



MEDIS Aktuell

Wissenswertes und Interessantes - Ihr Ärztenetz berichtet



Aus dem Inhalt:

Seite 2
Neu bei MEDIS
*Augenarztpraxis
und Treffpunkt
"Lebensfreude"*

Seite 3
Ein MEDIS-
Kooperations-
partner lädt ein
FamilienCampus

Seite 4 und 5
Ein Tag für die
Gesundheit
ein Rückblick

Seite 6
Kleine Biester
Vorsicht - es sticht!

Seite 7
Heiliger Baum
Holunder

II / 2016

Wieder eine Augenärztin in Elsterwerda

Im Elsterwerdaer Gewerbe- und Gründerzentrum gibt es seit Anfang April wieder eine Augenarztpraxis

Mehr als 1000 Behandlungstermine waren in nur wenigen Stunden vereinbart worden, seitdem bekannt war, dass Augenärztin Carmen Brückner am 01. April 2016 wieder eine

Praxis in Elsterwerda eröffnen würde. Dank enger Zusammenarbeit zwischen Stadt, Planern, MEDIS-Ärztetenetz, dem Gesundheitszentrum Niederlausitz und verschiedenen Baufirmen war

dies nach drei Jahren endlich möglich geworden. Leider wurde die Freude bald darauf schon wieder getrübt, als nach wenigen Tagen die Hiobsbotschaft über einen Verkehrsunfall der Ärztin einging und alle Termine erst einmal verschoben werden mussten. Aber alle Beteiligten sind guter Dinge, dass nach erfolgreicher Reha-Behandlung im Juni neu durchgestartet werden kann.



← Bürgermeister Dieter Herrchen hat schon mal zur Probe auf dem Behandlungsstuhl Platz genommen und freut sich mit Augenärztin Carmen Brückner und den Arzthelferinnen Ilka Scharnagel (l.) und Henriette Wölkl. Das Praxis-Team will bald wieder für seine Patienten da sein.

Neuer Treffpunkt "Lebensfreude"

Nachdem die MEDIS Lebensfreude gemeinnützige GmbH zum Anfang des Jahres 2016 ihre Geschäftstätigkeit aufgenommen hat, ist es nun so weit. Seit dem 01. Juni gibt es den Treffpunkt Lebensfreude am neuen Standort in Bad Liebenwerda. In den Räumlichkeiten eines ehemaligen Ladenlokals auf der Dresdener Straße entstand ein gemütliches Domizil für Begegnungen und Gespräche. Die über 50 ehrenamtlich tätigen Helfer/Innen des MEDIS-Helferkreises haben jetzt in unmittelbarer Nähe zum Stadtzentrum eine neue Anlaufstelle. Silvia Dietrich, die den Ehrenamtskreis für die Lebensfreude gGmbH koordiniert, kann hier die täglich anfallenden Büroarbeiten erledigen. Vor allem aber: Senioren finden nun einen Platz zum Zusammensein und Reden.

Angehörige, die einen Menschen mit Demenz oder mit eingeschränkter Alltagskompetenz betreuen, treffen sich zum

Erfahrungsaustausch und finden hier Rat und Hilfe zur Betreuung und Pflege.



MEDIS Lebensfreude gGmbH
Dresdener Straße 5
04924 Bad Liebenwerda
Ansprechpartner Silvia Dietrich
Zuwendungen/Spenden : IBAN

Tel. 035341 474640
Fax 035341 474641
mobil 0151 11052112
lebensfreude@medis-netz.de
DE43 1207 0024 0548 7228 00

Ein MEDIS-Kooperationspartner lädt ein

Auf dem Gelände des ehemaligen und heute denkmalgeschützten Bergmannskrankenhauses Klettwitz wird seit 2010 ein einzigartiges und zukunftsweisendes Konzept zur individuellen beruflichen und persönlichen Entwicklung umgesetzt: Der offene Begegnungsort FamilienCampus LAUSITZ. Auf über drei Hektar Fläche stellt die Anlage in der Region ein abwechslungsreiches Bildungs-, Beratungs- und Betreuungsangebot für alle Generationen bereit, die sich in den Bereichen Gesundheit, Leben, Lernen weiterentwickeln möchten.

