GESUNDHEITSFORUM LANDAU SÜW

GESUNDHEITSFORUM LANDAU SÜW

www.gesundheitsforum-landau-suew.de

Stillen – einfach und gesund

Dr. med. S. Simmet
Facharzt für Kinderheilkunde
und Jugendmedizin
Schweigen-Rechtenbach
Tel. 06342 – 6238
www. kinderarzt-simmet-schwiegen.de

Stillen ist wieder beliebt. Welche Vorteile und welchen Nutzen haben aber Mutter und Kind?

Das Stillen von Säuglingen ist das Einfachste: perfekt angepasste Ernährung, frisch, keimfrei, warm und sofort verfügbar. Die Wissenschaft kennt nichts Besseres für das Kind: optimale Zusammensetzung der Muttermilch mit der besten Anpassung an die Reife, Lebensalter und Bedürfnisse. Sie enthält neben menschlichem Eiweiß, Vitaminen und Mineralien, spezielle Fette und Milchzucker sowie eine Reihe wichtiger Schutz- und Abwehrstoffe für das Kind. Gestillte Kinder erkranken seltener und haben seltener Allergien. Später werden sie seltener übergewichtig. Stillen ist auch für Mutter und Kind das Schönste: im Kontakt miteinander spüren sie die Nähe. Hier entwickelt sich emotionelle Sicherheit als Grundstein der Persönlichkeit: Geborgenheit die zu Ruhe und Zufriedenheit führt, welche ein Lebensgefühl schafft, das über die Kindheit hinaus bis ins Erwachsenenalter wirken kann. Das Urvertrauen entsteht. Aber auch die stillende Mutter hat Vorteile. Sie hat ein geringeres Risiko im späteren Leben an Brustkrebs, Eierstockkrebs und Übergewicht zu erkranken sowie die damit verbundenen Folgen zu entwickeln.

Attraktivität und Ausstrahlung durch schöne Zähne

K. Blechmidt, Dipl. Stom., Praxis Drs. med. dent. K. Werling Zahnärzte
Dr. med. dent. Carmen Werling
Fachärztin für Kieferorthopädie
Offenbach
Tel. 06348 – 97220
www.dr-werling.de

Mehr denn je ist es für die meisten Menschen heute wichtig, nicht nur gesunde, sondern auch schöne, weiße Zähne zu haben.
Nicht jeder Mensch besitzt natürlich schöne Zähne – sei es durch Zahnfehlbildungen, die angeboren sind, durch kariöse Veränderungen des Zahnschmelzes oder irreversible Schädigungen und Zahnverlust durch Zahnbetterkrankungen (Parodontose) oder einen Unfall bedingt.
Allerdings muss man sich in der heutigen Zeit nicht mehr damit abfinden – die ästhetische Zahnmedizin macht es möglich!
Angefangen mit verschiedenen Bleachingmethoden zur Zahnaufhellung über zahnfarbene Kompositre- stauratione (Kunststofffüllungen), minimalinvasive Keramikveneers oder Lumeneers (Verblendschalen) im Frontzahnbereich bis hin zu vollkeramischen Kronen und Brücken aus Zirkonoxid. Modernste Keramikschichttechniken lassen diese natürlich schön aussehen und sind in der Optik vom Original nicht mehr zu unter- scheiden. Je nach Situation lässt sich für jeden eine individuelle Lösung finden.
Bekanntlich sagt ein schönes Lächeln mehr als tausend Worte...

Verhütung – Männersache ? !

