Patientenzeitschrift des Münchner Ärzte Praxisnetz West und Umgebung e.V. und des Helios Klinikums München West

GESUND
IN MÜNCHEN WEST

Ausgabe 19
Februar 2024

Ihr Exemplar zum Mitnehmen!

ACHTUNG RUTSCHIG!
Sturzgefahr im Winter

GUTER VORSATZ 2024
Regelmäßige Krebsvorsorge

WAHR ODER FALSCH?
10 Mythen über Darmkrebs

Münchner Ärzte
Praxisnetz West und Umgebung e.V.

Helios

Inhalt

IHRE GESUNDHEIT

4 Atemgesundheit im Winter
Wie kalte Luft unsere Lunge beeinflusst

6 Achtung rutschig!
Sturzgefahr im Winter

8 Hypakusis
Wie bitte?

10 Diabetes mellitus Typ 2
Erfolgsfaktor Gewichtsabnahme

12 Fit mit Fun
Sicher bewegen dank Koordinationstraining

18 Wahr oder falsch?
10 Mythen über Darmkrebs

20 Anerkennungsmanagement
Von Sternschnuppen und Leuchttürmen

22 Beckenbodenschwäche
Wenn die Lebensmitte ins Rutschen gerät

24 Endoprothetik
Erfahrung und Routine für bessere Behandlungsergebnisse

IM FOKUS

14 Guter Vorsatz 2024
Regelmäßige Krebsvorsorge

MENSCHEN IN MÜNCHEN WEST

16 Im Porträt: Andrea Keller
Stationsleitung Pflege in der Pneumologie im Helios Klinikum München West

AKTUELLES

13 Aus dem Praxisnetz Münchner Ärzte

17 Aus den Helios Kliniken Oberbayern

ÄRZTEVERZEICHNIS

26 Praxisnetz Münchner Ärzte

40 Helios Kliniken Oberbayern

ZEITVERTREIB

44 Rezept

45 Gewinnspiel

46 Kinder

47 Rätsel

IMPRESSUM

Herausgeber:
Münchner Ärzte Praxisnetz West
und Umgebung e. V.
Dr. Francisco X. Moreano (V. i. S. d. P.)
CONSULTOR!O Healthcare Management GmbH
August-Exter-Straße 4, 81245 München
Tel: 089 / 82 07 97 34
Fax: 089 / 82 07 97 35
kontakt@muenchner-aerzte.com
www.muenchner-aerzte.com

Helios Klinikum München West
Klinikgeschäftsführung:
Florian Aschbrenner
Steinerweg 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 92 0
Fax: 089 / 88 92 22 28

info.muenchen-west@helios-gesundheit.de
www.helios-gesundheit.de/muenchen-west

Redaktion:
Christiane Moreano, Ramona Siebert, Dr. Monika Rapp, Marten Deseyve, Martin Pechatscheck

Bildnachweis:
Kai Neunert, Andreas Köhler, Dr. Monika Rapp, Helios, stock.adobe: JenkoAtaman, Krakenimages.com, cocopix, Jo Panuwat D, Meeko Media, inspiring.team, Kiattisak

Satz und Layout:
Eileen Hehn Grafikdesign, Berlin

Druck:
Mühlbauer Druck GmbH
Benzstraße 1, 82178 Puchheim

FSC www.fsc.org MIX Papier aus verantwortungsvollen Quellen FSC® C106855

Gesund in München West erscheint in einer Auflage von 6.320 Exemplaren. Sie liegt zur kostenlosen Mitnahme in Mitgliedspraxen des Münchner Ärzte Praxisnetz West und Umgebung e. V. sowie im Helios Klinikum München West aus. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht notwendigerweise die Meinung der Redaktion wieder.

Die Zeitschrift mit allen darin enthaltenen Beiträgen und Abbildungen ist urheberrechtlich geschützt. Jeglicher Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit schriftlicher Genehmigung der Herausgeber und mit Angabe der Quelle gestattet. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist München.

Liebe Leserin, lieber Leser,

gehören Sie auch zu den Menschen, die mit guten Vorsätzen in das neue Jahr starten? Mehr Sport treiben, gesünder ernähren und abnehmen – das nehmen sich viele von uns jedes Jahr aufs Neue vor. Warum diese Vorsätze besonders gut für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden sind, erfahren Sie unter anderem in unserem Artikel zur Volkskrankheit Diabetes mellitus Typ 2 auf Seite 10.

Gerne möchten wir Ihnen zum Jahresbeginn noch zwei weitere gute Vorsätze nahelegen: Krebsvorsorge und Gesundheits-Check-ups. Je früher mögliche Krankheiten oder gesundheitliche Risiken erkannt werden, desto schneller können medizinische Maßnahmen ergriffen werden. Auf Seite 14 klären Sie unsere Experten über die wichtigsten Krebsfrüherkennungsuntersuchungen auf. Auf der Rückseite dieses Heftes finden Sie einen Gesundheitsvorsorgekalender für das Jahr 2024 zum Raustrennen. So haben Sie immer im Blick, welche Untersuchungen Sie wann durchführen lassen sollten.

Der Winter begleitet uns in München bereits seit Anfang Dezember, damals mit so viel Schnee, wie selten. Frostig ist es seither meist geblieben. So schön die kalte Jahreszeit auch ist, sie stellt viele Menschen vor gesundheitliche Herausforderungen. Wetterbedingt kommt es im Winter vermehrt zu Stürzen mit Prellungen, Zerrungen oder Knochenbrüchen. Wie Sie Ausrutschern vorbeugen und sich vor Verletzungen schützen können, lesen Sie ab Seite 4. Die dazu passenden Koordinations- und Gleichgewichtsübungen finden Sie in unserer Fit-mit-Fun-Kolumne.

Vor großen Herausforderungen steht derzeit auch das deutsche Gesundheitssystem. Viele Teams in Krankenhäusern und Praxen, aber auch die Patientinnen und Patienten blicken mit Spannung auf die kommenden Veränderungen. Seien Sie versichert, dass wir gut aufgestellt sind und unser Bestes geben, damit Sie auch in Zukunft optimal versorgt sind. Eine Übersicht über die Haus- und Fachärzt:innen des Praxisnetzes Münchner Ärzte und die leitenden Ärzt:innen der Helios Kliniken in Oberbayern finden Sie wie gewohnt in unserem Ärzteverzeichnis.

Wir wünschen Ihnen eine entspannte Lektüre – am besten mit einem wärmenden Heißgetränk von unserer Rezeptseite in der Hand – und hoffen, dass Sie unsere vielfältigen Themen motivieren, sich dieses Jahr besonders gut um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu kümmern. In diesem Sinne – bleiben Sie gesund!

Dr. Francisco X. Moreano
Strategieberater des Praxisnetzes Münchner Ärzte
CONSULTOR!O Healthcare Management

Florian Aschbrenner
Klinikgeschäftsführer
Helios Klinikum München West

ATEMGESUNDHEIT IM WINTER:

Wie kalte Luft unsere Lunge beeinflusst

In der kalten Jahreszeit stehen viele Menschen vor gesundheitlichen Herausforderungen. Neben Eis und Schnee und den damit verbundenen Unfallgefahren gibt es einen weiteren unsichtbaren Risikofaktor: die kalte Luft und ihre Auswirkungen auf unser Bronchialsystem. Die Internistin Dr. Kerstin Dziuk erklärt, warum eisige Temperaturen eine Herausforderung für unsere Lunge darstellen und wie Sie sich schützen können.

„Im Winter ist die Luft in hiesigen Gefilden mal kalt und trocken, aber auch feucht und neblig – beides reizt die Atemwege. Für Menschen mit einer gesunden Lunge stellt dies meist kein Problem dar. Wer empfindliche Bronchien hat oder an Erkrankungen wie COPD oder Asthma leidet, spürt die Auswirkungen deutlicher und sollte besondere Vorsichtsmaßnahmen treffen“, erklärt Dr. Kerstin Dziuk.

Auswirkungen auf Lungenpatient:innen

Asthma ist eine chronische Atemwegserkrankung, die zu einer anfallsartigen Verengung der Atemwege und damit zu Husten und Luftnot führen kann. Bei COPD handelt es sich um eine fortschreitende Atemwegs- und Lungenerkrankung, bei der meistens die unteren Atemwege verengt und chronisch entzündet sind. COPD-Betroffene leiden an Atemnot, Husten und vermehrter Schleimproduktion.

„Frostiges Wetter kann diese Symptome verstärken. Der Grund: Kalte Luft ist oft trocken und kann die empfindlichen Schleimhäute der Atemwege reizen. Außerdem ziehen sich beim Einatmen von kalter Luft die Bronchien zusammen. Diese sind bei Lungenpatient:innen mit z. B. Asthma oder COPD sowieso schon verengt. Deshalb kann es zu vermehrten Beschwerden wie Husten und Atemnot kommen“, so die Internistin.

Atemproblemen vorbeugen

Um Atembeschwerden in der kalten Luft zu vermeiden, sollten Menschen mit empfindlicher Lunge einen Schal vor Mund und Nase tragen, um die Luft zu erwärmen und zu befeuchten.

Für Asthmatiker:innen ist es außerdem ratsam, vor dem Gang nach Draußen ein bronchienerweiterndes Spray mitzunehmen, da gerade der Übergang von warmen Räumen in die Kälte das Atmen erschweren kann. Ggf. ist eine kurzfristige Dosiserhöhung des Asthmasprays ratsam. COPD-Betroffene sollten in der kalten Jahreszeit anstrengende Aktivitäten im Freien begrenzen und, wenn nötig, mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt sprechen, um ihren Behandlungsplan entsprechend anzupassen.

Zu Hause ist es für Lungenpatient:innen, aber auch Menschen ohne Vorerkrankungen, wichtig, regelmäßig zu lüften und für ausreichende Luftfeuchtigkeit, etwa mit Hilfe eines Raumluftbefeuchters, zu sorgen. Denn eine zu trockene Heizungsluft führt zu einer Austrocknung der Atemwegsschleimhaut und das wiederum zu mehr Hustenreiz. Auch die Infektabwehr wird durch schlechtes Raumklima geschwächt.

Dr. med. Kerstin Dziuk
Fachärztin für Innere Medizin
ZIM - Zentrum für Integrative Medizin
Ärzteverzeichnis, S. 32

Auch im Winter genügend bewegen

Selbst bei Gesunden kann das Einatmen größerer Mengen kalter Luft, zum Beispiel bei einem Winterspaziergang oder einer Joggingrunde, das Bronchialsystem auskühlen und zur Verengung der Atemwege führen. Dennoch sind Bewegung und Sport im Winter wichtig für unseren Körper, denn unsere Gesundheit ist besonders in den kalten Monaten vielen Angreifern, in Form von Bakterien und Viren, ausgesetzt.

Dr. Dziuk ist als Expertin für präventive Sportmedizin großer Fan von Frischluft-Fitness: „Wer sich im Winter sportlich betätigt, stärkt das Immunsystem und leidet so unter weniger Infekten. Auch bei Minusgraden können Sie Ausdauersportarten, wie Joggen, Radeln oder Walken, nachgehen. Wichtig dabei sind jedoch die richtige Funktionskleidung, die hilft die Körpertemperatur zu regulieren, sowie eine ausreichende Aufwärmphase, um Muskelzerrungen zu vermeiden. Im Winter sollte das Lauftraining zudem langsamer sein und man sollte das Stretching danach an einen warmen Ort verlegen, um nicht zu schnell auszukühlen.“

Ice, ice, Baby!

Diese Tipps helfen Ihnen, der Kälte zu trotzen:

1. Warm anziehen ist die beste Strategie gegen die Kälte. Es dürfen mehrere Lagen sein – und vor allem auch den Kopf und die empfindlichen Hände schützen.
2. Nehmen Sie einen heißen Tee zu sich, bevor Sie an kalten Tagen das Haus verlassen. Dies erwärmt den Brustkorb und somit auch die hereinströmende Luft.
3. Tragen Sie beim Atmen einen Schal vor dem Mund. So wird die Luft erwärmt und befeuchtet, bevor sie in die Bronchien gelangt.
4. Atmen Sie bewusst durch die Nase ein. Dadurch wird die Atemluft angefeuchtet und besser erwärmt.
5. Für Asthmatiker:innen oder COPD-Betroffene: Tragen Sie Ihre Notfallmedikamente stets bei sich, damit Sie sie bei einem Vorfall immer griffbereit haben.

Tipp:

Rezepte für leckere und gesunde Heißgetränke, die uns ordentlich durchwärmen, finden Sie auf Seite 44.

Achtung rutschig! Sturzgefahr im Winter

Der Winter bringt nicht nur Schneelandschaften und gemütliche Abende am Kamin mit sich, sondern auch eine erhöhte Sturzgefahr. Jedes Jahr erleiden viele Menschen im Winter Prellungen, Zerrungen oder Knochenbrüche, die oft unangenehme Folgen haben können. Der Orthopäde und Unfallchirurg Dr. Detlef Mansel klärt auf, wie Sie Stürzen vorbeugen und sich vor Verletzungen schützen können.

Steigende Sturzgefahr im Winter
In den Wintermonaten ist es länger dunkel und Straßen und Gehwege werden durch Eis, Schnee oder nasses Laub rutschig. Das erhöht das Risiko von Stürzen und somit auch von Verletzungen. Typisch sind bei Kindern Kopfverletzungen und Prellungen oder Brüche im Bereich der Arme. Bei erwachsenen Patientinnen und Patienten kommt es beim Versuch, sich abzufangen, eher zu Brüchen der Unterarme und der Schultern, zu Wirbelkörper- und Oberschenkelfrakturen. Besonders gefährdet sind ältere Menschen, deren Knochen bereits an Dichte verloren haben und die sich weniger sicher auf den Beinen fühlen.

Hetzen auf Schnee und Eis – keine gute Idee!

- Werktags zwischen 6 Uhr und 8 Uhr besteht das höchste Risiko, sich bei einem Stolperunfall auf Eis oder Schnee zu verletzen. Dann passiert rund ein Viertel aller Schnee- und Glatteis-Stolperunfälle eines Arbeitstages.
- An freien Tagen konzentrieren sich diese Unfälle auf den späten Vormittag und frühen Nachmittag.
- Die meisten der Stolperunfälle auf schnee- und eisbedecktem Terrain passieren im Januar.

Tipp:
In unserer Fit-mit-Fun-Rubrik auf Seite 12 zeigen wir Ihnen einfache und wirksame Übungen zur Sturzprävention!

DIE ERSTEN SCHRITTE ZUR PRÄVENTION

Die Sturzgefahr im Winter ist real, aber mit gezielten Maßnahmen können Sie Ihr Risiko erheblich reduzieren und den Winter sicher und verletztungsfrei genießen.

Knochendichtemessung
Um Ihr individuelles Risiko für Knochenbrüche zu ermitteln, kann eine Knochendichtemessung durchgeführt werden. Diese Untersuchung ermöglicht es Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, die Dichte Ihrer Knochen zu bestimmen und festzustellen, ob Sie an einer Osteoporose leiden. Osteoporose ist eine Erkrankung, die die Knochen schwächt und das Risiko von Brüchen erhöht – der Knochen ist, vereinfacht gesagt, „zu weich". Eine rechtzeitige Diagnose ermöglicht eine gezielte Therapie und Prävention. Zahlreiche Osteoporose-Medikamente stehen bei der Osteoporose-Therapie zur Verfügung. Die unterschiedlichen Wirkstoffe bremsen entweder den übermäßigen Knochenabbau oder fördern den Knochenaufbau und stabilisieren dadurch die Knochen. Ernährung, die reich an Kalzium und Vitamin D ist, kann ebenfalls zur Stärkung Ihrer Knochen beitragen. Im Winter kann die Einnahme von Vitamin-D-Tabletten sinnvoll sein, da durch die verringerte Sonneneinstrahlung und langärmelige Kleidung nur wenig Vitamin D in der Haut gebildet werden kann.

Muskelaufbau für starke Knochen
Der Muskelaufbau spielt eine entscheidende Rolle bei der Vorbeugung von Knochenbrüchen. Starke Muskeln unterstützen die Knochen und verbessern die Stabilität. Regelmäßiges Training, das sowohl Kraft- als auch Ausdauerübungseinheiten enthält, kann Ihre Muskeln stärken. Besprechen Sie mit Ihre:r Ärzt:in oder eine:r Physiotherapeut:in, welche Übungen für Sie am besten geeignet sind. Es gibt hierfür auch Angebote von Sportvereinen oder kommerziellen Anbietern, die unter Umständen auch von Ihrer Krankenkasse unterstützt werden.

Koordination und Balancetraining
Die Verbesserung Ihrer Koordination und Balance kann Ihnen helfen, Stürze zu vermeiden. In einem speziellen Training können Sie gezielte Übungen erlernen, die Ihre Stabilität und Reaktionsfähigkeit steigern. Dies ist besonders wichtig, da Stürze oft in Situationen auftreten, in denen schnelles Handeln erforderlich ist.

Gutes Schuhwerk für sichere Schritte
Ihr Schuhwerk spielt eine entscheidende Rolle, um Stürze im Winter zu verhindern. Achten Sie darauf, dass Ihre Winterstiefel eine rutschfeste Sohle haben und ausreichend Halt bieten. Halten Sie Ihr Schuhwerk stets in gutem Zustand, und entfernen Sie Blätter, Schnee und Eis von den Sohlen.

Eile mit Weile
Vermeiden Sie es in Eile zu sein. Gehen Sie langsam und bedacht. Wenn Sie sich unsicher fühlen, nutzen Sie Gehhilfen wie Gehstöcke oder ggf. einen Rollator. Achten Sie auf die Wettervorhersage und planen Sie Ihre Wege sorgfältig. Vermeiden Sie es nach Einbruch der Dunkelheit allein unterwegs zu sein.

Dr. med. Detlef Mansel
Facharzt für Orthopädie, Chirurgie, Unfallchirurgie
Ärzteverzeichnis, S. 36

Wann gilt man als schwerhörig?
Als schwerhörig gilt man, wenn man eine Einschränkung des Hörvermögens hat. Die Sprache und Geräusche können dann nur noch eingeschränkt wahrgenommen und verstanden werden.

Was sind die häufigsten Ursachen für Schwerhörigkeit?
Schwerhörigkeit und Hörminderungen können viele verschiedene Ursachen haben. Bei vielen Menschen nimmt das Gehör mit dem Alter ab. Aber auch Lärm durch zu laute Musik, laute Motoren oder zu laut eingestellte Kopfhörer kann eine Schwerhörigkeit verursachen. Weitere Faktoren können eine Vererbung, eine Erkrankung des Gehörapparates, eine Verstopfung des Gehörgangs, Infektionen, Medikamente, Beeinträchtigungen durch einen Unfall, Alkohol und Rauchen sein. Ein Hörverlust kann angeboren sein oder erst im Alter entstehen, er kann plötzlich auftreten oder sich schleichend entwickeln.