Im Fokus steht dabei die nachhaltige Sicherung des Fachkräftenachwuchses in der regionalen Gesundheitsbranche. So erlernen in der Campus-Schule über 220 Auszubildende, Gesundheits- und Pflegeberufe. Durch das errichtete Internat SchlafSchön, welches finanziell durch den Landwirtschaftsfonds ELER unterstützt wurde, hat sich der Einzugsbereich der CampusSchule erweitert. Die kostengünstigen und modernen Zimmer stehen auch Seminarteilnehmer*innen der vielen angebotenen Fort- und Weiterbildungen sowie sonstigen Gästen zur Verfügung. Sämtliche Zugänge sind komplett barrierefrei.

Der FamilienCampus LAUSITZ hat sich zu einem Jobmotor im Lausitzer Seenland entwickelt. Über 50 neue sozialversicherungspflichtige Beschäftigungsverhältnisse wurden geschaffen. Zugleich arbeiten Pflege- und Betreuungsanbieter*innen, Physio- und Ergotherapeut*innen, Logopäd*innen sowie Anbieter*innen aus dem komplementär-medizinischen und psycho-

sozialen Bereich auf dem Campusgelände.

Ebenfalls aus Mitteln des Landwirtschaftsfonds ELER wurde bereits 2010 ein Therapie- und Hochseilgarten kofinanziert. Auf dem PferdeGut, dem Zentrum für Reithherapie des Klinikums Niederlausitz, unterstützen Pferde die Genesung von Patient*innen sowie die pädagogische Förderung von Kindern und Jugendlichen. Am 1. Juni 2015 öffnete auf dem Gelände die CampusKita ihre Pforten, die innen wie außen ausreichend Platz für 37 Kinder bietet. In der LernBar, einem stilvoll eingerichteten Restaurant, wird Montag bis Freitag frisch für Schüler*innen, Mitarbeiter*innen, die Kinder der CampusKita und Kinder- und Jugendhilfe ProKids sowie extra anreisenden Mitarbeiter*innen lokaler Firmen gekocht. Das Ensemble ist für Geburtstage und Jubiläen

kostengünstig anzumieten. Für kleine Snacks und frisch aufgebrihten Kaffee öffnet die BlauPause früh morgens.

Der FamilienCampus LAUSITZ erlebte eine Renaissance und schafft heute zum einen Möglichkeiten für lebenslanges Lernen und ist zum anderen ein idealer Veranstaltungs- und Tagungsort im Grünen für jeden Anlass. FreiRaum, CampusKultur, KesselKino, u. v. m. erwartet Neugieriggewordene auf der Internetseite www.familien-campus-lausitz.de, bevor sie den offenen Begegnungsort in Schipkau im Ortteil Klettwitz live und in vier Farben einmal selbst entdecken kommen.

Heute im einstigen
Bergmannskrankenhaus
Gesundheit leben lernen



Kostenlose CampusFührung?
Einfach buchen unter 03573 75 3603
Am FamilienCampus 1 • 01998 Schipkau OT Klettwitz
www.familien-campus-lausitz.de



- ANZEIGE -

Ein Tag für die Gesundheit in Elsterwerda

Eine gelungene Veranstaltung

Bewegung, Sport, Prävention und gesunde Ernährung standen im Mittelpunkt des ersten MEDIS-Gesundheitstages am 20. April in Elsterwerda.

Das MEDIS Ärztenetz und das Sun-Sport-Studio hatten interessierte Bürger eingeladen, sich über die Vorsorgeprogramme der Gesundheitsanbieter der Region zu informieren.

Ziel war es dabei, die Besucher zu motivieren, selbst etwas für sich zu tun und sich für ihre Gesundheit fit zu machen.

Die Angebote waren vielfältig, reichten von Blutdruck- und Blutzuckermessung über Lungenfunktionstest, Fusdruckmessung, Aufklärung in Sachen Allergie und gesunde Ernährung bis hin zu der Möglichkeit, sich selbst aktiv zu betätigen.

Fachvorträge am Nachmittag richteten sich vorrangig an Ärzte und das medizinische Personal.

Großer Dank geht an die Organisatoren und Aussteller:

- Ärzte, Schwestern und Pfleger des MEDIS Ärztenetz medizinischer Versorgung Südbrandenburg,
- Mitarbeiter des Sun-Sport-Studio Elsterwerda,
- Vertreter der Krankenkassen AOK - Die Gesundheitskasse und BARMER - GEK,
- Apotheken der Stadt,
- Sanitätshäuser,
- Mitarbeiter der Firmen Pfizer und ALK-Abelló Arzneimittel GmbH
- Restaurant „Herr K“



Impressionen vom 20. April 2016



▲ Gute Stimmung beim Schnuppertraining. Präventions- und Gesundheitskurse sowie spezielle Kurse für den Bereich Herz-Kreislauf-Training gehören zur Angebotspalette des Sun-Sport-Studios.

