

GESUNDHEIT

IST FÜR ALLE DA!



INHALT:

»Vorsorge kann Leben retten«

Urologie Praxis – Fachärzte in Singen
am Hohentwiel Seite 2

Rückenschmerzen aus der Sicht eines Neurochirurgen

Praxis für Neurochirurgie
Dr. Hashemi & Kollegen Seite 3

SaniMOBiL – Optimale Versorgung auf vier Rädern

Sanitätshaus Bernhard Schulz Seite 4

»Warum sich die richtige Prophylaxe lohnt«

Zahnmedizin Zentrum Dr. Basset Seite 5

»Warum ein gutes Vertrauensverhältnis zum Akustiker wichtig ist«

Hörwelt Jana Ritter Seite 6

Fit in den Frühling

Sanitätshaus Pfänder Seite 6

Leicht & effektiv abnehmen

easylife Konstanz Seite 7

Gesundheit & Ernährung:

Augen auf beim Einkauf Seite 8

Wirksame Behandlung bei Arthrose

ENDOCENTER Stockach Seite 8

Versteckter Zucker

als Hauptgrund für Karies

Zahnarztpraxis Plus Seite 9

Krampfader-Behandlung

mit der Celon-Methode

Ambulantes OP-Zentrum Radolfzell Seite 10

Die heilsame Wirkung von Vitallin

Berchtolds »Vitallin« Seite 10

»Nur wenn wir aktiv bleiben

haben wir gewonnen«

Praxis für Neurochirurgie

Dr. med. A. Bani Seite 11

Gesundheitstipps für den Frühling

Leserinnen und Leser aus dem

WOCHENBLATTland geben Tipps

Seite 4, 7, 10

WOCHENBLATT seit 1967

Bandagen

Kompressionsstrümpfe

Rollatoren

Seit 1992
25
Jahre Erfahrung

... *hochwertige Produkte*

und die Qualität der Beratung

machen den Unterschied!

Scheffel-Straße 10 A
78315 Radolfzell
Tel. 07732/89030-99
Fax 07732/89030-10

Zähringerplatz 15
78464 Konstanz
Tel. 07531/694470

info@shmobil.de
www.shmobil.de
www.schulz-rehatech.de



Urologie Praxis – Fachärzte in Singen am Hohentwiel: »Vorsorge kann Leben retten«

Die Krankenversicherung bietet Männern erst ab 45 Jahren die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung zur Früherkennung von Krebserkrankungen an. Im Interview verrät PD Dr. med. Wassilios Bentas, welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt und warum sich gerade jüngere Männer untersuchen lassen sollten.

WOCHENBLATT: Herr Bentas, die gesetzliche Krankenversicherung bietet Männern erst ab 45 Jahren die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung zur Früherkennung von Krebserkrankungen an. Ist das noch zeitgemäß?
PD Dr. med. Wassilios Bentas: Die Behandlung beinhaltet das Abtasten der äußeren Geschlechtsorgane sowie der Prostata, die Untersuchung örtlicher Lymphknoten sowie die Beratung zum Untersuchungsergebnis. Das Angebot selbst ist zu begrüßen, allerdings sind die angebotenen Leistungen seit knapp 40 Jahren unverändert geblieben. Moderne Ultraschall- oder Laboruntersuchungen sind darin nicht inbegriffen, erweitern jedoch die diagnostischen Möglichkeiten beträchtlich.

WOCHENBLATT: Warum empfehlen Sie – gerade jüngeren Männern – die regelmäßige Vorsorgeuntersuchung?
PD Dr. med. Wassilios Bentas: Prostatakrebs ist in Deutschland die häufigste Krebserkrankung des Mannes mit mehr als 65.000 Neuerkrankun-

gen im Jahr. Wie bei vielen anderen Krebserkrankungen zeigen sich im frühen Stadium keine Symptome. Allerdings ist Prostatakrebs nur im frühen Stadium gut behandelbar. Hier hilft die Vorsorgeuntersuchung, um Erkrankungen rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln – insbesondere bei jüngeren Männern.

WOCHENBLATT: Was macht außerhalb des Fachgebietes Sinn?

PD Dr. med. Wassilios Bentas: Neben den wichtigen Vorsorgeuntersuchungen auf Hautkrebs (ab dem 35. Lebensjahr) sowie Darmkrebs (ab dem 50. bzw. 55. Lebensjahr) ist meines Erachtens vor allem die Früherkennungsuntersuchung auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen ab dem 35. Lebensjahr durch den Hausarzt sehr wichtig. Auch wenn unsere Angst vor Krebserkrankungen sehr groß ist, besagen die Statistiken eindeutig, dass wir Männer in erster Linie durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen gefährdet sind und nur in zweiter Linie durch den Krebs.

WOCHENBLATT: Wie läuft Vorsorge in der Praxis ab?
PD Dr. med. Wassilios Bentas: Die Vorsorgeuntersuchung beginnt mit einer ausführlichen Befragung zur Vorgeschichte und zu vorliegenden Beschwerden. Anschließend erfolgt die Urinuntersuchung auf krankhafte Bestandteile und die körperliche Untersuchung mit dem Schwerpunkt Nieren, äußere Geschlechts-



PD Dr. med. Wassilios Bentas mit Team.

swb-Bild: de

organe und Prostata. Natürlich sind weitere Untersuchungen mittels Ultraschall von Nieren, Blase, Prostata und Hoden sowie Blutanalysen möglich, müssen jedoch zum Teil vom Patienten selbst getragen werden. Abschließend erfolgt eine Beratung über die erhobenen Befunde und die sich daraus ergebenden Konsequenzen sowie eine schriftliche Mitteilung an den Hausarzt.

WOCHENBLATT: Welche Vorteile ergeben sich für Männer, die sich regelmäßig untersuchen lassen?

PD Dr. med. Wassilios Bentas: Ziel der Vorsorge- bzw. Früherkennungsun-

tersuchungen ist es, eine Erkrankung in einem frühen Stadium zu erkennen und mit wenig belastenden Therapieverfahren zu behandeln. Und zwar bevor es beim Betroffenen zu Schäden kommt.

WOCHENBLATT: Neben den Vorsorgeuntersuchungen bieten Sie in Ihrer Praxis auch Andrologie – also Männerheilkunde – an. Was genau ist darunter zu verstehen?

PD Dr. med. Wassilios Bentas: Die Andrologie umfasst alle Bereiche der Medizin, die sich mit der Fortpflanzungsfähigkeit des Mannes auseinandersetzt. Wichtige Themen sind

Störungen der Zeugungsfähigkeit und des Testosteronhaushaltes sowie die Unfähigkeit des Mannes Geschlechtsverkehr auszuüben. Darüber hinaus beschäftigt sich die Andrologie mit den Veränderungen der Sexualfunktion und des Testosterons beim älter werdenden Mann. Auch ein Thema ist die männliche Empfängnisverhütung. So ist zum Beispiel die Sterilisation des Mannes (Vasektomie) nach abgeschlossener Familienplanung ein zunehmend beliebtes Verhütungsverfahren.

Das ausführliche Interview befindet sich auf www.wochenblatt.net.

PD Dr. med. Wassilios Bentas' Tipp zur Gesundheit: Sport treiben, Übergewicht vermeiden, Stress reduzieren, mit dem Rauchen aufhören und Alkohol reduzieren: 1 Glas (0,2 l) Wein oder 1-2 Gläser (0,2-0,4 l) Bier/Tag scheinen vor Herzerkrankungen zu schützen. Alles was darüber hinausgeht ist gesundheitsschädigend. Zwei alkoholfreie Tage pro Woche als Erholung für die Leber.

Diana Engelmann

Mehr auf www.urologen-singen.de.



UROLOGIE PRAXIS

fachärzte in singen am hohentwiel



PD Dr. med. Wassilios Bentas
Facharzt für Urologie
Andrologie
Medikamentöse Tumorthapie
Ambulante Operationen



Regine Koberstein
angestellte Ärztin
Fachärztin für Urologie



Christine Hübner
Praxismanagerin

Wir nehmen uns gerne Zeit für Ihre Gesundheit.

Fachärzte für Urologie
Im Gambrinus 6 | 78224 Singen | Telefon: 07731/93977-0 | Telefax: 07731/93977-9
www.urologen-singen.de | info@urologen-singen.de

Parkmöglichkeiten im Parkhaus »Zentrum Gambrinus«
(B+B Parkhaus) im selben Gebäude, Abschnitt B
Aufzug direkt in die Praxis (1. OG)

Praxis für Neurochirurgie Dr. Hashemi und Kollegen: Rückenschmerzen aus der Sicht eines Neurochirurgen

Die Singener »Praxis für Neurochirurgie Dr. Hashemi und Kollegen« behandelt Patienten bei Erkrankungen des Nervensystems und der Wirbelsäule. Im Interview informiert Dr. med. Bahram Hashemi, welche Krankheitsbilder es gibt und wie die Behandlung abläuft.

WOCHENBLATT: Mit welchen Problemen stellen sich die Patienten bei Ihnen in der Praxis vor?

Dr. med. Bahram Hashemi: Die meisten Patienten haben Erkrankungen im Bereich der Wirbelsäule, die meist chronischer Natur sind und deshalb seit Jahren in konservativer Behandlung sind. Oft stellen sich auch Patienten vor mit akut aufgetretenen Schmerzen und neurologischen Ausfällen. Zum Beispiel durch einen frischen Bandscheibenvorfall. Eine weitere Gruppe sind Patienten, die sich eine Zweit- oder Drittmeinung einholen wollen. Auch gibt es chronische Schmerzpatienten oder Fälle von Erkrankungen des Gehirns, wie Hydrocephalus (Wasserkopf) und Hirntumoren.

WOCHENBLATT: Wie sieht dabei Ihre eigentliche Tätigkeit aus?

Dr. med. Bahram Hashemi: Da die Neurochirurgie sich am Ende der Behandlungslinie befindet, behandeln wir häufig Patienten, die bereits lange konservative Therapien durchgemacht haben.

