
Patienteninformation I. Quartal 2026

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

wir hoffen, dass Sie gut und gesund ins Neue Jahr gekommen sind.

Unser Ziel ist es, Ihnen auch in diesem Jahr die bestmögliche medizinische Betreuung zu bieten und Sie über wichtige Entwicklungen im Gesundheitswesen auf dem Laufenden zu halten.

Grippewelle?

Bis Weihnachten konnten wir keine außergewöhnlich hohen Virusinfektionen/Erkältungskrankheiten verzeichnen. Erfahrungsgemäß ändert sich das nach den Feiertagen, in denen sich alle mit allen getroffen haben und auch die Viren die Gelegenheiten bekamen, zu reisen.

Sollten Sie mit über 60 und/oder chronischen Erkrankungen zur Risikogruppe für schwere Infektionen gehören, ist es noch nicht zu spät, sich gegen Influenza und Covid-19 impfen zu lassen.

Neu ist die Empfehlung der STIKO für die Impfung gegen das RSV (respiratory synzytial virus) für Menschen ab 75 Jahren, bei schwerwiegenden Herz-, Lungen-, oder Autoimmunerkrankungen auch schon ab 65. Der Impfstoff wird von der Krankenkasse übernommen. Wir haben ihn in der Regel vorrätig.

Zögern Sie nicht, mit Ihrem Impfausweis vorbeizukommen und sich von meinem Team beraten zu lassen.

Ärger mit den Wartezeiten bei Fachärzten

In den letzten Jahren wächst der Unmut aller Kassenpatienten über die meist mehr als drei Monate lange Wartezeit auf einen Termin bei den Fachärzten. Wir können das sehr gut verstehen, sind aber tagtäglich mehrfach mit diesem Ärger unserer Patienten konfrontiert, obwohl wir nicht die Verursacher des Problems sind. An der Tatsache können wir aktuell selber leider nichts ändern und möchten Sie bitten, folgende positive Aspekte zu berücksichtigen:

- ★ Sollte eine fachärztliche Untersuchung von uns als dringend notwendig eingestuft werden - und nur dann - können wir einen sogenannten „Hausarztvermittlungsfall“ initiieren bzw. einen Notfalltermin bei unseren kooperierenden Kolleg*innen vereinbaren.
- ★ Eine solche „Notfall-Überweisung“ stellen wir **nicht** auf Wunsch eines anderen Facharztes oder der Patienten aus, da das System ansonsten ad absurdum geführt werden würde.
- ★ Jede*r sollte kritisch hinterfragen, ob die abklärungsbedürftigen Beschwerden wirklich eines dringenden Termins bedürfen oder ob sie nicht doch schon seit Monaten oder gar Jahren bestehen und der Facharzttermin dann auch drei Monate warten kann.
- ★ Suchen Sie auch nach Fachärzten über Online Termin Portale wie z.B. doctolib o.ä. - in München beispielsweise, ist das Angebot z.T. größer als hier im Umkreis.
- ★ Bei uns bekommt jede*r einen Akuttermin am selben Tag bei akuten Beschwerden, innerhalb weniger Tage bei sonstigen Anliegen, so dass Sie sich bei uns immer gut betreut fühlen können.
- ★ Trotz aller Missstände verfügen wir in Deutschland noch über eines der besten Gesundheitssysteme weltweit, das eine sofortige Behandlung im Notfall und zeitnah bei anderen Erkrankungen - unabhängig(!) von der Krankenversicherung - garantiert. Das wird - bei allem Ärger - meines Erachtens oft vergessen.

Elektronische Patientenakte - ePA

Genau vor einem Jahr berichtete ich über die elektronische Patientenakte. Die technische Umsetzung hat dann doch leider etwas gedauert, sollte jetzt aber funktionieren. Um was ging's nochmal?

