

FRÜHLING 2022

# PROCURA

Das Gesundheitsmagazin für Speyer und Umgebung



## FRÜHLINGSFREUDE

Wie Allergiker\*innen durch Hyposensibilisierung an Allergene gewöhnt werden können.

Was zu einer **FARBSINNSTÖRUNG** führen kann.

Was bei einem **ZAHNVERLUST** möglich ist.

Wie moderne Technologie den **SEHTEST** verbessert.

# Inhalt



Was Arthrose ist und wann ein Gelenkersatz sinnvoll ist.

## 04 STICHPUNKT

Wie Akupunktur bei Schmerzen helfen kann.

## 05 HERZENSSACHE

Wie neue Leitlinien bei der Behandlung von Herzinsuffizienz helfen.

## 06 FRÜHLINGSFREUDE

Wie Allergiker\*innen durch Hyposensibilisierung an Allergene gewöhnt werden können.

## 07 RÜCKSTANDSLOS

Wie neueste Lasertechnologien Tattoos entfernen können.

## 08 LÜCKENLOS

Was bei einem Zahnverlust möglich ist.

## 09 AUGENBLICK

Wie moderne Technologie den Sehtest verbessert.

## 10 GUTES TIMING

Was Arthrose ist und wann ein Gelenkersatz sinnvoll ist.

## 12 MONOCHROM

Was zu einer Farbsinnstörung führen kann.

## 13 AUFLÖSEN UND AUSKOSTEN

Gewinnen Sie einen Gutschein für die Köstlichkeiten des Restaurants und Feinkostgeschäfts La Toscana.

## 15 BRANCHENVERZEICHNIS

# Glück für die Ohren

Hörsysteme  
von Hören Leist

Hören Leist GmbH  
Landauer Str. 1  
67346 Speyer  
Tel. 06232/74831

[www.hören-leist.de](http://www.hören-leist.de)

HÖREN  
**LEIST**  
SPEYER

# Editorial

LIEBE LESERINNEN UND LESER,



aus gegebenem – traurigen – weltpolitischen Anlass muss ich in letzter Zeit oft an einen regelmäßig wiederkehrenden Austausch zwischen meiner Mutter und meinem verstorbenen Großvater denken. Er sagte immer „der Klügere gibt nach“, worauf meine Mutter erwiderte „dann regieren die Dummen“.

Ich bin davon überzeugt, dass sie recht hat. Das Problem ist nur: Wie gibt man nicht nach und verhindert trotzdem eine verfahrenere Situation? Wie setzt man sich durch, am besten ohne Aggressivität? Und ist das überhaupt möglich, vor allem, wenn der andere nur diese Sprache versteht? Ich kenne die Antworten auf diese Fragen nicht. Aber die aktuelle Situation zeigt, dass man sich leider mit ihnen auseinandersetzen muss und nicht immer den einfachen Weg des geringsten Widerstands gehen und nachgeben kann. Das hat Folgen.

Ich hoffe, dass wir als Menschheit eines Tages zu dem Punkt kommen, an dem wir, wenn überhaupt, nur noch Kämpfe gegen Krankheiten führen müssen und hier so oft wie möglich gewinnen.

Ich wünsche Ihnen Frieden auf allen Ebenen. Auf bald!

Micha L. Harris  
Chef-Redakteur

**Sankt Vincentius  
Krankenhaus  
Speyer**  
Eine Einrichtung der Krankenhaus-Stiftung  
der Niederbronner Schwestern

## Komm ' in unser Team!

Denn bei uns zählt das Miteinander: [www.vincentius-speyer.de](http://www.vincentius-speyer.de)

- » Bereichsleitung (m/w/d) Anästhesie
- » Stv. Leitung (m/w/d) AEMP (Zentralsterilisation)
- » Medizinische Fachangestellte (m/w/d) und Gesundheits- und Krankenpfleger (m/w/d) für verschiedene Bereiche



Bei Schmerzen nicht im Stich gelassen – Akupunktur in der Orthopädie.

# Den Schmerz bestechen

Schmerzen in den Gelenken, Muskeln oder im Rücken können den Alltag einschränken. Um ihnen Herr zu werden, gibt es eine Vielzahl an traditionellen sowie alternativen Schmerzbehandlungstherapien. Zu den letzteren gehört die Akupunktur. Die aus Asien stammende Nadeltherapie wird immer beliebter und häufig als Ergänzung zu klassischen Behandlungsmethoden eingesetzt – auch in der Orthopädie.

**A**kupunktur ist eine 3000 Jahre alte Therapieform der Traditionellen Chinesischen Medizin, kurz TCM. Sie verfolgt ganzheitliche Ansätze, bei denen nicht einzelne Beschwerden oder Körperteile betrachtet werden, sondern der Mensch als Gesamtheit von Körper, Geist und Seele. In der traditionellen Sichtweise der TCM ist die Grundvoraussetzung für das Wohlergehen eines Menschen der ungestörte Fluss der Lebensenergie Qi. Diese zirkuliert im Körper auf vordefinierten Laufbahnen, sogenannten Meridianen.

Eine Störung dieses Energieflusses kann Beschwerden verursachen. Ein Nadelstich in den Störpunkt soll die Energieblockade lösen und die Beschwerden lindern. Im Körper gibt es 12 Meridiane, auf denen circa 400 verschiedene Akupunkturpunkte liegen. Jeder davon ist einem bestimmten Organ zugeordnet. Es muss also nicht zwangsläufig in die Stelle der Beschwerde gestochen werden. Beispielsweise kann Akupunktur am Ohr gegen Schmerzen im Rücken- und Nackenbereich helfen.

### Stichpunkte in der Orthopädie

Obwohl die Schulmedizin Akupunktur als Therapiemethode anerkennt, konnte ihre Wirkung bislang nicht abschließend geklärt werden. Es wird unter anderem diskutiert, ob sie Wachstumshormone freisetzt, Mechanismen zur Schmerzlinderung, morphinartigen Substanzen im Körper anregt. „In der Orthopädie setzen wir die Akupunktur erfolgreich zur Behandlung von akuten sowie chronischen Schmerzen ein – und zwar bei Patientinnen und Patienten jeden Alters“, erklärt Manuel Kreukler, Facharzt für Orthopädie bei Orthopädie Kurpfalz. Mit ihr können die unterschiedlichsten Krankheitsbilder behandelt werden, wie Wirbelsäulenbeschwerden, Tennis- und Golferellenbogen, Schulter-, Knie- und Achillessehnenbeschwerden sowie Kopfschmerzen. „Unter bestimmten Bedingungen oder bei bestimmten Diagnosen, wie zum Beispiel Gonarth-

rose oder chronischen Lendenwirbelsäulenbeschwerden, wird die Behandlung von den gesetzlichen Krankenkassen unterstützt“, führt Manuel Kreukler aus.