Zu Beginn wird ausführlich die Krankengeschichte der Patienten erhoben und eine detaillierte neurologische und orthopädische Untersuchung durchgeführt. Bei fehlender Diagnostik wird diese organisiert bzw. komplettiert. Danach erfolgt die Beratung des Patienten mit Erstellung eines Behandlungskonzeptes. Hierbei legen wir Wert darauf, sämtliche Probleme darzustellen und entsprechende Vorgehensweisen zu empfehlen und festzulegen.

Wir legen aber auch Wert darauf, dass Patienten, die noch nicht überzeugt sind, eine unabhängige weitere Zweit- oder Drittmeinung bei entsprechenden Experten einholen. Ich empfehle hierfür die Universitätsklinik Freiburg oder Tübingen.

WOCHENBLATT: Wie findet so ein Beratungsgespräch statt?

Dr. med. Bahram Hashemi: Nach der Erhebung der kompletten Kranken-

geschichte, der Durchführung der neurologischen und orthopädischen Untersuchung und Vorlage der Diagnostik werden die Patienten über ihre Erkrankungen sehr genau und intensiv aufgeklärt. Hierbei werden sämtliche Behandlungsmethoden, sowohl operativ als auch konservativ, dargestellt. Dabei werden die Erfolgswahrscheinlichkeiten der jeweiligen Methoden abgeschätzt und entsprechend kommuniziert. Vor allem wird den Patienten Zeit gegeben, diese Informationen zu verarbeiten. Denn in der Regel ist es für den Patienten schwierig, bei der Erstvorstellung sämtliche Informationen entsprechend aufzunehmen und zu verarbeiten. Deshalb ist es wichtig, dass die Patienten dies auch mit ihren Hausärzten / überweisenden Ärzten besprechen und vor allem auch eine Zweit- oder Drittmeinung von einem anderen Experten einholen.

WOCHENBLATT: Ist das nicht sehr zeitintensiv, was sie beschreiben?

Dr. med. Bahram Hashemi: Doch, das ist extrem zeitaufwendig. Weswegen wir auch im Stande sind, in einem Quartal nur zwischen 500

und 700 Patienten so zu beraten. Im Vergleich dazu werden in manchen Praxen pro Quartal 2.000 bis 2.500 Patienten behandelt.

WOCHENBLATT: Garantieren die operativen Therapien eine hundertprozentige Erfolgsrate?

Dr. med. Bahram Hashemi: Im Bereich der Medizin gibt es keine einzige Behandlungsmöglichkeit, wobei eine hundertprozentige Erfolgsrate erreicht werden kann. Im Bereich des Nervensystems ist es das Wichtigste, dass man weiß, dass Nerven nicht repariert werden können. Das bedeutet, dass wenn zu lange abgewartet wird und die Nerven zu Grunde gehen, auch operative Therapien oder alle weiteren Therapien die abgestorbenen Nerven nicht mehr zum Leben erwecken können.

Somit ist es wichtig, dass die Beurteilung - ob eine operative Therapie notwendig ist oder nicht - den entsprechenden Experten überlassen wird. Denn eine falsche Beratung oder Entscheidung kann lebenslange Konsequenz mit sich bringen.

Diana Engelmann



Das Team der Praxis für Neurochirurgie Dr. Hashemi und Kollegen.

swb-Bild: de

Das ausführliche Interview befindet sich auf www.wochenblatt.net.

Mehr auf www.neurochirurgie-singen.com

Dr. med. Bahram Hashemis Tipp zur Gesundheit:

Ausreichend Bewegung und eine adäquate Belastung der Wirbelsäule. Auch ist es wichtig, die Muskulatur fit zu halten. Probleme sollten schnell abgeklärt werden, um eine zusätzliche Verkrampfung der Muskulatur vorzubeugen.

Praxis für Neurochirurgie Dr. med. B. Hashemi & Kollegen, Singen: Hier ist Ihr Rücken in besten Händen



Sebahate Maliqi, Melissa Bitiq, Jenny Betz, Michaela Feiler, Dr. Hashemi, Jo-Ann Rebholz, Jenny Brito, Leonie Graf

swb-Bild: de

Die Praxis für Neurochirurgie wurde im Jahre 2005 in Singen gegründet. Das Fach Neurochirurgie befasst sich mit der Erkrankung des zentralen und

peripheren Nervensystems und befasst sich vorzugsweise mit den operativen Therapien, Beratungstätigkeiten und konservativen Therapien der ge-

samen Wirbelsäule, Rückenmark, Gehirn und sämtlicher Nerven im menschlichen Körper. Seit der Gründung werden im Hegau-Klinikum Singen

jährlich ca. 1500 Patientin operativ und ca. 4000 Patienten konservativ behandelt. Bei den operativen Therapien sind ca. 70% Wirbelsäulen- eingriffe, ca. 20% Hirneingriffe inkl. Hirntumore und ca. 10% Notfall- eingriffe nach Schädel- Hirn- Trauma und Hirnblutungen. Hierbei können durch die entsprechende Spezialisierung der Ärzte sämtliche Eingriffe aller Schwierigkeitsgrade im Bereich der Wirbelsäule mit sehr hoher Präzision behandelt werden. Dr. Hashemi besitzt ein Master-Zertifikat der Deutschen Wirbelsäulengesellschaft (DWG), das nur an höchst erfahrene Operateure, die im Bereich der Wirbelsäulenchirurgie tätig sind, vergeben. Das sind in ganz Deutschland zur Zeit gerade einmal 500 Personen. Des Weiteren besitzt Dr. Hashemi die Zusatzbezeichnung der Schmerztherapie der Deutschen Gesellschaft für Neurochirurgie. So können sämtliche Schmerzeingriffe, wie Rückenmarksstimulationssystem, Implantation von speziellen Pumpen bei Patienten mit chronischen, unbeeinflussbaren Schmerzen eingesetzt werden. Dr. Hashemi ist ein Gutachter und Prüfer für die

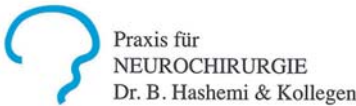
Landesärztekammer für das Fach der Neurochirurgie. Auch Spezial- eingriffe, wie die Behandlung von Iliosakralgelenkschmerzen, die nur in wenigen Zentren in Deutschland angeboten werden, werden mit sehr hoher Frequenz und mit sehr guter Erfolgsrate von über 90% behandelt. Bei sämtlichen Therapien werden modernste Geräte, die im Hegau-Klinikum Singen zur Verfügung stehen, regelmäßig benutzt. Die meisten Eingriffe sind minimalinvasive mikrochirurgische Eingriffe. Durch die ständige Weiterbildung und Fortbildung sind die Ärzte auf dem aktuellsten Stand der Medizin. Inzwischen hat sich das Einzugsgebiet der Neurochirurgie in Singen so vergrößert, dass viele Patienten teilweise hunderte Kilometer Anfahrts- weg in Kauf nehmen, um entsprechende Therapien in Singen durchführen zu lassen. Die meisten Patienten, die vorgestellt werden, sind Patienten, die in der Regel seit Jahren an Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule leiden. Somit haben viele Patienten jahrelange konservative Therapien hinter sich. Die Anzahl der Patienten mit akuter Erkrankungen, wie ein frischer Band-

scheibenvorfall, sind gering. Die meisten Patienten haben komplexe Erkrankungen, die mehrere Abschnitte der Wirbelsäule betreffen und meistens kompliziertere Eingriffe benötigen. Dies hat dazu geführt, dass sich die Ärzte besondere, wertvolle Erfahrungen bei der Behandlung komplizierter Fälle angeeignet haben. Besonders stolz sind die Ärzte, dass trotz einer hohen Arbeitsdichte immer weitere ärztliche Kollegen, die in den Praxen tätig sind, jederzeit mit den Ärzten der Neurochirurgie in Kontakt treten und besondere Problemfälle und auch akute Fälle direkt besprechen.

Dr. Hashemi ist besonders stolz darauf, dass er mit den niedergelassenen ärztlichen Kollegen anderer Fachrichtungen diese Gespräche führen kann. Er hält dies für eine besondere Qualität bei der Behandlung der Patienten und lobt seine niedergelassenen Kollegen im gesamten Einzugsbereich, die sich besonders um ihre Patienten mit entsprechenden Erkrankungen kümmern und nicht davor scheuen auch persönlich mit anderen Kollegen in Kontakt zu treten.

Sprechstunde:

Montag – Donnerstag: 8.30 – 16.30 Uhr
Freitag: 8.30 – 14.00 Uhr und nach Vereinbarung
Virchowstr. 10, 78224 Singen (Hohentwiel)
Telefon: +49 7731 796190, Fax: +49 7731 796196
E-Mail: info@neurochirurgie-singen.de
www.neurochirurgie-singen.de



Sanitätshaus Bernhard Schulz: SaniMOBiL – Optimale Versorgung auf vier Rädern

Mit der Gründung des mobilen Sanitätshauses 2017 wurde im Sanitätshaus Bernhard Schulz ein weiterer Meilenstein verwirklicht.