- ★ die ePA ist IHRE digitale Akte, die SIE verwalten können, indem Sie sich die APP Ihrer Krankenkasse herunterladen. Dann können Sie Befunde löschen, die Zugriffsrechte festlegen, eigene Befunde hochladen etc.
- ★ Wir laden nur tagesaktuelle Befunde wie z.B. Laborwerte, EKG, Medikamentenpläne hoch, so dass Sie auch von anderen Ärzten und Krankenhäusern eingesehen werden können.
- ★ Andere Fachärzte sollte ebenfalls ihren Befund hochladen, so entfällt für uns das Anfordern und wir können Sie umfassend beraten.
- ★ Sobald Sie Ihre Versichertenkarte bei uns eingelezen haben, ermöglicht uns das einen Zugriff auf Ihre ePA für die kommenden 90 Tage.
- ★ Falls Sie das nicht möchten, müssen Sie aktiv Widerspruch bei Ihrer Krankenkasse einlegen.

Gute Vorsätze fürs Neue Jahr?

Kalorienreiche (Feier-)Zeiten liegen hinter uns. Viele planen jetzt einen „dry january“ oder die nächste Diät. Bei allen guten Vorsätzen - stecken Sie sich realistische Ziele und vermeiden Sie Jo-Jo-Effekte. Eine gesunde, ausgewogene Kost - was ist das eigentlich? Sie besteht in erster Linie aus frischen, fettarmen und zuckerfreien Produkten. Die Regel „FIVE a day“ bedeutet fünf handtellergroße Portionen Obst, Salat, Gemüse - versuchen Sie's mal. Zwei Portionen Fleisch und einmal Fisch pro Woche sowie 1,5 - 2 Liter ungesüßte Getränke wie Wasser und Tee pro Tag werden von der WHO empfohlen. Beim Alkohol gilt: Je weniger, desto besser. Es gibt keine „gesunde“ Menge Alkohol pro Tag und natürlich steigt das Risiko schwerer Erkrankungen, je mehr man trinkt. Leider ist das Trinken von Alkohol in Deutschland immer noch gesellschaftsfähig. Trinkt man keinen, muß man sich leider oftmals erklären. Jeder sollte die Risiken für sich abwägen und eine aufgeklärte Entscheidung treffen. Auch hierfür stehen wir Ihnen gerne beratend zur Seite. Zu guter Letzt: Bewegung, Bewegung, Bewegung! Regelmäßige Bewegung - am besten an der frischen Luft - dient nicht nur der Gewichtsreduktion, sondern auch dem Muskelaufbau, der mentalen Gesundheit und der Stärkung des Immunsystems.

Neues aus der Praxis

Unser Ärzte - Team besteht aus:

Frau Marion Böhlen (Fachärztin für Allgemeinmedizin, Praxisinhaberin)
Herrn Dr. med. Fabiano Giannetti (Facharzt für Allgemeinmedizin und Chirurg)
Frau Dr. med. Nadine Heithorst (Weiterbildungsassistentin Allgemeinmedizin)
Frau Dr. med. Andreas Werner (Internistin)

Und unser „Goldstaub der Praxis“ - die Medizinischen Fachangestellten:

Claudia Danner, Jaqueline Dennerlein, Brigitte Hörmann, Ursula Joachim, Sonja Meissner, Kerstin Ostermayr, Eileen Strößner.

Öffnungszeiten

Dank unseres großen Teams sind wir in der Lage, die Praxis ganzjährig zu öffnen.

Einzelne Schließtage wegen z.B. für Fortbildungen, entnehmen Sie bitte unseren Aushängen oder der homepage www.praxis-boehlen.de

Wir sind mit Herzblut dabei und stellen **Ihnen** unsere geballte Kompetenz zur Verfügung.

Gleichzeitig freuen wir uns natürlich, dass wir Ihr Vertrauen genießen und auf eine langjährige Patientenbetreuung blicken können.

Lassen Sie uns dieses Vertrauensverhältnis bewahren, weiterhin respektvoll miteinander umgehen und optimistisch ins Neues Jahr ziehen.

In diesem Sinne: Alles Gute und vor allem Gesundheit für Sie und Ihre Familien in 2026!

Ihre
Marion Böhlen