

PROCURA

Das Gesundheitsmagazin für Speyer und Umgebung

FRÜHLING 2015

Keine Schnitte, bitte –

Wie Kniearthrose ohne Operation behandelt werden kann. S. 5

Schädlich oder schützend?

Worauf bei Fluoriden zu achten ist. S. 6

Bloß nicht kneifen –

Was hinter Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen stecken kann. S. 7

Männermangel

Welche Folgen Testosteronmangel bei Männern haben und wie er behandelt werden kann. S. 9

Schleichender Verschluss

Warum Patienten mit Diabetes ihre Durchblutung im Auge behalten sollten. S. 10

Zugeschnürt

Was sich hinter PAVK verbirgt und wie dagegen vorgegangen werden kann. S. 11

Kein Grund zum Verstecken

Wie Sie Schuppenflechte in den Griff bekommen können. S. 12

Frisch wie der Frühling

Wie medizinische Fußpflege helfen kann, sich mit offenen Schuhen und barfuß wieder wohlzufühlen. S. 13

Gemeinsam gegen den Schmerz

Was sich hinter der Multimodalen Schmerztherapie verbirgt. S. 14

Die richtigen Werte

Wie hoch der Blutdruck sein sollte und was es zu beachten gilt. S. 16

Neue Möglichkeiten in Speyer

Mit welchem neuen Kernspintomographie-Verfahren viele nicht mehr in die Röhre gucken müssen. S. 17

Zitterpartie

Warum ein wiederkehrendes Zittern nicht gleich Parkinson bedeutet. S. 18

Zurück zur Natur

Warum Brillenfassungen aus Holz im Trend liegen. S. 4

INHALT FRÜHLING 2015

- 4 **Zurück zur Natur** – Warum Brillenfassungen aus Holz im Trend liegen.
- 5 **Keine Schnitte, bitte** – Wie Kniearthrose ohne Operation behandelt werden kann.
- 6 **Schädlich oder schützend?** – Worauf bei Fluoriden zu achten ist.
- 7 **Bloß nicht kneifen** – Was hinter Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen stecken kann.
- 8 **Eine profitable Präsentation** – Wie die Präsentation einer Immobilie zur erfolgreichen und schnellen Vermittlung führen kann.
- 9 **Männermangel** – Welche Folgen Testosteronmangel bei Männern haben und wie er behandelt werden kann.
- 10 **Schleichender Verschluss** – Warum Patienten mit Diabetes ihre Durchblutung im Auge behalten sollten.
- 11 **Zugeschnürt** – Was sich hinter PAVK verbirgt und wie dagegen vorgegangen werden kann.
- 12 **Kein Grund zum Verstecken** – Wie Sie Schuppenflechte in den Griff bekommen können.
- 13 **Frisch wie der Frühling** – Wie medizinische Fußpflege helfen kann, sich mit offenen Schuhen und barfuß wieder wohlzufühlen.
- 14 **Gemeinsam gegen den Schmerz** – Was sich hinter der Multimodalen Schmerztherapie verbirgt.
- 15 **Brummen, Brausen, Brazzen** – Wie Sie einen Besuch auf dem Brazzeltag, dem spektakulären Technik-Event in Speyer, gewinnen können.
- 16 **Die richtigen Werte** – Wie hoch der Blutdruck sein sollte und was es zu beachten gibt.
- 17 **Neue Möglichkeiten in Speyer** – Mit welchem neuen Kernspintomographie-Verfahren viele nicht mehr in die Röhre gucken müssen.
- 18 **Zitterpartie** – Warum ein wiederkehrendes Zittern nicht gleich Parkinson bedeutet.
- 19 **Branchenverzeichnis**

Nicht jeder kann mit einem wuscheligen Fell punkten.
Laserepilation mit neuester Technologie.



EDITORIAL

PROCURA, FRÜHLING 2015

Liebe Leserinnen und Leser,

schon immer hat der Frühling die Dichter inspiriert, so auch den längst vergessenen Friedrich Theobald Häsinger, einen königlich-bayrischen Unteramtsarzt, von dem, nur überliefert in einer obskuren antiquarischen Blättersammlung, folgende Zeilen auf uns gekommen sind: „O Frühling, lang warst du vermisst. Wie schön, dass endlich Frühjahr ist. Vom Schneemann fehlt längst jede Spur, zart sprießt das Grün in Wald und Flur.“



Schöner hätte ich es nicht sagen können. Apropos Flur: Zwar weiß man, dass auf Zahncreme gerne steht „Mit Flourid“ – aber wieso? Wir gehen dem Zahnschmelz auf den Grund und forschen nach. Auch nach Wald und Flur und Freiluftgymnastik klingt mir folgende Apparatur: Der Hochfeld-Gelenk MRT. Großes Körperkino bietet dieser in Speyer neue Kernspintomograph, ohne dass Patienten in die Röhre müssen. Wie man an den gehäuften Geburtstagen zwischen Dezember und Februar sieht, sprießen im Frühjahr nicht nur die Blätter und Spargel, sondern auch die Liebe. Und damit sind wir beim Testosteron, das manchem Mann im Alter abhandenkommt.

Was neben steigendem Hubraum fahrbarer Untersätze die Folgen dieses Mangels sind, lesen Sie in dieser Ausgabe, ebenso wie einen bunten Blumenstrauß an Themen vom Tremor über Durchblutungsstörungen, Schuppenflechte bis zum Bluthochdruck, vom sehfehlerbedingten Kopfschmerz bei Kindern und Jugendlichen bis zu dessen Behebung durch – zum Beispiel – eine individuelle Holzbrille aus heimischen Hölzern. Über die Bäume landen wir wieder bei den Wiesen, durch die man beherzt wieder barfuß stapfen kann, genoss man zuvor die medizinische Fußpflege. Apropos zu Fuß: Hoch zu Feuerross werden viele Akteure des beliebten Brazzeltag im Technik Museum Speyer auflaufen – und dem Gewinner unseres Rätsels winken 2-Tages-Tickets dafür.

Viel Spaß beim Lesen und sonnige Tage wünscht Ihnen

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Ulrich Zehfuß".

Ulrich Zehfuß,
Herausgeber

Viele Rückenschmerzen lassen sich vermeiden.



Nur echt mit dem goldenen Siegel!

Ulrike Kerber,
Lattoflex Store-Leiterin in Speyer
und Expertin für richtiges Liegen
und gesunden Schlaf.



Der größte Schlaftest im deutschsprachigen Raum mit 216 Frauen und Männern hat bewiesen:

- **95,3 % weniger Rückenschmerzen,**
- **96,3 % verbesserte Schlafqualität**

Möchten Sie den Lattoflex-Effekt auch erleben? Kommen Sie zu uns in den Lattoflex Store in Speyer.

lattoflex
STORE

Gilgenstraße 5
67346 Speyer
Tel. 06232 6799697

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 10:00 - 18:30 Uhr,
Sa. 10:00 - 14:00 Uhr
store@speyer.lattoflex.com
www.lattoflex-store.com

Termine nach Vereinbarung gerne auch außerhalb der Geschäftszeiten.

GUT HOLZ!



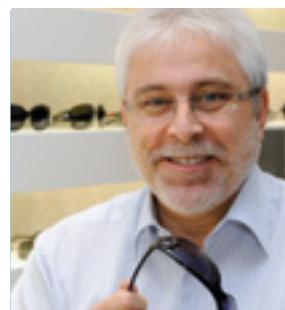
In über 80 Arbeitsschritten werden die Gestelle aus Holz gefertigt.

Die Zeiten, in denen Brillen ausschließlich als Sehhilfe gedient haben, sind längst vorbei. Mit einer unzähligen Vielfalt an Farben, Formen und Materialien ist die Brille heute wichtiges Accessoire und Stilmittel – und unterstreicht den Charakter ihres Trägers. Seit einiger Zeit werden Brillenfassungen aus Naturmaterialien wie Holz immer beliebter. Und das aus gutem Grund, denn jede dieser Brillen ist ein handgefertigtes Einzelstück.

In den letzten Jahren haben sich einige Hersteller auf die Fertigung von Holzbrillen spezialisiert. Das Besondere: Durch die einzigartige Maserung der Hölzer ist jede Brille ein Unikat. „Holzbrille klingt für viele im ersten Moment schwer und uniform“, so Hansjörg Hofmann, Augenoptikermeister bei Brillen Hammer im Cura Center. „Tatsächlich wiegen die Brillen aber nur etwa 13 Gramm und die Variation reicht von markanten, ausdrucksstarken bis hin zu eleganten, zurück-

Jede Holzbrille ist einzigartig

haltenden Modellen. Zudem sind die unterschiedlichen Fassungen dabei sowohl als Korrektions- als auch als Sonnenbrille erhältlich.“ Neben der unterschiedlichen Form stehen außerdem verschiedene Holzarten für die Brille zur Auswahl. So verwendet beispielsweise die Südtiroler Manufaktur



Hansjörg Hofmann, Augenoptikermeister bei Brillen Hammer in Speyer

„Wie bei allen Gestellen kommt es auch bei Holzfassungen auf die passgenaue Abstimmung auf den Träger an.“

entsteht keine Unterbrechung der Maserung und sie verläuft gleichmäßig über Frontteil und Bügel.“ Um das Gestell witterungsbeständig zu machen, wird im letzten Arbeitsschritt noch ein transparenter Lack aufgetragen. Dadurch lässt sich die Brille später mit einem feuchten Tuch einfach reinigen.

Gut angepasst

Doch die schönste Fassung nützt nur wenig, wenn die Brille nicht passgenau auf den Träger abgestimmt ist. „Für eine optimale Anpassung muss das gesamte Auge zunächst präzise vermessen werden. Dazu nutzen wir ein vollautomatisches Messgerät, das in nur wenigen Sekunden alle Sehfehler registriert“, erläutert Hansjörg Hofmann. „Auf dieser Basis erfolgt nach der subjektiven Augenglasbestimmung die Anfertigung der individuellen Brillengläser und im nächsten Schritt werden die Gläser unter Berücksichtigung der Körper- und Kopfhaltung exakt auf die Pupille zentriert.“ – Auf diese Weise ist man auch mit Holzbrille gewiss nicht auf dem Holzweg.

WooDone für ihre Modelle Hölzer vom Kirsch- und Walnussbaum sowie Esche und Akazie. Besonderen Wert legt der Hersteller dabei darauf, dass die einheimischen Hölzer aus nachhaltiger Forstwirtschaft stammen.

100 % Handarbeit

Die Brillen aus Südtirol werden fast ausschließlich aus Holz gefertigt, lediglich die Scharniere bestehen aus einer speziellen Legierung. „In über 80 Arbeitsschritten produzieren die Mitarbeiter die Brillenfassungen in Handarbeit“, erklärt Hansjörg Hofmann. „Dabei wird ein einziges Stück Holz verwendet, das sich aus acht Schichten Furnierholz zusammensetzt. Dadurch





GEGEN DEN VERSCHLEISS

Orthesen sind Multitalente – sie können komprimieren, stabilisieren, führen und vieles mehr.

Orthesen und Bandagen

Orthesen und Bandagen sind Hilfsmittel, die Körperabschnitte stützen, entlasten oder fixieren. Welche Ausführung Betroffenen am besten helfen kann, hängt von der jeweiligen Person und Arthroseform ab und wird vom behandelnden Arzt individuell festgelegt. „Die von vielen Patienten als am angenehmsten empfundene Variante ist das Tragen einer Kniebandage. Diese ist auch von der Handhabung her meist einfach“, erklärt Prof. Dr. Christian Heisel von der Praxis Orthopädie Kurpfalz. „Ihre Hauptfunktion ist die Kompressionswirkung, die die Eigenwahrnehmung des Körpers verbessern und Schwellungen reduzieren kann.“ Allerdings sind ihre Möglichkeiten durch die elastische Konstruktion begrenzt. Kniesoftorthesen hingegen können hier schon deutlich mehr. Sie bestehen aus einem elastischen Gestrick in Kombination mit festen Elementen und meist seitlich gelegenen Gelenken. So kann das Knie stabilisiert und die Beinachse zusätzlich

mechanisch beeinflusst werden. Die Handhabung kann hier jedoch teilweise schon etwas anspruchsvoller sein. Eine weitere Möglichkeit sind Hartrahmenorthesen. Diese sehr festen Konstruktionen schränken durch aufwendig gestaltete Gelenke die Beweglichkeit des Knies dennoch nicht ein. Ihr Vorteil: „Der Rahmen ermöglicht es, das Kniegelenk in einem hohen Maße zu stabilisieren und die Beinachse seitlich oftmals deutlich spürbar zu beeinflussen“, erläutert Jochen Fikentscher, Facharzt für Orthopädie.

Nahrungs- ergänzungsmittel

Doch es gibt auch noch ganz andere Formen der konservativen Behandlung. Beispielsweise können die Knorpelbestandteile Glucosaminsulfat und Chondroitinsulfat als Nahrungsmittel eingenommen werden. Diese Einnahme sollte über einen längeren Zeitraum von mindestens drei Monaten erfolgen. In Einzelfällen sind dabei schon erhebliche Linderungen der Beschwerden

Arthrose ist eine weitverbreitete, verschleißbedingte Veränderung der Gelenke, bei der es zur Abnutzung des Knorpels kommt. Eine der häufigsten Formen ist die Kniearthrose. Da der Knorpel im Gelenk für reibungsfreie Bewegung sorgt, kann Arthrose speziell hier zu erheblichen Schmerzen und Bewegungseinbußen führen. Zwar gibt es für den Knorpelschwund keine wirkliche Heilung – da Knorpelzellen sich nicht regenerieren, aber es steht eine breite Palette konservativer, d. h. nicht operativer Therapien zur Wahl, die Linderung bringen können.

beobachtet worden – auch wenn wissenschaftliche Studien zur Wirksamkeit fehlen. Ein zusätzliches Plus dieser Therapie: Sie ist sehr arm an Nebenwirkungen.

Injektionstherapien

Ein weiterer Ansatz ist Hyaluronsäure. Die knorpelunterstützende Substanz kann abhängig von der Beschaffenheit der Kniearthrose

eine Symptombesserung bringen. Am effektivsten ist dabei die Darreichung als Injektion. Dadurch kann die Hyaluronsäure stärker im Gelenk angereichert werden, als es bei Medikamenten zum Einnehmen möglich ist. Greifen bei einer Arthrose im fortgeschrittenen Stadium die genannten Therapiemaßnahmen nicht mehr, kann entzündungshemmendes Kortison nützlich

sein. „Auch hier empfiehlt sich die Injektion“, so Prof. Heisel. „Das hat den Vorteil, dass es ausschließlich dort wirkt, wo es auch gebraucht wird. Anders als mit Kortison in Tablettenform wird also nicht der gesamte Organismus belastet.“



Prof. Dr. Christian Heisel



Jochen Fikentscher

„Es kann wirksamer sein, eine etwas größere Orthese für einige Stunden zu tragen als die bequemste Variante den ganzen Tag über.“

NEU in SPEYER

blu

sanitätshaus
meisterbetriebe

Speyer · Bahnhofstraße 51
0800 - 110 13 10

Zu Ihrer Therapie das
richtige Hilfsmittel

Orthopädie-Technik Orthopädische Schuheinlagen Kompressionsstrümpfe



Mehr Infos unter:
www.orthokur.de

DIE MENGE MACHT'S



Fluoride sind in vielen Zahncremes enthalten, denn sie sollen vor Karies schützen. Doch immer wieder liest man auch von einer angeblich schädlichen Wirkung – und vor allem Eltern sind dadurch verunsichert und um die Gesundheit ihrer Kinder besorgt. Aber was ist dran an den Vorwürfen? Und was sind Fluoride überhaupt?

Schutzschicht

Fluoride sind die Salze des Fluorwasserstoffs und ein wichtiger Bestandteil des menschlichen Körpers. In geringen Mengen kommen Fluoride auch in Lebensmitteln wie Spinat, Fisch und schwarzem Tee sowie im Wasser vor. Beispielsweise liegt die Fluoridkonzentration im Speyerer Leitungswasser bei eher geringen 0,1 Milligramm pro Liter.

Bei Fluoriden kommt es auf die Menge an

Kommen Fluoride mit der Zahnoberfläche in Kontakt, lagern sie sich in deren Struktur ein und lassen den Zahn dadurch widerstandsfähiger gegenüber Säuren werden. Außerdem hemmen sie die Entkalkung der Zahnoberfläche und tragen so zur Remineralisierung der Zähne bei. „Durch diese Eigenschaften sind Fluoride ein wirksames und

wichtiges Mittel bei der Kariesprävention“, erläutert Dr. Krekel-Wilk, Zahnärztin im Cura Center in Speyer. „Aber mit ihnen ist es wie mit fast allen Stoffen, die wir unserem Körper zuführen: Die Dosis entscheidet darüber, ob sich eine gesundheitsfördernde oder schädliche Wirkung entfaltet.“

Kinder brauchen Hilfe

„Welche Dosierung und Maßnahmen für eine ausreichende Fluoridierung angemessen sind, hängt vor allem vom Alter und der

Lebenssituation ab“, so Dr. Krekel-Wilk. „Daher sollte der Einsatz von Fluoriden am besten mit dem Zahnarzt abgesprochen werden.“ Für eine angemessene Dosierung können Erwachsene und Kinder ab sechs Jahren zu einer Zahncreme mit einem Fluoridanteil von 1000-1500 ppm greifen, bei jüngeren Kindern sollte ab dem ersten Zahn eine spezielle Kinderzahncreme mit einem geringeren Fluoridanteil von 500 ppm verwendet werden. „Um den Kariesschutz wirklich zu gewährleisten, gilt: Auch wenn ein Kind bereits selbstständig seine Zähne putzen kann, müssen die Eltern überwachen und nachputzen, bis das Kind flüssig schreiben kann. Denn erst dann beherrscht es auch die Zahnpflegebewegungen richtig“, empfiehlt

Dr. Krekel-Wilk. Ab dem Schulalter können zusätzlich auch Fluoridgele und -lösungen verwendet werden. Außerdem kann der Zahnarzt ein bis zweimal im Jahr einen speziellen Fluoridlack zur Schmelzhärtung auftragen. Die lokale Applikation, beispielsweise über Zahncreme, ist der systemischen Zufuhr über Tabletten vorzuziehen, da die Wirkung vor allem durch den direkten Kontakt mit der Zahnsubstanz entfaltet wird.

Teil vom Ganzen

Der Einsatz von Fluoriden ist ein wesentlicher Bestandteil der Kariesprävention. Das allein garantiert aber noch keine gesunden Zähne. „Weitere Faktoren sind eine gründliche Zahn- und Mundpflege sowie eine ausgewogene Ernährung mit möglichst wenig Zucker“, erklärt Dr. Krekel-Wilk.

Zusammen mit regelmäßigen Kontrolluntersuchungen kann so wirksam vorgebeugt und gegebenenfalls schnell auf eine beginnende Karies reagiert werden.



Dr. Barbara Krekel-Wilk

„Der Zahnarzt bietet Informationen über die Kombination von verschiedenen Fluoridierungsmaßnahmen sowie zur angemessenen Dosierung und Anwendung.“



Wenn Kinder häufig die Augen zusammenkniffen, kann das an einer unentdeckten Weitsichtigkeit liegen.



KEIN KOPFZER-BRECHEN

Entdecken, Lernen, Erkunden – das Aufwachsen in unserer digitalisierten und schnelllebigen Welt verlangt den Augen von Kindern und Jugendlichen so einiges ab. Zusammengekniffene Augen, Blinzeln und Müdigkeit sind typische Beschwerden, die mit dieser Belastung einhergehen können. Oft reagieren betroffene Heranwachsende auch mit Kopfschmerzen. Wodurch die Überanstrengung der Augen ausgelöst wird, bleibt aber oft unentdeckt.

Ein möglicher Grund für die Überanstrengung und die dadurch ausgelösten Kopfschmerzen ist ein unentdeckter Sehfehler. „Meist handelt es sich in diesen Fällen um eine sogenannte Hyperopie, also eine Weitsichtigkeit“, erklärt Ute Schumacher, Orthoptistin bei Ihre Augenärzte Speyer. „Hierbei ist das Auge zu kurz und die einfalldenden Lichtstrahlen treffen erst hinter der Netzhaut auf. Es kann dadurch kein scharfes Bild entstehen.“

Kinder und Jugendliche haben die Fähigkeit, eine Weitsichtigkeit auszugleichen, denn ihre Linse ist noch sehr elastisch. Daher bleibt der Sehfehler oft unentdeckt. Das Problem ist, dass diese Eigenregulation der Weitsichtigkeit auf Dauer für das Auge zu anstrengend sein kann. Dadurch können dann unter Umständen Kopfschmerzen ausgelöst werden.

Eine weitere Ursache für eine Überanstrengung kann ein gestörtes Zusammenspiel beider Augen sein, das auch als verstecktes Schielen (Heterophorie) bezeichnet wird. Weitere Gründe können sein: eine sogenannte Akkommodationsschwäche, bei der vor

allem im Nahbereich nicht über längere Zeit scharf gesehen werden kann, Sicca-Beschwerden, die durch trockene Augen verursacht werden, oder – eher selten bei Kindern und Jugendlichen – ein erhöhter Augeninnendruck.

„Ob ein gestörtes Zusammenspiel beider Augen für die Kopfschmerzen verantwortlich ist und welches Ausmaß das versteckte Schielen hat, können wir im Rahmen einer orthoptischen Untersuchung in der

behandeln, kommen „künstliche Tränen“, also spezielle Augentropfen, zum Einsatz. Auch ein erhöhter Augeninnendruck kann mit Augentropfen therapiert werden. Bei beiden Krankheitsbildern sollte ein Augenarzt aufgesucht werden.



Ute Schumacher,
Orthoptistin bei Ihre
Augenärzte Speyer

„Leiden Kinder oder Jugendliche an Kopfschmerzen, kann das an einer Überbelastung der Augen liegen.“

Genau hingeschaut

Je nachdem, welche Ursache den Kopfschmerzen zu Grunde liegt, gibt es verschiedene Ansätze der Diagnose und Behandlung. Um eine „versteckte“ Weitsichtigkeit festzustellen, muss zunächst die Eigenregulation praktisch „ausgeschaltet“ werden. Dazu verwenden Augenärzte spezielle Augentropfen, die den Augenmuskel entspannen. Eine Korrektur der Weitsichtigkeit, die sich bei Kindern mit zunehmendem Alter „verwachsen“ kann, erfolgt durch eine Brille mit Plusgläsern.

Eine versteckte Weitsichtigkeit kann nur beim Augenarzt festgestellt werden

Den Grundstein legen

„Anstrengungsfreies, beidäugiges Sehen ist die Voraussetzung für eine gute Aufnahme und Verarbeitung von Seheindrücken – und damit unabdingbar für eine regelrechte Entwicklung“, so Ute Schumacher. „Deshalb sollte jedes Kind, das die entsprechenden Symptome aufweist, frühestmöglich von einem Augenarzt und/oder Orthoptist/-in untersucht werden.“ Therapie bestimmte Übungen oder eine Brille notwendig sind. Um die sogenannten Sicca-Beschwerden zu



Als Mitglied erfüllt RIEGEL Immobilien die Qualitätsstandards des Bundesverbands für die Immobilienwirtschaft.

GUT PRÄSENTIEREN – ERFOLGREICH VERMITTELN



0,00 €
Kosten für
Verkäufer

Manfred Riegel (3.v.l.) und das Team von RIEGEL Immobilien entwickeln Strategien für die individuelle Vermarktung Ihrer Immobilie.

0,00 €
Kosten für
Verkäufer

Bevor eine Immobilie potenzielle Verkäufer und Vermieter von ihren Qualitäten überzeugen kann, muss sie erst einmal deren Interesse wecken. Aus diesem Grund ist die optimale Präsentation eines Objekts ein Schlüsselfaktor, um es erfolgreich und schnell zu vermitteln. Privatpersonen stoßen hier bisweilen an ihre Grenzen und wissen nicht genau, worauf bei der Präsentation ihrer Immobilie zu achten ist. Das Ergebnis: Die Immobilie kann über einen längeren Zeitraum nicht vermittelt werden. So entstehen Kosten und Kapital liegt brach. Um dies zu vermeiden, wenden sich viele an professionelle Immobilienmakler-Unternehmen wie RIEGEL Immobilien in Speyer.

Professionelle Unterstützung

„Die richtige Präsentation eines Objekts am Markt ist ein nicht zu unterschätzender Erfolgsfaktor für die Vermittlung. Da viele Immobilienbesitzer nicht die Zeit, das nötige Fachwissen und auch nicht die professionellen Möglichkeiten haben, um ihre Immobilie optimal und marktgerecht zu präsentieren, suchen sie dafür professionelle Unterstützung“, erklärt Manfred Riegel von RIEGEL Immobilien. „Wir inserieren für unsere Kunden Objekte in Printmedien, präsentieren sie auf allen wichtigen Internetportalen und natürlich auch in unseren

Geschäftsräumen sowie bei der Deutschen Bank in Speyer und Ludwigshafen und der Commerzbank-Filiale in Speyer.“ Aber Sichtbarkeit ist nur der erste Schritt. Es kommt auch darauf an, die Vorzüge der Immobilie hervorzuheben und Interesse zu wecken. „Ein ansprechender, informativer Text ist äußerst wichtig, er sollte jedoch möglichst durch aussagekräftige Bilder ergänzt werden“, so Manfred Riegel.

Hightech für die Vermittlung – mit virtuellem Rundgang

Das Familienunternehmen ist mittlerweile auf 12 Mitarbeiter angewachsen, um auch überregional

die 94.000 Besucher** der von ihnen inserierten Objekte bei Immobilienscout viel wichtiger. „Natürlich ist eine Auszeichnung etwas Schönes, aber diese hohen Besucherzahlen freuen uns noch mehr, denn davon profitieren unsere Kunden direkt.“ Und dieses Engagement zeigt sich auch in der Vermittlungsdauer, die bei nur 4-12 Wochen liegt*.

Mehr Service – mehr Chancen

Doch auch über die Präsentation hinaus hat professionelle Unterstützung Vorteile für Vermieter und Verkäufer. „Unser Service

umfasst auch die Organisation von Besichtigungsterminen, die Betreuung und Prüfung von Interessenten und wir sorgen für die Einhaltung gesetzlicher Rahmenbedingungen“, erklärt Manfred Riegel. „Außerdem helfen wir bei einer realistischen Einschätzung des Objektwerts. Für uns ist das Teil der Verantwortung gegenüber dem Kunden, denn unrealistische Preisvorstellungen sind einer der Hauptgründe für eine lange Vermittlungsdauer.“

* bei angemessenem Preis-Leistungs-Verhältnis

** Besuche pro Monat

RIEGELIMMOBILIEN.

Öffnungszeiten

Montag – Freitag: 09.00 – 18.00 Uhr
Samstag: 10.00 – 12.00 Uhr
sonst auch jederzeit nach Vereinbarung

Wormser Str. 13, 67346 Speyer
Fon 06232. 100 10 10, Fax 06232. 100 10 110

Im Sand 42, 67376 Harthausen
Fon 06344. 937 637, Fax 06344. 937 643

info@riegel-immobilien.de, www.riegel-immobilien.de





Der Rückgang von Libido und Antrieb können auf einen Testosteronmangel hinweisen.

AKKU LEER – DIE LEIDEN DES REIFEN MANNES

Testosteronmangel und seine Folgen. Beginnend in der Lebensmitte erleben Männer nicht selten einen raschen Abfall der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit, begleitet von Libido- und Potenzproblemen. Männer durchleben zwar keine Wechseljahre im eigentlichen Sinn, doch auch beim Mann gilt es herauszufinden, ob seine „Midlife Crisis“ hormonell bedingt ist.

Schritt für Schritt zum Mangel

„Ab dem 40. Lebensjahr beginnt bei Männern der Testosteronwert im Blut zu sinken, jährlich um 0,5 bis 1,2 Prozent. Im Verlauf kann daraus ein altersbedingter Testosteronmangel

entstehen“, erklärt Dr. Markus Schöne, Urologe in der Urologische Gemeinschaftspraxis Speyer. „Der Rückgang liegt an einer verminderten Funktion des Hodengewebes oder der Gehirnregionen, die den Hormonhaushalt steuern. Das hat Auswirkungen,

denn Testosteron ist wichtig für den Muskelaufbau, die Knochendichte und die Bildung von roten Blutkörperchen. Auch beim Stoffwechsel im Fettgewebe und natürlich besonders im Sexualleben und bei der Fortpflanzungsfähigkeit spielt es eine Rolle.“ Im Leistungssport wird Testosteron aufgrund seiner muskelaufbauenden und leistungssteigernden Wirkung illegal als Dopingmittel eingesetzt.

Symptome sind entscheidend für die Diagnose

Ein verringelter Testosteronspiegel kann mit einer Reihe von Beschwerden verbunden sein (s. Infokasten). Fehlen die beschriebenen Beschwerden bzw. Symptome bedarf die Absenkung des Testosteronwertes beim älter werdenden Mann

keiner Therapie. Erhoben werden die Beschwerden im ausführlichen Gespräch mit dem Spezialisten unter Zuhilfenahme standardisierter Symptomen-Scores. Anhand einer Blutuntersuchung kann der Testosteronspiegel bestimmt wer-

von Testosteron auszugleichen“, erläutert Urologe Dr. Holger Uhthoff. Arzt und Patient sollten gemeinsam sorgfältig abwägen, ob eine Therapie mit Hormonpräparaten infrage kommt.

Wenn ja, sollte sie nur unter regelmäßiger Kontrolle durch einen erfahrenen Facharzt erfolgen. Testosteron kann auf verschiedenen Wegen zugeführt werden. Besonders geeignet sind Injektionen in den Muskel (Depot) oder die Anwendung über die Haut mittels Testosteron-Gel oder -Deo, welches der Mann einmal täglich auf die Haut aufträgt. Verhindern kann man einem Testosteronmangel nicht, genauso wenig wie ihm vorbeugen. Eine gesunde Lebensweise trägt

allerdings dazu bei, die typischen Mängelscheinungen hinauszuzögern oder zu lindern. Dazu zählt neben einer ausgewogenen Ernährung und Verzicht auf Nikotin, ein gemäßigter Alkoholkonsum sowie regelmäßige aktive Bewegung.

MÖGLICHE SYMPTOME EINES TESTOSTERON-MANGELS BEI ÄLTEREN MÄNNERN:

- » Verringerung von Muskelmasse und Muskelkraft
- » Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit
- » Gewichtszunahme mit einer Umverteilung des Körperfetts um die Taille herum
- » Verringerung der sexuellen Lust
- » Erektionsstörungen
- » Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Antriebsarmut
- » Verminderung der Spermien-Produktion
- » Depressionen
- » Hitzewallung
- » Abnahme der Knochendichte (Osteoporose)
- » Konzentrations- bzw. Gedächtnisprobleme



Dr. Holger Uhthoff

„Testosteron ist das wichtigste Sexualhormon des Mannes. Kommt es zu einem Mangel-Syndrom, kann dies ernsthafte Folgen für die Gesundheit und das Allgemeinbefinden haben.“



Dr. Markus Schöne

„Die Hauptkriterien für eine Therapieentscheidung sind die Beschwerden des Mannes.“

BEDROHLICHE ENGPÄSSE



Die Ermittlung des Arm-Bein-Index mittels Blutdruckmessung kann entscheidende Hinweise auf eine schwerwiegende Durchblutungsstörung geben.

In Deutschland leiden laut dem Deutschen Zentrum für Diabetesforschung rund sechs Millionen Menschen an Diabetes und damit an einem erhöhten Blutzuckerspiegel. Doch Betroffene der sogenannten „Zuckerkrankheit“ sollten nicht nur auf den Blutzuckerwert achten: Auch das Risiko, an der Durchblutungsstörung Arteriosklerose zu erkranken, ist besonders hoch. Unerkannt kann diese Krankheit zu Herzinfarkt, Schlaganfall, Augeninfarkt und sogar zum plötzlichen Herztod führen. Die gute Nachricht: Mit relativ einfachen und schmerzlosen Untersuchungen können Durchblutungsstörungen in einer diabetologischen Praxis festgestellt werden.

Tickende Zeitbombe

Arteriosklerose ist eine chronische Durchblutungsstörung, bei der sich in den lebenswichtigen Schlagadern Ablagerungen bilden. Diese behindern den Blutfluss und können im schlimmsten Fall zu einem kompletten Gefäßverschluss führen. Das Tückische: Anfangs spüren Betroffene

noch keinerlei Beschwerden und die Verkalkung kann lange Zeit unbemerkt fortschreiten. Mit einfachen Tests wie der Ermittlung des Arm-Bein-Index (ABI) können jedoch Hinweise gesammelt werden, ob jemand an einer generalisierten Arteriosklerose leidet. Hierbei wird den Patienten an vier Stellen gleichzeitig der

Arteriosklerose ist eine ernstzunehmende Folgeerkrankung bei Diabetes

Blutdruck gemessen und anschließend wird mit einer speziellen Formel der ABI berechnet.

Wichtige Werte

„Der ABI spielt bei der Betreuung von Diabetespatienten eine wichtige Rolle“, erklärt die Internistin und Diabetologin Dr. Maria Montero-Muth aus der INTERNISTISCHEN Praxis im Cura Center. „Je mehr der berechnete Wert vom Normalbereich abweicht, desto größer ist der Handlungsbedarf. Entscheidend ist hier vor allem, dass schnell die kardiovaskulären Risikofaktoren gemindert werden. Dazu zählen vor allem ein zu hoher Blutdruck und schlechte Blutfettwerte.“

Gerade ein erhöhter Wert der sogenannten LDL-Cholesterine, einem Transportmittel im Blut, muss reguliert werden. Der behandelnde Diabetologe stellt den Patienten dafür eine individuelle medikamentöse Behandlung zusammen. Aber Patienten können – und sollten – auch selbst etwas beitragen. „Neben einer umfassenden Betreuung in einer diabetologischen Praxis, kann vor allem eine gesündere Lebensweise helfen, zum Beispiel eine ausgewogene Ernährung, die Entwöhnung vom Rauchen und körperliche Aktivität (Erhöhung der Laufleistung/ Tag)“, so Dr. Montero-Muth.

Gute Nerven?

Eine Erkrankung, die ebenfalls häufig eine Folge von Diabetes ist, ist die Neuropathie – eine Schädigung der peripheren Nerven besonders an

Händen und Füßen. Deshalb wird bei Diabetespatienten, aber auch bei älteren Menschen ohne Diabetes zusätzlich ein Stimmgabeltest durchgeführt. „Mit diesem einfachen Test überprüfen wir routinemäßig, wie gut das Vibrationsempfinden der Patienten in ihren Füßen noch ist“, erklärt Dr. Montero-Muth. „Ist die Wahrnehmung gestört, besteht der Verdacht auf eine Polyneuropathie.“ Ein großes Risiko dabei ist die Sturzgefährdung, denn es kommt zu Schwindel und Unsicherheiten beim Gehen.

Da Stürze zu einer der häufigsten Todesursachen im Alter gehören, ist es besonders wichtig, diese Gefährdung rechtzeitig zu erkennen. Auch hier kann der Patient die Behandlung mit einer gesünderen Lebensweise unterstützen.



Dr. Maria Montero-Muth, Internistin und Diabetologin

„Bei Diabetespatienten und älteren Menschen ist es wichtig, regelmäßig die Durchblutung und das Vibrationsempfinden zu kontrollieren.“

STILL UND HEIMLICH

Von der sogenannten peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (PAVK), bei der es zu starken Durchblutungsstörungen in den Beinen und seltener auch in den Armen kommen kann, sind etwa 20 Prozent der über 65-Jährigen in Deutschland betroffen. Viele von ihnen wissen nichts davon, denn im Anfangsstadium zeigen sich meist kaum Beschwerden. Vor allem Diabetiker, bei denen die Erkrankung hauptsächlich auftritt, spüren Symptome wie Wadenschmerzen oder Schmerzen in Füßen und Zehen erst spät. Das kann fatal sein, denn die PAVK ist auch Hinweis auf ein erhöhtes Schlaganfall- und Herzinfarkt-Risiko.

Schleichende Gefahr

Die PAVK entsteht meist im Zuge einer Arterienverkalkung, durch die es zu einer Einengung oder sogar zum Verschluss von Gefäßen kommt. Prof. Dr. Gerhard Rümenapf, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie des Diakonissen-Stiftungs-Krankenhauses Speyer erklärt die Folgen: „In den Extremitäten können dadurch starke Durchblutungsstörungen entstehen. Dieser Prozess verläuft schleichend und

lässt sich in vier Stadien einteilen: Im ersten Stadium sind zwar schon Engstellen an den Arterien vorhanden, der Betroffene hat aber noch keine Beschwerden.

Die charakteristischen Wadenschmerzen beim Gehen treten erst in Stadium zwei auf. Diese Phase wird auch als Schaufensterkrankheit bezeichnet, denn die Betroffenen tarnen das häufige Stehenbleiben typischerweise als Schaufens-terbummel. Ist das dritte Stadium erreicht, treten die Schmerzen auch in Ruhephasen auf und rauben vielen nachts den Schlaf.

Unbehandelt verläuft die PAVK in 4 Stadien

Gut kombiniert

Aber soweit muss es nicht kommen. Eine Grundlage der Behandlung ist in jedem Stadium die Bekämpfung der Risikofaktoren (siehe Infobox). „Um die Durchblutung wiederherzustellen, gibt es verschiedene Möglichkeiten. Die erste Behandlungsoption ist die Aufdehnung, bei der ein spezieller Katheter, an dessen Spitze sich ein aufblasbarer Ballon befindet, bis zur Engstelle geschoben wird. Hier wird dann der Ballon entfaltet und dadurch der Durchmesser des Gefäßes wieder vergrößert“, erläutert Prof. Dr. Rümen-



In schlimmen Fällen führen Durchblutungsstörungen in den Extremitäten zum Absterben von Gewebe.

apf. „Damit sich die Arterie nicht wieder verschließt, kann zusätzlich eine Gefäßstütze, der sogenannte Stent, eingesetzt werden.“ Insbesondere bei einer fortgeschrittenen PAVK kann außerdem eine Operation notwendig sein, bei der eine Umleitung (Bypass) um die Engstelle gelegt wird. Diese Behandlungsmethoden kommen auch beim sogenannten Diabetischen Fuß zum Einsatz, der in Folge der PAVK oder einer Polyneuropathie* entstehen kann. Da oftmals nicht nur eine Stelle, sondern gleich mehrere betroffen sind, mussten früher in der Regel mehrere Eingriffe bzw. eine große offene OP durch-

geführt werden. „Heute setzt die Gefäßchirurgie in diesen Fällen vermehrt auf Hybrid-OPs“, so Prof. Dr. Rümenapf. „Bei diesen wird die offene Gefäßchirurgie

mit Aufdehnungen weiterer Engstellen kombiniert – und das verkürzt nicht nur die Behandlungszeit, sondern ist auch insgesamt schöner für den Patienten.“

WICHTIG IST VOR ALLEM DIE URSACHENBEKÄMPFUNG:

- » Blutfette senken
- » Bluthochdruck senken
- » Ausreichend bewegen
- » Gewicht reduzieren
- » Rauchen stoppen
- » Diabetes-Typ identifizieren & behandeln



Prof. Dr. Gerhard Rümenapf, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie des Diakonissen-Stiftungs-Krankenhauses Speyer

„Bei der Entscheidung, wie eine PAVK behandelt wird, sollte das Verhältnis von Nutzen und Risiko für den Patienten abgewogen werden.“



Besonders häufig sind Ellenbogen, Knie und Kopf von der Schuppenflechte betroffen.

Bei einer Schuppenflechte handelt es sich um eine nicht-ansteckende, entzündliche Hauterkrankung, die am gesamten Körper auftreten kann und fast immer chronisch verläuft. Als Ursache gilt die genetische Veranlagung. Zudem sollen bestimmte Faktoren wie Stress, Infektionen und klimatische Einflüsse den Ausbruch der Krankheit begünstigen. „Eine gänzliche Heilung der Schuppenflechte ist zwar nicht möglich, aber mit der passenden Behandlung können sowohl die Gefahr neuer Schübe als auch deren Verlauf abgemildert werden“, erklärt Dr. Joachim Krekel aus der Hutarztpraxis im Cura Center Speyer.

Ab ins Bad

In den akuten Phasen einer leichten Schuppenflechte kommen vor allem Cremes und Salben zum Einsatz, die mit Wirkstoffen wie Vitamin D den Juckreiz lindern und

Eine Schuppenflechte kann die Lebensqualität stark beeinträchtigen

das Abheilen beschleunigen. Ist diese Form der äußerlichen Behandlung nicht ausreichend oder liegt ein schwerer Verlauf der Erkrankung vor, können zusätzliche Maßnahmen ergriffen werden: „Eine Methode, mit

Im Frühling heißt es endlich: raus aus den dicken Winterklamotten und wieder mehr Haut zeigen. Doch für die etwa zwei Millionen Menschen in Deutschland, die unter Schuppenflechte leiden, kann das ein echtes Problem sein. Die charakteristischen roten Hautgebiete mit den silbrig-weißen Schuppen jucken nicht nur, sondern sitzen oftmals an gut sichtbaren Stellen wie Kopf, Ellenbogen und Knie – und das geht für viele Betroffene mit einem hohen Leidensdruck einher.

WENN DIE HAUT SCHUPPT

der das Hautbild zum Teil deutlich verbessert werden kann, ist das sogenannte Bade-PUVA“, so Dr. Krekel. „Hierbei handelt es sich um eine Kombination aus einem Bad mit zugesetzten Pflanzenstoffen, den sogenannten Psoralenen, und einer Bestrahlung mit UVA-Licht.“ Die Pflanzenstoffe bewirken dabei, dass die Haut lichtempfindlicher wird, wodurch das UVA-Licht, das die übermäßige Zellteilung der Haut hemmt, besser wirken kann. Dr. Krekel erklärt wie die Behandlung genau abläuft: „Zuerst wird eine Wanne mit warmem Wasser vorbereitet. Auf dessen Oberfläche befindet sich eine Folie mit dem pflanzlichen Wirkstoff. Der Patient legt sich in die Wanne und wird in die Folie eingehüllt, ohne mit dem Badewasser direkt in Berührung zu kommen. Durch den Wasserdruk wird der Wirk-

stoff gleichmäßig am Körper des Patienten verteilt. Nach dem etwa 20-minütigen Bad erfolgt dann die Bestrahlung.“ Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen bis zu 35 dieser Anwendungen pro Behandlungszyklus, empfohlen werden drei bis vier Bäder in der Woche.

Neue Therapieoption

Für besonders schwere Verläufe der Schuppenflechte oder wenn auch die Gelenke betroffen sind, gibt es neue Therapieansätze mit speziellen Medikamenten, den sogenannten Biologicals.

„Diese neue Behandlungsmöglichkeit kann auch Schwerstbetroffenen Linderung bringen“, erläutert Dr. Krekel. „Wir haben sehr gute Erfahrungen mit dieser Therapieform gemacht.“ Die Behandlung ist zwar recht kostspielig, bei entsprechender

Indikation übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen aber auch diese. Unabhängig aber von der Behandlungsform sollten Schuppenflechte-Geplagte auch in den beschwerdefreien Phasen die Problemhaut pflegen – das erhöht die Chance, dass Winterklamotten bald beruhigt im Schrank verstaut werden können.



Dr. Joachim Krekel, Hutarzt in Speyer

„Bei der Behandlung einer Schuppenflechte kommt es auf den Schweregrad der Erkrankung und die Lebenssituation des einzelnen Patienten an.“

ZWEI IN EINEM

Vorbei ist die Zeit, in der alles verhüllt und vor der Witterung geschützt werden muss. Der Frühling ruft hinaus an die frische Luft und das Gefühl von wärmenden Sonnenstrahlen auf den Zehen und Gras unter den Füßen rückt wieder in greifbare Nähe. Doch manche können sich nicht wirklich darauf freuen. Ungepflegte oder kranke Füße verleiden ihnen das Vergnügen. Aber das muss nicht sein.

Fließende Übergänge

Medizinische Fußpflege hat einen großen Vorteil oder besser gesagt zwei: Darin ausgebildetes Fachpersonal kümmert sich sowohl um die Fußpflege als auch um die Behandlung von Fußkrankungen. Das ist auch deshalb praktisch, weil die Übergänge hier oft fließend sind. „Es kann vorkommen, dass jemand, der zur reinen Fußpflege kommt, tatsächlich ein medizinisches Problem wie einen diabetischen Fuß

oder eine Nagelerkrankung hat“, erklärt Barbara Nasser von Cura-Aesthetic im Cura Center. „Durch die Kombination aus Kosmetikexperten für Füße und Fachärzten können wir auch in solchen Fällen aktiv werden.“

Fitte Füße

Typische Krankheitsbilder, die durch das Fußpflege- und Ärzteteam behandelt werden, sind Hühneraugen, eingewachsene Zehennägel sowie Fuß- und Nagelpilz. Gerade Pilzinfektionen



Team Fußpflege

Das Fußpflege-Team von Cura-Aesthetic (v. l. n. r. Christiane Henter, Erika Wüstemann, Gisela Weber & Barbara Nasser)



Im Frühling lockt es auch die Füße wieder ins Freie – deshalb sollte man mit Fußpflege schon mal die Voraussetzungen schaffen.

können nach den Wintermonaten zum Ärgernis werden.

„Da Pilzsporen Wärme und Feuchtigkeit lieben, war die kalte Jahreszeit mit ihren dick eingepackten Füßen eine ideale Zeit für ihr Wachstum“, so Gisela Weber. „Das ist bei weitem nicht nur ein kosmetisches Problem bei Sandalen und offenen Schuhen. Lässt man beispielsweise Nagelpilz unbehandelt, können die Nägel brüchig werden oder sich sogar vom Nagelbett ablösen.“ Und das kann mitunter sehr schmerhaft sein.

Außerdem ist Nagelpilz hoch ansteckend. „Durch unsere direkte Anbindung an eine Hautarztpraxis, können wir bei der Behandlung von Infektionen wie Nagelpilz auf unterschiedliche Methoden zurückgreifen – von medikamentöser bis hin zur Laser-

behandlung“, erklärt Erika Wüstemann. Besonders Laserbehandlungen erweisen

Bei der medizinischen Fußpflege können Füße gepflegt und behandelt werden

sich hier als äußerst effektiv und sind zudem in der Regel schnell, schmerzfrei und ohne Nebenwirkungen.

Zeigt her eure Füße!

Neben der medizinischen Fußpflege bietet Cura Aesthetic auch kosmetische Fußpflege an, die sogenannte Pediküre. Dabei geht es im Wesentlichen um die Reinigung und Verschöne-

rung der Füße. In welchem Umfang dies geschieht, hängt immer von den Wünschen des Einzelnen ab. Ganz nach dem Motto: Vieles kann, nichts muss. „Zum möglichen Service gehören unter anderem das Schneiden, Feilen und Lackieren der Zehennägel, das Entfernen von Hornhaut und abgestorbener Nagelhaut – und was viele als äußerst angenehm empfinden, durchblutungsfördernde und erfrischende Fußbäder“, erläutert Christiane Henter. Auch eine Beratung zu Produkten und Anwendungen für die Fußpflege zu Hause können Bestandteil der Pediküre sein. So geht man dem Sommer gern entgegen.

GEMEINSAM GEGEN DEN SCHMERZ



Bis zu 15 Mio. Menschen in Deutschland leiden an dauernden oder wiederkehrenden Schmerzen. 4-5 Mio. sind dadurch stark beeinträchtigt. Nicht selten werden chronische Schmerzpatienten als „therapieresistent“ eingestuft, obwohl auch ihnen durch moderne Behandlung geholfen werden könnte.

In unserer Klinik für Konservative Orthopädie und Schmerzmedizin betreuen wir sowohl Menschen mit akuten als auch mit chronischen Schmerzen. Nach Durchführung einer genauen Schmerzdiagnostik stellen wir für jeden Patienten einen individualisierten Behandlungsplan zusammen. Weil in unserem „multimodalen“ Konzept nicht ein einzelnes Organ, sondern der ganze Mensch im Zentrum der Behandlung steht, kommen parallel verschiedene Therapieansätze aus den Bereichen Orthopädie, medikamentöse Schmerztherapie, Physiotherapie, komplementärmedizinische Verfahren und Psychotherapie zum Tragen. Anlässlich des bundesweiten „Aktionstages gegen den Schmerz“ am 2. Juni haben

wir einige Fragen rund um Schmerz und Schmerztherapie zusammengestellt:

Warum ist die Multimodale Schmerztherapie wichtig?
Der Einsatz der multimodalen Schmerztherapie zu einem relativ frühen Zeitpunkt kann eine Schmerzchronifizierung verhindern. Durch verschiedene Therapieformen, die sich gegenseitig ergänzen, können auch Schmerzen beeinflusst werden, die durch eine Monotherapie bisher nicht erreichbar waren.

Mein Arzt rät mir zur Bandscheiben-OP – gibt es Alternativen?
Eine Operation ist dann angezeigt, wenn rasch fortschreitende Nervenausfälle vorliegen wie z.B.

Lähmungen/ Bewegungsstörungen, Störungen der Blasen- oder Darmfunktion. Das „Vorhandensein“ eines

Bandscheibenvorfalles, dokumentiert durch z.B. Kernspintomografie, ist dagegen kein ausreichender Grund für eine Operation. Solange der Nerv keinen Schaden genommen hat, besteht die Möglichkeit auf konservativem Weg Besserung zu erzielen. Eine Injektionstherapie mit abschwellenden Substanzen, ergänzt durch oben erwähnte Maßnahmen, ist ein Beispiel dafür.

Ich leide seit über 20 Jahren an Schmerzen, kann man da überhaupt noch was machen?
Auch wenn ein Schmerz bereits lange Zeit besteht,

INFOMONAT JUNI IM SANKT VINCENTIUS KRANKENHAUS

Betroffene und Interessierte haben im Juni Gelegenheit, sich bei uns zu zwei weit verbreiteten Gesundheitsthemen zu informieren:

Aktionstag gegen den Schmerz 2. Juni 2015, 13.30 bis 17.30 Uhr

Nachmittag der offenen Tür in der Klinik für Konservative Orthopädie und Schmerzmedizin – zahlreiche Infopunkte „rund um Schmerz und Schmerztherapie“ z.B. medizinische Interventionen, alternative Methoden, Schmerzmittel, Physiotherapie, Hilfsmittel usw. – lernen Sie unsere Klinik und die Verantwortlichen persönlich kennen!

„Überflüssig wie ein Kropf“ 10. Juni 2015, 18.00 bis 19.30 Uhr

Infoabend zu Symptomen, Diagnostik und Therapiemöglichkeiten von Schilddrüsenerkrankungen – Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie in Zusammenarbeit mit dem Radiologischen Zentrum Speyer

Eine Anmeldung ist jeweils nicht erforderlich, der Eintritt ist frei.

Wir freuen uns auf Sie!

kann er maßgeblich beeinflusst werden. Durch neue Konzepte bieten sich vielfältige Ansatzmöglichkeiten. Nicht ausschließlich

der Arzt heilt den Patienten, sondern der Patient arbeitet aktiv an der Gestaltung seines eigenen Wohlbefindens mit.



**Sankt Vincentius
Krankenhaus
Speyer**

Eine Einrichtung der Krankenhaus-Stiftung der Niederbronner Schwestern

Klinik für Konservative Orthopädie und Schmerzmedizin
Chefärztin Friederike Schumann-Gill
Holzstr. 4a – 67346 Speyer
Tel.: (06232) 133-226
orthopaedie@vincentius-speyer.de
www.vincentius-speyer.de



BRUMMEN, BRAUSEN, BRAZZELN

Gewinnen Sie zwei 2-Tages-Tickets für den Brazzeltag –
dem spektakulären Technik-Event im Technik Museum Speyer.

männlicher Name	erfahren, bewandert	genau	↓	wort-brüchig	↓	berühmtester Vampir	↓	logischer Irrtum	Bühnen-deko-ration	Luftgeist in Shakespeares 'Sturm'	knapper Bikini	↓	Wasser-vogel	↓	Gang-regler im Uhrwerk	Gebäu-de teil einer Brauerei	↓	Haupt-stadt v. Afghanistan	Wahl-übung im Sport
►	▼	▼		franz.: Straße	►			pos. geladenes Ion	▼		3				Behälter aus Stoff	►	2		
Zubehörteil, Sonderausstattung						Nerven betreffend	►					gewalt-same Weg-nahme						Frucht-inneres (Mz.)	
selten, kostbar	►			Währungscode: tschech. Krone	8			bay. Boden-seestadt	►						engl. Adelsrang (Herzog)	►			▼
Steinkohlen-einheit (Abk.)	►	9		Abdan-kung		Flug-insekt	►					Käufer von Diebesgut							Stadt auf Sizilien
►						Träger für Golf-schläger		lässige Sprache	►			4	wild, böse	Renn-schlitten			ungefähr		
religiöser Brauch		Gesche-henes (ad ... legen)	kleiner Fluss	►		10		Kfz.-Z.: Sachsen-Anhalt (Reg.)		Sport-gerät	Teil des Stadions					7			
Ab-schluss-kante	►		▼			Kunter-buntes	►					Himmels-richtung	►						Abk.: Astro-logie
►			jedoch	►					scherzh.: Gewehr		Bewohner des Ober-nilgebiets	kriminelle Bande				US-Schwim-mmer (Michael)		leere Redensart	
Abk.: et cetera	Bischofs-mütze		Geliebte, Ange-trauta	altgriech. Gesetz-geber	►				6		Um-stands-wort		Teil des Bogens	Vater (Kose-name)					
►	1			Flitter-kram		Essig-baum	miss-günstig	►							11	Karten-steck-platz im PC		Abk.: Astro-logie	
größte Stadt im US-Staat Nebraska		Fisch-marder	►					Stadtpark	►					Priester im A.T.	►				
►						Abscheu, Ekel	►					Griechen-land	►			5			
Italien in der Landes-sprache		Strom in Europa	►		13			Verpfle-gungs-satz	►					Brief-, Paketgut	►				
Tages-ende	►					Himmels-richtung	►		12			diebi-scher Vogel	►						

© RateFUX 2015-289-001

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----



Nachdem das Rätsel ihren Kopf zum Rauchen gebracht hat, geht es ab zu einem Technik-Festival der besonderen Art. Mit etwas Glück gewinnen Sie zwei 2-Tages-Tickets für den Brazzeltag am 9. und 10. Mai 2015 im Technik Museum Speyer. Seien Sie dabei, wenn es wieder knattert, kracht und knallt und erleben Sie beeindruckende Trucks, Bulldogs und Tuning-Cars hautnah. Auch das große Oldtimertreffen lässt Technik-Herzen höher schlagen. Viel Spaß beim Brazzeln!

Technik Museum Speyer – Am Technik Museum 1, 67346 Speyer
Telefon 06232/6708-0, info@technik-museum.de,
www.technik-museum.de

Und so können Sie gewinnen

Einfach das Lösungswort unter Angabe Ihrer Postadresse an procura@profitext.com oder postalisch an profitext.com, Iggelheimer Straße 26, 67346 Speyer schicken und mit ein bisschen Glück gewinnen.

Gutes Klima. Gutes Gefühl!

Mit Klimasystemen von Toshiba haben Sie immer eine saubere und angenehme Raumluft!

Genießen Sie bestes Klima auch zu Hause!

Informieren Sie sich jetzt!

Kälte- & Klimatechnik
Jochen Wegerich

Am Pfaffensee 12 | 67376 Harthausen
Tel.: 06344/508 590 | Fax: 06344/508 588
www.klimatechnik-wegerich.de
info@klimatechnik-wegerich.de



Fachpartner von Toshiba:
Klimageräte und
Wärmepumpen

TOSHIBA
Leading Innovation >>

WERTEWANDEL



Den Blutdruck zuhause zu kontrollieren ist gut – wichtig ist dabei aber, die Werte richtig zu interpretieren.

Bluthochdruck, auch Hypertonie genannt, ist eine echte Volkskrankheit. Schätzungsweise 30-40 Millionen Menschen leiden allein in Deutschland darunter. Aber trotz dieser weiten Verbreitung wissen viele Betroffene nicht genau, ab wann überhaupt von Bluthochdruck gesprochen werden kann. Doch welche Werte geben Orientierung, was ist Irrglaube und worauf muss bei der Messung geachtet werden?

Einer für alle?

Zu den möglichen Folgen einer Hypertonie zählen Herzinfarkt, Schlaganfall und Herzversagen. Deshalb beugen viele Menschen vor und kontrollieren ihren Blutdruck regelmäßig selbst. Eine sinnvolle Maßnahme, dennoch bleibt zu hoher Blutdruck oft unentdeckt. Denn: „Es herrscht eine große Unsicherheit über die Normwerte des Blutdrucks“, erklärt Dr. Rainer Frank von der Internistischen Praxis Speyer. „Vor allem veraltete, längst überholte Faustregeln halten sich hartnäckig und sorgen für Verwirrung. Hierzu zählen zum Beispiel der Grenz-Wert 160/90 oder die Formel 100 plus Lebensalter.“ Im Allgemeinen gilt

heute, dass die obere Grenze bei 140/90 (systolischer Wert/diastolischer Wert) liegt. „Daran kann man sich grundsätzlich orientieren“, erläutert Dr. Frank. „Aber natürlich sind diese Werte nicht in Stein gemeißelt. Differenziert werden muss

Weltweit hat etwa jeder dritte Erwachsene Bluthochdruck

zum Beispiel bei Diabetikern und Patienten mit gewissen Nierenerkrankungen. Hier kann der Zielwert niedriger liegen“. Werden diese Werte dauerhaft überschritten, liegt Bluthochdruck

vor und ein Arzt sollte aufgesucht werden.

Eine Frage des Alters

„Auch wenn der Wert 140/90 eine gewisse Orientierung gibt, ist Gesundheit immer eine sehr individuelle Angelegenheit und der Gesundheitszustand des Betroffenen sollte immer als Ganzes berücksichtigt werden“, so Dr. Frank. „Vor allem bei älteren Patienten ist es wichtig, die Behandlung genau auf das Alter, die körperliche Fitness und die mentale Verfassung abzustimmen.“ Beispielsweise kann bei 80-jährigen Hypertonikern schon ein systolischer Wert zwischen 140 und 150 ein Zielwert sein. Außerdem muss auch immer

zwischen Aufwand und Nutzen abgewogen werden: Ist bei älteren Patienten eine große Menge an zusätzlichen Medikamenten notwendig, um den Blutdruck auf den Idealwert zu senken, muss erwogen werden, ob dieser Aufwand den Bedürfnissen des Patienten überhaupt gerecht wird. Wie in allen Altersklassen können auch bei

erhöhter Blutdruck vorliegt – Änderungen des Lebensstils zu einer Senkung des Blutdrucks beitragen. Hierzu zählen in der Regel Gewichtsreduktion, Sport, der Verzicht auf das Rauchen sowie die Einschränkung des Alkohol- und Salzkonsums.

So geht's

Neben den richtigen Werten müssen beim Bluthochdruckmessen zuhause noch ein paar andere Dinge beachtet werden: „Die Messung sollte am besten morgens vor der Einnahme von Medikamenten, Alkohol und Kaffee erfolgen“, empfiehlt Dr. Frank. „Wichtig ist außerdem, dass der Körper vorher etwa drei Minuten zur Ruhe kommt.“ Anfangs sollte der Blutdruck einige Male an beiden Armen, später nur noch an dem Arm mit den höheren Werten gemessen werden.



Dr. Rainer Frank

„Etwa jeder Zweite in der Altersgruppe von 50 bis 59 Jahren leidet an Bluthochdruck.“



Das Hochfeld-Gelenk MRT bietet Patienten Komfort und eine leistungsfähige, schmerzlose Untersuchungsmethode.

PROMOTION

KERNSPINTOMOGRAPHIE

NEUES DIAGNOSE-VERFAHREN IN SPEYER

In Speyer hat die überörtliche Gemeinschaftspraxis für Radiologie und Nuklearmedizin einen neuen Standort verwirklicht – und hier steht alles im Zeichen des Bildes. Bildgebende Verfahren, die gefahr- und schmerzlos genaue Diagnosen ermöglichen können, werden hier in Zukunft durchgeführt. Die größte Neuerung sind zwei moderne Kernspintomografen, darunter ein Hochfeld-Gelenk MRT – und das hat ganz besondere Vorzüge.



**Radiologie
Vorderpfalz**

Dr. med. Uwe Himmighöfer und Kollegen
Bahnhofstr. 53, 67346 Speyer
Tel.: 06232 – 293809-0

info@radiologie-vorderpfalz.de
www.radiologie-vorderpfalz.de



MRT-Möglichkeiten in Speyer

- » Ganzkörper-MRT mit konventionellem 1,5-Tesla Kernspintomografen
- » Hochfeld-Gelenk MRT mit 1,5-Tesla Feldstärke

Ein freier Blick

Mithilfe eines Magnetresonanztomografen, kurz MRT, lässt sich das Innenleben des Körpers ohne Schnitte und Eingriff untersuchen. Er arbeitet dabei ohne Strahlung und nutzt ein starkes Magnetfeld und Radiowellen, um detaillierte

Abbildungen zu erzeugen.

Auf Grundlage dieser Aufnahmen können Diagnosen gestellt und Behandlungen auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt werden. Der Haken: Bei einem herkömmlichen MRT muss der Körper in eine Röhre. Für Angstpatienten eine äußerst unangenehme Situation.

Bei einem Hochfeld-Gelenk MRT können Aufnahmen von Händen, Ellenbogen, Knien und Füßen jedoch gemacht werden, während der Patient bequem außerhalb der Röhre sitzt. In Sachen Komfort ein echter Fortschritt, über den sich nicht nur Klausrophobiker freuen.



**Steuerberatungsgesellschaft
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft**

Wir sind eine der führenden Steuerberatungs- und Wirtschaftsprüfungsgesellschaften in der Metropolregion Rhein-Main-Neckar.

Bereits seit 2004 bestätigt uns dies FOCUS MONEY durch die jährliche Aufnahme in die Liste der TOP Steuerberatungssachen in Deutschland.



Unsere Erfahrung - Ihre Sicherheit
bkb + Collegen in Speyer, Mannheim, Bensheim und Ludwigshafen

www.bkb-mannheim.de

www.bkb-speyer.de

www.bkb-bensheim.de

www.bkb-ludwigshafen.de

bkb mannheim

theodor-heuss-anlage 12

tel (0621) 410735-0

68165 mannheim

fax (0621) 410735-55

bkb speyer

iggelheimer straße 26

tel (0621) 410735-0

67346 speyer

fax (0621) 410735-55

bkb bensheim

schwanheimer strasse 144a

tel (06251) 1084-0

64625 bensheim

fax (06251) 1084-25

bkb ludwigshafen

paul-klee-strasse 1

tel (0621) 660096-0

67061 ludwigshafen

fax (0621) 660096-29

PABST | LORENZ + PARTNER
RECHTSANWÄLTE · FACHANWÄLTE

**EINE GUTE ADRESSE
UND ERFAHRENER PARTNER
IN RECHTSFRAGEN**

- DER WIRTSCHAFT, DES HANDELS UND DES HANDWERKS
- VON GESELLSCHAFTERN UND UNTERNEHMERN
- VON ARBEITGEBERN UND ARBEITNEHMERN
- ZUM ERBEN, VERERBEN UND DER UNTERNEHMENSNACHFOLGE
- ZU STEUERN UND VERTRÄGEN
- ZU SANIERUNG UND INSOLVENZ
- VON ÄRZTEN
- RUND UM DIE IMMOBILIE HAUS - WOHN EIGENTUM GRUNDSTÜCK



FOTO: JAN HEUGEL
QUELLE: PHOTOCASE

**WIR FINDEN DIE STRATEGIE,
DIE ZU IHNEN PASST.**

[WWW.PLUP.DE](http://www.plup.de)

KANZLEI SPEYER

IGGELHEIMER STRASSE 26

TEL (06232) 67901-0

FAX (06232) 67901-10

KANZLEI MANNHEIM

THEODOR-HEUSS-ANLAGE 12

TEL (0621) 42290-0

68165 MANNHEIM

FAX (0621) 42290-10

KANZLEI BENSHEIM

BERLINER RING 89

TEL (06251) 707895-0

64625 BENSHEIM

FAX (06251) 707895-10

Bei Kälte ist Muskelzittern ein nützlicher Schutzmechanismus, der den Körper vor Auskühlung bewahrt. In Angstsituationen zeigt es, dass der Körper sich zur Flucht bereit macht. Aber was bedeutet ein Muskelzittern, auch Tremor genannt, wenn es scheinbar keinen Auslöser gibt? Ein furchterregender Verdacht kommt dann schnell auf: die Parkinson-Krankheit. Doch sie ist nicht die einzige mögliche Ursache.



Mit ruhiger Hand mal wieder einen Kaffee gemeinsam mit guten Freunden trinken – Zittern ist neurologisch behandelbar.

WAS BEDEUTET EIN ZITTERN?

Nicht eindeutig

Bei Parkinson handelt es sich um eine unheilbare, fortschreitende Erkrankung des zentralen Nervensystems, in deren Verlauf Nervenzellen absterben. Das wohl bekannteste Indiz dafür ist ein Muskelzittern. Dieses Symptom ist aber alles andere als eindeutig. Es kann sich auch als gutartiges familiäres Zittern, auch essentieller Tremor genannt, herausstellen – ein Krankheitsbild, das in der Regel abgesehen vom Zittern keine weiteren gesundheitlichen Folgen hat. Doch wie erkennt man den Unterschied?

Wenn der Kaffee nicht mehr duftet und die Tasse zittert

Es gibt eine Vielzahl von Hinweisen, die Aufschluss über die Ursache eines Zitters geben können. Als erster Schritt erfolgt die Anamnese – ein ausführliches Arzt-Patienten-Gespräch. „Dabei kommen oft erste wichtige Details ans Tageslicht“, erläutert Dr. Petra Willand von der neurologischen Privatpraxis im Cura Center. „Es kommt nur auf die richtigen Fragen an: Tritt das Zittern in Ruhe oder eher in Aktion auf? Ist das Zittern beidseitig? Wird es bei Alkoholkonsum besser? Zittert der Kopf? Beantwortet der Patient eine oder mehrere dieser Fragen mit „ja“, deutet das eher

auf das familiäre Zittern als auf Parkinson hin. Auch bei einer familiären Häufung

Tritt das Zittern in Ruhe oder eher in Aktion auf?

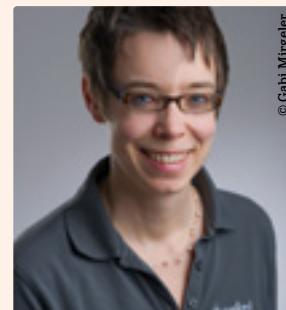
des Zitters ist ein essentieller Tremor wahrscheinlicher. In Ergänzung zur Anamnese sollten immer alle eingenommenen Medikamente überprüft werden, da es zahlreiche Wirkstoffe gibt, die als Begleitwirkung ein Zittern verursachen können. Außerdem sollte durch eine Laboruntersuchung abgeklärt werden, ob bestimmte Stoffwechsel-erkrankungen für das Zittern verantwortlich sind. In einer körperlichen

Untersuchung können ein verlangsamtes, kleinschrittiges Gangbild und Unterbeweglichkeit in Richtung Parkinson weisen.

„Aber auch wenn Anamnese und körperliche Untersuchung notwendig sind, um die Krankheiten zu unterscheiden, reicht das nicht immer“, so Dr. Petra Willand. „Dann sind bildgebende Verfahren wie Kernspintomographie und DaTSCAN – eine Überprüfung der Funktionsfähigkeit bestimmter Nervenverbindungen – hilfreich.“

Videobegleitung

Stellt sich heraus, dass es sich um einen essentiellen



© Gabi Miegel

Dr. Petra Willand

Tremor handelt, muss dieser nicht unbedingt behandelt werden, wenn das Zittern den Betroffenen nicht stört. Ist es jedoch ein Morbus Parkinson sollte eine Therapie erfolgen, da es Medikamente gibt, bei denen eine zellschützende Wirkung angenommen wird. „Für den langjährigen Parkinson-Patienten ist vor allem die richtige Feinabstimmung der Medikamente entscheidend“, erklärt Frau Dr. Willand.

„Mithilfe der ärztlichen Videobegleitung zu Hause steht eine anerkannte moderne Therapie aus der Telemedizin zur Verfügung, bei der der Patient seinen Tagesablauf filmt und an den Arzt übermittelt. So können die Medikamente sehr individuell an die Bedürfnisse des Einzelnen angepasst werden.“

BRANCHEN-VERZEICHNIS

Ihre Gesundheitsexperten im Büro- und Ärztehaus Cura Center Iggelheimer Str. 26, 67346 Speyer

Augenarztpraxis „Ihre Augenärzte Speyer“

Dr. med. Nicola Sommer, Facharzt Nael Bader, Dr. med. Isolde Olivas, Ute Schumacher
Kontakt: 06232/65290
Sprechzeiten: Mo. und Di. 8.00 – 18.30 Uhr, Mi. und Fr. 8.00 – 16.00 Uhr
Do. 8.00 – 18.30 Uhr sowie nach Vereinbarung

Cura-Aesthetic

Lasertherapie | Kosmetik | Aesthetische Therapien
Kontakt: 06232/10012430, www.speyer-kosmetik.de, Termine nach Vereinbarung

Hautarztpraxis

Dr. Joachim Krekel, Dr. Michèle Schlich, Ute Bauer, Dr. Nina Schindera, Dr. Sofia Mavridou
Kontakt: 06232/10012410, www.hautarzt-speyer.de
Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 11.30 Uhr, Mo., Di., Do. 14.30 – 17.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

INTERNISTISCHE Praxis

Kardiologie – Hypertonie:	Dr. Thomas Muth	
Hausärztliche Versorgung:	Dr. med. Maria Montero-Muth, Artur Japs	Kontakt: 06232/36691
Kardiologie – Hypertonie:	Dr. med. Rainer Frank	Kontakt: 06232/1001180
Gastroenterologie:	Dr. med. Günter Nowack	Kontakt: 06232/24491

www.internistische-praxis-speyer.de
Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 12.00 Uhr, Mo., Di., Do. 15.00 – 18.00 Uhr sowie nach Vereinbarung

Privatpraxis für Neurologie

Dr. med. Petra Willand
Kontakt: 06232/69526230, Fax: 06232/69526239, www.neurocura-speyer.de
Sprechzeiten: Nach telefonischer Vereinbarung
Telefonische Sprechzeiten: Mo., Di. und Do. 12.00 – 15.00 Uhr, Mi. und Fr. 12.00 – 14.00 Uhr

Zahnarztpraxis

Dr. Barbara Krekel-Wilk, Eva Hofmann, Dr. Patricia Palatinus-Kosloh
Kontakt: 06232/10012420, www.speyer-zahnarzt.de
Für Rezepte und Terminvereinbarungen: 06232/10012421, Sprechzeiten nach Vereinbarung

bkb + Collegen GmbH, Steuerberatungsgesellschaft, Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

Kontakt: 06232/67490, www.bkb-speyer.de

Brillen Hammer GmbH

Frank Andreas Hammer, Kontakt: 06232/78158, www.brillenhammer.com
Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 9.00 – 18.30 Uhr, Sa. 9.00 – 13.00 Uhr

Cura-Apotheke

Alexander Hengst, Kontakt: 06232/49444, www.curapotheke.de, Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 19.00 Uhr

Pabst | Lorenz + Partner – Rechtsanwälte, Fachanwälte

Kontakt: 06232/679010, www.plup.de

Ihre Gesundheitsexperten in Speyer und Umgebung

Diakonissen Speyer-Mannheim

Prof. Dr. Gerhard Rümenapf, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie am Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer
Hilgardstraße 26, 67346 Speyer
Kontakt: 06232/220, www.diakonissen.de

Radiologie Vorderpfalz

Dr. med. Uwe Himmighöfer und Kollegen
Bahnhofstr. 53, 67346 Speyer
Kontakt: 06232/293809-0, www.radiologie-vorderpfalz.de
Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 - 18.00 Uhr (nur nach telefonischer Vereinbarung)

Orthopädie Kurpfalz

Prof. Dr. Christian Heisel, Jochen Fikentscher
Bahnhofstraße 51, 67346 Speyer
Kontakt: 06232/317910, www.orthokur.de
Öffnungszeiten: Mo. 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 20.00 Uhr
Di. – Do. 8.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr, Fr. 8.00 – 13.00 Uhr
Telefonische Terminvereinbarung: Mo. – Fr. 8.30 – 12.00 Uhr

IMPRESSUM

Herausgeber
profitext.com GmbH
Ulrich Zehfuß
Iggelheimer Str. 26
67346 Speyer
Tel.: 06232/1001110
procura@profitext.com

Redaktion
Micha L. Harris, Wiebke Goltz, Marlene Hecker

Fotos
Privat, fotolia

Anzeigen
DIE RHEINPFALZ
Christine Grauer
Uwe Richter (verantwortlich)
Tel.: 06232/130719

Auflage
24.500 Exemplare

Verbreitung
Die PROCURA wird der Tageszeitung DIE RHEINPFALZ, Ausgabe Speyer sowie in Böhl-Iggelheim und Schifferstadt der Ausgabe Ludwigshafen beigelegt und ist im Cura Center Speyer erhältlich.

Nächste Erscheinungstermine

Juni 2015

Satz und Layout
pixelcouch.com

Druck
DSW Druck- und Versandservice Südwest GmbH
Flomersheimer Str. 2-4
67071 Ludwigshafen

URODOCS Urologische Gemeinschaftspraxis
Dr. med. Holger Uhthoff, Dr. med. Markus Schöne
Ärztehaus 1, Hilgardstraße 32, 67346 Speyer
Kontakt: 06232/620740, www.urodocs.de
Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 12.00 Uhr, Mo. 14:30 – 17:00 Uhr
Di. und Do. 14.30 – 18.00 Uhr, Fr. 14.00 – 15.00 Uhr

IHR PLUS AN BESSER VERSORGT SEIN

Mit den R+V-Pflegetagegeldern.
Die finanzielle Absicherung für den Pflegefall.



Besser versorgt mit den R+V-Pflegetagegeldern: Profitieren Sie von einem erstklassigen Angebot, bei dem Sie Ihren Versicherungsschutz nach Wunsch wählen und sich und Ihre Familienangehörigen vor den finanziellen Folgen einer Pflegebedürftigkeit schützen können. Informieren Sie sich jetzt, wie Sie die Grundversorgung der gesetzlichen Pflegeversicherung ergänzen und obendrein den Staat daran beteiligen können. Bei den Volksbanken Raiffeisenbanken, R+V-Agenturen oder auf www.ruv.de

persönlich - kompetent - nah
Volksbank
Kur- und Rheinpfalz

R+V DIE VERSICHERUNG
MIT DEM PLUS.

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen

Wir möchten Ihnen mehr bieten als die reine Abgabe von Medikamenten. Daher legen wir größten Wert auf den persönlichen Kontakt zu Ihnen und nehmen uns viel Zeit für eine individuelle Beratung. Unser freundliches Team aus erfahrenen Gesundheitsberaterinnen und -beratern beantwortet Ihnen gerne auch Fragen zu alternativen Medikamenten, Ihrer Ernährung oder zu bestimmten Krankheiten. Das verstehen wir unter einem guten Service. Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Apotheken.

Ihr Team der Erlich-Apotheke und Cura-Apotheke

Unser Leistungsspektrum

Beratung:

- Arzneimittelinformation
- (Reise-)Impfberatung
- Diabetes-, Allergiker- und Asthmareberatung
- Krankenpflegeberatung im Bereich Inkontinenz
- Ernährungsberatung

Arzneimittel:

- klassische Arzneimittel
- homöopathische Medikamente
- Schüßler Salze

Service:

- Lieferservice
- Online-Vorbestellung für rezeptfreie wie rezeptpflichtige Medikamente
- Telefonische Arzneimittel-Bestellung
- Zusammenstellung und Überprüfung Ihrer Haus- und Reiseapotheke
- Messung von: Blutdruck, Blutzucker
- Interaktionscheck
- Herstellung individueller Rezepturen
- Verleih von medizinisch-technischen Geräten (z.B. Babywaagen, Milchpumpen, Inhalationsgeräten)



Erlich-Apotheke
Alexander Haug

Fünfkirchener Weg 3
67346 Speyer
Telefon: (0 62 32) 3 66 33
Telefax: (0 62 32) 4 02 06
info@erlich-apotheke.de
Mo-Fr: 08.00 - 12.30 Uhr
14.30 - 18.30 Uhr
Sa: 08.30 - 12.30 Uhr



Cura-Apotheke
Alexander Haug

Iggelheimer Straße 26
67346 Speyer
Telefon: (0 62 32) 4 94 44
Telefax: (0 62 32) 3 17 08 88
info@curaapotheke.de
Mo-Fr: 08.00 - 19.00 Uhr



www.apothekespeyer.de