Inhaber und Geschäftsführer Bernhard Schulz freut dieser Schritt besonders: »Das Angebot des mobilen Sanitätshauses wird sehr gerne angenommen. Wir leben in einem ländlich strukturierten Raum mit teils schlecht entwickeltem öffentlichen Nahverkehr. Dazu kommt, dass unsere Kunden häufig gesundheitlich eingeschränkt sind und deshalb selbst kein Auto fahren können. Um hier nicht auf die Hilfe von anderen angewiesen zu sein, d. h. von Angehörigen oder Nachbarn, bieten wir mit dem saniMOBiL die komplette Versorgung.«

Die saniMOBiLe sind permanent im Einsatz

Und das läuft wie am Schnürchen. Denn seit der Einführung des Modells stehen die saniMOBiLe nicht mehr still: »Unsere Mitarbeiterinnen sind permanent im Einsatz und können so die Hilfsmittel optimal auf die häusliche Umgebung der Kunden abstimmen«, berichtet er. »Wir sind immer bemüht, uns in die Bedürfnisse un-



Bernhard Schulz und Swetlana Scheiermann vor der Filiale in Radolfzell.
swb-Bild: de

serer Kunden hineinzudenken, ihre Situation zu verstehen, um dann gemeinsam die bestmögliche Lösung zu finden«, so Schulz. Doch selbst bei der besten Beratung gibt es manchmal Probleme: »Natürlich gibt es auch für uns Grenzen in der Machbarkeit. Zum Beispiel wenn etwas umsetzungstechnisch einfach nicht möglich

ist, oder wenn der Wunsch des Kunden von den Kostenträgern nicht übernommen wird. Hier versuchen wir zu vermitteln und eine passende Alternativlösung zu finden, damit alle Parteien zufrieden sind«, so Bernhard Schulz. Diana Engelmann

Mehr unter www.schulz-rehatech.de.

Kostenübernahme von Sanitätsartikeln

Die Kostenübernahme von Hilfsmitteln ist in Deutschland durch das Sozialgesetzbuch geregelt. Gesetzlich Versicherte haben Anspruch auf medizinisch notwendige Hilfsmittel. Allerdings müssen die Krankenkassen das Wirtschaftlichkeitsgebot beachten. Das bedeutet in der Praxis, dass Kunden für eine bessere Qualität selbst bezahlen müssen. Im Sanitätshaus Bernhard Schulz werden Kunden darüber sowie über »zuzahlungsfreie« Alternativen umfassend informiert.

Auch in Apotheken erhältlich.

Berchtolds Vitalliin
Knoblauchgetränk

... eine Spezialität vom Landwirt
Keine Ausdünstungen durch die Poren der Haut

Der Gesundheit zu liebe!
Viele Völker waren und sind sich der heilenden Wirkung von Knoblauch sicher. Knoblauch wirkt sich positiv auf Blutdruck und den Cholesterinspiegel aus. Allicin heisst sein wichtigster Wirkstoff; ein ätherisches Öl, kombiniert mit den Vitaminen A, B, C und E, dazu Spurenelemente und Mineralstoffe.

Neben Zitronen und Honig genügen nur ausgesuchte Knoblauch- und Ingwersorten in Verbindung mit Birnen und Äpfeln aus unserer fruchtbaren Hegau / Bodenseeregion der Qualität unseres Vitalliins.

Unser Vitalliin enthält keine Zusatzstoffe, keinen Alkohol und wird nicht erhitzt.

Wählen Sie aus – zwischen dem bewährten »**Vitalliin**« und dem neuen besonders magenverträglichen »**Vitalliin mit Ingwer**«.

Wir empfehlen täglich 2cl.
(ein Schnapsglas)

Finden Sie Vitalliin vor Ort:
www.vitalliin.de/vorort

Berchtolds Vitalliin
Knoblauchgetränk
INGWER
mit Apfel, Zitrone, Birne, Honig & feinem Ingwer
Spezialität aus dem Hegau seit 1992

Bestellen Sie unter:
Telefon 0 77 31 / 94 98 - 50 · Fax 0 77 31 / 94 98 - 51
oder im Internet unter www.vitalliin.de, info@vitalliin.de
Hägele Vitalliin GbR · Kanalstraße 9 · D-78247 Hilzingen

Gesundheitstipps für den Frühling

Leserinnen und Leser aus WOCHENBLATTland geben Tipps, wie sie sich fit und gesund halten:



»Positiv denken und viel raus an die frische Luft gehen.«
Regina und Margot aus Tengen



»Frische Luft und Bewegung halten mich fit. Darüber hinaus mache ich zweimal pro Woche Kampfsport.«
Veronica aus Singen

»Mehr Obst und Gemüse essen.«
Enisa aus Engen



ORTHOPÄDIE-TECHNIK
SANITÄTSHAUS
REHABILITATION

Jäckle

SINGEN • HEGAUSTR. 28
TELEFON 0 77 31 / 6 28 72

»Ausgewählte Produkte für mehr Lebensqualität.«

Der neue Sanivita Katalog ist da!
Holen Sie sich jetzt Ihr kostenloses Exemplar bei uns ab!
www.orthopaedie-jaeckle.de

LUMA ZAHNTECHNIK

Sie haben BISS ?

Wir suchen für unser modernes Zahntechniklabor eine/n engagierte/n **Zahn technikermeister/in oder Zahn techniker/in**

LUMA GmbH Zahn technik
Am Postalterswäldle 26
78224 Singen

Telefon: 07731-45265
Telefax: 07731-42026
E-Mail: luma.zahn technik@freenet.de

Zahnmedizin Zentrum Dr. Basset: Warum sich die richtige Prophylaxe lohnt



Das Team vom Zentrum Dr. Basset in Radolfzell.

swb- Bild: de

Schöne Zähne stärken das Selbstbewusstsein und unterstreichen den eigenen Auftritt. Im Interview informiert Dr. Uwe Basset, warum regelmäßige Prophylaxe die beste Idee für den Zahnerhalt bis ins hohe Alter ist. Auch geht es um die zunehmende Bedeutung der ästhetischen Zahnmedizin und darum, ob Zucker schlecht für die Zähne ist.

WOCHENBLATT: Herr Dr. Basset, wie zaubern Sie Ihren Patienten nach

einer schmerzhaften Zahnbehandlung wieder ein Lächeln ins Gesicht?

Dr. Uwe Basset: Bei uns gibt es keine schmerzhaften Zahnbehandlungen. Die Anästhesie ist ja erfunden. Ansonsten hilft wie im ganzen Leben auch der Humor. Und dabei fällt ein Lächeln viel leichter, wenn einem die eigenen Zähne gefallen.

WOCHENBLATT: Warum bedeuten schöne Zähne mehr Lebensqualität?

Dr. Uwe Basset: Sie ermöglichen

dem Menschen zu lächeln, stärken das Selbstbewusstsein und unterstreichen den eigenen Auftritt.

»Rein wirtschaftlich lohnt sich die Prophylaxe mehr als alles andere.«

WOCHENBLATT: Welche Tipps geben Sie für gesunde Zähne bis ins hohe Alter?

Dr. Uwe Basset: Die Zähne vom Zahnarzt so gestalten zu lassen, dass sie leicht und effektiv gereinigt werden können. Des Weiteren empfehle ich, sich vom zahnärztlichen Team genau zeigen zu lassen, wie man Zähne richtig reinigt. Auch rate ich, in regelmäßigen – und nicht zu langen Abständen – eine professionelle Zahnreinigung durchführen zu lassen. Medizinisch und auch wirtschaftlich lohnt sich für die Patienten die Prophylaxe mehr als alles andere. Bestes Beispiel: Eine meiner ältesten Patientinnen ist über 80 Jahre alt und lässt sich – schon seit über 30 Jahren – alle drei Monate ihre Zähne professionell reinigen. Neulich wurde sie im Krankenhaus operiert. Als die Schwestern sie aufforderten, sie möge doch vor der OP ihr Gebiss he-

rausnehmen, hat sie nur gelächelt. Denn das ging nicht: Die alte Dame besitzt tatsächlich noch ihre eigenen Zähne. Und die sitzen fest und sind gesund. So spart man sich große und teure Behandlungen.

»Die Ansprüche haben sich komplett geändert. Die Leute möchten heute in jedem Alter schöne Zähne haben.«

WOCHENBLATT: Ein chinesisches Sprichwort sagt: »Das Leben meistert man lächelnd – oder gar nicht.« Welche Bedeutung kommt der ästhetischen Zahnmedizin heutzutage zu?

Dr. Uwe Basset: In diesem Bereich gab es in den letzten 25 Jahren eine starke Zunahme. Früher waren fehlende Zähne im Alter noch in Ordnung. Heute ist das anders. Die Ansprüche haben sich komplett geändert. Die Leute möchten heute in jedem Alter schöne Zähne haben.

WOCHENBLATT: Inwiefern ist Zucker schlecht für die Zähne?

Dr. Uwe Basset: Zucker ist insgesamt schlecht für die Gesundheit. Allerdings ist er in so vielen Nahrungsmitteln enthalten, sodass die meisten Menschen es nicht schaf-

fen, ihn zu meiden. Unsere Aufgabe ist es, den Patienten zu zeigen wie sie sich verhalten können, dass trotz Zuckerkonsum die eigenen Zähne erhalten werden können.

»Der Zucker in Fruchtsäften ist katastrophal – insbesondere für Kinder.«

WOCHENBLATT: Gerade wird in Deutschland über die Zuckersteuer diskutiert. Was halten Sie davon?

Dr. Uwe Basset: Den Zucker zu verbieten ist auch nicht zielführend. Gut ist eine Anleitung für den richtigen Umgang mit Zucker. Z. B. ist es besser, eine ganze Tüte Süßes zu naschen und sich danach die Zähne zu putzen, anstatt immer wieder zwischendurch zu essen. Gerade der Zucker in Fruchtsäften ist katastrophal – insbesondere für Kinder, die immer wieder kleine Schlucke nehmen. Das zerstört die Zähne.

WOCHENBLATT: In Ihrer Praxis gibt es einen »Club Junior« für Kinder, einen »Youth-Club« für Jugendliche und einen »Club-55plus« für die ältere Generation. Welche Vorteile bietet das?

Dr. Uwe Basset: Patienten verschiedener Altersklassen haben unter-

schiedliche Vorlieben. Kinder fühlen sich wohl, wenn in der Praxis auch noch andere Kinder sind. Ältere Patienten haben wiederum ihre eigenen Fragestellungen. Dem möchten wir bestmöglich gerecht werden.

Diana Engelmann

Mehr auf www.zahnmedizin-zentrum-radolfzell.de.



