

Ausgabe 1 | Sommer 2012

PATIENTENMAGAZIN

AUS DEM FACHARZTZENTRUM REGENSBURG

KOSTENLOS
FÜR SIE ZUM
MITNEHMEN

Vorsorge
Damit Krebs gar
nicht erst entsteht

Sport & Vitalität
MIT BEWEGUNG ZUM
WUNSCHGEWICHT

Lebensretter
Mit einer
Blutplasmaspende
helfen

Special
TRAUMREISE
Was man vor und im Urlaub
beachten sollte



Medizinische Versorgung auf Spitzenniveau im Facharztzentrum Regensburg

Viele Spezialisten – ein Weg

Renommierte Mediziner verschiedener Fachrichtungen und dazu Services rund um die Gesundheit an einem Ort vereint, das bietet das Facharztzentrum Regensburg. An der Hildegard-von-Bingen-Straße (Ecke Landshuter Straße) finden Patientinnen und Patienten rund vierzig Spezialisten ganz unterschiedlicher Fachrichtungen unter einem Dach vereint: Allgemeinmedizin, Gastroenterologie, Hämatologie und Onkologie, Palliativmedizin, Kardiologie, Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie, Neurologie und Psychiatrie, Orthopädie, Chirurgie, Radiologie, ein Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin sowie ein Plasmazentrum samt Blutspendedienst. Innovative Medizin- und Diagnostik, hohe Fachkompetenz und bester Service, das zeichnet die Spezialisten im Facharztzentrum Regensburg aus. Darunter sind Top-Mediziner, die regelmäßig auf der FOCUS-Liste genannt werden.

Die Patienten können im Facharztzentrum viel Zeit sparen. Die umfassende Versorgung ist denkbar komfortabel. Denn in dem Ärztehaus sind die Entfernungen zu diagnostischen Verfahren und ergänzenden Untersuchungen bei anderen Fachärzten außerordentlich kurz. Nicht viele Kilometer von einem Stadtteil in den ande-

ren, sondern nur wenige Stockwerke liegen im Facharztzentrum Regensburg zwischen Ärzten und medizinischen Dienstleistern.

Eine Behandlung in einem Facharztzentrum hat aber natürlich auch medizinische Vorteile: Sind alle Ärzte an einem Ort vereint, verbessert das den Informationsfluss, erleichtert die fächerübergreifende Therapie und ermöglicht so eine noch zielgerichtete und bis ins Detail abgestimmte Behandlung der Patienten. Die Mediziner im Facharztzentrum Regensburg tauschen sich im Bedarfsfall untereinander aus. Das vermeidet Doppeluntersuchungen und parallele Behandlungsstrategien.

Im Bedarfsfall kooperieren die Ärzte des Facharztzentrums mit allen Kliniken in der Stadt und insbesondere mit dem direkt benachbarten Caritas-Krankenhaus St. Josef. Die Einrichtungen des St.-Josef-Krankenhauses können genutzt werden, wenn eine ambulante Behandlung in der Arztpraxis oder Tagesklinik nicht möglich ist.

Weil Service im Facharztzentrum groß geschrieben wird, können die Patienten ihre Rezepte gleich im Sanitätshaus und in der Apotheke einlösen. In der „Neuen Apotheke St. Josef“ im Erdgeschoss des Facharztzentrums werden Re-

zepturen, Cremes und Salben im eigenen Labor zubereitet. Arzneimittel lagern dort klimatisiert. Die computergesteuerte Medikamentenausgabe sorgt für mehr Effizienz und Sicherheit. Ebenfalls kurz ist der Weg zur Physiotherapie. Und im vispo, dem Zentrum für Vitalität und Sport im Facharztzentrum Regensburg, eröffnen sich den Patienten mit Angeboten zu Sport und Fitness sowie Wellness und Entspannung umfangreiche Möglichkeiten, um den Körper rund um in Form zu bringen.

Für die Zeit vor und nach dem Arztbesuch wartet im lichtdurchfluteten Atrium im Erdgeschoss ein gemütliches Café-Bistro samt überdachter Terrasse. Bei „Coffee & More“ werden Hunger- und Durstnotfälle schnell geheilt.

