

puls

Das Salzburger Magazin für Gesundheit, Medizin & Freizeit



Jetzt mit
Kulturvorschau
JÄNNER BIS MÄRZ



DER MEGATREND 2040

STATUSSYMBOL GESUNDHEIT

DIE EWIG KRANKE NASE

Neue Volkskrankheit
Nasennebenhöhlenentzündung

SCHMETTERLINGSKINDER

Seltene Hautkrankheiten therapieren
mit Stammzellengentherapie

GRATIS-THERAPIE

Hilfe für neurologisch
beeinträchtigte Kinder

KOPFHAUTSCHUTZ

Neu in Salzburg:
Haare färben ohne Schadstoffe



„AIGEN“ - STADT SALZBURG

Erstklassige Eigentumswohnungen in exklusiver Lage

Umgeben von viel Natur vereint das Premium Projekt „Aigen“ exklusives und modern-gediegenes Wohnen auf höchstem Niveau in einer der begehrtesten Wohnbezirke. Eine klare Farbsprache, großflächige Glaselemente und ein puristisches Erscheinungsbild der Gebäude sorgen für zeitloses Wohnvergnügen.

Die qualitativ hochwertige Linie des Bauvorhabens setzt sich geradlinig bei der Innenausstattung fort. Die Nutzung der Solaranlage unterstreicht das ausgezeichnete ökonomische wie auch ökologische Konzept. Zudem liegt das Naherholungsgebiet Gaisberg mit seinen Lauf-, Rad- und Wanderwegen nahezu direkt vor der Haustür.

Die noch wenigen verfügbaren Wohnungen sind bereits fertiggestellt und eine Besichtigung ist jederzeit möglich. Vereinbaren Sie noch heute einen unverbindlichen Termin!



IN DIESER AUSGABE

PULSMAGAZIN.AT

IMPRESSUM

PULS-MAGAZIN

Ausgabe 02/2018

Die nächste Ausgabe erscheint am 1. April 2018.
Redaktions- und Anzeigenschluss dazu ist der 15. März.

Offenlegung gemäß §25 Mediengesetz:

Die unabhängige Berichterstattung umfasst die Themenbereiche Medizin, Gesundheit, Gesundheitspolitik, Freizeit, Land und Leute.

Herausgeber & Medieninhaber:

Salzburger Werbefenster Archet-Kreindl GesbR,
Karolingerstraße 38, 5020 Salzburg,
Tel.: 0660 5171134
www.pulsmagazin.at

Chefredaktion:

Mag. Christoph Archet

Redaktion:

Dr. Horst Koch, Dr. Roman Strassl, Mag. Regina Strassl, Mag. Bernadette Opferkuch, Theresa Pöschl, Sophia Mihelic,

Abonnement:

Unser Magazin wird an alle Ärzte, Apotheken und medizinische Einrichtungen im Bundesland Salzburg versandt. Sie können sich auf Wunsch das PULS-Magazin auch bequem nach Hause schicken lassen. Wir berechnen dazu lediglich die Verwaltungs- und Vertriebskosten. Für nur 16,- Euro inkl. MwSt. erhalten Sie 4 Ausgaben/Jahr an Ihre Wunschadresse in Österreich. Diesbezügliche Anfragen richten Sie bitte an info@pulsmagazin.at.

Anzeigenverkauf:

0662 231 085 969 oder 0699 11810847
office@pulsmagazin.at

Grafik & Bildbearbeitung:

Salzburger Werbefenster

Druck:

Niederösterreichisches Pressehaus, St. Pölten

Erscheinungsweise:

4x jährlich, nächste Ausgabe: 2018/04/01

Vertrieb:

DPD / Österreichische Post

Grundlegende Richtung:

Unabhängiges Magazin, das sich mit der Berichterstattung über Trends in den Bereichen Medizin, Gesundheit, Wellness, Wissenschaft und Lifestyle beschäftigt. Der Nachdruck, auch nur auszugsweise, sowie anderwertige Vervielfältigung sind nur mit vorheriger Zustimmung des Herausgebers gestattet. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird die geschlechtsspezifische Differenzierung nicht durchgehend berücksichtigt. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung für beide Geschlechter.

Foto Titelseite: 123rf.com/Ravital

puls



GESUNDHEIT 2040

12 In der Medizin sind in den kommenden Jahren spektakuläre Erfolge zu erwarten. Lifestyle-Überwachung, Essen als Weltanschauung und hochgradig vernetzte Medizin.



NASENKORREKTUR

8 Dr. Jörg Dabernig im PULS-Interview über wichtige Punkte, die vor und nach einem Eingriff zu beachten sind.



GENFORSCHUNG

26 Eine erfolgreiche Hauttransplantation mittels Stammzellengentherapie macht weltweit Schlagzeilen.

WEITERE THEMEN

- 05** Grüner Star
- 06** Die ewig kranke Nase
- 09** Habe ich Rheuma?
- 10** Ganzheitliche Frauenheilmassage
- 16** Boom bei Nahrungsergänzungen



- 17** Gesunde Ernährung
- 18** Rapid-Recovery
- 19** Der Orthopädie-Schuhmacher
- 20** HPV-Krebsvorsorge



- 22** Die Niere im Streik
- 24** Wie Heilmassagen wirken
- 28** Dr. Evelin & Dr. Christoph Fürthauer
- 30** Ketamin gegen Depressionen
- 34** Gratis-Therapie für Kinder
- 36** Kopfschutz für schlaue Köpfe
- 37** Logopädie: Für mehr Sprache
- 42** Kulturvorschau



Mag. Christoph Archet, Herausgeber und Chefredakteur

Foto: Studio Scheinast

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

Unser Titelbericht zeigt, wie sich Medizin und Gesundheit in Zukunft entwickeln werden. So sollen heute noch tödlich verlaufende Krankheiten in den nächsten Jahrzehnten vielleicht nicht ganz verschwunden, aber jedenfalls beherrschbar sein. In der Medizin sind in den kommenden Jahren weitere spektakuläre Erfolge bei Vorsorge, Früherkennung, konservativer und operativer Therapie zu erwarten. Ärzte beraten Patienten per Videotelefonie von zu Hause aus, oder wir schlucken Tabletten, die noch aus dem Magen Signale senden. Klingt wie Science-Fiction? Keineswegs. Medizin und Gesundheit erleben derzeit nicht nur einen Wandel von Mensch zu Technik, vielmehr gilt es unter diesen Entwicklungen, individuelle Bedürfnisse des Menschen nicht aus den Augen zu verlieren.

In dieser Ausgabe erfahren Sie dazu noch mehr über die Gefährlichkeit von HPV-Viren, die Niere als unsere Entgiftungszentrale sowie schonende Operationstechniken in der Orthopädie. Abschließend haben wir auch einen Überblick zu einigen ausgewählten Kulturveranstaltungen von Jänner bis März zusammengestellt. Das alles und noch viel mehr Themen finden Sie in diesem Magazin.

In eigener Sache: Das neue Salzburger Magazin PULS ist ein hochwertiger Medienträger zur Vorstellung von Dienstleistungen und Produkten im Umfeld von Medizin, Gesundheit und Freizeit – übrigens auch online unter www.pulsmagazin.at!

Mag. Christoph Archet

Wir wünschen Ihnen ein informatives Lesevergnügen!

puls

Das Salzburger Magazin für Gesundheit, Medizin & Freizeit

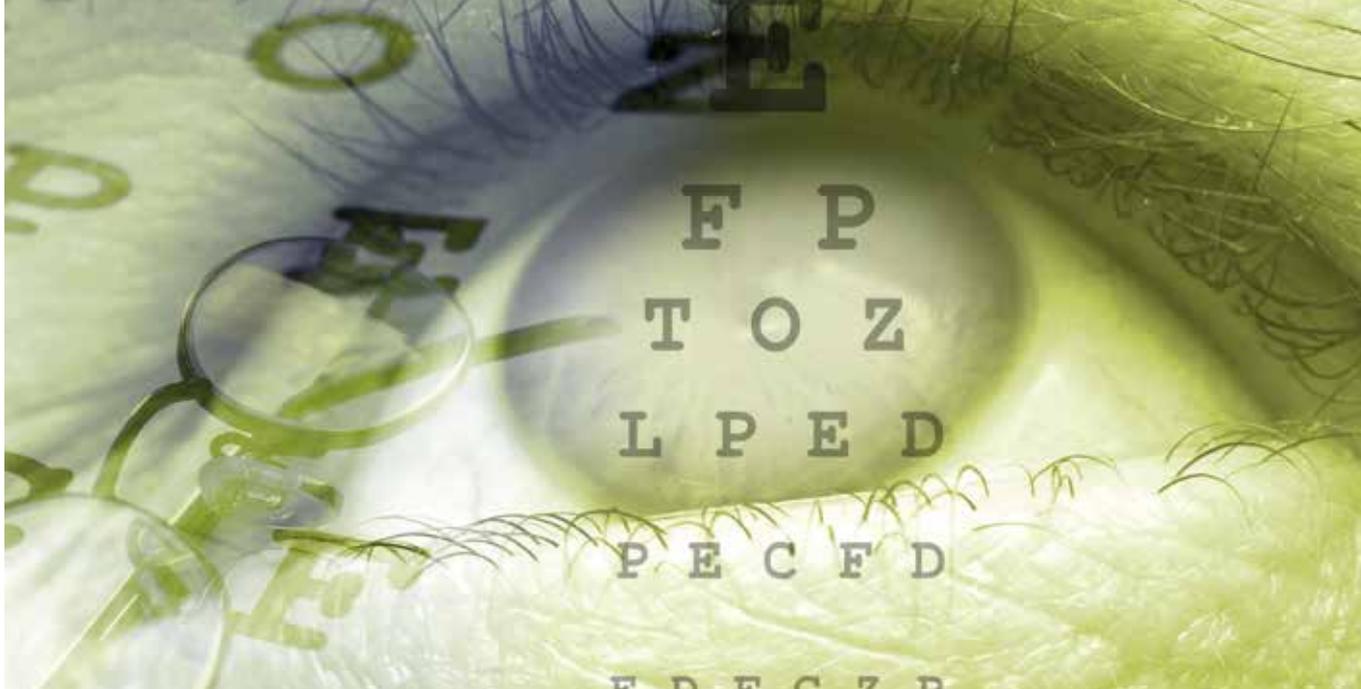
Ein besonderes Anliegen ist es uns, auf die Gratis-Therapie für neurologisch beeinträchtigte Kinder im Haus Sankt Lukas hinzuweisen. Eine sicherlich einzigartige Aktion in Österreich. Hier bekommen Kinder die Möglichkeit ambulante Therapieformen kennenzulernen, welche zum Teil sonst nur mit erheblichen Eigenmitteln zu finanzieren sind. Das ist soziales Engagement für jene, die sich selbst nicht helfen können.

Im Gespräch mit Professor Johann Bauer, dem derzeit wohl bekanntesten Dermatologen in Österreich, zeigen wir natürlich auch die Geschichte der weltweit beachteten, großflächigen Hauttransplantation mittels Stammzellengentherapie bei einem Schmetterlingskind. Dazu widmen wir uns auch dem EB Haus Austria, das sich mittlerweile zu einer Anlaufstelle für Schmetterlingskinder aus vielen Ländern Europas entwickelt hat. Trotz positiver

Forschungserfolge ist das EB Haus jedoch mehr denn je auf freiwillige Spenden angewiesen. Dazu merkt Professor Johan Bauer an, der auch medizinischer Geschäftsführer des EB Haus Austria in Salzburg ist: „Unsere beiden Medizinerinnen, die die Grundversorgung für die Schmetterlingskinder leisten, sollten eigentlich von der Sozialversicherung finanziert werden und nicht aus Spendengeldern. Das wäre mein Appell an die Politik. Denn die Schmetterlingskrankheit braucht eine medizinische Basisversorgung wie eine Grippe oder ein Hautkrebs. Dazu ist man schließlich versichert. Grundsätzlich wünsche ich mir mehr Spendenmittel für das EB Haus. So könnten wir schneller arbeiten und mehr leisten, weil es noch immer ein langer Weg bis zur Heilung ist“.

EB Haus Austria
Spendenkonto DEBRA Austria
IBAN: AT02 2011 1800 8018 1100
BIC: GIBAAATWWXXX





GUMMIBÄRCHEN GEGEN GRÜNEN STAR

Die Wahrscheinlichkeit an einem Glaukom zu erkranken verdoppelt sich ab dem fünfzigsten Lebensjahr mit jedem Lebensjahrzehnt. Augenärzte empfehlen, spätestens ab dem 40. Lebensjahr zur Vorsorge zu gehen.

Das Glaukom ist die weltweit häufigste Ursache einer irreversiblen Erblindung. In Österreich gibt es rund 80.000 an einem Glaukom Erkrankte, davon sind 35.000 bereits sehbehindert. Den sogenannten Grünen Star (Glaukom) behandelt man durch eine Senkung des Augendruckes. Die am häufigsten angewandte Methode ist die Behandlung mit Augentropfen.

Wirkt diese Therapie nicht, muss zu einem chirurgischen Verfahren gewechselt werden, um den Augendruck mittels Operation zu senken. Dabei wird ein künstlicher Abfluss aus dem Auge erzeugt, damit die Flüssigkeit, die das Auge produziert, leicht abrinnen kann. So sinkt der Augendruck ab.

SALZBURGER ENTWICKLUNG

In Salzburg wurde gemeinsam mit einem kalifornischen Start-up Unternehmen eine minimal-invasive Form der Chirurgie entwickelt, bei der im Wesentlichen ein sechs Mil-

limeter kleines Röhrchen, das dem Patienten in das Auge – genauer, in die vordere Augenkammer zwischen Hornhaut und Iris – implantiert wird. Über dieses Drainage-Röhrchen, das aus weicher Gelatine besteht und gut vertragen wird, fließt das überschüssige Kammerwasser im Auge ab, läuft unter die Bindehaut und wird vom Körper aufgesaugt.

Damit normalisiert sich der Augendruck und die Gefahr einer Schädigung der Netzhaut oder des Sehnervs ist gebannt. Man verlegt sozusagen eine Leitung, über die dann die Augenflüssigkeit aus der Vorderkammer des Auges unter die Bindehaut abfließt.

Die Flüssigkeit bleibt somit im Körper. „Das Röhrchen selbst ist aus einer Gelatine gemacht, die sehr weich und gut verträglich ist. Wir bezeichnen es deshalb auch als Gummibärchen fürs Auge. Es erzeugt beinahe keine Abstoßungsreaktion und der Patient bemerkt es kaum“, erklärt Herbert Reitsamer, Primar an der

Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie am Uniklinikum Salzburg, diese neue schonende Operationstechnik. Durch das minimal-invasive Verfahren kann der Patient noch am gleichen oder am spätestens am nächsten Tag wieder nach Hause gehen.

HISTORISCHER FEHLER – „GRÜNER STAR“

Die Bezeichnung „Grüner Star“ ist missverständlich, weil der Begriff „Star“ ausschließlich für Linsentrübungen verwendet werden sollte. Beim Glaukom handelt es sich aber um eine Erkrankung des Sehnervs. Den „Grünen Star“ gibt es auch nur im Deutschen – nach der französischen Revolution wollte man in deutschsprachigen Ländern in der Medizin vermehrt deutsche Termini einführen und die Farben Grau, Gelb, Braun, Weiß etc. für Linsentrübungen, also den Star, waren bereits vergeben, darum nannte man das Glaukom damals dann 'Grüner Star'. Erst im Jahr 1852, mit der Erfindung des Augenspiegels, einem Gerät zur Untersuchung des Augenhintergrundes, erkannte man, dass der vermeintliche „Grüne Star“ gar keine Linsentrübung, sondern eben eine Erkrankung des Sehnervs ist. Der „Grüne Star“ ist eine Bezeichnung, die sich leider bis heute hartnäckig hält und zu unglücklichen Verwechslungen mit dem bereits genannten grauen Star – also dem Katarakt – führt. Man sollte ihn nicht mehr verwenden. Korrekte und eindeutige Bezeichnungen sind Glaukom oder auch Augenhochdruck“.

IM FOKUS – DIE EWIG KRANKE

Die chronische Nasennebenhöhlenentzündung hat sich in der letzten Zeit zu einer der bedeutendsten Volkskrankheiten der westlichen Welt entwickelt, erklärt Univ. Doz. Dr. Gerhard Oberascher im PULS-Interview.

Während die akute Nasennebenhöhlenentzündung bei entsprechender Therapie nach kurzer Behandlungszeit ausheilt, ist die chronische Form dieser Erkrankung wesentlich schwieriger zu behandeln. Zwischen 10 und 15 Prozent der Bevölkerung sind daran erkrankt. Damit gehört die chronische Nasennebenhöhlenentzündung (Rhinosinusitis) zu den zehn häufigsten Erkrankungen in Europa. Frauen sind öfter betroffen als Männer, ebenso Raucher. Über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten sprachen wir mit dem Facharzt für HNO, Kopf- und Halschirurgie, Univ. Doz. Dr. Gerhard Oberascher.

Welche Arten der chronischen Nasennebenhöhlenentzündung gibt es und welche Symptome treten auf?

UNIV. DOZ. DR. OBERASCHER: Wir unterscheiden zwischen einer chronischen Rhinosinusitis (CRS) ohne und mit Vorhandensein von Nasenpolypen. Letztes betrifft ca. 20% der Patienten mit CRS. Bei beiden Formen kommt es zu einer permanenten entzündli-

chen Anschwellung der Schleimhaut, primär in den Siebbeinzellen und dann auch in der Kieferhöhle sowie der Stirnhöhle. Man spricht von einer CRS, wenn die Beschwerden länger als zwei bis drei Monate andauern. Lokale Symptome sind: behinderte Nasenatmung, ständig verstopfte Nase und Nasensekretion.

Dieser Schleim kommt aber nicht aus der Nase, sondern fließt nach hinten in den Rachen ab. Häufig besteht auch eitrigem Ausfluss, weite Gesicht- bzw. Kopfschmerzen und Reduktion oder Verlust des Geruchssinns. Neben diesen lokalen Symptomen gibt es auch Fern- bzw. Allgemeinsymptome wie Irritation des Rachens mit morgendlichem Räusperzwang, Globusgefühl (Frosch im Hals), Heiserkeit mit Stimmchwäche und Husten sowie Bronchitis. Allgemeinsymptome sind Benommenheit, Krankheitsgefühl, leichtes Fieber und gelegentlich Schlafstörungen.

Die CRS ist hochsignifikant mit Asthma bronchiale, gastroösophagealem Reflux und depressiver Verstimmung assoziiert. Die Einschränkung der Lebensqualität ist überraschend hoch und entspricht der eines mittelschweren Asthmas.

Worin liegen die Ursachen?

UNIV. DOZ. DR. OBERASCHER: Gerade in der heutigen Zeit spielen Bakterien, wie z.B. der Staphylococcus aureus, eine bedeutende Rolle. Aber auch anatomische Faktoren wie Engstellen der Nasennebenhöhlen, eine verkrümmte Nasenscheidewand und

vergrößerte Nasenmuscheln. Zusätzliche Auslöser sind Pilzsporen, Allergien, eine zunehmende Umweltverschmutzung und ungesunde Ernährung.

