonders viele Omega-3-Fettsäuren. Foto: Ingimage

Stationäre Reha bei schwerem Lymphödem

Lymphödeme zählen zu den chronisch-progredienten Erkrankungen. Das heißt sie sind – unbehandelt – von dauerhafter und fortschreitender Natur. Mit einem konsequenten, bedarfsgerechten Therapieregime können jedoch gute Ergebnisse erzielt werden. Kommt es zu einer Verschlechterung der Symptomatik, rät Lymphologin Jana Beyer zu einer Behandlung in einer lymphologischen Fachklinik.

Leiden Patienten unter einem stark ausgeprägten oder sich verschlechternden Lymphödem, muss zunächst eine Entstauung durchgeführt werden. Dazu wird über zwei bis sechs Wochen eine Kombination aus Lymphdrainage, Kompressionstherapie, Bewegungstraining, Ernährungsberatung, Hautpflege und ggf. Hautsanierung angewandt. Da es sich um eine intensive Therapie mit hoher Behandlungsdichte und umfangreicher Bandagierung handelt, sollte sie vorzugsweise stationär erfolgen.

Es schließt sich ambulant die so genannte Erhaltungsphase an, in der die Therapieerfolge über den bedarfsgerechten Einsatz von Lymphdrainage und Kompressionstherpaie erhalten und optimiert werden.

Lymphödem-Patienten haben aller zwei Jahre Anspruch auf eine stationäre Reha in einer Fachklinik. Besteht der Wunsch nach einer solchen Maßnahme, prüfen Hausarzt oder Lymphologe die Notwendigkeit einer stationären Reha und unterstützen bei der Antragstellung an den zuständigen Kostenträger (i. d. R. Krankenkasse oder Rentenversicherung), der die Maßnahme vor Antritt genehmigen muss.



Jana Beyer, Leiterin Bereich Lymphologie

In den neuen Bundesländern gibt es mit der Seeklinik Zechlin (Brandenburg) und der Inselsberg Klinik Bad Tabarz (Thüringen) zwei Fachkliniken für Lymphologie, die Reha-Programme nach dem bewährten Konzept der komplexen physikalischen Entstauungstherapie durchführen. Neben der medizinischen Rehabilitation wird in den Häusern auch der seelischen Verarbeitung der Krankheit große Bedeutung beigemessen.

ANZEIGEN -



Apothekerin Maja Michael Motzstraße 4 39108 Magdeburg

Tel.: 0391 - 734 80 66 Fax: 0391 - 734 80 67

www.westernplanapo.de info@westernplanapo.de



REZEPT-TIPP

Herzhaft: Erdbeer-Käse-Salat

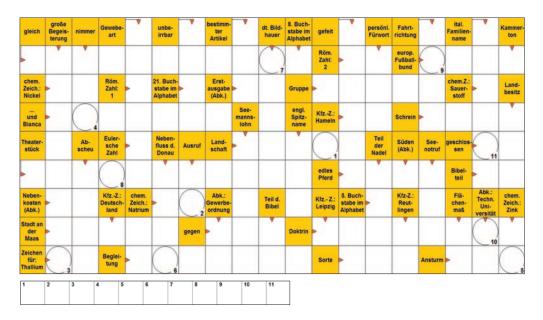
Erdbeerzeit. Ob in Gärten oder auf Feldern, die roten Früchte gedeihen derzeit vielerorts. Wir verzehren sie gern frisch, pur oder auch mit Sahne, als Kompott, Marmelade, Smoothies oder auch in Torten. Doch die Erdbeere ist deutlich vielseitiger, sie kann sogar gegrillt werden oder Salaten Kick und Pfiff geben. Versuchen Sie es doch einmal mit einem Erdbeer-Käse-Salat, der sich in etwa 20 Minuten zubereiten lässt. Für vier Personen brauchen Sie:

- 1 Salatkopf
- 500 g Erdbeeren
- 150 g Käse, z.B. Emmentaler
- 1/4 I saure Sahne
- abgeriebene Zitronenschale (Bio)
- Salz, Pfeffer, Zucker

Salat waschen, schleudern, Blätter zerpflücken. Erdbeeren waschen, abtropfen lassen, Stiele entfernen. Anschließend Früchte halbieren und Käse in Stifte schneiden. Sahne mit der fein abgeriebenen Zitronenschale, Salz, Zucker und



Pfeffer verrühren. Erdbeeren und Käse vorsichtig mit der Soße mischen und auf Salatblättern anrichten.