Das breite Spektrum rund um die Gesundheit im Facharztzentrum Regensburg wird perfekt abgerundet durch die Labordienstleistungen von synlab und das Institut für Aus-, Fort- und Weiterbildung im Gesundheitswesen. Es bietet Schulabgängern eine Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger, zum Pflegefachhelfer und zum operationstechnischen Assistenten an.

Mit Bewegung zum WUNSCHGEWICHT

Ausgezeichnet trainieren: vispo prämiert als „Club des Monats“

Abnehmen heißt: weniger essen. Das denken viele. Und deshalb machen viele eine Diät nach der anderen und scheitern bei ihren Bemühungen, die Pfunde wirklich purzeln zu lassen. Denn leichter wird nur, wer sich gleichzeitig auch bewegt. Bei dem vom vispo Zentrum für Vitalität und Sport im Facharztzentrum Regensburg angebotenen Ernährungs-Erfolgskonzept „feel light“ ist deshalb ein neuer gesundheitsbewusster und aktiver Lebensstil das Ziel. „Dieser Kurs spricht alle an, die nicht nur abnehmen wollen, sondern auch etwas für ihre Gesundheit tun möchten“, erklärt Christian Wolfsteiner, Physiotherapeut und Inhaber von vispo. Die Ziele des Kurses: Reduktion von Körperfett und -gewicht, gesunde Ernährung, Muskelkräftigung, Gewebestraffung.

Aufbauend auf den drei Säulen „Bewusste Ernährung“, „Gezieltes Bewegungstraining“ und „Entspannung“ wird über zwölf Wochen lang das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Teilnehmer verändert. Um die Betreuung individuell gestalten zu können, ist der Kurs auf zwölf Teilnehmer beschränkt. Das unterschei-

det den „feel light“-Kurs im vispo von anderen Angeboten. „Weil bei jedem Teilnehmer Ernährungsverhalten, Aktivitätsgrad und Alltagsgewohnheiten unterschiedlich sind, erarbeiten wir für jeden ein individuelles Ernährungsprogramm und entwickeln gemeinsam eine passende, langfristige Erfolgsstrategie“, sagt Sebastian Koschel. Der Fitness-Ökonom und Ernährungswissenschaftler leitet die „feel light“-Kurse im vispo, die von vielen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.

Die vielfältigen gesundheitsschonenden und von vispo entwickelten Trainings- und Therapiemöglichkeiten werden im „feel light“-Kurs genutzt. Mit seinen Angeboten hebt sich das vispo, das im Magazin bodyLIFE, der Fachzeitschrift für die Fitness- und Gesundheitsbranche, im Januar 2012 als „Club des Monats“ vorgestellt wurde, bewusst von den klassischen Fitnessanbietern ab. vispo hat sich damit unter 7000 deutschen Fitnessanlagen als besonderer Anbieter behauptet und durchgesetzt. Im vispo sorgen warme

Gesunde Mitarbeiter sind weniger krank: Innovative Gesundheitsförderung im vispo

Im Caritas-Krankenhaus St. Josef in Regensburg weiß man: Bewegung tut den Mitarbeitern gut. Und Mitarbeiter, die körperlich fit sind, sind weniger krank. Die Mitarbeiter des St.-Josef-Krankenhauses können deshalb im vispo an einem professionellen Aufbautraining der Rumpf- und Rückenmuskulatur und weiterer großer Muskelgruppen in Verbindung mit einem gezielten Herz-Kreislauf-Training teilnehmen.

Neben der intensiven Betreuung durch die speziell ausgebildeten vispo-Mitarbeiter stehen auch sämtliche Gruppenkurse für sie offen. Ein ähnliches Sportpaket zur Gesundheitsförderung hat vispo auch für die Mitarbeiter des im Facharztzentrum Regensburg angesiedelten Plasmazentrums synlab und andere Regensburger Unternehmen geschnürt.



