GESUNDHEITS ZENTRUM KUTENHAUSEN

KUTENHAUSER GESUNDHEITSPOST

Ausgabe 20 +++ Februar - März - April - Mai 2024 +++ kostenlos zum Mitnehmen

Bildnachweis: kallejipp / photocase.de

- Das Gesundheitszentrum auf einen Blick
- Termine für Ihre Gesundheit
- Rätsel mit 3x30-€-Nascherei-Gutschein

Gesundheitszentrum Kutenhausen • Kutenhauser Straße 191 - 193 • 32425 Minden • www.gz-kutenhausen.de

Ihr kurzer Weg zur Gesundheit!

Guten Tag, liebe Patientinnen, liebe Patienten!

Zunächst wünschen wir allen Patienten/Kunden ein gutes, neues Jahr!
Wie das Titelbild verdeutlichen soll („Aua!“), geht es dem deutschen Gesundheitswesen ohne Not aktuell nicht gut. Ich verweise noch mal auf mein Vorwort zur letzten Ausgabe.

Inzwischen haben wir die ersten zwei Wochen mit E-Rezepten hinter uns. Trotz erheblicher Investitionen unsererseits (ohne irgendeine Kompensation vom Staat oder von den Krankenkassen), trotz intensiver Schulung aller Mitarbeiter:innen war der Start holprig, um nicht zu sagen eine Katastrophe für die Arztpraxen, Apotheken und daraus folgend leider auch für Sie! Das tut uns leid! Es zu ändern steht aber nicht in unserer Macht/Verantwortung. Trotz Milliardeninvestitionen ist die Gematik (per gesetzlichem Auftrag für alles rund um die elektronische Gesundheitskarte verantwortlich) nicht in der Lage, ein ausgereiftes System für die Praxen zur Verfügung zu stellen. Das ist traurig und für ein Hochtechnologieland (oder sind wir das nicht mehr?) eine absolute Disqualifikation.

Die Politik (u.a. K. Lauterbach), Verbände und Krankenkassen träumen vom Aufbau sogenannter hausärztlicher Versorgungszentren, sogenannten Primärversorgungszentren (PVZ, HÄPPI): gern mal googeln. Man meint, die könne man einfach so aus dem Boden stampfen. Das wird schwierig werden und man übersieht, was sich z.B. in den letzten 63 Jahren im Gesundheitszentrum Kutenhausen entwickelt hat. Wir halten genau das, was da gefordert wird, seit vielen Jahren vor und praktizieren es täglich unter unserem Motto: IHR KURZER WEG ZUR GESUNDHEIT.

Aktuell werden wir durch die unausgereifte Einführung des E-Rezeptes auf eine harte Probe gestellt! Über die Tagesliste in der Praxis können wir nachvollziehen, wieviel Patienten täglich durch die Gemeinschaftspraxis versorgt werden: über 1000! Da leuchtet es wohl jedem ein, dass sofort ein riesiger Stau entsteht, wenn sich eine Versichertenkarte nicht einlesen lässt, der sogenannte neue elektronische Arztausweis ein Verbindungsproblem aufweist oder die Verbindung zum neuen Konnektor/Cloud nicht stabil ist. Und das alles im laufenden Praxisbetrieb.

Außerdem obliegt uns die gesamte gebührenfreie Aufklärung der Patienten, die keine Papierrezepte mehr bekommen aufgrund mangelnder Aufklärung durch Krankenkassen und Staat.

Dadurch entsteht Frust bei unseren Mitarbeiter:innen, Ihnen und selbstverständlich auch in der Apotheke, wenn Sie mit leeren Händen, also ohne Papierrezept dort stehen und das E-Rezept noch nicht elektronisch übermittelt ist. Aufgrund unserer kurzen Wege lässt sich Vieles lösen, sei es, dass wir schnell ein Papierrezept ausdrucken. Wir bemühen uns mit großem Aufwand und deutlich höheren Kosten (ohne Kompensation) unnötigen Stress zu vermeiden, es bleibt aber das Gefühl: SO KANN UND DARF ES NICHT WEITERGEHEN!