HYPAKUSIS:

Wie bitte?

Haben Sie schonmal von Hypakusis gehört?
Wahrscheinlich schon, nur ist Ihnen diese weitverbreitete Erkrankung wohl eher unter dem Begriff Schwerhörigkeit bekannt. Rund 16 Millionen Menschen in Deutschland sind von einer Hörminderung betroffen. Dr. Bettina Böhm aus Germering beantwortet die häufigsten Fragen, die ihr als Hals-Nasen-Ohren-Ärztin zu diesem Thema gestellt werden.

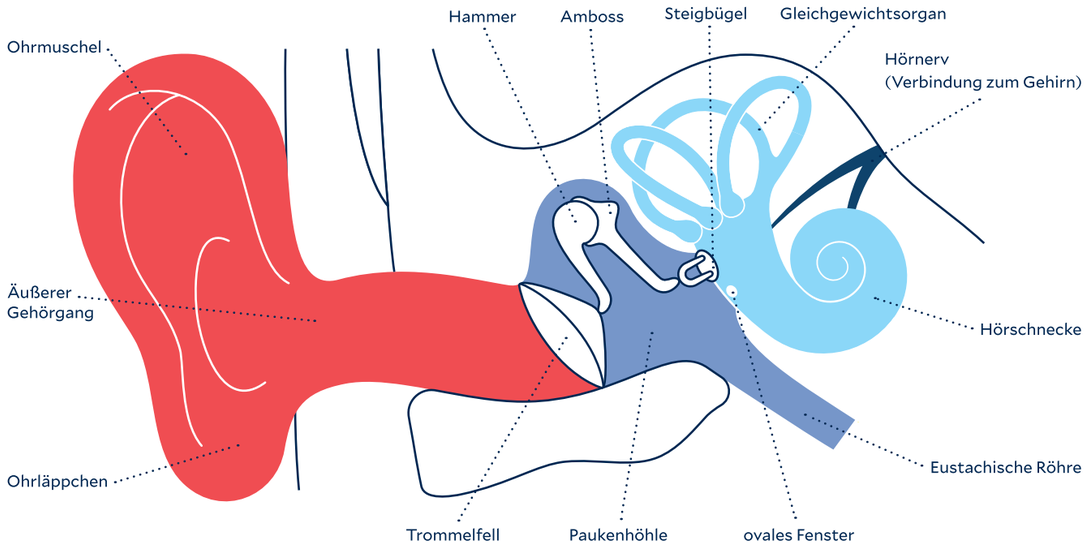
Wann und an wen wende ich mich, wenn mein Gehört nachlässt?
Schon beim ersten Anzeichen einer Hörschwäche sollten Sie einen Hörtest vornehmen lassen. Dabei bestimmt ein:e Hals-Nasen-Ohren-Ärzt:in (HNO-Ärzt:in) die Art und den Grad des Hörverlusts für jedes Ohr einzeln und erstellt ein Audiogramm. Zunächst wird das Hörvermögen für Töne, danach das Sprachverständnis überprüft. In den meisten Fällen ist eine Schallempfindungsstörung für die Hörschädigung verantwortlich.

Wie wird Schwerhörigkeit behandelt?
Je nachdem, wie stark das Hören eingeschränkt ist und welche Bereiche der Ohren betroffen sind, können Hörgeräte, eine Ohroperation oder Hörprothesen (Cochlea-Implantate) die Hörfähigkeit und damit die Lebensqualität wieder verbessern.

Ist Schwerhörigkeit heilbar?
Nein, Schwerhörigkeit ist leider nicht heilbar. Es gibt aber wichtige Gründe, bei zunehmender Schwerhörigkeit mit Hilfe von Hörsystemen gegenzusteuern. Denn wenn ein Hörverlust rechtzeitig erkannt und ausgeglichen wird, werden die kognitiven Fähigkeiten der Betroffenen weiterhin trainiert und sie erlangen eine nahezu normale Hörfähigkeit. Bleibt der Hörverlust dagegen zu lange unerkannt und unbehandelt, beginnen die betroffenen Gehirnbereiche sich umzustrukturieren und die kognitiven Fähigkeiten zum selektiven Hören gehen verloren.

Wie funktioniert das Ohr?

Unsere Sinne machen uns als Menschen aus – ein zentrales Element darin ist unser Gehör. Das Ohr nimmt Schallwellen auf, formt diese in elektronische Impulse um und leitet sie entlang des Hörnervs zum Gehirn. Dort werden Töne, Geräusche und Sprache schließlich aufgenommen, verarbeitet und interpretiert. Unser Hörsinn hilft uns auch, Warnsignale zu empfangen, beispielsweise das Martinshorn im Straßenverkehr.



AUSSENOHR MITTELOHR INNENOHR

Bleiben Sie in Kontakt!

Schwerhörigkeit ist in unserer Gesellschaft teils noch ein Tabu. Menschen mit Handicap fühlen sich oft ausgegrenzt. Dabei reichen ein paar einfache Regeln und eine Portion Offenheit, um viele Hindernisse aus dem Weg zu räumen. Einige Tipps erleichtern den Dialog bei einem Hörhandicap.

* Verheimlichen Sie Ihre Schwerhörigkeit nicht, das führt schnell zu unnötigen Missverständnissen.
* Bitten Sie Ihre Gesprächspartner:innen,, nicht lauter, sondern deutlicher zu sprechen.
* Bitten Sie Ihre Gesprächspartner:innen, sich Ihnen beim Sprechen zuzuwenden, damit Sie die Möglichkeit zum Lippenlesen haben.

„Gutes Hören ist echte Lebensqualität."

Dr. med. Bettina Böhm
Fachärztin für
Hals-Nasen-Ohrenheilkunde
HNO-Gemeinschaftspraxis Germering
Ärzteverzeichnis, S. 31

DIABETES MELLITUS TYP 2:

Erfolgsfaktor Gewichtsabnahme

Bei einem Typ-2-Diabetes sind die Zuckerwerte im Blut erhöht. Unbehandelt kann die Erkrankung akute Stoffwechselentgleisungen und gesundheitliche Langzeitschäden nach sich ziehen. Ein veränderter Lebensstil und eine Behandlung mit Medikamenten können das verhindern. Welch wichtige Rolle insbesondere die Gewichtsabnahme für Diabetiker spielt, erklärt Dr. Johann Brand, Diabetologe aus Pasing.

Diabetes mellitus Typ 2 ist eine weit verbreitete Volkskrankheit – Tendenz steigend. Woran liegt das?
Eine der häufigsten Ursachen für Diabetes mellitus Typ 2 ist ein ungesunder Lebensstil und Übergewicht. Wenn man zu viel wiegt, muss der Körper mehr Insulin produzieren, damit dieser den Blutzucker senken kann. Irgendwann kann der Körper dies allein nicht mehr schaffen und der Blutzucker bleibt zu hoch. Deshalb ist es wichtig, auf sein Gewicht zu achten, wenn man Diabetes hat oder diese Krankheit vermeiden will.

Inwieweit wirkt sich eine Gewichtsreduktion positiv aus?
Abnehmen kann bei Diabetes mellitus Typ 2 viele Vorteile haben. Zum Beispiel sinkt der Blutzucker, weil die Zellen wieder besser auf das Insulin reagieren können. Man braucht weniger Tabletten oder Spritzen, um den Blutzucker zu kontrollieren. Außerdem sinkt das Risiko für einen Herzinfarkt, Schlaganfall oder andere Folgen von Diabetes. Insgesamt fühlt man sich fitter, wohler und selbstbewusster.

Bei der medikamentösen Behandlung von Diabetes Typ 2 und bei starkem Übergewicht gilt der Wirkstoff Semaglutid als sehr wirksam. Wann und wie ist ein Einsatz sinnvoll und sicher?
Der Wirkstoff Semaglutid, wie z. B. in den Medikamenten Ozempic und Wegovy enthalten, ähnelt dem körpereigenem Hormon GLP-1, das im Zwölffingerdarm produziert wird. Dieses Hormon wirkt im Gehirn, erzeugt ein Sättigungsgefühl, bremst somit den Heißhunger und verzögert die Magenentleerung, was ebenfalls zu einem verlängerten Sättigungsgefühl beiträgt und einen Gewichtsverlust unterstützen kann.
Semaglutid dockt außerdem in der Bauchspeicheldrüse an bestimmte Rezeptoren an, die dafür sorgen, dass die Insulinproduktion und -sekretion wieder verbessert wird und sich der Blutzuckerspiegel normalisiert – aber nur, solange das Medikament regelmäßig gespritzt wird. Semaglutid ist also als Ergänzung zur Diät und körperlichen Aktivität, sowie evtl. als Ergänzung zu anderen antidiabetisch wirksamen Medikamenten eine sehr wirksame Substanz, um den Blutzuckerspiegel bei Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2 zu kontrollieren und gleichzeitig das Gewicht zu reduzieren.

Man liest vermehrt von Missbrauch dieser Medikamente durch grundsätzlich gesunde Menschen, um schnell Abnehmerfolge zu erzielen. Ein gefährlicher Trend?
Das haben wir in der Tat vor allem mit der Zulassung neuer Semaglutid-Medikamente zur Gewichtsreduktion, wie kürzlich Wegovy auf dem deutschen Markt, beobachtet. Grundsätzlich gilt, dass Ozempic nur für die Diabetes-Typ-2-Therapie zugelassen ist und zusätzlich zu einer Ernährungsumstellung und Bewegung verordnet werden kann. Wegovy darf bei einer diagnostizierten Adipositas, also bei einem Body-Mass-Index (BMI) von über 30 verordnet werden, oder bei gewichtsbedingten Begleiterkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen ab einem BMI von 27. Ein Missbrauch durch Menschen, die schnell ein paar überflüssige Pfunde verlieren wollen, kann in sehr seltenen Fällen, aber dennoch, schwerwiegende gesundheitliche Folgen haben.

Was zählt zu den gesundheitlichen Risiken?
Wenn Semaglutid bei Menschen mit Typ-2-Diabetes in Kombination mit Substanzen eingesetzt wird, die von sich aus das Risiko haben, Unterzuckerungen zu verursachen, können Unterzuckerungen schneller und stärker auftreten. Deshalb müssen in Rücksprache mit dem/der Hausärzt:in oder Diabetolog:in andere Medikamente ggf. in der Dosis reduziert oder abgesetzt werden. Dies gilt insbesondere für Insuline und Sulfonylharnstoffe (z. B. Glimepirid oder Glibenclamid).

Welche weiteren Folgen können im Zusammenhang mit Semaglutid auftreten?
Unabhängig davon, ob ein Diabetes vorliegt oder nicht, kann es bei längerer Anwendung von Semaglutid bei allen Menschen in sehr seltenen Fällen zu vermehrter Gallensteinbildung mit den sich evtl. daraus entwickelnden Komplikationen kommen.

Einige Stimmen warnen auch vor dem Risiko einer Bauchspeicheldrüsenerkrankung. Zu Recht?
Bauspeicheldrüsenentzündungen treten extrem selten auf und werden in der Praxis kaum beobachtet. Die Auslösung von Bauchspeicheldrüsenkrebs in Folge der Anwendung von Semaglutid wird in der Praxis ebenfalls nicht beobachtet. In einer Studie wurde eine leichte Zunahme von Schilddrüsenkrebs beobachtet. Ob bei einer zunehmenden Anzahl von Menschen, die Semaglutid anwenden, eine messbare Zunahme dieser Erkrankungen die Folge sein wird, wird sich erst in Zukunft erweisen. Aktuell gibt es aber keinen Anhalt dafür.
Auf jeden Fall sollte vor dem Einsatz dieses Medikaments bei positiver Eigenanamnese für Bauchspeicheldrüsenentzündung oder Bauchspeicheldrüsenkrebs sowie bei einer positiven Familienanamnese für Schilddrüsenkrebs und bestimmten Erkrankungen, die damit verbunden sind, zusammen mit dem/der Hausärzt:in oder Diabetolog:in eine Risikoabschätzung vorgenommen werden, ob diese Substanz eingesetzt wird oder nicht.

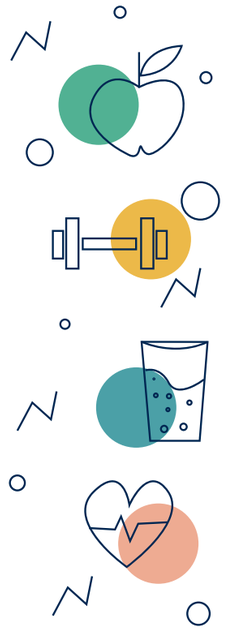
Wie stehen Sie zu einem Einsatz von Semaglutid bei übergewichtigen Menschen?
Ob die Anwendung von Semaglutid bei Übergewicht oder Adipositas, ohne dass ein Diabetes mellitus vorliegt, sinnvoll oder ethisch vertretbar ist, muss von Ärzt:in und Patient:in gemeinsam entschieden werden. Auf jeden Fall verknappt man dadurch die zur Verfügung stehende Menge von Semaglutid, was zur Folge haben kann, dass für Menschen mit Diabetes mellitus 2 – wie aktuell – ein deutlicher Versorgungsengpass auftreten kann.

Dr. med Johann Brand
Facharzt für Diabetologie
Diabetes Pasing
Ärzteverzeichnis, S. 30

Wie kann man abnehmen, wenn man Diabetes hat?

Es gibt kein Geheimrezept, aber ein paar einfache Tipps, die helfen können:

- Essen Sie gesund und ausgewogen. Das heißt, viel Gemüse, Obst, Vollkornprodukte, mageres Fleisch, Fisch, Milchprodukte und gesunde Fette.
- Vermeiden Sie zu viel Zucker, Salz, Fett und Alkohol.
- Essen Sie nicht zu viel auf einmal, sondern lieber mehrere kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt. Das hält den Blutzucker stabiler und verhindert Heißhungerattacken.
- Trinken Sie viel Wasser oder ungesüßte Tees. Das füllt den Magen und spült die Nieren durch.
- Bewegen Sie sich regelmäßig. Das verbrennt Kalorien, baut Muskeln auf und senkt den Blutzucker. Suchen Sie sich eine Sportart, die Ihnen Spaß macht.
- Setzen Sie sich realistische Ziele. Sie müssen nicht gleich 20 Kilo abnehmen, um einen Unterschied zu spüren. Schon 5 bis 10 Prozent weniger Gewicht können viel bewirken.



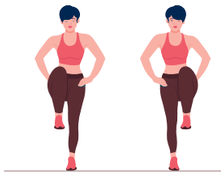
FIT mit Fun

Sicher bewegen dank Koordinationstraining

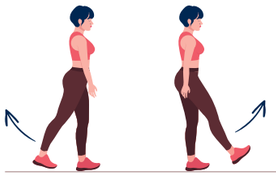
Florian Rädler
Dipl.-Sportwissenschaftler
ESV Neuaubing e. V.
www.esv-neuaubing.de

Koordinationstraining macht nicht nur Spaß, sondern trainiert auch die tieferliegenden Muskeln, die für die Stabilität der Gelenke verantwortlich sind. Dadurch verbessert sich unsere Haltung, Gelenke werden gestärkt und Verspannungen wird vorgebeugt. Des Weiteren wird die Zusammenarbeit von Sinnesorganen wie z. B. den Augen mit dem peripheren und zentralen Nervensystem sowie mit der Muskulatur trainiert. So nehmen wir Veränderungen in der Umgebung schneller wahr und können rasch und adäquat auf eine unvorhersehbare Situation, z. B. Ausrutschen auf einer Eisplatte, reagieren.

Sturzprophylaxe mit Übungen für Balance und Kraft



Gleichgewichtstest:
Einbeinstand
- mit offenen Augen 10 s stehen: gut
- mit geschlossenen Augen 10 s stehen: sehr gut
Beide Beine testen.



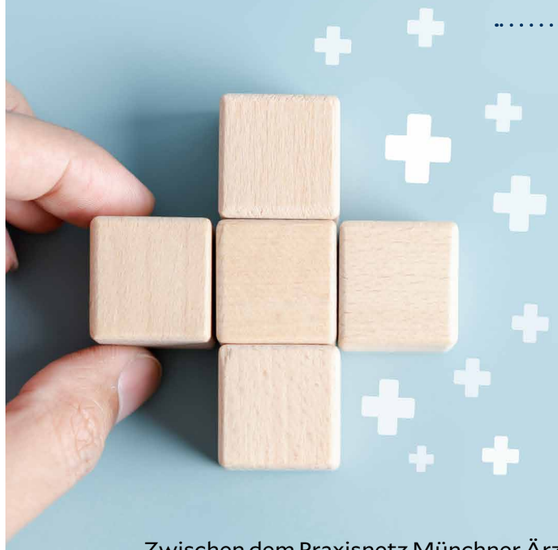
Einbeinstand:
Ein Bein vor und zurückschwingen. Arme schwingen locker mit. Nach ca. 30 s Bein wechseln.

Radeln und Kreisen:
Ein Bein fährt vorwärts Fahrrad und Arme kreisen rückwärts umeinander. Nach ca 30 s Bein wechseln.

Walk and Watch:
Auf einer Linie vorwärts und rückwärts gehen. Dabei langsam den Kopf drehen und weit nach links und rechts schauen.

Kopf und Knie:
Auf einer Linie gehen. Abwechselnd und diagonal Hand zum Knie führen. Bei jeder Berührung von 100 in 7er-Schritten rückwärts rechnen.

Gerade für heranwachsende Kinder und Jugendliche sowie für Senior:innen (Stichwort Sturzprophylaxe) ist das Koordinationstraining ein Muss. Aber auch Patient:innen mit neurologischen Erkrankungen wie z. B. Multiple Sklerose profitieren von diesen Übungen. Bei Menschen mit Gangunsicherheit, Schwindel oder nach Operationen der Extremitäten (z. B. Knieprothese) kann Koordinationstraining den Heilungsprozess unterstützen.



Patientenversorgung im Münchner Westen:

Diese zusätzlichen Leistungen erhalten AOK-Versicherte

Zwischen dem Praxisnetz Münchner Ärzte und der AOK besteht ein qualitätsorientierter Vertrag zur besonderen Versorgung von Patientinnen und Patienten. Dieser Vertrag bietet eingeschriebenen AOK-Versicherten die Möglichkeit, die folgenden Zusatzleistungen kostenfrei in Anspruch zu nehmen:

- ✓ Jährliche erweiterte Gesundheitsuntersuchung (GU) ab dem 36. Lebensjahr inkl.
  - EKG im Rahmen der GU
  - Ultraschall des Bauches im Rahmen der GU
  - Laboruntersuchungen im Rahmen der GU
- ✓ Besondere Mitwirkung bei der Entscheidung zusammen mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt, welche Therapie für Sie geeignet ist
- ✓ Krankheitsfrüherkennung durch speziell entwickelte Beratungsmodule und Screening
- ✓ Individuelle Medikationsberatung
  - bei mehr als 5 Arzneimitteln
  - als chronisch Erkrankte
  - nach einem Geriatrie- oder/und Reha-Aufenthalt
- ✓ Feststellung Ihrer allgemeinen Sport- und Leistungsfähigkeit
- ✓ Adipositas Erst- und Folgeberatung ab 18 Jahren
- ✓ Erst- und Folgeberatung zu psychischen Erkrankungen (Schwerpunkt Angst und Depression)
- ✓ Klimasensible Gesundheits- und Arzneimittelberatung

Voraussetzung ist, dass sowohl Sie als Patient:in als auch Ihr:e Haus-/Fachärzt:in am Vertrag teilnehmen. Sprechen Sie Ihre:n Ärzt:in aus dem Praxisnetz gerne für weitere Informationen und auf eine mögliche Vertragsteilnahme am AOK-Vertrag an!