Dr. med. K. Klocke
Facharzt für Urologie
Praxisklinik Urologie Landau
Landau
Tel. 06341 – 80620
www.urologie-landau.de

In Deutschland leben ca. 15 Millionen Frauen im reproduktionsfähigen Alter. Man schätzt, dass ca. 90 % eine Form der Verhütung anwenden.
Bei der Entscheidung für eine spezielle Verhütungsmethode ist das Ziel einer endgültigen oder nur temporären Kontrazeption von Bedeutung. Die Last der temporären Verhütung wird zum größten Teil von den Frauen getragen – seit der Markteinführung der Pille 1961 verhüten 60 % der Frauen durch orale Kontrazeption.
Wirksame hormonelle Verhütungsmittel für den Mann wurden entwickelt: die Nebenwirkungen haben jedoch bis jetzt die Markteinführung verhindert. Einzelne Fachleute glauben, dass eine marktreife Lösung noch lange auf sich waren lassen wird.
Umso wichtiger ist, dass die Männer ihre Rolle bei den dauerhaften Verhütungsmethoden wahrnehmen. Die Samenleiterdruchtrennung ist in minimalinvasiver Technik ohne nennenswerte Belastung des Patienten in lokaler Betäubung durchführbar. Bei der äußerst geringen Komplikationsrate und dem im Vergleich zur Eileiterdurchtrennung bei der Frau geringen Aufwand stehen der Durchsetzung dieses wenig belastenden Eingriffs wohl nur unterschwellige Ressentiments im Weg: Das Aufgeben der theoretisch zu Lebzeiten nicht versiegenden Zeugungskraft scheint auch in unserer aufgeklärten Gesellschaft noch ein Tabu zu sein.

Der Grüne Star – Aktuelle Behandlungskonzepte

Dr. med. M. Hoffmann, Dr. B. Wehrle
Fachärzte für Augenheilkunde
Landau
Tel. 06341 – 20969

Der grüne Star bzw. das Glaukom ist eine Augenerkrankung, bei der es durch einen erhöhten Augeninnendruck oder durch eine schlechte Sehnervendurchblutung zu einer Schädigung des Sehnervs, der Verbindung zwischen Auge und Gehirn kommt. Diese Erkrankung führt unbehandelt zu einem fortschreitenden Verlust des Gesichtsfeldes und schließlich zur Erblindung.
Um einen grünen Star festzustellen, führt der Augenarzt zunächst eine Augeninnendruckmessung und eine Untersuchung des Sehnervenkopfes durch. Diese Untersuchung sollte bei jedem Patienten ab dem vierzigsten Lebensjahr einmal jährlich durchgeführt werden! Bei verdächtigem Befund wird eine Gesichtsfeldunterschung sowie gegebenenfalls eine dreidimensionale Untersuchung des Sehnervenkopfes ergänzend durchgeführt. Zur Behandlung des grünen Stars stehen heute eine Menge verschiedener Augenmedikamente zur Verfügung. Daneben hilft in manchen Fällen eine Laserbehandlung oder eine Operation, den Augeninnendruck zu senken.
Zusätzlich zu den Augentropfen kann der Augendruck auch durch eine Akupunkturbehandlung gesenkt werden.
Daher ist heute in den meisten Fällen eine Erblindung vermeidbar.

Moderne Schilddrüsenchirurgie

Chefarzt Dr. med. K.-M. Werthmann
Chefarzt Viszeral-und Gefäßchirurgie
Vinzentiuskrankenhaus Landau
Tel. 06341 – 172300
www.vinzentius.de

Überwiegend aus einem Mangel an Jod haben fast 20 Millionen Deutsche einen Kropf. 20% der Knoten sind kalt und gefährlich; zu 5% sind diese sogar bösartig. Eine frühzeitige Operation kann inzwischen mit minimal invasiven Methoden erfolgen.
Kleine Hautinzisionen werden nach ästhetischen Gesichtspunkten in natürliche Hautfalten gelegt. Die erfahrenen Chirurgen sind mit einer Lupenbrille und speziellen Elektroden für die Erkennung der Stimmbandnerven ausgestattet. Durch die subtile Technik und das Neuromonitoring sind selbst bei Reeingriffen exzellente Ergebnisse erreichbar geworden.
Das entnommene Schilddrüsengewebe wird noch während der Operation vom anwesenden Pathologen untersucht. Der Umfang des Eingriffs ist somit knotenadaptiert möglich. Die für den Kalzium-Stoffwechsel bedeutsamen Nebenschilddrüsen werden im Verbund erhalten und bei Bedarf replantiert.
Die aktuelle knotenadaptierte Schilddrüsenchirurgie ist dank Powerstar-Technik (bipolare Minischere) blutrocken durchführbar. Die kurzzeitstationäre Behandlung ist nach nur 3 Tagen beendet. Eine ambulante Behandlung erfolgt in Absprache mit dem Hausarzt.