Das Beste an den neuen Lauterbachplänen: weg vom Quartalsdenken. Das würde zu einer massiven bürokratischen Entlastung für uns führen.

Trotz allem sind wir in den nächsten Jahren auf hohem medizinischem Niveau optimistisch für Sie da.

Ihr Dr. Michael Kühne und die gesamte Redaktion

Termine für Ihre Gesundheit

Grundkurs Schüßlern – aber richtig!

Neunstündiger Wochenendkurs zur Anwendung von Schüßlersalzen bei Alltagsbeschwerden inkl. Kurz-Antlitzanalyse für Interessenten mit und ohne Vorkenntnissen

Kursleiter: Hans Jürgen Kürzel, Apotheker und Mineralstoffberater nach Dr. Schüßler (GBA)
Termin: Freitag 01.03.24, 16-19 Uhr, Samstag 02.03.24, 9-12 & 13-16 Uhr
Ort: GZ Kutenhausen in der Bodymed-Ernährungsberatung
Kosten: 120 € inklusive Getränken und ausführlicher Seminarunterlagen
Anmeldung bis zum 24.02.24 erforderlich!
Informationen u. Anmeldung: Kutenhauser Apotheke im Gesundheitszentrum
0571-648750 oder im Flyer unter www.kutenhauser-apotheke.de

Vortrag: Gesund abnehmen und entschlacken mit Schüßler-Salzen

Referent: Hans Jürgen Kürzel, Apotheker u. Mineralstoffberater nach Dr. Schüßler(GBA)
Termin: Mittwoch, 13.03.24, 19 – 20.30 Uhr
Ort: Gesundheitszentrum Kutenhausen, Vortragsraum der Gemeinschaftspraxis Dres. Kühne und Partner
Anmeldung bis zum 09.03.24 erforderlich: 0571/648750, Kutenhauser Apotheke im Gesundheitszentrum. **Teilnahmegebühr 5€!**

Erkennen was fehlt: Die Antlitz-Analyse nach Dr. Schüßler

Mineralstoffdefizite lassen sich an bestimmten Zeichen im Gesicht des Menschen erkennen. In einer einstündigen Beratung ermittelt Apotheker H.J. Kürzel den individuellen Mineralstoffbedarf und gibt eine Empfehlung zum Ausgleich mit Hilfe der Mineralstoffe nach Dr. Schüßler. Angeboten wird auch eine individuelle Mineralstoffmischung.
Beratungshonorar im Aktionszeitraum Februar/März 24: statt 55 € nur 45 €!
Terminvereinbarung : 0571-648750 , Kutenhauser Apotheke im Gesundheitszentrum

SPRECHZEIT

Was ist Stimmtherapie...

Mona Grasmugg (mitte) und Team

...ein Schlüssel zur stimmlichen Gesundheit!

Die Stimmtherapie in der Logopädie ist essenziell für die Behandlung und Verbesserung von Stimmproblemen. Diagnostik analysiert präzise Tonlage, Klangfarbe und Atmung. Durch gezielte Übungen stärkt sie die stimmliche Muskulatur, besonders relevant bei Dysphonie. Neben der reinen Stimmproduktion fördert die Therapie auch Artikulation und Ausdruck, verbessert die allgemeine Kommunikationsfähigkeit. Stimmtherapeuten bieten zudem Beratung zur stimmlichen Hygiene und Prävention von Stimmproblemen, besonders relevant für Personen mit berufsbedingten stimmlichen Belastungen. Insgesamt steigert die Stimmtherapie die Lebensqualität durch individuelle Maßnahmen und stärkt das Selbstbewusstsein der Patienten.

Wenn auch Sie etwas für Ihre Stimme tun möchten, sprechen Sie uns an. Denn Sie wissen ja besser sprechen, spricht sich rum....

ERNÄHRUNGSBERATUNG BODYMED

Viel mehr als nur Gewicht und BMI

Seit mehr als 29 Jahren werden im Gesundheitszentrum Kutenhausen Messungen zur Körperzusammensetzung durchgeführt. Dafür steht nun eine innovative neue Technik zur Verfügung. Sie bietet umfangreiche Einsatzmöglichkeiten für die Diagnostik und Therapie.

