

PRAXISMAGAZIN

Praxis Brenner

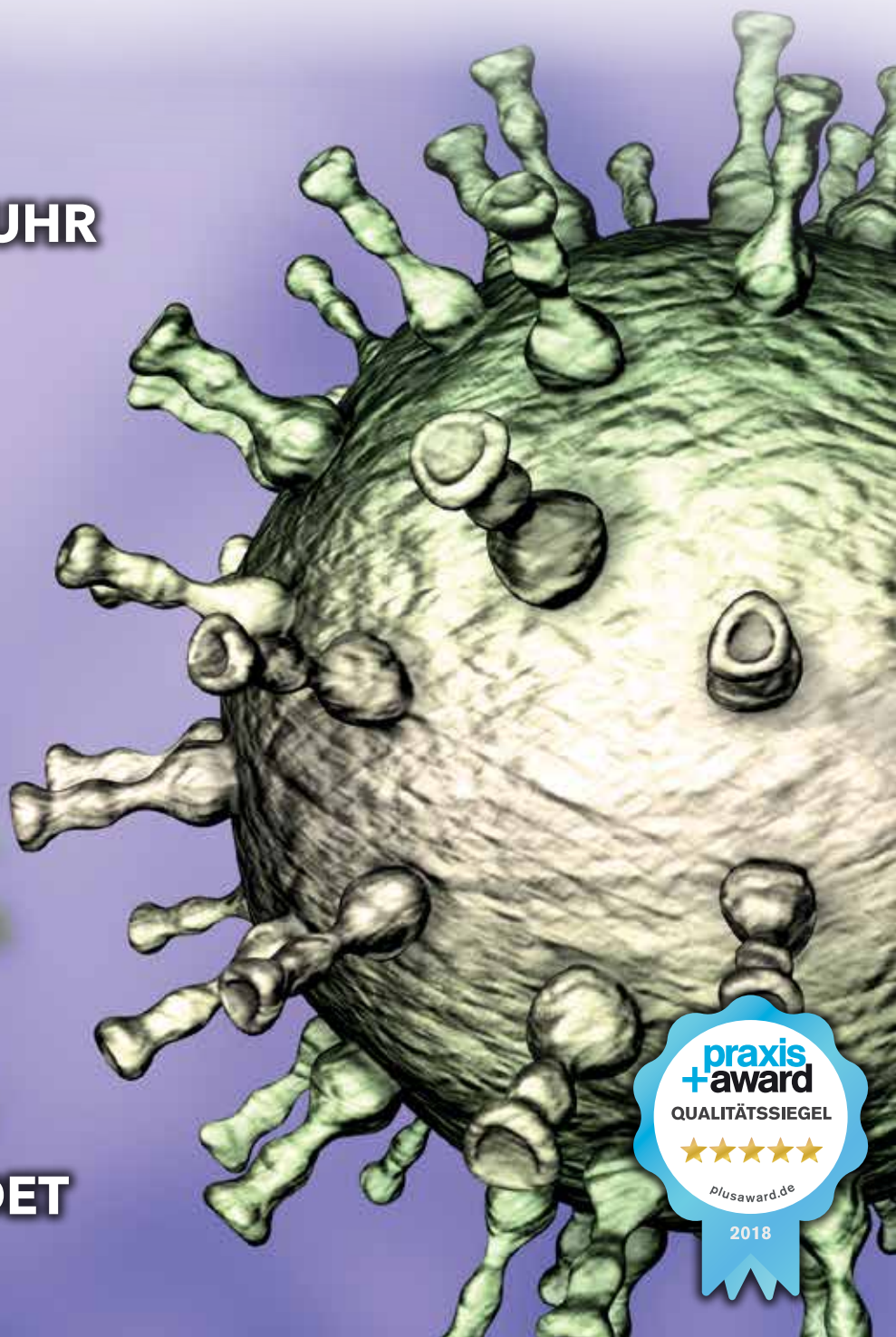
Die gesunden Seiten des Lebens

Januar 2019 / Jg 2 / Nr. 3

FLÜSSIGKEITSZUFUHR
in der Sterbephase

**WANN STECKT
HINTER HUSTEN**
eine Pneumonie

**SCHON EINE
ZIGARETTE SCHADET**



**GÜRTELROSE -
HERPES ZOSTER**





Liebe Patientin, lieber Patient!

Ich bin sehr glücklich Ihnen heute zu berichten, dass unsere Praxis zu den ausgezeichneten Einrichtungen gehört.

Aus dem gesamten Bundesgebiet, Österreich und der Schweiz kürte in Hamburg eine Expertenjury von 18 Juroren insgesamt 44 Arztpraxen mit der begehrten „Praxis+Award SIEGER“ Trophäe, darunter unsere Praxis. Dieser Preis gilt als „Branchen-Oscar“ und wurde bereits zum vierten Mal vergeben.