Stimmt Ihre Stimme ?

Dr. med. H. Peukert
Facharzt für HNO-Heilkunde
Stimm- und Sprachstörungen
und Naturheilverfahren
Landau
Tel. 06341 – 4048
www.hno-landau.de

Unsere Stimme ist das wichtigste Mittel, um mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen. Ihr angenehmer Klang ist Ausdruck der Persönlichkeit! Krankheiten verändern unsere Stimme! Zur Heiserkeit kommt es z. B. bei akuten und chronischen Kehlkopfentzündungen, besonders gefährdet sind Raucher. Stimmbandlähmungen und gutartige oder bösartige Tumoren im Kehlkopf werden leicht übersehen, denn sie machen oft nur eine etwas belegte Stimme! Stimmüberlastung kann bis zum Versagen der Stimme führen! Daher mein Appell: Jede Stimmveränderung oder Heiserkeit, die länger als 3 Wochen besteht, muss vom Spezialisten abgeklärt werden, am Besten vom HNO-Arzt mit der Zusatzbezeichnung Stimm- und Sprachstörungen. Auf jeden Fall sollten sich alle Menschen, die Ihre Stimme durch Sprechen oder Singen belasten, vom spezialisierten Facharzt beraten lassen! Hierfür bieten wir Ihnen in meiner HNO-Praxis an: Kehlkopf-Vorsorgeunteruntersuchungen. Stimmfunktionsanalysen mit Beratung für Personen in Sprechberufen sowie für Chorsänger und Solisten. Videoaufnahmen der Stimmbänder und des Kehlkopfes und Abklärung aller Arten von Stimmproblemen. Zusätzlich veranstalten wir für Sie spezielle Stimmseminare!

Volkskrankheit Schlafstörung

J. Meyer,
Arzt für Neurologie
und Psychiatrie,
Arnweiler
Tel. 06323-989777

Dr. med. M. Michel,
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie
Edenkoben
Tel. 06323-989777
www.dr-michel.de

42 % der Deutschen leiden gelegentlich unter schlechtem Schlaf; 15 %, also etwa 12 Millionen, leiden unter deutlicher Tagesmüdigkeit und 10 bis 15 % unter behandlungsbedürftigen Schlafstörungen.
Ein Schwerpunkt unserer Kooperation ist die Diagnostik und Behandlung des gestörten Schlafs.
Hierzu bieten wir moderne ambulante Untersuchungsmöglichkeiten an, z. B. die Aufzeichnung der Schlafdaten in Ihrer häuslichen Umgebung.
Für noch umfassendere Untersuchungen steht voraussichtlich im 2. Quartal 2008 unser neues Schlaflabor zur Verfügung. Hier wird eine Schlafanalyse nach dem aktuellen Stand der Wissenschaft durchgeführt. Sie verbringen in der Regel 2 aufeinander folgende Nächte bei uns und können tagsüber Ihren gewohnten Alltagsaktivitäten nachgehen.
Sollte bei uns oder bei Ihrem Haus- oder Facharzt der Verdacht auf ein Schlafapnoe-Syndrom (nächtliche Atempausen mit Sauerstoffmangel, besonders häufig bei Schnarchern) erhoben werden, können wir in unserem Schlaflabor neben der genauen Diagnosestellung auch die Therapie einleiten. Je nach Krankheitsbild wird die weitere Behandlung in enger Zusammenarbeit mit anderen Fachrichtungen und Ihrem Hausarzt durchgeführt.

Orthopädische Schmerztherapie – was hilft wirklich ?