Dr. Uwe Bassets Tipps zur Gesundheit:

Viel Bewegung, gute Ernährung, und eine gute Zahnarztpraxis 😊.



dr.basset
ZAHN MEDIZIN
★★★★★ ZENTRUM

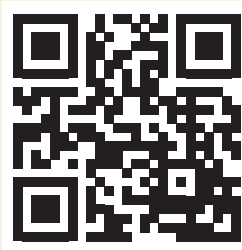


Alles von Spezialisten. Alles unter einem Dach.

- > Ästhetische Zahnmedizin & Premium Zahntechnik
- > Zahnfleischbehandlungen & Prophylaxe
- > Chirurgie & Implantologie
- > **Club Junior** Kinderzahnheilkunde
- > **Youth Club** Jugendzahnheilkunde
- > **CLUB 55^{plus}** Feste Zähne im besten Alter
- > **DVT** Digitales Röntgen in **3D**

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. 8.00 – 20.00 Uhr
Sa. 8.00 – 14.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Telefon 0 77 32 / 30 33
eMail info@dr-basset.de
Sankt-Johannis-Str. 1
D-78315 Radolfzell



JAHR100BAU
Zentrum für Ihre Gesundheit

Gesunde und schöne Zähne, ein Leben lang.

www.dr-basset.de

Hörwelt Jana Ritter: Warum ein gutes Vertrauensverhältnis zum Akustiker wichtig ist

Unser Gehör zählt zu den wichtigsten Sinnesorganen. Denn Hören vermittelt Lebensqualität. Das wusste auch schon Emanuel Kant:

**Nicht Sehen trennt von den Dingen.
Nicht Hören von den Menschen.**

Wie Hörakustikmeisterin Jana Ritter von der Hörwelt in Engen verrät, ist ein vertrauensvolles Verhältnis zum Hörakustiker/zur Hörakustikerin deshalb sehr wichtig: »Die Hörgeräteversorgung und Hörgeräteanpassung müssen permanent auf die individuelle Hör-, Lebens- und Wohnsituation angepasst werden. Ein gutes Verständnis für die Bedürfnisse des Kunden steht bei uns an erster Stelle.« Die im November 2017 neu eröffnete Hörwelt bietet Neukunden und auch Kindern die kostenfreie Beratung und einen Hörtest an. Nach dem Beratungsgespräch können die Kunden frei entscheiden, ob die Chemie stimmt und eine Zusammenarbeit in Frage kommt. Und auch bei der weiteren Betreuung steht die Individualität des Einzelnen im Vordergrund: »Unsere Kunden sollen ihre Hörgeräte frei wählen können«, so Jana Ritter. Angepasst werden die Hörgeräte in einem modernen Anpassraum. Da-



Jana Ritter von der Hörwelt in Engen.

swb-Bild: de

rüber hinaus ist die eigene Reparaturwerkstatt bestens für weitere Änderungen ausgerüstet. »Bei uns können Kunden eine Vielzahl verschiedener Hörsysteme testen. Man sollte sich Zeit zum Ausprobieren nehmen. Wenn sie mit einem Hörgerät nicht zurechtkommen, erhalten sie problemlos ein anderes Testgerät.« Diana Engelmann

Mehr unter
www.hoerwelt-jana-ritter.de.

Jana Ritters Tipp zur Gesundheit:

Lassen Sie ihr Gehör regelmäßig vom Facharzt oder vom Akustiker überprüfen!

Jeder Hörakustiker bekommt für die Nachbetreuung (in der Regel 6 Jahre) eine Pauschale von der gesetzlichen Krankenkasse. Wechselt der Kunde den Akustiker – was jederzeit möglich ist, ob in der Probeanpassung oder nach dem Kauf – kann die Restpauschale für die Nachbetreuungszeit mit einer Unterschrift zum Wechsel angefordert und die meisten Serviceleistungen damit abgegolten werden.



Zu meinen Angeboten gehören auch kostenfreie Vorträge in Altenheimen, Seniorengruppen, Altnachmittagen etc., über Hören und Hörverlust, Versorgungsmöglichkeiten, Tinnitus, Schwerhörigkeit im Allgemeinen aber auch Handhabungs-Workshops, ... Vielleicht ist etwas für Sie dabei, was Sie anspricht, Ihr Interesse weckt, wonach Sie suchten oder Sie einfach auf eine Idee bringt?

Es würde mich freuen, Sie unterstützen zu dürfen – ein kleines Stück auf Ihrem Weg zu besserem Hören und mehr Lebensqualität. Bei Fragen nehmen Sie bitte unverbindlich Kontakt zu mir auf. Ich freu mich auf Sie.

Hörwelt Jana Ritter
Robert-Bosch-Straße 1
78234 Engen
Tel.: 07733-3603063
info@hoerwelt-jana-ritter.de

www.hoerwelt-jana-ritter.de

Sanitätshaus Pfänder: Fit in den Frühling



Das Team vom Sanitätshaus Pfänder in der Schwarzwaldstr. 5 in Singen.

swb-Bild: de

Fit werden bedeutet aktiv werden. Und im Sanitätshaus Pfänder gibt es diesen Frühling die passenden Produkte dazu. Zum Beispiel das Balance Board, wodurch nicht nur Koordination und Gleichgewicht verbessert, sondern auch die Bein- und Rumpfmuskulatur gestärkt werden. Ebenfalls beliebt ist das Sitfit-Kissen, welches ein rückengerechtes und dynamisches Sitzen fördert und gleichzeitig auch zum Training diverser Muskelgruppen geeignet ist. Eine weitere Verwendungsmöglichkeit ist die Fuß-Venengymnastik.

Gerade bei vorwiegend sitzender Tätigkeit - wie im Büro oder auch Zuhause - sorgt dieses Sitzkissen für reichlich Entlastung. Das Produktsortiment bietet außerdem noch die Bodyrolls, den Twin Roller oder die bekannte »Original BlackRoll« (Faszienrolle) – der Klassiker schlechthin. Damit können Verhärtungen oder auch Verklebungen effizient gelöst und Muskelverspannungen gelindert werden. Apropos Linderung von Rückenschmerzen: Schwimmen zählt nach wie vor zu den besten Sportarten für

die Wirbelsäule. Die passende Bademode dazu findet sich ebenfalls im Sortiment bei Pfänder: »Wir bieten eine große Auswahl an schöner Bademode der Marken ›Sunflair‹ und ›Anita‹«, informiert Filialleiterin Claudia Höfler. »Kommen Sie bei uns vorbei - wir beraten Sie gerne!« Diana Engelmann

Frau Höflers Gesundheitstipp:

Viel frische Luft und ausreichend Bewegung bringen den Körper wieder in Schwung.



**Ein kompetentes Team für Sie
... und Ihre Gesundheit**

Persönliche und qualifizierte Beratung:

pfänder
ORTHOPÄDIE-TECHNIK
Schwarzwaldstraße 5 · 78224 Singen · Tel. 07731/65426
www.pfaender-sanitaetshaus.de

easylife-Zentrum Konstanz: Stoffwechselprogramm: leicht & effektiv abnehmen

Es zwickt mal hier, es zwackt mal da und Sie sind auf der Suche nach Abhilfe. Dazu wäre es notwendig, mehr Aufklärung über Ihren gesamten Körper zu bekommen. Nichts wird individueller beansprucht, steht unter vielfältigeren Einflüssen, ist einzigartiger und zugleich unterschiedlicher als der menschliche Körper. Diese Unterschiede präzise zu bestimmen ist eine wichtige Grundlage der Abnehm-Methode bei easylife. Mittlerweile ist jedem bewusst, dass Übergewicht und zu viel Körperfett zu einem globalen Problem geworden sind. Eine direkte Folge davon können sein: Diabetes, Herzerkrankungen, bestimmte Krebsarten sowie Schlafstörungen und Atemprobleme.

Kostenlose ernährungsmedizinische Messungen: Bis jetzt konnte eine Bestimmung des Viszeralfetts nur mit teuren und aufwendigen Messungen wie Magnetresonanztomographie (MRT) ermittelt werden. Mit professioneller ernährungsmedizinischer Technik ermitteln wir an unseren Figur-Analyse-Tagen u. a. folgendes: **Stoffwechselrate, Metabolik Ihres Alters, Visceralfett, Blutzucker, Grundumsatz, Blutdruck, Knochengewicht, Körperfettanteil, Body-Mass-Index (BMI) und den Zielbereich.**



Was ist die Ursache für das Übergewicht? Bei der ernährungsmedizinischen Bestimmung wird unter anderem auch der Blutdruck gemessen.

Persönliche Beratung und Ursachenforschung

Bei einer unverbindlichen und persönlichen Beratung ist es dann das Ziel herauszufinden, welches die Ursachen für das Übergewicht sind. Andrea Buhmanns Erfahrungen nach zählen hierzu hormonelle Störungen, Medikamente wie Cortison oder Hormone, oder eine Raucherentwöhnung. Auch falsche Essgewohnheiten und Veranlagungen verursachen oft Übergewicht. Viele Kunden haben

zudem einen verlangsamen Stoffwechsel, der das Abnehmen fast unmöglich macht. Damit es in Zukunft nicht mehr zwickt und zwackt können Sie im easylife Konstanz die Lösung finden.

Auf einen Blick:

Wer von den kostenlosen Messungen Gebrauch machen möchte, kann bis 04.05.2018 einen individuellen Termin vereinbaren.
easylife-Zentrum Konstanz
Telefon 07531/9215236

Gesundheitstipps für den Frühling

Leserinnen und Leser aus WOCHENBLATTland geben Tipps, wie sie sich fit und gesund halten:



»Vor drei Jahren habe ich mit dem Rauchen aufgehört. Heute ernähre mich gesund und trainiere vier Mal pro Woche im Fitnessstudio Clever Fit in Singen. Doch ab und zu naschen ist auch okay.«
Melanie aus Singen



»Früh aufstehen, um Sonnenaufgänge anzuschauen! Auch sollte man sich jeden Tag mindestens 30 Minuten für sich selbst nehmen. Und hast du keine Zeit, nimm 60!«
Michaela aus Engen



»Ich mache gerade eine Heilfastenkur mit Gemüsebrühe, frisch gepresstem Saft, Tee und Wasser. Dadurch fühle ich mich vitaler, gesünder und voller Elan.«
Andrea aus Riedheim



»Radfahren hält mich fit. Daneben gehe ich ins Fitnesscenter und besuche den Tanzkreis Seidel.«
Georg aus Singen

Kostenlose Figur-Analyse

Vereinbaren Sie jetzt ihr kostenloses Beratungsgespräch mit allen Messungen.