140 Gäste erlebten in einem Mix aus feierlicher Preisverleihung und Expertensymposium eine ereignisreiche Veranstaltung im ehemaligen Hauptzollamt der Stadt mitten in der Speicherstadt.

Aus den rund 250 Arztpraxen, die wie unsere Praxis bereits Träger des geprüften Praxis+Qualitätssiegels mit 5 Sternen sind, hat die Expertenjury die „Besten der Besten“ mit der „Praxis+Award SIEGER“ Trophäe geehrt.

Praxis Brenner mit „Branchen-Oscar“ ausgezeichnet!

(v.l. Verena Hartkorn, Susanne Brenner, Nicole Schneider, Yvonne Fritz)

Dieser Titel, sagt Axel Schüler-Bredt, Gründer der Initiative, würdigt jene Arztpraxen, die bereits das Qualitätssiegel tragen und als Botschafter eines neuen Selbstverständnisses hinsichtlich ihrer Praxiskultur damit Vorbild für alle Praxen sind.

Dabei ist das anerkannte und geprüfte Qualitätssiegel das erste und einzige Gütesiegel, das eine Arztpraxis nicht monothematisch auszeichnet, sondern nach für alle Patienten relevanten Faktoren in Bezug auf Servicequalität und Praxiskultur bewertet.

Die Auszeichnung dokumentiert die Leistungsfähigkeit von Ärzten und soll eine wertvolle Orientierung für Patienten bei der Wahl ihres Arztes sein. Dabei ist der Award kein Preis für die schönste Praxis oder den schönsten Internetauftritt, sondern für vorbildliche Unternehmensfüh-

rung in Hinblick auf solch wesentliche Kriterien der modernen Praxiskultur wie Praxiskommunikation, Teamentwicklung, Patientenansprache, Design, Medieneinsatz und soziale Verantwortung.

Dies ist umso mehr bemerkenswert, da unsere Praxis gerade seit einem halben Jahr in Spiesen-Elversberg ansässig ist und jetzt schon zu den erfolgreichsten Einrichtungen dieser Art im deutschsprachigen Raum gehört.

An diesem Erfolg hat unser Team natürlich einen sehr großen Anteil. Aus diesem Grund sage ich auf diesem Wege nochmals Danke! an mein Team.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen

Susanne Brenner

IMPRESSUM

Herausgeber:
Praxis Brenner
Hausärztliche Versorgung
Hauptstraße 100
66583 Spiesen-Elversberg
Telefon 06821 983 1300
www.brenner-praxis.de

Redaktionsleitung:
Dr. med. Hans Germann &
Dr. med. Susanne Brenner

Gestaltung: Katja Sieger & Michelle Durrang
Produktion: bmade.de
Foto: fotolia.com, freepik.com, flaticon.com

Hausarzt - Magazin
Informationen für Patienten der
Praxis Brenner
Dr. med. Susanne Brenner
Fachärztin für Allgemeinmedizin
Januar 2019 / Jg 2 / Nr. 3

Titelthema · 6-7

Die Gürtelrose oder Herpes zoster

Die Gürtelrose - die Zweiterkrankung nach einer Windpockenerkrankung. Diese Krankheit tritt meist in höherem Alter auf, aber auch jüngere Patienten können betroffen sein, insbesondere, wenn das Immunsystem geschwächt ist



Fotolia 146740673 | © topkul3

Aktuell · 4

Wann steckt hinter Husten eine Pneumonie

Schon eine Zigarette am Tag steigert das KHK-Risiko enorm

Medizin · 5

Keine künstliche Flüssigkeitszufuhr in der Sterbephase

Kulturelles · 8

Unsere Buchempfehlung
Der Kristall der Macht von Kathrin Haas

Unsere Filmempfehlung
Steig nicht aus!

Personenquiz · 10

Berühmte Persönlichkeiten aus der Medizingeschichte
Personen die Geschichte schrieben

Gewinnspiel mit Buchpreis

Praxisinfos · 11

Renovierungsarbeiten im Therapieraum abgeschlossen

Impfstatus komplett?
Wir überprüfen Ihren Status

Wir gratulieren unseren Geburtstagskindern

Wann steckt hinter Husten eine Pneumonie

Husten kann als akutes Symptom Begleitscheinung vieler Krankheiten des Atemtraktes sein. Dabei haben nur wenige Patienten mit akutem Husten eine Lungenentzündung.

Für die Diagnose einer Pneumonie (Lungenentzündung) spricht zusätzliches Fieber, Rasselgeräusche über der Lunge, eine Pulsbeschleunigung meist über 100 pro Minute und eine Sauerstoffsättigung weniger 95 %.