GUTER VORSATZ:

Regelmäßige Krebsvorsorge

Krebserkrankungen gehören nach wie vor zu den häufigsten Todesursachen. Dabei lassen sich heute viele Krebsarten erfolgreich behandeln – vorausgesetzt, sie werden frühzeitig erkannt. Vorsorgeuntersuchungen sind deshalb das A und O, um die Überlebenschancen zu erhöhen. Die Mediziner Prof. Fuat Oduncu und Peter Eder geben eine Übersicht über die wichtigsten Termine im Vorsorgekalender.

Warum Früherkennung wichtig ist
Eine Krebserkrankung ist tückisch: Sie entwickelt sich im Stillen, die Betroffenen sind oft lange Zeit beschwerdefrei und merken erst spät, was in ihrem Körper vorgeht. Gerade bei bösartigen Wucherungen ist jedoch der Zeitpunkt der Diagnose entscheidend, denn: Wird ein Krebs früh erkannt, sind die Heilungschancen oft gut.

> Gutartige Krebsvorstufen oder kleine, begrenzte Veränderungen des Gewebes lassen sich besser therapieren als große Tumore, die womöglich bereits gestreut haben.

Prof. Dr. med. Dr. phil. Fuat S. Oduncu, MA, EMB, MBA
Chefarzt für Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin
Ärzteverzeichnis, S. 42

Vorsorge im Blick:
Einen Kalender mit diesen und anderen wichtigen Vorsorgeuntersuchungen finden Sie auf der Rückseite dieses Heftes zum Heraustrennen.

Hautkrebs: ab 35 alle zwei Jahre

Anspruch auf ein Hautkrebsscreening haben Erwachsene ab 35 Jahren – und zwar alle zwei Jahre. Bei dieser Vorsorge inspizieren Hausärzt:innen am besten zusammen mit der allgemeinen Gesundheitsvorsorge (Check-up) oder Fachärzt:innen die Haut am gesamten Körper auf Auffälligkeiten. Das Screening dient insbesondere dazu, drei Hautkrebsarten frühzeitig zu erkennen:

- das maligne Melanom (schwarzer Hautkrebs),
- das Basalzellkarzinom und
- das Plattenepithelkarzinom (beides weißer Hautkrebs).

Hautkrebs ist weltweit die am häufigsten auftretende Krebserkrankung. Wird die Erkrankung in einem frühen Stadium erkannt, ist sie meist sehr gut heilbar.

Brustkrebs: ab 30 einmal jährlich

Brustkrebs ist bei Frauen die häufigste Krebserkrankung. Die Vorsorge können Frauen ab 30 Jahren einmal jährlich beanspruchen. Dabei tasten Frauenärzt:innen die Brustdrüsen und die dazugehörigen Lymphknoten ab. Darüber hinaus wird erklärt, wie die Brust selbst abgetastet werden kann. Zwischen dem 50. und 70. Lebensjahr haben Frauen zudem alle zwei Jahre die Möglichkeit, eine Mammographie anfertigen zu lassen. Dabei werden beide Brüste geröntgt, wodurch Veränderungen im Brustgewebe frühzeitig sichtbar sind.

Gebärmutterhalskrebs: ab 20 einmal jährlich

Frauen ab 20 Jahren können einmal jährlich die Gebärmutterhalskrebsvorsorge bei ihrer/ihrem Frauenärzt:in wahrnehmen. Neben einer gynäkologischen Untersuchung wird ein Abstrich vom Gebärmutterhals gemacht, der sogenannte Pap-Test. Dabei werden die entnommenen Zellen auf Gebärmutterhalskrebs und dessen Vorstufen hin untersucht.
Frauen ab 35 Jahren können sich zusätzlich alle drei Jahre auf humane Papillomviren (HPV) testen lassen. Diese Viren gelten als Hauptursache für Gebärmutterhalskrebs. Der Test wird mit dem Pap-Test kombiniert, insofern ist keine zusätzliche Untersuchung nötig.

Darmkrebs: ab 50

Männer ab 50 und Frauen ab 55 Jahren haben die Wahl: Darmspiegelung oder Stuhlbluttest. Zwischen 50 und 54 Jahren können sie bei ihrer Hausärztin oder ihrem Hausarzt, Urolog:in oder Gynäkolog:in jährlich eine Stuhlprobe abgeben, welche auf nicht sichtbares Blut untersucht wird. Blut im Stuhl kann auf Dickdarm- oder Enddarmkrebs hinweisen.
Ab 55 Jahren besteht alle zwei Jahre ein Anspruch auf einen Stuhltest, wenn noch keine Darmspiegelung gemacht wurde. Diese sogenannte Koloskopie ist sicherer als ein Stuhltest. Männer können diese Untersuchung erstmalig mit 50, Frauen mit 55 Jahren durchführen lassen.
Dabei wird der Dickdarm mithilfe eines schlauchähnlichen Instruments mit einer Kamera untersucht. Die Koloskopie ist schmerzfrei und hat den Vorteil, dass Gewebeproben entnommen und Krebsvorstufen sofort entfernt werden können.
Verläuft sie unauffällig, hat die nächste Darmspiegelung zehn Jahre Zeit.

Prostatakrebs: ab 45 einmal jährlich

Prostatakrebs ist bei Männern die am häufigsten auftretende Krebserkrankung, trotzdem gehen nur etwa 15 Prozent der Männer in Deutschland zur Vorsorge. Ab einem Alter von 45 Jahren können sie einmal jährlich zum Check-up. Dabei tastet die/der Urolog:in das äußere Genital, die Prostata sowie die dazugehörigen Lymphknoten ab.
Die Tastuntersuchung über den After dauert weniger als eine Minute und ist nicht schmerzhaft. Bei Prostatakrebs treten meist erst spät Symptome auf, eine Früherkennung ist deshalb umso wichtiger.

Peter Eder
Facharzt für Allgemeinmedizin
Allgemeinarztpraxis für ganzheitliche Medizin
Ärzteverzeichnis, S. 27

> Keine Angst vor der Krebsvorsorge. Die Untersuchungen sind schmerzfrei und die wichtigste Maßnahme, um eine Krebserkrankung frühzeitig zu erkennen.

Andrea Keller

Stationsleitung Pflege
in der Pneumologie

Im Jahr 2015 habe ich meine Ausbildung zur Altenpflegefachkraft abgeschlossen und arbeite seither im Gesundheitsbereich. Im Helios Klinikum München West habe ich direkt nach meiner Ausbildung in der Kardiologie begonnen. Heute bin ich Stationsleiterin der Pflege in der Pneumologie.

Besonders wichtig war mir in meinem Berufsleben immer, dass ich etwas Sinnvolles machen kann. Auch liebe ich das Vielseitige, das individuelle und vor allem arbeite ich sehr gerne mit Menschen. All das habe ich im Pasinger Klinikum gefunden. Ich konnte mich hier großartig weiterentwickeln und habe unter anderem Fortbildungen zur Praxisanleitung, Demenz Care Fachkraft, Palliativ Care Fachkraft und zur Stationsleitung gemacht.

Die beste Schule sind und bleiben aber die tollen Kolleginnen und Kollegen, von denen ich jeden Tag viel lerne.

Aktion "Herzenssache 2.023"

Je 1.000 € für das ehrenamtliche Repair-Café, die Jugendecke des Minigolf-Vereins und den wohltätigen Kleidermarkt: auch in diesem Jahr unterstützen die Helios Amper-Kliniken Dachau und Indersdorf und die Helios Kliniken München wieder die „Herzenssachen" ihrer Beschäftigten.

Geschäftsführer Florian Aschbrenner überreicht Spendenschecks an (v.l.) Tanja Koziol, Stefanie Nottensteiner und Jacqueline Gasch.

Neue Leitlinien bei Behandlung von Gefäßmissbildungen

Die Deutsche Gesellschaft für Neurologie hat mit der aktualisierten S1-Leitlinie neue Handlungsempfehlungen für die Behandlung von Gefäßmissbildungen im Gehirn herausgegeben. Koordiniert hat die Aktualisierung der Leitlinie Prof. Dr. Holger Poppert. Als Chefarzt der Neurologie am Helios Klinikum München West lässt er die kürzlich veröffentlichten Empfehlungen direkt in den Aufbau eines neuen Kopfzentrums einfließen.

Pasinger Chefarzt zum Professor ernannt

Auf Antrag der TUM School of Medicine and Health hat der Präsident der Technischen Universität München Herrn Priv.-Doz. Dr. Dr. Denys Loeffelbein im Dezember 2023 zum außerplanmäßigen Professor bestellt.

Loeffelbein ist Mund-Kiefer-Gesichtschirurg mit der Zusatzbezeichnung Plastische Operationen und leitet seit 2016 die Klinik für Mund-, Kiefer- und Plastische Gesichtschirurgie am Helios Klinikum München West. Zudem ist er paritätisch ärztlicher Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums MCLINIC in Pasing.

Seine Spezialgebiete umfassen unter anderem die Dysgnathie-Chirurgie bei Fehlbiss und Schlafapnoe sowie die knochenwiederherstellende Chirurgie rund um Zahnimplantate.

Medizintechnik für die Ukraine

Im November transportierte das Bayerische Rote Kreuz Dachau dringend benötigtes medizinisches Material in die ukrainische Region (Oblast) Iwano-Frankiwsk. Geladen hat der LKW auch Medizintechnik aus dem Helios Amper-Klinikum Dachau. Für Florian Aschbrenner, Vorstand der Amper Kliniken AG, ist die Spende eine Selbstverständlichkeit.

Juri Stefan, Florian Aschbrenner, Timo Weiersmüller, Prof. Hjalmar Hagedorn, Dennis Behrendt und Bernhard Seidenath (v.l.)

Wenn Sie Interesse an weiteren aktuellen Neuigkeiten aus den Helios Kliniken Oberbayern haben, folgen Sie uns gerne auf:

Wahr oder falsch?

10 MYTHEN ÜBER DARMKREBS

Rund um Darmkrebs ranken sich viele Halbwahrheiten. Wir nehmen zehn Mythen unter die Lupe und lassen sie durch unseren Experten kritisch prüfen. Dr. Erich Bielesch ist Chefarzt für Allgemein- und Viszeralchirurgie im Helios Klinikum München West. Er erklärt, was es mit den (Falsch-)Annahmen auf sich hat.

Keine Beschwerden, kein Darmkrebs

Falsch: Die meisten Betroffenen sind lange Zeit beschwerdefrei. Grund dafür ist, dass der Darmkrebs in der Regel langsam wächst und anfangs keinerlei Beschwerden verursacht. Gerade deshalb ist die Früherkennung so wichtig.

Darmkrebs trifft nur alte Menschen

Falsch: Darmkrebs kann auch bei jungen Menschen vorkommen. Auch wenn die meisten Patient:innen bei der Diagnose über 60 Jahre alt sind, ist in letzter Zeit ein Anstieg bei jüngeren Menschen festzustellen. Dies kann, neben einer genetischen Komponente, unter anderem auch auf ungesunde Ernährung, Übergewicht und Bewegungsmangel zurückgeführt werden.

Darmkrebs heißt immer OP

Nicht ganz richtig: Bestimmte frühe Formen von Darmkrebs können auch durch endoskopische Abtragung behandelt werden. In manchen sehr fortgeschrittenen Fällen mit stark begrenzter Lebenserwartung wird bewusst auf einen operativen Eingriff verzichtet. In den allermeisten Fällen erfolgt jedoch eine Operation. Im Helios Klinikum München West werden über 80 % minimalinvasiv, d. h. über Schlüssellochtechnik operiert. Patient:innen können unmittelbar nach der OP wieder essen, aufstehen und die Klinik in der Regel bereits nach sechs Tagen verlassen.

Eine Darmspiegelung ist schmerzhaft

Falsch: Durch moderne Technik und Medikamente ist es möglich, eine Darmspiegelung so durchzuführen, dass der Patient oder die Patientin von der Untersuchung nichts bemerkt. Als unangenehmsten Teil der Koloskopie empfinden die meisten die Darmvorbereitung.

Dr. med. Erich Bielesch
Chefarzt für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Ärzteverzeichnis, S. 42

Für die Darmreinigung sind circa zwei Liter Abführmittel nötig

Richtig: Durch die stetige Weiterentwicklung der Darmspülungssubstanzen genügen meistens zwei mal 0,5 Liter Lösung plus zwei mal 0,5 Liter Wasser, also insgesamt zwei Liter. Am besten trinken Patient:innen einen Teil am Abend vor der Darmspiegelung und den Rest am Morgen der Untersuchung. Bei Menschen mit besonders trägem oder langem Dickdarm können allerdings auch größere Mengen an Flüssigkeit notwendig sein.

Der Stuhlbluttest ersetzt nicht die Darmspiegelung als Vorsorgeuntersuchung

Richtig: Der Stuhlbluttest soll lediglich feststellen, ob nicht sichtbares Blut im Stuhl vorhanden ist. Dies kann ein erster Hinweis auf einen blutenden Darmkrebs oder Vorstufen (Adenome) dessen sein. Es werden circa 70 Prozent von Tumoren und Adenomen durch den Stuhltest erkannt. Die Darmspiegelung als Vorsorgeuntersuchung ersetzt dieser Test **nicht**. Ein Anspruch auf den Test besteht bei Männern und Frauen ab 50 Jahren jährlich, ab 55 Jahren alle zwei Jahre. Abhängig von der Krankenkasse erfolgt ggf. eine Kostenübernahme bereits zu einem früheren Zeitpunkt. Dr. Bielesch empfiehlt: „Machen Sie in jedem Fall eine Darmspiegelung, unabhängig vom Stuhlbluttest! Sie ist die einzige Untersuchung, die Sicherheit bringt."

Männer erkranken öfter an Darmkrebs

Richtig: Während bei Frauen die Erkrankungen und die Sterblichkeit in den vergangenen Jahren rückläufig waren, sind diese Zahlen bei Männern konstant. Hierfür sind vor allem Lebensstilfaktoren verantwortlich. Frauen ernähren sich im Schnitt gesünder als Männer: mehr Ballaststoffe, weniger Fleisch sowie tierische Fette und weniger Alkohol. Männer erkranken außerdem generell früher an Darmkrebs, weshalb empfohlen wird, die erste Vorsorgekoloskopie ab dem 50. Lebensjahr durchzuführen.

Darmkrebs verläuft immer tödlich

Falsch: Wird der Darmtumor rechtzeitig erkannt, ist oft eine komplette Heilung möglich. Selbst daraus entstehende Lebermetastasen können heute in vielen Fällen erfolgreich behandelt werden. Darmkrebs hat daher sehr gute Behandlungschancen, wenn er frühzeitig erkannt wird.

Darmkrebs geht immer mit Stoma einher

Falsch: Ein künstlicher Darmausgang ist überwiegend bei Patient:innen mit tiefsitzendem Tumor im Rektum (Enddarm) vorrübergehend für 3-6 Monate notwendig. In einzelnen Fällen wird das Stoma auch dauerhaft angelegt.

Darmpolypen sind immer Krebs

Falsch: Als Polypen werden Schleimhautvorwölbungen bezeichnet. In circa 70 Prozent der Fälle handelt es sich um Adenome, die entarten können, aber nicht müssen. Je nach feingeweblichem Typ unterscheidet sich das Entartungsrisiko stark. Sicherheitshalber sollten daher alle Adenome abgetragen werden. Je nach Größe erfolgt die Abtragung mit der Zange, der Schlinge oder bei fortgeschrittener Ausdehnung durch eine Operation.

ANERKENNUNGSMANAGEMENT

VON STERNSCHNUPPEN UND LEUCHTTÜRMEN

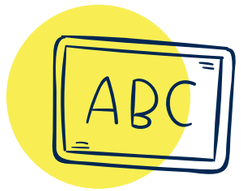
Den Helios Amper-Kliniken in Dachau und Indersdorf ist eine ganz besondere Ehre zuteil geworden. Ihr Engagement für die Integration internationaler Pflegekräfte wurde mit dem renommierten Integrationspreis des Landkreises Dachau ausgezeichnet.
Ein Gastbeitrag von Dr. Monika Rapp

Der Migrations- und Integrationsbeirat im Landkreis Dachau hat unser Team vom Anerkennungsmanagement an den Helios Amper-Kliniken Dachau und Indersdorf als vorbildlich in der Förderung und Unterstützung von internationalen Pflegekräften anerkannt. Die Wahl ist eine eindrucksvolle Bestätigung des unermüdlichen Einsatzes im Landkreis Dachau und in München, unsere internationalen Pflegekräfte nicht nur als Arbeitskräfte, sondern als geschätzte Mitglieder unserer Gemeinschaft zu unterstützen.

Alle Berufe im Gesundheitswesen in Deutschland sind reglementiert und dadurch „geschützt“. Damit ausländische Fachkräfte als „Pflegefachmann/Pflegefachfrau“ arbeiten dürfen, müssen Sie sich den im Ausland erworbenen Berufsabschluss in Deutschland anerkennen lassen. Diesen Prozess unterstützt das Anerkennungsmanagement bei Helios. Über die Anerkennung des Abschlusses hinaus werden ausländische Fachkräfte bei der Wohnungssuche, beim Deutschlernen und beim Einleben in der neuen Stadt unterstützt.

Stellvertretend für den Beirat überreichte uns Peter Schadl, Geschäftsführer des Jobcenters Dachau, mit Stolz den Pokal. Diese bedeutende Auszeichnung erfüllt uns mit Freude und unterstreicht unsere Vision einer inklusiven und unterstützenden Arbeitsumgebung. Aktuell arbeiten etwa 80 internationale Pflegekräfte an den Kliniken in Dachau und Markt Indersdorf. Sie stammen aus Brasilien, von den Philippinen, aus Tunesien, Ägypten, dem Kosovo, Bosnien und Herzegowina, Indien, Serbien, Albanien, dem Iran, Tadschikistan, Ungarn, Bulgarien und der Ukraine. Diese Vielfalt an Kulturen und Hintergründen bereichert unser Team. Und es trägt maßgeblich zur vielschichtigen Betreuung und Pflege der Patient:innen in unseren Kliniken bei.
Unser Engagement geht über die übliche administrative Unterstützung hinaus – wir bieten unseren internationalen Pflegekräften fachliche Anleitung sowie individuelle Begleitung und Unterstützung. Von Anfang an sind wir für sie da, sei es für Fragen zu ihrer beruflichen Tätigkeit oder für persönliche Herausforderungen. Die Integration neuer Mitarbeiter:innen in eine fremde Kultur und Arbeitsumgebung ist für uns von höchster Priorität.