Wie sind heute die modernen diagnostischen Möglichkeiten?

UNIV. DOZ. DR. OBERASCHER: Diese reichen von der umfassenden Erhebung einer Anamnese, Abtasten der betroffenen Stellen, wie Kieferhöhle, Siebbeinzellen und Stirnhöhle. Bei Verdacht auf eine vorliegende Allergie wird ein Allergietest durchgeführt. Außerdem ist eine Nasendoskopie, welche ohne Schmerzen in der Ordination durchgeführt werden kann, mittlerweile längst State of the art.

Bei Vorliegen von eitrigem Sekret muss unbedingt ein Abstrich mit Keimbestimmung erfolgen. Eine Computertomographie der Nasennebenhöhlen ist das bildgebende Verfahren der Wahl, da mit dieser Methode eine optimale Darstellung von Luft, Knochen und Entzündungsherden möglich ist. In speziellen Fällen, insbesondere bei Kindern, ist eine Kernspintomographie vorzuziehen, da diese Methode keine Strahlenbelastung aufweist.

Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

UNIV. DOZ. DR. OBERASCHER: Primär kommen konservative Therapiemethoden zum Einsatz, wie tägliche Spülungen mit Solelösungen und leicht cortisonhaltige Nasensprays. Diese wirken jedoch nur an der Schleimhaut und haben keine Nebenwirkungen auf den gesamten Körper. Bei immer wieder auftretendem, eitrigem Nasenausfluss sind Antibiotika unerlässlich. Zusätzlich sehr wichtig sind pflanzliche Mittel, aber auch die Komple-

UNIV. DR. GERHARD OBERASCHER



Univ. Doz. Dr. Gerhard Oberascher leitet das Chirurgische Kompetenz-Zentrum für HNO, Kopf- und Halschirurgie an der Privatklinik Wehrle-Diakonissen. Während seiner jahrzehntelangen chirurgischen Tätigkeit führte er persönlich über 15.000 Operationen durch.

NASE

mentärmedizin, wie Akupunktur, die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und die Homöopathie. Bei Vorliegen einer Allergie sollte natürlich auch diese therapiert werden. Nützen all diese Maßnahmen jedoch nicht und insbesondere bei ständig größer werdenden Nasenpolypen, ist eine endoskopische, minimal invasive Operation (FESS) in Narkose sinnvoll. Dabei werden über die Nasenöffnungen die Engstellen der Nasennebenhöhlen erweitert und die chronischen Entzündungsherde entfernt. In vielen Fällen führt man zusätzlich eine Begradigung der Nasenscheidewand und Verkleinerung der Nasenmuscheln durch. Mit dieser Operation ist in einem sehr hohen Prozentsatz eine deutliche Verbesserung der lokalen Beschwerden und auch der Lebensqualität zu erzielen.



➤ AMBULANZ FÜR FUNKTIONELLE & ÄSTHETISCHE NASENCHIRURGIE

Chirurgisches Kompetenzzentrum für HNO-, Kopf- und Halschirurgie an der Privatklinik Wehrle-Diakonissen.
Leitung: Univ. Doz. Dr. Gerhard Oberascher
Standort Aigen,
Guggenbichlerstr. 20, 5026 Salzburg

Ordination nach Vereinbarung
Tel.: 0662/6385-270
Fax: 0662/6385-275
www.hno-oberascher.at
www.pkwd.at/hno

BUCHTIPPS #rhinosinusitis



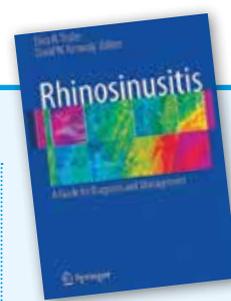
KLAUS MEES: DIE UNSPEZIFISCHE RHINOSINUSITIS, SPRINGER VERLAG, 2013, ISBN 3540608532

Schwerpunkt der 1. Sylter Sekretolyse-Gespräche waren die unspezifischen Abwehrmechanismen der sinunasalen Schleimhaut. Vor einem interdisziplinären Forum wurden insbesondere deren komplexe Störungen und die aktuellen therapeutischen Möglichkeiten referiert und diskutiert.



OLAF MICHEL: RHINOSINUSITIS, URBAN UND VOGEL VERLAG, 2009, ISBN 3899352424

Dieses kompakte Buch aus der Basiswissen Praxis-Reihe beantwortet als pragmatischer Leitfaden schnell, präzise und konkret die für diese Erkrankung wichtigen Fragen. Mit praktisch orientierten und auf den Punkt kommenden Antworten fasst es das aktuelle Wissen zusammen.



THALER/KENNEDY (HRSG): RHINOSINUSITIS, SPRINGER VERLAG, BERLIN, 2008, ISBN 0387730613

„Das vorliegende Buch zur Rhinosinusitis wendet sich an den Allgemeinmediziner und den HNO-Arzt. Insgesamt ein sehr lesenswertes Buch, das alle Aspekte der akuten und chronischen Rhinosinusitis auf aktuellem Niveau enthält.“

(R. Weber, in: HNO kompakt, 2009,

DR. JÖRG DABERNIG IM PULS-INTERVIEW

NASENKORREKTUR

Unter den zahlreichen Schönheitsoperationen, die jedes Jahr in Österreich durchgeführt werden, gehören Nasenkorrekturen zu den beliebtesten Eingriffen überhaupt. Gleichzeitig stellt die ästhetische Nasenchirurgie innerhalb der Plastischen Chirurgie eines der anspruchsvollsten Fachgebiete dar. Der Salzburger Spezialist Dr. Jörg Dabernig, Facharzt für Ästhetische und Plastische Chirurgie, erklärt im PULS-Interview wichtige Punkte, die vor und nach einem Eingriff zu beachten sind:

In Österreich zählt die Nasenkorrektur zu den beliebtesten Schönheitsoperationen. Welches Mindestalter müssen die Patienten bei der Durchführung besitzen?

DR. DABERNIG: Für die Nasenkorrektur, auch Rhinoplastik genannt, muss der Gesichtsschädel ausgewachsen sein. Dies ist frühestens ab dem 16. Lebensjahr der Fall. Zudem ist in diesem jungen Alter immer eine medizinische Indikation erforderlich. Dies können beispielsweise Atemprobleme durch funktionell bedingte Schwierigkeiten sein.

Die Form der Nase wirkt sich immer auch auf ihre Funktion aus. Geruchssinn und Atemfluss sind unmittelbar mit der Form des Riechorgans verbunden. Neben der reinen Ästhetik sind daher immer auch die funktionellen Belange zu bedenken. Eine rein ästhetisch begründete Nasenkorrektur kommt erst mit Erreichen der Volljährigkeit in Betracht.

Welche medizinischen Voruntersuchungen sind erforderlich?

DR. DABERNIG: Grundvoraussetzung für jede Nasen-OP ist zunächst das Beratungsgespräch, bei dem die Anamnese des Patienten erhoben

wird. Traten in der Krankengeschichte Verletzungen im Bereich der Nase auf? Wurde die Nase bereits operiert? Bestehen Allergien, Heuschnupfenprobleme oder chronische Reizungen der Nasenschleimhaut? All diese Fragen werden im Vorfeld geklärt und untersucht.



Kommt jeder Patient mit seiner Traum-Nase aus dem OP?

DR. DABERNIG: Selbstverständlich sind die Wünsche des Patienten für den Nasen-Spezialisten relevant. Nicht immer aber sind die Vorstellungen des Patienten auch passend oder realistisch. Ziel einer jeden ästhetischen Nasenkorrektur sollte immer ein harmonisches Gesamtbild sein. Die Nase muss ins Gesicht passen. Weder soll sie durch Größe hervorstechen, noch durch übertriebene Zierlichkeit die Blicke auf sich ziehen. Balance ist hier das Zauber-

DR. JÖRG
DABERNIG



Facharzt für Plastische und Ästhetische Chirurgie in Salzburg. Mehrjährige internationale Zusatzausbildungen, Absolvent des „Mentor International Aesthetic Fellowship“ als erster deutschsprachiger Plastischer Chirurg.

wort. Und nicht jede Unregelmäßigkeit erfordert eine weitere operative Korrektur!

Kann eine Nase mehrfach korrigiert werden? Gibt es dabei Risiken?

DR. DABERNIG: Jede Operation geht zwangsläufig mit der Bildung von Narbengewebe einher. Eine Nasen-OP macht da keine Ausnahme. Und natürlich wird dadurch jeder weitere Eingriff im betreffenden Operationsfeld erschwert. Mittlerweile gibt es jedoch verschiedene Ärzte, die sich genau auf diese Thematik spezialisiert haben.

Trotzdem gilt: Die Nase muss ins Gesicht passen. Weder soll sie durch Größe hervorstechen, noch durch übertriebene Zierlichkeit die Blicke auf sich ziehen. Balance ist hier das Zauberwort. Und nicht jede Unregelmäßigkeit erfordert eine weitere operative Korrektur!

Wann dürfen Nasenkorrekturen nicht durchgeführt werden?

DR. DABERNIG: Nasenkorrekturen werden nicht durchgeführt bei akuten Infektionen und Erkrankungen der inneren Nase, bei schweren Systemerkrankungen, wie beispielsweise chronischer Polyarthrit, bei nicht ausgereiftem Gesichtsschädel vor dem 16. Lebensjahr und während der Schwangerschaft.

Unrealistische Erwartungen des Patienten gilt es im Vorfeld zu klären. Daneben stellen nicht behandelbare Blutgerinnungsstörungen und eine Neigung zu überschießender Narbenbildung weitere Ausschlussgründe dar.

SCHMERZEN IN DEN HÄNDEN

HABE ICH RHEUMA?

Dr. Roman Strassl

Im Volksmund spricht man gerne bei allen Beschwerden des Bewegungsapparates von „Rheuma“. Bereits mehr als 50 Prozent der über 60-Jährigen sind von orthopädischen Problemen der Hand betroffen, Frauen bei weitem häufiger als Männer.

ARTHROSE ODER RHEUMA?

Als Arthrose bezeichnet man die abnutzungsbedingte Schädigung des glatten Gelenkknorpels, die zu Schmerzen, zunehmender Bewegungseinschränkung, Kraftverlust und Entzündung führen kann. Tätigkeiten des täglichen Lebens, wie das Öffnen eines Drehverschlusses

sogenannten „Rheumatischen Formenkreises“. Dabei sind oft auch Muskeln, Sehnen oder innere Organe mitbetroffen.

WIE STELLE ICH FEST, OB ICH RHEUMA HABE?

Bei einer Schwellung, bei Schmerzen oder Bewegungseinschränkungen an Hand- oder Fingergelenken, ist es ratsam, den Facharzt für Orthopädie aufzusuchen. Eine genaue Anamnese der Beschwerden, die eingehende Untersuchung des gesamten Bewegungsapparates sowie weiterführende Abklärungsmöglichkeiten mit Röntgen, Ultraschall sowie eventuell MRT können den

oder therapeutischer Ultraschall sowie orthopädische Hilfsmittel wie Schienen und Bandagen sinnvoll. Die medikamentöse Therapie ist allerdings unterschiedlich. Bei Arthrose wirken entzündungshemmend-abschwellende Medikamente. Sogenannte Knorpelpräparate können als Nahrungsergänzungsmittel eingenommen werden oder als Knorpelaufbau-Spritzen direkt ins Gelenk injiziert werden. Bei einer echten rheumatischen Erkrankung braucht man eine wahrscheinlich lebenslange Behandlung mit speziellen Rheuma-Medikamenten. Dem erfahrenen Rheumatologen stehen heute moderne Medikamente zur Verfügung, die den chronischen Krankheitsverlauf positiv beeinflussen und somit die Gelenkerstörung bremsen oder vielleicht sogar verhindern können. Diese sogenannten Biologika greifen in die Entzündungskaskade auf Rezeptorebene ein und können so den Prozess stoppen.

WER BRAUCHT EINE OPERATION?

Die Entscheidung zur Operation muss immer individuell getroffen werden. Bei arthrosebedingten Beschwerden der Hände stehen uns heute moderne Operationsverfahren zur Verfügung, mit denen Schmerzfreiheit sowie Rückgewinn der Kraft und Beweglichkeit erreichbar sind. Bei rheumatischen Krankheitsbildern ist die Operationsnotwendigkeit durch die neuen, guten Rheumamedikamente viel seltener geworden. Dennoch ist es in manchen Fällen sinnvoll, die fortschreitende Gelenkerstörung operativ zu behandeln oder sogar vorzubeugen.

einer Flasche, das Aufheben kleiner Gegenstände wie Büroklammern oder Kleidungsknöpfe zuzuknöpfen werden zunehmend mühsamer oder schmerzhaft. Die rheumatoide Arthritis dagegen ist eine chronisch entzündliche Gelenkerkrankung, die wie ein Autoimmunprozess das eigene Gelenk in all seinen Strukturen zerstört. Morgensteifigkeit, symmetrischer Gelenksbefall, häufig der kleinen Gelenke, Müdigkeit oder Abgeschlagenheit sind die wichtigsten Symptome rheumatischer Erkrankungen. Es gibt viele verschiedene Krankheitsbilder des

Verdacht einer rheumatischen Erkrankung erhärten. Durch die enge Zusammenarbeit mit den internistischen Rheumatologen werden dann noch spezielle Laborwerte (Entzündungswerte, Rheumafaktoren) erhoben und gegebenenfalls eine Therapie eingeleitet.

WIE BEHANDELT MAN ARTHROSE, WIE RHEUMA?

Manche konservative, also nicht-operative Behandlungsmethoden werden bei beiden Gruppen angewandt. Zum Beispiel sind Physiotherapie, Wärmebehandlungen, Strom



DR. ROMAN STRASSL



Facharzt für Orthopädie im ORTHOFOCUS KOMPETENZTEAM in der Privatklinik Wehrle-Diakonissen Salzburg. Strassl ist u.a. Spezialist für Handgelenkschirurgie und Rheuma.

Eine einzigartige Massagetechnik unterstützt Frauen bei Kinderwunsch, Menstruationsstörungen und auch bei starken Schmerzen.

GANZHEITLICHE FRAUENHEIL-MASSAGE

Der weibliche Körper stellt sich in jeder Lebensphase mit Organismus, Hormonhaushalt und Stoffwechsel auf die neuen Gegebenheiten ein und braucht dabei oftmals Hilfe. Hier hilft die ganzheitliche Frauenmassage. Sie kann alleine oder begleitend zu einem schulmedizinischen Behandlungsschema angewendet werden. Auch Gynäkologen und Ärzte wissen um die positive Wirkung dieser ganzheitlichen und sanften Massagetechnik. „Mit dieser Behandlungstechnik werden die wichtigsten hormonbildenden Zonen angeregt und der Hormonhaushalt reguliert“, erklärt Physiotherapeutin und Frauenheilmassage-Expertin Verena Riedl. In Folge dessen können sich die Hormone gut entfalten und ihre Arbeit tun, da dann der Körper frei von Giftstoffen ist.

BEI MENSTRUATIONS- UND WECHSELBESCHWERDEN

Geeignet ist die Behandlung unter anderem für junge Mädchen, bei denen der Menstruationszyklus begonnen hat und auch für Frauen mit Menstruationsstörungen. „Auch bei Inkontinenz und Blasenproblemen kann die Behandlung hervorragend wirken“, weiß Physiotherapeutin Riedl aus Wals. Und in den Wechseljahren spielt die Massage eine große

Rolle im Bereich der Nierenbehandlung. Unterstützt wird die Methode durch Elemente der Naturheilkunde, wie Tees, Tinkturen und Salben, die empfohlen werden.

KINDERWUNSCH UND SCHWANGERSCHAFT

Besonders im Bereich der Kinderwunschbehandlung ist die Frauenheilmassage eine hervorragende Stimulation. „Die Schwangerschaft kann mit der ganzheitlichen Frauenmassage daher sehr gut begleitet werden“, so Riedl weiter.

OSTEOPATHIE UND REFLEXZONEN

Die Frauenheilmassage ist eine sehr sanfte, ganzheitliche Behandlungstechnik, die auf Lymphaktivierung zur Entgiftung, Reflexzonen und Reflexpunktbehandlung, segmentales Arbeiten sowie osteopathieähnlichen Techniken basiert. Die Methode stammt von Josef B. Stephenson (1874-1956) und wurde von Andrea Eberhardt weiterentwickelt.



ANZEIGE



Frauenarzt Dr. Koch

Facharzt für Frauenheilkunde & Geburtshilfe
Wahlarzt aller Kassen

Gesundheit durch Vorsorge schafft Lebensqualität

Das neue Ärztezentrum in Wals Himmelreich bietet mit modernster Ausstattung und optimaler Organisation allen Patientinnen ein perfektes Umfeld für den Besuch beim Frauenarzt. Unser Behandlungsangebot umfasst das gesamte Spektrum der Frauenheilkunde und Geburtshilfe. Durch regelmäßige Fortbildungen, Kongresse und jahrelange Erfahrung bei Behandlungen von Patientinnen etablieren wir laufend neu empfohlene Behandlungskonzepte. Aktuell bieten wir die neue Laserbehandlung bei beginnender Belastungsincontinenz, vaginaler Atrophie und vaginaler Straffung an. Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Homepage oder kontaktieren uns direkt.

MEDIZINISCHE VERSORGUNG DER KURZEN WEGE

ÄRZTE- & GESUNDHEITZENTRUM WALS

In verkehrsgünstiger Toplage, unmittelbar an der Innsbrucker Bundesstraße bietet das neue Ärzte- und Gesundheitszentrum Wals zahlreiche medizinische und Gesundheitsdienstleistungen unter einem Dach an. Verschiedene Fachärzte sorgen für geballte Gesundheitskompetenz.

Ebenso finden Patienten und Kunden mit Verena Riedl eine exzellente Physiotherapeutin und mit Bernhard Auner einen Top-Optiker, der für einen klaren Durchblick in allen Lebenslagen sorgt. „Wir freuen uns nun auch unsere Kunden in Wals und im westlichen Stadtbereich zu erreichen. „Die gute Zusammenarbeit mit dem neuen Ärztezentrum Wals/Himmelreich gibt mir die Möglichkeit, meine Behandlungen und Therapien optimal durchzuführen. Mit modernster Ausstattung und der Top-Organisation im Haus bieten



Im neuen Ärzte- und Gesundheitszentrum am Steinlandweg 6 in Wals finden Patienten zahlreiche Gesundheitsdienstleister und Ärzte unter einem Dach. Errichtet wurde es von Viktoria Bau in ökonomischer Bauweise.

Foto: AS-MEDIA

wir unseren Patientinnen ein perfektes Umfeld für den Besuch beim Frauenarzt“, lobt auch Horst Koch, Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, den neuen Standort. Fachärzte aus den Disziplinen Der-

matologie, Zahnheilkunde, Frauenheilkunde und Optometrie knüpfen im neuen Zentrum ein patientenorientiertes Netzwerk, um kurze Wege und schnelle Termine zu gewährleisten.