ANZEIGE -



BUCHTIPP

"21 Lektionen für das 21. Jahrhundert" gibt Yuval Noah Harari in seinem jüngsten Buch.



hin als Weltstar der Philosophie bekannte Historiker aus Israel konfrontiert mit drängenden Fragen der Zeit - von Demokratieverständis über Migration und Fake News bis zu Biotechnologie und künstlicher Intelligenz. "Eine sehr wichtige Voraussetzung zum Vermeiden von Leid besteht darin, Illusionen über uns selbst zu vermeiden. Einschließlich der Illusion. dass unsere Wünsche einen 'freien Willen' widerspiegeln", sagte er unlängst. Nur wer wisse, was auf dem Spiel stehe, könne die Zukunft demokratisch mitbestimmen.

Autor: Yuval Noah Harari Titel: 21 Lektionen für das

21. Jahrhundert

Verlag: C.H. Beck **ISBN:** 9783406727788

Neues Team bezog Praxis im MVZ

Drei starke Frauen sind mobilen Anästhesisten wichtige Stütze

Neues Team - neue Räume. Mit seiner Zugehörigkeit zum MVZ, die vor wenigen Wochen besiegelt worden ist, hat das Praxisteam der mobilen Anästhesisten Claudia-Christine Gerdts-Müller und Claus-Dieter Müller Quartier in der Herderstraße, gleich gegenüber unseres Kompetenzzentrums Chronische Wunde, bezogen. Nachdem wir die beiden Ärzte in Ausgabe 1/2019 vorgestellt haben, folgen heute ihre tatkräftigen Helferinnen.

Da ist zum einen Gabriele (Gabi) Burgardt, seit 26 Jahren die gute Seele der Praxis. Zum anderen gehören die Anästhesieschwestern Manuela Bock und Ania Schmidt zum Praxisteam. Während Gabi den internen Ablauf - von Absprachen mit Patienten, OP- und Terminplanung über Materialbestellung bis zur Abrechnung managt, sind die Schwestern mit den Ärzten unterwegs, die auf Anforderung von Vertragsarztkollegen Narkosen vor ambulanten OP verabreichen.

"Ich stimme mit den Patienten Termine für das Narkosegespräch in unseren Räumlichkeiten in der Herderstraße ab", erklärt Gabriele Burgardt. Die Diplom-Ingenieurin hat ihr Studium in der Wendezeit abgeschlossen. Damals war es sehr schwer eine Arbeit zu finden. Schließlich ist die 58-Jährige bei den Müllers gelandet, die bis März 2019 eine eigene Praxis hatten. Hier war die Bürokauffrau von Anfang an die gute Seele. "Sie hält den Laden am Laufen", sagen anerkennend beide Chefs. Letzte große Herausforderung war der Umzug von der Halberstädter Straße in die Herderstraße. "Wir gehören ja nun zum MVZ. Der Schritt war folgerichtig. Donnerstag, Freitag sind wir umgezogen. Als die ersten Patienten am Montag kamen, war alles fertig."