Ob Menschen sich richtig ernähren, eine gut trainierte Muskulatur oder ob Diäten erfolgreich sind, kontrollieren viele über ihr Gewicht und den Body Mass Index (BMI). Doch Kilos auf der Waage und der BMI allein sagen nicht viel über den Gesundheits- und Trainingszustand aus – ein übergewichtiger Mensch kann den gleichen BMI haben wie ein trainierter Bodybuilder. Entscheidend ist die Körperzusammensetzung. Das Verhältnis von Fettmasse, Muskelmasse und Körperwasser lässt Rückschlüsse auf den Gesundheitszustand zu. Eine bioelektrische Impedanzanalyse ist die perfekte Lösung, um die Zusammensetzung des Körpers aus Wasser, Muskelmasse und Körperfett medizinisch genau zu bestimmen und gegebenenfalls individuell passende Maßnahmen einzuleiten. Die Daten werden innerhalb von nur 17 Sekunden ermittelt. Die Präzision der Parameter ist so genau, dass sie in wissenschaftlichen Studien belegt wurden und das Messgerät in unterschiedlichen, medizinischen Bereichen eingesetzt wird.

Die Möglichkeit einer Messung besteht generell für alle erwachsenen Interessierten. Ausgenommen sind Patienten mit implantierter elektronischer Medizintechnik, wie einem Herzschrittmacher.

Der Messvorgang und die Interpretation der Messwerte nehmen etwa 30 Minuten in Anspruch. Das Messprotokoll erhalten Sie in Papierform. Die Kosten betragen für Messung und Interpretation 25 €
Diätassistentin
R.Reiners-Gertges

Vereinbaren Sie dazu einen Termin im Gesundheitszentrum Kutenhausen unter Telefon 0571/9725129 oder Email: kost-probe@gmx.de

IMPRESSUM

Gesundheitszentrum Kutenhausen
Kutenhauser Straße 191 - 193
32425 Minden
www.gz-kutenhausen.de

Konzept, Satz und Gestaltung:
Marc Rabe
Telefon: (05 71) 3 85 78 40
gz-post@web.de

Druck:
art+image GmbH & Co. KG
Internet: www.art-image.de

RECHTSHINWEISE: Das „Gesundheitszentrum Kutenhausen“ ist eine zusammenfassende Ortsangabe der Adressen Kutenhauser Straße 191, 193 und Feldweg 31. Dieses Druckwerk wird herausgegeben von den umseitig aufgeführten dort ansässigen selbstständigen Gesundheitsdienstleistern. Dort finden sich auch die entsprechenden Kontaktadressen. Verantwortlicher im Sinne des Presserechts ist Dr. Michael Kühne, Kutenhauser Str. 191, 32425 Minden.

KUTENHAUSER GESUNDHEITSPOST

GEMEINSCHAFTSPRAXIS

6 Tage / 52 Wochen für Sie im Einsatz

Nichts ist so beständig wie Veränderung! Aufgrund der im Vorwort beschriebenen unbefriedigenden Bedingungen im Gesundheitswesen haben zum Jahresende im Umfeld wieder mehrere Allgemeinarztpraxen ihre Tätigkeit eingestellt. Wir bemühen uns, möglichst Vielen eine neue Anlaufstelle zu bieten, aber natürlich sind auch unsere Kapazitäten nicht unerschöpflich.

Unsere liebe Kollegin Dörthe Hoffmann verlegt ihren Lebensmittelpunkt aus privaten Gründen von Porta an die Ostsee. Über 20 Jahre haben wir immer gern und vertrauensvoll zusammengearbeitet. Wir bedauern diesen Schritt sehr, können ihn aber nachvollziehen und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute.
Liebe Dörthe, wir freuen uns schon auf unseren Betriebsausflug dieses Jahr zu Dir an die See.