ANZEIGE



Physiotherapie



Frauenheilmassage



Yoga & Pilates



Personal Training



Dipl. Physiotherapeutin

Verena Riedl

Steinlandweg 6, 5071 Wals

Tel: +43 (0) 662 27 64 93

www.physiotherapie-wals.at

Öffnungszeiten:

Montag 8:00 – 18:00 Uhr,

Dienstag bis Freitag. 8:00 – 14:30 Uhr



FRAUENHEIL-MASSAGE
PHYSIOTHERAPIE
TRAINING

VERNETZUNG, AUTOMATISIERUNG, ÜBERWACHUNG –

GESUNDHEIT

Im Jahr 2040 werden wir in einer Gesundheitsgesellschaft leben. Heute noch tödlich verlaufende Krankheiten werden in den nächsten Jahrzehnten vielleicht nicht ganz verschwunden, aber jedenfalls beherrschbar sein. In der Medizin sind in den kommenden Jahren weitere spektakuläre Erfolge bei Vorsorge, Früherkennung, konservativer und operativer Therapie zu erwarten.

Die Einstellung und die Verantwortung vieler Menschen für ihre Gesundheit ändert sich jetzt schon radikal. Man schaut auf seinen Körper und man tut viel dafür, gesund zu bleiben. So das Ergebnis einer neuen Studie des deutschen Zukunftsinstituts Frankfurt, das die Zukunftsforschung in Europa maßgeblich prägt.

Derzeit freilich leben viele Menschen noch ganz anders – nämlich ungesund. Man hat das Thema Gesundheit in das System aus Ärzten, Krankenkassen und Spitälern delegiert. Immer noch lebt ein zu großer Teil der österreichischen Bevölkerung wenig gesundheitsbewusst. Wenn dann Probleme auftauchen, muss der Doktor kommen. Man hat schließlich mit seinen Beiträgen dafür bezahlt.

Neueste Statistiken bestätigen einen relativ ungesunden Lebensstil: Österreich liegt sowohl beim Rauchen als auch beim Alkoholkonsum weltweit im Spitzenfeld, etwa 3,4 Millionen Österreicherinnen (26 % aller Frauen) und Österreicher (39 % aller Männer) sind übergewichtig¹. Wird sich das bald ändern, wird ein neues eigenverantwortliches Gesundheitsbewusstsein auch jene gesünder machen und länger leben lassen,

Neueste Statistiken bestätigen: Österreich liegt sowohl beim Rauchen als auch beim Alkoholkonsum weltweit im Spitzenfeld.

die damit derzeit noch nicht so viel am Hut haben? Die Studienautoren des Zukunftsinstitutes Frankfurt sind überzeugt davon. Denn neben der öffentlichen Gesundheitsversorgung, die im Krankheitsfall mit immer besseren und auch immer teureren Therapien einspringt, ist jetzt schon um den Bereich Ernährung, Körper, Sport und Lebensqualität ein neues Bewusstsein und ein neuer Gesundheitsmarkt entstanden, der rasant wächst. Getrieben durch den Wunsch, möglichst lange im beruflichen Wettbewerb und im Alter leistungsfähig, gesund und fit zu bleiben, achten immer mehr auf gesunde Ernährung, geben das Rauchen auf, und es greifen immer mehr Menschen zu Vitaminpräparaten und allerlei Nahrungsergänzungen. Immer mehr machen Sport, gehen ins Fitness-Studio, optimieren auch im ästhetischen Sinn ihren Körper, um im Gender-Wettbewerb möglichst lange mitspielen zu können: Körperbewusstsein und aktive Gesundheitsvorsorge – das ist zum sinnstiftenden neuen Lifestyle geworden. Beschleunigt wird der Wandel, so die Studie, durch eine zunehmende Liberalisierung und Ökonomisierung des Sektors, durch neue wis-



Durch Forschung kann die medizinische Versorgung der Bevölkerung auf dem

2040



neuesten Stand der Wissenschaft angeboten werden.

Foto: 123rf.com

senschaftliche Erkenntnisse – aber durch eine neue Gesundheitskultur. Wir erleben den Beginn einer Ära der Selbstverantwortung in vielen Bereichen. Und welcher Bereich liegt näher als der eigene Körper? Es gehört zum neuen Lebensgefühl, seinen Körper, seine Fitness nach eigenen Wünschen und Bedürfnissen aktiv zu gestalten – und damit weiterhin steigende Nachfrage nach Gesundheits-, Sport-, Wellness- und Lifestyle-Produkten zu generieren. Was – nebenbei bemerkt – durchaus auch langfristig orientierte Anleger interessieren könnte: in diesem Sektor ist über Jahre und Jahrzehnte stabiles Wachstum und Ertrag zu erwarten, wie einer neuen Raiffeisen-Trend-Analyse für Aktien- und Fondssparer zu entnehmen ist.

DIE TOTALE LIFESTYLE-ÜBERWACHUNG

Die weitere Ökonomisierung des Gesundheitssektors, auch der Krankenkassen, wird den Trend zu mehr Eigenverantwortung des Einzelnen weiter verstärken. Dabei kommt den Versicherern die zunehmende Überwachbarkeit dank Digitalisierung und neuer, sozialer Medien entgegen. Schon jetzt wird diskutiert, die Krankenkassen-Beiträge vor allem bei den privaten Zusatzversicherern für jene zu senken, die das Rauchen aufgeben, wenig Alkohol konsumieren und sich durch Bewegung fit halten. Dies alles weitgehend lückenlos zu überwachen, stellt technisch schon heute kein gravierendes Problem mehr dar.

Wie es mit der Apparatedizin in den nächsten Jahren weitergehen wird, hat kürzlich die erste roboter-gestützte Prostata-Operation in den Salzburger Landeskliniken gezeigt. Kein Chirurg kann das Skalpell mit einer so ruhigen und präzisen Hand einsetzen, wie es die Maschine vermag. Für die Patienten

bedeutet dies noch schonendere Eingriffe, weniger Blutverlust, weniger Schmerzen und kürzere Verweildauer in der Klinik.

ESSEN ALS WELTANSCHAUUNG UND IDENTITÄT

Der Trend, dass sich immer mehr Menschen auf bestimmte Ernährungsstile festlegen, wie Vegetarismus oder vegane Ernährung, und sich damit identifizieren, so meinen Experten des Schweizer Ernährungsriesen Nestlé in einer jüngst erschienenen Studie, wird sich verstärken. Was vorher dem Autofan der PS-starke Sportwagen war, ist für viele heute schon die detaillierte Kenntnis der Vita des Rindersteaks. Ein Ernährungsverhalten, das als identitätsstiftend gegenüber der sozialen Umwelt eingesetzt wird und bei dem die Erhaltung der Gesundheit, der Schönheit und Fitness im Mittelpunkt steht. Selbstoptimierung mit dem Ziel, ein möglichst langes, gesundes, aktives und beschwerdefreies Leben bis jenseits der 100-Jahr-Marke genießen zu können. Wer möglichst früh damit beginnt, auf sich, seinen Körper, seine Ernährung und auf ein möglichst konfliktarmes berufliches und familiäres Leben zu schauen, hat im Jahr 2040 angesichts der enormen Fortschritte in der Medizin gute Chancen, den Hunderter bei guter Gesundheit und in geistiger Frische feiern zu können.

Zudem gehen Experten davon aus, dass das menschliche Gen schon im Jahr 2030 komplett entschlüsselt sein wird. Dann kann jeder erfahren, wie hoch das persönliche Risiko für Erkrankungen ist. Die Folgen: personalisierte Produkte und individuelle Services, gefördert durch weitere technische Vernetzung. Gesundheitsarmbänder und Ernährungs-Apps, Rezeptvorschläge und Tipps werden zum Alltag gehören.

Im Fokus steht dabei das Vermeiden von Krankheiten, die angesichts der erbten genetischen Situation durch eine ganz auf das Individuum zugeschnittene personalisierte Therapie den heute oft noch tödlich verlaufenden Leiden wie Krebs oder Alzheimer ihren Schrecken nimmt. Leistungsfähig durch Ernährung Selbstoptimierung ist ein Schlagwort, das ebenfalls unsere Zukunft prägen wird. Künftig wird es nicht nur personalisierte Medikamente geben, sondern auch eine große Auswahl an personalisierten Lebensmitteln: Produkte, deren Zielsetzung die individuelle Leistungssteigerung ist und die damit verbundene gesundheitliche Wirkung, die besonders für problembewusste Ältere interessant ist. Wie gesagt: das Ziel im Jahr 2040 wird der Hunderter sein – fit, genussfähig und gesund in jeder Hinsicht.

NEUE GESUNDHEITSSERVICES

Immer mehr neue Akteure drängen mit gesundheitsorientierten Angeboten in den Aufbruchmarkt Gesundheit: von Franchise-Poli-

kliniken in Supermärkten und Express-Praxen in Einkaufszentren über Patientenhotels und Spezialresorts, in denen unter Urlaubsbedingungen Operationen und Therapien durchgeführt werden, dermatologischen Kliniken, die sich mit medizinischer Kosmetik und Anti-Aging befassen, bis hin zu Medical Wellness – Urlaube mit präventivregenerativem Charakter und gesundheitswissenschaftlichen Maßnahmen zur Verbesserung von Lebensqualität und Gesundheitsempfinden werden immer beliebter.

IHEALTH: INDIVIDUALISIERUNG DER MEDIZIN

Im Jahr 2040 werden wir in der Ära einer personalisierten Medizin angekommen sein. In den nächsten Jahrzehnten werden Pharmaunternehmen und Wissenschaft ihre Anstrengungen und Investitionen auf diesem Gebiet massiv ausbauen. Immer mehr Medikamente und Therapieverfahren kommen beispielsweise nur noch nach vorherigen Gentests zum Einsatz, um individuelle Komplikationen oder teure,

aber im konkreten Einzelfall möglicherweise wirkungslose Medikation zu vermeiden. Individualisierung der Medizin und patientenindividuelle Medikation sind eines der wichtigsten Innovationsfelder der Gesundheitsversorgung von morgen. Die Fortschritte auf diesem Gebiet werden dazu beitragen, bessere Behandlungserfolge zu erzielen und zugleich Kosten zu reduzieren.

DIGITALISIERUNG DER GESUNDHEITSVERSORGUNG

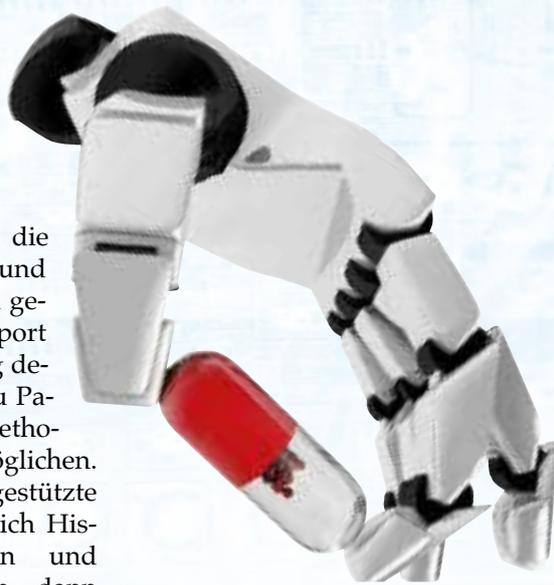
Auch die Digitalisierung der medizinischen Versorgung wird eine neue Ära im Gesundheitswesen von morgen einläuten. E-Health ermöglicht eine bessere Interaktion zwischen Patient und Dienstleistern, schnelle und sichere Verarbeitung komplexer Datenmengen. 2040 wird der Patient vollständig im Zentrum einer umfassenden Vernetzung stehen. Virtuelle Patientenakten und Health-Monitoring durch Cloud Computing waren erst der Anfang. Bereits im Jahr 2025 werden selbst hochgradig differenzierte Expertensysteme ans Krankenhaus-Infirma-



tionsystem gekoppelt sein, die Ärzten proaktiv Hinweise und automatisch Hilfestellungen geben. Diese Specialists Support Systems werden einen völlig dezentralen Zugang sowohl zu Patientendaten als auch zu methodischem Fachwissen ermöglichen. Ferngesteuerte, robotergestützte Operationen werden alltäglich Histologische Untersuchungen und Diagnoseerstellung werden dann beispielsweise zum Teil an anderen Standorten durchgeführt, ohne dass es einen Qualitätsverlust bedeutet oder auf Kosten der Patienten geht.

HOCHGRADIG VERNETZT, AKTIV UND GESUND

Mit dem Projekt SmartSenior soll die Lebensqualität Älterer verbessert werden. Siemens entwickelt dazu unter anderem eine Armbanduhr, die alle Bewegungen und Vitaldaten ihrer Träger misst und diese Informationen an das jeweilige Gesundheitszentrum, in dem der Patient betreut wird, weitergibt. Die intelligente Uhr kommuniziert per WLAN mit dem Heimnetz des Patienten und ist mit



zwei unauffälligen seitlichen Notruftknöpfen ausgestattet. Weitere Funktionen sind integrierbar, etwa die Einbindung des Terminkalenders für Arzttermine oder zur Erinnerung, Medikamente einzunehmen.

In dem Maße, wie Computer und Internet aus dem Alltag der Menschen nicht mehr wegzudenken sind, steigt ihre Relevanz als Informationsmedium, als Vertriebskanal und für die Versorgung von Patienten in ihrem persönlichen Umfeld. Medizinischen Rat holt man sich in Zukunft mehrheitlich im World Wide Web. Und auch für die Basisversorgung in weniger schweren Fällen wird

das Netz immer wichtiger: In Online-Arztpraxen wie DrEd.com werden künftig auch Darmstädter Ärzte rund um die Uhr Diagnosen übers Internet stellen.

E-Health-Anwendungen werden bis zum Jahr 2040 massiv in private Haushalte Einzug halten. Das ermöglicht eine weitreichende ärztliche Versorgung in den eigenen vier Wänden: Bei kritischen Blutwerten können Mediziner eingreifen, ohne dass der Patient erst zum Arzt kommen muss; bei einem Sturz schlagen Gehhilfen automatisch Alarm. Intelligente, mitdenkende Systeme werden den Arzt nicht ersetzen. Sie werden aber seine Arbeit massiv entlasten und unterstützen. Die Virtualisierung und dezentrale Versorgung bietet viele Vorteile für die Gesundheitsversorgung der Zukunft: von Kostenersparnis über Synergien bis hin zu Kompetenzgewinnen. Vor allem aber bleibt mehr Zeit für eine neues, intensiveres Arzt-Patienten-Verhältnis.

¹⁾ Quellen: BM für Gesundheit, Statistik Austria.

STANDORT ÖSTERREICH

Ob Arbeitsplätze, Wertschöpfung oder Standortausbau – die pharmazeutischen Unternehmen stärken in vielfacher Hinsicht Österreichs Wirtschaft. Trotz der Stärke Österreichs gibt es Bereiche wie etwa Forschung und Wissenschaft, in denen andere Länder leistungsfähiger sind. „Österreich hat keine bedeutenden Bodenschätze. Womit wir punkten können, ist Know-how. Das gilt es auszubauen und im Land zu halten“, betont Dr. Jan Oliver Huber, Generalsekretär der Pharmig. Auch in Sachen Reform der Sozialversicherung und einer effizienteren Leitung der Finanzierungsströme im heimischen Gesundheitswesen sieht er die Notwendigkeit entscheidender Impulssetzungen.

www.pharmig.at

ÄRZTLICHE WEITERBILDUNG

Das Wissenschaftsministerium hat der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität in Salzburg für die nächsten Jahre jeweils drei Millionen für 25 zusätzliche Studienplätze zugesagt.

In seiner Stellungnahme zu den Privatuniversitäten hatte jüngst der Österreichische Wissenschaftsrat auf das gesetzlich verankerte Finanzierungsverbot des Bundes für den Sektor der Privatuniversitäten hingewiesen. Der Wissenschaftsrat bekräftigt seine Forderung das Privatuniversitäten-Gesetz umfassend zu reformieren, um eine ausgewogene Koordinierung und zukunftsorientierte Ausgestaltung des Hochschulsektors zu ermöglichen.

www.wissenschaftsrat.ac.at

DIE ZUKUNFT DES IMPFENS

Der Österreichische Impftag im Jänner 2018 steht unter dem Motto „Künftige Impfstoffe – Wo geht die Reise hin?“ Dabei geht es zum einen darum, welche verbesserten Impfstoff-Varianten man künftig erwarten darf.

„Zum anderen geht es um die Frage, welche neuen Impfstoffe sich nicht nur gegen Infektionskrankheiten, sondern auch gegen Zivilisationserkrankungen in Entwicklung befinden“, sagt Ursula Wiedermann-Schmidt, wissenschaftliche Leiterin des Österreichischen Impftages. Dazu zählen die ersten erfolgreichen Studienergebnisse bei einer möglichen Impfung gegen Alzheimer.

www.meduniwien.ac.at

SCHON ZU VIEL DES GUTEN?

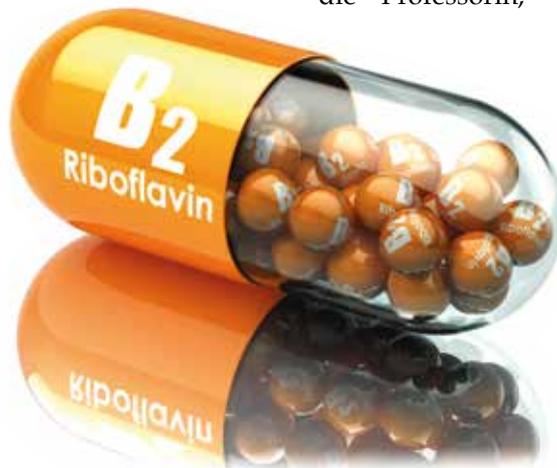
BOOM BEI NAHRUNGSERGÄNZUNGEN

Nahrungsergänzungsmittel werden in Apotheken und Drogeriemärkten in großer Vielfalt und Auswahl angeboten und sind gefragt wie nie zuvor: Präparate gegen Stress, um die Vitalität zu steigern, zum Abnehmen, zum Einschlafen, zum Durchschlafen. Ein rasant wachsender Markt.

Jeden Tag ein Aspirin, ist in Amerika durchwegs schon gängige Einstellung, verbunden mit der Erwartung, dass man damit bestimmten Erkrankungen vorbeugen könne. Zu einem Antibiotikum gleich vorweg ein Probiotikum – ohne abzuwarten, ob man es überhaupt benötigt. „Agiert wird wie in einer Weltkriegsstimmung, es wird nicht mehr gefragt, was brauche ich wirklich“, sieht Werner Salmen, Inhaber der Engel-Apotheke in Salzburg, den Boom an Gesundheits-Pillen durchaus kritisch. Und nennt ein Beispiel: Präparate für Sportler, in denen von den Vitamin-B-Komplexen bis zu Vitamin-C verstärktem Magnesium alles enthalten ist, sind „teilweise zehnfach über dem Tagesbedarf“.