### Stiche gegen den Schmerz

Die Akupunktur-Behandlung besteht in der Regel aus zehn bis fünfzehn Terminen, die ein- bis zweimal wöchentlich stattfinden. Auch wenn es einigen bei dem Gedanken an mehrere Nadelstiche im Körper kalt den Rücken herunterläuft, kann Facharzt Kreukler beruhigen: „Die meisten Patientinnen und Patienten verspüren ein Druckgefühl an den Stichstellen, aber keinen Schmerz und auch nach der Behandlung sind Nebenwirkungen (zum Beispiel kleine Hämatome) selten“, erklärt Manuel Kreukler. „In vielen Fällen können Patientinnen und Patienten dadurch die Schmerzmitteldosis deutlich reduzieren oder ohne Schmerzmedikamente auskommen.“

### MANUEL KREUKLER, FACHARZT

»Akupunktur kann als Ergänzung zur klassischen Schmerzbehandlungstherapie angewandt werden.«



**blu sanitätshaus**  
meisterbetriebe

ZU IHRER THERAPIE DAS RICHTIGE HILFSMITTEL

- Sanitätshausprodukte
- Orthopädietechnik
- Kompressionsversorgung
- Versorgung nach Maß
- Alltags- & Gehhilfen
- Bandagen & Orthesen
- Orthopädische Einlagen
- Kompression & Flachstrick

**NEU BEI UNS IN SPEYER:**  
Bequemes, genaues und berührungsloses Vermessen von Kompressionsstrümpfen mit dem Schweizer Präzisionsgerät LegReader. Die derzeit mit Abstand beste Methode kontaktlos und ohne zusätzliche Kosten Ihre Beine exakt zu vermessen.

WIR FREUEN UNS AUF SIE:  
barrierefr. Zugang  
klimatisierte Filialen

Speyer  
Bahnhofstr. 51,  
67346 Speyer  
speyer@saniblu.de  
06232 120 244 0

Ludwigsburg  
Feuerbach  
Fellbach  
Gannstatt  
Ostfildern  
Villingen

www.saniblu.de

Die Herzinsuffizienz gehört in Deutschland zu den Volkskrankheiten.



## Hilfestellung

Immer mehr Menschen in Deutschland leiden an einer Herzinsuffizienz. So wuchs die Zahl der Krankenhauspatienten mit dieser Diagnose von 2000 bis 2019 um 40 Prozent. Die gute Nachricht: Dank neu verfügbarer Therapiemöglichkeiten verläuft die Krankheit immer seltener tödlich. Bei Diagnose und Wahl der Behandlung leisten zudem neue Leitlinien einen wichtigen Beitrag.

Bei einer Herzinsuffizienz oder -schwäche ist das Herz nicht mehr in der Lage, ausreichend Blut durch den Körper zu pumpen. Dadurch fehlt es ihm an Sauerstoff, was oftmals zu Luftnot und/oder geschwollenen Beinen führt. Weitere Folgen können Kurzatmigkeit, Schwäche oder vermehrter Harndrang in der Nacht sein. Auch die Ursachen für eine Herzinsuffizienz sind vielfältig. „Meist entwickelt sie sich langsam als Folge einer Erkrankung des Herzens. Dazu gehören etwa unbehandelter Bluthochdruck, ein akuter Herzinfarkt oder Herzklappenfehler, seltener akute Herzmuskelentzündungen“, erklärt Dr. Thomas Muth. Da die Herzinsuffizienz zudem oft Folgeerkrankungen mit sich bringt, ist es wichtig, dass sie früh erkannt und behandelt wird. Auch deshalb wurden in den letzten Jahren verschiedene neue Leitlinien zu diesem Thema veröffentlicht.

### Hilfe bei Diagnose und Behandlung

„Medizinische Leitlinien geben Ärzten in spezifischen medizinischen Situationen Hilfestellung bei der Diagnose und Behandlung, etwa durch Aufführung verschiedener Handlungsoptionen“, erläutert Dr. Muth. „Grundlage sind aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse und bewährte Verfahren.“ Die Leitlinien werden von verschiedenen Organisationen herausgegeben. In Deutschland veröffentlichen wissenschaftliche Fachgesellschaften die „Nationalen VersorgungsLeitlinien“ für eine Vielzahl von Erkrankungen. Ihre Leitlinie zur chronischen Herzinsuffizienz von 2019 wurde zuletzt 2021 ergänzt: „Hinzu-

gefügt wurde unter anderem eine Empfehlung, Patienten, bei denen die Basismedikation nicht ausreicht, zusätzlich sogenannte SGLT2-Inhibitoren zu geben“, berichtet Dr. Muth. „Diese werden eigentlich in der Diabetes-Behandlung eingesetzt. Man hat aber herausgefunden, dass sie auch die Herzinsuffizienz verbessern können – unabhängig davon, ob der Patient zusätzlich unter Diabetes leidet. Seit kurzem steht uns außerdem eine neue Therapieoption – ergänzend zur bisherigen Standardtherapie – für Patienten mit symptomatischer chronischer Herzinsuffizienz zur Verfügung: Vericiguat. Dabei handelt es sich möglicherweise um eine weitere Substanz, welche die Symptomatik verbessert.“

» Die Herzinsuffizienz ist in Deutschland der häufigste Grund für einen stationären Krankenhausaufenthalt

### Besseres Management von Begleiterkrankungen

2021 veröffentlichte zudem die Europäische Gesellschaft für Kardiologie neue Leitlinien zur Behandlung und Diagnose akuter und chronischer Herzinsuffizienz. Neuerungen gegenüber der Vorgängerversion betreffen unter anderem das Management von Begleiterkrankungen: „Die Autoren haben beispielsweise neue Empfehlungen und Behandlungsschemata für Patienten ausgearbeitet, die gleichzeitig an Vorhofflimmern, Klappenerkrankungen oder Eisenmangel leiden“, sagt Dr. Muth. „Auch Krebspatienten und Schwangere wurden berücksichtigt. Das hilft uns dabei, die individuelle Behandlung weiter zu optimieren.“



**DR. THOMAS MUTH, INTERNIST**

»Die Leitlinien unterstützen uns bei der individuellen Diagnose und Behandlung der Herzinsuffizienz.«



Frühling, Freude, Heuschnupfen! Auch Kinder sind von Allergien betroffen. Die Hyposensibilisierung kann ab dem 6. Lebensjahr helfen.