Erwin Restle
aus Konstanz

- Grundumsatz
- Knochengewicht
- Visceralfettanteil
- Stoffwechsel-Rate
- Körperfettanteil
- Blutdruck • BMI
- Blutzucker
- Metabolik Ihres Alters

26 Kilo in 11 Wochen

Mit dem Abnehm-Experten an der Seite und einem Programm, das sich an mein Leben anpasst

Gutschein

für eine kostenlose Figur-Analyse im Wert von 89,00 Euro

Nur ein Gutschein pro Person. Bitte telefonisch einen Termin vereinbaren um Wartezeiten zu vermeiden.

Abnehmen ist Teamwork.

Sofort anrufen: ☎ **0 75 31/9 21 52 36**

für unsere Schweizer: ☎ +49-75 31/9 21 52 36

Macairestr. 3, 78467 Konstanz **P** direkt vor dem Haus, www.easylife.de

Nicht bei krankhafter Fettsucht! Für eine langfristige Gewichtsreduzierung bedarf es der dauerhaften Einhaltung der im Programm vermittelten Ernährungsregeln.

IMPRESSUM:

»GESUNDHEIT IST FÜR ALLE DA« ist eine Sonderbeilage des Singener WOCHENBLATTS.

Interviews, Texte und Fotos:
Diana Engemann

Anzeigenberatung:
Rossella Celano und Karin Lenz

Layout: Agentur und Satzabteilung des Singener WOCHENBLATTS

Praxis für Logopädie

Ariane Clausius

Sprach-, Sprech- und Stimmtherapie
Lese-Rechtschreibförderung

Untere Gießwiesen 16, 78247 Hilzingen
Tel. 07731 / 827290, www.logopaedie-clausius.de

ENDOCENTER Stockach: Wirksame Behandlung bei Arthrose

Das ENDOCENTER Stockach ist Sitz des Arthrose-Netzwerkes Deutschland. Gegründet wurde es 2009 von ein paar Ärzten und Johannes Vossenkuhl als Geschäftsführer. Heute zählt das Netzwerk rund 60 Fachärzte aus dem In- und Ausland mit den Fachbereichen Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin. Wie Johannes Vossenkuhl berichtet, werden in Stockach alle Behandlungen des Bewegungsapparates durchgeführt. Insbesondere zwei spezielle Verfahren, die bei Arthrose-Behandlung sehr wirksam sind: Die Kernspinn-Resonanz-Therapie und die Behandlung mit kaltem pulsierendem Rotlicht. Letzteres beschleunigt nicht nur die Wundheilung, sondern lindert auch Schmerzen. Daneben spielt die Wahrnehmung des Patienten als Ganzes eine wichtige Rolle: »Wir bekämpfen nicht nur Symptome, sondern die Ursache der Beschwerden. Zum Beispiel mit der Kernspinn-Resonanz-Therapie, bei der die Knorpelmasse regeneriert wird. Die Erfolgswahrscheinlichkeit liegt bei 80 bis 85 Prozent«, informiert Johannes Vossenkuhl. Und manchmal reicht eine einfache



Johannes Vossenkuhl, Dr. Kristin Baving und Dr. Enno Roderfeld.
swb-Bild: TCM Stockach

Ernährungsumstellung aus, um Beschwerden zu lindern: »Fehlernährung, d. h. eine nährstoffarme und kohlenhydratreiche Kost mit zu viel Zucker und Fett kann eine Hauptur-

sache für Arthrose und Osteoporose sein«, so Vossenkuhl. Diana Engelmann
Mehr auf www.arthrose-zentren.de

Johannes Vossenkuhls Gesundheitsstipp:

Ich rate zu einer gesunden Ernährung, die reich an Nähr- und Vitalstoffen ist. Hin und wieder auch kombiniert mit Fisch und Fleisch. Auch ist es wichtig, weniger leere Kohlenhydrate bzw. generell weniger Kohlenhydrate zu sich zu nehmen. Denn gerade im Weizenbrot sind kaum mehr Inhaltsstoffe drin. Des Weiteren ist unser Nahrungsangebot heute voller chemischer Zusatzstoffe, deren Folgen für den Körper weitgehend unerforscht sind.

Gesundheitszentrum Stockach



Dr. med. Enno Roderfeld
Johannes Vossenkuhl (GF)

- Kernspinn-Resonanz Therapiezentrum für:
 - Arthrose/Knorpelschäden
 - Osteoporose
 - Sport- und Unfallbehandlungen
 - Stoffwechselstörungen der Knochen
- Repuls-Schmerzbehandlung
- Hypnose Coaching
- Ernährung
- Gewichtsreduzierung
- Entgiftung

Die Mitglieder des bundesweiten Arthrose Netzwerkes sind medizinische Einrichtungen, die eine umfassende individuelle orthopädische Versorgung auf höchstem Qualitätsniveau bieten.

Gemeinsames Ziel ist die Erhaltung bzw. Wiederherstellung der Bewegungsfreude der Patienten.



Dr. med. Kristin Baving

- Schmerzbehandlung
- Burn out/Erschöpfung/Schlafstörungen
- Hauterkrankungen
- Allergien
- Asthma/Atemwegserkrankungen
- Frauenheilkunde
- Verdauungsbeschwerden etc.

Behandlungsmethoden

- klassische Körperakupunktur - chinesische Kräutertherapie - Moxibustion
- Schröpfkopfbehandlung - Ohrakupunktur
- schmerzlose Laserakupunktur für Kinder - Elektroakupunktur nach Covic zur Linderung akuter Heuschnupfensymptome
- chinesische Gesundheitspflege

Mario Knaus

- Tuina Therapie
- Ernährungsberatung



Gesundheitszentrum Stockach

Hauptstraße 6, 78333 Stockach

Dr. med. Enno Roderfeld
Johannes Vossenkuhl (GF)
ArthroseNetzwerk DE
ENDOCENTER GmbH
+49 (0) 800 0118555
+49 (0) 160 99125898
vossenkuhl@endocenter.de
www.arthrose-zentren.de

Dr. med. Kristin Baving
Mario Knaus
+49 (0) 7771 6469938
info@tcm-stockach.de
m.knaus@tcm-stockach.de
www.tcm-stockach.de

Gesundheit & Ernährung: Augen auf beim Einkauf

Um Gesundheit und Ernährung kommt heute keiner mehr herum. Das fängt schon beim Betreten des Supermarktes an, wo der Verbraucher aus einer endlosen Fülle an Waren

Der Supermarkt, ein Labyrinth

Denn aus dem kleinen Tante Emma Laden ist heute ein oft schwer durchschaubarer Einkaufsdschungel

Zusatzstoffe, die für den Normalverbraucher kein Begriff sind

Doch wie überall im Leben lohnt es sich gerade hier, bei den Inhaltsstoffen, genau hinzuschauen – immer stets mit kritisch wachsamem Blick. Denn neben Unmengen von Zucker enthalten industriell verarbeitete Fertigprodukte häufig Zusatzstoffe, deren Namen für die Verbraucher häufig kein Begriff sind. So enthalten Süßwaren (auch Süßgebäck), Kaugummis, Zahncremes, Käse und viele andere Lebensmittel oft sogenanntes Titandioxid – ein Zusatzstoff, der netter klingt als er ist. Denn Titandioxid, oft auch deklariert als E171, reichert sich im Körper an und kann nachweislich zu Schäden führen.

Nano-Titandioxid kann ähnliche Vorgänge in Gang setzen wie Asbest

Studien zeigten, dass bereits kleinste Nano-Teilchen des Stoffes über die Lungen in den Blutkreislauf und mit dem Blut in die Leber, die Milz, die Nieren, das Herz und selbst in das Gehirn gelangen können. Schon 2010 entdeckten Wissenschaftler, dass Nano-Titandioxid in menschlichen Zellen ähnliche Vorgänge in Gang setzen kann wie z. B. der hochgiftige Stoff Asbest. Neben Titandioxid gibt es noch viele weitere Zusatzstoffe in Lebensmitteln (z. B. Palmöl) – die die Gesundheit schädigen können. (Weitere Informationen dazu auf www.zentrum-der-gesundheit.de)

Auf Natürliches zurückzugreifen ist eine Herausforderung und Chance

Der Verbraucher hat also die Wahl, sich mit diesen Dingen auseinanderzusetzen. Denn es liegt an ihm allein zu entscheiden, welche Nahrungsmittel er täglich seinem Körper zuführt. Dass ein Übermaß an Zucker, Fett, ungesunden Kohlenhydraten und Fertigprodukten nicht gesund sind, weiß jedes Kind. Doch die Konsequenz, jeden einzelnen Tag für sich zu entscheiden, solche Produkte bewusst wegzulassen und stattdessen auf Natürliches zurückzugreifen – ist eine Herausforderung und Chance zugleich. Doch es lohnt sich. Und das nicht nur der Gesundheit willen.

Denn eine gesunde und ausgewogene Ernährung, sowie regelmäßige Bewegung sind in jedem Alter eine Quelle für mehr Vitalität und damit auch für Lebensqualität. Denn wer sich fit und vital fühlt, strahlt das auch aus und gewinnt zunehmend an mentaler und körperlicher Stärke. Diana Engelmann



Warenschongel Supermarkt.

swb-Bild: fotolia

auswählen muss. Gab es in früheren Zeiten nur ein kleines Angebot an heimischen Artikeln, so hat sich das Warenangebot in den letzten 50 Jahren vervielfacht.

geworden. Sich hier zurechtzufinden, geschweige denn die richtigen und gesunden Lebensmittel für sich selbst zu finden, ist manchmal wie die Suche nach der Nadel im Heuhaufen.