Ein Milliardenmarkt, der mancher Apotheke das Überleben sichert. Auch in einem ARD-Report über den Boom gab es reichlich kritische

Stimmen. So meinte etwa die pharmazeutische Biologin Birgit Dräger, die an der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg zu dem Thema forscht: „Wer sich gesund ernährt, braucht sicherlich keine Nahrungsergänzungen“, so die Professorin,



„doch auf der anderen Seite gibt es eine Reihe von Menschen, die Ergänzungen benötigen, zum Beispiel chronisch Kranke, aber auch Ältere, die nicht mehr alles schlucken und kauen können.“

Die Hersteller, die Apotheken und zunehmend auch Drogerieketten und Internet-Anbieter leben ganz gut vom wachsenden Geschäft mit den Mikronährstoffen. Wie aus dem jährlichen Jahresbericht der Österreichischen Apothekerkammer hervorgeht, beträgt der Umsatzanteil mit nicht verschreibungspflichtigen Medikamenten, Wellness- und Kos-

metik-Produkten, mit Nahrungsergänzungen und Vitaminen bereits rund 30 Prozent.

Die Kapseln werden dem geänderten Ernährungs-Trend folgend übrigens zunehmend aus Zellulose – also vegan – hergestellt. In der Produktkennzeichnung ist das auch ausgewiesen.

Die Verabreichung von Nahrungsergänzern kann allerdings in manchen Fällen hilfreich sein – nicht nur bei chronisch Kranken und Älteren. „Bei Vitamin D3 kann es in den Wintermonaten durch geringe Sonneneinstrahlung zu Mangelerscheinungen kommen“, schlagen Experten teilweise bereits Alarm. Allerdings, so die Experten weiter, sei es zu empfehlen, zunächst den Status erheben zu lassen. Aber auch mit Probiotika, die in verschiedenen Zusammensetzungen als Omnibiotic-Produkte am Markt sind, zur Unterstützung des Darms, der als Zentrale des Wohlbefindens gilt, „kann man sich etwas Gutes tun“, sind sich Experten einig.

Bei gesundheitsbewusster Ernährung müsste der Bedarf an Spurenelementen jedoch weitgehend gedeckt sein. Davon geht auch Apotheker Werner Salmen aus.

In Salzburg sei man zudem in der glücklichen Lage, sehr gutes Leitungswasser zur Verfügung zu haben. „Das Salzburger Wasser ist von hervorragender Qualität. Es kommt vom Untersberger Karst und enthält alle Spurenelemente, die wir brauchen.“ Und dass das Untersberg-Wasser auch dem entspricht, was ernährungsbewusste Konsumenten verstärkt nachfragen – vegan, lactose- und fructosefrei – da könne man ganz beruhigt sein, wie Salmen augenzwinkernd ergänzt.

MAG. PHARM.
WERNER SALMEN

Engel-Apotheke Salzburg



„Der Trend, sich mit allem, was nur irgendwie meiner Gesundheit zuträglich sein könnte, voll-zustopfen, wird auf uns überschwappen!“



GESUNDE ERNÄHRUNG STATT VERDAUUNGSSCHÄDEN

Ob Fast Food oder Vegan – Ernährung soll den Motiven Genuss UND Gesundheit gerecht werden. „Eure Nahrungsmittel sollen Heilmittel – und eure Heilmittel sollen Nahrungsmittel sein“, sagte schon Hippokrates.

Laut internationalen Trendforschern wird Ernährung zur Weltanschauung hochstilisiert. Essen soll gesund sein, Ressourcen schonen und mit den persönlichen Werten übereinstimmen. Glaubt man Prognosen, wird sich bis zum Jahr 2050 die Weltbevölkerung mit den derzeitigen Ressourcen und Möglichkeiten nicht mehr ernähren können. In Zukunft sollen „Nährmittel“ aus dem Labor oder aus dem Drucker kommen. Etwa Ei-Ersatz aus gemahlenden Bohnen oder Linsen. Dagegen könnte man schon heute damit beginnen, mehr natürliches, pflanzliches Eiweiß aus Hülsenfrüchten zu genießen. Auch das Fleischangebot steht vor einer drastischen Wende. Sogenanntes Laborfleisch ist schon seit mehreren Jahren durchaus produktionsreif. Will man das wirklich – oder sind wir lieber heute schon bereit, unseren Fleischkonsum auf ein – für Mensch und Umwelt – gesundes Maß zu reduzieren und den Fleischkonsum auf ein- bis zweimal pro Woche zu beschränken.

WIR ESSEN ZU VIEL

Alles, was wir oben „einfüllen“, muss unten verarbeitet werden. Wir konsumieren zu viel Fleisch, Fett, Zucker (rund 40 kg pro Kopf und Jahr!), Weißmehl, Kuhmilch-Produkte und Zusatzstoffe in Fertigprodukten (Emulgatoren, Konservie-

Wir nehmen im Durchschnitt drei bis fünf Mahlzeiten pro Tag zu uns – somit haben wir im Schnitt 1460 Möglichkeiten im Jahr, Gutes für unser leibliches Wohl zu tun – oder eben nicht. Die Entscheidung, wie wir diese Chancen nutzen, liegt bei uns selbst!

rungsstoffe, Geschmacksverstärker). Die Leber ist bei übermäßigem Genuss mit der Entgiftung im Dauereinsatz. Der Magen-Darm-Trakt ist überfordert. Die Darmflora gerät aus dem Gleichgewicht und unsere Verdauung streikt. Reizdarm, Lebensmittelunverträglichkeiten, Allergien, Hautprobleme, Infektanfälligkeit und andere ungünstige gesundheitliche Schäden nehmen stark zu. In all diesen Fällen kann eine professionelle Ernährungsberatung weiterhelfen. Sich informieren, sich bewusst machen, umdenken sowie entscheiden ist notwendig, um etwas zu verän-

dern. Essen soll den Motiven Genuss UND Gesundheit gerecht werden. Wenn wir es schaffen, 80 Prozent der Chancen gesund zu nutzen, „verdauen“ wir die 20 Prozent „nur-Genuss-Ausreißer“ leichter.

WIE ESSEN WIR?

Der Fast-Food-Trend wird jedoch weiterhin bestehen. Ebenso die leichte Bequemlichkeit, sich Gerichte nach Hause liefern zu lassen. Es werden vermehrt Halbfertigprodukte schnell zubereitet. Gegessen wird während der Autofahrt, mit der Zeitung oder vor dem Fernseher. Wir ernähren uns also zu schnell und unaufmerksam. Gleichzeitig wissen wir aber, dass die Energie der Aufmerksamkeit folgt. Wenn also unser Augenmerk direkt beim Essen ist, dann kauen wir öfter, schmecken intensiver, genießen bewusster, haben Energie für die Verdauung und fühlen uns nach dem Essen satt und kraftvoll. Bewusst und in Ruhe zu essen, fördert Bekömmlichkeit und Gesundheit!

MAG. REGINA
STRASSL

Selbstständige Ernährungs-
wissenschaftlerin und Physio-
energetikerin in Salzburg (Lamprechts-
hausen), gibt Einzelberatungen, hält Vor-
träge und Kochkurse.
Tel: +43 664 4570047





ORTHOFOCUS

KOMPETENZTEAM ORTHOPÄDIE



Dr. Gerd SEITLINGER



Dr. Roman STRASSL



Dr. Rolf Michael KRIFTER



Dr. Eva SCHAFELNER

- Hand-, Hüft-, Knie-, Fuß- und Schulterchirurgie
- Kinder- und Erwachsenenorthopädie
- Traumabehandlung

Unsere Wahlarztordination ermöglicht zeitnahe Termine für individuelle Beratung, Operationen und Therapien.

ORTHOFOCUS

KOMPETENZTEAM ORTHOPÄDIE

Privatklinik Wehrle-Diakonissen
Standort Aigen

Guggenbichlerstraße 20
5026 Salzburg
T +43 660 282 82 42
info@orthofocus.at
www.orthofocus.at

HEUTE OPERIERT, MORGEN AKTIV & MOBIL

RAPID-RECOVERY

Blutsperrung, Drainagen, Kreuzstich und Harnkatheter gehören der Vergangenheit an. „Patienten sind daher noch am Operationstag wieder auf den Beinen und selbstständig mobil. Innerhalb weniger Tage können sie ihren gewohnten Alltagsaktivitäten nachgehen“, erklärt das Orthofocus-Kompetenzteam Orthopädie.

FACHÜBERGREIFENDE ZUSAMMENARBEIT

Das Rapid-Recovery Programm bedeutet rasche Genesung und schnelle Heilung. Es wird für Patienten angewandt, bei denen ein Hüft- oder Kniegelenksersatz durchgeführt werden muss. So haben beispielsweise Arthrose-Patienten, die schon lange unter Schmerzen leiden, häufig Unsicherheiten was Sie bei einem künstlichen Gelenksersatz erwartet. Ein wichtiger Bestandteil ist dabei die enge interdisziplinäre Zusammenarbeit und Kommunikation der

Durch moderne Operationsverfahren ist es heute möglich, einen Gelenksersatz in lokaler Betäubung durchzuführen

einzelnen Fachdisziplinen, um den Patienten schneller wieder zu mehr Lebensqualität verhelfen zu können. Dies beinhaltet ein interaktives Team, bestehend aus Orthopäden, Anästhesisten, Physiotherapeuten und Pflegekräften. Das Programm zielt darauf ab, Traditionen in Krankenhäusern zu hinterfragen und eine bestmögliche Versorgung durch optimierte und standardisierte Behandlungswege zu gestalten.

SANFTE OP – AMBULANTE THERAPIE

„Im Mittelpunkt steht der Patient, der aktiv zu seinem Heilungsprozess beiträgt. Dies beinhaltet eine umfangreiche Vorbereitung des Patienten und Einbindung in den Heilungsprozess“, erklärt das Orthofocus-Kompetenzteam Orthopädie. Die Operation wird mittels

moderner Anästhesie, schonender Operationstechnik und begleitender innovativer Schmerztherapie so

optimiert, dass die Mobilisation bereits am Tag der Operation beginnen kann. Bei der Operation kann durch das gewählte Verfahren auf Drainagen und Katheter verzichtet werden. Die bereits am OP-Tag begonnene Physiotherapie wird durch ein ambulantes Therapiekonzept mit dem Tag der Entlassung fortgesetzt. Diese Therapieoptimierung fördert eine schnelle Heilung und Wiederaufnahme des aktiven Lebens. Aktuelle Studien belegen die überdurchschnittliche Zufriedenheit der im Rahmen des Rapid-Recovery behandelten Patienten.

ORTHOFOCUS – KOMPETENZTEAM ORTHOPÄDIE

Wahlarzt-Ordination in der
Privatklinik Wehrle-Diakonissen
Guggenbichlerstraße 20, 5026 Salzburg
Tel.: + 43 (0) 660 28 28 242
www.orthofocus.at

GEHEN MIT MASS MIT DEN FUSSBETTPROFIS

DER ORTHOPÄDIESCHUHMACHER

Jedes Schuhpaar eines Orthopädienschuhmachers ist ein Einzelstück. Passgenau und individuell auf den Fuß des Trägers angepasst, garantiert er gesundes Gehen und besten Tragekomfort

In der Werkstatt der Orthopädienschuhmacher riecht es nach einer Mischung aus Leder, Klebstoff, Holz und vor allem echter Handwerksarbeit. Maßarbeit als Geschäftsgrundlage sozusagen, so kann man den Beruf des Orthopädienschuhmachers kurz zusammenfassen. In der Werkstatt des Salzburger Orthopädienschuhmachers Richard Diess wird geklopft, gefeilt, geschnitten, gedehnt und gehämert. Jeder Handgriff sitzt. Hier entstehen nicht nur Schuhe, sondern maßgefertigte „Gehwerkzeuge“ für viele Jahre.

SCHUHE, ORTHESEN, EINLAGEN

Die Orthopädienschuhmacher fertigen aber nicht nur orthopädische Schuhe und Sandalen, sondern auch orthopädische Heil- und Hilfsmittel wie etwa Schuheinlagen und Schuhzurichtungen (Abrollwiegen, Pufferabsätze) für Kunden mit Fußbeschwerden. Sie fertigen diese Produkte nach fachärztlicher Verordnung oder eigenen Messungen und Analysen. Durch orthopädische Behelfe werden in Folge Beinlängenunterschiede, Fehlbelastungen,

Lähmungen und Lähmungsfolgen, Versteifungen, Missbildungen, Wachstumsstörungen und fehlende Fußteile (z.B. Zehen) ausgeglichen. „Mit unserem Know-How, arbeiten wir mit zahlreichen Fach- und Hausärzten, Sportwissenschaftlern sowie Sportzentren und Krankenanstalten zusammen. Auch viele Spitzensportler aus dem In- und Ausland vertrauen auf unser Können und machen sich die optimale Anpassung ihrer Schuhe in diversen Sportarten zu Nutze“, sagt Orthopädienschuhmacher Richard Diess. 1998 gründete dieser seine eigene Firma, vorerst in Großarl, später auch mit einer Niederlassung in Salzburg. Als ausgebildeter Schuhmacher und nach Ablegung der Meisterprüfung als Orthopädienschuhmacher ist er seither um das Wohl seiner Kunden auch in Bezug auf „Problemfüße“ spezialisiert.

FUSSANALYSE

Auch Hausbesuche gehören zum Alltag des Orthopädienschuhmachers, weil manche Kunden nur mehr schwer selbst gehen können. „Hier führen wir auch Anproben

durch und nehmen gegebenenfalls Anpassungen und Änderungen vor“, so Diess.

Moderne Möglichkeiten zur Fußanalyse, wie Fußdruckmessung und Erstellung von orthopädischen Fußabdrücken mittels Computer sowie der Einsatz neuer



Orthopädienschuhmacher fertigen orthopädische Schuhe, Innenschuhe und Modelleinlagen an. Foto: AS-MEDIA

Fertigungsverfahren erweitern die Möglichkeiten von therapeutischem Schuhwerk und somit auch die Tätigkeiten der Orthopädienschuhmacher.



ANZEIGE

DIESS
ORTHOPÄDIE 
SCHUHTECHNIK

MASS-SCHUHE
EINLAGEN UND SCHUHZURICHTUNG
ORTHOPÄDISCHE SCHUHE
DIABETISCHE SCHUHVERSORGUNGEN
NEU: FUSSPFLEGE

Abrechnung mit allen Krankenkassen

5020 Salzburg, Berchtesgadner Straße 11
 Tel.: 0662 832131, E-mail: richard@diess-salzburg.at
 Öffnungszeiten: Mo bis Fr 9 bis 12 Uhr, 14 bis 17 Uhr

5611 Grossarl, Marktplatz 14
 Tel.: 06414 297, E-mail: diess@direkt.at
 Öffnungszeiten: Mo bis Fr 8:30 bis 12 Uhr, 14:30 bis 18 Uhr
 Samstag 9 bis 12 Uhr

www.diess-salzburg.at

HUMANE PAPILLOMVIREN (HPV)

GEZIELTE KREBSVORSORGE

Dr. Horst Koch

Im alltäglichen Volksmund wird die Virusgruppe der humanen Papillomviren, von der bereits mehr als 100 verschiedene Typen bekannt sind, mit HPV abgekürzt. Sie infizieren Hautzellen und Schleimhäute und können dort ein unkontrolliertes tumorartiges Wachstum hervorrufen.

Am häufigsten zählt der Gebärmutterhalskrebs der Frau, jedoch auch der Scheiden-, das Penis-Analkarzinom und Tumore der Mundschleimhaut zu den von HPV ausgelösten Krebserkrankungen.

750 Menschen sterben täglich weltweit an Gebärmutterhalskrebs. In Österreich erkrankten im Jahr 2011 407 Frauen an Gebärmutterhalskrebs, der bei allen neu diagnostizierten Krebsfällen weltweit insgesamt neun Prozent ausmacht.

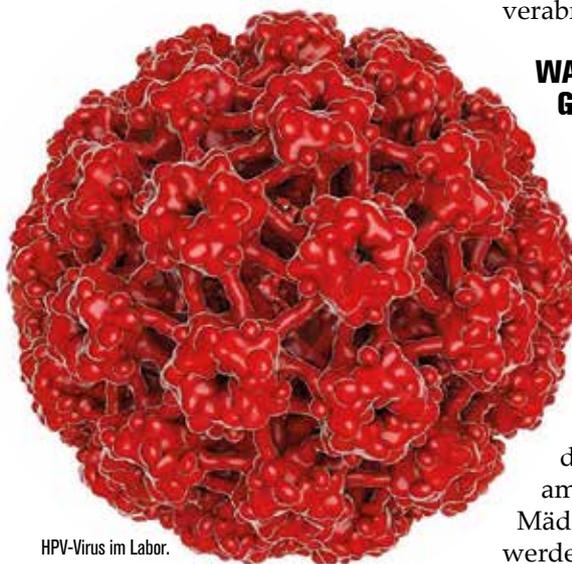
Vor allem in den Entwicklungsländern leiden viele Menschen an diesem langsam wachsenden Krebs in fortgeschrittenen Stadien, der durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen vermieden werden kann.

VORSORGEUNTERSUCHUNG

Durch die jährliche gynäkologische Vorsorgeuntersuchung können Vorstufen von Krebs durch einen Krebsabstrich erkannt und behandelt werden. Durch diese Screening-Programme konnte Gebärmutterhalskrebs innerhalb von 50 Jahren von 3.000 auf ca. 500 Neuerkrankungen im Jahr gesenkt werden. Leider gibt es durch falsches Schamgefühl und teilweise geringe Aufklärung noch immer Frauen, die an dieser Erkrankung versterben. 2011 waren es in Österreich insgesamt 153 Frauen.

IMPfung GEGEN HPV

Nach jahrelanger Forschung und Nachweis der Wirksamkeit in klinischen Studien sowie weltweiten Zulassungsverfahren gibt es einen



HPV-Virus im Labor.

Impfstoff gegen „high risk“ HPV Typen. In Österreich steht seit 2016 ein 9-fach Impfstoff zur Verfügung, der eine Krebsvermeidung zwischen 90 und 95 Prozent bringen soll. Die Studien dafür wurden 2014 in Australien präsentiert.

WER KANN GEIMPFT WERDEN?

Allen in Österreich lebenden Mädchen und Buben wird in der vierten Schulstufe, vollendetes neunten Lebensjahr bis zum vollendeten zwölften Lebensjahr, die HPV-Impfung kostenlos im Rahmen des bestehenden Schulimpfprogramms angeboten. Die Impfungen werden auch in öffentlichen Impfstellen der Bundesländer und/oder von niedergelassenen Impfpärzten kostenlos angeboten. Für Mädchen und Buben ab dem

vollendeten zwölften Lebensjahr bis zum vollendeten 15. Lebensjahr bieten die Bundesländer Nachholimpfungen zum vergünstigten Selbstkostenpreis an. Der Impfstoff wird bis zum vollendeten 15. Lebensjahr in zwei Teilimpfungen im Mindestabstand von sechs Monaten verabreicht.

Danach muss die HPV-Impfung für einen gleichwertigen Schutz dreimal verabreicht werden.

WARUM SOLL SCHON FRÜH GEIMPFT WERDEN?

Der größte Nutzen der Impfung tritt nämlich ein, solange noch kein Kontakt mit dem HPV-Virus stattgefunden hat – also idealerweise bevor der erste sexuelle Kontakt stattgefunden hat. Zudem haben Untersuchungen eindeutig ergeben, dass die Impfantwort bei Kindern in dieser Altersgruppe am besten ist. Es sollten sowohl Mädchen als auch Buben geimpft werden, damit die Infektionskette effektiv durchbrochen wird.