Wenn eines dieser Symptome vorliegt, macht das die Diagnose einer Pneumonie wahrscheinlicher, genauso umgekehrt: wenn keiner dieser Befunde vorliegt, ist eine Pneumonie wenig wahrscheinlich.



Fotolia 158837091 | © RFESIP

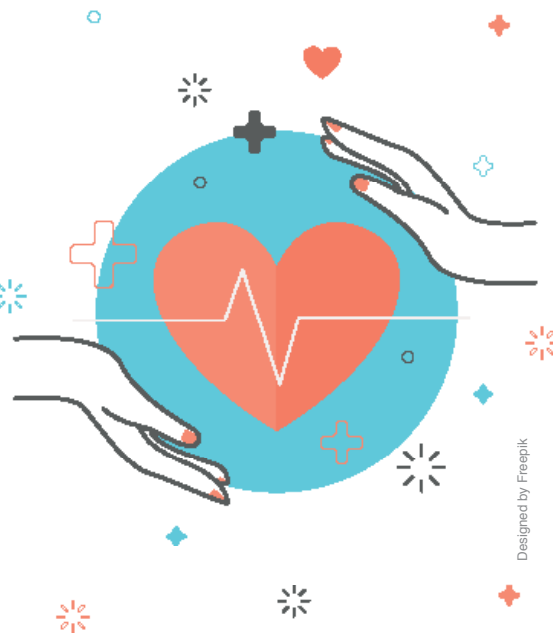
Schon eine Zigarette schadet



Schon eine Zigarette pro Tag steigert das Risiko für Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Apparates.

Während das Risiko, an einem Lungenkrebs zu erkranken, mit der Anzahl der gerauchten Zigaretten proportional steigt, sieht das für Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Apparates ganz anders aus. Bei der Durchsicht von über 140 Studien hat sich gezeigt, dass sich das Risiko gerade für Erkrankungen der Herzkranzgefäße schon bei einer bis fünf Zigaretten am Tag dramatisch erhöht.

Dabei gibt es einen Unterschied zwischen den Geschlechtern: Männer zeigen bei diesem Konsum ein erhöhtes Risiko



Designed by Freepik

von 48% (bei 20 Zigaretten am Tag steigt das Risiko auf 100%), bei Frauen beträgt das Risiko 57% (bei 20 Zigaretten am Tag steigt das Risiko auf 184%).

Übrigens: Für das Auftreten eines Schlaganfalls ergaben sich ähnliche Ergebnisse.

Daraus folgt, dass eine deutliche Einschränkung des Zigarettenkonsums nur mit einer begrenzten Risikoreduktion einhergeht.

Keine künstliche Flüssigkeitszufuhr in der Sterbephase



Fotolia 190830994 | © patliabell

In der Sterbephase eines Menschen sind Angehörige, häufig aber auch Betreuer aus Medizin und Pflege sehr besorgt darüber, dass Patienten Hunger und Durst leiden.

Aber gerade bei Sterbenden ist es natürlich, dass es zur Appetitlosigkeit kommt und das Bedürfnis nach Nahrung und Flüssigkeitsaufnahme verloren geht. Den Angehörigen fällt es in aller Regel sehr schwer, den Wunsch des Patienten nach wenig oder gar keinem Essen zu akzeptieren.

In der letzten Lebensphase besteht normalerweise eine Stoffwechsellaage, die gänzlich auf Abbau gerichtet ist und an diesem Prozess könnten auch hochkalorische Infusionen oder eine hochkalorische Ernährung nichts ändern.

Für diese Menschen reichen oft kleinste Mengen an Nahrung und Flüssigkeit aus, um Hunger und Durst zu stillen. Sich hier gänzlich auf die Bedürfnisse des Patienten einzustellen ist humane Pflicht!

Auch und besonders der Wunsch vieler Angehöriger, den „Wasserhaushalt“ mit entsprechender Flüssigkeitszufuhr - auch über Infusionen – zu regulieren, um den Patienten nicht „verdurstet zu lassen“, bringt keine Veränderung oder Besserung oder gar Linderung von möglichen Beschwerden.

Patienten in der letzten Phase ihres Lebens empfinden keinen Durst! Lediglich wird häufig eine ausgeprägte Mundtrockenheit beobachtet und hier und nur hier sollte für eine ausreichende Befeuchtung der

Mundschleimhäute gesorgt werden.

Was ist also zu tun?

Patienten sollten nicht zum Essen gedrängt werden. Allein der Patient bestimmt den Rhythmus und die Menge seiner Nahrung und Flüssigkeitsaufnahme und nicht der betreuende Angehörige.