Dass Manuela Bock vor vier Jahren zu den Müllers kam, war eher Zufall, Die Fachkrankenschwester hatte zuvor bei einer Zeitarbeitsfirma gearbeitet, die sie an Krankenhäuser vermittelte. "Eine schöne Zeit, in der ich mich ausschließlich auf die Patienten konzentrieren konnte." Dann kam der Hilferuf einer Bekannten, die bei den Müllers gearbeitet hatte. Sie war schwanger und wollte mit dann zwei kleinen Kindern nicht mehr täglich unterwegs sein. Manuela Bock hat zugestimmt den Job zu übernehmen. "Mein Leben ist zwar eher die Intensivstation, aber freie Abende und Wochenenden haben auch



Gabriele Burgardt – die gute Seele der Praxis – hat schon einen 17-jährigen Enkel. In der Freizeit sind sie und ihr Mann gern mit Schäferhündin Ruby unterwegs.

Sohn.



Wenn Manuela Bock Utensilien für den Folgetag packt, vergisst sie nie Tee und ein Stück Schokolade für die Patienten.





ihre Vorteile." Die 48-Jährige ist sehr

kreativ und hat einen erwachsenen

Jüngste im Bunde, sowohl vom Alter

als auch von der Praxiszugehörigkeit,

Der Wartebereich in den neuen Räumlichkeiten der mobilen Anästhesisten im MVZ. Ledercouch und Kunst haben sie aus der alten Praxis mitgebracht.



Das stationäre Anästhesie-Team: Ines Kauthe, die beiden Anästhesisten Petra Bahrs und Hans-Ulrich Bansche sowie die Schwestern Manuela Wießner, Dana Kelch (v. l.). Jeweils eine der drei Anästhesieschwestern umsorgt die Patienten nach der Operation im Aufwachraum (Foto unten). Auch hier werden die Vitalwerte noch streng überwacht.

Sanft und ruhig ins Traumland

Anästhesisten verabreichen jährlich rund 1500 Narkosen

Rund 1500 Patienten werden alljährlich im MVZ "Herderstraße" operiert. Doch bevor der Chirurg ans Werk gehen kann, ist das Anästhesie-Team um Dipl.-Med. Petra Bahrs gefragt. Und das nicht erst unmittelbar vor dem Eingriff und während der OP, sondern meist bereits einige Wochen zuvor.

Sommerzeit heißt im MVZ OP-freie Zeit. "Kaum ein Patient möchte sich operieren lassen, wenn es draußen warm ist. Und da bei uns alle Eingriffe geplant werden, können wir diesem Wunsch entsprechen", so Anästhesie-Chefin Petra Bahrs. Für sie und ihren Kollegen Hans-Ulrich Bansche ist dieses Entgegenkommen im Sinne der Patienten jedoch keineswegs mit Leerlauf in der Arbeit verbunden. "Wir beginnen schon jetzt mit den Vorbereitungen für die Zeit danach." Dazu gehören auch erste Narkosegespräche mit jenen Patienten, die bereits ihren festen OP-Termin haben. Aufklärungsgespräche wird oft gesagt. Doch das gilt nicht nur für die Patienten, die über Art, Dauer und Wirkung der Anästhesie ebenso informiert werden wie über die Anforderungen, die sie selbst am Tage des Eingriffs zu erfüllen haben. (Ganz wichtig: Alle Patienten müssen morgens nüchtern ins MVZ kommen.) "Auch wir Ärzte sind im Vorfeld auf Informationen der Patienten angewiesen", so Hans-Ulrich Bansche. "Wir müssen genau wissen, welche Medikamente eingenommen werden, und zwar nicht nur die ärztlich verordneten, sondern genauso die selbst gekauften, wie die Schlaftablette, die oft vergessen wird. Wichtig sind für uns auch die Begleitbefunde aller behandelnden Ärzte. Wir müssen den gesundheitlichen und körperlichen Zustand genau einschätzen können", so Petra Bahrs. Bei Unklarheiten und zur Sicherheit der Patienten weisen die Anästhesisten nicht selten zusätzliche Untersuchungen, etwa beim HNO-Arzt, einem Kardiologen oder Nephrologen an. All dies ist wichtig, um die Narkose optimal wählen und dosieren zu können.