## Wen die Pollen ärgern

Wenn es Richtung Frühling geht, verspüren viele die ersten Anzeichen einer Allergie: laufende Nase, Niesanfalle, gerötete, juckende Augen. Zum Glück ist man all diesen Symptomen durch die Möglichkeit einer Hyposensibilisierung nicht hilflos ausgeliefert. Durch ihre Hilfe können auch Allergiker\*innen Frühjahr und Sommer in der Natur genießen.



**DR. BARBARA  
MÜLBERT,  
FACHÄRZTIN**

»Hyposensibilisierung hilft, das Immunsystem an Allergene zu gewöhnen.«

Unter einer Allergie versteht man eine erworbene, nach wiederholtem Kontakt auftretende, spezifische Überempfindlichkeit gegenüber körperfremden Stoffen, auf die das Immunsystem reagiert. Diese Fremdstoffe, die allergische Reaktionen auslösen, werden als Antigene oder Allergene bezeichnet. Zu den „Klassikern“ zählen etwa Gräser, Pollen, Hausstaubmilben, Schimmelpilze, Tierhaare oder verschiedene Lebensmittel. Die häufigste Allergieform ist der Heuschnupfen. Er äußert sich oft durch Juckreiz, Fließschnupfen, erschwerte Atmung und Müdigkeit. Seine Ursachen sind meist Gräser- und Getreidepollen, früh blühende Bäume wie Birke, Erle und Hasel sowie einige Kräuter. Bei einer Pollenallergie werden die Eiweiße der Pollen vom Immunsystem als fremd eingestuft und Abwehrmechanismen eingeleitet. Pollenallergiker\*innen haben oft zusätzlich das „Orale Allergiesyndrom“ (OAL). Es wird durch bestimmte Nahrungsmittel hervorgerufen, da ihre Proteine oft denen von Pollen ähneln. Wenn der Körper auf Pollen und Nahrungsmittel reagiert, spricht man von einer Kreuzallergie. Beispiele hierfür sind Stein- und Kernobst sowie Nüsse bei Frühblühern. Allergien können unbehandelt auch zu allergischem Asthma (Asthma bronchiale) führen.

### Eine gute Anamnese kann schon die Diagnose sichern

„Eine Patientenbefragung, Anamnese genannt, zur Abklärung und Einordnung der Allergie ist bei der Therapie wichtig“, erläutert Dr. Barbara Mülbert, Fachärztin in der Hautarztpraxis Dr. med. J. Krekel. Nach ihr erfolgt ein Hauttest wie zum Beispiel der

Pricktest. Er wird bei Allergien, deren Symptome schnell auftreten (Soforttyp-Allergien) angewandt. Zu ihnen gehören unter anderem Heuschnupfen, allergisches Asthma und Lebensmittelallergien. „Beim Pricktest werden die Allergene auf die Hautoberfläche aufgetragen und durch den Tropfen minimal in die Haut gestochen“, erläutert die Fachärztin. Anhand der Größe der allergischen Reaktion lässt sich die Ausprägung einer Allergie nachweisen. Gegebenenfalls folgt ein zusätzlicher Bluttest.

### Hyposensibilisierung soll Immunsystem an Allergene gewöhnen

Ist die Diagnose gestellt, kann die Therapie beginnen. Neben Medikamenten, sogenannten Antihistaminika oder Cortison-Präparaten, gibt es die Möglichkeit der Hyposensibilisierung. Hierbei soll das Immunsystem an Allergene gewöhnt werden. „Der standardisierte Allergenextrakt wird in steigender Dosis einmal im Monat unter die Haut gespritzt – dadurch wird die Immunreaktion des Körpers verändert“, erklärt Dr. Mülbert. Auch eine sublinguale Therapie, bei der der Allergenextrakt mehrmals täglich unter der Zunge platziert und geschluckt wird, ist möglich. Der Therapieerfolg liegt zwischen 50 und 80 Prozent. „Ziel ist eine Reduktion der Beschwerden, des Verbrauchs an Antihistaminika und die Vermeidung eines Etagenwechsels, eines Übergangs auf die Lunge“, erläutert Dr. Mülbert. „Eine Hyposensibilisierung ist ab dem sechsten Lebensjahr möglich. Um die Entwicklung eines allergischen Asthmas frühzeitig zu vermeiden, ist gerade bei Kindern eine frühe Diagnose und Therapie wichtig.“



Der PicoPlus®-Laser kann Tattoos entfernen, die mit anderen Lasertechnologien nur verblassen.

## Wegradiert!

Im Jahr 2019 waren rund 25 Prozent aller Deutschen tätowiert, etwa ein Viertel von ihnen wünscht sich heute, ihr damals geliebtes Hautaccessoire wieder loszuwerden. Mithilfe des PicoPlus®-Lasers können nun Tätowierungen entfernt werden, die mit bisherigen Lasertechnologien allenfalls zum Verblassen gebracht werden konnten.

**D**as Einsatzgebiet von Lasertechnologien ist vielseitig: Von der Entfernung altersbedingter Hauterscheinungen über Sommersprossen bis hin zu Tätowierungen – Laser haben eine Kraft, die vieles schafft. Einer der neuesten und effizientesten Laser ist der sogenannte PicoPlus®-Laser. Er kann für die Entfernung schwarzer und farbiger Tätowierungen sowie Permanent Make-Ups und Schmutztätowierungen eingesetzt werden. Bei Letzteren sind gefärbte Partikel aus Fremdkörpern wie beispielsweise Staub oder Erde unerwünscht in die Haut eingetreten. Aber wie genau schafft es ein Laser, die Haut wieder frei von der Farbe zu bekommen?

### Schnell und effektiv

„Bei der Laserbehandlung dringt Laserlicht in die Haut ein und führt zur Sprengung der kleinen Farbpigmente des Tattoos. Die verkleinerten Farbkügelchen werden dann von den Immunzellen des Körpers aufgenommen und abgebaut beziehungsweise abtransportiert. Dadurch verblassen oder verschwindet das Tattoo“, erklärt Dr. Sofia Mavridou, Hautärztin bei Cura-Aesthetic im Cura Center. „Beim PicoPlus®-Laser wird die Laserstrahlung in Pikosekunden abgegeben. Das ist 1000-mal kürzer als die Nanosekundenstrahlung herkömmlicher Laser.“ Durch diese Schnelligkeit kann der Laser in gleicher Zeit häufiger als herkömmliche Laser einwirken und Tattoos in der Regel effektiver

entfernen. Die durch ihn geschaffenen, winzigen Mikropartikel der Farbe können durch ihre geringe Größe schneller und besser vom Körper abgebaut werden.