Großer Andrang herrschte am Stand des Sanitäts-hauses Kniesche. Hier wurden u.a. Fussdruck-messungen durchgeführt. ▶



◀ So hatten es sich die „Macher“ des Gesundheitstages gewünscht. Marit Weber, Geschäftsführerin der MEDIS Management GmbH, und Marco John vom Sun Sport Studio Elsterwerda zeigen sich sehr zufrieden, denn von Beginn an drängten sich viele interessierte Besucher an den Ständen der Aussteller. Die große Resonanz ermutigt dazu, über eine Wiederholung nachzudenken.



▲ Kleiner Plausch mit Schwester Carola bei der Blutdruckmessung.

◀ Die Mitarbeiter der Stadt-Apotheke führten Blutzuckerbestimmungen durch. Herr Creuzburg konnte sich davon überzeugen, dass sie alle Hände voll zu tun hatten.



Kleine Biester - gefährliche Attacken

Sommer, Sonne, Strand - die Urlaubsparadiese locken wieder, doch nicht immer bleibt das Vergnügen ungetrübt. Überall lauern winzigkleine Angreifer, die auf nackte Haut lauern und dort gern mal stechen. Wo müssen Sie mit heimtückischen Attacken rechnen, welche Folgen kann es haben und was hilft:

Stechmücke



Wo lauert sie?

In der Nähe von Wasserstellen und Sümpfen, Hausmücken bevorzugen die Nähe von Menschenschweiß und Atemluft.

Symptome droht Gefahr?

hierzulande eher nicht. In Lateinamerika, aber auch in Südeuropa, auf der Insel Madeira und Skandinavien können Dengue- oder Zika-Viren übertragen werden.

Was tun?

Zwiebel auflegen, Antihistaminsalbe, mit Essig einreiben,

Bettwanze



Wo lauert sie?

U. a. unter Matratzen, Tapeten, in Polstermöbeln

Symptome droht Gefahr?

stets mehrere blutunterlaufene juckende Hautquaddeln unklar, kann Erreger (z.B. Hepatitis B, C) übertragen

Was tun?

desinfizieren, kühlen, bei Entzündungen / Fieber zum Arzt

Krätzmilbe



Wo lauert sie?

in Hotel-Bettwäsche, Second-Hand-Kleidung, Übertragung durch Hautkontakt, Hautschuppen (Bürsten)

Symptome? droht Gefahr?

juckende Hautausschläge, Bläschen oder Knoten

Was tun?

Ja: durch Aufkratzen drohen schwere Infektionen zum Arzt: Salben mit Permethrin töten die Milben ab

Zecke



Wo lauert sie?

hohes Gras, lichte Wälder und Büsche, in denen sie auf Blättern sitzen, suchen feuchtwarme Körperpartien

Symptome droht Gefahr?

ringförmige, zentrifugal sich ausbreitende Hautrötung Ja: nach grippeähnlicher Symptomatik kann eine Lyme-Borreliose oder FSME folgen, Schädigung des Zentralnervensystems oder des Herzens

Was tun?

auch im Zweifelsfall Arzt aufsuchen

Wespe



Wo lauert sie?

in Bodennestern, morschem Holz, in der Nähe von Müllplätzen, Obst, Speck, Süßem

Symptome droht Gefahr?

von Hautschwellung bis Schock (Allergie) und Infektion Ja: für Bienen- und Wespengiftallergiker (20 Tote pro Jahr)

Was tun?

kühlen, mit reinem Alkohol desinfizieren, bei Atemnot, Zungenbrennen, Herzrasen sofort Notarzt rufen

Tierfloh



Wo lauert er?

auf Katzen, Hunden, Vögeln - und anderen Menschen

Symptome

„Stichstraßen“ - mehrere juckende rote Pusteln dicht beieinander

droht Gefahr?

Ja: von Durchfall bis Fleckfieber. Je nach Vor-Wirt können Keime, Pilze, Viren und Würmer übertragen werden

Was tun?

mit Alkohol desinfizieren, bei starker Entzündung zum Arzt

Petermännchen



Wo lauert es?

gräbt sich bis zu den Augen in Sand und Schlick in Küsternähe ein (Nord-, Ostsee, Atlantik, Mittelmeer)

Symptome droht Gefahr?

starker Schmerz, Schwellung, Blasen, Taubheitsgefühl

Was tun?

Ja: schwere Allergien und Nervenlähmungen drohen Stachel entfernen, Stichstelle erst erhitzen (mit Föhn) dann kühlen (Eis), zum Arzt gehen - stabile Badeschuhe tragen!

(Guter Rat 6.2016 S.78 f)

Heiliger Baum

so wurde Holunder im Mittelalter genannt. Das Fällen eines Holunders galt damals als sicherer Tod. Holunder gehörte in jeden Hausgarten. Hippokrates empfahl Holunder gern als gynäkologisches und harntreibendes Mittel. Die Blätter wurden als Umschläge bei Geschwüren und Entzündungen verwendet und ein aus den Wurzeln gewonnener Wein sollte gegen Wassersucht und Schlangenbisse helfen. Frauen benutzen die schwarzen Beeren zum Haare färben. Bei Steinzeit-Ausgrabungen in der Schweiz wurden sogar in Speiseresten Holundersamen nachgewiesen. Also wurden bereits sehr früh die Genüsse von Holunder genutzt. Die weißen Blütendolden des Fliederstrauches oder Hollerbusch, wie man den Holunder



Holundermilch - lecker!
3-4 frische Blütendolden kleingezupft mit 1 Liter heißer Milch übergießen - abdecken. 15 min ziehen lassen, danach durch ein Sieb gießen, mit 1-2 EL Honig und einer Brise Vanille verfeinern und genießen.

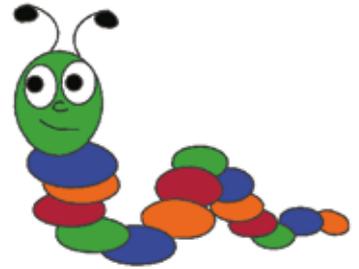


Häufig wächst Holunder an Bahndämmen und Wald- oder Feldrändern. Der Abgase wegen sollte man die heilenden Blüten nicht vom Straßenrand pflücken.

auch bezeichnet, enthalten schweißtreibende Glykoside, ätherisches Öl, Rutin, Cholin, Fruchtsäuren, Gerbstoffe und viel Vitamin C. Um in den Genuss der Inhaltsstoffe sowie des herrlichen Dufts und Geschmacks der Hollerblüten zu kommen, sollten sie ausgereift, also dick mit Blütenstaub behangen geerntet werden.

Tee aus den Blättern wird zur Förderung der Nierenfunktion und zur Blutreinigung empfohlen. Die Holunderblüten als Tee fördern die Abwehrkräfte bei Erkältungskrankheiten, sie wirken schweißtreibend, fördern die Nierentätigkeit, verringern Wasseransammlungen, lindern Gicht, Arthritis, lindern Angst und Depressionen. Äußerlich helfen ein Holunderblüten-Aufguss oder -Salbe gegen Schnittverletzungen, Wunden, Frostbeulen, Ausschläge, Sonnenbrand.

http://www.karlabunjes.de/infos/tipps/06-06_tipp-holunderblueten.htm



MEDIS
wünscht
schöne
Sommer-
tage - den
Sonnen-
schutz nicht
vergessen!

Impressum

MEDIS aktuell

MEDIS Management GmbH
Ackerstraße 20
04910 Elsterwerda

Tel.: 03533 4889840
kontakt@medis-netz.de
www.medis-netz.de

HRB 11829 CB
StNr. 057/114/02413

Geschäftsführung:
Marit Weber / Jens Zierz /
Dr. Carsten Jäger

Redaktion / Anzeigen:
Gabriele Strödel

Quellen - Fotos:
Titel erika hartmann - pixelio
Seite 2 MEDIS
Seite 4,5 MEDIS u. Sun-Sport
Seite 6 www.gifbonn.de
Seite 7
oben: footage.framepool.com
unten: berggeist 007-pixelio



Business Banking:
Verantwortung tragen.
Erfolg verwirklichen.

Ihre Patienten können sich auf Sie verlassen.
Und Sie sich auf die Deutsche Bank.

Wenn es um Finanzierungen geht, stehen Ihnen unsere Experten mit individuellen Lösungen zur Seite. Gemeinsam mit Ihnen entwickeln wir einen Finanzierungsmix, der auf Ihre Ansprüche und Anforderungen abgestimmt ist.

Sprechen Sie jetzt mit uns.

Investment & FinanzCenter Senftenberg
Bahnhofstraße 8
01968 Senftenberg
Telefon 01 73/2 18 60 02

Leistung aus Leidenschaft.

Deutsche Bank