Farben für einen angenehmen Aufenthalt. Klare Linien ermöglichen Sport in Lounge-Atmosphäre. Größtmögliche Sicherheit und Trainingserfolg bei den Übungen an den Geräten garantiert der einfach zu bedienende, chipkartengesteuerte Kraft-Ausdauer-Zirkel des Sportgeräteherstellers milon. Ausschließlich erstklassig ausgebildetes Personal erstellt für jedes vispo-Mitglied einen eigenen Trainingsplan und steht auch während des Trainings für Fragen zur Verfügung. Ergänzt wird das Training an den Geräten durch vielfältige Kurse und ein zeitgemäßes Entspannungsangebot zur Entschleunigung.

vispo | Zentrum für Vitalität und Sport
Christian Wolfsteiner, Dana Wolfsteiner
Telefon: (0941) 70 81 28 50
www.vispo-regensburg.de

Eigene Kinder auch nach Chemo- und Strahlentherapie

Enge Zusammenarbeit der Mediziner im Facharztzentrum Regensburg ist wegweisend bei der Erfüllung des Kinderwunsches von Krebspatienten



Mit der Diagnose Krebs und einer entsprechenden Chemo- und Strahlentherapie war für junge Patienten früher gleichzeitig die Botschaft verbunden, dass sich ihr Kinderwunsch nicht mehr

erfüllen würde. Denn Chemotherapie und Bestrahlung zerstören bei Frauen und Männern mit Tumoren beispielsweise an Lymphdrüsen, Brust und Hoden nicht nur die Krebszellen, sondern auch gesundes Eierstock- und Hodengewebe. Die Folge ist Unfruchtbarkeit. Doch die moderne Medizin hat Möglichkeiten gefunden, damit sich Krebspatienten auch nach der Therapie ihren Kinderwunsch erfüllen können. Dazu wird eine sogenannte Fruchtbarkeitsreserve angelegt. Ei-

und Samenzellen, Eierstock- und Hodengewebe wird dafür konserviert und in flüssigem Stickstoff bei -196 °C aufbewahrt.

„Für die Patientinnen und Patienten steht nach der Diagnose verständlicherweise die Tumorkämpfung im Vordergrund. Die Patienten sollten sich aber dennoch umfassend mit den Konsequenzen der Therapie und den Möglichkeiten beschäftigen, später doch noch ein eigenes Kind bekommen und großziehen zu können“, rät Dr. Robert Dengler, Onkologe im Facharztzentrum Regensburg. Die Heilungschancen bei einer Krebserkrankung seien heute häufig gut und werden immer besser. Und deshalb sei es auch besonders wichtig, sich Gedanken über die Zeit nach der Therapie zu machen. „Auch bei der Diagnose Krebs bleibt Frauen und Männern in den überwiegenden Fällen genügend Zeit, um

vor Beginn der Strahlen- und Chemotherapie Vorkehrungen zu treffen, damit ein späterer Kinderwunsch erfüllt werden kann“, weiß Dr. Dengler aus seiner langjährigen Erfahrung. Aktuelle Studien haben herausgefunden, dass 75 Prozent der Krebspatienten im gebär- und zeugungsfähigen Alter sich nach der Heilung ein Kind wünschen.

Patienten im Raum Regensburg haben einen großen Vorteil gegenüber Patienten in anderen bayerischen Regionen: Am Facharztzentrum Regensburg hat sich mit der Praxis profertilita eines von vier bayerischen FertiPROTEKT-Zentren angesiedelt. Im Rahmen von FertiPROTEKT werden in Regensburg seit 2005 Patientinnen und Patienten aus dem gesamten mittelbayerischen Raum behandelt. „Die Perspektive, nach der erfolgreichen Chemo- und Strahlentherapie eine eigene Familie gründen und Kinder bekommen zu können, gibt vielen Patientinnen und Patienten Lebensmut und eröffnet ihnen Zukunftsperspektiven“, sagt Frau Professor Dr. Monika Bals-Pratsch von profertilita, dem Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin.