Dr. Monika Rapp
Lehrkraft und Koordinatorin Deutsch als Fremdsprache an den Helios Amper-Kliniken Dachau und Indersdorf



DEUTSCHKURSE

Neben der fachlichen Entwicklung ist die Förderung der Sprachkenntnisse ein zentraler Bestandteil des Unterstützungsprogramms. Wir wollen sicherstellen, dass die neuen Kolleg:innen nicht nur beruflich erfolgreich sind, sondern sich auch im Alltag zurechtfinden und mit ihrem Umfeld kommunizieren können. So üben wir in den Kursen die Grammatik, trainieren die Kommunikation im Krankenhaus mit all dem spezifischen Vokabular und sprechen auch über landeskundliche Aspekte, wie etwa Sternschnuppen am Dezemberhimmel, bayerische Landtagswahlen und Weihnachten – ein Fest, das nicht alle Mitarbeitenden in ihrer Kultur feiern.

LERNPATENSCHAFTEN

Die soziale Integration ist ein weiterer wichtiger Aspekt unserer Arbeit. Neben der Organisation von Ausflügen und kulturellen Veranstaltungen, wie gemeinsame Kinoabende und das Sprachcafé, schaffen wir Plattformen, die den Austausch und das gegenseitige Verständnis fördern. Unser Ziel ist es, das Zusammengehörigkeitsgefühl zu stärken und eine integrative Atmosphäre zu schaffen. Dafür vermitteln wir Lernpatenschaften, nicht nur an unseren Kliniken, sondern auch zwischen unseren internationalen Pflegekräften und interessierten, weltoffenen Menschen von außerhalb. Im Mittelpunkt dieser Lernpatenschaften stehen der gegenseitige Austausch und die Vertiefung der Sprachkenntnisse.

EIN ZUHAUSE FINDEN

Und schließlich ist ein Schlüsselaspekt unseres Programms die Unterstützung bei der Wohnungssuche. Wir sind uns bewusst, wie wichtig ein stabiles und schönes Zuhause für das Wohlbefinden auch in der Arbeit ist. Daher setzen wir uns intensiv dafür ein, unseren Pflegekräften bei der Suche nach geeignetem Wohnraum zu helfen und ihnen einen reibungslosen Start in ihrem neuen Lebensumfeld zu ermöglichen.

In ihren Kursen vermittelt Dr. Monika Rapp weit mehr als nur Sprachkenntnisse. So gibt sie auch Einblicke in die deutsche Kultur, Geschichte und Gesellschaft.

Die Auszeichnung des Migrations- und Integrationsbeirates ist für uns eine Anerkennung und gleichzeitig eine Verpflichtung. Wir sind davon überzeugt, dass unsere Bemühungen sowohl unseren Mitarbeitenden zugutekommen, als auch der Klinik und der gesamten Dachauer Bevölkerung. Wie Herr Schadl betonte, kann unser Erfolg als Vorbild für andere Arbeitgeber dienen, um ebenfalls zur Integration und einem respektvollen Miteinander beizutragen. Deshalb stellt der Pokal auch einen Leuchtturm dar und soll damit für andere Arbeitgeber ein leuchtendes Vorbild sein.
Wir verstehen den Integrationspreis des Landkreises Dachau auch als eine Bestätigung unserer Werte und unseres Engagements für eine vielfältige und inklusive Arbeitsumgebung. Wir sind stolz darauf, als Team einen Beitrag zur Integration zu leisten und werden auch weiterhin unser Bestes geben, um die Vielfalt zu fördern und zu feiern. Unsere Verpflichtung zur Integration ist eine Verantwortung, der wir weiter mit Hingabe nachkommen werden.

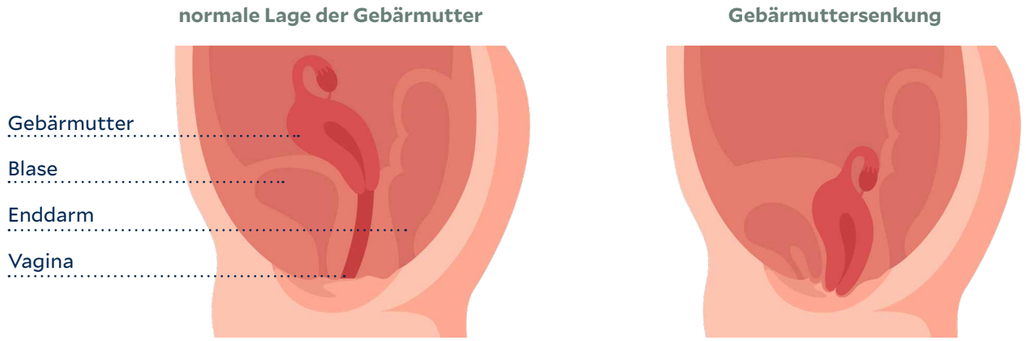
BECKENBODENSCHWÄCHE

Wenn die Lebensmitte ins Rutschen gerät

Wie viele andere Organe und Körperregionen neigt auch die Gebärmutter dazu, sich im Laufe der Zeit zu verändern. Hormonelle Schwankungen, Schwangerschaften, Geburten und der natürliche Alterungsprozess können dazu führen, dass das Bindegewebe rund um die inneren Organe der Frau nachgibt und Gebärmutter, Blase und Enddarm sich senken. Was bedeuten diese Veränderungen für betroffene Frauen? Wie lässt sich vorbeugen und welche medizinischen Optionen stehen zur Verfügung, um trotzdem ein aktives und erfülltes Leben zu führen?

Gebärmuttersenkung – oft sprechen Betroffene nur im Flüsterton über dieses Thema. Dabei sind viele Frauen im Lauf ihres Lebens von einer Beckenboden- und Bindegewebeschwächung betroffen. Vor allem in der zweiten Lebenshälfte verlagert sich bei ihnen die Gebärmutter und verliert an Festigkeit, die Blasenhinterwand wölbt sich in die Scheide vor. Das kann zu unangenehmen Beschwerden führen. Doch was steckt hinter diesem Phänomen, über das häufig nur ungern gesprochen wird?
„Der Beckenboden ist ein komplexer Verband aus Muskeln und Bindegewebe. Verschiedene Lebensereignisse, allen voran Schwangerschaften und Geburten, beeinflussen seine Stabilität. “, erklärt Dr. Sabine Keim, Chefärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe am Helios Klinikum München West und am Helios Amper-Klinikum Dachau. „Vor allem die Geburt eines schweren Kindes oder die Erfahrung mehrerer Geburten oder Geburtsverletzungen können den Beckenboden belasten und zu Mikrotraumen, unzähligen kleinen Muskelfaserrissen führen“, so Keim weiter. Auch körperlich anspruchsvolle Arbeit oder das Heben schwerer Lasten erhöhen den Druck auf den Muskelapparat. Besonders problematisch bei schwerer Arbeit sei die Belastung von Rücken und Bauch. „Es ist Stress pur, wenn Lasten mit gebeugtem Rücken hochgehoben werden. Besser ist es, mit durchgestrecktem Rücken die Oberschenkel arbeiten zu lassen“, mahnt Dr. Keim. Ebenfalls ungünstig: Übergewicht und anhaltender Husten.

Dr. med. Sabine Keim
Chefärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe
Ärzteverzeichnis, S. 42



Symptome
Je nach Grad der Beckenbodenschwäche kann die Gebärmutter im Extremfall zu einem Teil aus der Scheidenöffnung heraustreten. Das passiert häufig in Kombination mit der Hinterwand der Harnblase. Die Scheide kann sich dabei vorwölben, zwischen den Schamlippen sicht- und tastbar werden. „Die Senkung der Blase in Kombination mit einer Gebärmuttersenkung ist mit 80% die häufigste Beckenbodenschwäche, die wir sehen.“ sagt Keim, die sich seit 20 Jahren mit der Senkung und Inkontinenz des weiblichen Genitals beschäftigt. „Ist der Enddarm betroffen, reden wir von einer Rektozele. Das ist selten“.
Einige Frauen spüren überhaupt keine Symptome. Andere hingegen schon, wobei die Beschwerden vielfältig und ganz individuell sein können. Manchmal ist die Senkung kombiniert mit einer Inkontinenz, also dem ungewollten Harnverlust. Beim Toilettengang kommt es vor, dass die Blase sich nicht vollständig entleert oder der Stuhlgang im Enddarm feststeckt, berichtet die Medizinerin. Viele Frauen würden sich aufgrund solcher Symptome zu Unrecht schämen und den Gang zur Ärztin oder zum Arzt deshalb scheuen.
Nicht selten hat die Senkung Einfluss auf die Sexualität, auch das muss aus Sicht der Gynäkologin aktiv angesprochen werden.

Behandlung
„Wir können viel tun. Oft verhelfen kleine, vaginale Eingriffe in lokaler Betäubung auch alten und gebrechlichen Menschen zu mehr Lebensqualität“, so die Spezialistin. „Wir wägen bei jeder Patientin sehr genau Nutzen und Risiken einer möglichen Operation gegenüber konventionellen, nichtinvasiven Möglichkeiten ab. Die umfassende und individuelle Beratung in Abhängigkeit der Lebensumstände ist entscheidend.“
Die gute Nachricht, falls operiert werden sollte: „Die Gebärmutter wird in den allermeisten Fällen belassen und nicht mehr entfernt. Die Patientinnen erholen sich schnell, Schmerzen hat man kaum“, erklärt Keim.
Manchmal kann ein sogenannter „Pessar“ Linderung verschaffen. Dieses Hilfsmittel besteht meist aus Silikon oder Kunststoff und kann ring-, würfel- oder schalenförmig sein, abhängig vom Anwendungsgebiet. Ein Pessar stützt die Scheide und lindert so eine zu starke Absenkung. Das Pessar wird in der Regel vom Frauenarzt oder der Frauenärztin angepasst und eingesetzt und sollte alle sechs bis acht Wochen ausgetauscht werden.

Vorbeugen mit Training
„Sport wirkt präventiv“, weiß Dr. Keim. „Ganz egal, welche Sportart, Bewegung stärkt den Beckenboden.“ Für alle, die gezielt ihren Beckenboden trainieren wollen, gibt es spezielle Übungen, beispielsweise im Rahmen von Beckenbodengymnastik. „Leider kann eine Gebärmutterabsenkung auch durch gezieltes Training nicht rückgängig gemacht werden“, erklärt die Chefärztin. „Grundsätzlich rate ich zu einer frühzeitigen Konsultation der Frauenärztin, dem Frauenarzt oder der Vorstellung in einem Beckenbodenzentrum wie unserem. Oft ist es leicht am Anfang zu helfen. Mit dem Fortschreiten des Beckenbodenvorfalls oder der Inkontinenz wird es zunehmend schwer.“
Dr. Keim ist froh, in diesem Feld aktiv sein zu dürfen. „Es hat viel mit dem Respekt vor der Frau und den Bedürfnissen des weiblichen Körpers zu tun. Die Lebensqualität gilt es in jedem Alter hoch zu halten. Dafür kämpfe ich gerne.“

„Der Beckenboden ist in jedem Frauenkörper ein Schwachpunkt. Das hat uns die Natur mitgegeben. Um ihn sollten wir uns deshalb besonders gut kümmern. Schließlich ermöglicht er uns die Geburt unserer Kinder. Was für ein Privileg!

ENDOPROTHETIK

Erfahrung und Routine

FÜR BESSERE BEHANDLUNGSERGEBNISSE

Wie viel Lebensqualität ein künstliches Gelenk zurückbringen kann, hängt maßgeblich von der Routine des Operateurs ab. Prof. Martin Thaler ist Chefarzt der Klinik für Endoprothetik und Orthopädie am Helios Klinikum München West und auf künstliche Hüften und Knie spezialisiert. Nicht allen seiner Patientinnen und Patienten rät er zu einer OP.

Herr Professor Thaler, Studien haben gezeigt, dass sich die Behandlungsqualität bei Kniegelenkersatz stark voneinander unterscheidet. Woran liegt es, dass die besten Kliniken nur halb so hohe Komplikationsraten aufweisen, wie die Häuser im unteren Viertel der Bewertungsskala?
Ein entscheidender Faktor für die Behandlungsqualität ist, wie häufig ein Eingriff durchgeführt wird. Je höher die OP-Zahlen, desto besser sind grundsätzlich auch die Resultate.

Woher weiß ich, wie oft ein bestimmter Eingriff in einem Krankenhaus durchgeführt wird?
In den Helios Kliniken Oberbayern finden die Patientinnen und Patienten die Qualitätskennzahlen auf den Internetseiten. Dort können sie sich ein gutes Bild davon machen, bei welchen Eingriffen unsere Häuser besonders routiniert sind. Zur Qualitätssicherung arbeiten wir bei Helios auch mit Krankenkassen zusammen. Gemeinsam mit dem AOK-Bundesverband haben wir das „QSR-Projekt“ entwickelt, um auch die Langzeitergebnisse unserer Behandlung zu verfolgen. Systematisch erfasst werden da zum Beispiel auch später auftretende Komplikationen und andere unerwünschte Folge-Ereignisse.

Man sollte sich also immer dort behandeln lassen, wo der entsprechende Eingriff besonders häufig durchgeführt wird?
Das möchte ich gerne noch ein wenig spezifizieren. Denn mindestens genauso wichtig wie die übergeordneten Zahlen eines Hauses ist die Erfahrung des einzelnen Operateurs oder der einzelnen Operateurin. Die Mindestmenge für Knieprothesen liegt bei 50 Prothesen pro Jahr. Wenn sich diese 50 Prothesen aber auf zehn unterschiedliche Ärztinnen oder Ärzte verteilen, wird keiner von ihnen eine besondere Routine bei diesem Eingriff ausbilden.

Und bei Ihnen ist das anders?
Ja. Bei uns fallen pro Jahr auf jede:n Operateur:in mindestens 200 Operationen mit künstlichen Gelenken. Nur so können wir unseren Patientinnen und Patienten die Behandlungsqualität zukommen lassen, die wir ihnen anbieten wollen.

Der AOK-Bundesverband plädiert dafür, die Mindestzahl von jährlich 50 Operationen zu erhöhen. Wie beurteilen Sie diese Forderung?
Das unterstütze ich uneingeschränkt. 50 Operationen, das ist eine pro Woche und damit definitiv zu wenig. Wenn Sie sich vergegenwärtigen, dass außerdem bisweilen sehr unterschiedliche Implantate verwendet werden, die immer ganz spezifische Ansprüche an die Operierenden stellen, merken Sie schnell, dass diese Zahl nicht hoch genug ist, um routinierte Operateurinnen oder Operateure auszubilden.

Was schlagen Sie vor?
Die Mindestmengen sollten sich auf die Prothesenvarianten beziehen. Zum Beispiel mindestens 70 Oberflächenersatzprothesen, 30 Schlitten und 20 Wechseloperationen. Am Ende würde ein Haus dann mindestens 120 Prothesen aus diesen drei Bereichen einsetzen.

Wie viel Prothesen implantieren Sie und Ihre Kollegen?
Bei uns im Helios Klinikum München West sind es jedes Jahr rund 500 Endoprothesen, darunter circa. 250 Hüft- und circa 250 Kniegelenke, der Rest sind Wechseloperationen. Ich selbst führe jährlich über 250 Endoprothesen-Operationen durch.

Wie bewältigen Sie diese Patientenzahlen?
Gute Klinikstrukturen und effiziente Abläufe sind ganz wichtig. Dabei muss der Patient oder die Patientin immer im Mittelpunkt stehen. Früher lagen Endoprothesen-Patientinnen und -Patienten bis zu drei Wochen in der Klinik. Jetzt sind es selten mehr als drei bis maximal sieben Tage. Wir nennen das Fast Track Surgery oder Enhanced Recovery – also schnelle, verbesserte Wiederherstellung mit einem klaren Ablaufschema, über das wir vor der Operation ausführlich informieren.

Leidet unter einem solchen Patientendurchlauf nicht ebenfalls die Qualität?
Das Gegenteil ist der Fall. Wir sparen Zeit, weil unsere Patientinnen und Patienten vor der OP sehr gut vorbereitet sind. Wir bieten eigens dafür Informationsveranstaltungen an. Jeder Schritt des stationären Aufenthaltes sowie der OP ist unter Wahrung der jeweiligen Individualität exakt geplant und vorgegeben. Wenige Stunden nach dem Eingriff wird aufgestanden. Schlafanzug oder Bademantel sind über Tag nicht gewünscht, hier ist bequeme Alltagskleidung angesagt. Unser Motto lautet: „Sie sind nicht krank, Sie wurden nur operiert“. Jeder weiß, dass er nicht im Bett liegen, sondern sich bewegen soll.

Und wie bereiten sich die Ärztinnen und Ärzte vor?
Das ist immer ganz individuell. Jeder Fall ist etwas Besonderes und wird auch so behandelt und geplant. Wir wählen das jeweils passende Prothesenmodell für den Patienten oder die Patientin aus. Bei der OP-Planung und -Durchführung können wir in Pasing mit dem Mako-Roboter zusätzlich auf Hightech zurückgreifen. Der Roboter ermöglicht ein passgenaues Einsetzen der Prothesen und ein sehr schonendes Vorgehen.

Was unterscheidet die Arbeit mit einem Roboter von einer herkömmlichen Operation?
Die Arbeit wird noch einmal präziser. Normalerweise setze ich in einer Operation Schablone und Säge dort an, wo ich es als optimal einschätze. Mit einem Roboter am Operationstisch kann ich diese Positionierungen sehr exakt am Monitor einstellen und eventuelle anatomische Besonderheiten besser berücksichtigen. Der Roboter kennt die individuelle Anatomie und hilft damit die natürliche Bandspannung zu rekonstruieren. Der Roboter dient als „Spurassistent“ beim Sägen und Bohren. Damit kann man den präoperativen Plan zu 100% intraoperativ umsetzen. Alle eingebrachten künstlichen Gelenke sind somit auf den Patienten bzw. die Patientin angepasst und ideal platziert. So erreicht man ein besseres Ergebnis und ein längeres Überleben der Prothese.

Wird in Deutschland zu schnell operiert?
Eine OP ist erst sinnvoll, wenn alle nicht-operativen Maßnahmen ausgeschöpft sind und die Betroffenen dennoch unter monatelangen Schmerzen leiden. Darüber hinaus muss die Schädigung im Röntgenbild klar erkennbar sein. Zu uns kommen oft junge Patientinnen oder Patienten mit mittelgradigen Befunden und moderaten Kniebeschwerden. Viele denken, dass sie nach einer Art Wellness-OP wieder hundertprozentig fit sind. Ihnen sage ich dann: ein künstliches Gelenk ersetzt die zerstörten Strukturen und kann viel Lebensqualität wiederherstellen. Aber es ist leider kein Jungbrunnen.