**Richtig gut
in Deutsch
– und du?**

TESTWOCHE
02.05. bis 05.05.2018

Haben Sie den Verdacht, dass Ihr Kind nicht gut lesen und schreiben kann? Jetzt **kostenlos** im LOS **testen lassen!**

Über Test und individuellen Förderunterricht in Deutsch und Englisch informiert Sie Diplom-Heilpädagogin Waltraud Frank-Peuckert, LOS Singen, Hadwigstraße 11
Telefon 0 77 31 / 18 15 00, Mail: los-singen@t-online.de

Das „Darm-Schlank-Programm“
gesund abnehmen mit dem „Darm-Schlank-Programm“ von Dr. Wolz

Wir führen über 450 Heilkräuter!
Lassen Sie sich beraten – wir sind die Kräuterspezialisten
Kräuter-Drogerie v. Kenne
Hadwigstraße 7 · 78224 Singen
Telefon 0 77 31 / 6 23 04
www.kraeuter-kenne.de
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9 – 18 Uhr, Sa. 9 – 14 Uhr

Gesund und schlank ins Frühjahr starten:
1 Monatskur à 2 Probiocolon-Packungen plus das **„Darm-Schlank-Programm-Buch“** zu insgesamt nur 51,00 €
Wir beraten Sie gern!

DENTAL - LABOR
NIKOLAUS LANGNER GMBH

- Metallfreie Kronen u. Brücken
- Vollkeramische Konstruktionen
- Ästhetische Korrekturen mit keramischen Schalen
- Eigenes Fräszentrum

- Metallunterstützte Kronen u. Brücken
- Implantat-Konstruktionen
- Navigations-Schablonen in MED 3D - Technik
- Meisterlabor seit 25 Jahren

Schöne Zähne. Schönes Lachen.

D-78359 Orsingen-Nenzingen · Kirchleweg 7
Tel. 07774/78 57 · Fax 07774/18 68
www.langner.de · langner@langner.de

Ein Jahr Zahnarztpraxis Plus: Versteckter Zucker als Hauptgrund für Karies

Sind Zuckergetränke flüssige Krankmacher? Im Interview verrät Dr. med. dent. Marina Jurt warum versteckter Zucker ein Hauptgrund für Karies ist. Auch geht es um die energetischen Verbindungen zwischen den Zähnen, dem Zahnhalteapparat und den Organen.

WOCHENBLATT: Frau Jurt, am 22. Mai 2017 wurde die Zahnarztpraxis Plus eröffnet. Wie ist Ihre Bilanz für das erste Jahr?

Dr. Marina Jurt: Sehr positiv! Die Praxis ist von Beginn an gut angelaufen. Mittlerweile behandeln wir weit über 1.000 Patienten, die größtenteils aus Singen und Umgebung stammen. Bei einer Neugründung ist der Standort immer das Wichtigste. Und gerade weil wir zentral im Wohngebiet sind, ist die Praxis für viele Patienten bequem zu Fuß zu erreichen.

WOCHENBLATT: Tägliche Zahnpflege und gesunde Ernährung tragen wesentlich zur Zahngesundheit bei. Dennoch kommt es oft zu bakteriellen Belägen und hartnäckigen Ablagerungen. Wie kann das sein?

Dr. Marina Jurt: Das ist oft durch den natürlichen Speichelfluss bedingt. Dieser kann, unabhängig von der Er-

nährung, zu Zahnsteinbildung führen. Durch Zahnstein entsteht zwar kein Karies, aber eine Zahnfleischentzündung kann dadurch ausgelöst werden. Auch spielt die Genetik bei der Bildung von Speichelfluss eine Rolle.

WOCHENBLATT: Welche Möglichkeiten gibt es dem entgegenzuwirken?

Dr. Marina Jurt: Ich empfehle jedem Patienten, ein- bis zweimal jährlich eine professionelle Zahnreinigung durchführen zu lassen. Bei manchen Patienten auch öfter, z. B. bei starken Rauchern.

Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) sind 95 Prozent aller Europäer von Karies betroffen.

WOCHENBLATT: Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist Karies die weltweit am weitesten verbreitete Infektion. Rund 95 Prozent aller Europäer sind davon betroffen. Wie erklären Sie sich das?

Dr. Marina Jurt: Obwohl die Zahnvorsorge in Deutschland gut ist, werden wir von der Zuckerindustrie immer mehr hintergangen. Denn in fast jedem Nahrungsmittel ist Zucker enthalten. Der ist so versteckt, dass



Dr. med. dent. Marina Jurt.

swb-Bild: de

es viele nicht einmal mehr merken. Dabei sind die Auswirkungen für Zähne und Gesundheit verheerend. Je mehr Fertigprodukte wir kaufen, desto mehr Zucker konsumieren wir - was zu mehr Karies führt.

Die Verbraucherorganisation »Foodwatch« schreibt: »Die Zuckergetränke von Coca-Cola sind flüssige Krankmacher.«

WOCHENBLATT: In Großbritannien

tritt dieses Jahr eine Zuckersteuer in Kraft. Die Verbraucherorganisation »Foodwatch« fordert ähnliche Regulierungen auch für Deutschland. In ihrem 108-seitigen Coca-Cola-Report schreibt sie: »Die Zuckergetränke von Coca-Cola sind flüssige Krankmacher.« Würden Sie dem zustimmen?

Dr. Marina Jurt: Ja, das kann ich bestätigen. Vor allem Kinder und Jugendliche können das Risiko oft nicht richtig einschätzen. Weißer Industriezucker, so wie er in Coca-Cola enthalten ist, ist sehr ungesund und nur in Maßen zu genießen.

WOCHENBLATT: Zwischen den Zähnen, dem Zahnhalteapparat und den Organen bestehen energetische Verbindungen, d. h. Beeinträchtigungen an den Zähnen können zu Erkrankungen der Organe führen. Wie kann ich mir das vorstellen?

Dr. Marina Jurt: Unter der Zunge gibt es direkte Bahnen zum Herzen. Nicht nur bei Herzpatienten können so Bakterien direkt zum Herzen wandern. Aber auch in den Magen oder in den restlichen Körper. Deshalb ist Mundhygiene so wichtig. Was viele nicht wissen: Abszesse oder Eiter im Mund können schwerwiegende Folgen wie Schlaganfälle

oder Thrombose nach sich ziehen. Ich hatte in meiner Praxis schon Fälle mit Lähmungserscheinungen, die von abgestorbenen Zähnen ausgehen. Vor kurzem behandelte ich eine Patientin mit Schwellungen im Gesicht. Nach einer Zahnreinigung besserten sich ihre Beschwerden.

Diana Engelmann

Mehr unter
www.zahnarztpraxisplus.de.

Dr. Marina Jurts Gesundheitstipp: Auf die Ernährung achten, d. h. genau auf den Inhalt der Nahrungsmittel achten, die man kauft. Fertigprodukte und Nahrungsmittel, die Palmöl oder Titanoxid enthalten, meiden.

Tipps fürs Zähneputzen: Der Zahn hat fünf Flächen. Doch mit der Zahnbürste werden nur drei gereinigt. Zwischenräume können nur mit Zahnseide und Zwischenraumbürsten erreicht und gereinigt werden. Beim Zähneputzen nicht zu stark drücken. Denn so geht das Zahnfleisch zurück.

Gesunde und schöne Zähne sind unsere Leidenschaft



Liebe Patienten,

Die Gesunderhaltung und Schönheit Ihrer Zähne liegen uns am Herzen.

Unser breit gefächertes Behandlungsspektrum entspricht dem aktuellen Stand der modernen Zahnheilkunde.

Wir setzen in unserer Praxis beste Materialien ein: zum Beispiel Zahnimplantate aus der Hand von Spezialisten, made in Germany.

Dabei legen wir größten Wert auf eine persönliche und individuelle Beratung und eine Behandlung ganz nach Ihren Bedürfnissen.

Kommen Sie zu uns und lassen Sie sich von hervorragenden Ergebnissen begeistern.



Ambulantes OP Zentrum Radolfzell: Krampfadern-Behandlung mit der Celon-Methode

Krämpfadern sind oft schmerzhaft und ästhetisch unschön. Im Interview erklärt Dr. Gerold Schmid vom Ambulanten OP-Zentrum Radolfzell, wie Krampfadern richtig behandelt werden, warum Frauen häufiger betroffen sind und ab welchem Alter das Risiko steigt.

Dr. Gerold Schmid, leitender Chefarzt vom Ambulanten OP Zentrum Radolfzell, kennt das Problem seiner Patienten nur allzu gut: »Krampfadern werden in unserer Praxis - minimalintensiv - mit der sogenannten ›Celon-Methode‹ behandelt. Bei diesem Verfahren wird die Krampfader von innen, mit Hilfe einer dünnen Sonde, unter Radiofrequenztherapie verschlossen. Die oberflächlichen dicken, sichtbaren Krampfadern werden über Miniinzisionen, etwa ein bis zwei Millimeter unter der Haut, aufgeklädt und entfernt.«

Den Gang zur Untersuchung empfiehlt er frühzeitig: »Beim Auftreten von sogenannten ›Besenreisern‹ sollten Patienten zum Arzt gehen, damit ein Beratungsgespräch stattfinden und gegebenenfalls ein Krampfadern-Leiden ausgeschlos-



Dr. Gerold Schmid. swb-Bild: de

sen werden kann. Hier können bereits der klinische Befund und eine Ultraschalluntersuchung ausreichen«, so Schmidt. Besonders häufig trifft es Frauen und werdende Mütter. Denn das Unterhaut-Bindegewebe des weiblichen Körpers ist oft schwächer aufgebaut als bei Männern. Verstärkt wird die Bindegewebsschwäche auch durch Schwangerschaften: »Bei der Schwangerschaft kommt es zu erheblichen Druckunterschieden im venösen System. Insbesondere die Beine werden dadurch stark belastet«, so Schmidt.