Unmittelbar vor der OP wird dann die abgesprochene Narkose verabreicht. "Wir sind während des Eingriffs um einen ruhigen, sicheren Tiefschlaf bemüht. Doch unmittelbar danach, also noch im OP-Saal, sol-



len die Patienten wieder aufwachen", sagt Petra Bahrs. Während der Operationen obliegt den beiden Anästhesisten unter anderem die strenge Kreislaufkontrolle sowie die Überwachung des Tiefschlafs. Jeweils bis zu zwölf Eingriffe erfolgen an den langen Tagen (Montag und Donnerstag), bis zu sieben an den anderen. Dank der Erfahrung, dem Können, dem Engagement von Petra Bahrs und Hans-Ulrich Bansche, die von den drei Anästhesieschwestern Dana Kelch, Ines Kauthe und Manuela Wießner tatkräftig unterstützt werden, sind bislang alle Anästhesien im MVZ ohne Komplikationen verlaufen.

Die beiden Ärzte kennen sich übrigens schon sehr lange: Sie waren beim Studium in einer Seminargruppe, haben jeweils am selben Tag ihre Diplom- und Facharztprüfungen absolviert, gemeinsam sowohl in der Uniklinik als auch im Klinikum Olvenstedt gearbeitet. Nach einer Interimszeit von zehn Jahren (Petra Bahrs war da bereits am MVZ, Hans-Ulrich Bansche Oberarzt im St. Marienstift) setzen sie ihr bewährtes Miteinander nun schon wieder seit drei Jahren am MVZ fort.

Smarte Helfer erleichtern Alltag für Insulinpatienten

Mehrmals täglich müssen Diabetiker, die Insulin spritzen, ihren Blutzucker messen. Dafür braucht es üblicherweise jedes Mal einen Tropfen Blut und einen Stich in den Finger. Eine Prozedur, von der Alexandra Bihs ein Lied singen kann. Erleichterung bieten der Typ-1-Diabetikerin Sensoren, die anhand des Gewebezuckerwerts ihre Insulinpumpe steuern und vor Unterzuckerung warnen. Seit Juni verstärkt die Diabetesberaterin den Fachbereich Diabetologie und schult Patienten unter anderem im Umgang mit solchen modernen Messsystemen.

Im Alter von sechs Jahren wurde Diabetes mellitus Typ 1 bei der heute 27-Jährigen diagnostiziert. In Folge einer Lungenentzündung hatte ihr Körper die Insulin produzierenden Zellen der Bauchspeicheldrüse angegriffen, sodass nicht mehr genügend körpereigenes Insulin produziert wird. Seitdem muss Alexandra Bihs ihren Blutzucker streng kontrollieren und ihrem Körper regelmäßig Insulin zuführen. Das übernimmt mittlerweile eine Insulinpumpe für sie, die sie am Körper trägt. Im Zusammenspiel mit dem münzgroßen CGM-Sensor ("Continuous Glucose Monitoring", also: kontinuierliche Glukosemessung), den die ausgebildete Medizinische Fachangestellte am Oberarm trägt und der ihren Gewebezucker-Wert misst, wird die Insulinzufuhr reguliert. Gemessen wird alle fünf Minuten - ohne "Piks", ohne Blut und ohne dass der Patient selbst aktiv werden muss. Die gewonnenen Messdaten können zudem in einem digitalem Tagebuch am PC oder auf dem Smartphone zusammengefasst und zum Arztbesuch mitgenommen werden.

"Die sensorgestützte Glukosemessung wird für Typ-1-Diabetiker und Typ-2-Diabetiker mit intensivierter Insulin-Therapie Standard werden", ist sich Internistin Dr. Sigrid Misch sicher. Allerdings birgt die neue Technologie auch ihre Tücken: So gilt es nicht nur gemeinsam mit dem Patienten den passenden Sensor auszuwählen und die Handhabung der Geräte verständlich zu machen, sondern auch den Unterscheid zwischen Blut- und Gewebezucker zu erklären, die Patienten mit den Auswertungsfunktionen und der Interpretation der aktuellen und gespeicherten Daten vertraut zu machen. "Der Patient benötigt also eine spezifische Schulung, um die Potenziale der neuen Technologie ausschöpfen zu können und nicht von ihr überfordert zu werden", erklärt Alexandra Bihs, die 2012 ihre Weiterbildung zur Diabetesassistentin DDG abgeschlossen hat und seit 2015 Diabetesberaterin DDG ist.