Die Anzahl geschützter Frauen steigt langsam aber stetig, bei den Männern zeigt sich jedoch nach wie vor ein deutlicher Aufholbedarf.

Die österreichische Krebshilfe und die Arbeitsgemeinschaft für gynäkologische Onkologie sowie ich selbst als stellvertretender Vorsitzender des Wissenschaftlichen Ausschusses für Gynäkologische Onkologie unterstützen das Impfprogramm des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen.

DR. HORST KOCH



geboren in St. Michael im Lungau, Medizinstudium an der Karl Franzens Universität in Graz. Seit 2011 Oberarzt an der Universitätsfrauenklinik Salzburg und als Wahlarzt mit Praxis in Wals/Himmelreich tätig.

GEMEINSAM. STÄRKER WERDEN.



**ONKOLOGISCHE
REHABILITATION**

St. Veit im Pongau

Die Onkologische Rehabilitation St. Veit im Pongau ist ein Ort der Erholung nach einer Krebserkrankung. Jeder Patient erhält einen individuellen Therapieplan, beruhend auf seinen Bedürfnissen und bestehend aus den drei Säulen „Körperliche Aktivierung, Entspannung und Lebensstilberatung“. Unser Ziel ist die Steigerung der Lebensqualität unserer Patienten für eine bestmögliche Wiedereingliederung in den beruflichen oder sozialen Alltag.

St. Veiter-Strasse 48
5621 St. Veit im Pongau
+43 6415/ 50 300
info@reha-stveit.at
www.onko-reha-stveit.at



ERÖFFNUNG
FRÜHJAHR 2018



LEUWALDHOF
KINDER JUGEND REHA

Der Leuwaldhof ist die erste Kinder- und Jugendlichenrehabilitation Österreichs mit Familienorientierung. Die Aufenthaltskosten werden von den Krankenkassen übernommen. Neben der medizinischen Rehabilitation von Kindern und Jugendlichen mit onkologischen sowie Stoffwechselerkrankungen steht die psychosoziale Hilfestellung für Familien im Vordergrund.

St. Veiter-Strasse 48a
5621 St. Veit im Pongau
+43 6415/ 50 300
info@leuwaldhof.at
www.leuwaldhof.at

NIERENKRANK – DIE ENTGIFTUNGSZENTRALE

Sie arbeiten rund um die Uhr und filtern täglich 1.800 Liter Blut. Obwohl die Nieren lebenswichtig sind, wissen die meisten Menschen kaum etwas über die etwa zehn Zentimeter kleinen, bohnenförmigen Organe in ihrem Körper.

Zum Themenkreis Nierenerkrankungen, Dialyse und Vorsorge sprach das PULS-Magazin mit OA Dr. Martin Gerke, der als Nierenspezialist an der Privatklinik Wehrle-Diakonissen das Dialysezentrum leitet.

Wie ernst muss man Nierenerkrankungen nehmen?

DR. MARTIN GERKE: In Österreich leiden etwa 400.000 Menschen an einer chronischen Nierenschwäche, der sogenannten Niereninsuffizienz. Die Tendenz ist leider steigend. Die Nierenschwäche geht immer mit einem

hohen Risiko für Herzerkrankungen und Gefäßverkalkungen einher. Wird sie übersehen oder nicht richtig behandelt, kann eine künstliche Blutwäsche mittels Dialyse erforderlich werden. Im schlimmsten Fall kann der Patient aber auch einen tödlichen Herzinfarkt oder Schlaganfall erleiden.

Wie wirkt sich die Nierenschwäche im Körper aus?

DR. MARTIN GERKE: Das Blut wird nicht mehr ausreichend gereinigt, was zur Ansammlung von schädlichen Schlackstoffen führt. Phosphor etwa

stört bereits im Frühstadium einer Nierenschwäche den Knochenstoffwechsel – dem Knochen wird Calcium entzogen, was zu Verkalkungen der Gefäße und Herzklappen führt.

Wie kann man eine Nierenschwäche erkennen?

DR. MARTIN GERKE: Leider wird die schleichende Gefahr von Betroffenen meist erst im Spätstadium wahrgenommen. Symptome sind z.B. Magen-Darmbeschwerden mit Übelkeit, fehlender Appetit, Leistungsschwäche, Müdigkeit, Juckreiz, eine erhöhte Infektanfälligkeit, hoher Blutdruck und Flüssigkeitsansammlung im Gewebe. Wenn diese Symptome auftreten, ist – abhängig von den Laborwerten – meist bereits eine Dialyse erforderlich.

Ist die künstliche Blutwäsche eine Dauerlösung?



IM STREIK

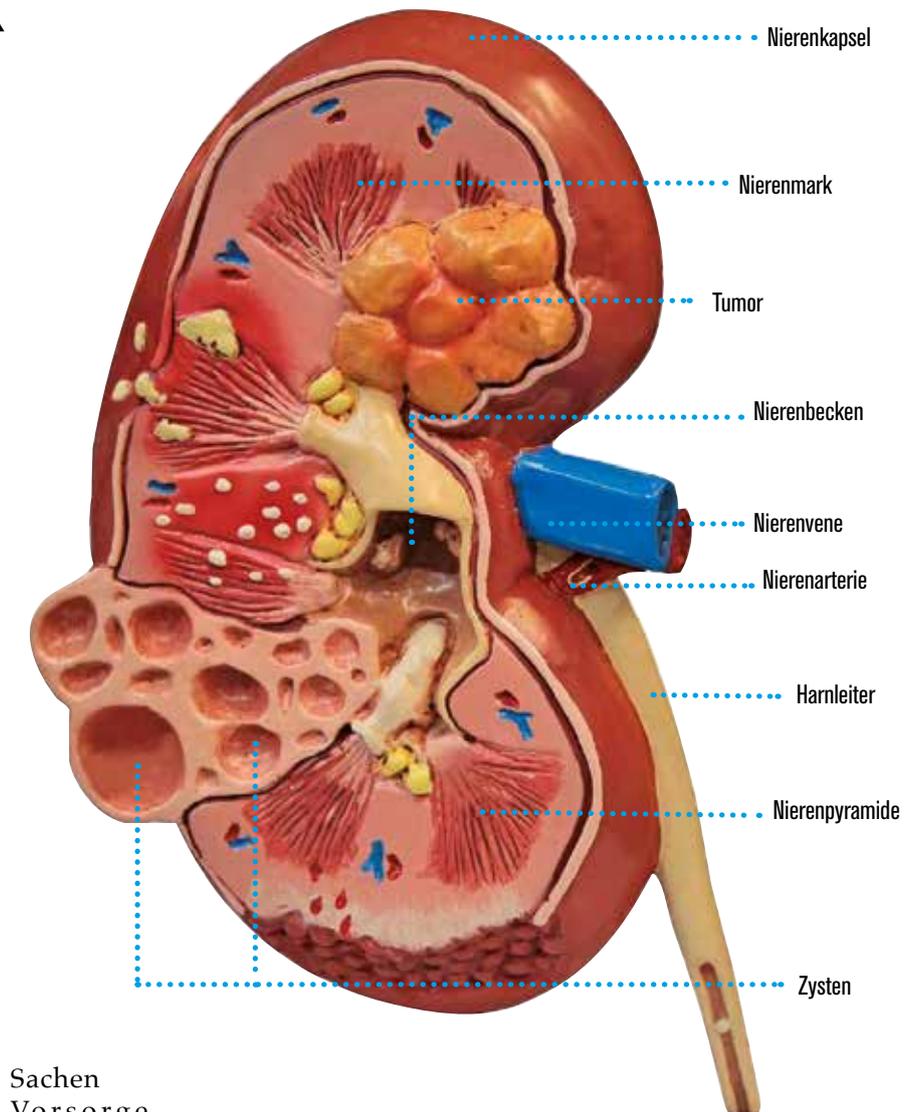
DR. MARTIN GERKE: Nein, leider kann die Dialysemaschine nicht alle Funktionen der Niere übernehmen – sie ist eine rettende Überbrückung bis zur Nierentransplantation. Die Dialysepatienten unserer Klinik kommen ca. dreimal pro Woche für vier Stunden zur Blutwäsche und erhalten dort auch fachliche Beratung und Begleitung. Es gibt eine Vielzahl an Komplikationen, die es zu vermeiden gilt. Die Haupttodesursache des Patienten an der Dialyse ist der plötzliche Herztod durch Herzrhythmusstörungen.

Das heißt, jeder Dialysepatient ist langfristig auf eine Nierentransplantation angewiesen?

DR. MARTIN GERKE: Im Prinzip ja. Nur ist nicht jeder für eine Transplantation geeignet. Außerdem gibt es viel mehr Dialysepatienten auf der Warteliste als Organspender. 2017 gab es in Österreich etwa 4.400 Nierenkranke, die auf die Dialyse und eine Spenderniere angewiesen waren. Es ist mir wichtig, auf das Schicksal der Patienten und auf die Möglichkeit einer Organspende aufmerksam zu machen. Durch die moderne Transplantationsmedizin ist eine Lebendspende heute auch möglich, wenn Spender und Empfänger nicht die gleiche Blutgruppe haben. Für den Spender bleibt der Verlust einer Niere in der Regel ohne gesundheitliche Folgen, wenn er bislang gesund war und regelmäßige Nachsorgeuntersuchungen erfolgen.

Was raten Sie als Nierenexperte in Bezug auf Vorsorge?

DR. MARTIN GERKE: Jeder sollte an eine regelmäßige Nierenvorsorgeuntersuchung denken – ganz besonders Diabetiker, Fettleibige und Bluthochdruckpatienten, denn sie stellen mit fast 50 Prozent den höchsten Anteil der Dialysepatienten. Bislang wurde allgemein viel zu wenig in



Sachen Vorsorge getan. Dabei gibt es gute Früherkennungsmarker, die es ermöglichen, durch rechtzeitiges Eingreifen ein Fortschreiten des Nierenfunktionsverlustes zu verzögern. Hinweise sind hoher Blutdruck, Wasseransammlungen oder Blut bzw. Eiweiß im Harn. Ein erhöhter Kreatininwert im Blut ist bereits ein Zeichen für eine um mindestens 50 Prozent verschlechterte Nierenfunktion und sollte unbedingt weiter abgeklärt werden. Dabei ist eine enge Zusammenarbeit zwischen Hausärzten und Fachärzten für Nierenheilkunde erforderlich. In der Steiermark gibt es seit 2016 ein landesweites Präventionsprogramm mit dem Namen „Niere.schützen“, welches das Ziel verfolgt, Patienten mit eingeschränkter Nierenfunktion möglichst frühzeitig zu entdecken

und damit kardiovaskuläre Komplikationen zu verhindern. Es richtet sich an 45- bis 60-Jährige, bei denen entweder erhöhter Blutdruck, Adipositas oder Diabetes mellitus bestehen oder Nierenerkrankungen in der Familie bekannt sind. Es wäre wünschenswert, dieses Modell einer integrierten Versorgung österreichweit umzusetzen.

OA DR. MARTIN GERKE



Facharzt für Innere Medizin und Nephrologie, Leiter der Dialyse an der Privatklinik-Wehrle-Diakonissen

Wer verspannt ist oder mit muskulären Blockaden kämpft, wünscht sich wohl nichts mehr als die helfenden Hände eines Heilmasseurs. Seine Anwendungsgebiete gehen heute weit über eine klassische Massage hinaus.

WIE HEILMASSAGEN WIRKEN



Berühren, betasten, streichen, kneten, reiben, klopfen und dehnen – das sind die Kunstfertigkeiten des Heilmasseurs. Er löst damit muskuläre Blockaden, verbessert umfassend das Wohlbefinden, fördert die Beweglichkeit und unterstützt auch die Gelenkmechanik. Neben der lokalen Wirkung auf den Spannungszustand und die Durchblutung der Muskulatur hat die Massage zudem tiefgreifende, reflektorische Wirkungen, die auf das vegetative Nervensystem sowie die gesamte Physionomie des Menschen wirken.

Die Wirkung der Massage erstreckt sich von der behandelten Stelle des Körpers über den gesamten Organismus und schließt auch die Psyche mit ein. Die Anwendungen erfolgen als Ganzkörper- oder Teilmassagen in Kombination mit anderen, unten angeführten Massagetechniken.

Massagen können aber auch einfach nur zur Entspannung, zum Stressabbau oder zur Vitalisierung des Körpers genossen werden.

„Massage ist nicht nur in akuten Fällen von Beschwerden sinnvoll, sondern auch eine ideale vorbeugende Therapie. Die Standards in Österreich sind ungemein hoch und werden laufend evaluiert und verbessert. Die gute Qualität und das Know-how helfen dann auch, die Massage wirklich zur Auszeit vom Alltag zu machen, wodurch die präventive Wirkung vollends ausgeschöpft werden kann“, erklärt

RUDOLF HANNES ENZINGER

Landesinnungsmeister der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur.



Rudolf Hannes Enzinger, Landesinnungsmeister der Fußpfleger, Kosmetiker und Masseur in Salzburg.

DIE RICHTIGE MASSAGE

Das breite Spektrum von Therapieanwendungen ermöglicht es, für fast jeden die richtige Massage zu finden. So kann die Behandlung gezielt und individuell auf den Patienten abgestimmt werden, um akute Beschwerden zu lindern. Das Angebot reicht dabei von der Akupunktmassage, die etwa bei Migräne oder Nackenschmerzen eingesetzt wird, über die Manuelle Lymphdrainage, welche häufig nach einer Tumorbehandlung bzw. Lymphknotenentfernung verschrieben wird, bis zur Triggerpunkttherapie zur Behandlung von Muskelverhärtungen.

2.400 STUNDEN AUSBILDUNG

In Salzburg gibt es derzeit rund 200 ausgebildete Heilmasseure, die im Rahmen ihrer berufsrechtlichen Kompetenzen arbeiten. Das bedeutet, dass alle Patienten, welche vom Arzt eine entsprechende Verordnung ausgestellt bekommen, die Leistungen freiberuflicher Heilmasseure, je nach Diagnose, in Anspruch nehmen können.

„Refundierungen seitens der Krankenkassen können bei der BVA, SVB oder der SVA der gewerblichen Wirtschaft in Anspruch genommen werden“, so Innungsmeister Rudolf Hannes Enzinger. „Für die Lymphdrainage gibt es hingegen – ob alleine oder in Kombination mit Passivtherapie – bei allen Krankenkassen einen Kostenzuschuss für die Patientinnen und Patienten. Dieses Modell gilt übrigens nur für Salzburg in dieser Form.“

KOSMETIK IN NEUEM DESIGN



„Wir haben getreu unserem Motto „be beautiful“ unserem Kosmetikstudio im Haus der Schönheit neuen Charme eingehaucht und ein Make-Over verpasst“, freut sich Petra Dabernig über die neue Atmosphäre.

Hell, freundlich, charmant und leicht, lautete der Anspruch, um allen Kunden noch mehr Wohlfühlumgebung zu bieten. Umgesetzt wurden die Ideen mit Hilfe von Stephanie Hoffmann von seelected.com.

Ansprechende Motiven, leichte Stoffe und ausgesuchte Accessoires schaffen ein angenehmes Raumklima und runden das Erscheinungsbild ab. Weiterhin Top – für alle Behandlungskonzepte, die Ihre Haut und Ihren Körper gesund, straff und erholt aussehen lassen, steht das professionelle Kosmetikteam für Sie & Ihn bereit.

HAUS DER SCHÖNHEIT

Alpenstraße 39, 5020 Salzburg

Tel.: + 43 (0) 662 870 780

www.dashauserschoenheit.at

ANZEIGE

SCHÖN & SCHWANGER Verwöhnprogramm

Schönheit in der Schwangerschaft ist für die meisten Frauen ein besonderes Thema, da sich ihr Körper aufgrund der Hormonumstellung verändert. Doch die Hormonumstellung kann für Haut und Körper auch zur Strapaze werden. Streifen im Bindegewebe, Gewichts-Zunahme und unreine Haut können Auswirkungen der Hormone sein. Dünne Haare, trockene Haut und Schwangerschaftsstreifen.

Die YUMMY-MUMMY Behandlungen sind auf die Bedürfnisse von Schwangeren und Stillenden abgestimmt. Biozertifizierte Naturprodukte vom Team Dr. Joseph und Gesicht- und Körperbehandlungen von unserer Kosmetikerin und Heilmasseurin Daniela warten auf Sie.

Beautypackage FEEL GOOD

Körperpeeling + Feuchtigkeitspackung,
+ Gesichtsbildung (auch einzeln buchbar)

Behandlungszeit 90 min / € 194,-

Auch als Geschenk-Gutschein erhältlich!

Weitere Packages unter www.yummy-mummy.at

Im Kosmetikstudio vom
Haus der Schönheit
Alpenstraße 39
5020 Salzburg
Tel.+43(0)662/870 780

YUMMY + MUMMY

Sichere Schönheit in der Schwangerschaft und Stillzeit.



Im Kosmetikstudio vom Haus der Schönheit

HAUTTRANSPLANTATION MITTELS STAMMZELLENGENTHERAPIE

GENFORSCHUNG HEBT**Christoph Archet**

Die erfolgreiche Hauttransplantation mittels Stammzellengentherapie an einem Schmetterlingskind machte weltweit Schlagzeilen. Die Korrektur eines Gens führte nach zehn Jahren Forschung zum ersten großen Erfolg. Jetzt soll die Therapie auf andere seltene Hautkrankheiten ausgeweitet werden.

Es war jetzt einmal ein wichtiger Schritt nach vorne, um zu zeigen, dass es tatsächlich möglich ist, fast 90 Prozent der Haut bei einem Schmetterlingskind zu ersetzen. Im medizinischen Sprachgebrauch kommt das einer Heilung gleich“, erklärt Professor Dr. Johann Bauer, den mittlerweile zwei Jahre andauernden Erfolg der Stammzellengentherapie bei Schmetterlingskind „Hassan“.

Nach der Hauttransplantation ist der jetzt Neunjährige weitgehend frei von Beschwerden. Federführend an Forschungserfolg und Operation waren neben dem Salzburger Spit-

zendermatologen Johann Bauer, Professor Michele De Luca vom Center for Regenerative Medicine der Universität Modena (Italien) und ein medizinisches Wissenschaftsteam aus Bochum.

Der damals siebenjährige Bub litt an einer junktionalen Epidermolysis bullosa (JEB) – eine schwere und oft tödliche genetische Erkrankung, die durch Mutationen in Genen verursacht wird. Überlebende Patienten mit JEB entwickeln chronische Wunden an Haut und Schleimhäuten, die ihre Lebensqualität beeinträchtigen und zu Hautkrebs führen können. Betroffene werden als Schmetter-

lingskinder bezeichnet, da deren Haut so verletzlich ist wie die Flügel eines Schmetterlings.