»Ansonsten tritt ab dem Alter von 40 bis 50 Jahren eine natürliche Verschlechterung des Bindegewebes ein, was zum Auftreten von Krampfadern führen kann.« Zur Vorbeugung empfiehlt der Doktor regelmäßige leichte sportliche Betätigung. Liegt bereits ein Venenleiden vor, sollten bei längerem Stehen und Sitzen Kompressionsstrümpfe getragen werden.

Mehr unter www.chirurgie-radolfzell.de.

Dr. Gerold Schmid's Gesundheitstipps für den Frühling:

Regelmäßige sportliche Betätigung, d. h. zwei- bis dreimal pro Woche, insbesondere Cardio-Training mit niedriger bis mittlerer Belastung jeweils für 15 bis 30 Minuten. Dabei maximale Anstrengungen vermeiden. Auch empfehle ich, die bisherige Ernährung durch Vollkornkost zu ergänzen.

Diana Engelmann

Gesundheitstipps für den Frühling

Leserinnen und Leser aus dem WOCHENBLATTland geben Tipps, wie sie sich fit und gesund halten:



»Mein Hund und mein kleiner Sohn halten mich fit. Mit beiden gehe ich jeden Tag zweimal an der frischen Luft spazieren.«

Sarah aus Allensbach



»Ich empfehle die Freetox-Kur von Salus. Das ist eine effektive Frühjahrskur, die entschlackt und den Stoffwechsel anregt und so zu neuer Energie führt. Außerdem ist Sport und Ernährung eine gute Basis.«

Wiebke aus Singen

Natürlich und gesund – Berchtolds »Vitalliin«: Vital in den Frühling

Vitalliin ist ein besonderer Saft aus handgeschälten und geriebenen Knoblauchzehen, Äpfeln, Birnen, Zitronen und Ingwer. Wer »Vitalliin« einmal probiert hat, der schwört drauf - das ist die Erfahrung von Jörg und Thomas Hägele. Immer wieder berichten ihm Kunden von der heilsamen Wirkung des »Vitalliin«.

Denn obwohl es kein Medikament im üblichen Sinne ist, stärkt der Saft das Immunsystem und wirkt Cholesterin- und Blutdruck senkend. Auch der Knoblauch, der ohnehin zu den ältesten Heilpflanzen der Welt zählt, entfaltet in »Vitalliin« seine ganze Wirkung. Zudem sorgt das Allicin, ein ätherisches Öl, gemeinsam mit hochwirksamen A-, B-, C- und E-Vitaminen für eine vitalisierende Wirkung. Rund vier Monate dauert es bis der Saft fertig gereift ist. »Durch die lange Reifezeit wird der Knoblauch sehr mild«, betont Thomas Hägele. »Und durch den Ingwer, den wir zusätzlich hinzufügen, wird der Saft nun noch magenfreundlicher.« Als Dosierung empfiehlt er ein Schnapsglas pro Tag – am besten zu einer Mahlzeit. Das »Vitalliin« gibt es an vielen Stellen in der Region: im Vitaminmarkt beim Gartencenter

Mauch, im Obsthof Hertle in Stockach, auf den Wochenmärkten Singen, in der Kräuterdrogerie von Kenne in Singen und beim Bauernmarkt Radolfzell. Mehr Informationen gibt es unter www.vitalliin.de.

Neben »Vitalliin« verkaufen Jörg und Thomas Hägele auch Kartoffeln

aus eigenem Anbau. Daneben gibt es an ihrem Stand, auf den Wochenmärkten in Singen und Tuttlingen, ofenfrische Backwaren aus eigener Herstellung. »Unsere Kunden können aus acht verschiedenen Brotsorten und Brötchen wählen«, so Thomas Hägele. Frisches Gemüse und Obst aus der Region runden das Angebot ab.



Jörg und Thomas Hägele vor ihrem Stand auf dem Wochenmarkt. swb-Bild: Archiv

Ambulantes OP Zentrum Bodensee

Chirurgie – Orthopädie

Handchirurgie – Fußchirurgie

Fußzentrum

Behandlung aller Fehlstellungen und Probleme
Operative Korrektur aller Fuß- und Zehenstellungen

- » Hallux valgus
- » Arthrose der Großzehe und des Fußes
- » Hammer- und Krallenzehendeformitäten
- » Fersensporn - Achillessehnenbeschwerden
- » Senk-, Spreiz- und Knickfuß
- » Beratung wegen Einlagenversorgung

Sprechzeiten:
Montag
08.00 bis 20.00 Uhr
Dienstag bis Freitag
08.00 bis 12.00 Uhr
15.00 bis 18.00 Uhr

Notfälle
durchgehend

Walchnerstraße 16
78315 Radolfzell

Gelenkzentrum

Behandlung aller Gelenkproblematiken, insbesondere:

- » spezielle Arthrosebehandlung
- » Gelenkspiegelung von Schulter, Knie, Sprung- und Handgelenk
- » Operative Therapie von Meniskusverletzungen, Kreuzbandverletzungen, Sehnenverletzungen der Schulter u. v. m.

Leitende Ärzte: Dr. med. Gerold Schmid
Dr. med. Arndt Seemann

Walchnerstraße 16, 78315 Radolfzell
Tel. 07732 943 99-0 | www.chirurgie-radolfzell.de | info@chirurgie-radolfzell.de

Praxis für Neurochirurgie Dr. med. Aram Bani:

»Nur wenn wir aktiv bleiben, haben wir gewonnen«

Volkserkrankung Rückenleiden: Im Interview verrät Dr. Aram Bani, Chefarzt der gleichnamigen Praxis für Neurochirurgie in Singen, warum der Behandlungserfolg maßgeblich vom Patienten selbst abhängt und wie aktiv bleiben gesund hält. Auch geht es darum, die Abwanderung des Pflegepersonals ins Ausland endlich zu stoppen.

WOCHENBLATT: Herr Bani, welche Erkrankungen kommen in Ihrer Praxis am häufigsten vor?

Dr. Aram Bani: Wir decken alle Bereiche der Neurochirurgie ab. Am häufigsten behandeln wir Patienten mit degenerativen Wirbelsäulenerkrankungen. D. h. Erkrankungen der Lenden-, der Hals- oder der Brustwirbelsäule. Etwa 80 Prozent der Patienten sind davon betroffen. Auch Gehirnerkrankungen werden bei uns behandelt. Vor allem Schädeldirn-Traumata nach Unfällen.

WOCHENBLATT: Welche Rolle spielt die Neurochirurgie dabei?

Dr. Aram Bani: Dank der Neurochirurgie wurde das Hegau-Bodensee-Klinikum 2010 zum überregionalen Trauma-Zentrum. Doch schon seit 2006 werden Patienten - die früher nach Villingen-Schwenningen, Frei-



Aktivität fördert das Wohlbefinden

swb-Bild: fotolia

burg oder Ravensburg ausweichen mussten - in Singen behandelt.

WOCHENBLATT: Was sind das für Patienten, die zu Ihnen kommen?

Dr. Aram Bani: Die meisten von ihnen haben bereits einen langen Leidensweg hinter sich. Bei uns stellt sich dann die Frage, ob eine OP in Frage kommt oder nicht. Doch auch in so einem Fall operieren wir nicht jeden Patienten.

WOCHENBLATT: Warum nicht?

Dr. Aram Bani: Bei acht von zehn Patienten ist eine Operation nicht zwingend notwendig. D. h. Physiotherapien und andere Maßnah-

men sind hier der bessere Weg. Die Hausärzte und Physiotherapeuten machen dabei einen super Job! Ich finde es toll, dass diese Ärzte die Patienten rechtzeitig zu uns weisen und mit uns kollegial und freundlich zusammenarbeiten, um bestmögliche Versorgung zu gewährleisten.

Dr. Banis Tipp: Nutzen Sie die Vorsorgeprogramme – gerade auch jene, die von den Krankenkassen angeboten werden.

WOCHENBLATT: Warum nehmen Rückenleiden heutzutage zu?

Dr. Aram Bani: Rückenleiden gehören zu den häufigsten Zivilisationskrankheiten. Die Gründe sind der natürliche Verschleiß und Bewegungsmangel. Vor hundert Jahren mussten die Menschen viele Kilometer am Tag zu Fuß zurücklegen. Heute wird das Auto selbst für kurze Strecken – wie zum Bäcker – benutzt.

WOCHENBLATT: Also ist der moderne Lebenswandel hauptsächlich dafür verantwortlich?

Dr. Aram Bani: Das kann man so pauschal nicht sagen. Die Menschen werden heutzutage immer älter. Die Lebensweise entscheidet mit, aber sie ist nicht maßgeblich.

WOCHENBLATT: Welche Maßnahmen empfehlen Sie zur Vorbeugung von Rückenleiden?

Dr. Aram Bani: Aktiv bleiben, sich bewegen, zwei- bis dreimal die Woche altersgerechten Sport machen, Übergewicht vermeiden. Sportler erholen sich besser und schneller, gerade nach einer OP.

WOCHENBLATT: Fördert täglicher Sport den Verschleiß?

Dr. Aram Bani: Nein, das finde ich nicht. Wenn wir aktiv bleiben, haben wir gewonnen. Wenn nicht, haben wir verloren. Ich empfehle, jeden zweiten Tag

Sport zu treiben, damit dem Körper genügend Zeit zur Regeneration bleibt.

WOCHENBLATT: Wie stehen die Chancen auf eine vollständige Heilung?

Dr. Aram Bani: Wir sind zu dem Ergebnis gekommen, dass etwa ein Viertel der Heilung von uns ausgeht. D. h. alle OPs, Reha- und Vorsorgemaßnahmen. Doch 50 Prozent hängen vom Patienten ab. Nur wenn der Patient selbst dazu beiträgt – eben indem er sich mehr bewegt und sein Leben umstellt – dann ist eine vollständige Heilung möglich.

WOCHENBLATT: Wenn Sie einen Wunsch frei hätten – wie würde er lauten?

Dr. Aram Bani: Es ist mir eine Herzensangelegenheit, dass die Menschen im Gesundheitswesen mehr Geld verdienen. In Zeiten voller Kassen ist das absolut machbar. Schon seit Jahren kämpfen wir mit großem Personalmangel, da die gut ausgebildeten Fachkräfte in die Schweiz abwandern. Es muss hier einfach mehr Geld bereitgestellt werden, damit das Personal in Deutschland bleibt. Es nützt uns nichts, Pflegekräfte aus Italien oder Polen zu holen. Wir möchten unser medizinisches Fachpersonal hier behalten.

Diana Engelmann

Mehr unter www.neurochirurgie-bodenseeland.com.



Dr. Banis Tipp zur Gesundheit:

Positiv denken! Ich bin der Überzeugung, dass es wichtig ist, jeden Tag zu genießen. Denn wenn man vorausschauend vorangeht, wird der Tag fast immer gut. Und falls nicht – auch der schrecklichste Tag ist irgendwann vorbei. Auch kommt es darauf an, wie man lebt. Ich lebe im Hier und Jetzt; was morgen passiert, weiß ich nicht. Ich finde es schön, Menschen zu helfen und Freud und Leid mit anderen zu teilen. Wir leben in diesem wunderschönen Land – in Frieden und ohne Krieg und Leid. Allein das ist für mich das größte Geschenk und ein wahrer Grund zur Freude.



Praxis für NEUROCHIRURGIE

Schmerztherapie, ambulante und stationäre Operationen

Dr. A. Bani & Kollegen

HBH-Klinikum Singen, Virchowstraße 10, 78224 Singen
Telefon: 0 77 31/82 26 80, www.neurochirurgie-bodenseeland.com

Wird die Diagnose Hirntumor gestellt, sind Patienten verständlicherweise verunsichert. Ein Hirntumor ist eine Wucherung im Gehirn selbst, in den Nervenwasserräumen des Gehirns, den das Gehirn umhüllenden Hirnhäuten oder der Hirnnerven. Jedoch verbergen sich hinter diesem Begriff mehr als hundert verschiedene Arten von Hirntumoren. Auch können Absiedlungen anderer Tumore, sogenannte Metastasen, über den Blutstrom ins Gehirn gelangen und sich dort festsetzen. Wichtig ist jedoch: Nicht jeder Hirntumor bedeutet Krebs. Etwa zwei Dritteln aller Geschwülste im Kopf sind gutartig. Trotzdem muss ein Hirntumor meist operativ entfernt werden, denn im knöchernen Schädel ist der Platz begrenzt. So drückt der Tumor früher oder später auf gesundes Hirngewebe und droht dieses zu schädigen. In Abhängigkeit von der Lage des Tumors und der Nähe zu benachbarten Strukturen (z.B. Hirnnerven) treten bei den Patienten verschiedenste Symptome auf. So können Tumore der vorderen Schädelgrube zum Beispiel zu Riech- oder Geschmacksstörungen sowie psychischen Veränderungen führen. Ein Tumor im Bereich der mittleren Schädelgrube kann Seh- oder

Hormonstörungen verursachen. Ein Tumor der hinteren Schädelgrube kann zu Hör- und Gleichgewichts-, Schluckstörungen sowie Missempfindungen oder unwillkürlichen Zuckungen im Gesicht führen. Neben zunehmenden Kopfschmerzen, Lähmungen oder Gefühlsstörungen können auch epileptische Anfälle oder psychische Veränderungen auf einen Hirntumor hindeuten. Schlimmstenfalls kann ein Tumor zu Bewusstlosigkeit, Koma oder dem Tod führen.

Die wichtigste Frage, die Patienten bei der Diagnose Hirntumor beschäftigt, ist, ob sie nach der Operation mit Einschränkungen ihrer kognitiven oder motorischen Fähigkeiten rechnen müssen. Wie Dr. Bani betont, ist es dank modernster Diagnostik während der Operation möglich, Verletzungen am gesunden Gewebe weitestgehend zu verhindern. Die vollständige Entfernung des Tumors kann so ohne dauerhafte Hirnschäden gelingen. Um ein auch kosmetisch schönes Ergebnis zu erreichen, wird heutzutage nur noch der Bereich des Hautschnitts rasiert und kosmetisch zugenäht. Nicht immer muss es zu Symptomen kommen. Häufig sind Hirntumore

ein Zufallsbefund z.B. im Rahmen einer ärztlichen Abklärung von Kopfschmerzen. In diesen Fällen werden die Patienten meist von anderen Ärzten, beispielsweise von Neurologen, Orthopäden, Nuklearmedizinern, Radiologen oder Onkologen an einen Neurochirurgen überwiesen. Neben einer genauen Erhebung der persönlichen Krankheitsgeschichte sind eine eingehende körperliche Untersuchung sowie die Bestimmung von Hormonen und Stoffwechselfparametern im Blut notwendig. Der Nachweis von Raumforderungen oder Tumoren erfolgt durch bildgebende Verfahren, z.B. durch eine MRT.

Die Operation allein reicht in manchen Fällen nicht aus. In vielen Fällen erfordern Hirntumore eine zusätzliche Behandlung durch weitere medizinische Fachrichtungen, welche wir dank interdisziplinärer Vernetzung gewährleisten können. So erhöhen OP-vorbereitende oder im Anschluss an den Eingriff stattfindende Strahlen- oder Chemotherapie den Behandlungserfolg sehr häufig. Indem wir bei der Behandlung eng mit dem Tumorboard der HBH-Kliniken Singen zusammenarbeiten, sorgen wir für eine optimale Behandlung und Weiterversorgung

unserer Patienten nach aktuellem medizinischem Wissen.

Nach der Operation sind wir weiter für unsere Patienten da. In regelmäßigen Nachuntersuchungen überprüfen wir das Operationsergebnis. So können wir frühzeitig eine weitere Behandlung planen, falls es im weiteren Verlauf zu einem erneuten Wachstum des Tumors (Rezidiv) kommen sollte. Auch die Behandlungen von spinalen Tumoren gehören zum Fachgebiet der Neurochirurgie. Sie sind gut- oder bösartige Wucherungen im Bereich der Wirbelsäule und entstehen in unterschiedlichen Teilen der Wirbelsäule, von Nervenwurzeln oder aus den das Rückenmark umhüllenden Rückenmarkshäuten, seltener auch direkt aus dem Rückenmark, hervorgehen. Auch Absiedelungen von Tumoren in anderen Körperregionen, sogenannte Metastasen, sind in der Lage, sich über den Blutstrom in der Wirbelsäule festzusetzen und dort weiterzuwachsen. Doch auch wenn es sich hier ebenfalls längst nicht immer um Krebs, also einen bösartigen Tumor, handeln muss, müssen diese Tumore meist operativ entfernt werden. Durch ihr Wachstum und den begrenzten Raum im Wirbelkanal drücken spinale Tumore

früher oder später auf Nervenwurzeln oder das Rückenmark selbst und sind durch die Schwächung der knöchernen Substanz oft ursächlich für eine Instabilität der Wirbelsäule. Neben Schmerzen berichten unsere betroffenen Patienten dann häufig über Taubheitsgefühle oder Lähmungen in Armen oder Beinen, Blasen- oder Mastdarmentleerungsstörungen. Spätestens zu diesem Zeitpunkt sollte der Tumor operativ behandelt werden.

Neben der körperlichen Beeinträchtigung durch neurologische Ausfallerscheinungen oder einer Instabilität der Wirbelsäule stellt ein spinaler Tumor für viele Betroffene auch eine große psychische Belastung dar. Umso wichtiger ist eine intensive Aufklärung sowie eine zügige und umfassende Behandlungsstrategie.

Eine möglichst komplette Tumorentfernung und gleichzeitig weitgehende Schonung des umgebenden Nervengewebes und anderer Organe – das ist das Ziel jeder unserer Eingriffe. Dazu verfügen unsere Operateure neben ihrer Erfahrung über ein umfassendes Repertoire hochentwickelter OP-Verfahren. Falls die Lage des Tumors eine Insta-

bilität der Wirbelsäule erwarten lässt, kommen modernste Stabilisierungsverfahren zum Einsatz. So kann eine Tumorentfernung und Stabilisierung schonend in einem Eingriff vollzogen werden. Bei Tumoren, die in andere Organsysteme hineinwachsen, beispielsweise in den Brustkorb, wird gemeinsam mit Kollegen anderer chirurgischer Fachdisziplinen (Thoraxchirurgie, Orthopädie, Viszeralchirurgie) operiert.

Um ein bestmögliches Behandlungsergebnis zu erreichen, benötigen unsere Patienten neben der chirurgischen Entfernung des Tumors oft auch weitere Behandlungen wie Bestrahlung, medikamentöse Tumorthherapie sowie eine sorgfältige neurologische und onkologische Betreuung. Durch unsere enge interdisziplinäre Zusammenarbeit mit den angeschlossenen Fachkliniken des Verbundes und der Rehakliniken können wir in jeder Phase der Behandlung eine optimale medizinische Therapie garantieren. Unter Einbeziehung dieses Wissens stimmen sich Ärzte aller beteiligter Fachrichtung in wöchentlichen Tumorkonferenzen über die beste Behandlungsstrategie besonders komplizierter Fälle ab.





Gesundheitsverbund
Landkreis Konstanz

Der Gesundheitsverbund Landkreis Konstanz

Miteinander für Ihre Gesundheit

Gesundheitsverbund Landkreis Konstanz
Virchowstraße 10
78224 Singen

Tel: 0049 (0)7731 89-0
E-Mail: personal.info@glkn.de
Homepage: www.glkn.de



Unsere Einrichtungen:



Klinikum Konstanz
Vincentius-Krankenhaus
MVZ Konstanz