"Ich freue mich, dass wir mit Frau Bihs personelle Unterstützung bekommen haben und auch einen zweiten Schulungsraum am Domplatz anmieten konnten, um unsere Schulungsangebote auszubauen", berichtet Dr. Misch. Denn neben der medikamentösen Einstellung und der kontinuierlichen ärztlichen Kontrolle sind Schulungen zentraler Bestandteil der Diabetestherapie – unter anderem zur richtigen Blutzuckermessung, adäquater Ernährung, dem richtigen Insulinspritzen oder Diabetes in der Schwangerschaft. Mit nun zwei Diabetesberaterinnen soll zum einen individueller geschult und zum anderen noch mehr Themen aufgenommen werden. Zum Beispiel Schulungen für Diabetiker mit Bluthochdruck, zur Hypoglykämiewahrnehmungsstörung oder auch Schulungen zu Diabetes und Bewegung nach dem "DiSko"-Konzept.



Dr. Sigrid Misch, Leiterin des Fachbereichs Diabetologie

DIABETES-TYPEN

Bei **Typ-1-Diabetikern** ist aufgrund einer Autoimmunerkrankung die Bauchspeicheldrüse derart geschädigt, dass sehr wenig bzw. gar kein Insulin produziert wird. Sie müssen ein Leben lang Insulin spritzen.

Typ-2-Diabetiker leiden meist aufgrund einer Insulinresistenz der Körperzellen unter einem dauerhaft erhöhten Blutzuckerspiegel. Vor allem Übergewicht und Bewegungsmangel begünstigen die Entstehung einer Insulinresistenz. Aber: Richtige Diät, Bewegung und Gewichtsreduktion können hier viel ausrichten.



"Ich wollte schon immer einen medizinischen Beruf ergreifen, Menschen helfen", sagt Alexandra Bihs. Der Familienmensch und Zumba-Fan ist glücklich liiert und wohnt mit Freund Marcel und Söhnchen Theo in ihrem Heimatort Hakenstedt.

Auf Zeitreise im "Alstadtquartier"

Modernes Gesundheitszentrum entsteht an traditionsreichem Medizin-Standort

Es herrscht Helmpflicht am künftigen Sitz des MVZ im Magdeburger "Altstadtquartier": Die Rohbauarbeiten zur Ertüchtigung der Gebäude des ehemaligen Krankenhauses Altstadt haben begonnen. Für die Redaktion von "aktiv & gesund" hat Bauleiter Rudolf Droste die eigentlich verschlossenen Türen geöffnet.

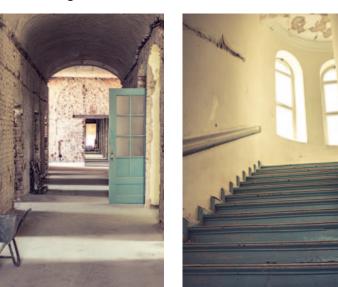
"Institut für Röntgendiagnostik" ist noch am Eingang des Gebäudes zu lesen, in dem sich das MVZ "Herderstraße" ab 2021 niederlassen wird. Vor 12 Jahren sind hier im "Altstädtischen" die letzten Patienten behandelt worden. Seit einigen Monaten herrscht wieder reges Treiben, ein ambulantes Gesundheitszentrum der kurzen Wege entsteht. Damit in knapp einem Jahr die ersten Praxen auch eine Radiologie wird es wieder geben – eröffnen können, ist so einiges zu tun. "Zumal wir auch noch die ein oder andere Überraschung entdeckt haben", erzählt Diplom-Architekt Rudolf Droste und meint damit zum Beispiel eine bis dato nicht bekannte zweite Kellerebene.