STAMMZELLENGENTHERAPIE

Der kleine Hassan hatte bereits 60 Prozent seiner Oberhaut eingebüßt. Bei einem Subtypus der Erkrankung fehlt aufgrund eines schadhaften LAMB3-Gens das Protein Laminin beta 3. Die Ursache der Schmetterlingskrankheit ist also eine Fehlfunktion eines Eiweißes in der Haut. Üblicherweise sorgt dieses Eiweiß für den Zusammenhalt der Hautschichten zwischen der Epidermis (Oberhaut) und der Dermis (Lederhaut). Fehlt dieses Eiweiß, entstehen schmerzhafte Blasen und Wunden, selbst bei minimaler mechanischer Belastung: „Wenn man ein fehlendes Protein (Eiweißstoff) hat, muss man am Gen ansetzen um es zu korrigieren. Das ist unser Ansatz, den wir verfolgen“, so Dr. Bauer. Im konkreten Fall wurden per Biopsie langlebige Stammzellen entnommen und isoliert.



Die gen-korrigierten Gewebestücke vor Transplantation.



Während der Abtragung der geschädigten Haut.

FLÜGEL

In Folge werden Retroviren in gesunde Gene eingebracht und damit Hauttransplantate gezüchtet. Die bahnbrechende Erkenntnis ist dabei der Nachweis, dass sich die menschliche Oberhaut durch eine begrenzte Anzahl langlebiger Stammzellen (Holocone) weitgehend selbst erneuern kann. Diese Stammzellengentherapie ist aber an Voraussetzungen gebunden. Es muss nämlich beim Patienten ein sogenanntes Restprotein vorhanden sein. Der Patient darf also nicht komplett ohne dieses Protein sein, da sonst eine Abstoßungsreaktion möglich ist.

Das heißt der Patient muss eben noch über funktionierende Zellen verfügen, welche noch die Mutation im Gen tragen, so dass man ein neues Gen in die Hautzellen einsetzen und diese Hautzellen erweitern kann. „So entwickeln sich neue Hautstücke, die man auf die Haut transplantieren kann“, erklärt Dr. Bauer weiter. Die Stammzellengentherapie wurde schon 2006 in Italien und 2014

in Österreich angewendet und wurde seither ständig weiterentwickelt. Damals waren aber nur sehr kleine Hautareale betroffen. Dabei wurde bei den Patienten nur die Haut am Oberschenkel ersetzt. Beim jüngsten Erfolg konnte die Oberhaut im Ausmaß von 0,85 Quadratmetern ersetzt werden.

SELTENE HAUTKRANKHEITEN

Derzeit wird versucht die Anwendung der Stammzellengentherapie auszuweiten. Im Rahmen einer Studie werden aktuell zwölf Schmetterlingskinder behandelt. In naher Zukunft sollen somit auch andere seltene genetische Hauterkrankungen behandelt werden können. Rund 800 sogenannte seltene Hautkrankheiten sind heute bekannt. Wobei es alleine bei Schmetterlingskindern 20 Subformen gibt.

Die häufigste der seltenen Hautkrankheiten ist die Fischschuppenkrankheit (Ichthyosis), die sich ähnlich der Schmetterlingskrankheit

verhält. Patienten leiden hier an trockenen Hautstellen am ganzen Körper aufgrund eines geschädigten Enzyms.

Bei der derzeit nicht heilbaren Neurofibromatose ist eine Neigung zur Ausbildung von Tumoren typisch. In der Mehrzahl bilden diese Neurofibrome, also gutartige Geschwülste bestimmter Nerven- und Bindegewebszellen, die sich in jedem Körpergewebe in jeder Altersstufe (verstärkt während der Pubertät) entwickeln können. Durch ihr unkontrolliertes Wachstum bedrängen sie verschiedene Organe, was deren Funktionen beeinträchtigen kann.

Neben der Stammzellengentherapie, wird im Rahmen einer globalen Studie an der Zulassung einer neu entwickelten Salbe zur Bekämpfung von Symptomen seltener Hautkrankheiten geforscht, erklärt Professor Johann Bauer. Dieses Präparat könnte in Zukunft auch zur Linderung bei Neurodermitis oder Schuppenflechte eingesetzt werden.

PROF. DR.
JOHANN BAUER



Vorstand der Dermatologie am Universitätsklinikum Salzburg. Sein Hauptgebiet ist die Erforschung neuer Therapien bei genetischen Erkrankungen.

ANLAUFSTELLE FÜR SCHMETTERLINGSKINDER

EB HAUS AUSTRIA



Das EB Haus Austria am Gelände der Salzburger Universitätsklinik ist eine zentrale Einheit für Patienten mit Schmetterlingserkrankung in Österreich und auch akkreditiertes Zentrum für Genodermatosen (*Anm.: genetisch bedingte Hauterkrankungen, die durch Genmutationen verursacht sind*) im Rahmen des nationalen Planes für seltene Erkrankungen. Das EB Haus Austria ist die weltweit erste, umfassende Spezialklinik („Centre of Expertise“) für Diagnose und Behandlung sowie Forschung im Bereich von Epidermolysis bullosa (EB). Damit ist das EB Haus Austria eine zentrale Anlaufstelle in der medizinischen Versorgung (Ambulanz),

Forschung, sowie in der Aus- und Weiterbildung (EB Akademie). Dazu hat sich das EB Haus als Institution etabliert, in der Best Practice-Ansätze für die Behandlung und Beratung von Schmetterlingskindern entwickelt, angewendet und – auch im Austausch mit Spezialisten im In- und Ausland – optimiert werden. Das EB Haus wird zum Großteil durch Spenden finanziert. Das Salzburger Uni-Klinikum stellt dankenswerter Weise die Grundversorgung zur Verfügung. Alles andere wird aus privaten Spenden sowie aus Mitteln der Debra Austria, der Patientenvereinigung für Schmetterlingskinder, finanziert.

SPENDENAUFTRUF

Um Schmetterlingskinder weiter bestens versorgen zu können und auch die technischen und personellen Rahmenbedingungen aufrecht zu erhalten, ersucht das EB Haus Austria dringend um private Spenden.

EB HAUS AUSTRIA

Müllner Hauptstraße 48
5020 Salzburg
Tel.: +43 (0) 5 7255-82400
www.eb-haus.org

Spendenkonto DEBRA Austria:
IBAN: AT02 2011 1800 8018 1100

CHRISTOPH UND EVELIN FÜRTHAUER IM PULS-INTERVIEW

BERUF & LIEBE

Wer in Pfarrwerfen und Umgebung krank wird, hat mit Sicherheit die Nummer der Arztpraxis Fürthauer gespeichert. Zwar ist Christoph Fürthauer schon seit 1991 als Allgemeinmediziner in der Pongauer Gemeinde selbstständig tätig, doch sein Name ist vielen Werfernern schon länger bekannt

Denn auch der Vater war schon Praktischer Arzt in der Gemeinde und Sohn Christoph wuchs in die angestammte Praxis bis zur Übernahme derselben zunächst als dessen Vertreter hinein. „Wahrscheinlich war es das Vorbild des Vaters und die Erfahrungen aus meiner Kindheit und Jugend, dass ich den Beruf des Arztes ergriffen habe. Viele meiner Interessen deckten sich ganz einfach mit jenen, die ich jetzt im Beruf ausüben kann“, sagt Christoph Fürthauer. 1996 nahm auch Evelin Fürthauer als Allgemeinmedizinerin, im gleichen Haus in Pfarrwerfen, ihre Tätigkeit auf. Warum sie Ärztin geworden ist, erklärt Evelin Fürthauer so: „Ich war immer sehr sozial enga-

giert, und habe gerne mit Menschen gearbeitet. Es sind vor allem die vielfältigen Anforderungen sowie die Möglichkeit, meine Patienten oft lebenslang begleiten zu können.“

Begonnen hat der Praktiker, als es in der näheren Umgebung noch kaum Fachärzte gab. Viele seiner Patienten habe er im Lauf der Zeit näher kennengelernt, als diese nach und nach mit den verschiedensten Beschwerden zu ihm als Hausarzt kamen. Von der Geburtshilfe über den Hautausschlag bis hin zur Sterbebegleitung, aber auch das Behandeln von komplexen, internistischen Krankheitsbildern mit angegriffenen Herzen, mit Nierenproblemen oder Zuckerkrankheiten.

„Meine Patienten schätzen es, dass hier ein breites medizinisches Wissen angeboten wird. Und über die Jahrzehnte kennt man die Vorgeschichte der Menschen, so dass man in der Diagnose schnell auf den Punkt kommt. Das zeichnet Mediziner am Land in erster Linie aus“, so Fürthauer über seine Arbeit als Hausarzt.

ARZTBERUF IM WANDEL

Wie viele andere Berufe steht der Arztberuf vor Veränderungen. Generell denken heute junge Mediziner mehr über Vereinbarkeit von Beruf und Familie nach. Für die Fürthauers hat sich vor allem der Umgang mit der Informationen wesentlich geändert. „Ich finde es sehr gut, was wir alles an Informationen erhalten. Aber das ist enorm viel, gegenüber früher, als die EDV noch in den Kinderschuhen gesteckt ist. Und die Patienten sind auch besser informiert als vor ein paar Jahren. Andererseits ist die Verunsicherung der Patienten durch das, was sie selbst vor allem im Internet gelesen haben, deutlich höher. Das ist für uns eine Herausforderung, hier den Patienten wieder zu beruhigen“, meint Fürthauer weiter.

Dazu steigt die Tendenz, dass immer mehr junge Mediziner ein Angestellten-Arbeitsverhältnis suchen, anstatt das Einzelkämpferleben eines freiberuflichen, niedergelassenen Arztes zu wählen. Liberale Zusammenarbeitsformen gewinnen in Zukunft mehr an Bedeutung.

ENGAGEMENT UND FREIWILLIGKEIT

Christoph Fürthauer engagiert sich auch sehr für die Standespolitik in der Salzburger Ärztekammer. Hier setzt er sich unter anderem für den Ausbau von Lehrpraxen und die Stärkung der Hausärzte



DR. MED. CHRISTOPH FÜRTHAUER

- **Familienstand:** Verheiratet,
- **Kinder:** 3 Töchter
- **Geburtsdatum:** 11. Jänner 1962
- **Geburtsort:** St. Johann im Pongau
- **Ausbildung:** Studium in Graz, Turnus in Schwarzach
- **Zusatzbildungen:** Palliativmedizin, Notarztausbildung
- **Lieblingsbücher:** Mein liebster Autor ist Martin Suter. Ich lese gerne Romane.
- **Im Fernsehen sehe ich gerne:** „Meuterei auf der Bounty“ (schon zum 37. Mal), selten auch Dokumentationen
- **Sport:** Bergwandern, Radfahren
- **Da möchte ich einmal hin:** zu den Stauseen im Pinzgau
- **Liebstes Urlaubsziel:** Italien
- **Was ich gerne esse:** eigentlich alles, bin nicht heikel, Kalbsbries
- **Wie charakterisieren Sie sich selbst?** Leidenschaftlicher Allgemeinmediziner

DR. MED. EVELIN FÜRTHAUER

- **Familienstand:** Verheiratet
- **Kinder:** 3 Töchter
- **Geburtsdatum:** 10. Februar 1963
- **Geburtsort:** Klagenfurt
- **Ausbildung:** Studium in Graz, Turnus in Schwarzach
- **Zusatzbildungen:** Notarztdiplom, Geriatrie- und Palliativmedizin, Ernährungsmedizin, Akupunkturausbildung
- **Lieblingsbücher:** alles, was literarisch oder wissenschaftlich gut ist
- **Im Fernsehen sehe ich gerne:** alle „Gute-Heile-Welt-Komödien“, Dokumentationen
- **Sport:** Gartenarbeit und Bergwandern/steigen
- **Da möchte ich einmal hin:** Ich bin sehr zufrieden, wo ich bin!
- **Liebstes Urlaubsziel:** Italien
- **Was ich gerne esse:** Alles aus guter und nachhaltiger Produktion
- **Wie charakterisieren Sie sich selbst?** verantwortungsvoll und zielstrebig

ein. Evelin Fürthauer ist Ausbildungsärztin beim Roten Kreuz und seit mehr als 20 Jahren aktiv. Obwohl sie schon seit 14 Jahren Bezirksrettungschefärztin und seit drei Jahren im Landesrettungschefärztlichen Dienst tätig ist, findet die Mutter von drei Töchtern daneben noch immer Zeit für freiwillige Arbeit. Im Bezirk Pongau leitet Fürthauer die rettungsärztlichen Ausbildungen. „Es ist zwar nicht schwierig, Leute für diesen Einsatz zu gewinnen, schwer ist es hingegen, die sehr gut ausgebildeten Mitarbeiter zu motivieren, länger dabei zu bleiben“, spricht die Ärztin auch Probleme an.

FAMILIE UND PRAXIS

Im Einzugsgebiet von rund 6.000 Menschen betreuen Evelin und Christoph Fürthauer regelmäßig rund

1.700 Patienten pro Quartal. Die Arbeitsbedingungen haben sich in den letzten zwei Jahren durch neue Nachtdienst- und Wochenenddienstregelungen wesentlich verbessert, weiß der Arzt.

Davor war er noch in bis zu 120 Nachtdiensten pro Jahr im Einsatz. Heute ist Fürthauer froh nur mehr für rund 45 solcher Spätdienste bereit sein zu müssen. Generell blieb in jungen Jahren nur wenig private Zeit. „Ich bin in der Früh in die Ordination gegangen, als die Kinder noch geschlafen haben. Zu Mittag schließen die Kinder, danach ging es gewöhnlich zur Visite. Den Großteil der Woche habe ich meine Kinder nicht viel gesehen“, beschreibt der Mediziner das manchmal zeitarmer Familienleben. Umso mehr genießen Evelin und Christoph Fürthauer ihre kostbare Zeit heute im Kreise ihrer Familie.

Anzeige



Mit ganzheitlichen Bewegungsübungen zu starker Gesundheit und mehr Wohlbefinden.

21.02.2018

Qigong 18:00 – 18:45
 Taiji 18:45 – 19:30
 Yiquan 19:30 – 20:15
 Bagua 20:15 – 21:00

22.02.2018

Taiji 18:00 – 18:45
 Yiquan 18:45 – 19:30
 Bagua 19:30 – 20:15
 Qigong 20:15 – 21:00

KOSTENLOSE
 SCHNUPPER-
 STUNDEN!

Die Kurse starten ab 26. Februar 2018.

Ort: Kindergarten St. Paul
 Eduard Herget Straße 5, 5020 Salzburg

Weitere Infos finden Sie auf www.chen-akademie.at

MIT KETAMIN GEGEN SCHWERE DEPRESSIONEN



Jeder 10. Österreicher leidet an Depressionen. Ketamininfusionen sind eine große Hoffnung in der Therapie.

Vor 15 Jahren wurde an der Universität zu Yale die Ketamininfusion als effektiver Behandlungsansatz für die therapieresistente Depression entdeckt. Seitdem sind eine Vielzahl von Studien durchgeführt worden, welche die Wirksamkeit von Ketamin bei der Behandlung der Depression belegen.

Ketamin erreicht tatsächlich eine bessere Wirksamkeit als die bisher stärksten Mittel gegen Depression. Fast 80 Prozent der Betroffenen berichten, bereits nach wenigen Infusionen eine Besserung zu bemerken. (*Ketamine for treatment resistant Depression: The first decade of progress. Matthew & Zarate 2016*). 43 Prozent der mit Ketamin behandelten Patienten würden keine depressiven Symptome mehr wahrnehmen, berichtet die University of New South Wales. Anzumerken ist, dass es sich hier um behandlungsresistente De-

pressionen handelt. In anderen Worten, Depressionen, bei den andere Arzneimittel nicht mehr geholfen haben. „Das aus der Chirurgie bekannte Narkotikum holt Menschen sehr schnell aus ihrer Depression und verdrängt suizidale Gedanken“, wie Professor Siegfried Kasper, Leiter der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Wien, betont.

KETAMIN HAT AUCH GRENZEN

Ketamin ist bis dato nicht als Antidepressivum zugelassen. Das liegt aber weniger an der Wirksamkeit und Sicherheit des Präparates, sondern vielmehr daran, dass ein zunächst ein aufwändiges Zulassungsverfahren durchgeführt werden muss. Die intravenöse Ketamin-Gabe wird derzeit national und international als sogenannte Off-Label-Therapie verabreicht. Darüber hinaus ist die Dauer der Wirksamkeit noch eine

Schwachstelle der Infusionsbehandlung. „In der Regel hält die Wirkung zwischen sieben und 16 Tagen an. Danach kann eine neue Infusion verabreicht werden. Es bestehen aber noch keine Studien über die Langzeitwirkung von regelmäßig verabreichten Ketamininfusionen“, sagt der Salzburger Psychiater und Psychotherapeut Dr. Ricardo Febres Landauro. „Das heißt, es ist eine besondere Sorgfalt bei Indikationsstellung und Überwachung während der Ketamin-Gabe und Therapieevaluation notwendig. Die Indikation zur Ketamin-Gabe setzt eine genaue psychiatrische Untersuchung voraus“, so Febres-Landauro weiter. Hierbei müssen der Schweregrad und der Verlauf der Depression, etwaige Begleiterkrankungen wie Persönlichkeitsstörungen, Substanzabhängigkeiten oder Erkrankungen aus dem schizophrenen Formenkreis und eine Medikamentenanamnese erhoben werden.

NEUE BALANCE IM GEHIRN

Bei Menschen mit Depressionen oder Angstzuständen ist der natürliche Energiestoffwechsel im Gehirn oftmals gestört. Ketamin stellt den Gehirnzellen deutlich mehr Energie zur Verfügung, wodurch das Fortbestehen einer depressiven Verfassung schrittweise reduziert werden kann. „Oftmals erleben die Patienten einen langsam zunehmenden Antrieb, mehr Mut im Alltag und ein stärkeres Nervenkostüm. Es ist oftmals so, als ob sie auf einmal, die in der Therapie besprochenen Inhalte richtig umsetzen könnten“, schildert Febres Landauro seine positiven Erfahrungen mit Ketamintherapien.

DR. MED. RICARDO
FEBRES-LANDAURO



Facharzt für Psychiatrie
und psychotherapeutische Medizin in Salzburg

www.psychiater-salzburg.com

LEUWALDHOF ERÖFFNET IM FRÜHJAHR 2018

KINDER-REHA ST. VEIT



Der international führende Gesundheitsdienstleister VAMED errichtet gemeinsam mit den Salzburger Landeskliniken (SALK) eine Reha-Einrichtung für Kinder und Jugendliche mit Krebs- und Stoffwechselerkrankungen.

In St. Veit im Pongau entsteht zurzeit die erste familienorientierte Kinderrehabilitation in Österreich – eine dringend notwendige Erweiterung des Gesundheitsangebots in Österreich. Dort stehen ab dem Frühjahr 2018 Rehabilitationsplätze für 32 Kinder und Jugendliche mit Krebs- und Stoffwechselerkrankungen sowie Plätze für bis zu 50 Begleitpersonen zur Verfügung. Diese werden im Rahmen der familienorientierten Rehabilitation umfassend in den Heilungsprozess mit eingebunden und erhalten eigene Therapieleistungen. Jährlich haben so bis zu 500 Kinder und Jugendliche mit ihren Familien die Möglichkeit, eine Rehabilitationsmaßnahme in St. Veit in Anspruch zu nehmen und sie müssen dann nicht mehr ins Ausland ausweichen, wenn sie Rehabilitation benötigen.