Was darf man von einem künstlichen Gelenk erwarten?
Ich lege viel Wert darauf, meinen Patientinnen und Patienten zu einer realistischen Erwartungshaltung zu verhelfen. Vielen von ihnen rate ich von einem Eingriff ab. Bei allem medizinischem Fortschritt sollte nicht vergessen werden, dass jeder Eingriff mit einem Risiko behaftet ist. Auch wenn es sehr selten ist, kann es zum Beispiel zu Vernarbungen im Knie kommen, die dann gravierende Probleme verursachen. Außerdem kann es sein, dass Implantate nach rund 20-30 Jahren ausgetauscht werden müssen, weil sie sich lockern. Diese Wechsel-Operationen sind komplikationsanfälliger als Erstimplantate. Bei einem 65-Jährigen ist die Wechselwahrscheinlichkeit geringer als bei einer 30-Jährigen.

Wann sprechen Sie von einer gelungenen Operation?
Wenn der Patient oder die Patientin zufrieden ist. Natürlich kann ich mir nach einer OP die Knieachse anschauen, die Beugefähigkeit und die Streckfähigkeit beurteilen. Aber selbst, wenn alle Werte optimal sind, bedeutet das nicht automatisch glückliche Patientinnen und Patienten. Der Optimalfall ist, wenn jemand auf meine Station kommt, vielleicht kaum noch oder sehr schlecht laufen kann, nach der OP fröhlich über den Flur spaziert und gar nicht mehr an sein künstliches Gelenk denkt. Das ist unser Ziel, und wenn wir es erreichen, motiviert das mich und unser gesamtes Team unglaublich.

Assoz. Prof (Univ. Innsbruck)
Priv.-Doz. Dr. med. Martin Thaler
Chefarzt für Endoprothetik und Orthopädie
Ärzteverzeichnis, S. 42

Ärzteverzeichnis

Allgemeinmedizin/Innere Medizin (hausärztliche Versorgung) ... 27
Akupunktur ... 28
Allergologie ... 29
Arbeits- und Betriebsmedizin ... 29
Augenheilkunde ... 29
Bauchchirurgie/Viszeralchirurgie ... 29
Blutheilkunde/Hämatologie/Krebsheilkunde/Onkologie ... 30
Chirurgie ... 30
Diabetologie ... 30
Enddarmerkrankungen/Proktologie ... 30
Erbgutheilkunde/Humangenetik ... 31
Ernährungsmedizin ... 31
Flugmedizin ... 31
Frauenheilkunde und Geburtshilfe/Gynäkologie ... 31
Gefäßchirurgie ... 31
Gefäßheilkunde/Angiologie ... 31
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde ... 31
Handchirurgie ... 31
Hautheilkunde/Dermatologie ... 31
Herzheilkunde/Kardiologie ... 31
Homöopathie ... 32
Innere Medizin ... 32
Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie ... 33
Laboratoriumsmedizin ... 33
Lungenheilkunde/Pneumologie ... 33
Magen- und Darmheilkunde/Gastroenterologie ... 33
Männerheilkunde/Andrologie ... 33
Manuelle Medizin/Chirotherapie ... 33
Medizinische Genetik ... 34
Mikrobiologie/Virologie/Infektionsepidemiologie ... 34
Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie (plastische Operationen) ... 34
Narkosemedizin/Anästhesiologie ... 34
Naturheilverfahren ... 34
Nervenheilkunde/Neurologie ... 35
Neurochirurgie ... 35
Notfallmedizin ... 35
Nuklearmedizin ... 36
Orthopädie ... 36
Palliativmedizin ... 36
Physikalische und Rehabilitative Medizin ... 36
Physikalische Therapien/Balneologie ... 36
Plastische Chirurgie ... 36
Psychiatrie/Psychotherapie ... 37
Psychotherapie/Psychosomatische Medizin ... 37
Radiologie ... 37
Reisemedizin ... 38
Rheumatologie ... 38
Schlafmedizin ... 38
Schmerztherapie ... 38
Sozialmedizin ... 38
Sportmedizin ... 38
Stoffwechselheilkunde/Endokrinologie ... 39
Strahlentherapie ... 39
Transfusionsmedizin ... 39
Unfallchirurgie ... 39
Urologie ... 39
Venenheilkunde/Phlebologie ... 39

Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

A

Allgemeinmedizin/Innere Medizin
(hausärztliche Versorgung)

Fachärzte für Allgemeinmedizin

Dr. med. Monika Aiblinger
Eduard-Fentsch-Weg 19, 81247 München
Tel: 089 / 88 79 77

Dr. med. Martina Arnold
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Oliver Bartusch
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 01 71 5
www.germering-hausaerzte.de

Dr. med. Brigitta Bauer
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

Dr. med. Rupert Berg
Münchener Straße 1, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 80 02
www.praxis-drjakob.de

Dr. med. Ute Bertheau-Reith
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

Peter Eder
Bäckerstr. 1, 81241 München
Tel: 089 / 88 09 87
www.pasingdoc.de

Dr. med. Peter W. Frank
Augsburger Str. 30, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 93 74
www.dr-frank.com

Dr. med. Anja Frensch
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 54 04 26 20
www.internisten-birkengarten.de

Dr. med. Gabriel Grün
Landsberger Str. 43a, 82110 Germering
Tel: 089 / 23 05 13 33
www.hausarzt-germedicum.de

Dr. med. Mirl Hagemann
Landsberger Str. 43a, 82110 Germering
Tel: 089 / 23 05 13 33
www.hausarzt-germedicum.de

Dr. med. Kathrin Hamann
Alte Allee 19, 81245 München
Tel: 089 / 88 52 55
www.praxisdrhamann.de

Dr. med. Alexandra Haupt
Treffauerstr. 3, 81373 München
Tel: 089 / 55 26 38 80
www.hausarzt-sendling-westpark.de

Dr. med. Christine Heßing
Röntgenstr. 2, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 85 75 51 1
www.ahac.de

Dr. med. Marie-Christine Hiller
Lortzingstraße 26, 81241 München
Tel: 089 / 24 41 56 90
www.hausarztpraxis-westkreuz.de

Heidi Holzapfel
Lochhauser Str. 35a, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 30 11
www.praxisholzapfel-vonloh.de

Dr. med. Christoph Hundemer
Offenbachstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 88 55 80
www.drhundemer.de

Dr. med. Franca la Fata Thewes
Lochhauser Str. 35A, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 803 01 1

Dr. med. Ludwig Jakob
Münchener Str. 1, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 80 02
www.praxis-drjakob.de
www.kernspintherapie.de

Özlem Karasoy
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Dr. med. Florian Kessler
Mozartstr. 1, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 54 01 66

Dr. med. Hans-Peter Knüppel
Dr.-Werner-Str. 4, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 65 04 88 0
www.praxis-knueppel.de

Dr. med. Bernhard Krieger
Josef-Retzer-Str. 57, 81241 München
Tel: 089 / 83 47 83 4
www.praxis-dr-krieger-muenchen.de

Dr. med. Christoph Leiber
Mendelssohnstr. 7, 81245 München
Tel: 089 / 88 78 72
www.leibarztpraxis.de

Dr. med. Quirin Linhuber
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 01 71 5
www.germering-hausaerzte.de

Dr. med. Bernhard Matzner
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Dr. med. Dominikus Matzner
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Dr. med. Tobias Matzner
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Viktoria Mintser
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.praxis-willerding.de

Dr. med. Bernhard Müllauer
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Paul D. Radloff
Münchener Str. 21, 82131 Gauting
Tel: 089 / 80 06 55 80
www.hausarztzentrum-gauting.de

Dr. med. Inken Regula
Röntengestr. 2, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 857 55 11
www.ahac.de

Dr. med. Kai Reichert
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Hannah Rückriegel
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 88 53 96

Dr. med. Johanna Saller
Bahnstr. 3, 82131 Stockdorf
Tel: 089 / 85 66 10 10
www.praxis-stockdorf.de

Dr. med. Daniela Schermer-Grimm
Altostr. 14, 81245 München
Tel: 089 / 86 42 30 0
www.hausaerzte-aubing.de

Dr. med. Christian Schiessel
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Birgit Schönleitner
Altostr. 14, 81245 München
Tel: 089 / 86 42 30 0
www.hausaerzte-aubing.de

Dr. med. Ramona Schröder
Bäckerstr. 1, 81241 München
Tel: 089 / 88 09 87
www.pasingdoc.de

Dr. med. Petra Schuhmann
Altostraße 14, 81245 München
Tel: 089 / 86 42 300
Tel: 089 / 86 42 340
www.hausaerzte-aubing.de

Dr. med. Ina Seelbach
Gottfried-Keller-Straße 35, 81245 München
Tel: 089 / 129 71 35
www.hausarzt-pasing-seelbach.de

Dr. med. Zoé Velásquez Vélez
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Rudolf von Mosch
Münchener Str. 21, 82131 Gauting
Tel: 089 / 80 06 55 80
www.hausarztzentrum-gauting.de

Dr. med. Isabelle Wallner
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 54 04 26 20
www.internisten-birkengarten.de

Dr. med. Claudia Wehrig
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

Dr. Raghild Welp
Bahnhofstr. 4, 82131 Gauting
Tel: 089 / 85 01 16 6

Fachärzte für Innere Medizin

Dr. med. Richard Aulehner
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Christina Aulehner-Forlenza
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Dr. med. Ulrich Bauer
Untere Bahnhofstr. 53, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 62 33
www.internistische-praxis-germering.de

Dr. med. Rupert Berg
Münchener Straße 1, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 80 02
www.praxis-drjakob.de

Dr. med. Birgit Böhringer
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Julia Bykanova
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Kerstin Dziuk
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

Dr. med. Suzan Gross
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Dr. med. Matthias Hohle
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 54 04 26 20
www.internisten-birkengarten.de

Iris Huber
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Dr. med. Michael Ibarra
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Dr. med. Tomislav Jelicic
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

Dr. med. Frank Kabs
Von-der-Pfordten-Str. 18, 80687 München
Tel: 089 / 58 20 51
www.dr-kabs.de

Dr. med. Brigitte König-Roth
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Dr. med. Wolfgang Krödel
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 54 04 26 20
www.internisten-birkengarten.de

Dr. med. Angelika Knünz
Untere Bahnhofstrasse 42, 82110 Germering
Tel: 089 / 818 91 250
www.internisten-birkengarten.de

Dr. med. Bernd Lautenschütz
Hartstr. 52 –54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Sebastian Mair
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 330
www.haz-aubing.de

Stefan Nathrath
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Prof. Dr. med. Carsten Otto
Bahnhofstr. 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 52 80
www.ip-graefelfing.de

Dr. med. Inken Regula
Röntengestr. 2, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 857 55 11
www.ahac.de

Dr. med. Hannah Rückriegel
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 88 53 96
www.praxis-dr-hauber.de

Dr. med. Karl-Michael Schmid
Appenzeller Str. 129, 81475 München
Tel: 089 / 75 30 26
www.k-m-schmid.de

Dr. med. Jürgen Stumpf
Untere Bahnhofstr. 53, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 62 33
www.internistische-praxis-germering.de

Dr. med. Heinrich Tittus
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Dr. med. Vlatka Turniski-Harder
Ebenböckstr. 15, 81241 München
Tel: 089 / 83 48 88 8

Dr. med. Claudia von Loh
Lochhauser Str. 35a, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 30 11
www.praxisholzapfel-vonloh.de

Dr. med. Thomas Weiß
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

Dr. med. Hans-Joachim Willerding
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Robert Zell
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

Dr. med. Astrid Ziegler
Münchener Straße 1, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 80 02
www.praxis-drjakob.de

Akupunktur

Dr. med. Rupert Berg
Münchener Straße 1, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 80 02
www.praxis-drjakob.de

Dr. med. Johannes Brusis
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Peter W. Frank
Augsburger Str. 30, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 93 74
www.dr-frank.com

Dr. med. Ina Gesellensetter
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.germedicum.de

Dr. med. Rupert Dominik Grabiger
Hauptstr. 17, 82140 Olching
Tel: 08142 / 30 06 2
www.orthodoctor.de

Dr. med. Christine Heßing
Röntgenstr. 2, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 85 75 51 1
www.ahac.de

Dr. med. Marie-Christine Hiller
Lortzingstraße 26, 81241 München
Tel: 089 / 24 41 56 90

Dr. med. Franca la Fata Thewes
Lochhauser Str. 35A, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 803 01 1

Dr. med. Bernhard Krieger
Josef-Retzer-Str. 57, 81241 München
Tel: 089 / 83 47 83 4
www.praxis-dr-krieger-muenchen.de

Dr. med. Detlef Mansel
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

Dr. med. Johanna Saller
Bahnstr. 3, 82131 Stockdorf
Tel: 089 / 85 66 10 10
www.praxis-stockdorf.de

Dr. med. Christian Schiessel
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Markus Schorr
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Klaus Stockmaier
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Bernhard Stumpf
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Vlatka Turniški-Harder
Ebenböckstr. 15, 81241 München
Tel: 089 / 83 48 88 8

Dr. med. Ulrich Vielwerth
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Hans-Hermann Wallbaum
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Claudia Wehrig
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

Dr. med. Annebärbl Wohlrab
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Allergologie

Prof. Dr. med. Rainald Fischer
Gleichmannstr. 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Claudia Frisch
Friedrichshafener Str. 7, 81243 München
Tel: 089 / 83 45 00 1
www.lungendoc.de

Dr. med. Fenna Jund
Lochhauser Str. 2 – 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 48 80
www.hno-puchheim.de

Dr. med. Rainer Jund
Lochhauser Str. 2 – 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 48 80
www.hno-puchheim.de

Dr. med. Wolfgang Sauer
Josef-Retzer-Str. 48, 81241 München
Tel: 089 / 88 18 49
www.lunge-muenchen.de

Dr. med. Alexander Schuck
Notburgastr. 3, 80639 München
Tel: 089 / 17 67 76
www.praxis-dr-schuck.de

Arbeits- und Betriebsmedizin

Dr. med. Peter W. Frank
Augsburger Str. 30, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 93 74
www.dr-frank.com

Dr. med. Hans-Joachim Willerding
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Augenheilkunde

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Andrea Cornet
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Dominik Eckle
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
David J. Hoegen
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Sybille Jesse
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Nicole Neitzel
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Alicia Paulus
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Carolin Perz
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

Augenärzte Pasing MVZ
Dr. med. Christine Rose
Pasinger Bahnhofsplatz 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 07 52 70
www.augenaerzte-pasing.de

B

Bauchchirurgie/ Viszeralchirurgie

Dr. med. Jörg Buhr
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Sebastian Fischer
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Ina Gesellensetter
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.germedicum.de

PD Dr. med. Günther Meyer
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 40 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Min-Seop Son
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Marc Müller
Waldstraße 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 858 72 40
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Blutheilkunde/ Hämatologie/Krebsheil-kunde/Onkologie

Prof. Dr. med. Michael Fiegl
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 70 95 06 81
www.onkologie-germering.com

Dr. med. Peter Klapthor
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Michaela Retzer-Lidl
Leonhardsplatz 2, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 15 04 30
www.facharztzentrum-ffb.com

Prof. Dr. med. Christina Rieger
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 70 95 06 81
www.onkologie-germering.com

Dr. med. Burkhard Schmidt
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Petra Seufert
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Juliane Wagner-Czekalla
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Dr. med. Annebärbl Wohlrab
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Dr. med. Matthias Zingerle
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

C

Chirurgie

Dr. med. Jörg Buhr
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Sebastian Fischer
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Ina Gesellensetter
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.germedicum.de

Dr. med. Christina Lacher
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Detlef Mansel
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

Dr. med. Ursula Mansel
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

PD Dr. med. Günther Meyer
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 40 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Markus Schorr
Hartstraße 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Jürgen Schreiner
Frühlingstr. 33, 85221 Dachau
Tel: 08131 / 61 22 60 0
www.gefaesschirurgie-dachau.de

Dr. med. Min-Seop Son
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Bernhard Stumpf
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Hans-Hermann Wallbaum
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

D

Diabetologie

Dr. med. Martina Arnold
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Johann Brand
Spiegelstr. 2, 81241 München
Tel: 089 / 55 05 46 00
www.diabetes-pasing.de

Dr. med. Dorothea Engelmayer
Bachbauernstr. 1, 81241 München
Tel: 089 / 57 07 25 5
www.dr-engelmayer.de

Dr. med. Ina Heukamp
Spiegelstr. 2, 81241 München
Tel: 089 / 55 05 46 00
www.diabetes-pasing.de

Stefan Nathrath
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Prof. Dr. med. Carsten Otto
Bahnhofstr. 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 52 80
www.ip-graefelfing.de

E

Enddarmerkrankungen/ Proktologie

Dr. med. Jörg Buhr
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Sebastian Fischer
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Ina Gesellensetter
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.germedicum.de

PD Dr. med. Günther Meyer
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 40 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Markus Schorr
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Erbgutheilkunde/ Humangenetik

Dr. (Univ. Verona) Monika Cohen
Lochhamer Straße 29, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 89 55 78 0
Heiglhofsr. 65, 81377 München
Tel: 089 / 71 00 90
www.medizinische-genetik.de

Ernährungsmedizin

Dr. med. Ina Seelbach
Gottfried-Keller-Straße 35, 81245 München
Tel: 089 / 129 71 35
www.hausarzt-pasing-seelbach.de

F

Flugmedizin

Dr. med. Peter W. Frank
Augsburger Str. 30, 82194 Gröbenzell
TeL: 08142 / 93 74
www.dr-frank.com

Frauenheilkunde und Geburtshilfe/Gynäkologie

Dr. med. Stephanie Eder
Bahnhofstr. 93, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 25 29
Planegger Str. 5, 82152 Planegg
Tel: 089 / 85 75 51 1
www.nill-eder.de

Daniela Grosse
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Christian Höpfner
Josef-Schauer-Str. 1, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 22 80
www.frauenarzt-puchheim.de

Dr. med. Jörg Nill
Bahnhofstr. 93, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 25 29
Planegger Str. 5, 82152 Planegg
Tel: 089 / 85 75 51 1
www.nill-eder.de

Dr. med. Renate Pfeiffer
Hauptstr. 8, 82140 Olching
Tel: 08142 / 35 50
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
www.frauenaerztin-pfeiffer.de

Susanne Schubert
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

G

Gefäßchirurgie

PD Dr. med. Günther Meyer
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 40 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Jürgen Schreiner
Frühlingstr. 33, 85221 Dachau
Tel: 08131 / 61 22 60 0
www.gefaesschirurgie-dachau.de