Ein Problem bei der Nahrungsaufnahme können Schluckstörungen sein. Sie entstehen durch krankhafte Veränderungen im Bereich der Speiseröhre, z. B. durch Entzündungen oder sind auch Teil einer demenziellen Erkrankung.

Bei Schluckstörung ist darauf zu achten, dass das Essen mit aufrechtem Oberkörper eingenommen wird, um verschlucken zu vermeiden.

Die Gürtelrose oder Herpes zoster

Die Gürtelrose - die Zweiterkrankung nach einer Windpockenerkrankung. Diese Krankheit tritt meist in höherem Alter auf, aber auch jüngere Patienten können betroffen sein, insbesondere, wenn das Immunsystem geschwächt ist.

Die Gürtelrose oder der Herpes zoster ist eine Virus-Erkrankung, die meistens als Zweiterkrankung nach einer Windpockeninfektion im Kindesalter auftritt. Dabei kann der Herpes zoster erst Jahrzehnte nach der Ansteckung mit dem Windpockenvirus zu Tage treten. Typisch für die Gürtelrose ist ein Hautausschlag mit meist in Gruppen auftretenden Bläschen. Praktisch jede Körperregion kann betroffen sein. Meistens treten die Hautveränderungen halbseitig und gürtelform-ähnlich auf. Weil die Krankheitserreger - also die Herpeszoster-Viren - sich im Verlauf der betroffenen Nerven ansiedeln und ausbreiten, kommt es zur Schädigung der sehr empfindlichen Nervenstruktur und damit in aller Regel zu sehr starken Schmerzen.

Der Krankheitserreger der Gürtelrose ist ein Virus, das auch nach überstandener Windpocken-Erkrankung lebenslang im menschlichen Organismus überdauert und sich je nach Immunlage des Organismus aktiviert. Hier spielen das zunehmende Alter oder eine geschwächte Immunabwehr eine große Rolle. Viele verschiedene Faktoren (Alter, Tumorerkrankung, Immunschwäche, aber auch schon ein ausgiebiges Sonnenbad) können dann dazu führen, dass die sich noch im Körper befindlichen Viren erneut vermehren und einem bestimmten Nerv entlang nach außen an die Haut wandern. Im Versorgungsgebiet des entsprechenden Nerven treten dann die typischen Veränderungen der Haut mit der Gürtelrose auf. Die Gürtelrose ist durchaus ansteckend, insbesondere wenn die Bläschen aufplatzen und der Inhalt beispielsweise durch Schmierinfektion verteilt wird.



Während bei der Windpockenerkrankung der gesamte Körper befallen ist, treten bei der Gürtelrose die Symptome nur regional begrenzt auf. Erste Anzeichen der Krankheit können Abgeschlagenheit, eventuell leichtes Fieber und häufiger als Leitsymptom starke brennende Schmerzen im Ausbreitungsgebiet des entsprechenden Nerven sein. Natürlich kann auch Juckreiz hinzukommen.

Hautareal, die in Gruppen beieinander stehen. Nach weiteren Tagen platzen die Bläschen auf, manchmal entstehen Narben und die zuvor pigmentierte Haut kann depigmentiert werden.

Wie schon gesagt kann die Gürtelrose an jeder Stelle des Körpers auftreten: Auch im Kopfbereich zum Beispiel. So kann das Auge oder das Ohr betroffen sein, wobei es hier zu bleibenden Sehstörungen oder Gesichtslähmungen kommen kann. In sehr seltenen Fällen entwickelt sich eine Entzündung der Hirnhäute und der Gesichtsnerven.

Wie wird die Erkrankung diagnostiziert?

Die Diagnose dieser Erkrankung wird in aller Regel über die Krankheitsgeschichte des Patienten als auch über das klinische Bild gestellt. Insbesondere für den erfahrenen Arzt und Kliniker sind die Hautveränderungen so typisch, dass die Gürtelrose häufig eine Blickdiagnose ist.

In wenigen unklaren Fällen kann eine Laboruntersuchung notwendig werden, um das Varicella-Zoster-Virus sicher nachzuweisen.



Ein paar Tage nach dem ersten Auftreten der Schmerzen bilden sich dann die typischen Hautveränderungen aus: Bläschen auf gerötetem

Wie wird nun diese Erkrankung behandelt?

In aller Regel kommen Medikamente zum Einsatz, die die Vermehrung des Virus hemmen, sogenannte Virusstatika. Diese Medikamente sorgen für eine schnelle Abheilung der Bläschen und können das Risiko für eine chronische Schmerzentwicklung im Bereich des betroffenen Nerven reduzieren. Zusätzlich können austrocknende und antiseptische Lösungen zum Auftragen auf die betroffenen Körperstellen zum Einsatz kommen.