### Individuelle Behandlung

„Wie lange wir für eine Tattoorentfernung benötigen, ist unterschiedlich. In der Regel sind jedoch fünf bis zehn Sitzungen notwendig. Bunte Tattoos sind schwieriger zu entfernen. Wir können bei bunten Farben nie garantieren, dass das Tattoo vollständig entfernt werden kann“, erklärt Dr. Mavridou. „Manchmal bleibt auch ein Negativabdruck des Tattoos zurück. Dies liegt oftmals daran, dass schon bei der Tätowierung kleine Narben in die Haut gesetzt wurden, die durch die Farbe überdeckt wurden und erst bei Entfernung sichtbar werden. Deshalb ist ein ausführliches Aufklärungsgespräch mit unseren

Patient\*innen wichtig. Uns ist es wichtig, dass Patient\*innen nicht mit falscher Erwartungshaltung in die Behandlung einwilligen. Entscheiden sie sich für die Therapie, wird diese nur von erfahrenen Hautärzt\*innen durchgeführt. So gehen wir sicher, dass das bestmögliche Ergebnis erzielt und gleichzeitig auf die Gesundheit geachtet wird.“

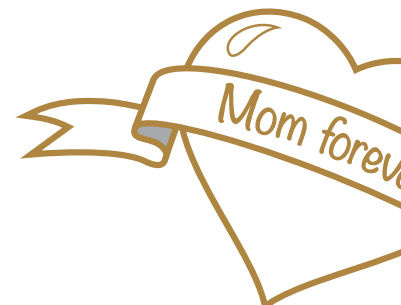


Der PicoPlus®-Laser ist aktuell der effektivste und innovativste Laser zur Tattoorentfernung



**DR. SOFIA MAVRIDOU, HAUTÄRZTIN**

»In unserer Praxis werden Tattoorentfernungen nur von erfahrenen Fachärzt\*innen durchgeführt.«





Brücke, Implantat, Prothese – Lösungen bei verlorenen Zähnen.



# Bitte lächeln!

Ein Lächeln wirkt Wunder! Doch manchmal wird diese schöne Geste durch eine Zahnlücke geschmälert – und das kann mehr als ein ästhetisches Problem sein. Unter Umständen kann der Verlust eines oder mehrerer Zähne zur Beeinträchtigung der Kau- und eventuell der Sprechfunktion führen. Deshalb ist eine lückenlose Zahnreihe auch eine Frage der Gesundheit.



**DR. PATRICIA PALATINUS-KOSLOH, ZAHNÄRZTIN**

»Durch die Behandlung von Zahnverlusten können Folgeschäden vermieden werden.«

Fehlt einer der vorderen Zähne, ist das beim Sprechen, Essen und jedem Lächeln sichtbar. Aber auch jenseits der kosmetischen Makel kann das Fehlen eines Zahns oder mehrerer Zähne Folgen haben. Durch Zahnlücken, die infolge eines Zahnverlustes entstanden sind, kann es zu einer sogenannten Zahnwanderung, also zur Verschiebung von Zähnen kommen. Weitere Risiken können parodontale Schäden sowie Zahnkippen und Elongationen sein. „Bei einer Elongation schiebt sich der Zahn des Gegenkiefers in die vorhandene Zahnlücke, da er durch keinen Zahn begrenzt wird“, erklärt Dr. Patricia Palatinus-Kosloh aus der Zahnarztpraxis im Cura-Center. Diese Veränderungen können wiederum weitere Folgeschäden verursachen und zu Problemen bei der Zahnpflege führen. Es gibt jedoch verschiedene Möglichkeiten, Zahnlücken zu schließen.

alternativ ein Implantat empfohlen“, führt Dr. Palatinus-Kosloh aus. Das Implantat besteht aus einer künstlichen Zahnwurzel und Zahnkrone. Die künstliche Wurzel wird – ähnlich wie eine Schraube – direkt im Kieferknochen verankert. Nach einer gewissen Einheilungsphase wird die im zahntechnischen Labor hergestellte Zahnkrone auf ihr befestigt. So entsteht ohne Einbeziehung der vorhandenen Zähne eine lückenlose Zahnreihe. Fehlen mehrere Zähne, kommt eine herausnehmbare Prothese infrage. Diese bietet den Vorteil, dass sie die einwirkenden Kaukräfte gleichmäßig auf die restlichen Zähne und den Kieferknochen verteilt. Sie muss zur Reinigung herausgenommen werden. Eine Teilprothese ersetzt einzelne Zähne, wohingegen eine Totalprothese ganze Zahnreihen ersetzen kann.

## » Lückenlos mit Brücke, Implantat oder Prothese «

### Der ideale Lückenfüller

Auf die Frage, welcher Zahnersatz für wen geeignet ist, kann keine allgemeingültige Antwort erfolgen. „Da jede Zahnersatzmöglichkeit andere Voraussetzungen und Vorteile mit sich bringt, kann durch eine ausführliche Untersuchung und Beratung für jede Patientin und jeden Patienten die optimale Behandlungsmöglichkeit gefunden werden“, erklärt Dr. Palatinus-Kosloh.

### Lückenschluss

In der Praxis haben sich drei gängige Zahnersatzmethoden bewährt: die Brücke und das Implantat, die im Gegensatz zu einer Prothese nicht herausnehmbar sind. „Die Brücke ähnelt einer echten Brücke. Dabei wird der Zahnersatz an den noch vorhandenen benachbarten Zähnen befestigt. Diese dienen als Brückenpfeiler und stützen den ersetzten Zahn. Die Zahnlücke wird quasi „überbrückt“, erläutert Dr. Palatinus-Kosloh. „Bei dieser Methode müssen die benachbarten Zähne beschliffen werden. Bei unversehrten Nachbarzähnen, das heißt bei Zähnen ohne Füllungen oder bereits vorhandenen Kronen, wird





Der VISUPHOR® 500 macht Sehtests angenehmer und minimiert das Risiko von Fehlern.

# Auf das Wiedersehen!

Ist das Sehen unscharf, braucht man eine Sehhilfe – doch bevor Brillen oder Kontaktlinsen zum Einsatz kommen, muss bei einem Sehtest die aktuelle Sehstärke ermittelt werden. Dabei kommt es nicht nur auf die Augen an: Viele subjektive Faktoren wie Krankheiten oder Stress können sich auf die Ergebnisse eines Sehtests auswirken. Neueste Technologien können bei der Augenglasbestimmung helfen.

