

Marion Böhlen

Fachärztin für Allgemeinmedizin

Lagerhausstr.15 a

85238 Petershausen

Tel.: 08137/ 92 910

Email: info@praxis-boehlen.de

www.praxis-boehlen.de

Patienteninformation III. Quartal 2017

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

wir freuen uns sehr Über die **Verstärkung unseres Ärztlichen Teams!**

Herr Dr. W. Wegele wird uns ab dem 1. Juli dabei unterstützen, das erhöhte Patientenaufkommen durch die Praxisschliessungen in der Umgebung aufzufangen. Mit seiner jahrzehntelangen Tätigkeit in seiner eigenen Praxis wird er Ihnen als erfahrener Kollege mit Rat und Tat gerne zur Seite stehen. Sie können sicher sein, dass Frau Dr.Lemberg, Herr Dr.Wegele und ich uns regelmässig austauschen werden, so dass Sie im Akutfall die Ärztin/ den Arzt in Anspruch nehmen können, die/der gerade den nächsten freien Termin hat. So möchten wir längere Wartezeiten für Sie vermeiden.

Routinetermine, wie z.B. eine Gesundheitsuntersuchung/Check-up können Sie jederzeit bei der Ärztin, bzw. dem Arzt Ihrer Wahl ausmachen. Bitte geben Sie dies am Telefon bei der Terminvereinbarung an.

Jugenduntersuchungen J1

Nach den Kindervorsorgeuntersuchungen bis zum 5.Lebensjahr klafft bis zum Erwachsenenalter eine grosse Lücke im Bereich der Vorsorge/Prävention. Für die Altersgruppe 12-14jähriger bieten alle Krankenkassen eine solche präventive Untersuchung an. Nach einer ausführlichen Anamnese folgt eine komplette körperliche Untersuchung, auch von Haut und Skelettsystem. Der Impfpass wird kontrolliert, Risikofaktoren in Bezug auf Drogen/Esstörungen/psychische Probleme analysiert, sowie nach familiären Erkrankungen gefragt.

Für mich stellt diese J1 eine gute Gelegenheit dar, mit den Jugendlichen einen persönlichen Erstkontakt ohne Beisein eines Elternteils herzustellen und eine möglichst vertrauensvolle Arzt-Patientenbeziehung aufzubauen. Es soll dabei auch Raum sein Dinge anzusprechen, die die Kids mit den Eltern nicht unbedingt besprechen möchten. Sollten Sie als Eltern Fragen oder Probleme mit Ihrem Kind haben, können wir selbstverständlich vorher oder nachher einen separaten Gesprächstermin vereinbaren.

Frühsommermeningitis FSME - Impfung empfohlen!

Der Impfplan der ständigen Impfkommission des Robert Koch Institutes empfiehlt für unsere Region als Hochrisikogebiet die Impfung ab dem 3. Lebensjahr. Im April diesen Jahres wurde in den Medien von schwerwiegenden Fällen berichtet, bei denen sich zwei Familienväter durch das Trinken von Ziegenrohmlch auf einem

Biobauernhof an FSME infiziert hatten und verstorben sind. Das hat einen neuen Aspekt auf den Infektionsweg dieser schwerwiegenden Erkrankung ergeben!

Die Impfung sollte nach folgendem Schema erfolgen:

1.) Tag 1, 2.) nach 4 Wochen, 3.) nach 1 Jahr. Die erste Auffrischung erfolgt nach 3 Jahren, danach alle 5 Jahre, bei über 60jährigen weiterhin alle 3 Jahre. Den Impfstoff haben wir für Kinder und Erwachsene immer vorrätig. Sie können mit Ihrem Impfpass während der Sprechzeiten ohne Termine vorbeikommen.

Achtung: Gegen die Borreliose (Bakterien), die auch von Zecken übertragen werden kann, gibt es keine Impfung! Erkennen Sie ca 1-2 Wochen nach einem Zeckenbiss an dieser Stelle eine kreisrunde Rötung, stellen Sie sich bitte umgehend in der Praxis vor.