Die Kosten für die Einlagerung werden von den Kassen derzeit jedoch nicht übernommen. In Deutschland kostet die Kältekonservierung von Ei- oder Samenzellen einmalig rund 700 Euro. Hinzu kommt die Lagerungsgebühr von rund 125 Euro pro Halbjahr. „Es ist aber durchaus sinnvoll, bei der Krankenkasse nach einer Kostenübernahme zu fragen“, sagt Frau Professor Dr. Bals-Pratsch. Auch gibt es Stiftungen, die die Kosten übernehmen.

profertilita
Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin
Prof. Dr. med. Monika Bals-Pratsch
Dr. med. Lisa Beiglböck
Telefon: (0941) 89 84 99 44
www.profertilita.de



Individuelle Reiseimpfberatung und gut sortierte Reiseapotheke gehören dazu

DAMIT DIE TRAUMREISE NICHT ZUM ALBTRAUM WIRD

Ferienzeit ist Reisezeit. Wer in ferne Länder aufbricht, sollte sich gut darauf vorbereiten. Und selbst bei Reisen in näher gelegene Regionen sollte der Impfschutz überprüft werden. Dr. Christa Landauer, Allgemeinärztin im Facharztzentrum Regensburg, rät deshalb jedem rechtzeitig vor Reiseantritt zu einem Besuch beim Hausarzt. Frau Dr. Landauer bietet ihren Patienten eigens eine Reiseimpfberatung an. „Wer krank von einer Reise zurückkommt, hat meist den Impfschutz nicht überprüfen lassen und auf Reisen wichtige Verhaltensgrundsätze nicht beachtet“, sagt die Allgemeinmedizinerin. Sie ist seit dreißig Jahren selbst immer wieder in entlegenen Regionen unterwegs – im Himalaya genauso wie im Amazonas-Gebiet oder in den Wüsten Australiens und Afrikas.

Aus eigener Erfahrung weiß sie, welcher Impfschutz in welcher Region sinnvoll oder unbedingt notwendig ist. Um den Patienten größtmögliche Sicherheit zu geben, gleicht sie ihre Erfahrungen immer auch mit den aktuellen reisemedizinischen Empfehlungen der Deutschen Tropengesellschaft ab. Grundsätzlich rät die Medizinerin dazu, den Impfschutz gegen Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten regelmäßig auffrischen zu lassen. Auch wer in Deutschland bleibt, sollte diesen Impfschutz haben. Wer nach Osteuropa fährt, sollte sich vorher unbedingt gegen die durch Zecken übertragene FSME impfen lassen. Für Südeuropa und viele Fernreiseziele

empfiehlt Frau Dr. Landauer die Hepatitis-A-Impfung. Bei Reisen in Länder wie Indien sollte vorher der Impfschutz gegen Kinderlähmung überprüft werden.

Wichtiges Thema bei Fernreisen ist immer auch die Gefahr einer Malariainfektion. „Viele Regionen der Welt wurden zu sogenannten ‚Stand-by-Regionen‘ erklärt, das heißt, für den Fall eines unklaren Fiebers sollten die Reisenden ein Malaria-Notfallmedikament dabei haben“, sagt Frau Dr. Landauer. Wer aber nach Zentralafrika oder ins Amazonas-Gebiet reist, dürfe auf eine regelmäßige Malaria-Prophylaxe nicht verzichten. Dagegen bestehe die Gefahr einer Erkrankung an Typhus, Cholera oder Tollwut nur für Abenteuerreisende. „Diese Impfungen müssen Reisende nur haben, wenn sie in engen Kontakt zu Einheimischen kommen und dabei bestimmte hygienische Grundregeln nicht beachten“, erklärt die Allgemeinmedizinerin. „Schäl es, koch es gar oder lass es sein,

lautet die goldene Regel. Wasser aus Leitungen, Eis oder Salat und Obst sind typische Infektionsquellen.“

Für den Urlaubsort rät Apotheker Taylan Bektas von der „Neuen Apotheke St. Josef“ zu einer gut sortierten Reiseapotheke. „Weil es auch bei aller Vorsicht zu Infektionen kommen kann, gehören unbedingt Mittel gegen Durchfall und ein Elektrolytersatz in die Reiseapotheke“, erklärt Apotheker Bektas, der sich viel Zeit für eine individuelle Beratung nimmt. Darüber hinaus sollten in der Reiseapotheke Medikamente gegen Erkältung, Übelkeit und Erbrechen, eine Creme gegen Insektenstiche und Sonnenbrand sowie Desinfektionsmittel und Verbandmaterial zur Versorgung kleinerer Verletzungen enthalten sein.