Die Bestimmung der Sehstärke wird in der Augenoptik Augenglasbestimmung oder Refraktion genannt. Dabei werden in zwei Schritten Korrekturwerte ermittelt, die zum scharfen Sehen notwendig sind. Zuerst wird die sogenannte objektive Refraktion durchgeführt. Sie heißt „objektiv“, weil sie automatisiert mithilfe des i.Profilers® erfolgt und keine Beurteilung der untersuchten Person erfordert. Eine automatisierte Untersuchung reicht jedoch nicht aus, denn es müssen auch viele subjektive Faktoren berücksichtigt werden. Deshalb folgt nach der objektiven Refraktion der subjektive Augenchek. „Die untersuchte Person schaut hierbei durch einen sogenannten Phoropter auf ein digitales Sehprüfsystem mit Sehzeichen und versucht diese abzulesen. Das Messinstrument funktioniert wie eine Brille mit vielen Gläsern. Während der Messung wird manuell zwischen unterschiedlichen Gläserstärken gewechselt und von uns erfragt, mit welcher Stärke die Sehzeichen besser zu lesen sind“, erklärt Hansjörg Hofmann, Augenoptikermeister bei Brillen Hammer im Cura Center.

## Scharf sehen im Augenblick

„Die professionelle Ermittlung der bestmöglichen Sehkorrektur kann sehr zeitaufwendig sein. Der Aufwand lohnt sich allerdings, wenn dieser zur perfekten Sehschärfe, einem optimalen Seherlebnis und zufriedenen Kundinnen und Kunden führt – aus diesem Grund haben wir Ende 2021 den digitalen VISUPHOR® 500 und das Sehprüfsystem VISUSCREEN® 500 von ZEISS eingeführt. Der schnelle und reibungslose Wechsel von Messgläsern ermöglicht eine Echtzeit-Demonstration der neuen Brillenwerte und erleichtert den Vergleich zu den bisherigen Glaswerten. Die große Auswahl an Tests ermöglicht, auf alle Sehanforderungen einzugehen. Mit dem VISUPHOR® 500 läuft die subjektive Refraktion insgesamt schneller ab, dies ist ein Vorteil“, führt Hansjörg Hofmann aus. „Den VISUPHOR®

500 steuern wir kabellos mit einem Tablet. So können wir in Zeiten von Covid-19 auch während der Augenprüfung den nötigen Abstand wahren, damit die Untersuchung möglichst ungezwungen abläuft“, erläutert Hansjörg Hofmann.

## Angepasst statt Augenmaß

Viele Faktoren haben Einfluss auf die Augenprüfung – mit mehr als 130 verschiedenen Tests bietet der VISUSCREEN® 500 alle Möglichkeiten auf diese individuellen Faktoren einzugehen. „Dadurch wird das Fehlerrisiko minimiert, im Vergleich zum klassischen Phoropter sogar um 50 Prozent“, betont Hansjörg Hofmann. „Aber das Beste am VISUPHOR® 500 ist: Durch den effizienteren und damit verkürzten Messvorgang haben wir mehr Zeit für die ausgiebige Kundenberatung.“



**HANSJÖRG HOFMANN,**  
AUGENOPTIKER-  
MEISTER

»Der ZEISS VISUPHOR® 500 hilft dabei, die Augenuntersuchung zu optimieren.«

**brillenhammer**  
augenoptik • kontaktlinsen  
LANDAU | SPEYER (2x) | GERMERSHEIM | HERXHEIM | KANDEL



## BRILLEN HAMMER GMBH

### CURA CENTER

Hansjörg Hofmann, Alexander Kern  
Kontakt: 06232/78158, [www.brillenhammer.com](http://www.brillenhammer.com)

### Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 9.00 – 18.30 Uhr, Sa. 9.00 – 13.00 Uhr.



# Wann ist der richtige Zeitpunkt für einen Gelenkersatz?

**D**r. med. Jürgen Korber ist seit zehn Jahren Facharzt für Unfallchirurgie und Orthopädie und seit 2017 Leitender Oberarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie im Sankt Vincentius Krankenhaus. Als Leiter der Endoprothetik ist er nicht nur Ansprechpartner in der Arthrosprechstunde, sondern auch ein erfahrener Operateur, der seine Patient\*innen vom Erstgespräch über die Diagnose bis zur Entlassung aus dem Krankenhaus begleitet. Im Interview erklärt er, warum es so wichtig ist, sich frühzeitig beraten zu lassen.

## Was genau ist Arthrose?

„Arthrose ist eine Gelenkerkrankung, bei der sich das Knorpelgewebe, das alle Gelenke unseres Körpers überzieht, immer weiter abbaut. Ein intaktes Knorpelgewebe bildet spiegelglatte Oberflächen, die eine fast reibungsfreie Bewegung der Knochen gegeneinander ermöglicht. Fehlt Knorpelgewebe, beispielsweise durch altersbedingten Schwund oder durch einen Unfall, besteht kaum eine Heilungsmöglichkeit, denn der Knorpel kann sich selbst nicht erneuern.“

## Wie diagnostiziert man Arthrose am sichersten?

„Im Rahmen einer sorgfältigen Anamnese und einer klinischen Untersuchung zeigen sich die typischen Symptome, wie beispielsweise Bewegungs- oder Belastungsschmerz, Gelenkschwellung und Entzündungszeichen wie Rötung und Überwärmung. Am sichersten wird die Arthrose mit der konventionellen Röntgendiagnostik diagnostiziert.

Der normalerweise deutlich erkennbare Gelenkspalt, der durch die Knorpelschichten entsteht, ist verschmälert oder aufgehoben. Die Kernspintomografie als erweitertes Diagnoseinstrument spielt hierbei nur eine untergeordnete Rolle.“

## Wann empfehlen Sie eine Operation, d.h. ein neues Gelenk?

„Wenn es eine gesicherte Diagnose gibt, alle konservativen Therapieoptionen ausgeschöpft sind und der Patient sich deutlich in seiner Lebensqualität eingeschränkt fühlt. Wichtig: nicht der Arzt, sondern der Patient selbst entscheidet, bei entsprechender Indikation, über den Zeitpunkt des Gelenkersatzes. Ein Besuch unserer Arthrosprechstunde heißt nicht automatisch „Operation“. Es ist vielmehr ein offenes und ehrliches Beratungsgespräch, um den Patienten oder die Patientin in die Lage zu versetzen, selbst den richtigen Zeitpunkt zu finden.“

## Kann man den richtigen Zeitpunkt auch verpassen?

„Es gibt theoretisch keinen Zeitpunkt, an dem eine Operation zu spät wäre. Voraussetzung sind die Narkosefähigkeit sowie funktionstüchtige Muskulatur, um das neue Gelenk zu bedienen. Dennoch kann aufgrund des höheren Alters der Eingriff komplizierter werden. Der Erfolg der Operation hängt neben der korrekten OP-Technik auch stark vom Patienten selbst ab; von seinem Allgemeinzustand, aber auch von seinem Willen zur Mitarbeit in der Nachbehandlung.“

## Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie



**Dr. med. Werner Schrammel**  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie  
Facharzt für Chirurgie  
Spezielle Unfallchirurgie  
Sportmedizin und Notfallmedizin



**Leitender Oberarzt, Leiter Endoprothetik**  
**Dr. med. Jürgen Korber**  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

**Arthrosprechstunde**  
jeden Dienstag 13 – 15 Uhr  
Holzstraße 4a, 67346 Speyer  
Telefon 06232 133-5334  
E-Mail: unfallchirurgie@vincentius-speyer.de



**Sankt Vincentius  
Krankenhaus  
Speyer**

Eine Einrichtung der Krankenhaus-Stiftung  
der Niederbronner Schwestern



Wir sind eine der führenden Steuerberatungs- und Wirtschaftsprüfungsgesellschaften in der Metropolregion Rhein-Main-Neckar. Als kompetenter Partner mit über 140 Beschäftigten an fünf Standorten haben wir seit über 50 Jahren alle steuerlichen Belange unserer überregionalen Mandantschaft im Blick. Zu dieser gehören neben Unternehmen verschiedenster Branchen, Rechtsformen und Größenklassen auch Private Clients, Stiftungen, Vereine sowie die öffentliche Hand.

Bereits seit 2004 führt uns FOCUS MONEY in der Liste der Top Steuerberater in Deutschland. Auch das Handelsblatt zeichnet uns seit 2019 als eine der besten Steuerkanzleien aus.

### Unsere Erfahrung – Ihre Sicherheit

bkb + Kollegen in Speyer, Mannheim, Landau, Bensheim und Ludwigshafen

[www.bkb-steuerberatung.de](http://www.bkb-steuerberatung.de)

**bkb Speyer**  
Tel.: (0 62 32) 67 49-0

info.speyer@bkb-  
steuerberatung.de

Iggelheimer Str. 26  
67346 Speyer

**bkb Mannheim**  
Tel.: (06 21) 41 07 35-0

info.mannheim@bkb-  
steuerberatung.de

Theodor-Heuss-Anlage 12  
68165 Mannheim

**bkb Bensheim**  
Tel.: (0 62 51) 10 84-0

info.bensheim@bkb-  
steuerberatung.de

Schwanheimer Str. 144a  
64625 Bensheim

**bkb Ludwigshafen**  
Tel.: (06 21) 66 00 96-0

info.ludwigshafen@bkb-  
steuerberatung.de

Paul-Klee-Str. 1  
67061 Ludwigshafen

**bkb Landau**  
Tel.: (0 63 41) 14 14 42-0

info.landau@bkb-  
steuerberatung.de

Johannes-Kopp-Str. 7  
76829 Landau

**Mannheim**  
Theodor-Heuss-Anlage 12  
68165 Mannheim  
{ (0621) 42290-0

**PABST | LORENZ + PARTNER**  
RECHTSANWÄLTE · FACHANWÄLTE · PARTG mBB

**Speyer**  
Iggelheimer Strasse 26  
67346 Speyer  
{ (06232) 67901-0

**Bensheim**  
Schwanheimer Strasse 144A  
64625 Bensheim  
{ (06251) 707895-0



Ausgezeichnete Leistung erhalten Sie von uns auch  
im Wirtschafts-, Arbeits- und Gesellschaftsrecht.

**WWW.PLUP.DE**



## FÜR EINEN GUTEN DRAHT ZU IHRER IT

Wir von ID-IT setzen auf persönliche Beratung und bieten Ihnen umfangreichen Service im Bereich IT – von der Beratung über die Administration bis hin zur Wartung.

Zu unseren Leistungen gehören:

- IT-Service-Management
- Fern-Serververwaltung
- IT-Dienstleistungen für den Datenschutz
- Cloud-basierte Datensicherungsdienstleistungen
- Serverhosting
- Integration von Computersystemen und Computernetzen
- uvm.

Wie können wir Ihnen helfen? Kontaktieren Sie uns jetzt!

**ID-IT**  
Iggelheimer Straße 26  
67346 Speyer

Telefon 06232/29 82 10  
info@id-it.de  
www.id-it.de





Unterschiedliche Farbwahrnehmung – Menschen, die von einer Farbsinnstörung betroffen sind, sehen die Welt in anderen Farben.

# Unterschiedliche Ansichten

**Im Dunkeln sehen wir Schwarz, während wir im Hellen die unterschiedlichsten Farben wahrnehmen können. Verantwortlich dafür sind Lichtsinneszellen, die sich im Auge in der Netzhaut, auch Retina genannt, befinden. Doch einige sehen auch bei Licht nicht viel Farbe. Aber welchen Grund hat das?**



**LISA RÖHR,  
ORTHOPTISTIN**

»Unter Farbsinnstörungen tritt die Rot-Grün-Schwäche am häufigsten auf.«

**L**icht trifft im Auge zunächst auf die Netzhaut und die sich dort befindlichen Nervenzellen, darunter die zwei Lichtsinneszellen: Stäbchen und Zapfen. Beide haben unterschiedliche Funktionen: Während die Stäbchen für die Hell-Dunkel-Wahrnehmung verantwortlich sind, leisten die Zapfen die Farbwahrnehmung. Die Funktionsweise der Zapfen erinnert an die Farblehre in der Schule: Aus drei Grundfarben können alle möglichen Farbtöne erzeugt werden. So funktioniert es auch im menschlichen Auge: Es gibt Blau-, Rot- und Grünzapfen. Sie werden unterschiedlich stark von Licht angeregt und lösen so im Gehirn die Farbwahrnehmung aus. Aus der Kombination der unterschiedlich starken Erregung der Farbzapfen ist der Mensch imstande das komplette Farbspektrum wahrzunehmen. Funktioniert einer der drei Zapfen nicht richtig, ist die Farbwahrnehmung beeinträchtigt und man spricht von einer Farbsehschwäche oder Farbsinnstörung.

## Den Ton verfehlt

Farbsinnstörungen können unterschiedliche Ausprägungen annehmen: Werden die Farben nur vermindert wahrgenommen, spricht man von einer Farbschwäche, wohingegen eine Farbblindheit sich im Nichtwahrnehmen einzelner Farben äußert. Bei der letzteren nehmen die Betroffenen nur Grau- und Schwarz-Weiß-Töne wahr. „Man unterscheidet zwischen angeborenen und erworbenen Farbsinnstörungen“, erklärt Lisa Röhr, Orthoptistin von „Ihre Augenärzte Speyer“. Die angeborene Farbsehstörung

entsteht infolge einer Genmutation. Je nach Farbschwäche spricht man von Grün-, Rot- oder Blauschwäche. Bei der Rot- und bei der Grünschwäche können Betroffene die beiden Farben nur schwer voneinander unterscheiden, deshalb wird sie oft als Rot-Grün-Schwäche zusammengefasst. Bei einer Blauschwäche besteht das gleiche Problem mit den Blau- und Gelbtönen. „Die angeborene Farbsehstörung ist ungefährlich und betrifft stets zwei Augen zugleich. Die Sehschärfe ist nicht beeinträchtigt“, führt

Lisa Röhr aus. Die erworbene Farbsehschwäche dagegen betrifft in den meisten Fällen zuerst nur ein Auge und verschlimmert sich im Laufe der Zeit, was zur Verschlechterung der Sehschärfe und des Sehvermögens führen kann. Sie entsteht in der Regel als Folge von Krankheiten oder als Nebenwirkung von Medikamenteneinnahme.

