

Nr. 2/2021 Juli • August • September

BOGGESUND

Das Gesundheitsmagazin des Medizinischen Qualitätsnetzes Bochum e.V.



IHRE WÜNSCHE UND ZIELE ALS PATIENT SIND WICHTIG!

Ein Interview mit Frau Dr. Behringer

Gesundheitsmesse BOCHUM

Dieses Jahr virtuell

Impfungen

Notwendige Impfungen für Reisen

Auch in dieser Ausgabe

Kreuzworträtsel und Rezept



Kostenloses Exemplar zum mitnehmen!



care center
Deutschland

Wir bewegen Menschen!

Sanitätshäuser Care Center Deutschland

- » Kompressionsstrümpfe & Bandagen
- » Einlagen & Einlagen-Sonderbau
- » Gehhilfen & Gehstöcke
- » Rollatoren & Rollstühle
- » Orthesen & Prothesen
- » Alltagshilfen
- » Gesundheits- & Wellnessartikel

*Besuchen Sie uns!
Wir freuen uns auf Sie!*



Sanitätshaus Bochum

Viktoriastraße 66-70
44787 Bochum
☎ 0234 5 876 640
✉ bochum.mitte@care-center.de

mo - fr 8-18 Uhr | sa 9-13 Uhr

www.care-center.de

Fotos © iStock

Sanitätshaus am Bergmannsheil

Bürkle-de-la-Camp-Platz 2
44789 Bochum
☎ 0234 54 660 532
✉ bochum.sued@care-center.de

mo - fr 8-16.30 Uhr

Sanitätshaus Witten

Medizinisches Centrum am Rheinischen Esel
Pferdebachstraße 16
58455 Witten
☎ 02302 8 790 650
✉ witten.sued@care-center.de

mo, di, do 8-18 Uhr | mi, fr 8-15 Uhr | sa 9-13 Uhr

DRK Zentrum Weitmar
HAUS DER GENERATIONEN
AMBULANTER HOSPIZDIENST
HAUSNOTRUF
ALZHEIMERHILFE
SENIORENBÜRO OST
FAMILIENBILDUNGSWERK
ERSTE-HILFE-AUSBILDUNG
PFLEGESCHULE
BLUTSPENDE
BÜRGERCAFE



WIR BERATEN SIE GERNE!

Telefon: 0234 9445-0
Mail: info@drk-bochum.de
Web: www.drk-bochum.de

DRK Kreisverband Bochum e.V.
An der Holtbrücke 2-8
44795 Bochum

 **Deutsches
Rotes
Kreuz**

Vorwort Ausgabe Nr. 2/2021

BOGESUND – die Gesundheitsstadt informiert

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Gesundheitsthemen haben Konjunktur - gerade in Pandemiezeiten. „Dr. Google“ wird millionenfach befragt - die Antworten sollten aber stets kritisch hinterfragt werden.

Das Medizinische Qualitätsnetz Bochum (MedQN) setzt auf seriöse Information - geprüft, evidenzbasiert, konkret nutzbar.

Das gilt natürlich wieder für diese Ausgabe von BOGESUND u. a. mit den Themen Einsamkeit bei älteren Menschen nicht nur während der Corona-Pandemie, Möglichkeiten und Grenzen der klassischen Naturheilverfahren bei COVID-19 Infektionen, Behandlung im Voraus planen wie auch für unsere Online-Formate.

Gerade bei diesen hat sich viel getan. Verstärkt finden Sie jetzt auf unserer Internetseite www.medqn.de gesammelte Expertenerkenntnisse, geprüftes und empfohlenes Fachwissen verständlich präsentiert, neben fortlaufend aktualisierten Informationen über vielfältige Gesundheitsthemen. Neu ist die Infothek mit diesen Bereichen:

- Mediathek: Auf dieser Seite finden Sie unser Videoarchiv – von Gesundheitsseminaren über Gesundheitsthemen bis hin zu Videos unserer Kooperationspartner.
- Bibliothek: Hier finden Sie unser Quellenarchiv. Diverse Links zu unterschiedliche Themen – aus seriösen Quellen.
- Lexikon: Hier werden Begriffe und Bezeichnungen erläutert.

Auf der Startseite sehen Sie auf den ersten Blick die aktuellsten Meldungen, Extra-Schaltflächen führen Sie u.a. direkt zu „Corona - Aktuelle Infos“, „BOGESUND - Patientenmagazin“ und den Gesundheitsseminaren. Auch auf Facebook, Instagram und Twitter halten wir Sie auf dem Laufenden.

Sie sehen, mit dem MedQN bleiben Sie stets gut informiert - wir würden uns sehr freuen, wenn Sie unsere gedruckten und digitalen Informationsangebote regelmäßig nutzen würden.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit grüße ich Sie herzlich



Dr. Michael Tenholt
Vorsitzender
Medizinisches Qualitätsnetz Bochum



www.medqn.de
www.facebook.com/medqn.bochum
www.twitter.com/medqn_bochum
www.instagram.com/medqn_bochum/

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	1
Impressum	25

MedQN

Gesundheitsmesse BOCHUM

Informationen zur Messe	3
-------------------------------	---

Weitere Themen:

Erzählen Sie uns Ihre Geschichte!	4
Impfpass verschollen? Dann melden Sie sich!	4
Notwendige Impfungen für Reisen	5
Allergien auf dem Vormarsch	6
Achtung Zecken!	7
Interview mit Frau Dr. Behringer	8 - 9
Einsamkeit bei älteren Menschen nicht nur während der Corona-Pandemie	12 - 13

Informationen zum Coronavirus:

Gut geschützt in der Corona-Zeit	10
Möglichkeiten und Grenzen von Naturheilverfahren bei COVID-19	11

Neues aus Bochum:

Neuer Medizinmanager im Bergmannsheil	14
Die Macht der Bilder – Wissenschaftler untersuchen ihren Einfluss bei der Magersucht	15
Deutscher Telemedizin-Preis 2021: OMPRIS erreicht den 3. Platz.....	16
Knappschafts Krankenhaus als „Zentrum für Hämatologische Neoplasien“ zertifiziert	17

Weitere Informationen und Themen

Auch der letzte Weg gehört zum Leben! – Bestattungen TREIGE	18
UNICEF Gruppe Bochum	19
Die Hochschule für Gesundheit in Bochum	20
Die „Betreuung im Pott“ in Bochum	21
Wendland Bestattungen in Herne und Umgebung	22
Kreuzwörterrätsel	23
Rezept für: Sommerliche Obstsalattorte	24

WW Studio Bochum Gabi Haarmann



WW – Das neue weightwatchers
Herner Straße 21 · 44787 Bochum
Mobil 0171 55 88 9 22 · ghaarmann@wwcoach.de
www.studiobochum.wwcoach.de

mein +

Gut zu Fuß in Bochum

Orthopädieschuhtechnik Rüdiger Schramm

Reparaturen • Einlagen aller Art • Maßschuhversorgungen
Barrierefrei • Fußscan
kostenlose Fußberatung • Hausbesuche

Versorgung aller Kassen und Privat



Orthopädieschuhtechnik Schramm
Inh.: Rüdiger Schramm
Bochum City
Untere Marktstraße 3
– gegenüber der Probsteikirche –



Tel. 0234 - 41 48 27 20
Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 9:30-18:00
Homepage:
www.orthopaedietechnik-bochum.de

Buchhaltungserfassung für kleine und mittlere Betriebe

Nacherfassungen und Beratungen

Unsere Leistungen:

Lohn-Gehaltsbuchhaltung / lfd. Belegerfassung
GuV / BWA / Einkommenssteuer
Umsatzsteuer / Betriebsberatung



NEU:
Beratung und Hilfe bei den
CORONA - Hilfen / Überbrückungshilfen

*Wir sind für Sie da,
schnell und kompetent.*

Buchhaltungserfassung Heinz Eislebe

Liboriusstr. 11 | 44807 Bochum

Tel.: 0234 - 9 50 40 01 | Mail: hv-eislebe@t-online.de

Gesundheitsmesse Bochum digital: Vielfältige Möglichkeiten für Aussteller

Die Vorbereitungen für die digitale Gesundheitsmesse Bochum am 5. September 2021 laufen auf Hochtouren.

In Zusammenarbeit mit der Bochumer Veranstaltungs-GmbH entwickelt das Medizinische Qualitätsnetz Bochum eine Online-Messeplattform mit zahlreichen Präsentations- und Aktionsmöglichkeiten für die Teilnehmer aus dem Gesundheitsbereich wie Kliniken, Ärzte, Selbsthilfegruppen, Therapeuten, Sanitätshäuser und viele weitere Gesundheitsdienstleister.

Die Grundidee der Gesundheitsmesse Bochum bleibt: Das MedQN will die Vielfalt und das Leistungsspektrum des medizinisch-therapeutischen Angebotes des Gesundheitsstandortes Bochum vorstellen. Dabei stehen die Prävention, die Vorbeugung und die Stärkung des Gesundheitsbewusstseins im Vordergrund. Wegen der Corona-Pandemie gilt es nun, diesen Anspruch digital umzusetzen.

Interessenten können sich ab sofort melden

So erhalten Aussteller ihren eigenen virtuellen Messestand, der u.a. folgende Funktionen beinhalten kann: Integration der Firmen-Webseite, Beschreibung/Bewerbung des Ausstellers, Möglichkeit zur Hinterlegung von downloadbaren Anlagen, Verknüpfung des Ausstellerstandes mit Vorträgen/Agenda-Punkten. Geplant ist auch die Möglichkeit, das Standpersonal inklusive Chatfunktion einzubinden.

Aussteller sollen außerdem die Möglichkeit haben, Reden und Vorträge innerhalb der digitalen Messe zu halten. Die Vorträge können auf Abruf zur Verfügung



gestellt oder als Livestream integriert werden. Vorträge könnten zudem mit einem Sprecher/dem Standpersonal verknüpft werden. Vorgesehen ist auch, dass Besucher Fragen zu diesem Vortrag stellen können, die das Standpersonal und/oder der Vortragende beantworten können.



Wer als „Aussteller*in“ bei der 9. Gesundheitsmesse Bochum dabei sein will, erhält alle Informationen hier:

Beate Irmann
Netzbüro Medizinisches Qualitätsnetz
Bochum (MedQN)
Telefon: (02 34) 54 7 54 53
E-Mail: info@medqn.de



Kontakt MedQN:
MedQN Bochum e.V.
Huestr. 5 44787 Bochum
Tel.: (02 34) 54 7 54 53
Fax: (02 34) 54 7 54 55
info@medqn.de | www.medqn.de



Familien- und
Krankenpflege
Bochum



Kompetent. Regional. Verlässlich

WIR pflegen gerne - gehöre dazu und bewerbe Dich

- 3-jährig examinierte Pflegefachkräfte (m/w/d) gerne auch aus der Kinderkrankenpflege oder mit Erfahrung in der Kinderkrankenpflege
- Pflegehelfer (m/w/d)
- Betreuungskräfte (m/w/d)
- Hauswirtschaftskräfte (m/w/d)
- med. Fachangestellte (m/w/d)
- Erzieher / Heilerziehungspfleger / Sozialpädagogen / ähnliche Berufsgruppen (m/w/d)
- Familienpfleger (m/w/d) / Familienpfleger (m/w/d) im Anerkennungsjahr
- Fahrer (m/w/d) mit/ohne Personenbeförderungsschein
- Auszubildende (m/w/d) Pflegefachfrau/-mann zum 01.04. und 01.10.2022

Weitere Informationen
unter
www.fundk-bochum.de
oder telefonisch
Herr Wolfram Junge
Geschäftsführung
0234 30796-12

Mit jahrzehntelanger Erfahrung, mutigen Ideen und unseren engagierten Mitarbeiter*innen sind wir Vorreiter – in unseren Dienstleistungen und unserer Arbeitgeberattraktivität. Als breit aufgestelltes, modernes Unternehmen im Gesundheits- und Sozialwesen beschäftigt die Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH rund 730 Mitarbeiter*innen, die uns auf unserem Weg begleiten. Für die Menschen, die uns brauchen.

Wir sind tätig in den Bereichen

- ✓ Ambulante Krankenpflege
- ✓ Tagespflege
- ✓ Familienpflege / Seniorenbetreuung
- ✓ Autismus Therapie und Begleitung
- ✓ Intensivpflege Erwachsene und Kinder
- ✓ Palliativpflege
- ✓ Demenz-Wohngemeinschaften
- ✓ Betreutes Wohnen
- ✓ Freiwilliges Soziales Jahr / Bundesfreiwilligendienst
- ✓ Essen auf Rädern

Wir bieten

- eine vielseitige und abwechslungsreiche Tätigkeit
- eine verantwortungsvolle Funktion bei einem sozialen Dienstleister
- umfangreiche Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- geregelten Urlaub und Freizeitausgleich

Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH bewerbung@fundk-bochum.de
Paddenbett 13 • 44803 Bochum • ☎ 0234 30796-0 www.fundk-bochum.de

Erzählen Sie uns Ihre Geschichte!