Dr. med. K. Jäger
Facharzt für Orthopädie Sportmedizin,
Akupunktur - Osteologe - H-Unfallarzt -
Spezielle Schmerztherapie
Landau
Tel. 06341 – 88822
www.drjaeger.de

Chronische Schmerzen entwickeln sich häufig zu einer eigenständigen Krankheit, die sich oft unabhängig von der auslösenden Ursache verselbstständigt. Wir sind heute in der Lage, die Patienten auszuwählen, die zu einer Chronifizierung neigen, um sie danach einer gezielten Untersuchung und leitliniengerechten Behandlung durch einen Orthopäden und Schmerztherapeuten zuzuführen.
Unser fachübergreifender Behandlungsansatz unter Kooperation aller beteiligten Fachrichtungen zielt auf einen maximalen Behandlungseffekt durch Kombination der individuell für Sie zusammengestellten Maßnahmen. Nach ausführlicher Schmerzanalyse und Dokumentation des Krankheitsverlaufs kommen folgende ergänzende Untersuchungs- und Therapieverfahren zum Einsatz: Biomechanische Funktionsuntersuchung der Wirbelsäule („Das EKG des Rückens"), KernSpinResonanzTherapie, Akupunktur, Stosswellentherapie, Medizinische Trainingstherapie, komplexe orthopädische Schmerztherapie einschl. physikalischer Therapie und wirbelsäulennahen Injektionen, Vibrations- und Koordinationstraining, enge Kooperation mit Schmerzkonferenzen und Schmerzkliniken.

Botulinumtoxin bei Kopf- und Nackenschmerzen

Dr. med. K. Fritz
Hautarzt und Laserzentrum
Allergologie, Phlebologie
Landau
Tel. 06341 – 20004
www.drklausfritz.com

Chronische Kopf und Nackenschmerzen sowie Migräne können auch bei sonst hoffnungslosen Fällen durch Botox stark reduziert werden – das zeigen neue Forschungsergebnisse. Dauer und Intensität nehmen ab. Bei Spastik von Kindern wird die Substanz schon lange eingesetzt. Botox, löst nicht nur schmerzhafte Muskelverkrampfungen auf, die Schmerznerven werden wohl zusätzlich beeinflusst, Muskelverspannungen lösen sich. Bei Kopf- und Rückenschmerzen ertastet man schmerzhafte Triggerpunkte und injiziert an Kopf, Nacken oder Rücken individuell. Die Entspannung der Schmerzquelle setzt nach ca. 1 Woche ein und hält in der Regel 3 bis 6 Monate. Noch laufen Studien, aber die Methode wird – nach neurologisch-orthopädischer Abklärung- von uns in Landau bereits erfolgreich angewendet, da wir in der Behandlung mit Botox nicht nur von Falten sondern auch bei übermäßigem Schwitzen seit Jahren erfahren sind und als Fachreferenten der DGBT Ärzte in Botoxtherapien schulen.

GESUNDHEITSFORUM LANDAU SÜW

GESUNDHEITSFORUM LANDAU SÜW

www.gesundheitsforum-landau-suew.de

Gesundheitstag 2008

Neues und Bewährtes

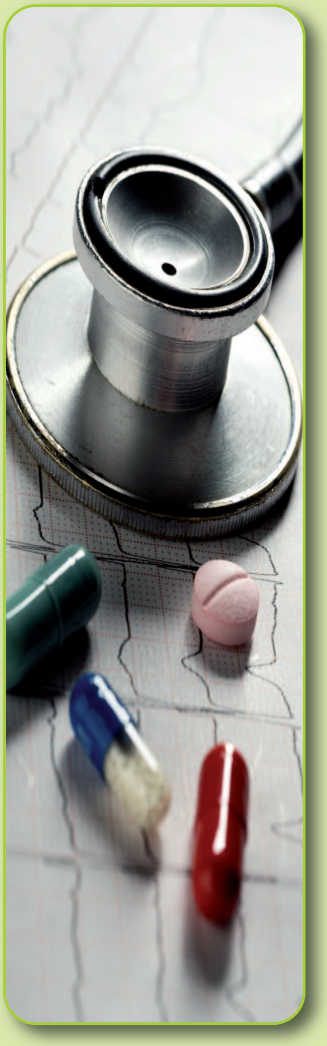
Samstag, 12. April 2008

Altes Kaufhaus, Landau

EINTRITT FREI!