Umso mehr freut es uns, dass unser ehemaliger Weiterbildungsassistent Michael Vahldieck zum Abschluss seiner Facharzt-Weiterbildung am 01.03.2024 ins Team zurückkehrt, um auf Dauer zu bleiben. Herzlich Willkommen, lieber Michael, wir freuen uns!

Unser MFA-Team ist stabil und entwickelt sich insbesondere durch Weiterbildungen positiv. Eine Physichian Assistant (Arztassistentin), Juliane Hellweg, arbeitet schon lange bei uns. Die Zweite, Celine Dunkhorst, schließt in diesem Jahr ihr Studium ab. Jona Wittemeyer beginnt im Sommer ihr Studium. Das ist eine sehr gute Entwicklung zur Entlastung des Ärzteteams.

Wie im Vorwort ausgeführt, bereitet uns alles, was mit dem E-Rezept zu tun hat, Stress und Unruhe. Wir sind bemüht, die Auswirkungen für Sie so gering wie möglich zu halten, bitten aber um Verständnis für durch uns nicht zu beeinflussende Verzögerungen. Mit den anderen Anbietern im Gesundheitszentrum, insbesondere Apotheke und Sanitätshaus, sind wir bemüht, schnelle Lösungen zu finden.

SANITÄTSHAUS ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK OSM

Ein guter Start ins Jahr – Mit OSM und dem passenden BH!

Svenja Möhring und Team

Viele Damen kennen das Problem von kneifenden BH-Trägern, Bügeln oder einschneidenden Bündchen und tun sich nicht selten schwer, einen gut-sitzenden BH zu finden. Hierbei sind die Ansprüche an den BH so individuell und vielfältig wie die Trägerinnen selbst.

Gesundheitlicher Aspekt - Entlastung für Rücken und Schultern
Gerade Frauen mit einer großen Oberweite leiden häufig unter Schmerzen oder Verspannungen im Schulter/Nackenbereich, oder auch unter Rückenschmerzen. Nicht selten verstärkt ein ungeeigneter BH die Beschwerden, da er nicht ausreichend stützt und entlastet.

Hier kann bereits durch die Wahl des richtigen BHs häufig eine deutliche Verbesserung eintreten.

Starten Sie mit einem neuen, gutsitzenden BH durch in das neue Jahr 2024
Beenden Sie den unangenehmen Sitz und das damit einhergehende ständige „Zuppeln“.

Als klassisches Sanitätshaus bietet Ihnen das Team von OSM neben den herkömmlichen Sanitätshaus-Produkten auch eine breite Palette verschiedenster BHs namhafter Hersteller u.a. aus dem Bereich: Komfort-, Entlastungs- sowie Schwangerschafts- & Still-BHs.
Auch spezielle Sport- sowie Prothesen-BHs gehören zu unserem Sortiment.

Scheuen Sie sich nicht und lassen Sie sich vor Ort von uns persönlich beraten. Wir vom Sanitätshaus OSM freuen uns auf Ihren Besuch!

PREISRÄTSEL

Schicken Sie das Lösungswort auf einer Postkarte bis spätestens 15.05.24 an Kutenhauser Apotheke im Gesundheitszentrum, Kutenhauser Straße 191, 32425 Minden. Bitte fügen Sie eine Telefonnummer hinzu, damit Sie im Falle des Gewinns benachrichtigt werden können.

GEWINNENSPIEL:

3 x 30 € GUTSCHEINE

FÜR DIE NASCHEREI!

Habenseite des Kontos
Konkurrentin
Stockwerk
Geburtsstätte von Zeus
Musik: Übungsstück (franz.)
Strohunterlage
Hülle um das Hühnerei
Sicherheitsleine der Artisten
Männername
islam. Rechtsgelehrter
Kopfschmuck des Hirschs
Raum in der Scheune
überempfindlich
träger, unaufmerksamer Mensch
zögernd
Herrschersitz
englisch: eins
gegorener Traubensaft
Kindertagesstätte (Kzw.)
gestreiftes Steppenpferd
sächliches Fürwort
aufgeschlossen
Brauch, Zeremoniell
apart, fein, schick
Kreuzesinschrift
Hauptstadt des Irak
pflanzliches Lebensmittel
festes Ganzes
kurz für: in das
russische Teemaschine
chem. Zeichen: Titan
Körperglied
Frau von Isaak im A.T.
Windseite
Speisenaroma
Kosename für den Großvater
Blütenstempel
Fremdwortteil: Erde
modern, up to date
Abk.: Bataillon
Kykladeninsel
weiches Gewebe
Jüngstenerbrecht
französisch: er
Braunalgen
Schiffstauspanngerät
Ziffernkennung (engl. Abk.)
gegorenes Milchprodukt
Körperteil
ein Halogen
außerordentlich
Inseleuropäer
arabischer Fürstentitel
Sportfahrzeug
Erläuterer
Zentralasiat (China)
Enterich
Staatsmann im alten Athen
Siegerin
Zentralstern
frühere Abgabe an die Kirche
Besonderheit
engl. Bez. für eine GmbH
Pelzart
betreuter Kranker
angestrebter Punkt
heißes Getränk mit Rum
größte Körperdrüse
Argonautenführer
nordamerikanische Steppe
störanfällig, instabil
tropisches Nagetier
Weltreligion
Anredefürwort (3. Fall)
englisch: gehen
vorausgesetzt, falls
ein Seidengewebe
Tennis-Turnier (Grand ...)
Lagebezeichnung
Verwaltungsgremium
Babybettchen
internationales Notrufzeichen
Ausblick
lateinisch: Sache
span., italienisch: eins
Weberkamm
Auerochse
Teil des Schuhs
Kfz.-Z.: Hanau
nicht glatt
architekton. Zeichnung
Atombaustein
seem.: anwerben
sich umsehen, sich ...
russisch: hundert

W-20

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

KUTENHAUSER APOTHEKE IM GESUNDHEITSZENTRUM

Die drei Einlösewege für das E-Rezept

Apotheker Timo Strojek

Seit dem 01. Januar ist das E-Rezept in Deutschland verpflichtend und geltender Standard. Fast alle verschreibungspflichtigen Arzneimittel werden ab sofort für gesetzlich krankenversicherte Patienten in elektronischer Form verordnet. Verordnungen über Hilfsmittel, Blutzucker-Teststreifen und weitere Spezialfälle laufen auch weiterhin über das rosafarbene Papierrezept.

Die E-Rezepte werden von der ärztlichen Praxis verschlüsselt an einen zentralen Speicher übertragen, dort verschlüsselt gespeichert, verarbeitet und wieder verschlüsselt von der Apotheke abgerufen. Damit sind die E-Rezepte dauerhaft vor unbefugtem Zugriff geschützt. Trotz vieler Herausforderungen des neuen Systems, bringt es auch einige Vorteile für die Patienten mit sich, die u.a. auch maßgeblich mit der Form der Verschreibung zu tun hat. Prinzipiell gibt es nicht das eine E-Rezept, sondern drei unterschiedliche Arten, wie das E-Rezept in der Apotheke eingelöst werden kann.

Der häufigste Weg ein E-Rezept einzulösen funktioniert über die Gesundheitskarte. Die Karte fungiert dabei als Schlüssel und legitimiert die Apotheke, die E-Rezepte vom zentralen Speicher in das System zu laden. Durch diese zentrale Speicherung ist es möglich, das E-Rezept deutschlandweit in jeder Apotheke einzulösen. Bei Folgerezepten von Dauermedikamenten ist es daher auch nicht nötig, erneut in der Arztpraxis vorstellig zu werden. Sobald Ihr Rezept digital von der Arztpraxis ausgestellt wurde, können Sie das Rezept direkt in der Apotheke einlösen. Wichtig ist, dass bei dieser Variante keine PIN notwendig ist, sondern das bloße Auslesen der Karte ausreicht. Daher können auch Rezepte von Angehörigen im Auftrag eingelöst werden.

Eine weitere Variante bietet der Papierabholschein mit QR-Code. Bei dieser Methode erhalten Sie einen Papierausdruck, auf dem neben allen verordneten Medikamenten zusätzlich ein QR-Code aufgedruckt ist, der in Alternative zur Gesundheitskarte, als Schlüssel zum Abrufen Ihrer Medikamente fungiert. Die Apotheke scannt diesen QR-Code ein und ruft damit das E-Rezept aus dem zentralen Speicher ab. Diese Variante kommt zum Tragen, wenn Rezepte im Auftrag abgeholt werden und die Gesundheitskarte nicht vor Ort vorliegt.

Den größten Komfort für den Patienten bietet die dritte Variante mit der Handy-App. Die offizielle App heißt „Das E-Rezept“ und ist für alle gängigen Handybetriebssysteme kostenlos verfügbar.

Um sich in der App anzumelden, benötigen Sie zur Legitimierung entweder eine weitere App Ihrer Krankenkasse oder eine moderne „NFC-fähige“ Gesundheitskarte. Ob Ihre Gesundheitskarte bereits über die Funktion der Nahfeldkommunikation verfügt, erkennen Sie, wenn oben rechts auf Ihrer Gesundheitskarte eine sechsstelligen Zugangsnummer aufgedruckt ist. Wenn Sie bereits eine solche Karte besitzen, benötigen Sie zum Anmelden Ihre PIN, die Sie von Ihrer Krankenkasse erhalten haben. In der App „Das E-Rezept“ können Sie alle digital ausgestellten E-Rezepte direkt auf Ihrem Smartphone anzeigen lassen, sodass Sie nicht nur direkt vergleichen können, ob alle benötigten Medikamente rezeptiert wurden, sondern auch wann das Rezept ausgestellt wurde und somit abhol- oder lieferbereit ist. Mit der App bietet sich nämlich die Möglichkeit, das E-Rezept in elektronischer Form direkt an die Apotheke zu übermitteln. So können wir in der Apotheke Ihre Medikamente sofort für Sie reservieren oder über unseren Botendienst, für Sie kostenlos, in allen Postleitzahlengebieten von Minden, an Sie ausliefern.

ERNÄHRUNGSBERATUNG BODYMED

Abnehmen aber sicher - Die Zahl der kooperierenden Krankenkassen wächst

Rita Reiners-Gertges Diätassistentin

In der besonderen Versorgung Adipositas nehmen Sie an einem modernen und wissenschaftlich fundierten Ernährungsprogramm teil. Immer mehr Krankenkassen übernehmen dabei die kompletten Kosten für das Schulungsprogramm, die Beratungs- und Laborkosten. Inzwischen bieten mehr als 40 Krankenkassen diesen Service an.

Eine einjährige Betreuung begleitet Sie auf dem Weg zum Langzeiterfolg in der Gewichtsabnahme.

Gemeinsam werden Ziele festgelegt, um Ihr Wohlfühlgewicht auch aus medizinischer Sicht sinnvoll zu erreichen.

Lernen Sie eine ausgewogene mediterrane Ernährung kennen, die in Ihr Leben passt. Nur wer an den richtigen Stellen die Pfunde purzeln lässt, ist auch auf lange Sicht erfolgreich. Nicht nur Gewicht, sondern Fettmasse reduzieren und Muskelmasse erhalten, ist das Ziel. Das Geheimrezept hierfür ist das Prinzip des eiweißunterstützten Fastens. Daher unterstützen Sie zu Anfang ihre Erfolge mit den ideal abgestimmten Bodymed Eiweißshakes.

Das Bodymedcenter in Kutenhausen arbeitet seit Jahren erfolgreich in diesem Programm.

Die Bereitstellung der hochwertigen Bodymed-Produkte erfolgt in enger Zusammenarbeit mit der Kutenhauser Apotheke im Gesundheitszentrum Kutenhausen. Eingeschriebene Teilnehmer*innen können einen digitalen Zugang erhalten.