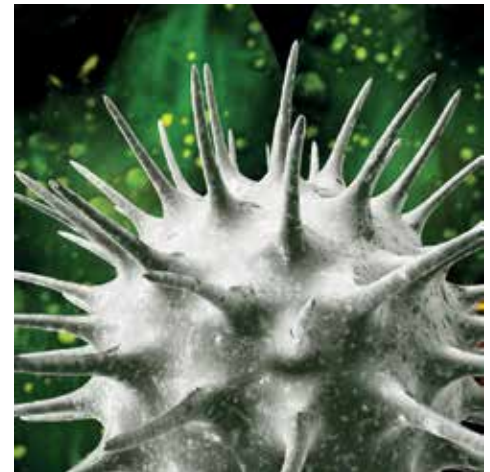
Je früher die Therapie mit diesen Arzneimitteln erfolgt umso größer ist die Chance, dass die Gürtelrose vollständig ausheilt und die gefürchtete Nervenbeteiligung in Form eines chronischen Schmerzsyndroms ausbleibt (sog. postzosterische Neuralgie).

Die meisten Menschen infizieren sich schon in ihrer frühesten Kindheit mit dem Varicella-Zoster-Virus. Die Erreger verbleiben dann zeitlebens im Körper.



Bild: Wikipedia von Fisle

Auch nach einer Windpocken-Impfung kann es zu einer Gürtelrose kommen, allerdings geschieht dies sehr viel seltener als ohne Immunisierung. Außerdem verläuft die Erkrankung bei geimpften Personen meist weniger schwer. Deshalb empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) am Robert Koch-Institut seit 2004 für alle Kinder eine Impfung gegen Windpocken.



Foblia 63464552 | © fotolaxrender

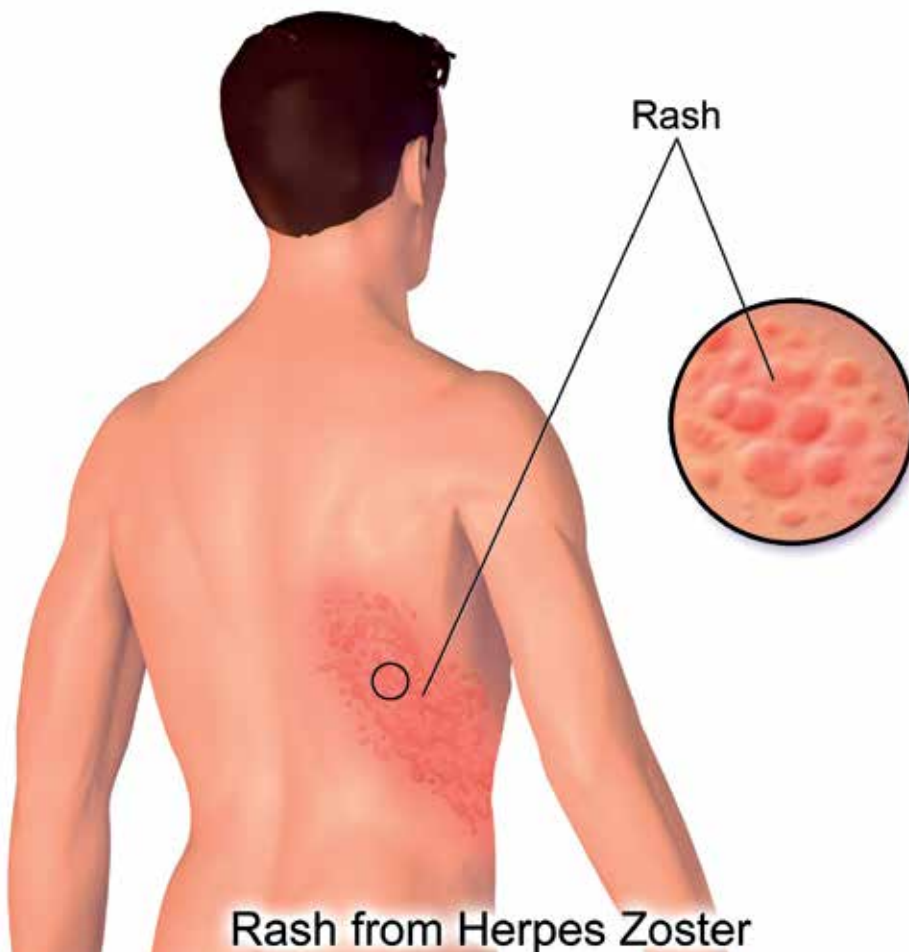


Bild: Wikipedia von BruceBlais

Fazit

- Die Gürtelrose ist eine Zweiterkrankung nach der Windpockeninfektion
- Erkrankung im Bläschenstadium ansteckend
- Frühe Behandlung notwendig zur Vermeidung von schmerzhaften Spätschäden

Buchempfehlung

Das hat uns gefallen



Im Reich Viriditerra herrscht schon lange Krieg zwischen zwei unterschiedlichen Tempeln. Ein Kristall soll den endgültigen Sieg bringen und die unterlegene Gruppe vernichten. Livius und Raphaelea begeben sich getrennt auf die Suche. Eigentlich sollten sie Feinde sein, doch nach einigen schicksalhaften Begegnungen, beginnen sie an sich und den Lehren ihres Glaubens zu zweifeln. Und dann kommt alles anders als sie dachten...