Neuer Test auf Blut im Stuhl: iFOBT (immunologischer fäkaler occulter Bluttest)

Der neue immunologische Test kann menschliches Hämoglobin (= roter Blutfarbstoff) im Stuhl nachweisen und ist nicht mehr so störanfällig wie der bisherige Hämoculttest. Sie bekommen dafür ein Stuhlröhrchen mit entsprechender Anleitung. Wichtig ist, dass Sie das befüllte Stuhlröhrchen am Tag der Entnahme sofort zu uns bringen. Wir schicken es dann weiter in unser Labor. Ab dem 50. Lebensjahr steht Ihnen der Test jährlich und ab dem 55. Lebensjahr 2x jährlich, bzw. dann eine Darmspiegelung alle 5 Jahre zu. Nähere Informationen inkl. einer Videoanleitung finden Sie unter: www.darmkrebs-screening.eu

Wichtig: Auch dieser Test ersetzt keine Darmspiegelung, bei der auch Polypen mit Vorstufen von Darmkrebs schon erkannt und entfernt werden können. Lassen Sie sich von uns beraten.

Bluthochdruck auf Reisen

Wenn Sie an hohem Blutdruck leiden und regelmäßig Medikamente nehmen, sollten Sie mit uns vor Ihrer geplanten Reise über eine mögliche Anpassung der Dosis sprechen. Bei Hitze fällt der Blutdruck in der Regel ab, bei Kälte steigt er an. Aus unserer Erfahrung kann es sinnvoll sein, wassertreibende und blutdrucksenkende Medikamente vorübergehend zu reduzieren. Bei längeren Flugreisen ist die Zeitverschiebung zu beachten und die Dosis entsprechend anzupassen. Sprünge ins kalte Wasser sind in jedem Fall zu vermeiden!

Ein kleines Blutdruckmessgerät für das Handgelenk passt in jedes Reisgepäck. Vor Ort sollten Sie Ihre Werte täglich kontrollieren. Nehmen Sie bitte Ihren Medikamenten-Einnahmeplan und ausreichend Tabletten mit. Machen Sie rechtzeitig vor Ihrer Reise einen Termin in unserer Praxis aus.

Kinesio Tape - nur ein buntes Pflaster?

Mittlerweile kennt jeder diese bunten Pflasterstreifen auf den Körpern der Spitzensportler z.B. aus den Fernsehübertragungen. Vor ca. 30 Jahren von einem japanischen Chiropraktiker entwickelt gehören diese elastischen, selbstklebenden Baumwollbänder heutzutage zum orthopädischen Alltag und auch in unsere hausärztliche Praxis. Bei maximaler Bewegungsfreiheit (als Schutz vor Immobilität und Muskelschwund) fördern sie die Durchblutung und somit den Stoffwechsel und wirken schmerzlindernd. Nicht nur bei Sportverletzungen, sondern auch bei Prellungen, Überdehnungen, Nacken- und Rückenschmerzen helfen die Bänder durch Dehnung und Entspannung auf der Haut den Lymph- und Blutfluss zu verbessern und so die Heilung zu beschleunigen. Einmal aufgeklebt halten sie ca. 3 Tage, sind atmungsaktiv, gut hautverträglich und wasserfest.

Keine Wartezeiten für Rezepte etc.

Viel Patienten nehmen schon unseren Email Service zur Bestellung von Rezepten und Überweisungen oder für Terminwünsche in Anspruch. Das führt in unserer Praxis zur deutlichen Entlastung der Telefonleitungen, die dann für wichtige Anrufe frei sind. Für Sie bedeutet es weniger Wartezeiten am Tresen, da Ihre Bestellungen schon unterschrieben für Sie bereit liegen.

Probieren Sie es einmal aus: info@praxis-boehlen.de - wir freuen uns!

Wichtig: In den Sommerferien werden wir geänderte Öffnungszeiten haben.

Bitte erkundigen Sie sich rechtzeitig auf unserer Webseite www.praxis-boehlen.de oder rufen uns vor einem geplanten Besuch kurz an.

Einen unbeschwerten Sommer und schöne Ferien wünschen Ihnen

Ihre Marion Böhlen mit Dr. Inke Lemberg, Dr. Willibald Wegele & dem ganzen Praxisteam