

Marion Böhlen

Fachärztin für Allgemeinmedizin

Lagerhausstr.15 a
85238 Petershausen
Tel.: 08137/ 92 910

Email: info@praxis-boehlen.de
www.praxis-boehlen.de

Patienteninformation

II. Quartal 2022

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

immer noch stellt uns die Pandemie vor große Herausforderungen. Auch unser Praxisalltag ist sowohl von Personalausfällen, als auch von hohem Patientenaufkommen sehr belastet.

Hinzu kommt eine weitere Praxisaufgabe (die vierte in 10 Jahren) in Petershausen, deren Patient*Innen wir versprochen haben zu übernehmen.

Wir sind bemüht, all Ihren Anliegen gerecht zu werden. Es erreichen uns täglich hunderte von Anrufen, oft sind die Leitungen überlastet. Um den Ablauf zu optimieren, bitten wir Sie darum, folgende Punkte zu beachten:

- Fassen Sie sich bitte möglichst kurz. Meine Mitarbeiterinnen wären Ihnen sehr dankbar, denn die meisten Anrufe drehen sich um Krankmeldungen wegen Corona Infektionen, wiederholen sich demnach häufig am Tag.
- Positiver Schnelltest und Sie brauchen zur Bestätigung einen PCR Test?
-> schicken Sie uns eine kurze (!) Email mit Ihren Daten, wir mailen Ihnen einen Termin zurück.
- Positiver PCR Test und Sie brauchen wegen milder Symptome keine ärztliche Untersuchung, sondern lediglich eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (AU)?
-> Mailen Sie uns Ihren positiven PCR-Testbescheid, wir stellen die AU aus, welche nach Vorlage Ihrer Versichertenkarte von einer dritten Person dann abgeholt werden kann.
- Sie haben einen positiven Schnell- oder PCR Test UND stärkere Symptome wie Husten, Atemnot? -> Fragen Sie möglichst per E-Mail, sonst telefonisch einen Termin in der nächstmöglichen Infektsprechstunde an.
- Mittwochmittag von 12 bis 13 Uhr ist ausschließlich Sprechstunde MIT TERMIN für Covid-19 Impfungen (BioNTech). Wenn das Ihre erste Impfung BEI UNS ist, bringen Sie bitte den ausgefüllten und unterschriebenen Einverständnisbogen mit. Hier der Link:
- https://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/Downloads-COVID-19/Einwilligung-de.pdf?__blob=publicationFile
- Kurzfristige Terminabsage wegen eigener Erkrankung? -> Bitte !! schicken Sie uns auch in diesem Fall eine kurze Email, damit wir Patienten, die auf der Warteliste stehen einschieben können.

Allgemeine Impfungen

Seit Beginn der Corona Impfungen hat plötzlich jede/r den Impfpass in der Hand - was mich sehr freut, denn vorher hieß es oft, dass er nicht auffindbar sei :-)

Eine gute Gelegenheit für Sie und uns, Ihren allgemeinen Impfstatus zur prüfen:

- Tetanus, sowie Diphtherie, Pertussis, Polio -> die Auffrischung ist nach 10 Jahren fällig.
- FSME (Zeckenimpfung) -> die Auffrischung erfolgt nach 5 Jahren, bzw. 3 Jahren bei >60jährigen.
- Hepatitis A und B, hier hält der Impfschutz in der Regel 15 Jahre.
- Für > 60 Jährige wird von der STIKO die einmalige Impfung gegen Pneumokokken (=Bakterien, die Infekte der oberen Atemwege/Lungenentzündung verursachen), sowie zwei Impfungen im Abstand von 6 Monaten gegen Herpes Zoster - die Gürtelrose - empfohlen.
- Alle Impfstoffe haben wir in der Regel vorrätig. Sie können dafür ohne Termin vorbeikommen.
- Impfpass nicht vergessen ;-)