Das in den 1870er Jahren als Doppelpavillon erbaute Haus D, der künftige Sitz aller Fachbereiche des MVZ, beeindruckt mit seiner Architektur, weitläufigen Fluren, geschwungenen Decken- und Fensterbögen und dem überdachten Lichthof. Hier sollen in naher Zukunft die Patienten des MVZ empfangen werden. Im Sommer wird aber zunächst die Glasdecke eine Etage nach oben versetzt – um mehr Platz für Behandlungsräume und Büros zu schaffen. An die Entkernungs- und Abbrucharbeiten schließt sich derweil die Erneuerung von Decken und



Der gebürtige Münsterländer Droste koordiniert und überwacht das Geschehen im 2. Bauabschnitt des "Altstadtquartiers", ist also Herr über die Sanierung der Gebäude D bis G des früheren Altstadt-Krankenhauses zum modernen Gesundheitszentrum.

Treppenhäusern an, auch neue Aufzugsschächte werden installiert, die Dächer aufgearbeitet und die Fassaden wärmegedämmt. Während außen – zumindest optisch – alles "beim Alten" bleiben wird, erhalten die Gebäude im Inneren eine moderne Erscheinung, die den aktuellen Erfordernissen von Brandschutz, technischer Gebäudeausrüstung und medizinischer Austtattung entspricht. Ab Ende des Jahres werden dazu die Ausbaugewerke das Ruder übernehmen.







Tradition trifft Moderne: Auf dem ehemaligen Klinikareal im Magdeburger Stadtzentrum sollen ab 2020 wieder Mediziner verschiedener Disziplinen praktizieren. Noch herrscht eher morbider Charme. Aber das wird sich in den nächsten Monaten ändern.

UNSERE LEISTUNGEN

GEFÄSSMEDIZIN

- Diagnostik und Therapie von Erkrankungen der Arterien, Venen und Lymphgefäße
- Spezialisierung auf Krampfadern konservative und/oder operative Behandlungen der Venen
- spezielle Thrombosesprechstunde
- Beratung der Therapiemöglichkeiten und Festlegung der Behandlungswege
- Zusammenarbeit mit externen Gefäßspezialisten

ALLGEMEINMEDIZIN

- Hausärztliches Gesamtspektrum inklusive Krebsvorsorgeund Check-up-Untersuchungen
- Durchführung von DMP-Programmen: Diabetes mellitus, koronare Herzkrankheit (KHK), COPD/ Asthma
- Hausarztzentrierte Versorgung (HZV)
- Impfungen
- Spezielle Sprechstunden für Berufstätige

DIABETOLOGIE

- Diagnostik, Klassifikation und Therapie des Diabetes mellitus
- Individualisierter Behandlungsplan für jeden Diabetestyp
- Einsatz modernster Therapieverfahren und zertifizierter Schulungen
- Insulintherapien aller Art einschließlich Insulinpumpentherapie
- Einsatz kontinuierlicher Glukosemessungen (CGM und FGM)
- Diagnostik und Therapie von Schwangeren mit Diabetes
- Langzeitbetreuung im DMP Typ 1 und Typ 2

DERMATOLOGIE

- Hautkrebsscreening
- Hautoperationen

CHRONISCHE WUNDE

- Behandlung chronischer Wunden, wie Ulcus cruris, Diabetischer Fuß, Dekubitus (Druckgeschwür), "Raucherbein"
- Kooperation mit externen Partnern, u. a. Hausärzten, Krankenhäusern und Pflegediensten

ANÄSTHESIOLOGIE

- Fachärzte mit Erfahrung auf den Gebieten der Narkoseführung sowie der Intensiv- und Notfallmedizin und Narkosebegleitung
- Einsatz verschiedener Anästhesieverfahren: Lokal-, Regionalanästhesie und Vollnarkose