Wer ernsthaft krank ist, fühlt sich oft allein. In solchen Momenten ist es wichtig zu wissen, dass es Menschen gibt, die ähnliches erlebt haben.

Wie sind Sie mit der Krankheit umgegangen? Welche Ängste und Hoffnungen gab es in der Zeit der Erkrankung? Was hat am besten geholfen, was hat gut geklappt? Was ging gar nicht?

Wir möchten Sie ermutigen, Ihre ganz persönlichen Erfahrungen mit Ihrer Krankheit und Ihrer Gesundheit mit anderen Menschen zu teilen – schreiben Sie uns Ihre Patientengeschichte! Erzählen Sie von Ihren Erlebnissen und helfen Sie damit anderen Menschen, die ähnliches durchmachen.

Wir sammeln diese Erfahrungsberichte auf unserer Internetseite medqn.de/bogemeinsam

Außerdem veröffentlichen wir diese persönlichen Geschichten in dieser Zeitung. Schreiben Sie uns Ihre Geschichte und senden Sie diese an info@medqn.de



Kontakt MedQN:
 MedQN Bochum e.V.
 Huestr. 5 44787 Bochum
 Tel.: (02 34) 54 7 54 53
 Fax: (02 34) 54 7 54 55
info@medqn.de | www.medqn.de

Impfpass verschollen? Dann melden Sie sich!

Seit Ende Dezember wird in Deutschland gegen das Coronavirus geimpft. Der Impfpass wird jetzt dringend benötigt. Doch was tun, wenn das Dokument verschwunden ist?

Der Impfpass ist ein wichtiges, internationales Dokument und sollte an einem sicheren Ort aufbewahrt werden. Er gibt Auskunft über schon erhaltene Impfungen und deren Datum. Ist er weg, kann der Hausarzt einen neuen ausstellen. Doch viele Hausärzte haben keine Blankoausweise vorrätig.

Wenn Sie einen neuen Impfpass benötigen, schicken Sie uns eine e-Mail an info@medqn.de

Dieser wird Ihnen dann kostenfrei per Post zugeschickt.

Sollten frühere Daten von wichtigen Impfungen nach Verlust des Passes nicht mehr nachvollzogen werden können, müssen die Impfungen nachgeholt werden, das rät die Ständige Impf-Kommission (STIKO). Wichtige Impfungen, wie die Tetanusimpfung, sollten sowieso alle zehn Jahre aufgefrischt werden. Kümmern Sie



sich um Ihren aktuellen Impfstatus, auch über die Corona-Schutzimpfung hinaus.

Auf unserer Internetseite www.medqn.de finden Sie den Impfkalendar des RKI.

Bei Fragen und wenn Sie Hilfe benötigen, rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine e-Mail.

Notwendige Impfungen für Reisen

Wir leben in der Corona-Pandemie. Unsere Mobilität ist eingeschränkt - auch das Reisen. Die Hoffnung besteht, dass durch die Impfung gegen das Coronavirus eine größere Freizügigkeit möglich sein wird und so eine „normale“ Urlaubsplanung möglich wird.

Zurzeit wird diskutiert, ob man sich durch die Impfung Vorteile verschaffen kann. Werden möglicherweise nur gegen das Coronavirus Geimpfte fliegen dürfen?

Schon in normalen Zeiten gibt es für Reisende verbindliche Impfvorschriften. Dabei kommt dem Impfausweis wachsende Bedeutung zu. Der Impfausweis bekommt mehr und mehr die Bedeutung eines Reisedokuments. Es gibt verschiedene Impfausweise. Der gelbe Impfausweis ist ein international anerkanntes Dokument.

Es wird unterschieden zwischen vorgeschriebenen Impfungen, ohne die man in ein Land nicht ein- oder ausreisen darf und den empfohlenen Impfungen, die medizinisch empfohlen aber nicht vorgeschrieben sind. Natürlich müssen auch diese Impfungen im Impfausweis dokumentiert werden.

Die bekannteste Pflichtimpfung ist die Gelbfieberimpfung. Die WHO führt und aktualisiert stetig eine Liste der Länder, für die eine solche Impfung bei der Einreise erforderlich ist. Manchmal ist auch eine Impfung gegen Kinderlähmung oder Meningokokken-Erkrankung erforderlich. Diesen Empfehlungen geht die Grundimmunisierung voraus. Bei fast allen Fernreisen ist auch ein Schutz gegen Hepatitis A erforderlich, vor allem für Länder mit schlechten hygienischen Bedingungen. Typhusimpfungen sind vor allem bei Reisen in asiatische Länder ratsam.

Grundimmunisierung

Impfungen sind ein wichtiger Teil der Gesundheit des Einzelnen und der gesamten Gesellschaft. Die Ständige Impfkommission (STIKO) des Robert-Koch Institutes (RKI) erstellt und aktualisiert ständig Impfeempfehlungen für die jeweiligen Altersgruppen, diese werden im jährlich neu erscheinenden Impfkalender veröffentlicht.

Die Grundimmunisierung beginnt im 1. Lebensjahr (2.-14. Monat). In der Regel wird im Säuglingsalter ein 6-fach-Impfstoff verwendet, dieser immunisiert gegen Diphtherie, Keuchhusten, Tetanus,

Haemophilus influenza Typ B, Hepatitis B, Kinderlähmung, Pneumokokken und Rotaviren. Nach dem 1. Lebensjahr (15.-23. Monat) sollte gegen Masern, Röteln, Mumps, Meningokokken sowie gegen Windpocken geimpft werden. Dies wäre auch der Zeitpunkt für die Überprüfung des Impfstatus. Es folgen später dann Auffrischimpfungen im Vorschulalter.

Die Impfungen gegen Diphtherie, Keuchhusten und Tetanus müssen zweimal aufgefrischt werden, das erste Mal im Alter von 5-6 Jahren, das zweite Mal im Alter von 9-16 Jahren. In diesem Alter sollte auch die Impfung gegen Hepatitis B und Kinderlähmung aufgefrischt werden.

Erwachsenen wird empfohlen, alle 10 Jahre den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie und Keuchhusten aufzufrischen. Bei unklarem Impfschutz kann auch eine weitere Impfung gegen Masern erfolgen. Ältere Menschen und besonders Gefährdete sollten sich saisonal gegen Grippe und Pneumokokken sowie gegen Gürtelrose immunisieren lassen.

L.u.P. GmbH • Labor- und Praxisservice

DIE L.U.P. GMBH - IHR PRAXISPARTNER



Über 20 Jahre Laboranalytik in den Bereichen Klinische Chemie, Hämatologie und Endokrinologie machen unser Zentrallabor zu einem kompetenten regionalen Partner für 1.000 Arztpraxen im Ruhrgebiet und Bergischen Land.

Für eine flexible und kundennahe Logistik führen wir den Probentransport mit einem eigenen Fahrdienst durch; in die Bochumer Innenstadt fahren wir umweltfreundlich per Fahrrad.

Betriebswirtschaftliche Leistungen, wie Buchführung, Einkauf und Weiterbildungen etc. runden unser Leistungsprofil ab.

Besuchen Sie uns im Internet unter www.lupservice-gmbh.de oder sprechen Sie uns direkt unter 0234 – 30 77 300 an.

**L.u.P. GmbH | Labor- und Praxisservice
Universitätsstraße 64 | 44789 Bochum**

Allergien auf dem Vormarsch

Die Häufigkeit von Allergien nimmt zu. Falls Sie einem Allergen erneut ausgesetzt werden, kann das zu schweren Reaktionen bis hin zu tödlichem Verlauf führen. Daher ist das Wissen über Allergien für Sie genauso wichtig wie für die behandelnden Ärzte, das Führen eines Allergiepasses ist sinnvoll.

Einen Allergiepass können Sie kostenlos unter

www.vividabkk.de/de/leistungen-versicherung/leistungen-von-a-bis-z/allergiepass

herunterladen und ausdrucken.

Bei Fragen rund um das Thema Allergien oder wenn Sie Hilfe benötigen, können Sie uns unter info@medqn.de kontaktieren.

Heuschnupfen – packen Sie die Allergie bei den Wurzeln

Das Therapiespektrum des Heuschnupfens umfasst auch die Hyposensibilisierung. Sie ist die einzige Therapieform, die die Ursache der Allergie behandelt – wenn Sie die Geduld dafür aufbringen, denn die Behandlung dauert drei bis fünf Jahre.

Wenn das Heuschnupfen auslösende Allergen bekannt ist, kann eine ursächliche Behandlung der Allergie erfolgen, indem die Allergene, also z.B. die Pollen, in niedriger Dosierung und in regelmäßigen Abständen in Form von Spritzen, Tropfen oder Tabletten verabreicht werden.

Ziel der Hyposensibilisierung ist es, Ihren Körper allmählich an das bestimmte Allergen zu gewöhnen und das Immunsystem unempfindlicher gegen den allergieaus-

lösenden Reiz zu machen. Allergische Beschwerden beim Kontakt mit diesem Allergen bleiben nach und nach einfach aus. Gerade bei Heuschnupfen ist die Hyposensibilisierung erfolgsversprechend, der Krankheitsverlauf wird beeinflusst, die Entwicklung eines Asthma bronchiale kann häufig verhindert werden. Ein weiterer positiver Nebeneffekt: die Entwicklung weiterer Allergien kann reduziert werden.

Nase voll – welche Medikamente bei Heuschnupfen helfen

Es ist nicht immer möglich, den Kontakt mit der allergieauslösenden Substanz zu vermeiden. Daher treten immer wieder akute Symptomaten und Beschwerden auf. Was tun? Der Einsatz der klassischen antiallergischen Medikamente, die je nach Schwere der Symptomatik und der Lokalisation zur Verfügung stehen, kann helfen.

Antihistaminika blockieren im Körper die Andockstellen des Botenstoffes Histamin, der eine zentrale Rolle bei allergischen Reaktionen spielt. Meist werden sie als Tabletten, Saft oder Tropfen eingenommen. Bei Medikamenten der neueren Generation, sind Nebenwirkungen wie Müdigkeit deutlich seltener als früher. Augentropfen oder Nasensprays wirken direkt am Ort des Geschehens.

Glukokortikoide sind der Klassiker der antiallergischen Therapie. Medikamente wie z.B. Cortison haben neben der hoch effektiven antiallergischen Wirkung auch eine entzündliche Wirkung. Meist sind Kurzzeitanwendungen unkritisch, vor allem bei lokaler Anwendung mit z.B. Augentropfen. Bei langer, vor allem systemischer Einnahme muss mit schweren Nebenwirkungen und Langzeitschäden gerechnet werden.



Abschwellende Nasensprays: Manchmal ist die Anwendung dieser Sprays sinnvoll, da die Wirkung schnell eintritt und die Nase schnell „frei“ wird. Allerdings wird nur die Schwellneigung der Schleimhäute reduziert, es besteht kein antiallergischer oder entzündungshemmender Effekt.

Cromone: Cromone wirken als Mastzellstabilisatoren antiallergisch. Sie können auch bei Schwangerschaften gegeben werden. Ihre Wirkung ist weniger ausgeprägt als die der Antihistaminika, ihre Wirkung setzt auch langsamer ein. Treten bei Heuschnupfen Komplikationen auf, wie eine Bronchialobstruktion (Asthma bronchiale) müssen die natürlich symptom-spezifisch behandelt werden.

Hier könnte **IHRE ANZEIGE** stehen.
Für Informationen zur Anzeigenschaltung in **BOGESUND**
wenden Sie sich bitte an:

HVF VERLAG

Tel. 0234 - 287 8888 5 | bogesund@hvf-verlag.de

Achtung Zecken!

In unseren Breitengraden erwachen die Zecken im März aus ihrem Winterschlaf – in Abhängigkeit von den Temperaturen (wärmer als 7-10 Grad).

Bei milderen Temperaturen können Zecken auch ganzjährig aktiv sein. Zecken übertragen Krankheiten durch Weitergabe von Erregern. Dazu gehören das gefährliche FSME-Virus (Frühsommerencephalomyelitis) und die Borrelien. Wer sich viel im Freien aufhält, sollte prophylaktisch Maßnahmen einhalten.

Durch Zecken kann die Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) übertragen werden. Diese Viruserkrankung verläuft in verschiedenen schweren Stadien ab. Das Virus kann die Hirnhaut oder das gesamte zentrale Nervensystem angreifen. Durch den Zeckenbiss gelangt das Virus in den Körper. Es befindet sich im Speichel der Zecke. Selbst wenn man die Zecke sofort entfernt, kann das Virus übertragen worden sein. Je länger die Zecke verbleibt und saugt, umso größer ist die Gefahr der Infektion. Nicht jede Zecke ist mit dem Virus infiziert, man schätzt, dass bis zu 5 Zecken von 100 das Virus übertragen können.

Borreliose ist eine bakteriell verursachte Erkrankung, die durch Zeckenstiche (nicht Bisse) übertragen wird. Es gibt eine saisonale Häufigkeit, in Abhängigkeit der



Zeckenaktivität, also eher in der warmen Jahreszeit, im Frühjahr und Sommer. In unseren Breiten kommt die Lyme-Borreliose vor. Vom Stich bis zum Auftreten der Symptomatik vergehen Tage, manchmal auch Wochen und Monate. Nicht nach jedem Stich erfolgt eine Infektion. Die Bakterien sind im Kot der Zecke und gelangen nicht sofort in den Körper.

Im Krankheitsfall treten eine meist rundliche Hautrötung, grippeähnliche Sym-

ptome mit Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen auf. Die Neuroborreliose führt zu Missempfindungen, Lähmungen und Nervenschmerzen. Gelenkschmerzen kommen bei der Lyme-Arthritis vor. Die Herzmuskelentzündung (Lyme-Karditis) ist eine ernste Komplikation.

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V. - Regionalgruppe Bochum -



Deutsche Parkinson
Vereinigung e.V.

Warum Mitglied werden?
Erfahrungsaustausch mit anderen Erkrankten

Hilfe bei:
Rentenfragen, Fragen zum Grad der Behinderung (Versorgungsamt),
Fragen zur Pflege und dem Medizinischen Dienst,
Fragen zu den Krankenkassen sowie zu Heilverfahren
und vieles mehr ...

**Wir sind offen für alle an der Krankheit Interessierten.
Schauen Sie einfach mal herein.**

Kontakt:

Magdalene Kaminski, Leiterin der Parkinsonselbsthilfegruppe Bochum, Tel.: 0234 / 36 00 146, www.parkinson-bochum.de

IHRE WÜNSCHE UND ZIELE ALS PATIENT SIND WICHTIG!

Die Gesellschaft wird älter, auch in Bochum ist fast ein Drittel der Bevölkerung über 60 Jahre alt, Tendenz steigend. Genau deshalb ist es wichtig, dass in der Pflegeversorgung und auch in der medizinischen Behandlung eine Entwicklung, ein kultureller Wandel stattfindet. Der Patient sollte dabei immer im Mittelpunkt stehen und vor allem auch selber darüber entscheiden dürfen, wie er sich medizinische Behandlungen und auch das Sterben wünscht.

Hier setzt das Netzwerk „Behandlung im Voraus Planen in Bochum“ an. Koordiniert wird es vom Ambulanten Ethikkomitee Bochum e.V. Mit der Vorsitzenden Dr. Birgitta Behringer haben wir gesprochen.

Was ist das Ziel des Netzwerkes „Behandlung im Voraus Planen in Bochum“?

Unser grundsätzliches Ziel ist es, die Selbstbestimmung von Menschen, von Patienten zu stärken. Wir wollen, dass Menschen so behandelt werden, wie sie das möchten - so lange auch die medizinische Indikation dafür besteht. Wir wollen die Autonomie von Menschen stärken.

Wie ist diese Idee entstanden?

Am Anfang standen ethische Fallgespräche, da sind Fragen rund um die Behandlung aufgetaucht wie „Ist das das, was die Patienten überhaupt wollen?“

Wir haben häufig mit Menschen zu tun, die nicht mehr selbstständig für sich sprechen können und wir haben gemerkt, dass das größte Problem ist, dass Menschen im Vorfeld nicht darüber gesprochen hatten, wie sie behandelt werden möchten, wenn sie für sich selber nicht mehr sprechen können. Häufig hat keine Patientenverfügung vorgelegen und wenn es sie gab, konnte man oft nicht so viel damit anfangen, weil man daran zweifeln musste, ob die Leute wirklich verstanden hatten, worum es geht, was wichtig ist bei solchen Verfügungen. Wenn es gar keine Patientenverfügung gab, hatten häufig auch die Vorsorgebevollmächtigten und die Betreuer keinerlei Informationen darüber, wie sich der Patient Krankheit und Sterben vorstellt.

Wofür steht Behandlung im Voraus Planen?

Advance care planning ist schon seit Jahrzehnten in Amerika, Kanada und Neuseeland etabliert und wir haben festgestellt, dass das eine gute Sache ist, dass durch die Hilfe von sogenannten Gesprächsbegleitern Menschen die Möglichkeit bekommen, Patientenverfügungen vorzubereiten und zu schreiben. Auch in Deutschland gibt es eine Art Bewegung, es gibt Zentren wie zum Beispiel in Düsseldorf und jetzt in Bochum!

Es geht Ihnen also um mehr als nur die Patientenverfügung?

Genau. In unserem Netzwerk geht es nicht nur darum. Einerseits braucht man Menschen, die Leuten helfen, ihren Willen überhaupt zu äußern, diesen zu artikulieren. Aber es geht auch darum, dass wir den Willen von Menschen befolgen müssen, wir müssen uns damit beschäftigen, was es bedeutet, wenn in der Patientenverfügung etwa steht „Ich will nicht reanimiert werden“ oder „Ich möchte nicht auf eine Intensivstation“ – was müssen wir als Behandler denn dann tun? In so einem Fall muss man sich ja auch Gedanken machen.

Wie wichtig sind die Behandler?

Wir müssen das Zutrauen der Behandler erwerben. Wenn sie mit Patientenverfügungen in Kontakt kommen, dann sollen sie sagen können „Ja, dieser Patientenverfügung kann ich trauen, die ist gut vorbereitet, so gut wie das überhaupt möglich ist“.

Deswegen brauchen wir auch Notärzte mit im Boot, wir brauchen Gesprächsbegleiter, Trainer, wir sind aber auch auf die Unterstützung von Einrichtungen der stationären Pflege, Krankenhausärzte, Betreuer und Angehörige angewiesen. Wir brauchen Menschen, die bereit sind, sich mit uns auf den Weg zu machen, sich über diese Dinge mit uns gemeinsam Gedan-



Frau Dr. Behringer

ken zu machen, das zu verschriftlichen, zu artikulieren.

Ist das alles nur durch Ehrenamtliche abgedeckt?

Im Hospiz- und Palliativgesetz gibt es den Paragraphen 132g, der besagt, dass Einrichtungen der stationären Pflege und Einrichtungen für Menschen mit geistigen Behinderungen ausgebildete Gesprächsbegleiter anstellen müssen, damit diese die Bewohner unterstützen, Patientenverfügungen zu schreiben. Das ist eine enorme Hilfe, denn so wird dieser Teil wenigstens bezahlt.

Es ist natürlich sehr schön, dass Einrichtungen der stationären Pflege die Möglichkeit haben, bezahlte Mitarbeiter zu haben, die das machen.

Die Gesprächsbegleiter gibt es bis jetzt nur in Einrichtungen?

Es gibt auch welche, die nicht in einer Einrichtung arbeiten und wir überlegen auch tatsächlich, ob wir als ambulantes Ethikkomitee solche Adressen weitergeben, weil es schon Gesprächsbegleiter gibt, die eine Ausbildung haben, die nicht in Heimen arbeiten und an die sich jeder wenden könnte. Das betrachten wir im Moment aber noch mit einer gewissen Vorsicht, weil Patientenverfügungen in einem geschützten Raum entstehen und lebendig sind.

Wenn sich im Leben eines Patienten etwas ändert, wenn sich also auch seine Patientenverfügung, seine Wünsche für zukünftige Behandlungen ändern, ist das natürlich in einer stationären Einrichtung, wo alle ein bisschen mit auf den Pati-

enten aufpassen und wissen, worum es geht, einfacher.

Was wäre da im ambulanten Bereich anders?

Für mich als Hausärztin wäre es natürlich sehr toll, wenn ich wüsste, dass ich die Patienten zu jemandem schicken kann, der mit ihnen gemeinsam eine Patientenverfügung verfasst. Ich muss nur irgendwie auch dafür sorgen, dass die Patientenverfügung angepasst wird, wenn sich bei meinen Patienten etwas ändert – beispielsweise wenn sie umziehen, weitere Krankheiten erleiden oder wenn sich an ihrem Willen etwas ändert.

Bei allen Beteiligten muss wirklich das Bewusstsein da sein, dass die Patientenverfügung ein lebendiger Prozess ist.

Das heißt, dass man die Patientenverfügung regelmäßig wieder überprüfen sollte?

Sollte man auf jeden Fall, auch wenn das rein rechtlich nicht vorgesehen ist. Aber man möchte sich ja darauf verlassen können, auch als behandelnder Arzt. Als Ärztin möchte ich nicht riskieren, dass ich etwas tue, was gar nicht mehr gültig ist. Deswegen ist es immer sinnvoll, regelmäßig noch mal darüber zu schauen, ob sich das eine oder andere nicht vielleicht doch verändert hat.

Wann ist der richtige Zeitpunkt, sich mit dem Thema Patientenverfügung zu beschäftigen?

Sobald man den Führerschein macht! Das betrifft ja auch schon junge Leute, wenn sie z.B. nach einem Unfall querschnittgelähmt sind. Wir Menschen müssen immer damit rechnen, dass es vielleicht mal nicht so gut läuft im Leben, wie wir uns das vorstellen.

Es geht doch um die Haltung, über die wir Menschen insgesamt nachdenken müssen. Es geht nicht immer nur vorwärts, sondern wir können auch hilfsbedürftig werden und es ist sinnvoll, sich grundsätzlich Gedanken darüber zu machen, wie wir dazu stehen. Das betrifft natürlich auch die Jüngeren und ich finde das enorm wichtig.

Bei jungen Menschen ist es in der Regel ja so, dass sie am Leben hängen, viel Kraft haben, medizinische Behandlung zu ertragen, aber da ist es wichtig, schon mal die Grundlagen zu legen und zu sagen, es gibt bestimmte Dinge, die wären für mich nicht schön.

Welche Tipps haben Sie für Menschen, die jetzt sagen: okay, ich möchte mich mit einer Patientenverfügung beschäftigen?

Im Moment haben wir Gesprächsbegleiter in Heimen und nur bedingt welche, die extern beraten. Und diese können dann auch nicht umsonst arbeiten. Der Hausarzt wäre zunächst die richtige Adresse, weil Sie darüber sprechen müssen, welche Erkrankungen Sie haben, wie Ihre Prognose ist.

Aber am wichtigsten ist es eigentlich, darüber nachzudenken: Wie gerne leben Sie? Wie wichtig ist es für Sie, lange weiterzuleben? Darf medizinische Behandlung dazu beitragen, Ihr Leben auch zu verlängern? Und gibt es Grenzen? Gibt es Dinge, die Sie nicht erleben möchten?

Vielleicht haben Sie Bilder vor Augen, wenn Sie z.B. Menschen kennengelernt haben, bei denen Sie sagen, wenn ich in einem solchen Zustand wäre... da möchte ich nicht hin oder so lange behandelt werden. Das sind glaube ich die wichtigsten Fragen, mit denen man sich selber schon mal beschäftigen kann.

Wie sind die momentanen Strukturen in Bochum? Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Die Netzwerkbildung ist derzeit im vollen Gange, wir beginnen in den Einrichtungen der stationären Pflege. Zum Netzwerk gehören die Geschäftsführer der Wohlfahrtsverbände, die sagen: Ja, in unseren Einrichtungen soll das stattfinden, wir wollen Gesprächsbegleiter beschäftigen und wir schließen uns auch dem Netzwerk an und unsere Gesprächsbegleiter dürfen bei den regelmäßig stattfindenden Qualitätszirkeln teilnehmen, damit wir uns weiterentwickeln.

Auch der ärztliche Rettungsdienst hat großes Interesse, dass wir in Bochum Strukturen entwickeln, dass wir z.B. den ärztlichen Notfallbogen gemeinsam überlegen und, dass wir die Strukturen gemeinsam verbessern und bei Notfällen mit diesen Patientenverfügungen auch wirklich umgehen können.

Wir haben auch schon Krankenhäuser, die mit Verfügungen arbeiten – es gibt sogar welche, die schon Gesprächsbegleiter angestellt haben. Es gibt aber auch Krankenhäuser, die jetzt neu dazu kommen und sagen: Wir sind interessiert an euch, wir beteiligen uns bei der nächsten Netzwerkkonferenz. Also es ist wirklich viel im Gange.

Wie wichtig sind ambulante Strukturen?

Nicht nur Menschen in Einrichtungen haben das Bedürfnis, auch andere hochbetagte Menschen, Menschen mit und ohne chronische Erkrankungen – auch für die wollen wir ein Netzwerk schaffen.

Ich liebe Netzwerke! Da gibt es in den verschiedenen Stadtteilen in Bochum schon Bestrebungen, Einrichtungen oder Bewegungen, die darauf ausgerichtet sind, dass die Bedürfnisse der Bürger gesehen werden und man ihnen weiterhilft. Eine Hilfe wäre die gesundheitliche Vorausplanung.

Also geht es eigentlich nur, wenn viele an einem Strang ziehen?

Das schöne ist natürlich, wenn in einem sozialen Netzwerk oder einem gesundheitlich geprägten sozialen Netzwerk viele Leute zusammenkommen, die dann wissen, wo die Angebote für die Bürger sind und wer welche Angebote macht.

Was ist Ihnen noch wichtig?

Wir wollen Bürgern helfen und wollen, dass man weiß, wo im regionalen Netzwerk man sich an jemanden wenden kann, dass auch der Arzt weiß, an wen er sich wenden kann, wenn er seine Patienten unterstützen will.

Wir bieten regelmäßig Qualitätszirkel für Bürger und für die Gesprächsbegleiter an, auch online. Das hat zunehmend gute Resonanzen. Das Interesse von den Professionellen ist größer geworden.

Es ist wichtig, dass wir, das Ambulante Ethikkomitee und unser Netzwerk Behandlung im Voraus Planen in Bochum, bekannt werden – deshalb freue ich mich auch über dieses Interview!

Vielen Dank!

Ambulantes Ethikkomitee e.V. (AEB)
/ Netzwerk „Behandlung im Voraus
Planen in Bochum“

Geschäftsstelle am Heerbusch 3,
44894 Bochum

www.ethikkomitee-bochum.de;
info@ethikkomitee-bochum.de

Telefon: 015257170697,
Telefax: 023457926519

Gut geschützt in der Corona-Zeit

Einen hundertprozentigen Schutz vor dem Coronavirus gibt es nicht. Doch schon einfache Maßnahmen tragen dazu bei, das Ansteckungsrisiko deutlich zu senken.

AHA ist das A und O

Das Coronavirus wird über kleinste Tröpfchen übertragen. Das Tückische: Schon vor Auftreten möglicher Krankheitszeichen werden die Erreger von infizierten Personen beim Husten, Niesen oder Sprechen ausgestoßen und können bei Kontakt mit den Atemschleimhäuten anderer Menschen die Krankheit übertragen.

Ob Erkältung, Grippe oder Corona – die AHA-Regel hilft, sich vor einer Ansteckung zu schützen: Abstand wahren, auf Hygiene achten und – da wo es eng wird – eine Atemschutzmaske tragen.

Welche Atemschutzmaske ist die richtige?

Ob zertifizierter Mund-Nasen-Schutz oder FFP2-Maske – das Angebot an medizinischen Mund-Nasen-Bedeckungen ist mittlerweile recht umfangreich. Grundsätzlich gilt: Tragen Sie eine Atemschutzmaske immer dann, wenn Sie im öffentlichen Raum den Mindestabstand von 1,5 Metern zu anderen Personen nicht zuverlässig einhalten können, etwa beim Einkaufen oder im öffentlichen Personennahverkehr.

Während medizinische Gesichtsmasken (OP-Masken) in erster Linie andere Menschen vor abgegebenen infektiösen Tröpfchen des Mundschutzträgers schützen sollen, bieten partikelfiltrierende Halbmasken (FFP-Masken) sowohl einen Fremdschutz als auch einen Eigenschutz.

Unterstützen Sie Ihr Immunsystem, damit es Sie unterstützen kann

Stärken Sie Ihre Abwehr rechtzeitig, um sich dem Kampf gegen Bakterien, Viren und Co. zu stellen:

- Ernähren Sie sich gesund und ausgewogen. Frisches Obst und Gemüse versorgen Ihren Körper mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. Auch Fisch sollte einen festen Platz auf Ihrem Speiseplan einnehmen. Denn er ist reich an den äußerst gesunden Omega-3-Fettsäuren. Trinken Sie über den Tag verteilt mindestens zwei Liter Flüssigkeit. Ideale Durstlöscher

sind Mineralwasser und Saftschorlen sowie Früchte- und Kräutertees.

- Bewegen Sie sich möglichst viel an der frischen Luft. Das befeuchtet die Schleimhäute der Atemwege und beugt so Infektionen vor. Lüften Sie daheim regelmäßig und befeuchten Sie Ihre Nasenschleimhäute mehrmals täglich mit einem salzhaltigen Nasenspray. Präparate mit dem Wirkstoff Dexpanthenol sorgen für eine Extraportion Pflege.
- Achten Sie auf eine ausreichende Versorgung mit Vitamin C, denn es gilt als eines der wichtigsten Vitamine zur Unterstützung des Immunsystems. Auch das Spurenelement Zink stärkt die Abwehr. Als gute Zinkquellen gelten etwa Haferflocken, Hülsenfrüchte oder Milchprodukte. Obwohl die Deutsche Gesellschaft für Ernährung eine Dosis von 15 mg pro Tag empfiehlt, nehmen wir gerade einmal 5 bis 11 mg Zink über die Nahrung auf. Daher ist es gerade in der Corona-Zeit sinnvoll, die Abwehr mit einem hoch dosierten Zinkpräparat aus Ihrer Apotheke zu stärken. Ähnlich wie Zink ist auch Selen an der Stärkung der Abwehrkräfte beteiligt. Ihr Apothekenteam empfiehlt Ihnen gerne das passende Mittel.

Immer schön entspannt bleiben

Ob Kontaktbeschränkungen oder Angst vor Ansteckung: Die Corona-Pandemie stellt uns vor große Herausforderungen. Doch in Stresssituationen läuft unser Immunsystem auf Sparflamme. Lassen Sie Körper und Geist daher öfter einmal zur Ruhe kommen, denken Sie positiv und bleiben Sie trotz Distanz mit Ihren Freunden und Bekannten in Verbindung, etwa per Telefon oder Videochat. Auch Entspannungstechniken wie Autogenes Training oder die Einnahme eines pflanzlichen Arzneimittels, etwa mit Extrakten aus Lavendel oder Passionsblumenkraut, können für mehr Entspannung sorgen. Ihr Apothekenteam hilft Ihnen gern bei der Auswahl des geeigneten Mittels und berät Sie auch zu möglichen Neben- und Wechselwirkungen.

Ihre Apotheke vor Ort: Gut versorgt trotz Corona-Lockdown

Wer auf Arzneimittel angewiesen ist, erhält diese auch während der Corona-Pan-



demie zuverlässig aus seiner Apotheke vor Ort. Dazu muss man nicht einmal das Haus verlassen. Denn der Botendienst der Apotheke liefert die benötigten Medikamente schnell und sicher direkt bis an die Haustür – in der Regel noch am selben Tag.

So können vor allem ältere Menschen und Personen mit Vorerkrankungen das Risiko einer Ansteckung minimieren. Dabei ist das Ansteckungsrisiko in der Apotheke sehr gering. Denn seit jeher haben sich Apotheken berufsmäßig mit Hygiene beschäftigt. Und jetzt in der Corona-Pandemie wurden die hohen Hygiene Standards noch einmal weiter verschärft: Desinfektionsmittel, Plexiglaswände, Abstandsregeln und Schutzmasken. Alles, um die Kunden und natürlich auch die Mitarbeiter der Apotheke zu schützen.



**Apothekerin
Dr. Sabrina-Schröder-Hickery (e. K.),
Inhaberin der Amts-Apotheke
in Bochum-Langendreer**

Möglichkeiten und Grenzen der klassischen Naturheilverfahren bei COVID-19 Infektionen

Immer wieder fragen auch niedergelassene Ärztinnen und Ärzte bei uns an, ob es Arzneipflanzen gibt, die eine antivirale Wirkung, auch bei COVID-19 Infektionen haben, zumal einige kommerzielle Anbieter in der Fach- und Laienpresse damit werben.

Hier ist Vorsicht geboten, da auf dem Gebiet der Vielstoffgemische nicht jede Wirkung der Inhaltsstoffe auch eine Wirksamkeit nach sich zieht. Es gibt hierzu bei COVID-19 Infektionen zunehmend experimentelle Testungen (Polansky H, L. Gillad (Coronavirus (COVID-19), First Indication of Efficacy of Gene-Eden-VIR/Novirin in SARS-CoV-2 Infections. Int J Antimicrob Agents. 2020 Apr 10) jedoch keine humanpharmakologischen Daten, die zeigen, ob der Wirkstoff am Zielorgan in ausreichender Konzentration ankommt.

Der therapeutische Nutzen eines pflanzlichen Arzneimittels kann ausschließlich aufgrund seiner klinischen Anwendungen beurteilt werden. Die in experimentellen Untersuchungen festgestellten pharmakologischen Wirkungen sind lediglich Surrogate, die der humanpharmakologischen klinischen Überprüfung bedürfen.

Zwar gibt es einige Untersuchungen bezüglich Süßholz (Glycyrrhizin-Säure) bei der Lungenkrankheit SARS. Dies ist jedoch bis heute nicht klinisch belegt worden, obwohl bereits im Jahre 2003 die ersten Ergebnisse sogar im Lancet publiziert wurden (Cinatl J, Morgenstern B, Bauer G, Chandra P, Rabenau H, Doerr HW: Glycyrrhizin, an active component of liquorice roots, and replication of SARS-associated coronavirus. Lancet. 2003 Jun 14;361(9374): 2045-6.).

Solche Beiträge sind begrüßenswert, gelten aber in der jetzigen Situation als ephe-mere Mitteilungen, die nicht nur Patienten und Ärzte verunsichern, sondern auch der Phytotherapie schaden können. Und zwar immer dann, wenn beispielsweise Nahrungsergänzungsmittel auf den Markt kommen, die diese Naturstoffe enthalten und mit einer Wirkung bei COVID-19-Infektionen in Verbindung gebracht werden. Es besteht dabei die große Gefahr der Irreführung von Patienten, da suggeriert wird, dass Nahrungsergänzungsmittel - Arzneimittel gibt es auf diesem Gebiet derzeit noch nicht - zu einer klinischen Wirkung bei COVID-19 führen könnten.

Es kann demnach konstatiert werden,

dass derzeit keine pflanzlichen Arzneimittel oder andere Zubereitungen auf dem Markt verfügbar sind, die bei COVID-19-Infektionen in der Prophylaxe und in der Behandlung nachgewiesenermaßen evidenzbasiert einzusetzen und zu empfehlen wären. Dies gilt auch für andere klassische Naturheilverfahren, wie die Hydro-/Thermotherapie, Ernährungstherapie, Ordnungstherapie und Bewegungstherapie und Massage sind nicht geeignet prophylaktisch COVID-19 vorzubeugen bzw. zu behandeln. Hier ist das schulmedizinische Equipment mit intensivmedizinischem Schwerpunkt unumgänglich, vor allem aber auch die bekannten Regeln, wie Abstand, Maske, Impfung etc..

Ganz anders verhält es sich hingegen bei der Behandlung von Long-COVID. In der Klinik für Naturheilkunde haben wir in den letzten Monaten einige Patienten bei Z.n. Corona-Infektionen mit anhaltendem Beschwerdebild von niedergelassenen Ärzten zur stationären Behandlung zugewiesen bekommen.

Es hat sich gezeigt, dass die stationäre naturheilkundliche Komplexbehandlung hier mit einer bestimmten Ausrichtung zur COVID-Infektion-Symptomatik, ganz hervorragende Besserung erbringen konnte.

Dies bedeutet, dass im Ruhrgebiet Patienten mit Long-COVID-Symptomatik in die Klinik für Naturheilkunde mit einer fach- oder hausärztlichen Verordnung eingewiesen werden können, wobei die Krankenkassen die Kosten übernehmen. Es ist keine ortsfremde Behandlung, beispielsweise in einer Rehaklinik, notwendig. Deshalb soll zur Wirksamkeit der klassischen Naturheilverfahren eine Beobachtungsstudie zu Long-COVID aufgesetzt werden, um die bisherigen guten Erfahrungswerte einschätzen zu können.

Zusammenfassung

Klassische Naturheilverfahren und hier vor allem die Phytotherapie können in der Prophylaxe und Behandlungen von akuten COVID-19-Infektionen nicht evidenzbasiert eingesetzt und empfohlen werden.

Hier ist vor allem vor Irreführung der Bevölkerung durch Angebote aus der Industrie zu warnen. Im Gegensatz dazu können Long-COVID-Symptome mit klassischen Naturheilverfahren im stationären Bereich, wie z.B. in der Klinik für Naturheilkunde in Hattingen-Blankenstein, den

ersten Beobachtungen zufolge erfolgreich behandelt werden, so dass die Patienten nach Entlassung wieder ihrem Alltag nachgehen können.



Prof. Dr. med. André-Michael Beer
 Direktor der Klinik für Naturheilkunde
 Klinik Blankenstein, Hattingen
 Im Vogelsang 5-11
 45527 Hattingen
 Telefon 02324/396 72 485
naturheilkunde.klinikum-bochum.de

Nicht das Alleinsein macht einsam, sondern das Gefühl allein zu sein – Einsamkeit bei älteren Menschen nicht nur während der Corona-Pandemie

Was ist Einsamkeit?

Um sich dem Thema Einsamkeit zu nähern, ist es zunächst einmal wichtig zu wissen, was genau der Begriff Einsamkeit bedeutet. Dabei ist es eine Möglichkeit auf Definitionen von Experten zurückzugreifen. Weiss unterscheidet zwei Formen der Einsamkeit: Die „soziale Einsamkeit“, die bspw. durch die soziale Isolation nach einem Umzug entstehen kann und die „emotionale Einsamkeit“, das Fehlen einer stabilen Bezugsperson, keinen Menschen zu haben, mit dem Freud und Leid geteilt werden können. Insbesondere wichtig ist die Bedeutung der eigenen Bewertung und welche Rolle diese beim Thema Einsamkeit spielt. Aus Sicht von Patienten mit Depressionen und Ängsten wird Einsamkeit u.a. mit folgenden Begriffen definiert: „Hilflosigkeit“, „Verluste von geliebten Menschen“, „Flucht in den Dauerschlaf“, „einen Selbstwertpegel von null“, „trotz vieler Menschen mich einsam zu fühlen“, „Unwohlsein, Unruhe, Magenprobleme“, „Verzweiflung“, „Schamgefühle“, „ausgegrenzt, nicht beachtet“, „wenn ich keine Hilfe bekomme“, „mich unverstanden fühlen“, „mich nicht mitteilen können“, „mich fremd fühlen“, „zu hoffen angesprochen zu werden“. Die Definitionen der Patienten machen deutlich auf welche vielfältige Art Einsamkeit erlebt und empfunden werden kann: Einsamkeit kann alle vier Ebenen „Körper“, „Gedanken“, „Gefühle“ und „Verhalten“ beeinflussen.

Bin ich einsam, weil ich depressiv bin oder bin ich depressiv, weil ich einsam bin?

Einsamkeit und Depression haben Gemeinsamkeiten. Es sind beides Zustände, die als unangenehm erlebt werden, die häufig zusammen auftreten und, die das Gefühl der Selbstwirksamkeit und der persönlichen Kontrolle reduzieren. Jedoch gibt es auch Unterschiede zwischen Einsamkeit und Depression. Zunächst einmal ist zu sagen, dass die Depression eine psychische Erkrankung darstellt, während Einsamkeit zwar als unangenehm erlebt werden kann, jedoch keine Erkrankung ist. Die Depression ist u.a. gekennzeichnet durch eine bedrückte Stimmungslage, Denk- und Antriebsstörungen sowie eine Interessen- und Lustlosigkeit. Insbesondere aufgrund des reduzierten Antriebs und des reduzierten Selbstwertgefühls in der Depression kann diese zu sozialer



Isolation und Einsamkeit führen. Einsamkeit, in Abgrenzung zur Depression, ist ein Zustand der Rastlosigkeit und Spannung, des Unbehagens und des Kummers. Im besten Fall löst das Einsamkeitserleben einen positiven Veränderungsprozess aus und ein Suchbedürfnis wird in Gang gesetzt, um den als unangenehm empfundenen Zustand zu beenden. Im schlechtesten Fall kann ein permanent vorhandenes Einsamkeitserleben mitverantwortlich sein für die Entwicklung einer Depression.

Welche Rolle spielt die eigene Bewertung?

Die eigene Bewertung spielt eine wesentliche Rolle beim Empfinden von Einsamkeit und stellt somit einen Ansatzpunkt für mögliche Veränderung dar. Leide ich unter einer negativen Einstellung gegenüber den Motiven anderer Menschen und zweifle bspw. die Gründe an, weshalb diese Zeit mit mir verbringen, so kann diese Art und Weise zu denken und zu bewerten ein Grund für das Erleben von emotionaler Einsamkeit sein. Besteht im Gegensatz dazu eine positive Kontrollüberzeugung hinsichtlich der Herstellung von Kontaktmöglichkeiten und werden die eigenen Fähigkeiten diesbezüglich als vorhanden und kompetent bewertet, so besteht i.d.R. ein positives Bewertungsmuster, das zu einem Gefühl des Eingebundenseins und der Sinnhaftigkeit des eigenen Daseins beitragen kann. Relevant ist auch wie Alleinsein bewertet wird – Menschen, die zwischen Alleinsein und Einsamkeit unterscheiden können alleine sein und sich

dabei wohl fühlen und müssen sich nicht zwangsläufig einsam fühlen. Ein weiterer wichtiger Faktor, der bei der Bewertung der eigenen Situation eine Rolle spielt, ist der Aspekt der sozialen Erfüllung. Ältere Menschen, die ihre Lebenssituation als sozial erfüllt bewerten, fühlen sich in der Regel am wenigsten einsam. Das Merkmal soziale Erfüllung beinhaltet 1. Genug Freunde haben, 2. genug zu tun zu haben und 3. sich gebraucht zu fühlen.

Was kann ich tun?

Das Älterwerden kann mit diversen Verlustenerfahrungen verbunden sein. Nicht nur Verluste von wichtigen und geliebten Menschen können geschehen, sondern auch Verluste von kognitiven und verhaltensmäßigen Fertigkeiten, Sinnesleistungen (sehen, hören, schmecken) und Gewohnheiten (Sport treiben), Lebensrollen (z.B. Rolle als Arbeitnehmer). In dieser Lebensphase kann es daher zu Einsamkeitserleben und Sinnlosigkeitsempfinden kommen. Was kann man tun, um mit Belastungen und Lebensveränderungen beim Älterwerden besser zurecht zu kommen? Zunächst einmal ist es wichtig anzuerkennen, dass das Älterwerden mit schwierigen Erfahrungen verbunden ist und, dass es wichtig ist darüber zu sprechen.

Die Akzeptanz und das Sprechen darüber ist für Betroffene häufig schambehaftet und schwierig. Handelt es sich nicht mehr „lediglich“ um Einsamkeitserleben, sondern um eine psychische Erkrankung,

wie die Depression, so besteht die Möglichkeit eine Psychotherapie zu machen. Auch im höheren Lebensalter kann dies sinnvoll sein, um zu lernen anders mit Gedanken umzugehen, anders zu bewerten, Ressourcen können aktiviert werden und somit auch das Selbstvertrauen gestärkt werden. An dieser Stelle ist das s.g. SOK-Modell erwähnenswert. Beim SOK-Modell geht es um die Selektion, die Auswahl bzw. Veränderung von Zielen und Verhaltensbereichen, die Optimierung und Kompensation. Die Optimierung bezieht sich auf die Stärkung und Nutzung vorhandener, zielrelevanter Handlungsmittel und Ressourcen (z.B. Gestaltung des Wohnraums, Pflegedienste, Einkaufshilfen, Familie, Gemeinde). Die Kompensation zielt auf die Schaffung, das Training und die Nutzung neuer Handlungsweisen, Fertigkeiten, Ressourcen und Hilfsmittel ab. In einer Therapie ist es wichtig unterstützend vorzugehen und ressourcenorientiert, das heißt Stärken und Fähigkeiten aufzudecken und dadurch das Selbstvertrauen zu stärken. Wichtig ist, dass dabei das Training und die Nutzung (neuer) Handlungsweisen, Fertigkeiten, Ressour-

cen und Hilfsmittel gefördert wird, da der Gebrauch von Fähigkeiten zu ihrer Entwicklung beiträgt und ihr Nichtgebrauch zur Verkümmern.

Fazit:

Die Aufrechterhaltung sozialer Aktivität und des sozialen Integriertseins hat einen schützenden Effekt bzgl. der Entstehung von Krankheiten, wie einer Depression, im Alter. Das systematische Erproben, den Aktionsradius zu erweitern, ist mit psychotherapeutischer Unterstützung erfolgreich durchführbar. In Pandemie-Zeiten müssen vor allem die digitalen Möglichkeiten z.B. Videotelefonie, welche nach den Face-to-Face-Kontakten das stärkste miteinander vor nur Telefon und Schreiben bedeutet, bei Älteren ausgebaut werden,

Möglichkeiten der Kontaktaufnahme in Bochum (jetzt auch vielfältig digital):

In Bochum gibt es verschiedene Möglichkeiten der Kontaktaufnahme. Zum Beispiel:

- Selbsthilfe-Kontaktstelle Bochum, mit diversen Gruppenangeboten, u.a. auch für Senioren „Kontakte – Initiative älterer Menschen in Bochum e.V.,
- die Seniorenbüros der verschiedenen Stadtteile, z.B. bei Fragen wie: Wie und wo finde ich neue Kontakte?, Welche Wohnmöglichkeiten gibt es im Alter?, Wer hilft mir, wenn ich mich nicht mehr alleine versorgen kann? sowie diverse Freizeitangebote: z.B. Stadtteilspaziergänge, Sprachcafé, Smartphonekurs, Hockergymnastik,
- Familienbildungsstätten bspw. der Stadt Bochum, ebenfalls mit diversen Angeboten wie Bewegungsangeboten, Musik- und Tanzangeboten, Gedächtnistraining, etc..

Marion Mohr und Georg Juckel

LWL-Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum



*Elsbeth
aus Altenbochum,
85 Jahre*



IN BOCHUM ZU HAUSE.

Professionelle Pflege und
herzliche Atmosphäre unter
einem Dach. Mehr unter:

Tel. 0234 9352-900

www.sbo-bochum.de

NEUES AUS BOCHUM

Neuer Medizinmanager im Bergmannsheil

Wolfram Schwegmann verantwortet Medizincontrolling, Patientenmanagement und Medizinische Servicebereiche

Wolfram Schwegmann ist neuer Medizinmanager im BG Universitätsklinikum Bergmannsheil. Der 59-jährige ist zuständig für das Medizincontrolling, das Patientenmanagement und die Medizinischen Servicebereiche der Klinik. Gemeinsam mit seinem Team verantwortet er die administrativen Abläufe von der Patientenaufnahme bis zur Entlassung und stellt die leistungsgerechte Dokumentation aller erbrachten Maßnahmen in der Patientenversorgung sicher. Zuletzt arbeitete Schwegmann im Schweizer Paraplegikerzentrum in Nottwil und leitete dort das Medizincontrolling.



Bild: Wolfram Schwegmann – Bildnachweis: M. Kaiwey, Bergmannsheil

„Brückenbauer“ zwischen Leistungserbringung und Abrechnung „Wolfram Schwegmann ist ein ausgewiesener und erfahrener Experte und ist mit den aktuellen Anforderungen der Prozesssteuerung und Abrechnung von Krankenhausleistungen bestens vertraut“, sagt Dr. Tina Groll, Geschäftsführerin des Bergmannsheils. „Mit seiner Hilfe wollen wir die Abläufe im Bergmannsheil weiter optimieren und unser Haus auch für die Zukunft bestmöglich aufstellen.“

Swegmann selbst sieht sich und sein Team als „Brückenbauer“ zwischen Leistungserbringung und Leistungsabrechnung im Bergmannsheil: „Wir unterstützen die Kolleginnen und Kollegen in Medizin, Pflege und Therapie dabei, die erbrachten Leistungen sachgerecht zu dokumentie-

ren und im Abrechnungssystem abzubilden.“ Von der Schweiz zurück nach Bochum Schwegmann, geboren in Leverkusen und aufgewachsen im Ruhrgebiet, hatte zunächst lange Zeit als Krankenpfleger gearbeitet und sich parallel im Bereich Medizincontrolling weiterqualifiziert. 2002 wurde er Leiter des Medizincontrollings im Marien Hospital Herne, anschließend wechselte er 2011 an das Schweizer Paraplegiker-Zentrum Nottwil. Hier war er Leiter für Medizincontrolling und medizinische Kodierung. Nach seiner Rückkehr nach Deutschland nahm er zum 1. April 2021 die Position des leitenden Medizinmanagers im Bergmannsheil an. „Ich freue mich sehr auf die neue Herausforderung: Das Bergmannsheil ist ein renommiertes Haus mit einem sehr breiten und spannenden Leistungsspektrum.

Ich möchte mit meinen Ideen und Impulsen dazu beitragen, die Strukturen und Prozesse weiterzuentwickeln und im Sinne unserer Patienten und unseres Hauses bestmöglich zu gestalten“, sagt Schwegmann.

Hier könnte **IHRE ANZEIGE** stehen.
Für Informationen zur Anzeigenschaltung in **BOGESUND**
wenden Sie sich bitte an:

HVF VERLAG

Tel. 0234 - 287 8888 5 | bogesund@hvf-verlag.de

Die Macht der Bilder – Wissenschaftler untersuchen ihren Einfluss bei der Magersucht

Anorexia nervosa: Grundlagen-Studie des LWL-Universitätsklinikums Bochum testet belohnende Reize anhand von Bildern. Als Fachbeitrag im renommierten International Journal of Eating Disorders veröffentlicht.

Bilder vermitteln Botschaften und haben gerade in Zeiten von Social Media großen Einfluss auf Gedanken, Gefühle und Stimmungen – im positiven wie auch negativen Sinne. Im Zusammenhang mit der Anorexia nervosa lässt eine an der Medizinischen Fakultät der Ruhr-Universität Bochum abgeschlossene Doktorarbeit von Ann-Kathrin Kogel neue Aufschlüsse hinsichtlich der Präferenzen von betrachteten Bildern zu, die im Verlauf der gefährlichen Essstörung eine Bedeutung haben. Thema der in Kooperation zwischen der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im LWL-Universitätsklinikum Bochum und dem Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie der Otto-Friedrich-Universität in Bamberg bearbeiteten Studie: Identifikation störungsspezifisch belohnender visueller Stimuli bei Anorexia nervosa. Nun wurde die Studie als Fachartikel im renommierten International Journal of Eating Disorders veröffentlicht.

Bei der Magersucht ist die Wahrnehmung des eigenen Körperbilds bzw. das Körperbewusstsein gestört. Betroffene erachten sich als zu dick, obwohl sie in krankhaftem Ausmaß bis hin zu einem lebensbedrohlichen Untergewicht abnehmen. Inwiefern störungsspezifisch belohnende Reize auf Bildern eine Bedeutung für diese Essstörung haben, liefert die Studie

unter Leitung von Prof. Dr. Martin Diers, zuständig für Klinische und Experimentelle Verhaltensmedizin in der LWL-Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, einen neuen Ansatz. „Im Vordergrund der Untersuchung steht die Belohnung und damit verbunden die Frage: Welche Stimuli sorgen möglicherweise am besten für die Motivation, immer mehr abzunehmen?“, erklärt der Grundlagenforscher und Psychologe den Hintergrund der Studie.

Die Bedeutung des Belohnungssystems für die Entstehung und Aufrechterhaltung der Anorexia nervosa wurde bereits in mehreren Studien mit funktioneller Bildgebung untersucht. So wurde bisher oft von der Annahme ausgegangen, dass vor allem die Betrachtung von Bildern mit untergewichtigen Körpern einen bedeutenden Impuls liefert. Aufgrund der unzureichenden Datenlage wurden in der aktuellen Studie weitere Stimuli ermittelt, die spezifisch für Patientinnen mit Anorexie als belohnend analysiert worden waren. Die Wissenschaftler identifizierten die sechs Unterkategorien Gesundes Essen, Anerkennung durch andere, Disziplin, Dünne Körper, Gewichtsverlust und Sport. Den Kategorien wurde entsprechendes Bildmaterial zugeordnet. Patientinnen mit Anorexie sowie Gesunde bewerteten diese Bilder ebenso wie neutrale Bilder (z.B. Eimer, Locher, Stuhl). Ein Ergebnis bestand unter anderem darin, dass die Patientinnen mit Anorexie die störungsspezifischen Reize höher bewerteten als Gesunde. Die Konfrontation mit diesen Reizen (Triggern) könnte somit als bedeutsam für die Entstehung und Aufrechterhaltung der



Prof. Dr. Martin Diers - zuständig für die Klinische und Experimentelle Verhaltensmedizin in der LWL-Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Ruhr-Universität Bochum - hat die Anorexie-Studie geleitet. (Bildquelle: LWL-Universitätsklinikum Bochum/Dietmar Wäsche)

Anorexie erachtet werden. „Die Resultate unserer Studie sind aussagekräftig und eignen sich für Folgestudien“, so Prof. Diers abschließend.

Hier könnte **IHRE ANZEIGE** stehen.
Für Informationen zur Anzeigenschaltung in **BOGESUND**
wenden Sie sich bitte an:

HVF VERLAG

Tel. 0234 - 287 8888 5 | bogesund@hvf-verlag.de

Deutscher Telemedizin-Preis 2021: OMPRIS erreicht den 3. Platz

Bochumer Projekt überzeugt durch E-Health-Lösungen in der Online-Therapie. Forscher:innen und Therapeut:innen freuen sich über die Anerkennung.

Die gute Nachricht kam per Video, die Urkunde dann per Post: Das OMPRIS-Team der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im LWL-Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum konnte mit seinem digitalen Therapieangebot die Telemedizin-Jury und das Publikum auf dem 11. Nationalen Fachkongress der Deutschen Gesellschaft für Telemedizin (DGTelemed) und der ZTG – Zentrum für Telematik und Telemedizin GmbH in der vergangenen Woche (9.3.) überzeugen und den dritten Platz online mit nach Hause nehmen.

„Wir freuen uns sehr über diesen Preis und danken für die Anerkennung“, so Dr. Jan Dieris-Hirche, Oberarzt in der Ambulanz der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am LWL-Universitätsklinikum Bochum und Leiter der Medien-sucht-Ambulanz. Als Forschungsleiter von OMPRIS (Onlinebasiertes Motivationsprogramm zur Reduktion des problematischen Medienkonsums und Förderung der Veränderungsmotivation bei Menschen mit Computerspielabhängigkeit und Internetsucht) sieht er in dem Preis die Arbeit von OMPRIS bestätigt: „Wir haben uns gut aufgestellt für die Herausforderungen in naher Zukunft. Das zurückliegende Jahr mit Corona und den weitreichenden Folgen für die Psyche der Menschen hat uns gezeigt, dass wir verstärkt an E-Health-Lösungen arbeiten müssen, um die Menschen künftig flächendeckend zuhause erreichen zu können.“

Unter dem Motto „Raus aus der Internetsucht! – Zurück ins Leben!“ arbeitet die LWL-Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie seit über fünf Jahren intensiv an telemedizinischen Therapiekonzepten und konnte bis heute große Fortschritte in der Versorgung und Erreichbarkeit von computergestützten und internetabhängigen Patient:innen und Patienten machen. Sie setzt dabei auf die Entwicklung und den Einsatz von telemedizinischen Online-Beratungs- und Präventionsangeboten.

Forschungsprojekt OMPRIS

Seit dem 1. August 2020 können Menschen mit problematischem Internetge-

brauch (Computerspiele, Internetpornografie oder Streamingdienste) mit OMPRIS auf ein webcam-basiertes Therapie-Angebot zurückgreifen, das ihnen einen Weg aus ihrer Sucht weist. Hinter dem Forschungsprojekt steht ein Zusammenschluss von sieben deutschen Projektpartnern unter Leitung der Klinik für Psychosomatische Medizin

und Psychotherapie des LWL-Universitätsklinikums Bochum im Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL). Finanziert wird das Projekt durch Mittel des Innovationsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) Deutschland.

OMPRIS ist für Betroffene niederschwellig, leicht zugänglich und kostenlos. Mit dem digitalen Angebot können Therapeutinnen und Therapeuten Hilfesuchende nun besser erreichen. Noch bis zum Herbst 2022 wird OMPRIS als digitales 4- bis 6-wöchiges, kostenloses Online-Beratungsprogramm mit vielen therapeutischen und medienpädagogischen Elementen zur Verfügung stehen und in dieser Zeit evaluiert. Etwa 2-mal pro Woche finden webcam-basierte Einzelgespräche statt, in denen die Teilnehmenden motiviert werden, ihren Alltag zu strukturieren und ihr Medienverhalten zu reflektieren und zu verändern. Zudem berät eine Sozialarbeiterin bei Fragen rund um Themen wie zum Beispiel Wohnungssuche, Anträge auf Wohngeld oder Hilfe bei der ARGE. Weitere Informationen zu OMPRIS und die Möglichkeit zur kostenlosen Anmeldung finden Betroffene über die Homepage www.onlinesucht-hilfe.com.

Projektbeteiligte:

- LWL-Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum (RUB), Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Dr. med. Jan Dieris-Hirche (Projektleitung und Koordination, Versorgung und Rekrutierung)



Dr. Jan Dieris-Hirche, OMPRIS-Forschungsleiter und Oberarzt in der Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im LWL-Universitätsklinikum Bochum, freut sich gemeinsam mit seinem Team über die hohe Auszeichnung. (Bildnachweis: LWL)

- Psychosomatische Klinik Kloster Dießen, Prof. Dr. med. Bert te Wildt (Versorgung und Rekrutierung)
- TU München, Klinikum rechts der Isar, Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Prof. Dr. med. Peter Henningsen (Versorgung und Rekrutierung)
- Universitätsmedizin Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Dr. sc. Hum. Klaus Wölfli (Versorgung und Rekrutierung)
- Lehrstuhl für Medizinmanagement, Fakultät für Wirtschaftswissenschaften der Universität Duisburg-Essen, Campus Essen, PD Dr. med. Dr. rer. Pol. Anja Neumann, Dr. PH Silke Neusser (Evaluation)
- Abteilung für Medizinische Informatik, Biometrie und Epidemiologie der RUB, Prof. Dr. Nina Timmesfeld (Biometrie und Evaluation)
- Zentrum für Telematik und Telemedizin GmbH (ZTG) Bochum, Rainer Beckers M.P.H., M.A. (EDV-Konzepte)

Knappschaftskrankenhaus als „Zentrum für Hämatologische Neoplasien“ zertifiziert

Mit autologer und allogener Stammzell- und Immunzelltherapie (CAR-T) spezialisiert auf die Behandlung bösartiger Erkrankungen des Blutsystems.

Als erste Einrichtung in Bochum wurde das Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum jetzt nach den Vorgaben der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) als „Zentrum für Hämatologische Neoplasien“ zertifiziert. Damit ist es das zweite Zentrum im Ruhrgebiet und das zehnte in Nordrhein-Westfalen, bei insgesamt derzeit 52 Zentren deutschlandweit. Mit der Zertifizierung wird von einem unabhängigen Prüfungskomitee festgestellt, dass onkologischen Patienten in jeder Phase ihrer Erkrankung eine Behandlung ermöglicht wird, die sich an hohen Qualitätsmaßstäben orientiert.

Unter dem Begriff „Hämatologische Neoplasien“ werden verschiedene bösartige Erkrankungen des Blutsystems zusammengefasst. Dazu gehören Leukämien und deren Vorstufen, Maligne Lymphome (Lymphdrüsenkrebs), Myelodysplastische Syndrome und myeloproliferative Erkrankungen (Erkrankungen des Knochenmarks). Die Behandlung dieser Bluterkrankungen erstreckt sich oft über einen langen Zeitraum und erfordert eine hohe Expertise des Behandlungsteams. Wichtig dabei ist die individuelle Festlegung des Therapieplans für den Patienten, damit die Wirksamkeit der jeweiligen Therapie sichergestellt ist und Nebenwirkungen beherrschbar bleiben. Neben der medikamentösen Therapie werden in der Behandlung von Blutkrebskrankungen auch verschiedene Zelltherapien (Stammzelltransplantation und Immunzelltherapie) eingesetzt. Am Knappschaftskrankenhaus stehen onkologischen Patienten dafür 14 Einzelzimmer zur Verfügung. Unter der Leitung von Professor Dr. Roland Schroers werden sowohl die autologe (Transplantation der Blutstammzellen vom Patienten selbst) als auch die allogene



Professor Dr. Roland Schroers, Leiter des Zentrums für Hämatologische Neoplasien am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum (Quelle: Andreas Beyna, UK Knappschaftskrankenhaus Bochum).

ne (Transplantation der Blutstammzellen eines anderen Menschen) Stammzelltherapie angeboten.

Unter „Stammzellen“ versteht man die Zellen, welche für die Blutbildung zuständig sind und die gemeinsame Vorstufe der weißen Blutkörperchen (Leukozyten), der roten Blutkörperchen (Erythrozyten) und der Blutplättchen (Thrombozyten) bilden.

Bei der autologen Transplantation werden dem Patienten eigene Blutstammzellen (nur in Ausnahmefällen Knochenmark) entnommen und tiefgefroren. Einige Wochen danach erhält der Patient eine Chemotherapie, die den Tumor und auch das blutbildende Gewebe zerstört. Das Immunsystem wird „heruntergefahren“. Im Anschluss daran werden die eigenen Stammzellen aufgetaut und ihm als Infusion zurückgegeben, so dass sie in der Folge die Blutbildung übernehmen.

Im Gegensatz dazu wird bei der allogenen Transplantation das Knochenmark

bzw. Blutstammzellen von einem gesunden Spender, der eine weitgehende, aber nicht vollständige Übereinstimmung der Gewebemerkmale mitbringt, übertragen. Vorteil hierbei ist, dass das neue, mit den Stammzellen übertragene Immunsystem des Spenders mithelfen kann, die bösartigen Zellen aus dem Körper des Patienten zu beseitigen.

Seit einigen Monaten werden am Knappschaftskrankenhaus Bochum bei der Behandlung von Lymphomen und verwandten Erkrankungen auch Immuntherapien mit genetisch umprogrammierten Killerzellen gegen den Krebs (CAR-T Zelltherapie) durchgeführt.

Am Bochumer „Zentrum für Hämatologische Neoplasien“ erhalten im Jahr rund 150 Patienten/innen eine autologe/allogene Stammzell- bzw. Immunzelltherapie.

Auch der letzte Weg gehört zum Leben!

An gleich drei Standorten in Bochum biete ich, die Bestatterin Carmen Treige mit meinem Team kompetente Hilfe rund um die Themen Bestattung, Bestattungsvorsorge und Trauerbegleitung für Bochum und Umgebung an.

In der schweren Zeit des Abschieds von einem geliebten Menschen steht Ihnen unser Familienbetrieb 24 Stunden, rund um die Uhr, persönlich zur Seite.

Der persönliche Kontakt ist die Grundlage unserer Arbeit und ein wichtiger Faktor für einen würdevollen Abschied.

Wir kümmern uns um alle anfallenden Formalitäten und übernehmen die Organisation der Trauerfeier- vom Blumenschmuck bis zur Vermittlung eines Pfarrers oder Trauerredners.

Durch meine langjährige Erfahrung in der Sterbe- und Trauerbegleitung ist es mir besonders wichtig, Ihnen als Angehörigen hilfreich zur Seite zu stehen, sei es durch Reden und Zuhören, sowie auch durch gemeinsames Schweigen.

Sie sind nicht alleine. Wir sind für Sie da und begleiten Sie.

Selbstverständlich nehmen wir uns viel Zeit für ausführliche und vertrauensvolle Beratungsgespräche (gerne auch bei Ihnen zuhause) und unterstützen Sie bei allen anfallenden Entscheidungen.

Die Wahl der letzten Ruhestätte hängt von vielen Faktoren ab: Religionszugehörigkeit, Lebenseinstellung, Wünsche und Vorlieben der Verstorbenen/des Verstorbenen, wie der Liebe zur Natur oder z.B. zum Meer.



Bei dieser Entscheidungsfindung sind wir Ihnen gerne behilflich. Folgende Bestattungsarten können wir anbieten:

- Sarg, Erdbestattung
- Urnen-, Feuerbestattung, Kolumbarium
- anonyme Bestattung
- See-, Flussbestattung
- Baum-, Wald-, Ruheforst-, Friedwaldbestattung
- Individuelle Bestattungsarten (Diamant-, Motorrad-, Weltraum-, Luftbestattung)
- Mensch- mit Tierbestattung

Sprechen Sie uns jederzeit an, wir beraten Sie unverbindlich und ausführlich über alle Möglichkeiten.

Bestattungsvorsorge

Mit dem Gedanken an den eigenen Tod geht jeder Mensch auf unterschiedliche

Weise um. Die meisten von uns sprechen nicht gerne darüber- auch nicht mit dem Partner oder der Familie. Dabei ist es enorm wichtig gerade diese bei einem plötzlichen Verlust zu entlasten, indem Sie Ihre Wünsche und Vorstellungen zu Lebzeiten für sich festlegen und diese gegebenenfalls auch finanziell absichern (Sterbegeldversicherung). Damit nehmen Sie Ihren Angehörigen in der schweren Zeit des Abschieds eine große Last.

Bei einem persönlichen Beratungsgespräch, welches selbstverständlich kostenlos und unverbindlich ist, bieten wir Ihnen die notwendige Unterstützung bei der Planung Ihrer Bestattungsvorsorge und beantworten alle offenen Fragen.

Zur Absicherung Ihrer Einlagen arbeiten wir mit der Bestattungstreuhand GmbH. Sprechen Sie uns einfach an!



**BESTATTUNGSHAUS
TREIGE**

Lohackerstr. 64 A
44867 Bochum-Westenfeld



Bestattungen
TREIGE

Krayer Str. 24
44866 Wattenscheid-Leithe



Bestattungen
Günnigfeld

Günnigfelder Str. 77
44866 Wattenscheid-Günnigfeld

Persönliche Beratung und Betreuung

Erd-, Feuer-, See-, Wald- und Individuelle Bestattungen / Vorsorge

24 Stunden erreichbar • Tel: 02327 / 3753210

E-Mail: kontakt@bestattungsteam.de • Webseite: www.bestattungsteam.de

UNICEF Gruppe Bochum

Liebe LeserInnen und Leser,

da die letzten Monate auch für uns, die UNICEF Gruppe Bochum, eine neue Herausforderung dargestellt haben, möchten wir Ihnen im Folgenden kurz erzählen, wie wir dieses Jahr erlebt haben.

Der UNICEF-Grußkartenverkauf lief in Bochum in der Vorweihnachtszeit wie jedes Jahr großartig – bis er durch den Lockdown abrupt beendet wurde. Doch auch dann haben viele Bochumer weiter Interesse gezeigt – per Telefon, per Mail, kontaktlos eben. Dafür ein herzliches Dankeschön!

Grundsätzlich ist durch die Pandemie eine wesentliche Säule unserer Öffentlichkeitsarbeit, nämlich die Straßenaktion, vollständig weggefallen. Doch wir haben die ungewohnten Umstände als Chance genutzt neue Wege zu finden um aktiv zu werden – z.B. durch Informationskampagnen oder Mitmachaktionen auf Instagram und Facebook, Zeitungsartikel oder Spendenaufrufe über Flyer in Briefkästen.

Allen Widerständen zum Trotz werden wir uns auch weiter für Kinder in Not einsetzen, auf die medizinischen Nöte und Hungerkrisen sowie die desolaten Sicherheits- und Bildungszustände in Krisengebieten aufmerksam machen und für Kinderrechte auf der ganzen Welt kämpfen. Denn gerade in der Pandemiezeit werden Spenden knapp und viele Kinder brauchen sie dringend. Helfen Sie mit!

Ihre Lydia Gösmann

- Leitung UNICEF-Hochschulgruppe
Bochum -



© UNICEF/UNDA/25353/Kotaro

unicef 
für jedes Kind

**NOTHILFE
CORONAVIRUS**

**Helfen Sie den Menschen in den ärmsten Ländern.
Spenden Sie für Impfstoff.**

www.unicef.de/covax

Spendenkonto: DE10 3702 0500 3034 6818 12 Bank für Sozialwirtschaft
UNICEF, Universitätsstr. 24, 44789 Bochum

Die Hochschule für Gesundheit in Bochum

Die Hochschule für Gesundheit bietet unterschiedliche Studiengänge in Gesundheitsberufen an. Hierzu gehören klassische Gesundheitsfachberufe ebenso wie innovative Berufsfelder, die an der Hochschule entwickelt werden. Absolvent*innen der Hochschule für Gesundheit werden darauf vorbereitet, den aktuellen und zukünftigen Herausforderungen im deutschen Gesundheitswesen wirksam und professionell zu begegnen. Daher steht wissenschaftlich begründetes Handeln sowie interprofessionelle Zusammenarbeit an der staatlichen Hochschule für angewandte Wissenschaften im Vordergrund.

Die Hochschule für Gesundheit ist eine „University of Applied Sciences“, also eine Hochschule, an der anwendungsorientiert gelehrt und geforscht wird. Ideale Bedingungen hierfür bieten die zahlreichen Kooperationen mit unterschiedlichen Praxis-einrichtungen (wie zum Beispiel Kliniken,

Krankenkassen, Beratungsstellen oder Praxen), in denen Studierende praktische Studienphasen durchlaufen und die spannende Fragestellungen aus der Praxis in Lehre und Forschung einbringen.

Die Hochschule für Gesundheit ist ein Ort mit familiärer Atmosphäre und enger Zusammenarbeit zwischen Lehrenden und Studierenden. Eine anonyme Matrikelnummer sind Studierende hier nicht!

Hochwertig ausgestattete Räumlichkeiten bieten hervorragende Studienbedingungen: Hörsäle und Seminarräume mit modernster Präsentationsausstattung werden ergänzt durch fachspezifisch geprägte Skills-Labs und Ambulanzräume, die das klinische Umfeld nachbilden und reichhaltige praktische Übungen in geschütztem Rahmen erlauben. Hinzu kommen Labore, in denen in unterschiedlichsten Settings geforscht wird.

Insbesondere im Bereich der Forschung profitiert die Hochschule für Gesundheit von ihrer Einbettung in den Gesundheitscampus NRW, der eine direkte Nachbarschaft zu Gesundheitseinrichtungen des Landes NRW sowie Unternehmen und Berufsverbänden der Gesundheitsbranche bietet. Für die Wissenschaftler*innen der Hochschule sind das optimale Rahmenbedingungen, um gemeinsam Gesundheitsthemen in Projekten zu erforschen und zu entwickeln.

Eine frische, junge, staatliche Hochschule mit einem interprofessionellen und zukunftsweisenden Studienprogramm, hervorragender Ausstattung und besten Studienbedingungen: Die Hochschule für Gesundheit in Bochum.



Deine Perspektive im Gesundheitswesen

- 18 Studiengänge Bachelor und Master – Vollzeit, Teilzeit oder berufsbegleitend
- hochmodern ausgestattete Praxisräume
- keine Studiengebühren
- offene, familiäre Atmosphäre



Mehr Infos
hs-gesundheit.de

Hochschule für Gesundheit
University of Applied Sciences



„Betreuung im Pott“ in Bochum



„ES GEHT NICHT DARUM DEM LEBEN MEHR JAHRE ZU GEBEN, SONDERN DEN JAHREN MEHR LEBEN“

Dies war der Grund für die Gründung von „Betreuung im Pott“.

Unser Team hat es sich zur Aufgabe gemacht, ältere Menschen liebevoll und kompetent in ihrem alltäglichen Leben zu versorgen. Wir halten einen engen und persönlichen Kontakt zu unseren Patienten und deren Angehörigen, kennen und arbeiten mit der Biographie.

Selbstverständlich ist es uns auch ein großes Anliegen, Kontakt zu jedem Patienten zu halten und diese regelmäßig zu besuchen, um die Zufriedenheit zu gewährleisten oder zu erhalten.

Auf die Wünsche der Patienten gehen wir zu 100% ein und setzen diese soweit es möglich ist 1:1 um.

Um die Qualität zu gewährleisten, sind unsere Mitarbeiter geschult und bilden sich regelmäßig weiter.

Auch außerhalb der regulären Versorgung haben wir immer ein offenes Ohr für unsere Patienten und deren Angehörige, z.B. wenn Hilfe bei Anträgen benötigt wird oder einfach mal jemand gebraucht wird, dem man sein Herz ausschütten kann.

Wenn Sie oder Ihr Angehöriger Hilfe benötigt, rufen Sie uns gerne an, wir freuen uns, Sie unterstützen zu dürfen.

Über uns

Zuhause ist's immer noch am Schönsten – dat hat wat mit'm Herz zu tun

Aus diesem Motto heraus ergibt sich auch das Hauptziel unserer Arbeit, die individuelle und persönliche Fürsorge unserer Patienten in den eigenen vier Wänden. Unser oberstes Gebot liegt darin, dem Patienten mit Vertrauen und Sicherheit eine ganzheitliche Versorgung und Betreuung zu

gewährleisten. Die Angehörigen sehen wir als wichtiges Bindeglied zwischen unserem Patienten und unseren Mitarbeitern.

Unser Angebot für Sie:

Senioren- und Alltagsbetreuung

Unser ambulanter Dienst ermöglicht es Menschen auch im hohen Alter noch selbstbestimmt im eigenen Zuhause zu leben. Im Mittelpunkt steht dabei immer die Selbstbestimmung des Menschen. Dieser darf und soll selber entscheiden, welche Hilfen er in Anspruch nimmt. So kann unsere Senioren- und Alltagsbetreuung zu einer echten Entlastung nicht nur für die Senioren, sondern auch für deren Angehörige werden.

Demenzbetreuung

Eine Demenz, ob beginnend oder fortgeschritten, ist für alle eine Herausforderung, nicht nur für die Betroffenen selbst, sondern auch für deren Angehörige. Eine Demenzerkrankung ist nie einfach, denn die Erkrankung verändert oft das Verhalten und die Persönlichkeit der Betroffenen. Daher ist es umso wichtiger, diese Erkrankung zu akzeptieren und sich über das Krankheitsbild zu informieren und Hilfe und Beratung im Alltag zu finden und anzunehmen.

Sprechen Sie uns gerne dazu an.

Haushaltshilfe nach dem Krankenhausaufenthalt

Sie können sich wegen einer Krankheit, nach einer OP oder einer anderen Behandlung im Krankenhaus vorübergehend nicht selbst versorgen?

Dann haben Sie Anspruch auf Hilfe auf Rezept. Voraussetzung dafür ist, dass Sie zu Hause niemanden haben, der Ihnen im Haushalt, beim Einkauf oder der Versorgung der Kinder hilft. Nach Rückkehr in das häusliche Umfeld ist die Unterstützung auf vier Wochen begrenzt.

Bei Kindern unter 12 Jahren haben Sie Anrecht auf Betreuung während Ihres Krankenhausaufenthalts und nach Entlassung für 26 Wochen.

Sind Sie alleinerziehend, sollten Sie bei Ihrer Krankenkasse anfragen, ob auch ältere Kinder betreut werden können.

Unterstützung und Beratung

Wir unterstützen Sie natürlich auch in weiteren Bereichen des Alltags.

Wir beraten Sie kostenlos bei der Beantragung eines Pflegegrades, unterstützen Sie bei dem Termin des Medizinischen Dienstes und helfen bei einem Widerspruch.

Gerne schauen wir uns Ihr Wohnumfeld an und beraten Sie zu Pflegehilfsmitteln sowie bei der Organisation und vermitteln Ihnen auch weitere Dienstleistungen wie z.B.:

- Hausnotruf
- Fußpflege
- Mobiler Friseur

Sprechen Sie uns gerne an.



Betreuung im Pott
Ambulanter Dienst

Betreuung im Pott

Hans-Sachs-Str. 4
44805 Bochum
Tel.: (02 34) 966 44 141
www.dams-betreuung.de
Mail: dams-betreuung@hotmail.de

Wendland Bestattungen in Herne und Umgebung seit 1967

Das Bestattungshaus Wendland ist ein Familienunternehmen mit einer über 50-jährigen Geschichte, in der menschliche Anteilnahme stets im Mittelpunkt steht.

Wir stellen Ihnen unsere Dienstleistungen vor, welche wir mit Kompetenz und Einfühlungsvermögen erbringen.

Ein persönliches Gespräch kann man natürlich nicht ersetzen, aber Sie können sich einen Eindruck über unser Unternehmen machen und finden hier zudem auch viele Informationen über die Themen, die häufig tabuisiert werden, z.B.:

- wie Sie in einem Trauerfall richtig handeln
- welche Entscheidungen Ihnen dabei offen stehen
- interessante Details über Bestattungsarten und neue Bestattungsformen
- wissenswertes über die Bestattungsvorsorge, die in einer Zeit der wachsenden Verunsicherung eine immer wichtigere Rolle spielt
- Downloadformulare für Ihre Unterlagen

- über unseren offenen Trauertreff bei Wendland Bestattungen, der jeden 2. Dienstag bei uns stattfindet
- sowie über weitere Termine & Veranstaltungen in unserem Hause Wendland Bestattungskultur

Vergessen Sie nicht, hin und wieder unter Neuigkeiten nachzuschauen, denn dort finden Sie Neuigkeiten über Bestattungen, Vorsorgemöglichkeiten und Veranstaltungen von Wendland.

Ich würde mich jederzeit darüber freuen, Sie zu einem persönlichen Gespräch begrüßen zu dürfen.

Ihr Ralf Wendland



Ralf Wendland
Geschäftsführer
Wendland Bestattungskultur



Vorsorge ist Fürsorge

JETZT ANRUFEN & VORSORGE KLÄREN
Tel. 02325 9350-0



Wendland

Bestattungskultur

Vorsorge-Verträge
Bestattungskultur
Treuhand Absicherung
Digitaler Nachlass
Barrierefreie Räumlichkeiten
Trauerbegleitung

www.wendland-best.de

Hauptstr. 85 44651 Herne

Bielefelder Str. 190 44625 Herne

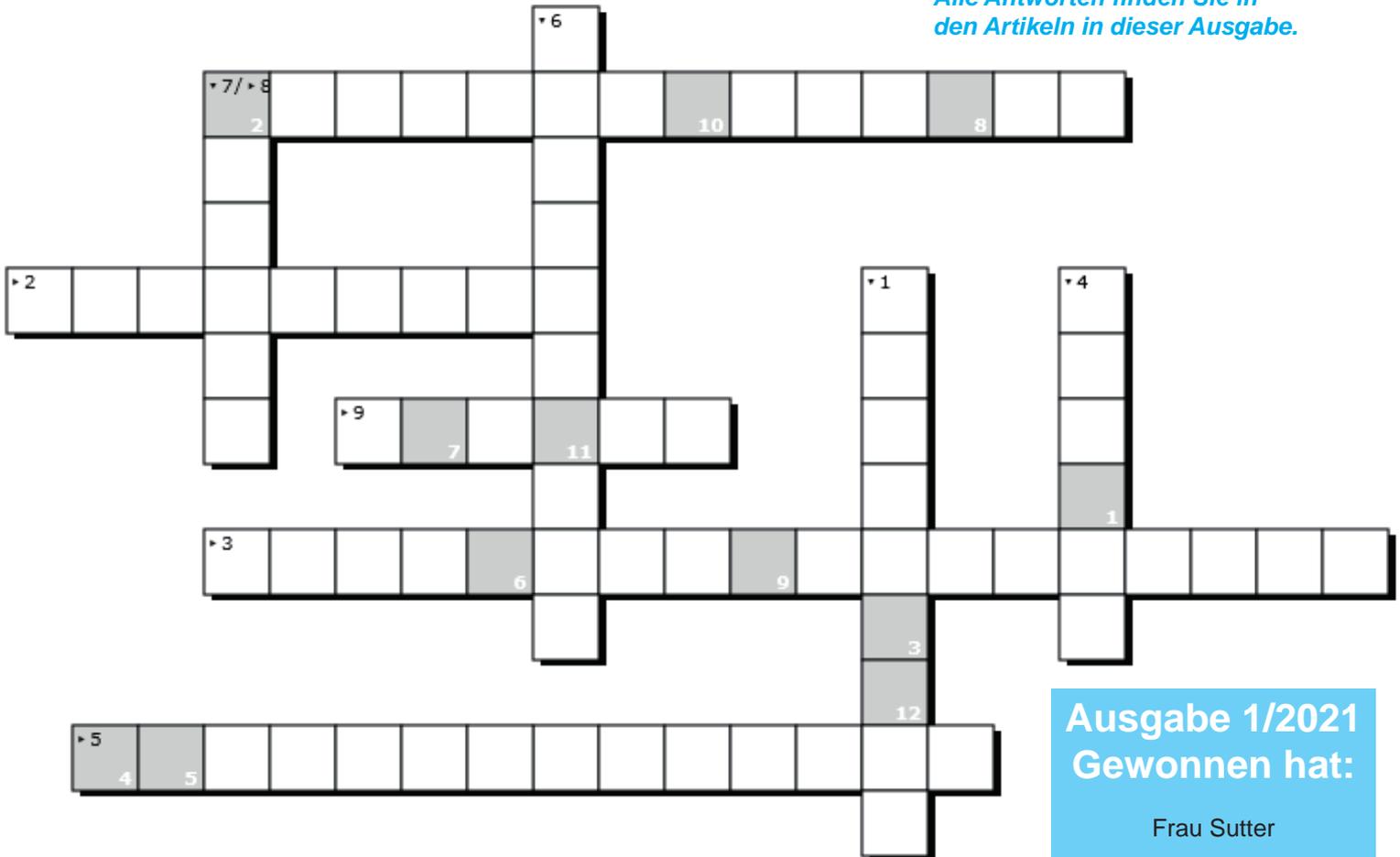


Kreuzwörter

Wie gut kennen Sie die aktuelle Ausgabe der BOGESUND?

Tip:

Alle Antworten finden Sie in den Artikeln in dieser Ausgabe.



**Ausgabe 1/2021
Gewonnen hat:**

Frau Sutter

Verlosung

Schicken Sie uns das Lösungswort mit Ihren Kontaktdaten bis zum 09.08.2021 an:

MedQN e.V., Huestr. 5, 44787 Bochum, oder per Mail an: info@medqn.de

Gewinnen Sie mit etwas Glück:

Sonnencreme für den Körper, fürs Gesicht und ein Aftersun von der Firma La Roche-Posay

Sponsorin: Apothekerin Dr. Krude, Alte Apotheke 1691

Lösungswort:

Datenschutz:
Ihre Daten werden nach dem Gewinnspiel wieder gelöscht
und nicht an Dritte weitergegeben.

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

1. In welchem Monat findet die virtuelle Gesundheitsmesse in Bochum statt?
2. Das Interview in dieser Ausgabe ist mit Frau Dr. ?
3. Über die Möglichkeiten und Grenzen bei einer COVID-19 Infektion bei welchem Verfahren berichten wir in dieser Ausgabe?
 4. Das Gefühl allein zu sein macht was?
 5. Was für einen neuen Manager hat das Bergmannsheil?
 6. Der Einfluss von Bildern bei welcher Krankheit wird untersucht?
 7. Wer erreichte den 3. Platz beim Telemedizin-Preis 2021?
 8. Das Rezept in dieser Ausgabe ist für welche sommerliche Torte?
9. In welchem Monat erscheint die nächste Ausgabe der BOGESUND?

Sommerliche Obstsalattorte



Zutaten:

Für den Boden:

4 Eier
200g Zucker
200ml Eierlikör
200ml neutrales Pflanzenöl
300g Mehl
1 Prise Salz
1 Pck. Backpulver

Für die Ganache:

300g Zartbitterkuvertüre
300g Sahne

Für den Belag:

frische Früchte der Saison (Erdbeeren, Kiwi, Heidelbeeren, Johannisbeeren, Himbeeren, Brombeeren etc.)

Zubereitung:

Ein Backblech mit Backpapier auslegen, einen Tortenring (26cm) darauf stellen. Backofen auf 180°C Umluft vorheizen.

Für den Teig Eier und Zucker schaumig schlagen, mindestens 10 Minuten. Eierlikör und Öl zur Eimasse geben und weiter schlagen. Mehl und Backpulver mischen, sieben und auf die Schaummasse geben.

Unterheben und in den Tortenring füllen (alternativ eine Springform) und 40-50 Minuten backen. Stäbchenprobe.

Für die Ganache-Füllung Sahne aufkochen. Schokolade klein hacken und mit der aufgekochten Sahne übergießen, kurz stehen lassen.

Dann die Ganache von innen nach außen, mit dem Küchenspatel zu einer feinen glatten Ganache rühren.

Bis zur weiteren Verarbeitung in den Kühlschrank stellen, mindestens 2-3 Stunden.

Für den Belag frische Früchte der Saison waschen und klein schneiden.

Den ausgekühlten Boden 1-2 Mal waagrecht durchschneiden.

Den unteren Boden auf eine Tortenplatte legen, mit zwei Drittel der Ganache bestreichen, den zweiten Boden auflegen.

Die Torte komplett, auch an den Rändern, mit der restlichen Ganache bestreichen und mit Früchten belegen.

Impressum / Vorschau nächste Ausgabe

Redaktion:

Medizinisches Qualitätsnetz Bochum e.V.
Huestr. 5, 44787 Bochum
Tel.: (02 34) 54 7 54 53 | E-Mail: info@medqn.de
in Kooperation mit dem HVF VERLAG

Verlag, Gestaltung, Druck und Anzeigen:

HVF VERLAG & DRUCK
Inh. Dennis Frank, Josephinenstr. 50, 44807 Bochum
Tel.: 0234 / 287-8888-5 - Fax: 0234 / 287-8888-7
E-Mail: info@hvf-verlag.de - Internet: www.hvf-verlag.de

Ausgabe

Nr. 2/2021 Juli • August • September

Alle Rechte vorbehalten

Trotz sorgfältiger Prüfung der Einträge und Anzeigen können wir leider keine Haftung für die Richtigkeit und/oder Vollständigkeit der Informationen und Anzeigen übernehmen.

Diese Publikation enthält Informationen zu medizinischen und gesundheitlichen Themen. Diese Informationen sind kein Ersatz für die Beratung durch einen Arzt, Apotheker oder einen anderen Vertreter der Heilberufe und dürfen nicht zur Eigen- oder Fremddiagnose bzw. -behandlung verwendet werden. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt.

Diese Broschüre wurde mit größtmöglicher Sorgfalt zusammengestellt. Änderungen vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Erlaubnis des Herausgebers / Verlags. Insbesondere Fotos und Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt.

© HVF Verlag

Vielen Dank

Wir bedanken uns für die Unterstützung
bei allen Anzeigenkunden:

Betreuung im Pott

Care Center Deutschland GmbH

DRK Bochum

Familien und Krankenpflege gGmbH

Hochschule für Gesundheit (hsg)

L.u.P. GmbH

Orthopädieschuhtechnik Rüdiger Schramm

SBO Senioreneinrichtungen Bochum gGmbH

UNICEF

Wendland Bestattungen GmbH

WW Studio Bochum

Fragen, Lob oder Kritik?
- Schreiben Sie uns an: bogesund@hvf-verlag.de

Die nächste Ausgabe von

BOGESUND

erscheint Ende August 2021



HVF
VERLAG & DRUCK

zuverlässig & kompetent

Sie suchen einen abwechslungsreichen
und krisensicheren Job?
Dann bewerben Sie sich doch bei uns!

Wir suchen motivierte und engagierte
Handelsvertreter im Außendienst
für die Beratung und den Verkauf von Anzeigen.

Bewerbung unter: www.hvf-verlag.de



AKTIV FÜR IHRE GESUNDHEIT

- Das Haus- und Facharztnetz in Bochum mit über 160 Mitgliedern
 - Chefarztbeirat
 - Patientenbeirat
- Gesundheitsmesse Bochum



Qualität, Kooperation, Information, Patientenorientierung

Kontakt: Netzbüro – Hustr. 5 in 44787 Bochum – Fon: (02 34) 54 7 54 53 – Mail: info@medqn.de – www.medqn.de

VIRTUELLE BOCHUMER GESUNDHEITSMESSE

Die besonderen Umstände haben dazu geführt, dass eine Präsenz-Messe weiterhin nicht stattfinden kann. Daher haben wir uns entschlossen,

am 05. September 2021 eine virtuelle Gesundheitsmesse

zu veranstalten, zu der wir Sie schon jetzt herzlich einladen möchten. Seien Sie dabei! Die Form Ihrer Teilnahme bestimmen Sie.



SONNTAG, 05.09.2021

– IN DIESEM JAHR VIRTUELL!

Neuer Termin!

Sonntag, 05. September 2021