Gefäßheilkunde/Angiologie

Dr. med. Thomas N. Abahji
Untere Bahnhofstr. 42, 82110 Germering
Tel: 089 / 81 89 12 50
www.rheuma-germering.de

Andreas Bandt
Gottfried-Keller-Str. 33, 81245 München
Tel: 089 / 89 62 30 26
www.kardiologie-muenchen-west.de

Dr. Anina Lukhaup
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Prof. Dr. Thomas M. Schiele
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Dr. med. Frieder Weingartner
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

H

Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde

Dr. med. Bettina Böhm
Untere Bahnhofstr. 38a, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 47 74
www.hno-germering.com

Dr. med. Mirko Godzik
Bäckerstraße 1, 81241 München
Tel: 089 / 88 14 52
www.hno-praxis-dr-godzik.de

Dr. med. Fenna Jund
Lochhauser Str. 2 – 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 48 80
www.hno-puchheim.de

Dr. med. Rainer Jund
Lochhauser Str. 2 – 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 48 80
www.hno-puchheim.de

Prof. Dr. med. Eike Krause
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mface.de

Dr. med. Wolfram Sautier
Untere Bahnhofstr. 38a, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 47 74
www.hno-germering.com

Dr. med. Alexander Schuck
Notburgastraße 3, 80639 München
Tel: 089 / 17 67 76
www.praxis-dr-schuck.de

Dr. med. Thomas Sikezsdy
Friedrichshafener Str. 11, 81243 München
Tel: 089 / 83 43 07 7
www.hno-praxis-westkreuz.de

Maximilian Vogel
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mhead-praxis.de

Handchirurgie

Dr. med. Daniel Lonic
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mhand.de

Dr. med. Bernhard Stumpf
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel.: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

PD Dr. med. Elias Volkmer
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mhand.de

Hautheilkunde/Dermatologie

Dr. med. Claus Jung
Untere Bahnhofstr. 42, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 30 77
www.hautarzt-jung.de

Dr. med. Anna Schalmann
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 01 16 6
www.dr-anna-schalmann.de

Herzheilkunde/Kardiologie

Andreas Bandt
Gottfried-Keller-Str. 33, 81245 München
Tel: 089 / 89 62 30 26
www.kardiologie-muenchen-west.de

Dr. med Julia Castex
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 800 70 790
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Andreas Czernik
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 54 04 26 20
www.internisten-birkengarten.de

PD Dr. med. Markus Engelmann
Bahnhofplatz 3, 82131 Gauting
Tel: 089 / 85 71 05 7
www.praxisengelmann.de

Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Dr. med. Suzan Gross
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Dr. med. Michael Ibarra
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Dr. med. Tomislav Jelicic
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

Dr. med. Christoph Nentwich
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Prof. Dr. med. Thomas M. Schiele
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Dr. med Christoph Schuhmann
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 800 70 790
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Gunild Sohn
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Prof. Dr. med. Hae-Young Sohn
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Heinrich Tittus
Planegger Str. 6, 81241 München
Tel: 089 / 83 20 08
www.tittus-wenk-ibarra.de

Dr. med. Karin Vogt
Gottfried-Keller-Str. 33, 81245 München
Tel: 089 / 89 62 30 26
www.kardiologie-muenchen-west.de

Dr. med. Frieder Weingartner
Institutstraße 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Homöopathie

Dr. med. Christine Heßing
Röntgenstr 2, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 85 75 51 1
www.ahac.de

Dr. med. Florian Kessler
Mozartstr. 1, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 54 01 66

Dr. med. Johanna Saller
Bahnstr. 3, 82131 Stockdorf
Tel: 089 / 85 66 10 10
www.praxis-stockdorf.de

Dr. med. Robert Zell
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

I

Innere Medizin

Dr. med. Thomas N. Abahji
Untere Bahnhofstr. 42, 82110 Germering
Tel: 089 / 81 89 12 50
www.rheuma-germering.de

Dr. med. Richard Aulehner
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Christina Aulehner-Forlenza
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Andreas Bandt
Gottfried-Keller-Str.33, 81245 München
Tel: 089 / 89 62 30 26
www.kardiologie-muenchen-west.de

Dr. med. Christina Binder
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 92 26 0
www.rpmp.de

Dr. med Julia Castex
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 800 70 790
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Andreas Czernik
Lochhauser Straße 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 54 04 26 20
www.internisten-birkengarten.de

Dr. med. Kerstin Dziuk
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

PD Dr. med. Markus Engelmann
Bahnhofplatz 3, 82131 Gauting
Tel: 089 / 85 71 05 7
www.praxisengelmann.de

Prof. Dr. med. Michael Fiegl
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 70 95 06 81
www.onkologie-germering.com

Dr. med. Gottfried Fischer
Bahnhofstraße 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 52 80
www.ip-graefelfing.de

Prof. Dr. med. Rainald Fischer
Gleichmannstr. 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Claudia Frisch
Friedrichshafener Str. 7, 81243 München
Tel: 089 / 83 45 00 1
www.lungendoc.de

Dr. med. Ralf Göres
Gleichmannstr. 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Andreas Jung
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Michael Kraft
Gleichmannstraße 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. Anina Lukhaup
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Christoph Nentwich
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Dr. med. Michaela Retzer-Lidl
Leonhardsplatz 2, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 15 04 30
www.facharztzentrum-ffb.com

Prof. Dr. med. Christina Rieger
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 70 95 06 81
www.onkologie-germering.com

Dr. med. Wolfgang Sauer
Josef-Retzer-Str. 48, 81241 München
Tel: 089 / 88 18 49
www.lunge-muenchen.de

Prof. Dr. med. Thomas M. Schiele
Institutstraße 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

PD Dr. med. Fabian Schnitzler
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med Christoph Schuhmann
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 800 70 790
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Petra Seufert
Bäckerstraße 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Gunild Sohn
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Prof. Dr. med. Hae-Young Sohn
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Susanna Späthling-Mestekemper
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 92 26 0
www.rpmp.de

Dr. med. Gunda Stock
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 363 42 50
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Arno Thelen
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Karin Vogt
Gottfried-Keller-Str. 33, 81245 München
Tel: 089 / 89 62 30 26
www.kardiologie-muenchen-west.de

Dr. med. Juliane Wagner-Czekalla
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Dr. med. Frieder Weingartner
Institutstraße 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Dr. med. Annebärbl Wohlrab
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Dr. med. Robert Zell
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

Dr. med. Matthias Zingerle
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

K

Kinder- und Jugend-psychiatrie/Psychotherapie

Stephanie Cramer
Bahnhofstr. 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 89 64 10
www.kjp-cramer.de

Dr. med. Lina Ortmann Seabra
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 45 22 13 80
www.kjpp-reitzle.de

Dr. med. Karl Reitzle
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 45 22 13 80
www.kjpp-reitzle.de

L

Laboratoriumsmedizin

Dr. med. Hanns-Georg Klein
Lochhamer Straße 29, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 89 55 78 0
www.medizinische-genetik.de

PD Dr. med. Christian M. Schambeck
Haderunstr. 10, 81375 München
Tel: 089 / 52 04 61 60
www.haemostasikum.de

Lungenheilkunde/ Pneumologie

Prof. Dr. med. Rainald Fischer
Gleichmannstraße 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Claudia Frisch
Friedrichshafener Str. 7, 81243 München
Tel: 089 / 83 45 00 1
www.lungendoc.de

Dr. med. Ralf Göres
Gleichmannstr.5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Michael Kraft
Gleichmannstraße 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Wolfgang Sauer
Josef-Retzer-Straße 48, 81241 München
Tel: 089 / 88 18 49
www.lunge-muenchen.de

Dr. med. Thomas Weiß
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

M

Magen- und Darmheilkunde/ Gastroenterologie

Dr. med. Gottfried Fischer
Bahnhofstr. 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 52 80
www.ip-graefelfing.de

Dr. med. Andreas Jung
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Prof. Dr. med. Carsten Otto
Bahnhofstr. 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 52 80
www.ip-graefelfing.de

PD Dr. med. Fabian Schnitzler
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 08 14 0
www.praxisklinikmuenchen.de

Dr. med. Arno Thelen
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Männerheilkunde/Andrologie

Dr. med. Martin Häcker
Feuerhausstr. 11a, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 92 88 8
Otto-Wagner-Str. 4 – 6, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 11 02 5
www.team-urologie.de

Dr. med. Nicolas Haseke
Josef-Retzer-Str. 48, 81241 München
Tel: 089 / 82 02 05 70
www.urologiepasing.de

Prof. Dr. med. Michael Siebels
Josef-Retzer-Str. 48, 81241 München
Tel: 089 / 82 02 05 70
www.urologiepasing.de

Manuelle Medizin/ Chirotherapie

Dr. med. Johannes Brusis
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Peter Eder
Bäckerstr. 1, 81241 München
Tel: 089 / 88 09 87
www.pasingdoc.de

Dr. med. Rupert Dominik Grabiger
Hauptstr. 17, 82140 Olching
Tel: 08142 / 30 06 2
www.orthodoctor.de

Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Dr. med. Thomas Harbich
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Bernhard Müllauer
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Thomas Nauman
Agnes-Bernauer-Str. 123, 80687 München
Tel: 089 / 58 57 91
www.orthopaedie-laim.de

Dr. med. Markus Schorr
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Klaus Stockmaier
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Bernhard Stumpf
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Jürgen Stumpf
Untere Bahnhofstr. 53, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 62 33
www.internistische-praxis-germering.de

Dr. med. Ulrich Vielwerth
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Rudolf von Mosch
Münchener Str. 21, 82131 Gauting
Tel: 089 / 80 06 55 80
www.hausarztzentrum-gauting.de

Dr. med. Hans-Hermann Wallbaum
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Hans-Joachim Willerding
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Medizinische Genetik

Dr. med. Hanns-Georg Klein
Lochhamer Str. 29, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 89 55 78 0
www.medizinische-genetik.de

Mikrobiologie/Virologie/ Infektionsepidemiologie

Dr. med. Hartmut Campe
Lochhamer Str. 29, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 89 55 78 0
www.medizinische-genetik.de

Mund-Kiefer-Gesichts-chirurgie (plastische Operationen)

PD Dr. med. Dr. med. dent. Denys Loeffelbein
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mface.de

N

Narkosemedizin/ Anästhesiologie

Dr. med. Axel Galle
August-Exter-Str. 4, 81245 München
Tel: 089 / 82 98 88 29
www.anaesthesie-pasing.de

Dr. med. Gabriel Grün
Landsberger Str. 43a, 82110 Germering
Tel: siehe Website
www.hausarzt-germedicum.de

Dr. med. Quirin Linhuber
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 01 71 5
www.germering-hausaerzte.de

Dr. med. Christine Stiebler
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Victoria von Selchow
Waldstraße 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.wolfartklinik.de

Naturheilverfahren

Dr. med. Ute Bertheau-Reith
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

Dr. med. Birgit Böhringer
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Marie-Christine Hiller
Lortzingstraße 26, 81241 München
Tel: 089 / 24 41 56 90

Dr. med. Rainer Jund
Lochhauser Str. 2 – 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 48 80
www.hno-puchheim.de

Dr. med. Marianne Kauzmann
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Bernd Lautenschütz
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Bernhard Müllauer
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Kai Reichert
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Johanna Saller
Bahnstr. 3, 82131 Stockdorf
Tel: 089 / 85 66 10 10
www.praxis-stockdorf.de

Dr. med. Christian Schiessel
Hartstr. 52 – 54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

Dr. med. Claudia von Loh
Lochhauser Str. 35a, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 30 11
www.praxisholzapfel-vonloh.de

Rudolf von Mosch
Münchener Str. 21, 82131 Gauting
Tel: 089 / 80 06 55 80
www.hausarztzentrum-gauting.de

Dr. med. Hans-Hermann Wallbaum
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Claudia Wehrig
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

Dr. med. Hans-Joachim Willerding
Fürstenrieder Straße 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Robert Zell
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

Nervenheilkunde/ Neurologie

Dr. med. Ursula Bold
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Florian Gekeler
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Christian Hacker
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. Matthias Hagen
Kaflerstraße 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Thomas Harbich
Kaflerstraße 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Karl-Peter Klasen
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Katrin Koller
Kaflerstraße 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Hans Martens
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Ulrike Minelli
Bauseweinallee 2a, 81247 München
Tel: 089 / 23 00 28 80
www.praxis-minelli.de

Dr. med. Michael Nagi
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Alois Niederschweiberer
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Franz W. Nowak
Rosa-Bavarese-Str. 1, 80639 München
Tel: 089 / 31 88 81 49
www.neurologie-nymphenburg.de

Dr. med. Cordula Stoyke
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Stefan Straub
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Sabine Weil
Bauseweinallee 2a, 81247 München
Tel: 089 / 23 00 28 80
www.praxis-minelli.de

Dr. med. Susanne Winter
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Hans Jürgen Zinner
Kaflerstraße 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Neurochirurgie

Nico Emonds
Landsberger Str. 480, 81241 München
Tel: 089 / 12 28 25 90
www.praxis-emonds.de

Claus Peter Hohmann
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 91 36 39 0
www.diewirbelsaeulenspezialisten.com

Dr. med. Maximilian Röhrdanz
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 809 136 39-0
www.diewirbelsaeulenspezialisten.com

Notfallmedizin

Dr. med. Richard Aulehner
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Christina Aulehner-Forlenza
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Dr. med. Ralf Göres
Gleichmannstr. 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Dr. med. Gabriel Grün
Landsberger Str. 43a, 82110 Germering
Tel: siehe Website
www.praxiszentrum-germering.com

Dr. med. Tomislav Jelicic
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

Dr. med. Florian Kessler
Mozartstr. 1, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 54 01 66

Dr. med. Quirin Linhuber
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 01 71 5
www.germering-hausaerzte.de

Dr. med. Sebastian Mair
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 330
www.haz-aubing.de

Dr. med. Detlef Mansel
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

Dr. med. Christoph Nentwich
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Prof. Dr. med. Thomas M. Schiele
Institutstr. 14, 81241 München
Tel: 089 / 88 96 96 0
www.herzpraxis-pasing.de

Dr. med. Birgit Schönleitner
Altostr. 14, 81245 München
Tel: 089 / 86 42 30 0
www.hausaerzte-aubing.de

Dr. med. Markus Schorr
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Min-Seop Son
Waldstraße 7, 82166 Gräfelfing
Ruffiniallee 17, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Bernhard Stumpf
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

Dr. med. Victoria von Selchow
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 33 3
www.wolfartklinik.de

Dr. med. Thomas Weiß
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

Dr. med. Robert Zell
Institutstr. 19, 81241 München
Tel: 089 / 83 46 26 6
www.zim-muenchen.de

Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Nuklearmedizin

Dr. med. Peter Köck
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Dr. med. Niklas Manthey
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 46 13 31 51 0
www.radiologie-msw.de

Dr. med. Silke Rozeboom
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Dr. med. Rupert Schmid
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

O

Orthopädie

Dr. med. Johannes Brusis
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Stephan Deckelmann
Nymphenburger Str. 146, 80634 München
Tel: 089 / 13 99 73 0
www.ortho-m.de

Dr. med. Thomas Genss
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

Dr. med. Rupert Dominik Grabiger
Hauptstr. 17, 82140 Olching
Tel: 08142 / 30 06 2
www.orthodoctor.de

Dr. med. Mark Kettler
Nymphenburger Str. 146, 80634 München
Tel: 089 / 13 99 73 0
www.ortho-m.de

Dr. med. Bernhard Klein
Nymphenburger Str. 146, 80634 München
Tel: 089 / 13 99 73 0
www.ortho-m.de

Dr. med. Detlef Mansel
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

Dr. med. Stephan Noe
Nymphenburger Str. 146, 80634 München
Tel: 089 / 13 99 73 0
www.ortho-m.de

Dr. med. Klaus Stockmaier
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Dr. med. Ulrich Vielwerth
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

PD Dr. med. Elias Volkmer
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mhand.de

P

Palliativmedizin

Dr. med. Monika Aiblinger
Eduard-Fentsch-Weg 19, 81247 München
Tel: 089 / 88 79 77

Christina Aulehner-Forlenza
Margaretenstr. 52, 82152 Krailling
Tel: 089 / 55 05 86 36
www.dr-aulehner.de

Dr. med. Stefanie Galler
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Florian Gekeler
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Brigitte König-Roth
Altostr. 56, 81245 München
Tel: 089 / 86 34 33 0
www.haz-aubing.de

Dr. med. Quirin Linhuber
Landsberger Str. 27, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 01 71 5
www.germering-hausaerzte.de

Dr. med. Bernhard Müllauer
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Kai Reichert
Würmstr. 37, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 42 57 6
www.a-wie-arzt.de

Dr. med. Johanna Saller
Bahnstr. 3, 82131 Stockdorf
Tel: 089 / 85 66 10 10
www.praxis-stockdorf.de

Dr. med. Gunda Stock
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 363 42 50
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Annebärbl Wohlrab
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Dr. med. Matthias Zingerle
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 36 34 25 0
www.onkologie-pasing.de

Physikalische und Rehabilitative Medizin

Dr. med. Birgit Böhringer
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Dr. med. Dorothea Engelmayer
Bachbauernstr. 1, 81241 München
Tel: 089 / 57 07 25 5
www.dr-engelmayer.de

Dr. med. Thomas Harbich
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Marianne Kauzmann
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 56 90 60
www.mvz-laim.de

Physikalische Therapien/ Balneologie

Dr. med. Klaus Stockmaier
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Plastische Chirurgie

Dr. med. Daniel Lonic
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mform-praxis.de

Psychiatrie/ Psychotherapie

Dr. med. Carolin Ilg
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Karl-Peter Klasen
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

René Licci
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Hans Martens
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Alois Niederschweiberer
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Ute Ursula Schott
Limesstraße 61, 81243 München
Tel: 089 / 87 87 11

Dr. med. Stephanie Sitter
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Hans Jürgen Zinner
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Psychotherapie/ Psychosomatische Medizin

Dr. med. Hans Martens
Kaflerstr. 8, 81241 München
Gleichmannstr. 16, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Gunda Stock
Bäckerstr. 4, 81241 München
Tel: 089 / 82 99 66 0
Adolf-Kolping-Str. 28, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 363 42 50
www.onkologie-pasing.de

Dr. med. Jürgen Stumpf
Untere Bahnhofstr. 53, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 62 33
www.internistische-praxis-germering.de

R

Radiologie

Dr. med. Andreas Arnoldi
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Thomas Bauer
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Dr. med. Laura Bickel
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Birgit Denner
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Dr. med. Bendik Edgar
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Prof. Dr. med. Christian Glaser
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Yvonne Grimm
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Prof. Dr. med. Andreas Heuck
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Annie Horng
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Ursula Johst
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Peter Köck
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

PD Dr. med. Jürgen Lutz
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Dr. med. Daniel Maxien
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Dr. med. Johanna Mayer
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