Gemeinschaftspraxis
für Allgemeinmedizin/Akupunktur
Dr. med. Christa Landauer, Dinu Hofer
Telefon: (0941) 75 035

Der Vorteil für die Kunden der „Neuen Apotheke St. Josef“: Auf alle Lagerartikel – ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel und Sonderangebote – gibt es den ganzen Sommer über einen Rabatt von 20 Prozent. Thrombosestrümpfe, die bei langen Flugreisen insbesondere für Patienten mit Venenschwäche und Schwangere empfehlenswert sind, gibt es zum Aktionspreis 5 Euro günstiger.

Neue Apotheke St. Josef
Telefon: (0941) 70 81 31 00
www.apomitsan.de

AKTION
SPAREN SIE
20%



Fitness

Durch Bewegung
Lebensqualität verbessern

auf dem Prüfstand

Regelmäßige Bewegung und Sport haben einen erheblichen Einfluss auf die Gesundheit und das Wohlergehen des Menschen. Wie zahlreiche Studien und Langzeitbeobachtungen erwiesen haben, lässt sich durch Sport nicht nur die Gesundheit erhalten. Sportliche Aktivität kann insbesondere bei bestehenden chronischen Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems und bei Stoffwechselstörungen den Verlauf der Krankheitsbilder günstig beeinflussen.

Diese Überzeugung setzt sich immer mehr durch. „Vorbeugende, die Gesundheit erhaltende Strategien nehmen im Alltag erfreulich zu“, weiß Frau Dr. Klara Laschinger-Oestreicher von der Kardiologisch-internistischen Gemeinschaftspraxis im Facharztzentrum Regensburg. Als Ausgleich zur beruflichen Stressbelastung würden mittlerweile viele ihre Freizeit sportlich aktiv gestalten. „Insbesondere Übergewichtige und bisher sportlich inaktive scheuen aber den Schritt hin zu einem aktiven Leben. Dabei können die psychische Befindlichkeit und damit die Lebensqualität durch ein regelmäßiges Training erheblich verbessert werden.“

In der Kardiologisch-internistischen Gemeinschaftspraxis gehören die Verlaufskontrolle und Therapie-Evaluation von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu den Basisverfahren. Doch nicht nur für Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist eine regelmäßige Kontrolle sinnvoll. Die

diagnostischen Möglichkeiten der Praxis können auch all jene wichtige Hinweise geben, die am Beginn einer sportlichen Aktivität stehen oder die regelmäßig Sport treiben.

Mit der Erhebung der Vorgeschichte, einer exakten klinischen Untersuchung sowie der Durchführung von entsprechenden Belastungsuntersuchungen wie der konventionellen Ergometrie, aber auch der Stressechokardiographie, vor allem aber der Spiroergometrie mit Erhebung der Herz-Lungen-Belastbarkeit, wie sie in der Kardiologisch-internistischen Praxis im Facharztzentrum Regensburg angeboten werden, steht einer gesundheitsfördernden Aktivität nichts mehr im Weg. Im Übrigen bietet die Praxis zur Überprüfung der Gefäßsituation die Untersuchung der Halsschlagader im Duplexverfahren an. „Diese Untersuchungen geben wichtige Hinweise für den individuell sinnvollen Aufbau des Trainings und zur Leistungssteigerung“, erklärt Frau Dr. Laschinger-Oestreicher. Da macht Sport doch gleich noch viel mehr Spaß.