Ein Fantasyroman für jugendliche Leser, bei dem es darum geht, die eigene Identität zu finden. Wie gehe ich mit Vorurteilen um, mit Menschen, die eine andere Kultur haben? Gerade in unserer heutigen Zeit, wo Rassismus und Populismus an Bedeutung gewinnen, liefert der Roman jungen und junggebliebenen

Lesern Stoff zum Nachdenken, verpackt in eine spannende Geschichte.

Der Zyklus der Sonne und des Mondes; Band 1; Der Kristall der Macht

ISBN 978-1518657252
(Taschenbuch)

Bisher sind zwei Fortsetzungen erschienen:

Band 2: Der Verrat
(ISBN 978-1519647351)

Band 3: Machtgier
(ISBN 978-1539681328)

Alle Bände sind bei Amazon auch als Ebook erhältlich.

Filmempfehlung

Das hat uns gefallen

Karl Brendt und seine Kinder Josefine und Marius sitzen in seinem eigenen Auto fest, bis dieser eine hohe Summe Lösegeld auftreibt. Er muss sich beeilen, denn der unbekannte Anrufer droht, den Wagen in die Luft zu sprengen. Seine Ehefrau Simone, von der er sich vor Kur-

zem getrennt hat, missinterpretiert sein ungewöhnliches Verhalten. Sie ist sich sicher, dass er die gemeinsamen Kinder entführen will, und verständigt die Polizei. Diese holt sich bald Unterstützung von einer Sprengstoffexpertin.