PD Dr. med. Martina Meier-Meitinger
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Martina Remshardt
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Markus Sautter
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 91 0
www.germedicum.de

Prof. Dr. med. Jürgen Scheidler
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Thomas Schloßbauer
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Rupert Schmid
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Dr. med. Tanja Schneider
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
Berger Str. 8, 82319 Starnberg-Percha
www.rzm.de

Dr. med. Wolfgang Schubert
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Dr. med. Simone Spennes-Saleh
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 461 33 15 10
www.radiologie-msw.de

PD Dr. med. Daniel Theisen
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Dr. med. Holger-Burghart Töpfer
Fürstenrieder Str. 62, 80686 München
Tel: 089 / 46 13 31 51 0
www.radiologie-msw.de

Dr. med. Claudia Waizenhöfer
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Dr. med. Holger Zeitler
Pippinger Str. 25, 81245 München
Tel: 089 / 89 60 00 0
Nymphenburger Str. 110, 80636 München
Waldstr. 3a und 7, 82166 Gräfelfing
www.rzm.de

Reisemedizin

Dr. med. Ina Seelbach
Gottfried-Keller-Straße 35, 81245 München
Tel: 089 / 129 71 35
www.hausarzt-pasing-seelbach.de

Rheumatologie

✣ ▣ **Dr. med. Thomas N. Abahji**
Untere Bahnhofstr. 42, 82110 Germering
Tel: 089 / 81 89 12 50
www.rheuma-germering.de

Dr. med. Christina Binder
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 92 26 0
www.rpmp.de

Dr. med. Angelika Knünz
Untere Bahnhofstrasse 42, 82110 Germering
Tel: 089 / 818 91 250
www.internisten-birkengarten.de

Dr. med. Susanna Späthling-Mestekemper
Gottfried-Keller-Str. 20, 81245 München
Tel: 089 / 82 92 26 0
www.rpmp.de

S

Schlafmedizin

Prof. Dr. med. Rainald Fischer
Gleichmannstr. 5, 81241 München
Tel: 089 / 88 03 47
www.rainald.de
www.lungenarzt-pasing.de

Schmerztherapie

Dr. med. Axel Galle
August-Exter-Str. 4, 81245 München
Tel: 089 / 82 98 88 29
www.schmerztherapie-münchen.de

Dr. med. Rupert Dominik Grabiger
Hauptstr. 17, 82140 Olching
Tel: 08142 / 30 06 2
www.orthodoctor.de

✣ ▣ **Dr. med. Kathrin Hamann**
Alte Allee 19, 81245 München
Tel: 089 / 88 52 55
www.praxisdrhamann.de

✣ ▣ **Hohmann Claus Peter**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110Germering
Tel: 089 / 80 91 36 39 0
www.neurochirurgie-germering.de

✣ ▣ **Dr. med. Maximilian Röhrdanz**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 809 136 39-0
www.diewirbelsaeulenspezialisten.com

Dr. med. Annebärbl Wohlrab
Bodenstedtstr. 58, 81241 München
Tel: 089 / 83 53 52
www.onkologie-pasing.com

Sozialmedizin

✣ ▣ **Dr. med. Thomas Harbich**
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Sportmedizin

✣ ▣ **Dr. med. Brigitta Bauer**
Schmaedelstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 82 94 04 40
www.mein-hausarzt-pasing.de

✣ ▣ **Dr. med. Johannes Brusis**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

✣ ▣ **Dr. med. Peter W. Frank**
Augsburger Str. 30, 82194 Gröbenzell
Tel: 08142 / 93 74
www.dr-frank.com

✣ ▣ **Dr. med. Thomas Harbich**
Kaflerstr. 8, 81241 München
Tel: 089 / 88 94 98 20
www.neurozentrum-pasing.de

Dr. med. Christoph Hundemer
Offenbachstr. 29, 81245 München
Tel: 089 / 88 55 80
www.drhundemer.de

✣ **Dr. med. Tomislav Jelicic**
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

▣ **Dr. med. Rainer Jund**
Lochhauser Str. 2 – 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 80 48 80
www.hno-puchheim.de

✣ ▣ **Dr. med. Detlef Mansel**
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

✣ ▣ **Dr. med. Markus Schorr**
Hartstr. 52, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 06 10 66
www.chirurgie-germering.de

✣ ▣ **Dr. med. Klaus Stockmaier**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

✣ ▣ **Dr. med. Ulrich Vielwerth**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

✣ ▣ **Dr. med. Hans-Hermann Wallbaum**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 95 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

✣ **Dr. med. Thomas Weiß**
Arnulfstr. 216, 80634München
Tel: 089 / 16 50 75
www.hausaerzte-am-steubenplatz.de

Stoffwechselheilkunde / Endokrinologie

Prof. Dr. med. Carsten Otto
Bahnhofstr. 98, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 52 80
www.ip-graefelfing.de

T

Transfusionsmedizin

Dr. med. Kaimo Hirv
Lochhamer Str. 29, 82152 Martinsried
Tel: 089 / 89 55 78 0
www.medizinische-genetik.de

U

Unfallchirurgie

Dr. med. Stephan Deckelmann
Nymphenburger Str. 146, 80634 München
Tel: 089 / 13 99 73 30
www.ortho-m.de

✣ ▣ **Dr. med. Thomas Genss**
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

✣ ▣ **Dr. med. Detlef Mansel**
Bahnhofstr. 7a, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 89 35 50 00
www.mansel-graefelfing.de

✣ ▣ **Dr. med. Michael Scheininger**
Waldstr. 7, 82166 Gräfelfing
Tel: 089 / 85 87 24 0
www.chirurgie-wolfartklinik.de

PD Dr. med. Elias Volkmer
Am Schützeneck 8, 81241 München
Tel: 089 / 82 92 44 44
www.mhand.de

✣ ▣ **Dr. med. Hans-Hermann Wallbaum**
Untere Bahnhofstr. 44, 82110 Germering
Tel: 089 / 45 22 47 93 0
Lochhauser Str. 4, 82178 Puchheim,
Tel: 089 / 89 46 51 60
www.orthopaedie-germering.de

Urologie

✣ ▣ **Dr. med. Marcus Goppelt**
Feuerhausstr. 11a, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 92 88 8
Otto-Wagner-Str. 4-6, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 11 02 5
www.team-urologie.de

✣ ▣ **Dr. med. Martin Häcker**
Feuerhausstr. 11a, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 92 88 8
Otto-Wagner-Str. 4 – 6, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 11 02 5
www.team-urologie.de

Dr. med. Nicolas Haseke
Josef-Retzer-Str. 48, 81241 München
Tel: 089 / 82 02 05 70
www.urologiepasing.de

✣ ▣ **Dr. med. Alexander Passon**
Feuerhausstr. 11a, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 92 88 8
Otto-Wagner-Str. 4 – 6, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 11 02 5
www.team-urologie.de

✣ ▣ **Prof. Dr. med. Roger Paul**
Feuerhausstr. 11a, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 92 88 8
Otto-Wagner-Str. 4 – 6, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 11 02 5
www.team-urologie.de

Prof. Dr. med. Michael Siebels
Josef-Retzer-Straße 48, 81241 München
Tel: 089 / 82 02 05 70
www.urologiepasing.de

✣ ▣ **Priv.-Doz. Dr. med. Frank Strittmatter**
Feuerhausstr. 11a, 82256 Fürstenfeldbruck
Tel: 08141 / 92 88 8
Otto-Wagner-Str. 4 – 6, 82110 Germering
Tel: 089 / 84 11 02 5
www.team-urologie.de

V

Venenheilkunde / Phlebologie

▣ **Dr. Anina Lukhaup**
Hartstr. 52-54, 82110 Germering
Tel: 089 / 80 07 07 90
www.medicenter-germering.de

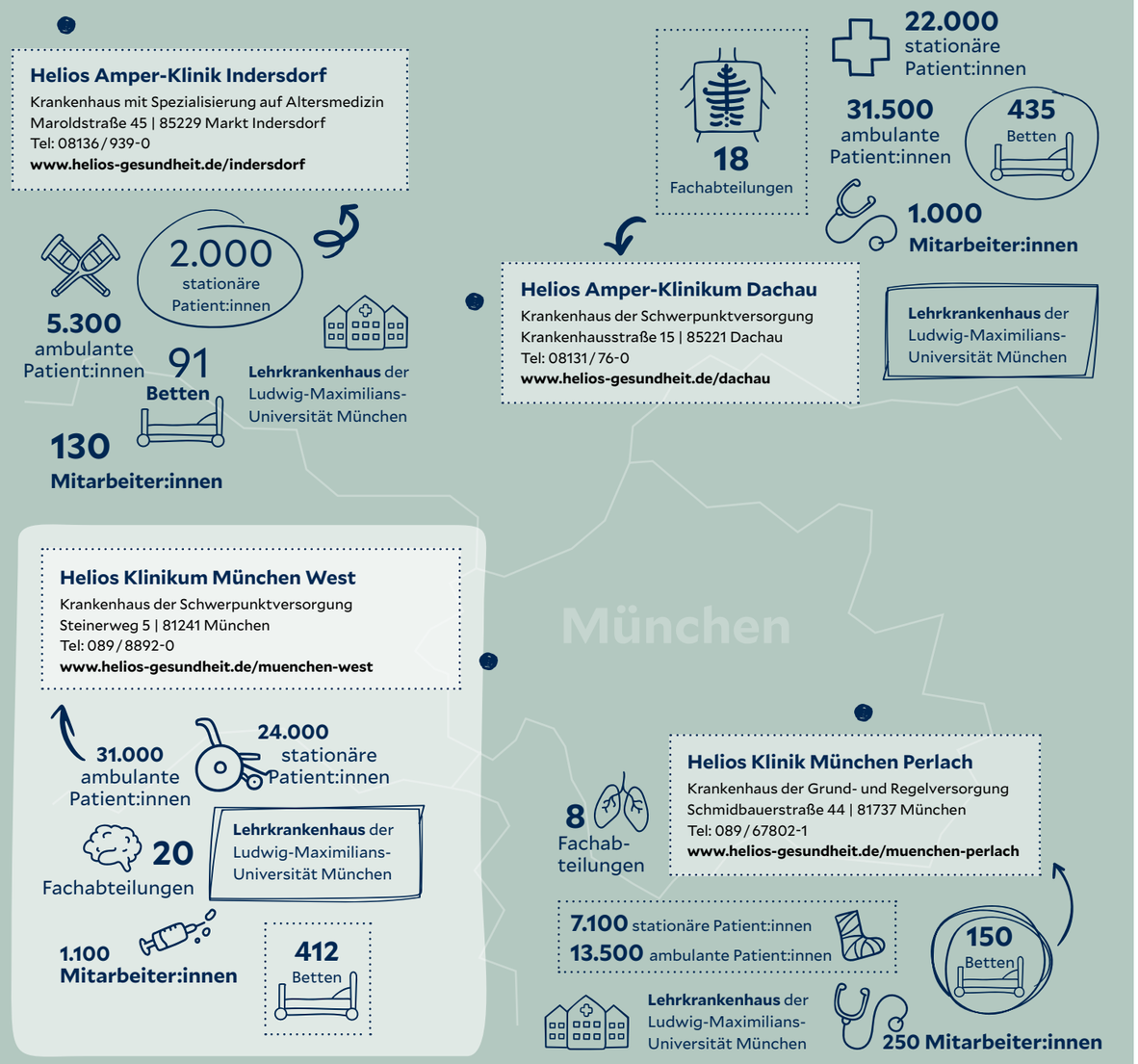
✣ ▣ **Dr. med. Jürgen Schreiner**
Frühlingstr. 33, 85221 Dachau
Tel: 08131 / 61 22 60 0
www.gefaesschirurgie-dachau.de

✣ Diese Ärzte nehmen an einem integrierten Versorgungsvertrag teil.

▣ Diese Ärzte sind mit einer netzinternen EDV-Lösung miteinander vernetzt.

Die Spezialist:innen für Ihre Gesundheit

Ob Geburt oder akute Verletzung, als Notfall oder geplanter Eingriff: Wann immer Sie Hilfe brauchen, können Sie sich auf uns verlassen. Wir, die Helios Kliniken in Oberbayern mit Standorten in München Pasing und Perlach, Dachau und Markt Indersdorf, sind für Sie da – rund um die Uhr, jeden Tag. Persönlich, kompetent und nah. Für Ihre Gesundheit.



Fachbereich	München West	München Perlach	Dachau	Indersdorf
Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie	✓	✓	✓	
Ambulante und stationäre Rehabilitation			✓ (nur ambulant)	✓
Anästhesie und Intensivmedizin	✓	✓	✓	
Diabetologie	✓		✓	
Endokrinologie	✓		✓	
Endoprothetik	✓	✓	✓	
Gastroenterologie	✓		✓	
Gynäkologie und Geburtshilfe	✓		✓	
Gefäßchirurgie	✓	✓	✓	
Geriatrie	✓	✓	✓	✓
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde	✓		✓	
Hämatologie	✓		✓	
Handchirurgie	✓		✓	
Hepatologie	✓		✓	
Innere Medizin	✓	✓	✓	✓
Kardiologie	✓		✓	
Mund-, Kiefer- und Plastische Gesichtschirurgie	✓		✓ (extern)	
Neurologie	✓		✓	✓
Neurochirurgie			✓	
Neurogeriatrie	✓		✓	✓
Neuroradiologie	✓		✓	
Onkologie	✓		✓	
Orthopädie und Unfallchirurgie	✓	✓	✓	
Palliativmedizin	✓		✓	✓
Physikalische und Rehabilitative Medizin	✓	✓	✓	✓
Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie	✓			
Pneumologie	✓		✓	
Radiologie	✓	✓	✓	
Strahlentherapie	✓ (extern)		✓ (extern)	
Urologie			✓	
Zentrale Notaufnahme	✓	✓	✓	✓

Helios Klinikum München West

Allgemein- und Viszeralchirurgie
Chefarzt Dr. med. Erich Bielesch
Tel: 089 / 88 92 23 15
viszeralchirurgie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Anästhesiologie und Intensivmedizin
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Klaus Wolfgang Martin
Tel: 089 / 88 92 23 16
anaesthesiologie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Diagnostische und Interventionelle Neuroradiologie
Chefarzt Dr. med. Sascha Prothmann
Tel: 089 / 88 92 23 11
sascha.prothmann@helios-gesundheit.de

Diagnostische und Interventionelle Radiologie
Chefarzt Prof. Dr. med. Ulrich Linsenmaier
Tel: 089 / 88 92 23 11
ulrich.linsenmaier@helios-gesundheit.de

Endoprothetikzentrum München West
Chefarzt Assoz. Prof (Univ. Innsbruck)
Priv.-Doz. Dr. med. Martin Thaler, MBA, MSc
Tel: 089 / 88 92 23 14
endoprothetik.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Gastroenterologie, Diabetologie und Allgemeine Innere Medizin
Chefärztin Prof. Dr. med. Brigitte Mayinger
Tel: 089 / 88 92 23 74
gastroenterologie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Gefäßchirurgie
Chefarzt Dr. med. Reza Ghotbi
Tel: 089 / 88 92 26 28
gefaesschirurgie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Geriatrie
Chefärztin Anja Pürschel
Tel: 089 / 88 92 28 75
geriatrie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Gynäkologie und Geburtshilfe
Chefärztin Dr. med. Sabine Keim
Tel: 089 / 88 92 23 25
gynaekologie.muenchen-west@helios-gesundheit.de
geburtshilfe.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie, Plastische Operationen
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Thomas Stark
Tel: 089 / 88 92 23 19
hno.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin
Chefarzt Prof. Dr. med. Dr. phil. Fuat S. Oduncu, MA, EMB, MBA
Tel: 089 / 88 92 22 17
onkologie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Handchirurgie
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Elias Volkmer
Tel: 089 / 88 92 23 14
handchirurgie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Hörklinik
Chefärztin Dr. med. Veronika Wolter
Tel: 089 / 88 92 23 19
hno.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Kardiologie und Internistische Intensivmedizin
Chefarzt Prof. Dr. med. Christopher Reithmann
Tel: 089 / 88 92 23 07
kardiologie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Mund-, Kiefer- und Plastische Gesichtschirurgie
Chefarzt Prof. Dr. med. Dr. med. dent. Denys J. Loeffelbein
Tel: 089 / 88 92 20 91 6
mkg.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Neurologie
Chefarzt Prof. Dr. med. Holger Poppert
Tel: 089 / 88 92 26 30
neurologie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Orthopädie und Unfallchirurgie
Chefarzt Alexander Manolopoulos
Tel: 089 / 88 92 23 13
unfallchirurgie.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie
N. N.
Tel: 089 / 88 92 20 91 6
plch.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Pneumologie, Lungenzentrum München West
Chefarzt Dr. med. Radu Braga
Chefarzt Michael Hagemann
Tel: 089 / 88 92 28 75
lungenzentrum.muenchen-west@helios-gesundheit.de

Zentrale Notaufnahme
Chefarzt Florian Heindl
Tel: 089 / 88 92 23 39
florian.heindl@helios-gesundheit.de

Helios Klinik München Perlach

Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie
Chefarzt Prof. Dr. med. Axel Kleespies
Tel. 089 / 67 8 02 45 30
axel.kleespies@helios-gesundheit.de

Anästhesie und Intensivmedizin
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Klaus Wolfgang Martin
Tel: 089 / 67 80 22 22
klaus.martin@helios-gesundheit.de

Diagnostische und Interventionelle Radiologie
Chefarzt Prof. Dr. med. Ulrich Linsenmaier
Tel: 089 / 67 80 22 30
ulrich.linsenmaier@helios-gesundheit.de

Gefäßchirurgie
Chefarzt Dr. med. Reza Ghotbi
Tel: 089 / 88 92 22 1
reza.ghotbi@helios-gesundheit.de

Geriatrie
Chefärztin Anja Pürschel
Tel. 089 / 67 80 22 21
anja.puerschel@helios-gesundheit.de

Innere Medizin
Chefarzt Dr. med. Jürgen Tudyka
Tel: 089 / 67 80 22 21
juergen.tudyka@helios-gesundheit.de

Notaufnahme
Chefarzt Florian Heindl
Tel: 089 / 67 80 22 94
florian.heindl@helios-gesundheit.de

Unfallchirurgie und Orthopädie
Chefarzt Alexander Manolopoulos
Tel: 089 / 67 8 02 22 2
alexander.manolopoulos@helios-gesundheit.de

Helios Amper-Kliniken Dachau und Indersdorf

Akutgeriatrie, Geriatrie*
Chefarzt Dr. med. Björn Johnson
Tel: 08136 / 93 92 80 2
bjoern.johnson@helios-gesundheit.de

Allgemein-, Viszeral-, Thorax- und Onkologische Chirurgie
Chefarzt Prof. Dr. med. Axel Kleespies
Tel: 08131 / 76 54 7
axel.kleespies@helios-gesundheit.de