»  
**Farbsehschwäche  
kann Folge einer  
Krankheit sein**



## Aussichten

Eine angeborene Farbsinnstörung ist bislang nicht therapierbar. Betroffene leiden oft an Blendempfindlichkeit, die durch spezielle Brillen zumindest gelindert werden kann. Die Therapie einer erworbenen Farbsehschwäche ist unentbehrlich, um einer Verschlechterung entgegenzuwirken. „Dafür muss zuerst die entsprechende Ursache herausgefunden werden. Das können sowohl Erkrankungen der Linse, der Netzhautmitte, des Sehnervs, der Sehbahn oder der Sehrinde sein. Es ist daher sehr wichtig, jede Veränderung des Sehvermögens mit einem Augenarzt oder einer Augenärztin abzusprechen“, betont Lisa Röhr.

# Auflösen und auskosten



Gewinnen Sie einen Gutschein im Wert von 40 € für die Köstlichkeiten von La Toscana in Speyer, einem Restaurant und Feinkostgeschäft.

Wagenteil	↓	japan. Selbstverteidigung	Empfindungssache	↓	Herkunftszeichen einer Ware	aufwärts	↓	hochwachsendes Getreidegras	Kunststoff der Schallplatte	↓	verschwinden	auf etwas aufpassen	↓	organische Stickstoffbase	↓	Kinderbausteine	↓	Musikstück für drei	↓	franz. Name von Genf
span. Fluch	→		↻ 2					wörtlich, mündlich	→					↻ 14		Schiff, Röhricht				
an dieser Stelle	↻ 5				bitterkalt					↻ 9	Piktogramm in et. Nachrichten							nur mit Frühstück (Hotel)		Ruhegeld, Pension
Wintersportlehrgang	→							Holzwerk-tätigkeit		Tonträger (engl.)	↻ 13	Fragewort				Figur in franz. Märchen			↻ 4	
→					Vater (Kose-name)			Wasserzapfstelle	↻ 16						Schluss, Aus	lat. Grußwort				
Holz-färbemittel	Elan, Schwung		jetzt	dagegenhalten (... bieten)							süd-amerik. Staat		heftig ziehen, reißen							↻ 8
→								Inhaltslosigkeit		hübsch, nicht hässlich	↻ 15					Vorname d. Rad-sportlers Zabel			Abk.: Nord-deutscher Rundfunk	
aus eigenem Antrieb		bevor		span. gehoben: Herr		toter Körper							kurzer, heftiger Regen-schauer	besitzan-zeigendes Fürwort				↻ 7		
→							↻ 17		schweres Geschütz	tropische Staude							Geburts-land, -ort		Teil des Hühner-eis	
freigiebig	begütert		Gang-regler im Uhrwerk		Eingangsbereich	Nach-komme						Art, Gattung	jammer-voller Zustand, Misere	besitzan-zeigendes Fürwort					↻ 12	
→				↻ 18		draht-loses Netzwerk (Kw.)		nordspan. Grenz-stadt		Teil der Wohnung									süddt.: Hacke	
Geliebter, Kamerad		zukünftig (in ...)		Ritter der Artus-runde					Abk.: ge-gebenen-falls	Kfz.-Z.: Oberspreewald-Lau-sitz		↻ 10			Beiname Eisen-howers	Abk.: In-dustrie- u. Handels-kammer				
vorder-asiat. Staat						verstanden (Funkver-kehr)							nicht öfter							
Rechen-einheit im PC (engl.)				Frachtgut	↻ 6						Benzin-behälter im Auto				Ausruf des Schmer-zes				↻ 3	
mit Diebesgut handeln		↻ 11					Sohn von Bruder o. Schwes-ter			↻ 1				Erklärer						

© RateFUX 2022-289-001

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----



## Hungrig von vielem Rätseln?

Die Belohnung wartet schon: Genießen Sie mit dem Gutscheinengewinn die ausgefallenen Speisen des Restaurants oder die Feinkostspezialitäten von La Toscana. Von Wurst über Antipasti und Öl bis hin zu Knabber- und Süßwaren, für jeden Geschmack ist etwas dabei! Viel Glück!

La Toscana, Auestraße 19, 67346 Speyer, Telefon: 06232/8503050, Mail: kontakt@toscana-bianco.de, www.latoscana-speyer.eatbu.com

Und so können Sie gewinnen: Einfach das Lösungswort unter Angabe Ihrer Postadresse an procura@carta.eu oder postalisch an Carta GmbH, Iggelheimer Straße 26, 67346 Speyer schicken und mit ein bisschen Glück gewinnen. Alle Einsender\*innen mit dem richtigen Lösungswort nehmen an der Verlosung teil; Mehrfachteilmnahmen sind unzulässig. Der oder die Gewinner\*in wird postalisch benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahmeberechtigt ist, wer das 18. Lebensjahr vollendet hat. **Einsendeschluss: 09. April 2022.**

# PRÄVENTION UND REHASPORT - PFITZENMEIER BIETET GESUNDHEITSSPORT FÜR ALLE ALTERSKLASSEN

Es gibt eine Menge Mythen und Klischees, die zum Teil wahr sind, zum anderen Teil jedoch auch schlichtweg ins Reich der Märchen gehören. Gerade zum Thema Fitness und Gesundheit ist die Anzahl riesig. So gelten Rehasport und Prävention beispielsweise in der Allgemeinheit als etwas „für alte Menschen“. Ein Mythos! Das zeigt auch Pfitzenmeier. Die Unternehmensgruppe bietet an unterschiedlichen Standorten in der Rhein-Neckar-Region Wellness, Fitness und Gesundheit auf höchstem Niveau an. Dazu zählen auch Präventionskurse und Rehasport. Um etwas Licht in die dunklen Mythen und Vorurteile zu bringen, stellt sich die Frage: Was verbirgt sich eigentlich hinter den so wichtigen Bestandteilen des ganzheitlichen Pfitzenmeier-Konzepts?