Beratung und Betreuung finden in den Räumen der Ernährungsberatung statt. Ganz getreu dem Motto des Gesundheitszentrum: „Ihr kurzer Weg zur Gesundheit“

12 Wochen Ernährungsschulung, Messungen zur Körperzusammensetzung und Infomaterialien sind im Preis von 169 € enthalten.

Informationen zum Programm erhalten Sie direkt vor Ort oder im Internet. Ein Einstieg in das Programm ist jeder Zeit möglich.

www.bodymedcenter-kutenhausen.de
Tel.: 0571-41489
Kutenhauser Str. 191 / Feldweg 30
32425 Minden

HÖRSTUDIO DEGENER & NOLTING

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Diabetes und einem Hörverlust?

Maike Nolting und Team

Verschiedene Studien haben sich bereits mit dem Zusammenhang von Diabetes und einem Hörverlust befasst. Dabei wurde festgestellt, dass die Wahrscheinlichkeit einer Hörminderung bei Diabetikern doppelt so hoch ist, wie bei Nichterkrankten. In einer US-amerikanischen Studie zu Diabetes und Hörschädigung mit 5.140 TeilnehmerInnen zwischen 20 und 69 Jahren litt fast jede/r Zehnte an Diabetes. 21 Prozent der DiabetikerInnen in der Gruppe litten unter einem geminderten Hörvermögen im Mitteltonbereich. Auch unter den 30- und 40-Jährigen konnte eine Veränderung der Hörschwelle festgestellt werden. Bei TeilnehmerInnen mit erhöhten Blutzuckerwerten, aber ohne Diagnose (Prädiabetes), war die Gefahr einer Schwerhörigkeit schon um 30 Prozent erhöht. Dennoch wird eine Schwerhörigkeit häufig nicht als Folge von der Krankheit angesehen oder nicht diagnostiziert und daher als Begleiterscheinung von Diabetes unterschätzt.

Für den Zusammenhang von Diabetes und einem Hörverlust gibt es verschiedene Ursachen. So beeinträchtigt Diabetes unter anderem die Cochlea und kann zu einer Verdickung der Blutgefäßwände führen. Dies kann langfristig eine Schwerhörigkeit begünstigen. Eine weitere Ursache einer Hörminderung bei Diabetes kann außerdem eine Innenohrschädigung (Cochleopathie) sein. Dies führt dazu, dass Schallwellen nicht mehr in Nervenimpulse umgewandelt werden. Darüber hinaus wurde festgestellt, dass der Hörverlust umso ausgeprägter ist, je länger die Diabeteserkrankung besteht.

In diesem Zusammenhang empfehlen Forscher, dass DiabetikerInnen regelmäßig eine Routineuntersuchung ihres Gehörs vornehmen lassen sollten. Im Rahmen dessen wäre es für diabeteserkrankte Menschen von Vorteil, wenn Hörtests in den regulären Nachsorgeuntersuchungen mit eingebunden werden. Dadurch könnte ein Hörverlust frühzeitig erkannt und dementsprechend behandelt werden.

Mit dem Audiatrie-Hörtest gibt es auf dem deutschen Markt eine neuartige Methode, die individuelle Hörschwelle des Hörgeschädigten zu ermitteln. Dieser Test wurde von Mitgliedern der Individual Akustiker Service GmbH entwickelt und wird dabei eingesetzt, um speziell auch das Hörvermögen von diabeteskranken Menschen zu prüfen. Hierbei werden komplexe Rauschsignale genutzt, die eine gute Lautheitswahrnehmung in allen Frequenzbereichen sicherstellen. Dies ist gerade bei stark schwankendem Gehör, über das viele Diabeteskranke klagen, sehr angenehm. Umfassende Informationen finden Sie auf www.audiatrie-info.com

Quelle:“Diabetes and Hearing Impairment in the United States: Audiometric Evidence from the National Health and Nutrition Examination Survey, 1999 to 2004”, Quelle: https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/0003-4819-149-1-200807010-00231

Mit freundlicher Genehmigung der IAS, www.individualakustiker.de“.

