

Marion Böhlen

Fachärztin für Allgemeinmedizin

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

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

Patienteninformation

IV. Quartal 2024

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

die Wies'n geht zu Ende, d.h. die erste Welle der erkältungsreichen Jahreszeit wird auf uns zu rollen...

So unumstritten schlimm die Corona Pandemie war, eins haben wir doch alle gelernt: Viren (und Bakterien) werden durch Tröpfcheninfektion übertragen und so macht es weiterhin Sinn, die bekannten **Maßnahmen** nicht nur gegen Corona wieder zu ergreifen:

- ✓ Bei Erkältungssymptomen zu Hause bleiben, um andere nicht anzustecken.
- ✓ Das Tragen eines gut sitzenden FFP2 Mund-Nasenschutz im ÖPNV.
- ✓ Husten und Niessen in den Ärmel, nicht in die Hand.
- ✓ Häufiges Händewaschen; sowie Hände desinfizieren.
- ✓ Machen Sie bei Erkältungssymptomen einen Corona Schnelltest. Falls der positiv ist, bleiben Sie bitte 5 Tage zu Hause, andernfalls je nach Verlauf.

Eine **TELEFONISCHE Krankmeldung** für max. 5 Kalendertage ist möglich, wenn:

- ✓ Sie bei uns persönlich bekannt sind.
- ✓ Ihre Gesundheitskarte für das laufende Quartal eingelesen wurde.
- ✓ Sie OHNE SCHWERE SYMPTOME sind.

Sollten Sie schwerere Symptome, wie anhaltendes Fieber oder Husten haben, rufen Sie bitte vorher an. Sie bekommen in der Regel am selben Tag einen Termin.

TRAGEN SIE DANN BITTE EINE MASKE IN DER PRAXIS.

Bei den neuen Varianten KP3.1.1 und XEC des SARS-Cov-2-Virus besteht derzeit kein Hinweis darauf, dass diese zu schweren Verläufen führen. Eine Auffrischung der Corona Impfung wird daher lediglich für Personen ab 60 Jahre, sowie chronisch Kranken empfohlen. Sie kann zeitgleich mit der Influenza Impfung erfolgen.

Ausführliche Infos finden Sie u.a.in diesem Video (9 Min.):

<https://www.zdf.de/nachrichten/panorama/corona-variante-kp311-xec-100.html>

Impfungen bei uns

Diensta - Freitag von 9bis 12 Uhr

erfolgen OHNE Termin:

Mittwoch UND Donnerstag auch von 15 - 17 Uhr.

Sie brauchen nur Ihre Versichertenkarte und den Impfausweis.

Fühlen Sie sich anhaltend müde und abgeschlagen?

In den Herbstmonaten ist das aus unserer Erfahrung ein häufiger Beratungsanlass in der Praxis. Zahlreiche Erkrankungen wie z.B. Anämie mit oder ohne Eisenmangel, Vitamin B12 und/oder D3 Mangel, Schilddrüsenunterfunktion, Bluthochdruck, Herzrhythmusstörung, Schlafapnoesyndrom, etc. könnten dahinterstecken. Mit der Erhebung einer ausführlichen Anamnese versuchen wir herauszufinden, welche Ursache infrage kommt. Es folgen eine körperliche Untersuchung, eine Blutdruckmessung, ein EKG, sowie eine Blutentnahme, deren Werte sich aus dem Kontext ergeben.

Sind organische Ursachen ausgeschlossen, könnte auch ein „Winterblues“ bis hin zur Depression die Ursache sein. Sollten Sie diesen Vernacht selber schon haben, füllen Sie doch mal den folgenden Fragebogen für sich aus:

https://www.kvberlin.de/fileadmin/user_upload/vertraege_kv_berlin/fruehbehandlungsstrukturvertrag_aok_nordost/fruehbehandlung_aok_vertrag2015_anl1_modul_depression_fragebogen.pdf

Das Ergebnis liefert einen ersten Anhalt dafür, ob es sich tatsächlich um eine Depression handelt. Wir werten den Bogen gerne mit Ihnen zusammen aus. Das Wichtigste ist jedoch, dass Sie den ersten Schritt wagen und sich bei uns vorstellen,. Wir helfen Ihnen gerne. Die Depression lässt sich sehr gut behandeln und gehört für uns genauso selbstverständlich zu unserer hausärztlichen Arbeit wie alle anderen Krankheitsbilder. Erachten wir eine Psychotherapie als hilfreich, überweisen wir Sie an eine Psychologin oder einen Psychologen. Zu den modernen Therapieformen gehört vor allem die Verhaltenstherapie, die im „Hier und Jetzt“ helfen soll, problematische Verhaltensweisen, Denkstrukturen und Einstellungen herauszuarbeiten, mit dem Ziel diese zu verändern und Lösungen zu finden. Die Kosten übernimmt die gesetzliche Krankenkasse. Zusätzlich kann eine medikamentöse Therapie unterstützen, das hängt von der Art und Schwere der Erkrankung ab. Manchmal kann auch eine Rehabilitationsmaßnahme sehr wertvoll sein, um Abstand zur Alltagssituation zu gewinnen und einen Einstieg in die Veränderung bieten. Den Antrag dafür stellen wir mit Ihnen gemeinsam. Kostenträger ist bei Angestellten die Deutsche Rentenversicherung.

In besonders schwierigen oder scheinbar ausweglosen Situationen steht Ihnen zusätzlich der Krisendienst Bayern 24 Std. tägl. und 7 Tage die Woche telefonisch zur Verfügung : Tel. 0800 655 3000.

Neues aus der Praxis

Wie im letzten Patientenbrief schon angekündigt, beginnt mein Kollege Herr Peter Graf am 1. Oktober. Als Facharzt für Anästhesie und Notfallmedizin hat er den Quereinstieg zur Allgemeinmedizin gewählt. Als offener, freundlicher und empathischer Hausarzt hat er somit eine langjährige und breitgefächerte Berufserfahrung, die Ihnen als Patientinnen und Patienten zugute kommen wird.

Erfreulicherweise kommt ab Dezember außerdem eine neue Weiterbildungsassistentin mit an Bord: Frau Nadine Heithorst. Sie hat bereits 3 Jahre Ihrer Facharztausbildung an der Uniklinik der LMU München absolviert und startet bei uns mit der Praxisausbildung.

Auch das MFA Team ist jetzt mit Frau Hörmann, Frau Ostermayr, Frau Salvermoser, Frau Gürtner, Frau Neubauer und Frau Bange wieder komplett.

Somit sind wir zusätzlich wieder in der Lage, neue PatientInnen, auch von außerhalb unserer Gemeinde, aufzunehmen.

Öffnungszeiten

Die Praxis ist in den Ferien durchgehend besetzt. Die dann geänderten Öffnungszeiten finden Sie auf unserer homepage: www.praxis-boehlen.de

Mit Empathie, Zuversicht und Stärke gehen wir als TEAM für SIE in die Herbst- und Wintermonate und wünschen Ihnen allen eine möglichst infektfreie und gesunde Zeit.

Ihre Marion Böhlen