Anästhesie und Intensivmedizin
Chefarzt Dr. med. Maximilian Rist
Tel: 08131 / 76 39 1
vorzimmer.anaesthesie@helios-gesundheit.de

Diagnostische und Interventionelle Neuroradiologie
Chefarzt Dr. med. Sascha Prothmann
sascha.prothmann@helios-gesundheit.de

Diagnostische und Interventionelle Radiologie, MRgFUS-Center
Chefarzt Dr. med. Matthias Matzko
Tel: 08131 / 76 39 2
vorzimmer-radiologie.dachau@helios-gesundheit.de

Gastroenterologie, Hepatologie, Hämato-Onkologie und Diabetologie
Chefarzt Prof. Dr. med. Norbert Grüner
Tel: 08131 / 76 23 9
norbert.gruener@helios-gesundheit.de

Geriatrische Rehabilitation
Chefarzt Dr. med. Björn Johnson
Tel: 08136 / 93 928 02
bjoern.johnson@helios-gesundheit.de

Gefäßchirurgie
Chefarzt Dr. med. Reza Ghotbi
Tel: 08131 / 76 47 01
reza.ghotbi@helios-gesundheit.de

Gynäkologie und Geburtshilfe
Chefärztin Dr. med. Sabine Keim
Tel.: 08131/76 4298
gyn.dachau@helios-gesundheit.de

Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde
Chefarzt Prof. Dr. med. Hjalmar Hagedorn
Tel: 08131 / 76 49 00
hjalmar.hagedorn@helios-gesundheit.de

Kardiologie und Pneumologie
Chefarzt Priv.-Doz. Dr. med. Bernhard Witzenbichler
Tel: 08131 / 76 229
bernhard.witzenbichler@helios-gesundheit.de

Neurochirurgie
Chefarzt Prof. Dr. Thomas Westermaier
Tel: 08131 / 76 44 01
thomas.westermaier@helios-gesundheit.de

Neurologie und Neurogeriatrie*
Chefarzt Dr. med. Christian Lechner
Tel: 08131 / 76 54 8
christian.lechner@helios-gesundheit.de

Onkologie
Chefarzt Prof. (SHB) Dr. med. Dirk Hempel
Tel.: 08131 / 76 547
dirk.hempel@helios-gesundheit.de

Physikalische und Rehabilitative Medizin*
Chefarzt Dr. med. Wolfgang Ködel
Tel: 08131 / 76 30 0
wolfgang.koedel@helios-gesundheit.de

Unfallchirurgie und Orthopädie
Chefarzt Alexander Manolopoulos
Tel: 08131 / 76 37 2
alexander.manolopoulos@helios-gesundheit.de

Urologie und Kinderurologie
Chefarzt Prof. Dr. Wael Khoder
Tel.: 08131 / 76 68 700
wael.khoder@helios-gesundheit.de

Zentrale Notaufnahme
Dachau | Leitender Oberarzt Alexander von Freyburg
Tel: 08131 / 76 67 32 1
alexandervon.freyburg@helios-gesundheit.de

Indersdorf | Oberarzt Dr. med. Markus Tschiers
Tel: 08136 / 93 90
markus.tschiers@helios-gesundheit.de

* Diese Abteilungen gibt es sowohl im Helios Amper-Klinikum Dachau als auch in der Helios Amper-Klinik Indersdorf.

Gesunde Heißgetränke

für ein starkes Immunsystem

Lecker und gesund lautet die Devise unserer winterlichen Heißgetränke. Denn gerade in der kalten Jahreszeit freut sich das Immunsystem über eine extra Portion Power.

Kalifornischer Punsch

Zutaten:

2 Stk Schwarzer Tee (Teebeutel)

3 EL brauner Zucker

1 Prise Piment

1 Prise Muskatnuss, gerieben

0,2 l Zitronensaft

0,5 l Orangensaft

1 l Apfelsaft

1 l Wasser

3 Stk Nelken

1 TL Zimt

Zubereitung:

1. Das Wasser kochen, über die Teebeutel gießen und danach 5 Minuten ziehen lassen.
2. In der Zwischenzeit Apfelsaft, Zucker, Zimt, Muskat, Piment und Nelken in einem Topf kochen und bei geringerer Hitze 4 Minuten ziehen lassen.
3. Zum Schluss Tee, Orangensaft und Zitronensaft dazugeben aber nicht mehr aufkochen lassen.

Goldene Milch

Zutaten:

250 ml Pflanzenmilch
z.B. ungesüßte Mandel-, Soja- oder Hafermilch

ein daumengroßes Stück frische Kurkuma-Wurzel oder 1 TL Pulver

ein kleines Stück frischer Ingwer oder 1/2 TL Pulver

½ TL Zimt

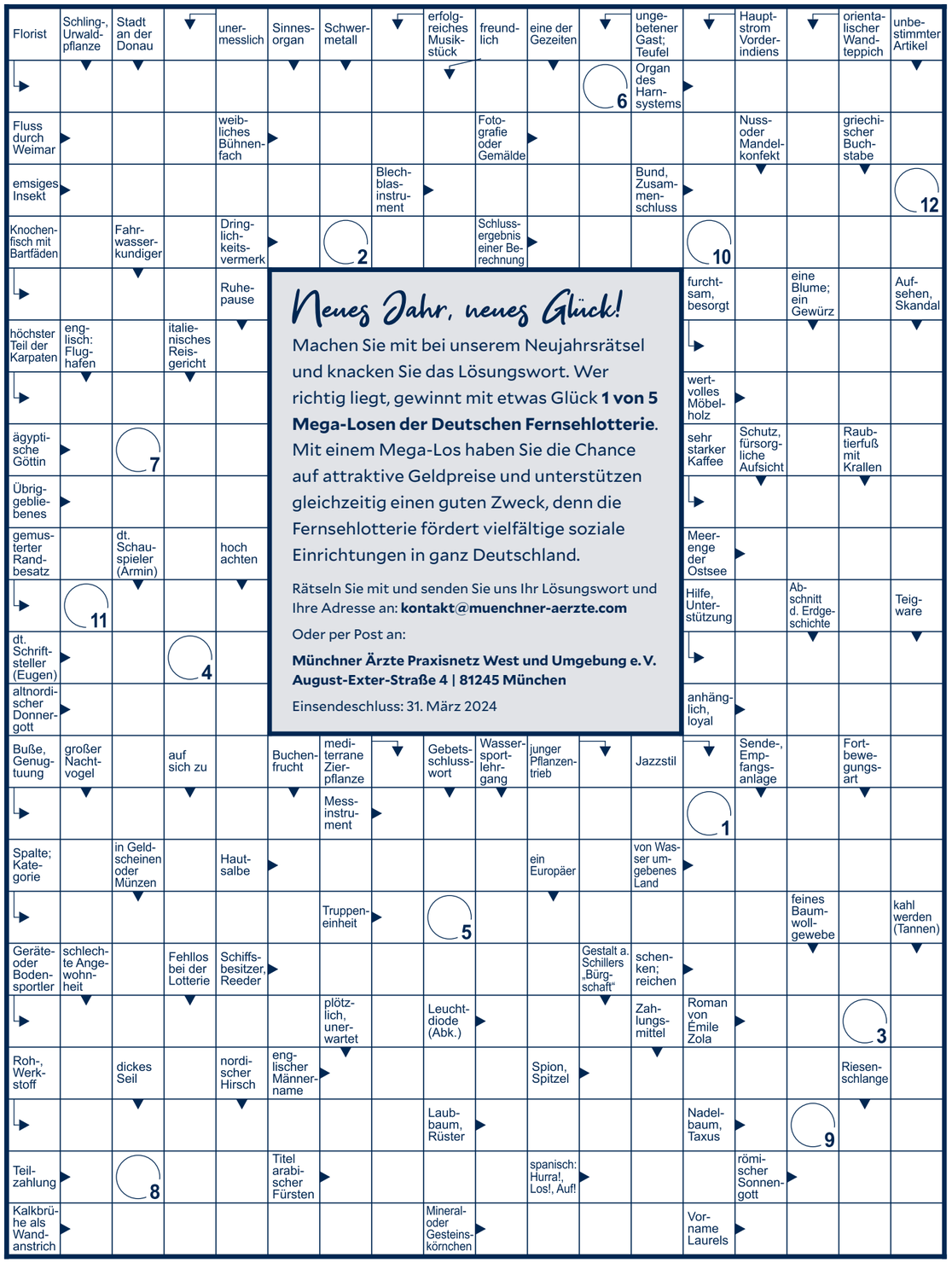
1 TL Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup (nach Belieben)

Zubereitung:

1. Die Kurkuma-Wurzel und den Ingwer mit einem normalen Gemüsehobel reiben.
2. Milch erhitzen und Kurkuma, Ingwer und Zimt hinzufügen
3. Ein paar Minuten ziehen lassen und heiß genießen.

Gewinnspiel

Viel Glück!



Neues Jahr, neues Glück!

Machen Sie mit bei unserem Neujahrsrätsel und knacken Sie das Lösungswort. Wer richtig liegt, gewinnt mit etwas Glück **1 von 5 Mega-Losen der Deutschen Fernsehlotterie**. Mit einem Mega-Los haben Sie die Chance auf attraktive Geldpreise und unterstützen gleichzeitig einen guten Zweck, denn die Fernsehlotterie fördert vielfältige soziale Einrichtungen in ganz Deutschland.

Rätseln Sie mit und senden Sie uns Ihr Lösungswort und Ihre Adresse an: **kontakt@muenchner-aerzte.com**

Oder per Post an:

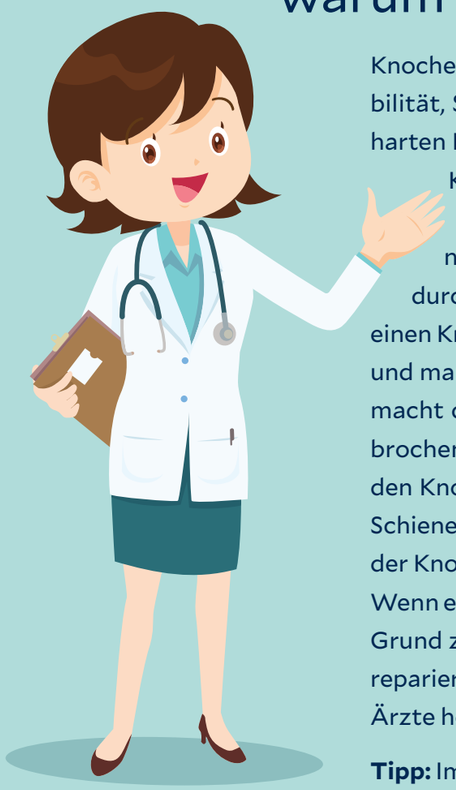
Münchner Ärzte Praxisnetz West und Umgebung e.V.
August-Exter-Straße 4 | 81245 München

Einsendeschluss: 31. März 2024

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Lösungswort

Sag mal, Dr. Fröhlich,
warum können Knochen brechen



Knochen sind sehr wichtig für unseren Körper. Sie geben uns Stabilität, Schutz und Beweglichkeit. Knochen bestehen aus einem harten Material, das Kalk heißt, und einem weichen Material, das Knochenmark heißt.

Knochen können brechen, wenn sie zu viel Druck oder einen starken Stoß erleiden, zum Beispiel bei einem Sturz oder durch eine Krankheit. Wenn ein Knochen bricht, nennt man das einen Knochenbruch oder eine Fraktur. Das tut meistens sehr weh und man muss zu einer Ärztin oder einem Arzt gehen. Sie oder er macht dann ein Röntgenbild, um zu sehen, wie der Knochen gebrochen ist. Dann wird ein Gips oder eine Schiene angelegt, um den Knochen zu stabilisieren und zu schützen. Der Gips oder die Schiene muss einige Wochen oder Monate getragen werden, bis der Knochen wieder zusammenwächst.

Wenn ein Knochen bricht, ist das nicht schön, aber es ist auch kein Grund zur Panik. Knochen sind sehr stark und können sich selbst reparieren. Man muss nur Geduld haben und auf die Ärztinnen und Ärzte hören. Dann wird der Knochen bald wieder heil sein.

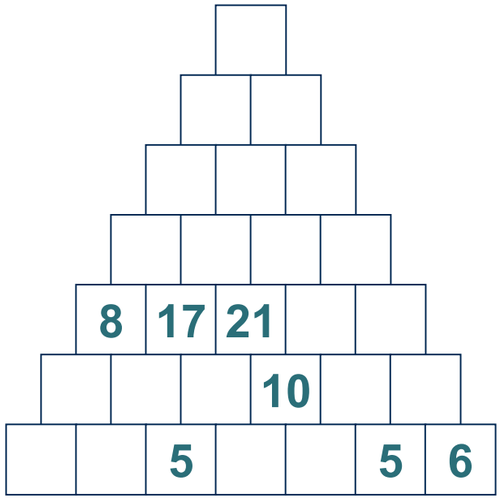
Tipp: Im Winter immer feste Schuhe oder Stiefel mit einer rutschfesten Sohle tragen, dann kommst Du nicht ins Schlittern!

HELFE DEN TIEREN NACH HAUSE ZU KOMMEN

Rätsel

Zahlenpyramide

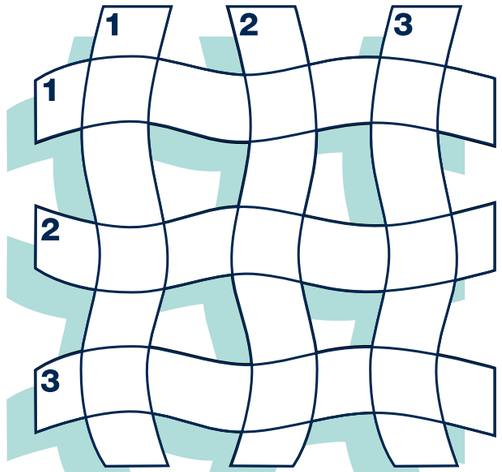
Ergänzen Sie die fehlenden Zahlen. Jede Zahl ergibt sich aus der Summe der darunterliegenden beiden Zahlen.



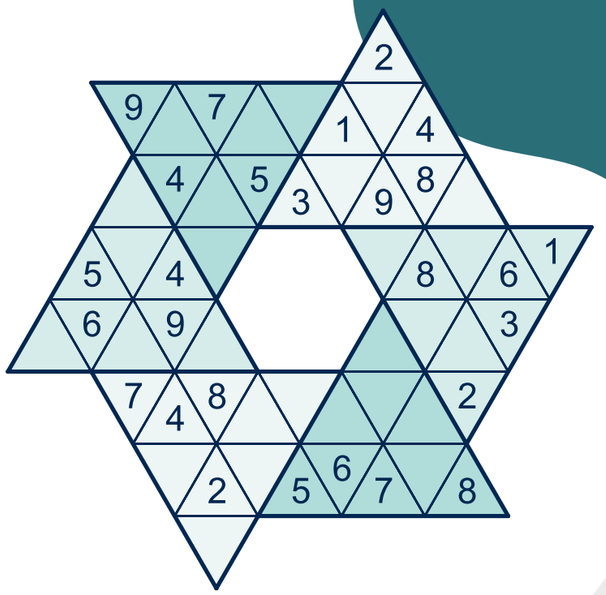
Magisches Gitter

Schreiben Sie waagerecht und senkrecht dieselben Wörter in das magische Gitter.

1. langhalsiges Tier,
2. das Meer betreffend,
3. Anforderung, Obliegenheit



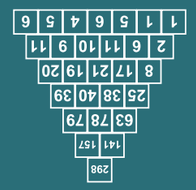
Stern-Sudoku



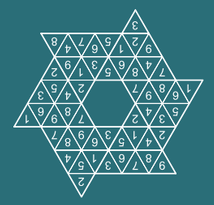
Lösungen

Magisches Gitter
1. Giraffe
2. maritim
3. Pflicht

Zahlenpyramide



Stern-Sudoku



Vorsorgekalender 2024

Blatt heraustrennen und Termin vereinbaren!

Gesundheitliche Vorsorge hilft dabei, Krankheiten frühzeitig zu erkennen! In dieser Übersicht sehen Sie alle wichtigen Vorsorge- und Früherkennungsuntersuchungen auf einen Blick.

Alter	Wie oft?	Wer?	Welche Untersuchung?	Wo?	Wann fällig?
18 bis 35	einmalig	♀ ♂	Check-up-Untersuchung (Arztgespräch, körperliche Untersuchung, Blutdruck-Messung, eventuell Blutprobe, Beratung)	Hausärzt:in/ Internist:in	
ab 18	jährlich	♀ ♂	Zahnvorsorge-Untersuchung	Zahnärzt:in	
ab 20	jährlich	♀	Genitaluntersuchung auf Gebärmutterhalskrebs (Arztgespräch, körperliche Untersuchung mit Abstrich für Pap-Test)	Gynäkolog:in	
bis 25	jährlich	♀	Chlamydien-Screening (Urintest)	Gynäkolog:in	
ab 30	jährlich	♀	Brustuntersuchung (Tastuntersuchung)	Gynäkolog:in	
ab 35	alle 3 Jahre	♀ ♂	Check-up-Untersuchung (Arztgespräch, körperliche Untersuchung, Blutdruck-Messung, Blutprobe, Urin-Untersuchung, Beratung)	Hausärzt:in/ Internist:in	
ab 35	alle 2 Jahre	♀ ♂	Früherkennung Hautkrebs (Inspektion der gesamten Haut, Dokumentation)	Hausärzt:in/ Internist:in oder Hautärzt:in	
ab 45	jährlich	♂	Untersuchung der Prostata und der äußeren Genitalien (Tastuntersuchung)	Hausärzt:in/ Internist:in oder Urolog:in	
50 bis 54	jährlich	♀ ♂	Früherkennung Darmkrebs (Test auf Blut im Stuhl; Männer alternativ erste Darmspiegelung und alle zwei Jahre Test auf Blut im Stuhl)	Hausärzt:in/ Internist:in oder Gastroenterolog:in (bei Darmspiegelung)	
50 bis 69	alle 2 Jahre	♀	Mammografie-Screening auf Brustkrebs (Röntgen)	Radiolog:in	
ab 55	alle 2 Jahre	♀ ♂	Früherkennung Darmkrebs (Test auf Blut im Stuhl oder zwei Darmspiegelungen im Mindestabstand von zehn Jahren und alle zwei Jahre Test auf Blut im Stuhl)	Hausärzt:in/ Internist:in oder Gastroenterolog:in (bei Darmspiegelung)	
ab 65	einmalig	♂	Früherkennung Bauchaorten-Aneurysma (Ultraschall)	Hausärzt:in/ Internist:in, Urolog:in, Chirurg:in	

Münchner Ärzte
Praxisnetz West und Umgebung e.V.

Helios

www.muenchner-aerzte.com
www.helios-gesundheit.de/muenchen-west