Dr. Germann's ROBEETIN

Bluthochdruck - Volkskrankheit Nr. 1

Gesundheitsstärkende Rote Beete Kapsel
mit OPC, L-Arginin und Vitamin C

Jeder 3. ist betroffen

Die schleichende
Gefahr



60 Kapseln

Unsere Forschung - Unser Ergebnis

Erhältlich in Ihrer Apotheke. - www.robeetin.de

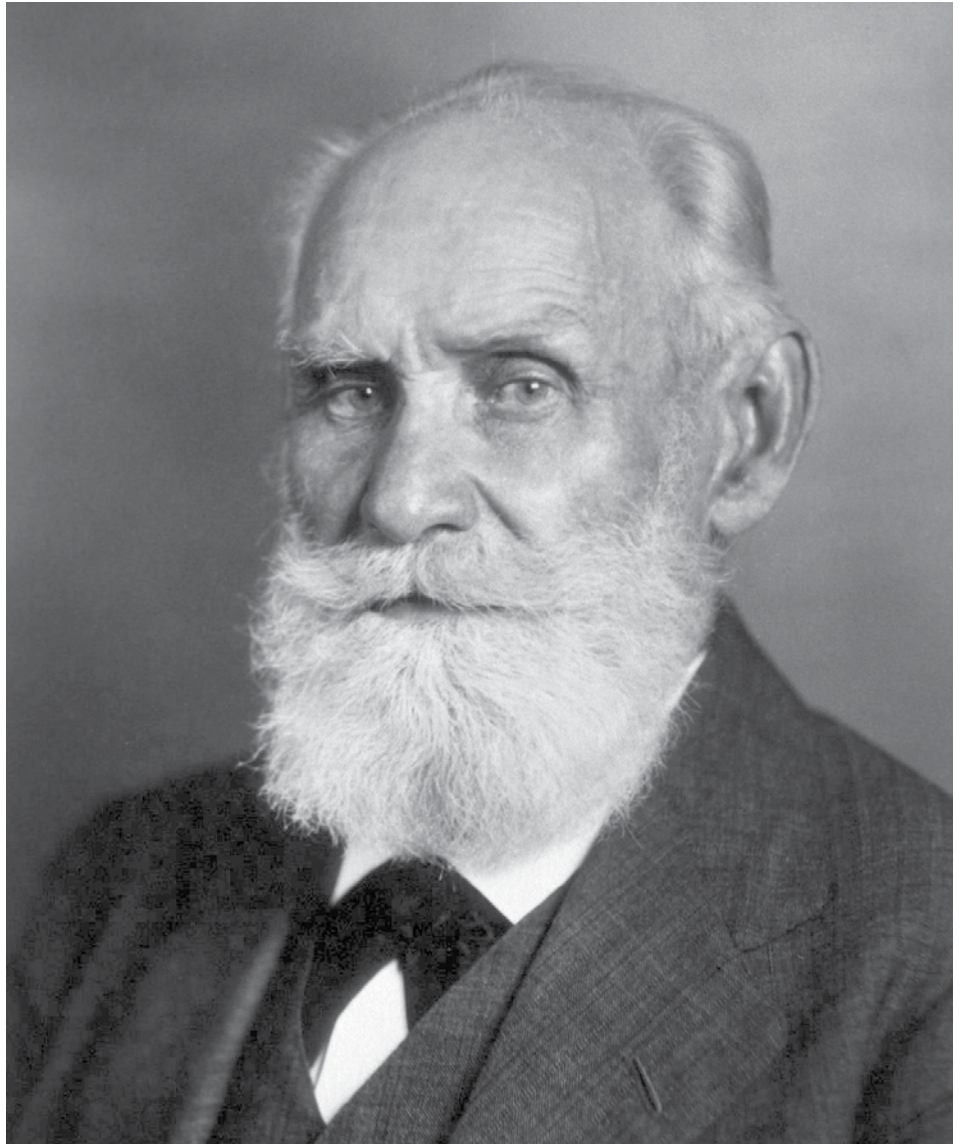
Berühmte Persönlichkeiten

Personen die Geschichte schrieben

Als erstes von elf Kindern auf einem Bauernhof geboren verbrachte unsere heutige gesuchte Persönlichkeit lange Zeit seines Lebens in Sankt Petersburg, wo er nach einem Medizin-Studium 1890 Professor für Pharmakologie und später Professor für Physiologie wurde. Berühmt wurde der Gesuchte wegen seiner Untersuchungen zum Verdauungsverhalten von Hunden. Er beobachtete das Reflexverhalten der Hunde als eine automatisch ablaufende Reaktion, die dem Hund angeboren ist.

Daraufhin arrangierte er sein Experiment so um, dass unmittelbar vor der Verabreichung des Futters eine Glocke klingelte. Der Hund lernte, dass nach dem Ertönen des Klingeltons eine Belohnung folgt. Aus einem neutralen Reiz, also dem Klingeln der Glocke, was ursprünglich mit der Verabreichung von Futter nichts zu tun hatte, folgte eine neue Reflexreaktion.

Aus einem neutralen Reiz war ein bedingter Reiz geworden. Dieses Verhalten als erlernter nicht natürlicher Reflex wird in der Medizin bzw. in der Physiologie als


Bild: Wikipedia

konditionierter Reflex beschrieben. Der Gesuchte zählt übrigens auch zu den Nobelpreisträgern.

In der letzten Ausgabe haben wir **Hildegard von Bingen** gesucht. Allen, die die richtige Lösung gefunden haben, sagen wir herzlichen Glückwunsch.

Wissen Sie, wen wir suchen?

Trennen Sie den angehängten Coupon ab und geben Sie ihn in der Praxis ab. Unter allen richtigen Antworten lösen wir am 08.03.2019 einen Gewinner aus. Unser Preis für den Gewinner ist das auf der Vorseite beschriebene Buch.

Antwortcoupon

Personenquiz
Praxismagazin Nr.13/2019
Einsendeschluss: 22.02.2019

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
Der Gewinner wird von uns schriftlich benachrichtigt,
eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich.

Name

Vorname

Straße

Wohnort

Meine Antwort

Akademische Lehrpraxis der Universität des Saarlandes

Die Entscheidung, einen Teil meines letzten Jahres des Medizinstudiums in der Praxis Dr. med. Brenner zu absolvieren, fiel schon vor über einem Jahr. Damals habe ich mich zufällig für ein Praktikum in der Praxis Brenner & Frey in Dudweiler entschieden, einfach weil sie gut mit dem Bus zu erreichen war.

Schnell wurde ich davon überzeugt, die richtige Entscheidung getroffen zu haben. Auch in den Monaten meines praktischen Jahres in Spiesen fühlte ich mich direkt gut aufgehoben. Es herrschte eine harmonische Stimmung, ein tolles Betriebsklima, und ich hatte das Gefühl jederzeit Fragen stellen zu dürfen. Das Praxisteam war sehr freundlich, hilfsbereit und immer für einen Spaß zu haben. In der Praxis durfte ich früh eigenständig arbeiten und



Lisa Petuelli Studentin im Praktischen Jahr

konnte ein umfassendes Spektrum an Krankheitsbildern und Patienten kennenlernen. Die aufgeschlossene Art der Patienten und Patientinnen mir gegenüber hat mich sehr beeindruckt. An diese Erfahrungen werde ich mich gerne in der Zukunft erinnern.

