

PATIENTMAGAZIN

AUS DEM FACHARZTZENTRUM REGENSBURG

KOSTENLOS
FÜR SIE ZUM
MITNEHMEN

FITNESS

MIT SPORT
KRANKHEITEN
VORBEUGEN

ALLGEMEINMEDIZIN

GESUNDHEITSRISIKEN
FRÜHZEITIG AUFSPÜREN

Reproduktionsmedizin

Stoffwechsel wirkt sich
auf Fruchtbarkeit aus

Diagnose Krebs
HOFFNUNG
FÜR KREBSPATIENTEN

HOFFNUNG FÜR KREBSPATIENTEN

Nicht jede Krebserkrankung hat eine düstere Prognose

Begleitumstände wichtig für den Erfolg der Therapie

Die Diagnose war für Dagmar Zahner ein Schock. „Krebs“, hatte der Arzt gesagt. „Krebs, Krebs, Krebs“, hämmerte es der 65-Jährigen durch den Kopf. Ende November 2013 war das. „Ein Zufallsbefund“, sagt sie. Wegen häufigerem Nasenbluten war sie zum Arzt gegangen. Vermeintlich harmlos. Diagnostiziert wurde ein Plasmozytom, eine Krebserkrankung des Knochenmarks. Die bösartige Bluterkrankung kann zu Knochenbefall, Knochenschmerzen, Blutarmut, Nierenschäden und sonstigen Organschäden führen. „Geheilt werden kann ein Plasmozytom noch nicht“, erklärt Dr. Alexander Kröber, Onkologe an der Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie im Facharztzentrum Regensburg. Doch auch wenn die Prognose zunächst düster klingt, es gibt Hoffnung. „Ein Plasmozytom ist eine chronische Erkrankung, die sich mit medikamentösen Therapien heutzutage sehr gut behandeln und oftmals jahrelang stabilisieren lassen kann“, erklärt Dr. Kröber.

Dagmar Zahner ist seit Dezember 2013 Patientin von Dr. Kröber. Regelmäßig lässt sich die 65-Jährige zur Chemotherapie in die Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie nach Regensburg bringen. „Die Chemo vertrage ich supergut. Hinterher muss ich mich zwar hinlegen und ausruhen, aber mir wird nicht übel und auch die Haare gehen mir nicht aus“, erzählt die Patientin.

Bei den Krebspezialisten im Facharztzentrum Regensburg fühlt Dagmar Zahner sich bestens versorgt. „Das ist kein Vergleich zu einem Krankenhaus.



Ärzte-
team
Dr. med. Alexander Kröber,
Dr. med. Catarina Schock,
Dr. med. Robert Dengler
(v. l. n. r.)

Dagmar Zahner und
Dr. med. Catarina Schock
(v. l. n. r.)



Es ist sehr persönlich dort, nicht so groß. Ich kenne meinen Arzt und auch die Arzthelferinnen“, benennt Dagmar Zahner die Vorteile. Gleich welche Therapie ein Krebspatient erhält: Wichtig ist natürlich die medizinische Kompetenz der Ärzte. Zum Erfolg der Therapie tragen aber auch die Rahmenbedingungen bei. Von Patient zu Patient ist das zwar verschieden, die meisten aber wollen einen engen Kontakt zu den behandelnden Ärzten und sich während der Therapie wohl und gut aufgehoben fühlen.

Enges Arzt-Patient-Verhältnis

In der Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie legt man deshalb besonders großen Wert auf eine enge Bindung zu den Patienten. Dass die Ärzte und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Patienten bei ihrem Namen kennen, ist selbstverständlich. Zudem haben die Patienten die Garantie, dass sie immer eine medizinische Betreuung auf Facharztniveau erhalten. Und selbst im Vertretungsfall, weil der betreuende Arzt vielleicht im Urlaub ist, weiß der vertretende Ansprechpartner in

der Praxis genau über die Patienten Bescheid.

Hinzu kommt, dass die Ärzte über ein Notfalltelefon 24 Stunden am Tag erreichbar sind. Statt im Trubel einer Notaufnahme unterzugehen, reicht den Patienten der Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie in Regensburg bei Beschwerden der Griff zum Telefon. „Weil wir die Patienten kennen, können wir einschätzen, ob die jeweiligen Beschwerden gefährlich sind. Den überwiegenden Teil der auftretenden Probleme können wir im persönlichen Gespräch am Telefon klären. Nur selten ist z.B. eine Krankenhauseinweisung erforderlich“, erklärt Dr. Kröber.

Darüber hinaus sieht sich die Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie auch als Wegbereiter. „Wenn ein Patient zur Behandlung in eine Klinik muss, dann bereiten wir das für ihn vor“, beschreibt Dr. Catarina Schock diese besondere Serviceleistung, die die Patienten und ihre Angehörigen entlastet. Und damit Krebspatienten möglichst wohnortnah therapiert werden können, kümmern sich die drei Ärzte neben dem Standort im Facharztzentrum Regensburg auch im Westen der Stadt, in Schwandorf und Wörth um Krebspatienten.

Und wie steht es um die Qualität der Behandlung? Ist man als Krebspatient nicht an einer großen Universitätsklinik besser aufgehoben, wo alle medizinischen Fachrichtungen unter einem Dach sind? Auch in der Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie wird die Zusammenarbeit über die Grenzen der medizinischen Fachrichtungen hinweg groß geschrieben. „Wir nehmen an verschiedenen interdisziplinären Tumorkonferenzen teil. Dort treffen wir uns z.B. mit Radiologen, Pathologen, Chirurgen und Strahlentherapeuten und sprechen unsere Fälle durch. Da haben wir gebündelte Fachkompetenz, die für jeden Patienten die am besten geeignete Therapie herausarbeitet“, beschreibt Dr. Kröber die Arbeit.

Interdisziplinäre Vernetzung in Tumorkonferenzen

Für die Patienten hat das neben der kompetenten Auskunft den Vorteil, dass sie nicht alle an der Behandlungsplanung beteiligten Fachärzte getrennt ambulant besuchen müssen. Hierdurch wird insbesondere die Summe der Wartezeiten und Arztbesuche für die Patienten reduziert. Und weil die Mediziner bei

„ICH HABE AUCH FÜR MEINE TOCHTER GEKÄMPFT“

Jana Russmann, 29 Jahre alt, hat im Mai 2013 die Diagnose Morbus Hodgkin, Lymphdrüsenkrebs, erhalten. Nach einer sofort durchgeführten Chemotherapie ist die Mutter einer Tochter, 2 Jahre alt, heute geheilt.

Frau Russmann, wie geht es Ihnen heute?

Mir geht es gut. Ich bin zwar körperlich noch nicht ganz fit. Aber ich habe mich vor wenigen Tagen in einem Fitness-Studio angemeldet und will jetzt wieder anfangen zu trainieren.

Wie haben Sie von Ihrer Erkrankung erfahren?

Meine Tochter war sechs Monate alt, ich habe gestillt und dann war da plötzlich diese Lymphknotenschwellung am Hals. Zuerst habe ich gemeint, ich habe eine Erkältung, die sich etwas länger hinzieht. Weil die homöopathischen Tropfen, die mir eine Ärztin verschrieben hat, nicht geholfen haben, bin ich zu einem anderen Arzt gegangen. Der hat Blut abgenommen und mich gleich zu den Onkologen im Facharztzentrum Regensburg geschickt. Dort wurde mir dann gesagt, dass ich ein Lymphom habe.

Wie ging es dann weiter?

Ich habe Dr. Dengler gesagt, dass ich sofort mit der Therapie beginnen will. Ich wurde dann über die Erfolgsaussichten und Nebenwirkungen der Chemotherapie aufgeklärt. Zum damaligen Zeitpunkt erschien mir am schlimmsten, dass mir die Haare ausgehen werden. Für Frauen kann das schon sehr belastend sein.

Wie haben Sie die Therapie erlebt?

In den ersten Monaten habe ich mich sehr gut gefühlt. Gegen Ende wurde es schwieriger, weil mein Körper da schon sehr geschwächt war. Aber ich habe nicht aufgegeben. Ich habe auch für meine Tochter gekämpft. Meine Ärzte haben mich sehr unterstützt. Selbst schwierige Phasen während der Therapie konnte ich dank der sehr guten zwischenmenschlichen Fürsorge und effektiven medizinischen Begleitbehandlung gut meistern. Und auch die Haare haben nach dem Therapieende im September wieder angefangen zu wachsen.

Vielen Dank für das Gespräch.



Hertha Kothrade und
Dr. med. Alexander Kröber
(v. l. n. r.)

„Die Praxis im Facharztzentrum würde ich jedem empfehlen“, sagt Hertha Kothrade, die seit dem Herbst 2013 wegen eines Eierstockkarzinoms in der Praxis behandelt wird. „Dr. Kröber weiß sofort, ob ich

den regelmäßigen Treffen auch von Fällen anderer Behandler erfahren sowie den Blickwinkel der anderen Fachdisziplinen kennenlernen, verbessert das zusätzlich kontinuierlich die Kompetenz der Ärzte.

gut oder schlecht drauf bin. Und wenn es mir nicht so gut geht, ich ein Tief habe, dann nimmt sich Dr. Kröber auch die Zeit und hört mir zu.“ Die 63-Jährige hat neben der Qualität der medizinischen Behandlung auch den Umgang mit den Patienten als besonders positiv erfahren. „Dort ist nie jemand grantig. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die Patienten dort richtig verwöhnt werden. Und wenn ich einen Termin aus gesundheitlichen Gründen nicht einhalten kann, dann wird er flexibel verlegt.“ Ist ihr behandelnder Arzt einmal nicht in der Praxis, was bisher einmal vorkam, dann hat Hertha Kothrade auch die Vorteile der engen Vernetzung innerhalb der Praxis kennengelernt. „Dr. Dengler, der Dr. Kröber vertreten hat, war sehr gut informiert über meine Krankengeschichte“, sagt sie.

Sechs Chemotherapiezyklen hat Hertha Kothrade nun schon hinter sich. Sie ist trotz der Erkrankung sehr heiter, wenn sie davon erzählt, und sie schaut positiv in die Zukunft: „Ich habe mir vorgenommen zu kämpfen. Und besonders freue ich mich auf Weihnachten 2014 – wenn ich meine Familie in den Arm nehmen kann und wir sagen können, dass sich das alles rentiert hat.“

ZAHLEN, DATEN, FAKTEN

Häufigste Krebsarten beim Mann

Mit 67.600 Neuerkrankungen im Jahr ist Prostatakrebs in Deutschland die häufigste Krebsart beim Mann. Das mittlere Erkrankungsalter liegt bei 70 Jahren. An zweiter Stelle steht beim Mann Darmkrebs mit 38.300 Neuerkrankungen. Lungenkrebs belegt bei den Männern mit 33.700 Erkrankungen pro Jahr Platz drei.

Häufigste Krebsarten der Frau

Häufigste Krebsart der Frau ist Brustkrebs. Jährlich erkranken 74.500 Frauen in Deutschland neu daran. Das mittlere Erkrankungsalter liegt bei 65 Jahren. Jede vierte betroffene Frau ist bei der Diagnosestellung jünger als 55 Jahre. An zweiter Stelle steht bei den Frauen Darmkrebs mit 31.100 Neuerkrankungen. Auch bei den Frauen steht Lungenkrebs mit 17.700 mittlerweile auf Platz drei. Die Ursache: Immer mehr Frauen rauchen!

Krebs bei Kindern

Jährlich erkranken in Deutschland etwa 1.800 Kinder und Jugendliche unter 15 Jahren neu an Krebs. Diese Zahl ist seit vielen Jahren konstant. Die Heilungschancen liegen heute bei 80 Prozent. Bösartige Neubildungen sind bei Kindern trotzdem immer noch die zweithäufigste Todesursache. Die häufigsten Krebserkrankungen im Kindesalter sind Leukämien (Blutkrebs), Tumoren des Gehirns und des Rückenmarks sowie Lymphknotenkrebs.

Quelle: Deutsche Krebshilfe

KREBSTHERAPIE

Die meisten Krebspatienten werden operiert. Das Ziel der Operation: Den Tumor möglichst vollständig zu entfernen. Begleitet wird eine Operation oft von einer Strahlentherapie oder einer Chemotherapie, um entweder vor der OP den Tumor zu verkleinern oder im Anschluss an eine OP das Rückfallrisiko zu minimieren. Bei der Strahlentherapie werden energiereiche Strahlen auf den Tumor gerichtet, die die Erbsubstanz der

Krebszellen schädigen sollen. Bei der Chemotherapie erhält der Patient über eine Infusion Medikamente, die das Wachstum der Krebszellen hemmen oder ganz abtöten. Daneben sind die medizinische Kontrolle von körperlichen Beschwerden und die psychoonkologische Betreuung wichtige Säulen bei der Betreuung von an Krebs erkrankten Menschen. So kann vielen chronisch kranken Patienten trotz ihrer Krebserkrankung oft über Jahre hinweg eine gute Lebensqualität ermöglicht werden.

Schwerpunktpraxis und Tagesklinik für Onkologie und Hämatologie
Telefon: (0941) 20 60 30 40
www.die-onkologen.de

SPEZIALISIERUNG garantiert Erfolg

sorthopaedicum-Team
erneut auf der
Focus-Ärzteliste

Orthopädische Fachkompetenz an einem Ort gebündelt, dafür gibt es seit vielen Jahren einen Namen: sorthopaedicum. An vier Standorten – neben dem Facharztzentrum Regensburg auch Straubing, München und Berlin – bietet das sorthopaedicum-Team hochspezialisierte Orthopädie und Chirurgie.

10.000 Operationen jährlich machen das sorthopaedicum zu einem der größten orthopädischen Operationszentren bundesweit. Und: Seit 2009 ist das sorthopaedicum Regensburg zusammen mit dem Universitätsklinikum Regensburg offiziell „Fifa Medical Center of Excellence“. Nicht zuletzt deshalb lassen sich auch viele Spitzensportler, deutsche und europäische Berufssportler, Olympiateilnehmer und Mitglieder verschiedener Nationalmannschaften, die auf einen einwandfrei funktionierenden Bewegungsapparat angewiesen sind, am sorthopaedicum behandeln. Doch bei den Patienten wird kein Unterschied gemacht. Ob privatversichert oder Kassenpatient, die Gesundheit steht im Mittelpunkt.

DAS FACHARZTZENTRUM AUF DER FOCUS-LISTE

Das Facharztzentrum Regensburg ist ein Ort medizinischer Exzellenz. Neben den Ärzten des sorthopaedicums wird auch Frau Professor Dr. Monika Bals-Pratsch, Spezialistin für Reproduktionsmedizin, regelmäßig auf der Focus-Ärzteliste genannt. Über Frau Professor Bals-Pratsch und profertilita Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin lesen Sie mehr auf den Seiten 7 und 8.

Spezialisierung

Das Konzept des sorthopaedicum beruht auf einer strengen Schwerpunktsetzung. Jeder Arzt im sorthopaedicum ist auf ein Gelenk oder eine Behandlungstechnik spezialisiert. Dabei ist die Spezialisierung kein Widerspruch zu einem ganzheitlichen Behandlungsansatz. Ehe die Ärzte des sorthopaedicums operieren, werden erst alle konservativen Behandlungsmöglichkeiten ausgeschöpft. Dabei geht es nicht um Symptomtherapie, sondern um Ursachenforschung. Und die Erfahrung zeigt, dass die Ursache von Gelenkschmerzen oft an ganz anderen Stellen im Körper gesucht werden muss, als an jenen, an denen der Schmerz spürbar ist.

Diese Spezialisierung führt zu einer hochgradigen, national und international anerkannten Fachkompetenz. Regelmäßig geben die sorthopaedicum-Ärzte deshalb das Wissen, das sie sich durch die Operationen und bei der Behandlung aneignen, auf Kongressen an Fachkollegen weiter.

Die Kompetenz der Ärzte hat jüngst auch wieder das Focus-Magazin bestätigt. Denn auch in der aktuellen Focus-Ärzteliste ist das sorthopaedicum mit Dr. Heinz-Jürgen Eichhorn, Prof. Dr. Michael Strobel, Prof. Dr. Carsten Tibesku, PD Dr. Thore Zantop, PD Dr. Dr. Max Kääh und PD. Dr. Stefan Greiner in den Kategorien Knie und Schulter wieder stark vertreten. Der Nominierung voraus gingen aufwendige Recherchen wie Patienten- und Expertenbefragungen.



Prof. Dr. Michael J. Strobel, Priv.-Doz. Thore Zantop, Priv.-Doz. Stefan Greiner, Dr. Jürgen Eichhorn, Priv.-Doz. Dr. Dr. Max Kääh, Prof. Dr. Carsten O. Tibesku (v. l. n. r.)

Wohnortnahe Behandlung

Die große Zahl operativer Eingriffe und die damit verbundene hohe Routine garantiert den Patienten ein großes Maß an Sicherheit. Operiert wird an Krankenhäusern in Straubing, Bogen, Mallersdorf, Bad Griesbach und Plattling. Der Vorteil für die Patienten: Sie kennen den Arzt, der sie operiert, und können wohnortnah behandelt werden. Zum Erfolg einer Operation tragen auch OP-Schwestern bei, die jahrelang eingespielte, immer gleich zusammengesetzte Teams bilden.

sorthopaedicum regensburg
Telefon: (0941) 46 39 29 12
www.sorthopaedicum.de

Zum Arzt, auch wenn nichts weh tut

Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen,
um Krankheiten rechtzeitig aufzuspüren

Warum zum Arzt gehen, wenn einem nichts weh tut? Diese Frage stellen sich viele. Doch Krankheiten wie Bluthochdruck oder erhöhte Blutfette (Cholesterin) beginnen unauffällig. Und wenn sie nicht früh genug erkannt werden, können sie zu ernsthaften Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen – schlimmstenfalls zu Herzinfarkt oder Schlaganfall. „Durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen können wir Risiken frühzeitig aufspüren. Werden die ersten Anzeichen von Cholesterin oder Diabetes rechtzeitig erkannt, sind sie noch therapierbar, bevor die Krankheit überhaupt ausbricht“, erklärt Dinu Hofer, Facharzt für Innere Medizin von der Gemeinschaftspraxis für Allgemeinmedizin/Akupunktur im Facharztzentrum Regensburg. Meist seien keine aufwendigen Therapien nötig. Oft reiche schon die Veränderung der Lebensführung. Übrigens: Auch zur Krebsvorsorge (Hautkrebs, Prostatakrebs), sowie zur Überprüfung des Impfstatus sollte man regelmäßig den Allgemeinarzt aufsuchen.

Volkskrankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs sind auf dem Vormarsch. Und deshalb sollte jeder regelmäßig die Vorsorgeuntersuchungen durchführen lassen. Während aber die regelmäßige Hauptuntersuchung beim Auto ganz selbstverständlich ist, gehen viele mit ihrer Gesundheit nachlässig um und verzichten auf die Vorsorgeuntersuchungen. Dabei lässt sich schon mit relativ einfachen und wenig belastenden Untersuchungen feststellen, welche Risikofaktoren erkennbar sind oder sich bereits zu einer Krankheit verdichtet haben.

In einem ausführlichen Gespräch erkundigt sich der Arzt sowohl nach aktuellen Erkrankungen der Patientin oder des Patienten und in der Familie. Mit einer Ganzkörperuntersuchung einschließlich einer Blutdruckmessung wird anschließend der aktuelle Gesundheitszustand möglichst genau erfasst. Anhand von Blutproben lassen sich die Blutzucker- und Cholesterinwerte bestimmen. So lassen sich zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen zuverlässig erkennen. Liegen die Ergebnisse vor und besteht Handlungsbedarf, dann sucht der Arzt gemeinsam mit den Patienten nach Lösungen und überweist bei Bedarf zum Spezialisten.

Übrigens: Die gesetzlichen Kassen übernehmen die Kosten für solche Vorsorgeuntersuchungen. Alle zwei Jahre sollten sie gemacht werden. Bei Risikopatienten zahlen die Kassen diese Untersuchungen auch in kürzeren Abständen.

Daneben betreuen die Allgemeinärzte aber auch Patienten mit chronischen Erkrankungen. „Bei Asthma, Diabetes oder Erkrankungen der Herzkranzgefäße ist es unbedingt notwendig, kleinste Veränderungen im Krankheitsverlauf frühzeitig zu erkennen. So können Spätfolgen verhindert werden“, erklärt Dinu Hofer. Voraussetzung dafür: Die Patienten müssen ganzheitlich betrachtet werden, mit allen ihren Erkrankungen und Lebensumständen. Deshalb sind sie beim Allgemeinmediziner, der die Patienten meist schon vor Ausbruch einer chronischen Erkrankung viele Jahre begleitet hat, ausgezeichnet aufgehoben.

Gemeinschaftspraxis für
Allgemeinmedizin/Akupunktur
Telefon (0941) 75 035

NEUE ÄRZTIN IN DER GEMEINSCHAFTSPRAXIS FÜR ALLGEMEINMEDIZIN/ AKUPUNKTUR

Frau Dr. Eike Zankel, 46, ergänzt seit Anfang Januar 2014 das Ärzteteam der Gemeinschaftspraxis für Allgemeinmedizin/Akupunktur im Facharztzentrum Regensburg. Geboren und aufgewachsen in Schleswig-Holstein lebt die Mutter zweier Kinder seit rund zwanzig Jahren im Raum Regensburg. Nach dem Studium in Würzburg war sie sieben Jahre in der Inneren Abteilung des Kreiskrankenhauses Parsberg tätig. Ihre Dissertation schrieb sie an der Uni Regensburg über Morbus Crohn, eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung. Seit 2005 hat sie in einer allgemeinmedizinischen Praxis in Beratzhausen gearbeitet. Aus familiären Gründen ist sie nun nach Regensburg gewechselt.





Ulrike Engelstädter,
Leiterin des Bereichs Medical Fitness,
beim Training im vispo

Präventionskurse werden von Kassen bezuschusst

Mit Bewegung die Gesundheit verbessern

Prävention ist der Schlüssel für Gesundheit und Wohlbefinden. Nicht zuletzt deshalb investieren auch Krankenkassen heute mehr und mehr in die Vorsorge. Sie übernehmen nicht mehr nur die Kosten für Rückenschule oder Yogakurse. Mittlerweile tragen sie vielfach auch einen Teil des Mitgliedsbeitrages im Fitnessstudio. Denn auch bei den Kassen hat sich mittlerweile herumgesprochen: Die Folgen des Bewegungsmangels zu kurieren, wäre in zwei Jahrzehnten noch viel teurer. „Prävention bedeutet Vorbeugung. Gemeint ist, durch den Abbau von Bewegungsmangel den allgemeinen Gesundheitszustand zu verbessern und Krankheiten vorzubeugen“, erklärt Ulrike Engelstädter, Physiotherapeutin am vispo | Zentrum für Vitalität & Sport im Facharztzentrum Regensburg.

Sportwissenschaftler schätzen, dass Krankenkassen jedes Jahr 16 Milliarden Euro sparen könnten, wenn jeder Versicherte regelmäßig Kraft- und Ausdauertraining machen würde. „Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass eine gut trainierte Muskulatur die Grundvoraussetzung für einen fiten Körper ist und gleichzeitig das Krankheitsrisiko minimiert, denn aktive Muskeln halten gesund, leistungsfähig und stärken so das Immunsystem. Auch Alterungsprozesse lassen sich eindämmen“, erklärt Ulrike Engelstädter. Dabei beugt kontrolliertes Muskeltraining auch Rückenerkrankungen vor. Und Ausdauertraining ist bei entsprechender Qualität eine gute Möglichkeit zur Prävention einer Herz-Kreislauf-

oder einer Stoffwechselerkrankungen.

Die Kurse im vispo umfassen 8 bis 12 Einheiten und werden von speziell hierfür qualifizierten Therapeuten geleitet. Auf dem Kursplan des vispo stehen drei besondere Präventionskurse: Einführung in das Gesundheitstraining, Wirbelsäulengymnastik und feel light® – ein zwölfwöchiger Abnehmkurs.

Das vispo | Zentrum für Vitalität & Sport ist die einzige Gesundheitsanlage in Bayern, die offizieller und exklusiver Lizenzpartner des erfolgreichen „feel light“-Kurses ist. Das Konzept des Abnehmkurses: bewusste Ernährung, gezieltes Bewegungstraining und Entspannung. Sportwissenschaftler, Ärzte und Ernährungsexperten haben das Kurskonzept entwickelt. Die Grundlage bildet eine langfristige Veränderung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens. Der Kurs zeigt Wirkung: Über sieben Kilogramm Fettmasse konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Durchschnitt bei diesem Kurs verlieren. Doch feel light® ist nicht allein ein Abnehmkurs. „Dieser Kurs, der in Teilen von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst wird, spricht alle an, die in erster Linie etwas für ihre Gesundheit tun wollen“, sagt Ulrike Engelstädter. Abnehmen ist dabei ein Nebenprodukt; eines, das man aber gerne mitnimmt.

Ob Einführung in das Gesundheitstraining, Wirbelsäulengymnastik oder feel light® – nach Beendigung des Kurses und regelmäßiger Teilnahme bekommen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Bestä-

tigung, die sie bei ihrer Krankenkasse einreichen können. Denn die Präventionskurse, die am vispo | Zentrum für Vitalität & Sport angeboten werden, entsprechen den gesetzlichen Vorgaben für eine mögliche Förderung durch die Krankenkasse.

vispo | Zentrum für Vitalität und Sport
Telefon: (0941) 708 12 850
www.vispo-regensburg.de

STABILES KNIE

Um auch individuelle Probleme der Kunden zu lösen, bietet das vispo | Zentrum für Vitalität & Sport in diesem Jahr erstmalig einen Kurs an, der sich speziell auf die Stabilisation des Kniegelenks konzentriert. In Zusammenarbeit mit den Spezialisten des sporthopaedicums (Seite 4) und evaluierten Daten aus sportwissenschaftlichen Studien steht neben einem ganzheitlichen Trainingsansatz das Kniegelenk im Fokus. Ziel ist die Vorbeugung vor Arthrose und das Verhindern eines Rückfalls nach Operationen.

Ein gestörter Zuckerstoffwechsel behindert Schwangerschaften und begünstigt Fehlgeburten

Solche Störungen können mit Tabletten erfolgreich behoben werden



Dr. Angelika Eder, Prof. Monika Bals-Pratsch
(v. l. n. r.)

Ein Kind, das war der Wunsch von Mia Schneider, 32 Jahre alt, verheiratet, sehr schlank. Seit einem Jahr war sie wegen ihres unerfüllten Kinderwunsches in Behandlung. Eine Hormonstörung, das so genannte polyzentrische Ovarsyndrom (PCOS), hatte ihr Frauenarzt diagnostiziert. Doch trotz Hormonbehandlung wurde Mia Schneider nicht schwanger. Die junge Frau war verzweifelt. Was sollte sie tun? Sie bekam den Hinweis, sich bei profertilita, dem Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin im Facharztzentrum Regensburg, untersuchen zu lassen.

Dort haben Frau Professor Dr. Monika Bals-Pratsch und ihre Kolleginnen schnell die wahre Ursache für den unerfüllten Kinderwunsch von Mia Schneider gefunden: „Wir stellten Zucker- und Insulinwerte fest, die nach unseren Erfahrungen mit einer Schwangerschaft nicht vereinbar sind“, erzählt Frau Professor Bals-Pratsch. Die Hormonstörung wirkt sich nämlich nicht nur auf die Funktion der Eierstöcke aus, auch der Stoffwechsel ist betroffen. Was aber nur wenige

Experten wissen: Zuckerstoffwechselstörungen wie bei Mia Schneider können mit Tabletten behoben werden.

Intensivierte Ernährungsberatung

Frau Professor Bals-Pratsch überwies Mia Schneider deshalb zu einem Spezialisten für Zuckerstoffwechselstörungen (Diabetologe). Er startete eine Behandlung mit dem Diabetesmedikament Metformin. Zudem empfahl Frau Professor Bals-Pratsch ihrer Patientin eine intensivierte Ernährungsberatung durch Frau Margareta Rieger. Die Ökotrophologin und Diabetesassistentin im Facharztzentrum Regensburg kümmert sich speziell um Frauen mit PCOS.

Und wie ging es weiter? „Als Frau Schneider dann das nächste Mal zur Planung ihrer Kinderwunsch-

behandlung in unserem Zentrum war, haben wir am 41. Zyklustag noch einmal ihre Hormone gemessen und einen verspäteten Eisprung festgestellt. Ein Schwangerschaftstest war positiv. Beim sofort erneuten notwendigen Zuckertest bestätigte sich unser Verdacht auf Schwangerschaftszucker: alle drei Blutzuckerwerte waren zu hoch! Frau Schneiders Diabetologe schulte sie sofort in der Blutzuckerselbstmessung. Aber trotz Metformin und Insulin musste sie von Anfang an Insulin spritzen.“ Die kritischen ersten drei Schwangerschaftsmonate hat Mia Schneider aber nun hinter sich. Sie freut sich auf ihr erstes Baby, das im Sommer zur Welt kommen wird.

Das Beispiel von Mia Schneider zeigt: Der Zuckerstoffwechsel hat einen wichtigen Einfluss auf die Fruchtbarkeit. Die Risikofaktoren: 35 Jahre und →



KINDERWUNSCH

älter, mehrere Fehlgeburten, PCOS, Übergewicht. Trifft einer dieser Faktoren zu, empfiehlt Frau Professor Bals-Pratsch einen Zuckerbelastungstest. „Bei etwa 70 Prozent der Frauen mit einem oder mehreren dieser Risikofaktoren entdecken wir dann tatsächlich vorher nicht bekannte Zuckerstoffwechseleränderungen“, erklärt Frau Professor Bals-Pratsch. Auch wenn diese Zusammenhänge bekannt sind, im In- und Ausland kennt Frau Professor Bals-Pratsch kein Kinderwunschzentrum, das routinemäßig bei allen Risikopatientinnen den Zuckerstoffwechsel überprüft und bei positivem Befund konsequent behandelt.

Dabei können Frauen damit unnötige körperlich Strapazen und seelische Qualen erspart bleiben. Auch Katja Runtinger, einer ebenfalls schlanken und sportlichen 32-Jährigen, konnte auf diese Weise geholfen werden. Fast vier Jahre lang hatte sie vergeblich versucht, schwanger zu werden. Schließlich entschloss sie sich zu einer künstlichen Befruchtung. Nach drei erfolglosen Behandlungen erklärte ihr ihr Arzt, dass ihre Eizellen wohl nicht entwicklungsfähig seien und keine große Hoffnung auf ein eigenes Kind bestehe.

Nach vier Jahren endlich schwanger

Eine Freundin empfahl Katja Runtinger profertilita. Im Sommer 2012 hatte sie dort ihren ersten Termin. „Wir stellten beim Zuckerbelastungstest fest, dass ihre Insulinwerte zu hoch anstiegen. Sie hatte zwar einen regelmäßigen Zyklus, aber dennoch mussten wir bei ihr ein zuvor übersehenes PCO-Syndrom konstatieren. Denn die beiden anderen diagnostischen Kriterien waren erfüllt: mindestens 12 kleine Eibläschen (Follikel) in den Eierstöcken und Akne. Wir verschrieben ihr zur Vorbehandlung vor der weiteren Fruchtbarkeitsbehandlung Metformin. Bei der künstlichen Befruchtung zählt Metformin in unserem Zentrum mittlerweile als ein IVF-Standardmedikament“, erzählt Frau Professor Bals-Pratsch.

Als die eigentliche Behandlung dann drei Monate später mit einer Hormonstimulation starten sollte, wurde bei Katja Runtinger eine intakte Schwangerschaft festgestellt. Sie war „von selbst“ auf natürlichem Weg schwanger geworden. Das „kleine Wunder“ von Katja Runtinger ist inzwischen da. Sie brachte einen gesunden Jungen zur Welt.

profertilita

Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin

Telefon: (0941) 89 84 99 44

www.profertilita.de

IMPRESSUM

Patientenmagazin aus dem
Facharztzentrum Regensburg, Winter 2014

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, Pascal Gerdsmeier
Titelbild: © gradyreese, istockphoto.com



Das Facharztzentrum Regensburg

RUND 40 SPEZIALISTEN UNTER EINEM DACH

Ein Ort für die Gesundheit, das ist das Facharztzentrum Regensburg. Patienten finden hier renommierte Mediziner der Fachrichtungen:

- Allgemeinmedizin
- Augenheilkunde
- Gastroenterologie
- gynäkologische Endokrinologie und Reproduktionsmedizin
- Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin
- Kardiologie
- Laboratoriumsmedizin
- Mund-Kiefer-Gesichts-Chirurgie
- Neurologie und Psychiatrie
- Orthopädie
- Radiologie, Nuklearmedizin und Strahlentherapie

sowie Services rund um die Gesundheit wie ein Labor samt Plasmazentrum sowie eine Apotheke

und ein Sanitätshaus. Vierzig Spezialisten sind an der Hildegard-von-Bingen-Straße/Ecke Landshuter Straße unter dem Dach des Facharztzentrums Regensburg vereint. vispo, das Zentrum für Vitalität und Sport samt Physiotherapiepraxis ergänzt das umfassende medizinische Angebot am Facharztzentrum perfekt. Und das Institut für Aus-, Fort- und Weiterbildung im Gesundheitswesen rundet das breite Spektrum der Angebote im Facharztzentrum Regensburg ab. Es bietet Schulabgängern eine Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger, zum Pflegefachhelfer und zum operationstechnischen Assistent an.

Für den Hunger oder den Durst vor oder nach dem Arztbesuch ist im Facharztzentrum Regensburg auch gesorgt: im Café-Bistro „Coffee & More“.

www.facharztzentrum-regensburg.de

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.
Buslinien: 2/7/9/31
Haltestelle „Caritas-Krankenhaus St. Josef“