Foto: Leuwaldhof

Jährlich erkranken fast 300 Kinder und Jugendliche in Österreich an Krebs. Ihr oft monatelanger Aufenthalt im Krankenhaus wirkt sich nicht nur auf das Leben des Kindes, sondern auch auf das seiner Eltern und Geschwister ganz gravierend aus. Bei onkologischen Erkrankungen ist deshalb für Kassenpatienten vorgesehen, dass die ganze Familie in die Rehabilitation eingebunden wird.

REHA MIT FAMILIENLEBEN UND FREIZEIT VERKNÜPFT

Die neue Einrichtung wird in medizinischer und therapeutischer Hinsicht eine der modernsten Kinder- und Jugend-Rehakliniken Europas sein. Das Therapieprogramm wird sowohl körperliche als auch psychische und soziale Aspekte umfassen. Dazu gehören auch Kindergartenbesuch oder Schulunterricht bis zur

Oberstufe sowie vielseitige Freizeitgestaltungsmöglichkeiten – alles, was junge Menschen brauchen, um wieder in einen ganz normalen Alltag nach der Krankheit zurückzufinden. Das inhaltliche Konzept spiegelt sich in der freundlichen, offenen Architektur wider. Träger der Einrichtung sind der international führende Gesundheitsdienstleister VAMED und die Salzburger Landeskliniken. Sie investieren gemeinsam etwa 13 Millionen Euro in die Errichtung des Hauses, das im Frühjahr 2018 eröffnet wird. Für beide Organisationen ist die neue familienorientierte Rehabilitation ein Herzensprojekt. VAMED und SALK schaffen damit eine achtsame Umgebung, die es den jungen Patienten gemeinsam mit ihren Familien ermöglichen soll, den Start zurück ins Leben nach einer schweren Krankheit mit neuer Kraft anzutreten

ANBINDUNG AN VORHANDENE REHA

Mit dem 2009 eröffneten Sonnberghof in Bad Sauerbrunn (Burgenland) und der 2014 eröffneten onkologischen Rehabilitation St. Veit im Pongau leistet die VAMED schon jetzt Pionierarbeit in der Nachbehandlung von Krebspatienten in Österreich. Mit der direkten Anbindung an die bestehende onkologische Rehabilitation St. Veit ist sichergestellt, dass die Patienten der Kinder-Reha bei Bedarf die Therapie auch über das Jugendalter hinaus in gewohntem Rahmen und mit gleichbleibendem Betreuungsteam fortsetzen können. Ein besonders wichtiger Aspekt bei der nachhaltigen Rehabilitation von Krebskranken, die oft viele Jahre dauert.

LEUWALDHOF

St. Veiter-Straße 48a
5621 ST. VEIT IM PONGAU
Telefon: +43 (0) 6415 50 300

www.leuwaldhof.at

Eine Gesundheitseinrichtung der VAMED und der SALK.

SKISPORTTREND

CONVENIENCE & CUSTOMIZATION

„Convenience“ bietet dem Kunden umfassend bequemen Komfort und bezieht sich auf Ski, Skischuh und Bindung gleichermaßen. Fortschreitende Gewichtsreduktion beim Material für Ski und Bindung sowie eine bessere „Walkability“ beim Schuh durch entriegelbare Manschetten bewirken eine merkliche Komfortsteigerung. Bindungen der neuen Generation schließen jegliche Hemmnisse aus und nehmen sowohl die Alpinnorm als auch die neuen gehbaren Sohlenformen auf.

DESIGN UND PASSFORM

„Customization“ hat sich inzwischen in der Ski-Industrie, vor allem beim Skischuh, durchgängig etabliert. Scannersysteme unterstützen bei der Vorauswahl. Anpassungstools kommen in weiterer Folge beim Innenschuh zum Einsatz und ermöglichen einen maßgeschneiderten Skischuh. Selbst die individuelle Gestaltung der Ski-Oberflächen ist inzwischen möglich. Skifahrer profitieren davon in vielerlei Hinsicht: Einfachheit, Komfort und Personalisierung der eigenen Bedürfnisse garantieren Fahrspaß und sichern den unverminderten Trend zum Skisport.



Foto: Emm

ANZEIGE



Fruchtsäure

Peeling und Tiefenschälkuren: bei Narben und unreiner Haut, verdickter Hornschicht, Großporigkeit, Altersflecken und Faltenbildung.

Microneedling

Diese Hautverjüngung verringert Narben, Falten, großporige Haut, Pigmentflecken, Trockenheitszustände der Haut, Feuchtigkeitsarmut, und vieles mehr.

CO2 Laser

Die fraktionierte CO₂-Laser-Behandlung gilt als das modernste Verfahren zur Hauterneuerung und Hautstraffung auf Basis der natürlichen Regenerationsfähigkeit der Haut. Durch dieses minimalinvasive Verfahren setzt ein intensiver Regenerations- und Verjüngungsprozess der Haut ein.

Mesotherapie

Die vielseitige Therapiemethode kann bei so unterschiedlichen Hautveränderungen wie beispielsweise Schwangerschaftsstreifen, Cellulite, Hautalterung, aber auch Haarausfall zu erstaunlichen Resultaten führen.

Medizinische Kosmetik

Medizinische Kosmetik dient nicht allein der Schönheit: Sie erhält die Hautgesundheit und/oder stellt sie wieder her. Es gehören dazu apparative Verfahren und hoch konzentrierte Wirkstoffkosmetik mit großer Nähe zur Medizin. Die Hautänderungen sind deutlich, dauerhaft und nachhaltig.

Durch die Kombination einzelner Behandlungen und den Einsatz verschiedener Produkte bewirkt die medizinische Kosmetik eine höhere Effizienz. Die Ergebnisse gelten als hervorragend.



DAS HAUS DER
schönheit
SALZBURG

Das Haus der Schönheit · Alpenstraße 39, A-5020 Salzburg
Tel +43(0)662/870 780 · www.dashauserschoenheit.at

HOFFNUNG SCHENKEN!

GRATIS THERAPIE FÜR KINDER

Christoph Archet

Da unser Gesundheitssystem nicht alle notwendigen therapeutischen Leistungen bezahlt, übernimmt das Haus Sankt Lukas ab sofort die kostenlose Therapie für Kinder. Denn jedes beeinträchtigte Kind hat das Recht auf bestmögliche Behandlung!

Vorrangiges Ziel ist es dabei, möglichst vielen Kindern Mobilität und ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Erfolgreiche Rehabilitation ist die Kombination aus erstklassiger therapeutischer Behandlung und dem Vertrauen, in Würde und Menschlichkeit begleitet zu werden. Schon jetzt werden im Institut für



„Alles Gute auf der Welt geschieht nur, wenn einer mehr tut, als er tun muss. Das Gute, das ich nicht tue, kann niemand für mich tun.“
(Hermann Gmeiner)

eigenen Mitteln eine moderne ambulante Therapie leisten zu können. Denn es ist unsere menschliche Pflicht alle Menschen gleich zu behandeln und zu unterstützen!

SPENDENMÖGLICHKEITEN

Mit nur einem Anruf können Sie schon einen kleinen Beitrag leisten, vielen Kindern eine dauerhafte neurologische Therapie im Haus Sankt Lukas zu ermöglichen. Auf unserer kostenpflichtigen Telefonnummer +43 901 100 150 spenden Sie mit einem Anruf automatisch 1 Euro. Dieser Betrag wird Ihnen mit der nächsten Mobilfunkabrechnung abgebogen.

Daneben können Sie aber auch herkömmlich Ihre Spende als Bank-Überweisung tätigen. Schon mit kleinen Spenden ab 5,- Euro monatlich ermöglichen Sie die teils kostenintensiven Behandlungen und schenken Kindern neue Hoffnung.

Auf der Homepage des Institutes finden Sie noch zusätzliche Optionen der Spendenabwicklung mit Kreditkarte oder Paypal.

AMBULANTE REHABILITATION

Das Haus Sankt Lukas gilt als eines der modernsten ambulanten Rehabilitationseinrichtungen bei der Behandlung von neurologischen und psychosomatischen Erkrankungsbildern in Österreich. und robotikgestützte Therapiemöglichkeiten sowie physiotherapeutische Angebote zur Verfügung. Wir helfen bei allen neurologischen Beeinträchtigungen wie etwa Multipler Sklerose, spastischer Cerebralparese und anderen neuroorthopädischen Erkrankungen im Kindesalter.

Das Ärzteteam verfolgt dabei den Anspruch, möglichst vielen neurologisch beeinträchtigten Menschen helfen zu können. „Patientenwohl und soziale Gerechtigkeit sind bestimmende Werte unseres Handelns“, erklärt Dr. Febres-Landauero, der das Ärzteteam im Haus St. Lukas führt.

HAUS ST. LUKAS

Strubergasse 18, 5020 SALZBURG
Telefon: +43 (0) 662 43 95 26

www.sankt-lukas.com

Bankverbindung für die Spendenaktion:
IBAN: AT16 2040 4000 4201 6386,
BIC: SBGSAT2SXXX

**IHRE SPENDE
HILFT!**

ambulante Neurorehabilitation – Haus St. Lukas alle Kinder zwischen drei und dreizehn Jahre kostenlos behandelt.

SPENDENAUFTRUF FÜR MEHR MOBILITÄT!

Leider werden viele wichtige und notwendige Therapiemöglichkeiten von den Krankenkassen in Österreich nicht unterstützt.

Das Haus St. Lukas bittet deshalb um Spenden, um auch weiterhin jenen Menschen helfen zu können, die nicht in der Lage sind, sich aus

UNSERE AUGENÄRZTE LASSEN SICH LASERN

Würden Sie sich lasern lassen?“ Dies ist wohl eine der häufigsten und berechtigtesten Fragen, die Augenchirurgen von ihren Patienten zu hören bekommen. Dr. Sarah Moussa, selbst Laser-Augenchirurgin, hat sich bewusst der iLASIK unterzogen, und wurde von Ihrem Kollegen Univ.-Doz. Dr. Josef Ruckhofer gelasert. Das refraktiv-chirurgische Team der Universitätsaugenklinik Salzburg hat schon tausende Patienten erfolgreich gelasert.

ILASIK: DER INDIVIDUELLE LASER

Univ.-Doz. Dr. Josef Ruckhofer betont: „Durch den Einsatz der iDesign Wellenfrontanalyse kann eine vollständig auf die Individualität jedes Patienten abgestimmte Behandlung durchgeführt werden.“ iLASIK garantiert das optimale Ineinandergreifen der einzelnen Schritte einer Femto-LASIK mit maximaler Präzision und Sicherheit – für ein bestmögliches Behandlungsergebnis. Einer der wesentlichen Punkte bei der Refraktiven Chirurgie ist die Untersuchung vor der Operation, Beratung und schließlich Auswahl der am besten geeigneten Methode für Patienten. Neben den Laseroperationen wird an der Univ.-Augenklinik Salzburg das gesamte Spektrum der Refraktiven Chirurgie (wie z.B. auch Linsenoperationen) angeboten. Hier werden Patienten



Das refraktivchirurgische Team des „Freisehen-Laserzentrums“ der Universitätsaugenklinik Salzburg: v.l.n.r. D. Marie Dietrich, Primar Univ.-Prof. Dr. Herbert Reitsamer, Univ.-Doz. Dr. Josef Ruckhofer und Dr. Sara Moussa

mit modernsten Geräten untersucht und von den Ärzten des refraktiv-chirurgischen Teams kompetent und ihren individuellen Ansprüchen entsprechend beraten.

UNIVERSITÄTSKLINIK FÜR AUGENHEILKUNDE UND OPTOMETRIE

Freisehen Laserzentrum, Müllner Hauptstraße 48, A-5020 Salzburg
Tel. 057255-24222, beratung@salk.at
www.freisehen.at

Anzeige

BEFREIE
DEINE
AUGEN.

ANGELAUFENE
BRILLE IST SCHNEE
VON GESTERN.

Befreie Deine Augen mit der individuellen iLasik-Laseroperation.

Unsere Studienergebnisse sprechen für sich: Nur zwei Monate nach ihrer Augenlaseroperation hatten 98% der Patienten eine Sehleistung von 100%. Die iLASIK Technik zählt zu den modernsten, ultra-präzisen LASIK-Verfahren. Das Einsatzspektrum reicht von der Korrektur von Kurzsichtigkeit bis -9, Weitsichtigkeit bis +3 sowie Hornhautverkrümmung bis 4 Dioptrien.

SICHER DURCH 20 JAHRE ERFAHRUNG!

Uniklinikum Salzburg | Universitätsklinik für Augenheilkunde und Optometrie der PMU
Landeskrankenhaus | Müllner Hauptstraße 48 | 5020 Salzburg | Telefon +43 (0)5 7255-24222
beratung@salk.at | www.freisehen.at



**FREISEHEN
LASERZENTRUM**

**KOMPETENT.
ERFAHREN.
SICHER.**

Eine neue Erfindung aus Österreich ermöglicht Haare färben ohne Reizung der Kopfhaut. Für Menschen mit empfindlicher Haut oder Allergien eine optimale Behandlungslösung.

KOPFHAUTSCHUTZ FÜR SCHLAUE KÖPFE HAARFÄRZEN OHNE SCHADSTOFFE

Opilomed heißt die Wunderwaffe gegen Juckreiz, Brennen oder Ausschlag auf der Kopfhaut. Die patentierte Weltneuheit aus Österreich ermöglicht gesundes Haare färben ohne die Kopfhaut zu reizen. Die eigens dafür entwickelten Opilierkämme sorgen dafür, dass die Farbe und darin enthaltene Schadstoffe nicht mehr auf die Kopfhaut gelangen.

GESUNDE HAUT

Während bei herkömmlichen Färbeverfahren chemische Prozesse direkt auf der Kopfhaut stattfinden,

hält der neue Opilierkamm sämtliche Schadstoffe von der Haut fern. Denn chemischen Prozesse beim Haare färben, ganz gleich ob mit Natur- oder oxidanten Haarfarben, zerstören den Säureschutzmantel der Haut. Schadstoffe gelangen in den Körper und werden über das Lymphsystem und den Blutkreislauf verteilt. „Die Opilomed-Schutzkämme mit verschließbarer Doppelzahnreihe bilden dagegen eine dichte mechanische Barriere“, weiß Friseurmeister Alexander Neunkirchner.



ALEXANDER NEUNKIRCHNER

Friseurmeister



„Der Opilomed-Kopfhautschutz ist wirklich ein erstklassiges Schutzsystem bei gereizter oder empfindlicher Kopfhaut und für jeden Haartyp geeignet. So können sich nun auch Frauen während der Schwangerschaft und Jugendliche unter 18 Jahren dank Opilomed unbedenklich ihre Haare färben lassen.“

So können auch Frauen während ihrer Schwangerschaft oder Stillzeit bedenkenlos Haare färben.

Opilomed Kämmen sind biegsam und werden in unterschiedlichen Größen verwendet. So kann jede Kopfform optimal vor schädlichen Farbstoffen geschützt werden. Neunkirchner Haardesign ist der erste zertifizierte Opilomed-Salon im Bundesland Salzburg. Fotos(3): Opilomed



TOP-FÄRBERGEBNIS

Die Schutzkämme gibt es in unterschiedlichen Formen und sind zudem leicht biegsam, sodass jede Kopfform vollständig abgedeckt werden kann. Obwohl die Farbe durch das Kammsystem nicht mehr mit der Kopfhaut in Berührung kommt, entsteht kein Qualitätsverlust. „Durch die Kapillarwirkung der Haare von 0,2 mm entsteht ein nahezu ansatzloses Färbeargebnis, ohne dass die Farbe mit der Kopfhaut in Verbindung kommt“, erklärt Opilomed-Erfinder Ronald Gruber das neuartige Opilomed-System.

NEUNKIRCHNER HAARDESIGN

Cineplexx City Center Hauptbahnhof
Karl-Wurmb-Straße 6, 5020 SALZBURG
Telefon: +43 (0) 457822
www.neunkirchner.com



LOGOPÄDIE

FÜR MEHR SPRACHE

Mag. Bernadette Opferkuch

Sprachliche Fähigkeiten sind nicht nur für das Lesen- und Schreibenlernen von Kindern wichtig, sondern für alle Menschen, um Beziehungen aufzubauen. Die Logopädie hilft, Sprach- und Sprechstörungen zu bekämpfen.

Das Betätigungsfeld einer Logopädin ist weit gestreut. Angefangen von Stimm-, Sprach- und Sprechstörungen bis hin zur Behandlung von Gesichtslähmungen und Aphasien (Sprech- und Sprachstörungen nach einem Schlaganfall), Stottern und Poltern sowie myofunktioneller Störungen reichen die Hilfestellungen durch die Logopädie. Gerade diese Vielfalt macht den Beruf so abwechslungsreich. Auch der Logopäde selbst erfährt im Laufe seiner Tätigkeit, welche Therapieformen er am besten transportieren kann. Es kommt mehr oder weniger zu gewissen Spezialisierungen. Zusätzlich zur gängigen logopädischen Therapie habe ich, im speziellen, eine Castillo-Morales-Therapieausbildung absolviert, die es mir er-

möglicht, mit entwicklungsverzögerten Kindern und Erwachsenen im Reha-Bereich zu arbeiten. Eine weitere hilfreiche Therapieform habe ich mit der Padovan-Therapie entdeckt, die über den Ansatz von Rudolf Steiner kommt.

LOGOPÄDIE MIT PFERDEN

Zusätzlich habe ich letztes Jahr begonnen mit Anika Heyer eine pferdegestützte logopädische Therapie anzubieten. Die Kinder haben viel Spaß dabei, über die Bekanntschaft und Nähe mit dem Pferd, auch noch logopädisch zu trainieren. Es ist ein zusätzliches Angebot in der Logopädie, um Laute zu festigen, die

„Denn Sprache ist eine der wichtigsten Dinge im Leben eines Menschen. Sie ist es, die den Menschen ausmacht.“

auditive Wahrnehmung (Hörwahrnehmung) zu verbessern und spielerisch den Wortschatz zu erweitern.

FRÜHZEITIGES TRAINING WIRKT SCHNELLER

Wichtig für den logopädischen Erfolg ist auch eine gute interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Ärzten. Ganz im speziellen mit HNO-, Kinderärzten, Neurologen und Kieferorthopäden. Diese Kooperation führt zu einer besseren Versorgung der Patienten und kann unter Um-

ständen auch deren Therapiezeiten verkürzen. Gearbeitet wird mit den Patienten in halbstündlichen oder einstündigen Therapiesitzungen. Die Patienten oder deren Eltern werden mit Hausaufgaben versorgt, um auch zu Hause eine Möglichkeit des Trainings zu haben.

Essentiell im Bereich der Logopädie ist aber die Vorsorge. Nur eine rechtzeitige Diagnose kann die Behandlungszeit verkürzen. Denn bei Kindern mit Sprach- und Sprechstörungen sollte nicht zu lange gewartet werden, sondern lieber frühzeitig ein Untersuchungstermin bei der Logopädin oder dem Logopäden vereinbart werden. Hier können

erste Tipps geholt oder eine mögliche Therapie zu besprochen werden. Nach einer umfassenden Erstbefundung erfolgt eine gemeinsame Festlegung der Therapieziele

und weiteren Vorgehensweise. Ein gutes Beispiel hierfür wäre die kieferorthopädische Behandlung, die mit gleichzeitiger logopädischer Behandlung einen schnelleren Erfolg garantiert.