10.30	**Einlass für die Besucher der Gesundheitsausstellung**	
11.00	**Begrüßung**	
11.10	**Dr. med. S. Simmet** Stillen – einfach und gesund	Kinderheilkunde
11.30	**Zahnärztin K. Blechschmidt, Dipl. Stom., Drs. med. dent. Werling** Attraktivität und Ausstrahlung durch schöne Zähne	Zahnärzte
11.50	**Dr. med. K. Klocke** Verhütung – Männersache ? !	Urologie
12.10	**Dr. med. M. Hoffmann, Dr. B. Wehrle** Der Grüne Star – Aktuelle Behandlungskonzepte	Augenheilkunde
12.30	**Chefarzt Dr. med. K.-M. Werthmann** Moderne Schilddrüsenchirurgie	Chirurgie
12.50	**Dr. med. H. Peukert** Stimmt Ihre Stimme ?	Hals-Nasen-Ohren
13.10	**FA J. Meyer, Dr. med. M. Michel** Volkskrankheit – Schlafstörung	Neurologie
13.30	**Dr.med. K. Jäger** Orthopädische Schmerztherapie – was hilft wirklich ?	Orthopädie
13.50	**Dr. med. K. Fritz** Botulinumtoxin bei Kopf- und Nackenschmerzen	Dermatologie
14.10	**Dr. med. Rainer G. Hübner** Regenerative biologische Medizin – Matrixtherapie	Allgemeinmedizin
14.30	**Chefarzt Dr. med. K. Kunz** Wechseljahre – Die Last mit den Hormonen	Gynäkologie
14.50	**Fachärztin E. Stinshoff-Drath** Wechseljahre und ihre psychische Bedeutung	Psychotherapie
15.10	**Schlusswort**	

unter der Moderation von Günter Werner



Gesundheitsausstellung mit Informationsständen und Gesundheitstests im Foyer

Mit freundlicher Unterstützung von:

Alcon · Bayer HealthCare Bayer Vital · das OHR Hörgeräte GmbH · DELKER man sieht sich! · FIMAC · KONRAD · LA OLA · Optermann Arzneimittel · ortho med · Sanitätshaus Pegasus · Pfizer Neuroscience · Sparkasse Südliche Weinstraße · straumann simply doing more · VR Bank Südpfalz

Regenerative biologische Medizin -Matrixtherapie

Dr. med. Rainer G. Hübner
Facharzt für Allgemein- und Ganzheitsmedizin, Fliegerarzt, Sportmedizin
Landau
Tel. 06341 – 84051

Kaum ein Erklärungsmodell in der modernen biologischen Medizin verbindet neustes, universitäres Wissen so gut mit traditioneller westlicher Naturheilkunde, wie das „Matrix-Modell". Seit Prof. Heine (Uni Witten Herdecke) durch seine elektronenmikroskopischen Untersuchungen klare Vorstellungen vom Extrazellularraum entwickelt hat, festigt sich langsam die Sichtweise, dass nicht nur die einzelne Körperzelle als Ausgangspunkt für Krankheiten in Frage kommt, sondern dass gerade auch das Zelle-Milieu-System dabei eine große Rolle spielt.

Der Extrazellularraum (Matrix) ist der wesentliche Teil des Systems der Grundregulation nach Prof. Pischinger (Uni Wien). Anhaltende Störungen der Grundregulation behindern die genetisch programmierten Zellfunktionen und haben daher Krankheitserscheinungen zur Folge.