„Branchen-Oscar“ Auszeichnung



Gewinner unseres Buchpreises aus der Ausgabe Nr. 12 ist Frau Petra Wagner.

Herzlichen Glückwunsch und viel Spaß beim Lesen.

Designed by Freepik

Vorschau

Bluthochdrucktherapie
und Allgemeinmaßnahmen

Der Fibromyalgie-Ratgeber

Nächtliche Wadenkrämpfe
Erste Hilfe



Nächste Ausgabe ab
02. April 2019



1 WAS IST HPV?

Humane Papillomviren (HPV) sind weit verbreitet und können

- gutartige Feigwarzen,
- aber auch Krebs- und Krebsvorstufen im Genitalbereich
- sowie Krebs im Kopf-Hals-Bereich verursachen.



2 WIE KANN MAN SICH ANSTECKEN?

Die Ansteckung erfolgt durch Haut-Schleimhautkontakt, wie zum Beispiel beim Geschlechtsverkehr oder anderen Sexualkontakten. HPV ist weltweit eine der häufigsten sexuell übertragbaren Infektionen.

3 WER KANN SICH ANSTECKEN?

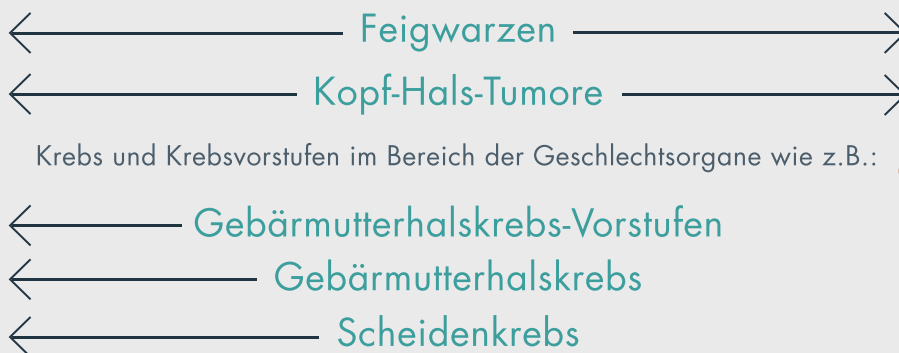
Sowohl Männer als auch Frauen können sich mit HPV anstecken – und das, ohne es zu wissen. Denn eine Infektion mit HPV bleibt anfangs häufig unbemerkt, da sie zunächst ohne Beschwerden verläuft. Oft heilt die Infektion von alleine wieder ab.



Auch Kondome können nicht zuverlässig vor einer HPV-Infektion schützen!

4 WAS PASSIERT, WENN DIE INFEKTION NICHT ABHEILT?

Heilt die Infektion nicht von alleine wieder ab, kann es z.B. zu folgenden HPV-Erkrankungen kommen:



5 WIE KANN EINE INFEKTION BEHANDELT WERDEN?

Es gibt keine Behandlung für die HPV-Infektion selbst, nur für die Erkrankungen, die durch HPV hervorgerufen werden. Es gibt aber Wege, sich vor einer Infektion zu schützen.



6 VORSORGE

Zu den Vorsorgemaßnahmen gehört z.B. die HPV-Impfung. Eine Impfung kann vor einer Infektion mit bestimmten HPV-Typen und bestimmten Folgeerkrankungen schützen. Dazu empfiehlt die Ständige Impfkommision am Robert Koch-Institut (STIKO):

- Standardimpfung für alle Mädchen von 9 – 14 Jahren
- Nachholung versäumter HPV-Impfungen spätestens bis zum vollendeten 18. Lebensjahr

Die Kosten für Mädchen zwischen 9 und 17 Jahren (d. h. bis zu einem Tag vor dem 18. Geburtstag) werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Zusätzlich ist es wichtig, dass auch HPV-geimpfte Frauen ab dem 20. Geburtstag an der jährlichen Krebs-früherkennungsuntersuchung teilnehmen.

Dieses Heft ist nicht zur Weitergabe an Dritte geeignet!

Das Magazin ist für die Patienten der Facharztpraxis für Allgemeinmedizin Dr. med. Susanne Brenner, Praxis Thomas Berwanger sowie der Praxis Dr. med. Hans Germann. Standort Spiesen-Elversberg, Dr. med. Susanne Brenner, Hauptstraße 100, 66583 Spiesen-Elversberg für den Standort St.Ingbert / Hassel die Praxis Thomas Berwanger, Blumenstraße 4, 66386 St. Ingbert.