**MAG. BERNADETTE
OPFERKUCH**

diplomierte Logopädin
mit Praxis in Salzburg

www.logopaedie-salzburg.com



Gersten - Risotto

MIT SCHAFFRISCHKÄSE

Die Gerste (*Hordeum vulgare*) ist eine Pflanzenart innerhalb der Familie der Süßgräser. Gerste besitzt einen hohen Celluloseanteil. Dieser liegt zwischen acht und fünfzehn Prozent. Cellulose gehört zu den Ballaststoffen und ist somit unverdaulich. Ballaststoffe sorgen für ein verbessertes Sättigungsgefühl und regen die Verdauung an. Dazu enthalten 100 Gramm Gerste folgende Inhaltsstoffe: 12,7 Gramm Wasser, 9,8 Gramm Eiweiß, 2,1 Gramm Fett, 63,3 Gramm Kohlenhydrate, Mineralstoffe sowie die Vitamine B und E. Bei den Mineralstoffen ist die Gerste besonders reich an Magnesium, Calcium, Kalium, Eisen und Phosphor. Das Getreide enthält außerdem auch viele essentielle Aminosäuren, die der Körper nicht selbst bilden kann.

So wird's gemacht:

Gerste über Nacht in kaltem Wasser einweichen (dadurch wird die Garzeit verkürzt!). Geschälte Zwiebel und geputztes Gemüse klein würfelig schneiden (Bohnen und Erbsen bleiben ganz). Zwiebelwürfel kurz andünsten, eingeweichte Gerste und Gemüsegewürfel dazugeben, würzen und mit Weißwein löschen. Mit etwas heißer Suppe oder Gemüsefond aufgießen.

Gerste immer wieder mit etwas heißer Flüssigkeit aufgießen und cremig rühren bis die Gerste bissfest ist.

Am Ende Kräuter und Butter unter die Gerste rühren.

Tipp:

Das angerichtete Gerstenrisotto können Sie mit Schaffrischkäse und einem Schuss Olivenöl vor dem Servieren noch verfeinern.

Gerste ist ein Getreide mit nussigem Geschmack und wird in der modernen, gesunden Küche oft zu wenig beachtet.

Zutatenliste Gersten-Risotto

(ausgelegt für 4 Personen)

- 1 kleine Zwiebel, etwas Olivenöl
- 50 g Karotten
- 50 g Zucchini
- 50g Erbsen oder Fave-Bohnen
- 50g roto Peperoni
- 50 g Knollensellerie
- 1 Schuss Weißwein
- 1/2 l Wasser oder Gemüsesud
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL feingehackte Kräuter (Petersilie, Kerbel, Majoran)
- 20 g Butter

HEILPFLANZE DES MONATS

ARNIKA MONTANA

Die sommergrüne Heilpflanze Arnika montana ist eine winterharte, mehrjährige, ausdauernde Staude der Familie der Korbblütengewächse.

Die deutsche Bezeichnung „Bergwohlverleih“ und andere volkstümliche Namen wie „Fallkraut“, „Wundkraut“ oder „Bruchkraut“ lassen auf die Heilkräften der Pflanze schließen. Sie gedeiht in den Gebirgen Europas, kommt aber auch als Wiesenarnika in Nordamerika oder in Asien vor.

Die Heilpflanze wächst etwa 20 bis 60 Zentimeter hoch und überwintert in einem Wurzelstock, der dick, kräftig und schwarz gefärbt ist. Die meist ganzrandigen Blätter sind lanzettlich, grundständig und bilden ihre Rosetten im Frühjahr aus. Die aromatisch duftenden, großen, gelben Korbblüten blühen von Mai bis August.

VERWENDUNG ALS HEILPFLANZE

Arnika ist seit Jahrhunderten als natürliches Schmerzmittel bekannt. Die Blüten enthalten ätherisches Öl, Flavonoide und Sesquiterpenlactone, die entzündungshemmend und antiseptisch wirken. Selbst Schulmediziner schätzen die Wirkkraft dieser Heilpflanze gegen Schmerzen und Blutergüsse infolge von Verletzungen und Operationen. Fitness-Experten wiederum schwören auf

Arnika bei Muskelzerrungen. Arthritis-Patienten finden in ihr oft eine verträgliche Alternative zu synthetischen Schmerzmitteln.

In Österreich gehört die Arnika zu einer der bekanntesten Heilpflanzen. Im Gegensatz zu anderen pflanzlichen Präparaten, die nur ein bestimmtes Leiden beheben können, reicht das Anwendungsspektrum dieser Heilpflanze von Muskel-, Rücken- und Gelenkschmerzen, über Blutergüsse, Schwellungen und Hämorrhoiden bis zur nervlichen Beruhigung in emotionalen Stresssituationen, was Arnika zur idealen Besetzung im Erste-Hilfe-Kasten macht.

Ab dem 18. Jahrhundert wurde Arnika bei Beschwerden und Krankheiten eingesetzt, missbräuchlich auch als Abortivum. Heute gibt es Arnika für die äusserliche Anwendung als Salbe, Creme, Gel, Öl oder Tinktur. Wegen der Toxizität sollten Tinkturen und Auszüge aus Arnikablüten nicht innerlich angewendet werden. Auch im Tee können die Blüten zu Vergiftungen führen. Bei allgemeinen, stärkeren Schmerzen haben Arnika-Kügelchen, die man unter der Zunge zergehen lässt, eine effektive Wirkung. In dieser niedrigen Dosierung ist Arnika sowohl äusserlich als auch innerlich angewandt für Kinder, Erwachsene, Schwangere und ältere Menschen unbedenklich.

Die Pflanze kommt in Deutschland so selten vor, dass sie nicht gesammelt werden darf und unter Naturschutz steht. In Österreich geht man zwar nicht von einer Gefährdung aus, neuere Daten zeigen allerdings, dass sich der Bestand stark verschlechtert hat. Im Jahr 2001 wurde Arnika montana zur Heilpflanze des Jahres gewählt.



Foto: PULS-Archiv, ANZEIGE



Medizinische Pflege für empfindliche Haut.



Gehwol med. Sensitive

Sensitive-Wirkstoffkomplex mit MicroSilver BG™

- regeneriert die natürliche Hautflora
- Hochreine Silberionen wirken Keimbildung entgegen
- lindert Juckreiz, Hautbrennen & Rötungen
- auch bei Diabetes, Neurodermitis & Fuß- und Nagelpilz

AUS ÜBERZEUGUNG GEHWOL

Ab Februar in Ihrem Fußpflegeinstitut, Drogerie, Reformhaus, Apotheke und direkt unter www.cosmetic-gallery.at erhältlich!

Fordern Sie sich Ihr persönliches Testpaket unter service@cosmetic-gallery.at oder telefonisch unter 0800/808159 an.

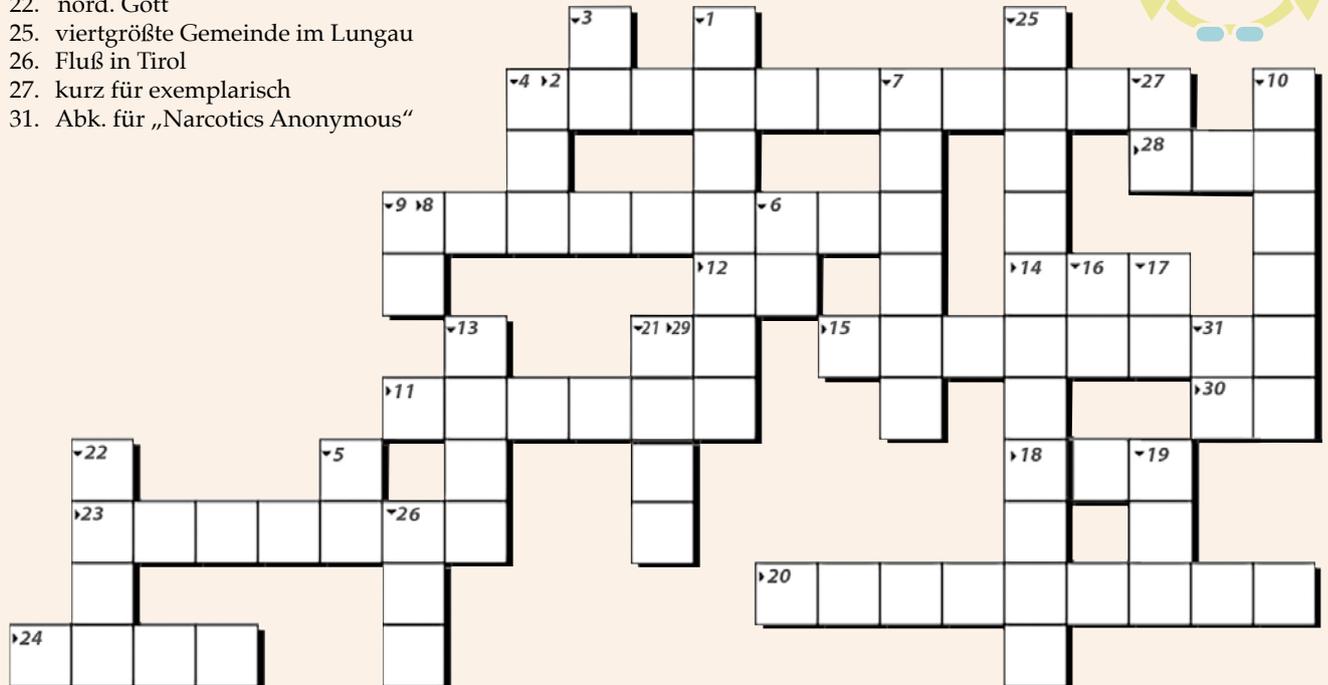
Salzburg-Rätsel

SENKRECHT

1. Dirigent (1908-1989)
3. chem. Zeichen für Natrium
4. Aufzählungszeichen
5. Abk. für eine dentale Hilfe
6. Präposition
7. Stadtteil Salzburg Stadt
9. Grußformel
10. ehemalige Buhlschaft
13. Zahl >3 und <22
16. Eselslaut
17. Doppelkonsonant
19. brit. Sänger (geb. 1951), „Josephine“
21. voll entwickelt
22. nord. Gott
25. viertgrößte Gemeinde im Lungau
26. Fluß in Tirol
27. kurz für exemplarisch
31. Abk. für „Narcotics Anonymous“

WAAGRECHT

2. Wo steht W. A. Mozarts Wohnhaus?
8. Salzburger Architekt (geb. 1930), Bildungshaus St. Virgil
11. Burg im Pongau
12. Abk. einer internationalen Fluglinie
14. unbestimmter Artikel
15. großer Markt in Salzburg
18. Possesivpronomen
20. lärmgeplagter Ort im Lungau
23. Bezirkshauptmannschaft im Bundesland Salzburg
24. Kulturzentrum in der Stadt Salzburg
28. nützliches Insekt, englisch
29. altägyptischer Gott
30. Flächenmaß



Auflösung: 1. Karajan, 2. Makartplatz, 3. Na, 4. Mal, 5. ZE (Zahnersatz), 6. um, 7. Parsch, 8. Holzbaner, 9. Hf, 10. Berger, 11. Werfen, 12. JM, 13. Zelm, 14. ein, 15. Schramme, 16. 1A, 17. NN, 18. dir, 19. Ren, 20. Zederhaus, 21. Eis, 22. Thor, 23. Hallein, 24. Arge, 25. Mauterndorf, 26. Imn, 27. zb, 28. bee, 29. Rn, 30. Ar, 31. NA

Der Gemeindearzt wird mitten in der Nacht gerufen. Er untersucht den aufgeregten Patienten: „Haben Sie schon Ihr Testament gemacht?“
Nein, Herr Doktor, ist es denn wirklich so schlimm?“ – „Lassen Sie bitte sofort einen Notar kommen und rufen Sie umgehend ihre nächsten Verwandten!“ – Heißt das, dass es mit mir zu Ende geht?“ – „Das nicht, aber ich will nicht der einzige sein, der mitten in der Nacht sinnlos aus dem Bett geholt wird!“



„Herr Doktor, ich hab da so ein Flimmern vor den Augen!“
„Ach, dann schauen Sie doch einfach nicht hin!“

Der Patient sagt zum Arzt:
„Herr Doktor, ich bin so wahnsinnig aufgeregt. Das ist meine erste Operation!“ Daraufhin meint der Arzt: „Ich kann Sie so gut verstehen. Mir geht es genau so.“

EISLER

Das Museum der Moderne Salzburg widmet dem Maler Georg Eisler eine umfassende Einzelausstellung.

Im Mittelpunkt der künstlerischen Arbeit Georg Eislers steht der Mensch – als individuelle Persönlichkeit wie auch als Teil einer Masse im sozialen Gefüge der anonymen Großstadt. Mit seiner Entscheidung, trotz der führenden Rolle der Abstraktion in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts weiterhin gegenständlich zu malen, knüpfte Georg Eisler nicht nur an die österreichische Moderne, sondern auch an die School of London an.

Eisler zeichnet gehetzte Fußgänger, Marktbesucher, gelangweilte Menschen in öffentlichen Verkehrsmitteln oder Voyeure in Bars. Daneben bilden Eislers Arbeiten zu öffentlichen Demonstrationen den Höhepunkt der Ausstellung. Unverblümt zeigt und kritisiert Eisler in seinen realistisch-expressiven Bildern die Willkür der Exekutive. Anlässlich einer großzügigen Schenkung des Georg und Alice Eisler-Stiftungsfonds für bildende Künstler und Komponisten präsentiert das Museum der Moderne noch bis Anfang April eine umfassende Ausstellung: „Georg Eislers politische Bilder haben bis heute nichts an Aktualität eingebüßt, weshalb wir dieser Werkgruppe auch ein besonderes Augenmerk widmen. Mit dieser Ausstellung, die noch bis Anfang April zu sehen ist, laden wir zu

Georg Eisler, Yardbird Suite, 1994, Öl auf Leinwand. © Rainer Iglar / Museum der Moderne Salzburg



einer Neubetrachtung seines Werks ein, insbesondere im Kontext der Wiederbelebung gegenständlicher expressionistischer Malerei“, so Sabine Breitwieser, Direktorin am Museum der Moderne Salzburg.

Georg Eisler floh zusammen mit seiner Mutter 1939 nach Großbritannien. Dort erfuhr er an diversen Kunstschulen seine erste künstlerische Prägung, insbesondere auch durch Privatunterricht bei Oskar Kokoschka. 1946 kehrte er als einer von wenigen Exilanten nach Wien zurück, wo er bei Herbert Boeckl mehrere Kurse besuchte. Georg Eisler verstarb am 15. Januar 1998 in Wien.

www.museumdermoderne.at

REINHEIT IN DER UNVOLLKOMMENHEIT



Jari Genser, Tick Tack, Fotoradiierung, 2015 © Andrew Phelps / Salzburger Kunstverein

Die Jahresausstellung der Mitglieder des Salzburger Kunstvereins läuft noch bis Anfang Februar im Künstlerhaus Salzburg unter dem Titel „Reinheit in der Unvollkommenheit“. Gezeigt werden die Kunstgenres Malerei, Zeichnung, Fotografie, Installation und Video. Wie im vergangenen Jahr ist auch die heurige Jahresausstellung wieder eine Verkaufsausstellung. Die Arbeiten von 17 KünstlerInnen laden dazu ein, entdeckt und auch erworben zu werden.

KünstlerInnen: Alexandra Baumgartner, Christian Ecker, Gertrud Fischbacher, Jari Genser, Renate Hausenblas, Stefan Heizinger, Eginhartz Kanter, Isabella Kohlhuber, Reinhart Mlineritsch, David Muth, Lilo Nein, Olena Newkryta, Simona Obholzer, Christiane Peschek, Psychwestern, Felix Pöchlhacker, Ingrid Schreyern.

www.salzburger-kunstverein.at

JÄNNER BIS MÄRZ 2018

KULTURVORSCHAU

EMILIA GALOTTI VON GOTTHOLD EPHRAIM LESSING

Premiere: Donnerstag, 18. Jänner, Studio | SALZBURG | Schauspielhaus | Erzabt-Klotz-Straße 4 |
Regie: Irmgard Lübke | Ausstattung: Andrea Kuprian | Spieltermine bis 13. März 2018
Besetzung: Kristina Kahlert, Harald Fröhlich, Susanne Wende, Simon Jaritz, Bülent Özdil.



ALFRED DORFER – „UND ...“

Samstag, 27. Jänner, 20:00 Uhr | SALZBURG | ARGEkultur | Ulrike-Gschwandtner-Str. 5 |
Salzburg-Premiere: Dorfer zeigt in seinem neuen Soloprogramm Momentaufnahmen vom Aufbrechen und Ankommen. Episoden aus der Nachbarschaft temporeich präsentiert.

TRIO TRARA – „FILM STILL“

Samstag, 27. Januar, 19:30 | TAMSWEIG | Schloss Kuenburg |
Peter Rom (Gitarre), Klemens Lendl (Geige) und Manu Mayr (Bass)
Moderne Wienermusik von cineastischer Bildhaftigkeit.



KRIEG DER TRÄUME – CLASH OF FUTURES

Premiere: 4. Februar | SALZBURG | Landestheater | Schwarzstraße 22 |
Inszenierung: C. Biermeier | Ausstattung: J. Luna | Choreographie: A. Heil | Spieltermine bis April 2018
Ein europäisches Fernseh- und Theaterprojekt nach Dreh- und Tagebüchern.

STIPSITS & RUBEY – „GOTT UND SÖHNE“

Mittwoch, 21. Februar, 20.00 Uhr | ZELL AM SEE | Ferry Porsche Congress Center |
Eine Firma bietet Glück in 30 Tagen. Was will sie dafür haben? Bloß einen kleinen Einblick in dein Leben,
Regie: Alfred Dorfer | Musik: Boris Fiala | Dramaturgie: S. Nolz & K. Strasser.



FLORIAN SCHEUBA – „FOLGEN SIE MIR AUFFÄLLIG“

Donnerstag, 1. März, 20:00 | SALZBURG | ARGEkultur | Ulrike-Gschwandtner-Str. 5 |
Salzburg-Premiere: Drei Jahre nach seinem Solo-Debüt zieht Florian Scheuba wieder Bilanz.
Ein Abend für Folger, Verfolgte und Unfolgsame.

HAPPY HOAGASCHT – LIVE IM NEXUS

Freitag, 30. März, 20:00 | SAALFELDEN | Kunsthaus NEXUS | Am Postplatz 1 |
Stefan Schipflinger, Florian Schwarzenbacher, Ludwig J. Schwarzenbacher, Mario Maierhofer |
Die 4 wahnwitzigen Mundarthelden aus dem Pinzgauer Innagebirg geben sich ein Stelldichein.



Flott unterwegs!



€299,-

Mit dem Edelweiß-Ticket für alle ab 63: Alle Öffis in Stadt und Land Salzburg nutzen um nur 299,- Euro im Jahr.



 edelweiß
ticket

www.salzburg-verkehr.at