Die Matrixtherapie bringt das, "Zelle-Milieu-System" wieder ins Gleichgewicht, sodass Heilungsvorgänge aktiviert werden. Die biologische Matrixtherapie kann in der Praxis für viele Vitalfunktionen Verbesserungen bewirken und breit regenerativ eingesetzt werden.

Wechseljahre – Die Last mit den Hormonen

Chefarzt Dr. med. K. Kunz
Chefarzt Gynäkologie
Asklepios Klinik, Kandel
Tel. 07275 – 711501

Die Hormontherapie mit Östrogenen und Gestagenen im Klimakterium und in der Postmenopause gehört zu den am häufigsten eingesetzten medikamentösen Behandlungsverfahren in der gynäkologischen Praxis. Der Nutzen der Hormongabe zur Behandlung typischer Wechseljahrbeschwerden ist unumstritten. Sowohl zum Nutzen als auch zu den Risiken der Hormontherapie liegt mittlerweile eine große Anzahl von Studien vor. So haben erstaunlicherweise viele Studien Zweifel an manchen präventiven Wirkungen einer langfristigen Hormontherapie aufkommen lassen, aber auch positive und präventive Effekte bestätigt bzw. erstmals gezeigt. Aufgrund vor allem für Laien unübersichtlichen Aussagen hinsichtlich Nutzen und Risiken bzw. Gefahren einer Therapie herrscht bei allen betroffenen Patienten eine große Verunsicherung vor. Therapie – ja oder nein. ? Schädlich oder nicht? Hier muss vor allem durch uns Ärzte eine vernünftige Aufklärung erfolgen. Mittlerweile liegen durch die jeweiligen Fachgesellschaften herausgegebene Empfehlungen vor, die eine fundierte Aussage hinsichtlich einer Therapie erlauben. So darf eine HT in den Wechseljahren nur bei bestehender Indikation eingesetzt werden, eine Nutzen- Risiko- Abwägung unbedingt erfolgen. Die Östrogendosis bei der Therapie sollte so niedrig wie möglich gewählt werden. Bei Frauen mit Uterus muss eine mit Gestagenen kombinierte Behandlung erfolgen. Die Hormontherapie ist auf keinen Fall zugelassen zur Primär- bzw. Sekundärprävention der koronaren Herzkrankheit und des Schlaganfalls. Die Hormontherapie ist zur Prävention der Osteoporose und osteoporosebedingter Frakturen geeignet. Dazu wäre allerdings eine Langzeitanwendung erforderlich, die dann allerdings mit potentiellen Risiken verbunden ist. In jedem Falle sollte vor einer Therapie eine ausführliche Beratung durch einen Frauenarzt erfolgen.

Wechseljahre und ihre psychische Bedeutung

E. Stinshoff-Drath
Fachärztin für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie und Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
Bad Bergzabern
Tel. 06343 – 61337
e-mail. Stinshoff-drath@surfeu.de

Die sogenannten Wechseljahre bedeuten im Leben einer Frau, ähnlich der Pubertät, nicht nur hormonelle Veränderungen zu erfahren, sondern Abschied zu nehmen von ihrer bisherigen Rolle der fortpflanzungsfähigen Frau und eine neue Identität zu finden, um ihrem zukünftigen Leben einen neuen Sinn zu geben. Insofern stellen diese Jahre auch eine weitere Reifung und psychische Neuorganisation dar.

Das Klimakterium an sich ist keine Krankheit, sondern ein ganz normaler Vorgang. Wie bei allen Schwellensituationen des Lebens kommt es aufgrund der großen psychischen Herausforderung aber auch hier besonders oft zum Auftreten von gesundheitlichen Problemen bis hin zu psychischen Erkrankungen.

Bei der Bewältigung spielt die Persönlichkeit der Frau, ihre Erwerbstätigkeit, ihre familiäre Orientierung, ihr sozioökonomischer Status, ihr Bildungsniveau und Gesundheitsverhalten, ihre Einstellung zum Klimakterium und der Kulturkreis eine wichtige Rolle.