Gute Vorsätze im Frühjahr

Wie in jedem Frühling höre ich jetzt wieder vermehrt „gute Vorsätze“ in Sachen Bewegung, Sport und Ernährung. Das ist prima! Abends ist es länger hell und viele können während dem „homeoffice“ ihre Pausen im Freien verbringen. Jeder Anfang ist schwer, aber jeder Spaziergang und jede Treppe zählt auch! Also - legen Sie (langsam) los; Beginnen Sie mit 10-15 Minuten Spaziergehen täglich und steigern Sie die Zeit wöchentlich um jeweils 5 Minuten. Allmählich erhöht sich auch ihr Schrittempo von alleine. Nordic Walking Stöcke sorgen für eine aufrechte Haltung und ein natürliches Mitbewegen des Oberkörpers. Selbstverständlich sind Fahrradfahren und Schwimmen eine sehr gute Alternative oder Ergänzung.

Ausgewogene, vitaminreiche und kohlenhydratarme Kost machen beschwingt und bringen jede/n vom Sofa hoch. Ob 3 Mahlzeiten am Tag mit jeweils 5 Stunden Pause, im Sinne von „metabolic balance“ oder „16:8 Fasten“ - finden Sie für sich heraus, welche Methode Ihnen beim Frühjahrsfasten am besten liegt. Gern stehen wir Ihnen beratend zur Seite.

Check-up ab 35. Lebensjahr

Ist Ihr Check-up schon länger als 3 Jahre her? Dann melden Sie sich einfach an. Es sind 2 Termine nötig: einer morgens zur Blutabnahme (nüchtern) und ein zweiter am Folgetag oder später für die Untersuchung und Besprechung. Neben der körperlichen Untersuchung (mit oder ohne Hautkrebscreening), Blutdruckmessung, Impfpasscheck untersuchen wir auch Ihren Urin, sowie Ihr Blut auf Blutzucker und Blutfettwerte. Je nach Vorerkrankungen und/oder Befunden ergänzen wir den Check-up mit weiteren Laborwerten und Ultraschalluntersuchungen der Bauchorgane bzw. der Schilddrüse.

Patient*innen, die privat versichert sind, haben in der Regel einen jährlichen Anspruch auf eine Gesundheitsuntersuchung. Bitte beachten Sie Ihren Versicherungstarif.

-> Meiner Erfahrung nach haben aufgeschobene Vorsorgeuntersuchungen in der Pandemie zu teilweise schweren Erkrankungen geführt. Vereinbaren Sie jetzt Ihre Vorsorgetermine, auch beim Zahnarzt, Gynäkologen, Urologen und Gastroenterologen (Darmspiegelung).

Personalien

Anfang Mai wird Frau Dr. med. Peyre in den Mutterschutzurlaub und Elternzeit gehen. Ich danke ihr sehr für die tatkräftige Unterstützung in den letzten 4 Jahren und Ihr tolles Engagement und ich freue mich auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr.

Frau Dr. med. Christine Fertig bleibt uns nach ihrer Facharztprüfung erhalten und übernimmt die Vertretung von Frau Dr. med. Peyre, was mich ebenfalls sehr freut.

Herr Alexander Kosmalla wird ab 1. Juli als neuer Weiterbildungsassistent tätig werden. Er hat schon während seines Studiums ein mehrwöchiges Praktikum bei uns absolviert und ist mit den Abläufen gut vertraut und im Team sehr beliebt.

Geänderte Öffnungszeiten

Aufgrund des o.g. Personalwechsels gelten ab 13.04.2022 bis voraussichtlich Ende Juni 2022 teilweise andere Öffnungszeiten:

Dienstagnachmittag 15 - 18 Uhr (statt 16 - 19 Uhr)

Mittwochnachmittag geschlossen (die Bereitschaftspraxen in Dachau und Markt Indersdorf haben geöffnet)

Am „Brückentag“ 27.05.2022 ist die Praxis geschlossen.

Bleiben Sie optimistisch und haben Sie einen beschwingten Start in den Frühling!

Ihre Marion Böhlen mit dem gesamten Praxisteam