ERGOTHERAPIE IM GZK

Erfolgreiches betätigungsorientiertes Arbeiten in der Ergotherapie im GZK

Team Ergotherapie im GZK

Die Praxis Ergotherapie im Gesundheitszentrum Kutenhausen setzt auf wegweisendes betätigungsorientiertes Arbeiten. Durch gezielte Integration alltagsrelevanter Tätigkeiten in die Therapie werden nicht nur Symptome behandelt, sondern individuelle Lebensqualität nachhaltig gesteigert. Unsere Ergotherapeutinnen passen diesen Ansatz individuell an und fördern motorische, kognitive sowie psychosoziale Aspekte. Kontinuierliche Weiterentwicklung sichert innovative Therapieoptionen, während positive Rückmeldungen zeigen, dass das Konzept nicht nur therapeutische Fortschritte, sondern auch gesteigerte Lebensfreude ermöglicht.

Sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gern.

GESUNDHEITS ZENTRUM KUTENHAUSEN

Überörtliche hausärztliche Gemeinschaftspraxis
- Mi.-Kutenhausen, - Mi.-Hahlen, - Lüb.-Bahnhofstraße

Telefon: 0571-646960
info@gpkh.de • www.gz-kutenhausen.de
Mo.-Fr.: 8:00 - 12:00 Uhr
Mo., Di., Do.: 16:00 - 18:30 Uhr
Sa.: 10:30 -12:00 Uhr
(Bereitschaftsdienst für unsere Patienten)

Kutenhauser Apotheke
im Gesundheitszentrum

Apotheker Timo Strojek e.K.
Kutenhauser Straße 191
32425 Minden
Tel.: +49 (0)571 648750
Fax: +49 (0)571 648751
kutenhauser-apotheke@gmx.de
www.kutenhauser-apotheke.de

Mo.-Fr. 8.00 bis 13.30 Uhr und 15.00 bis 18.30 Uhr / Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr

---

BODYMED®

Diät- und Ernährungsberatung Bodymed
Telefon: 0571-41489
Mo. und Mi.: 17:30 - 19:00 Uhr,
Do.: 10:00 - 11:30 Uhr, Einzelberatung nach telefonischer Absprache unter 0571-9725129

PHYSIOTHERAPIE-RAULWING

Physiotherapie Raulwing
Telefon: 0571-9424320
m.raulwing@genius-minden.de • www.pt-raulwing.de
Mo. - Fr.: 8.00 - 13.00 Uhr
Mo. - Do.: 14.00 - 19.00 Uhr

Sanitätshaus
Orthopädie-Schuhtechnik
OSM
Svenja Möhring

Kutenhauser Str. 193, 32425 Minden, Tel. 05 71 / 82 94 27 70
www.osm-minden.de

Ergotherapie
im Gesundheitszentrum Kutenhausen

Ergotherapie im GZK
Telefon: 0571-73050066
info@ergotherapie-gzk.de
www.ergotherapie-gzk.de
Mo. - Do.: 9:00 - 19:00, Fr.: 9:00 - 15:00 Uhr

SPRECHZEIT
Praxis für Atem-, Sprech- & Stimmtherapie
Integrative Lerntherapie

SPRECHZEIT • Mona Grasmugg
Telefon: 0571-40494804
info@sprechzeit-minden.de
www.sprechzeit-minden.de

Akzent mobil Pflege-Service

Täglich
24 Std Pflege-Service

Individuelle Pflege im eigenen Zuhause
Padweg11, 32425 Minden, Tel. 0571 / 40703

DEGENER & NOLTING
Besser hören.

Hörstudio Degener&Nolting
Telefon: 0571-94192480
Mo. - Fr.: 8.30 - 13.00 Uhr und 15.00 - 18.30 Uhr
Mittwochnachmittags nur Hausbesuche
Termine nach Vereinbarung

Praxis für Podologie
Medizinische Fußpflege
Claudia Vogt

Praxis für Podologie • Claudia Vogt
Telefon: 0571-97194554
Termine nach Vereinbarung

Kirsten Wulbrand
Medizinische Fußpflege
Padweg 13 • 32425 Minden
Telefon: 0173-2585541
Termine nach Vereinbarung

Die Ausgabe 21 der Kutenhauser Gesundheitspost erscheint im Juni 2024!