## Prävention beginnt in jungen Jahren – damit es gar nicht erst schmerzt!

Es geht, wie so oft, um die Gesundheit. Das Wort „Prävention“ kommt vom lateinischen *praevenire*, was so viel bedeutet wie „zuvorkommen“ oder „verhüten“. Genau das ist auch das Ziel der Präventionskurse von Pfitzenmeier: Sie sollen Schmerzen und möglichen Verletzung zuvorkommen und, wenn möglich, sogar verhindern. In acht Trainingseinheiten je 60 Minuten finden die Kurse in klei-

nen Gruppen statt. Heißt: Es ist kein stures „Übungen abarbeiten“, sondern durchaus ein soziales Miteinander. Die zertifizierten Trainer\*innen leiten dann zum Beispiel im „Präventionskurs Gesunder Rücken“ die Teilnehmer\*innen an. Auch die Kurse „Präventives Kraftausdauerzirkeltraining“ und „Präventives Rücken- und Gelenktraining“, das es im Karlsruher Pfitzenmeier Premium Resort gibt, werden angeboten. Es geht darum, etwas zu unternehmen, bevor es zu spät ist und die Schmerzen einsetzen. Klar, dass Prävention auf keinen Fall nur ältere Menschen ansprechen sollte, sondern auch alle anderen. Ein Vorteil der Präventionskurse ist die Bezuschussung durch die Krankenkasse nach der vollständigen Teilnahme. Ein weiteres Plus: Auch diejenigen, die noch kein Mitglied bei Pfitzenmeier sind, kommen auf ihre Kosten. Innerhalb der sechs Wochen des Kurses darf das gesamte Angebot des Premium Clubs genutzt werden. Also auch der Trainingsbereich, die Sauna, der Ruheraum und so weiter. Schließlich sind Fitness, Wellness und Gesundheit bei Pfitzenmeier eins.

## Mit Rehasport zurück in ein bewegtes Leben

Rehasport ist ebenfalls nicht exklusiv, es sind Gesundheitskurse für Jedermann, die in jedem Alter förderlich sein können. Rückenschmerzen, Knie-,

Hüft- und Schulterprobleme, Arthrose und Osteoporose sind häufige Beschwerden, die durch gezielte Bewegung spürbar verbessert werden. Das ist aber nicht der einzige Vorteil, den Rehasport in den Pfitzenmeier Premium Clubs und Resorts besitzt. Rehasport hilft auch die Risikofaktoren des Herzkreislauf-Systems zu lindern, wie zum Beispiel Bluthochdruck oder Übergewicht. Was viele aber nicht wissen: Auch bei Diabetes, negativem Stress oder gar Depressionen kann Rehasport eine positive Wirkung haben. Und natürlich hilft es auch nach einer Verletzung oder einer Operation, einem Eingriff oder einem Unfall zurück zu einem „bewegten“ Leben zu kommen. Das Rehasport-Programm wird in der Regel auf 50 Einheiten innerhalb von eineinhalb Jahren verteilt und in Gruppen absolviert. Ziel ist es, den aktuellen Schmerzen und Verletzungen nicht nur kurzfristig und temporär, sondern langfristig und nachhaltig entgegenzuwirken. Rehasport wird mit einem Formular (KV56) vom Arzt verordnet und von allen Kostenträgern (Krankenkassen, Unfallversicherungsträger, gesetzliche Rentenversicherung) anerkannt und die Kostenübernahme nach Bewilligung gesichert.

Sie wollen mehr über das Thema Prävention & Rehasport bei Pfitzenmeier erfahren? Dann scannen Sie den QR-Code.



## DIE 3 PFITZENMEIER PRÄVENTIONSKURSE

Zertifiziert durch die ZPP (ZENTRALE PRÜFSTELLE FÜR PRÄVENTION)



### Präventionskurs Gesunder Rücken (PGR)

Ein Übungsprogramm zur Kräftigung der gesamten Rumpf- & Rückenmuskulatur, an den speziellen Dr. Wolff-Geräten, sowie zur Verbesserung der Koordination & Stabilisation durch gymnastische Übungen.

### Präventives Kraftausdauerzirkeltraining (PKA)

Angeleiteter und betreuter Gruppenkurs zur Verbesserung der Kraft-Ausdauer und Stärkung des Herzkreislauf-Systems mit Hilfe des elektronisch gesteuerten milon® Zirkels.

### Präventives Rücken- & Gelenktraining (PRUG)\*

Durch das aktive Muskellängentraining, mit Hilfe der five® Geräte und der vielfältigen Übungsauswahl, wird die Beweglichkeit verbessert und werden Gelenkschmerzen reduziert.

\* Dieser Kurs findet ausschließlich im Premium Resort Karlsruhe statt.

6-WOCHEN-PRÄVENTIONSKURS AUCH FÜR NICHTMITGLIEDER.  
BEZUSCHUSSUNG DURCH DIE KRANKENKASSEN.

## REHASPORT BEI PFITZENMEIER



### Wer kann Rehasport nutzen?

Rehasport kann jeder nutzen, der etwas zur Verbesserung der eigenen Leistungsfähigkeit im Alltag beitragen möchte. Das Rehasport Programm ist der Weg in ein „bewegtes“ Leben & kann bei jeder Beeinträchtigung des Bewegungsapparates in Betracht kommen.

### Wie komme ich an mein Rehasport Rezept?

Rehasport wird mit einem Formular (KV56) vom Arzt verordnet & von allen Kostenträgern (Krankenkassen, Unfallversicherungsträger, ges. Rentenvers.) anerkannt & die Kostenübernahme gesichert. Die Verordnung umfasst 50 Einheiten in max. 18 Monaten.

### Was soll Rehasport bewirken?

Rehasport stärkt die Muskulatur, verbessert die Beweglichkeit & Mobilität, kräftigt die Beckenbodenmuskulatur & sorgt für ein besseres Gleichgewicht. Die positiven Folgen sind: ein gesunder Gewichtsverlust, eine ausgeprägtere Sturzprophylaxe, eine höhere körperliche Leistungsfähigkeit, eine allgemeine Schmerzreduktion & ein stärkeres Immunsystem.

VERBESSERUNG DER LEBENSQUALITÄT & STEIGERUNG DER LEISTUNGSFÄHIGKEIT  
IM ALLTAG. KOSTENÜBERNAHME DURCH DIE KRANKENKASSEN.

# Branchenverzeichnis

IHRE EXPERT\*INNEN IM BÜRO- UND ÄRZTEHAUS CURA CENTER, IGGELHEIMER STR. 26, 67346 SPEYER

## Augenarztpraxis „Ihre Augenärzte Speyer“

Dr. med. Nicola Sommer, Dr. med. Isolde Olivas, