

---

## Patienteninformation IV. Quartal 2025

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

die Blätter fallen, der Herbst ist da, das Oktoberfest ist vorbei und das bedeutet meistens, dass die erste Grippewelle anrollen wird....

### Grippe- und Covid-19-Impfung

Vergessen Sie bitte nicht, sich gegen die „echte Grippe“ (Influenza) und Covid-19 impfen zu lassen. Diese Viren mutieren im Verlauf eines Jahres und die Impfstoffe werden jedes Jahr neu angepasst. Das gilt vor allem für Personen über 60 Jahre, Erwachsene und Kinder mit chronischen Erkrankungen, Schwangere und Personen, die im Gesundheitswesen tätig sind. Für die Grippe Impfung kommen Sie bitte während der Öffnungszeiten - OHNE TERMIN - in die Praxis.

Coronaimpfungen erfolgen MIT Terminvergabe und bringen Sie dafür Ihren Impfpass bitte mit.

### Akutsprechstunde

Wie in jedem Herbst und Winter rechnen wir mit einem großen Aufkommen an Erkältungskrankheiten. Um längere Wartezeiten möglichst zu vermeiden, bitten wir Sie, in jedem Fall vorher anzurufen. So können wir Ihnen eine Zeit nennen, in der mit weniger Wartezeit zu rechnen ist. Wir bieten dafür täglich eine **Akutsprechstunde** an, in der Sie „**KURZE**“ Termine von fünf Minuten bekommen. Andere Anliegen („wenn ich schon mal da bin..“) können wir in dieser Zeit nicht behandeln. Dafür muß ein neuer Termin vereinbart werden. Wir bitten um Ihr Verständnis.

### Antibiotika bei grippalen Infekten

Spätestens seit der Coronapandemie wissen die meisten von Ihnen, dass ein Antibiotikum bei viralen Infekten nicht sinnvoll ist, da es nur gegen Bakterien hilft. Wir prüfen gewissenhaft, ob es sich um einen viralen oder bakteriellen Infekt handelt - in der Regel mit einer Blutabnahme. Nur wenn die Entzündungszeichen deutlich erhöht sind, verordnen wir ein solches, um Resistenzentwicklungen entgegenzuwirken. Mit Stolz kann ich sagen, dass meine Praxis erheblich unter dem bayernweiten Fachgruppendurchschnitt in puncto Antibiotikaverordnungen liegt.

### Aluminium in Impfstoffen

Während die meisten bedenkenlos ihr Fleisch auf Aluminiumschalen grillen oder sich den Döner in Aluminiumfolien einwickeln lassen, gibt es immer noch Patienten, die große Bedenken bezüglich des Aluminiumgehaltes in Impfstoffen haben. Die sind laut einer großen dänischen Studie (mit Daten von mehr als einer Millionen geimpfter Kinder) tatsächlich unbegründet, da die in Impfstoffen vorhandenen Mengen verschwindend gering seien. Dem Paul-Ehrlich Institut zufolge nehmen Kindern mit den Standardimpfungen in den ersten Lebensjahren nicht mehr als insgesamt fünf Milligramm Aluminium auf, wohingegen in einer Scheibe industriell verarbeiteten Käse bereits 50 Milligramm enthalten sind. Aluminium wird als Wirkverstärker in Impfstoffen verwendet, damit diese effektiver wirkt. Dies muss man wiederum ins Verhältnis zu einer potenziell gefährlichen Erkrankung, wie z.B. Tetanus oder Keuchhusten, setzen. Vorsicht ist hingegen geboten, wenn Aluminium in Kombination mit Salz oder Säure und Lebensmitteln in Verbindung kommt. Z.B. ein Fisch mit Zitrone in Aluminiumfolie gebacken. Hier können sich Aluminiumsalze in höherer Konzentration lösen und Schaden an Nerven, Nieren, Leber oder Knochen anrichten.

Seit fast einhundert Jahren werden Impfstoffe mit Aluminium verwendet und immer wieder wird in Studien untersucht, ob erhöhtes Erkrankungsrisiko dadurch besteht. Dies scheint aus heutiger

Sicht unbegründet. Dem gegenüber steht im Positiven eine weltweite Ausrottung von schweren Krankheiten wie beispielsweise die Kinderlähmung. (Quelle: SZ 21.08.25)

### **Medienkonsum und psychische Gesundheit**

Bei den Kinder- und Jugendvorsorgeuntersuchungen frage ich den täglichen Medienkonsum ab und bin häufig erstaunt über den „digitalen Konsum“ von Kleinkindern und bei Jugendlichen.

Die WHO gibt ganz klare Empfehlungen für jede Altersgruppe: [https://register.awmf.org/assets/guidelines/027\\_D\\_Ges\\_fuer\\_Kinderheilkunde\\_und\\_Jugendmedizin/027-075eltern\\_S2k\\_Praevention-dysregulierten-Bildschirmmediengebrauchs-Kinder-Jugendliche\\_2024-11.pdf](https://register.awmf.org/assets/guidelines/027_D_Ges_fuer_Kinderheilkunde_und_Jugendmedizin/027-075eltern_S2k_Praevention-dysregulierten-Bildschirmmediengebrauchs-Kinder-Jugendliche_2024-11.pdf)

Persönlich rate ich dringend von der Nutzung digitaler Medien (auch Fernsehen) bei unter Dreijährigen ab - das Vorlesen von Büchern und gemeinsames Spielen ist für die kognitive und sprachliche Entwicklung in jeder Hinsicht wertvoller. Vorschul- und Grundschulkinder sollten Medien nur im Beisein Erwachsener nutzen und bei Jugendlichen ist es hilfreich, das Handy oder Tablet spätestens ab 21 Uhr abzugeben. Die Vorbildfunktion ist immer noch die effektivste - vielleicht beschließt der Familienrat, das ALLE das Handy abends beiseitelegen? In zahlreichen Studien konnten belastbare Daten gesammelt werden, laut derer es durch überdurchschnittliche Bildschirmzeiten zu emotionalen Verhaltens- und Entwicklungsauffälligkeiten kommen kann.

### **Abnehmspritzen**

In letzter Zeit werde ich häufiger um die Verordnung von sogenannten „Abnehmspritzen“ gebeten, auch wenn kein Diabetes vorliegt. Langfristige Folgen von *Ozempic* und *Mounjaro* sind weitgehend unbekannt, da diese relativ neuen Medikamente noch nicht lange genug erforscht sind. Bisher gibt es nur Erkenntnisse über kurz- und mittelfristige Nebenwirkungen wie Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Verstopfung, Gallensteine oder eine verzögerte Magenentleerung, die bei beiden Mitteln auftreten können. Wichtig zu wissen ist, dass nach einem Absetzen mit einer erneuten Gewichtszunahme zu rechnen ist - wie bei allen anderen Diäten auch (Jo-Jo Effekt). Und es gibt Berichte über eine mögliche Erhöhung des Risikos für Pankreatitis (Bauchspeicheldrüsenentzündung) und Darmverschluss durch diese sog. GLP-1-Agonisten. Diabetiker, die auf diese Medikamente angewiesen sind, leiden nicht selten unter den Versorgungsengpässen, weil sie zu oft als sog. lifestyle-Produkte verkauft werden. Aus diesen o.g. Gründen stehe ich einer Verordnung ablehnend gegenüber.

### **Neues aus der Praxis**

Das Ärztinnenteam wird ab 1. Oktober von Herrn Dottore Fabiano Giannetti unterstützt.

Dott. Giannetti hat über viele Jahre in der Chirurgie, u.a. in der Ilmtalklinik Pfaffenhofen, gearbeitet und hat dann per Quereinstieg in die Allgemeinmedizin die Facharztbezeichnung für die Allgemeinmedizin erworben. Als erfahrener Bereitschaftsarzt und mit seiner langjährigen Berufserfahrung - auch in der Chirurgie - bringt er die besten Voraussetzungen für die Tätigkeit in unserer hausärztlichen Praxis mit.

Frau Sonja Meißner, vielen von Ihnen als Medizinische Fachangestellte der ersten Stunde bekannt, kehrt Mitte Oktober aus der Elternzeit zurück. Frau Jaqueline Dennerlein kommt im November als neu MFA ins Team. —> Allen dreien ein herzliches Willkommen!

### **Herbst- und Weihnachtsferien**

Wie immer sind wir durchgehend für Sie da, nur zu geänderten Öffnungszeiten, die Sie unserer homepage [www.praxis-boehlen.de](http://www.praxis-boehlen.de) entnehmen können.

Lediglich am Freitag, den 02. Januar 2026 ist die Praxis geschlossen.

### **Änderung der Sprechzeiten am Dienstag**

Die Abendsprechstunde wurde seit Einführung des homeoffice weniger nachgefragt als früher, so dass ab 1. Oktober gilt: Dienstagnachmittag von **15 - 18 Uhr**.

Bleiben Sie gesund und zuversichtlich,  
Ihre Marion Böhlen