Kardiologisch-internistische Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Klara Laschinger-Oestreicher
Dr. med. Ernst Oestreicher
Telefon: (0941) 544 88
www.kardiologie-la-oe.de



DEIN BLUT HILFT

Leben retten mit
einer Blutplasmaspende.
Seit 2009 mehr als
37.000 Spenden
bei synlab

synlab Plasmazentrum
Telefon: (0941) 28 08 970
www.dein-blut-hilft.de

Öffnungszeiten:
Mo, Fr: 8.30 bis 18.30 Uhr
Di, Mi, Do: 10.30 bis 20.30 Uhr

Bei keiner anderen Krebsart bietet die Früherkennung derart große Chancen wie bei Darmkrebs, denn die meisten Darmkrebserkrankungen entwickeln sich aus zunächst gutartigen Darmpolypen. Die Entartung vom Darmpolyp zum Krebs kann Jahre dauern. Das Gefährliche daran: Darmpolypen verursachen quasi keine Beschwerden.

Was sollte man deshalb tun? „Regelmäßig im Rahmen einer Darmspiegelung den Darm auf Polypen untersuchen lassen. Karzinome werden

Das eigene Blut ist eines der wertvollsten Güter, das ein Mensch einem anderen geben kann. Bis heute ist es nämlich nicht gelungen, Blut künstlich herzustellen. Insbesondere das Blutplasma, eine gelbliche Flüssigkeit, die zu rund 90 Prozent aus Wasser und zu 10 Prozent aus gelösten Stoffen besteht, erfüllt lebenswichtige Aufgaben.

„Der Bedarf an Blutplasma ist riesig“, sagt Dr. Ashraf Dada, der ärztliche Leiter und Geschäftsführer des Blutspendedienstes und Plasmazentrums synlab im Facharztzentrum Regensburg. Bei einer Vielzahl von Erkrankungen ist die Gabe von Gerinnungsfaktoren, die als Eiweiße im Plasma enthalten sind, lebensnotwendig. Ein Bluterkrankter beispielsweise braucht jährlich mehr als tausend Plasmaspenden, um zu überleben – oder anders gesagt 74 Mitmenschen, die etwa 15-mal im Jahr spenden.

Bei der Blutplasmaspende werden aus Spenderblut rund 750 Milliliter Blutplasma gewonnen. Während das Plasma in einem Behälter gesammelt wird, werden die weißen und roten Blutzellen und die Blutplättchen zusammen mit einer Kochsalzlösung dem Spender wieder

meist bei Menschen entdeckt, die nie oder nicht regelmäßig bei einer Vorsorgeuntersuchung waren“, antwortet Frau Professor Dr. Cornelia Gelbmann von der Internistischen Praxis für Gastroenterologie im Facharztzentrum Regensburg, in der neben Vorsorgeuntersuchungen auch akute und chronische Erkrankungen sämtlicher Verdauungsorgane (Speiseröhre, Magen, Galle, Bauchspeicheldrüse, Leber, Darm) behandelt werden.

Spätestens mit 55 Jahren sollte man eine Spiegelung des Darms durchführen lassen. Im Rahmen dieser Untersuchung können Darmpolypen rechtzeitig abgetragen werden – noch bevor Krebs entstehen kann. Je nach Anzahl und Größe der entfernten Polypen sollte nach drei oder fünf Jahren eine erneute Darmuntersuchung erfolgen und ohne Nachweis von Polypen alle zehn Jahre. Weil die Darmschleimhaut keine Schmerzfasern aufweist, verursachen Polypenentfernungen keine Schmerzen. „Manche empfinden die für die Untersuchung notwendige Entfaltung des Darmlumens durch Luft jedoch als unangenehm, deshalb erhalten die Patienten, wenn sie das wünschen, eine Schlafspritze. Die Untersuchung ist dann völlig schmerzfrei“, erklärt Frau Professor Gelbmann.

Die Wahrscheinlichkeit, dass sich Polypen im Darm bilden, nimmt mit höherem Alter zu. Ein

zurückgegeben. Damit beeinflusst die Blutplasmaspende den Körper wesentlich geringer als die Vollblutspende. Bereits nach wenigen Tagen ist eine erneute Spende möglich.

Vor der Plasmaspende steht bei synlab eine eingehende ärztliche Untersuchung, bei der Vitalparameter und Blutwerte gemessen werden, um eventuelle Infektionen wie Hepatitis B und C auszuschließen. Seit der Eröffnung im Jahr 2009 wurden in dem modernen Plasmaspendezentrum mehr als 37.000 Spenden gezählt. Die Spender erwarten auf rund 450 Quadratmetern Fernsehen, Internetcafé, Imbiss und Getränke.

Spenden darf jeder Gesunde zwischen 18 und 68 Jahren. „Für die ärztliche Untersuchung und die Plasmaspende sollte man sich etwa eineinhalb Stunden Zeit nehmen. Gut genutzte Zeit, um Menschenleben zu retten“, sagt Dr. Ashraf Dada. „Der Aufwand bei jeder Plasmaspende wird selbstverständlich entschädigt.“ Ein besonderes Zuckerl hält synlab für Vereine bereit, die ihre Mitglieder von einer Spende überzeugen: Sie erhalten ein extra Dankeschön.

VORSORGE SCHÜTZT VOR DARMKREBS

Krankenkassen übernehmen Kosten



erhöhtes Risiko, Darmpolypen zu entwickeln und an Darmkrebs zu erkranken, kann aber auch über die Eltern vererbt werden. Dies trifft insbesondere bei Erkrankung des Angehörigen vor dem fünfzigsten Lebensjahr zu. „Bei einem familiären Risiko ist deshalb besondere Vorsicht geboten. Frauen und Männer, deren Eltern oder Geschwister an Darmkrebs erkrankt sind, sollten mit regelmäßigen Untersuchungen zehn Jahre vor dem Alter beginnen, in dem bei den Angehörigen Darmkrebs oder ein Adenom diagnostiziert wurde, und sie sollten in kürzeren Abständen untersucht werden“, rät Frau Professor Dr. Gelbmann. Bestehen abklärungsbedürftige Darmbeschwerden, sollte natürlich unabhängig von den offiziellen Altersempfehlungen zur Darmkrebsvorsorge eine Darmspiegelung erfolgen. Die Krankenkassen übernehmen die Kosten auch bei jungen Patienten.

Internistische Praxis für Gastroenterologie

Dr. med. Hans Worlicek
PD Dr. med. Johannes Benninger
Dr. med. Michael Weidenhiller
Prof. Dr. med. Cornelia Gelbmann
Telefon: (0941) 20 00 030
www.gastroenterologie-regensburg.de

DEM KREBS DEN KAMPF ANSAGEN

Mit Sport ein Lebenszeichen gegen die Krankheit setzen



„Bleiben Sie in Bewegung!“ Dieser Aufforderung nachzukommen scheint vielen Patienten der Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin im Facharztzentrum Regensburg auf den ersten Blick schwierig. Patienten, denen eine Krebserkrankung körperlich und mental vieles abverlangt, fühlen sich oft antriebslos und schlapp. Die Erfahrung aber zeigt, dass regelmäßige Bewegung gerade bei einer Krebserkrankung erfolgreich dazu beitragen kann, Kraft neu zu schöpfen. „Setzen Sie mit Sport ein Lebenszeichen gegen die Krankheit“, bringt es Praxisinhaber Dr. Alexander Kröber auf den Punkt.

Und sein Partner Dr. Robert Dengler ergänzt: „Verschiedene Studien haben nachgewiesen, dass körperliche Aktivität sich bei manchen Tumoren positiv auf die Erkrankung auswirkt.“ Übermäßige Ruhe und Schonung, die mit einer Krebserkrankung oft einhergehen, schwächen den Körper. Das Herz-Kreislauf-System und die Muskeln leiden unter dem Bewegungsmangel und der reduzierten Sauerstoffaufnahme. „Richtig dosierte körperliche Aktivität verbessert nicht nur das Wohlbefinden. Sie kann auch einen Beitrag zur Verbesserung des Therapieansprechens und damit der Prognose leisten“, weiß Dr. Kröber aus seiner Erfahrung. Damit würden sich auch die Nebenwirkungen der Behandlung minimieren lassen. Hinzu kommt, dass sich die Lebensqualität von Krebspatienten erhöht, wenn sie aktiv sind und Freude an und durch Bewegung haben.

Nach einer erfolgreich abgeschlossenen Krebstherapie kann auch das Rückfallrisiko durch gezieltes Training gesenkt werden. Insbesondere Studien mit Brustkrebspatientinnen zeigten, dass sich deren Rückfallrisiko verringert, wenn sie körperlich aktiv sind. Und auch aktive Darmkrebspatienten tragen ein niedrigeres Rückfallrisiko als Betroffene, die sich wenig bewegen.

Seit mehreren Jahren beschäftigen sich die Ärzte der Onkologischen Praxis bereits mit dem Thema „Krebs und Sport“. Seit zwei Jahren setzen die Regensburger Onkologen die Ergebnisse der Forschung konsequent um. Sie gehören zu den Ersten, die diesen innovativen Weg gehen. „Besonders wichtig ist uns dabei, eine auf jeden Patienten individuell zugeschnittene Aktivität zu finden“, sagt Dr. Dengler. Denn nicht jede Art der Bewegung sei für jeden Patienten gleichermaßen geeignet. Für die Patienten der Onkologischen Praxis wird deshalb jeweils ein eigenes qualitätsüberwachtes Übungsprogramm unter Berücksichtigung der Krankheitssituation, der individuellen Einschränkungen und der Belastbarkeit erstellt.

Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Innere Medizin, Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin

Dres. R. Dengler/A. Kröber/C. Schock
Telefon: (0941) 20 60 30 40
www.die-onkologen.de



AUS MEISTERHAND Im Neuen Sanitätshaus garantiert Michael Engl höchste Qualität

Einlagen, Mieder und Orthesen nach Maß und nach den individuellen Bedürfnissen der Kunden gefertigt. Für so viel Qualität steht im „Neuen Sanitätshaus“ im Facharztzentrum Regensburg der 34 Jahre alte Orthopädietechnikmeister

Michael Engl. „Bei uns verlässt keine Einzelanfertigung die Werkstatt, die der Meister nicht gesehen hat“, sagt Engl.

Über die passgenauen Einzelanfertigungen hinaus hält das Sanitätshaus ein umfangreiches Sortiment an Bandagen, Schienen, Pflegezubehör, Inhalationsgeräten, Kompressionsstrümpfen und für junge Mütter Milchpumpen zum Verleih vor. Auch Massagegeräte, Infrarotlampen, Moorpackungen, Wärmflaschen, Gymnastikbälle und -bänder gibt es im Sanitätshaus.

Service wird im „Neuen Sanitätshaus“ großgeschrieben: Pflegebetten oder Roll- und Toilettenstühle liefert das Sanitätshaus schon innerhalb eines Tages. Das Besondere: Auf alle Lagerartikel, die keiner Preisbindung unterliegen, bekommt man im Neuen Sanitätshaus einen Rabatt von 20 Prozent.

Das Neue Sanitätshaus

Telefon: (0941) 77 414
www.apomitsan.de

IMPRESSUM

Patientenmagazin aus dem
Facharztzentrum Regensburg, Sommer 2012
Herausgeber: Hamborner REIT AG, Duisburg,
www.hamborner.de
Konzept und Umsetzung: All About Advertising,
Alexandra Goldfuss, www.all-about-advertising.de
Redakteure und Autoren: Dr. Stephanie Geiger,
Alexandra Goldfuss

Facharztzentrum Regensburg
Hildegard-von-Bingen-Str. 1 (Ecke Landshuter Straße)
93053 Regensburg
www.facharztzentrum-regensburg.de
Parkplätze finden Sie gleich gegenüber im
Parkhaus an der Hildegard-von-Bingen-Straße.
Die ersten 20 Minuten sind kostenfrei.
Buslinien: 2/7/9/31
Haltestelle „Caritas-Krankenhaus St. Josef“