ANÄSTHESIOLOGIE BEI AMBULANTEN OPERATIONEN IN DEN FACHGEBIETEN

- Chirurgie
- Handchirurgie
- Plastische Chirurgie
- Augen-OP (Kataraktchirurgie)
- zahnärztliche OP
- Kieferchirurgie
- Orthopädie

ALLGEMEINCHIRURGIE

- Allgemeinchirurgische Eingriffe u.a. Weichteiltumore der Körperoberfläche (z.B. Lipom, Hauttumor)
- Sehnenscheideneinengungen z.B. Schnellender Finger
- Nervenerkrankungen an Hand und Arm
- Morbus Dupuytren
- Ganglion an Hand und Fuß
- Nabel- und Leistenbrüche

SO ERREICHEN SIE UNS



KONTAKT

MVZ "Herderstraße" GmbH Praxisklinik für Gefäßmedizin Herderstraße 21 39108 Magdeburg

Tel.: 03 91 735830 Fax: 03 91 7317075

Internet: www.mvz-herderstrasse.de



UNSERE FACHBEREICHE UND ÄRZTE



Fachbereich Gefäßmedizin Leiter Dr. med. Hans-Hermann Ladetzki Ärztlicher Leiter & Geschäftsführer, Facharzt für Chirurgie, Phlebologe



Dipl.-Med. Kirsten Matthies Stellvertretende Ärztliche Leiterin, Fachärztin für Allgemeinmedizin, Phlebologin

Fachbereich Gefäßmedizin



Valentin Zaiser Facharzt für Chirurgie, Phlebologe

Fachbereich Gefäßmedizin



Bereich Lymphologie Leiterin Jana Beyer Fachärztin für Innere Medizin



Dr. med. Annett Große Fachärztin für Allgemeinmedizin, Phlebologin

Bereich Gefäßdiagnostik

Leiterin



Dr. med. Julia Middelhoff Fachärztin für Viszeralchirurgie. Spezielle Viszeralchirurgie

Fachbereich Gefäßmedizin



Dipl.-Med. Petra Bahrs Fachärztin für Anästhesiologie

Fachbereich Anästhesiologie

Leiterin



Leiterin Dr. med. Beate Brinkers Fachärztin für Haut- und

Geschlechtskrankheiten, Phlebologin

Fachbereich Chronische Wunde



Dr. med. Reinhard Schulze Facharzt für Chirurgie

Fachbereich Allgemeine Chirurgie



Fachbereich Anästhesiologie

Dipl.-Med. Hans-U. Bansche Facharzt für Anästhesiologie



Fachbereich Allgemeinmedizin Leiterin

Dr. med. Evelyn Fabiensky Fachärztin für Allgemeinmedizin



Fachbereich Diabetologie Leiterin Domplatz 11, 39104 Magdeburg Tel.: 0391 59767555 Dr. med. Sigrid Misch Fachärztin für Innere Medizin

Diabetologin DDG



Fachbereich Mobile Anästhesiologie Leiter Claus-Dieter Müller Facharzt für Anästhesiologie



Fachbereich Mobile Anästhesiologie

Claudia-Christine Gerdts-Müller Fachärztin für Anästhesiologie

Impressum

Herausgeber: MVZ "Herderstraße" GmbH Praxisklinik für Gefäßmedizin Herderstraße 21 39108 Magdeburg Tel.: 0391 735830 Fax: 0391 7317075 Dr. Hans-Hermann Ladetzki (v.i.S.d.P.) Redaktion, Satz, Layout: AZ publica GmbH Albert-Vater-Straße 70 39108 Magdeburg Tel.: 0391 7310677 E-mail: agentur@az-publica.de Internet: www.az-publica.de

Fotos: MVZ "Herderstraße" GmbH, Rayk Weber, AZ publica GmbH

Max Schlutius Magdeburg GmbH & Co. KG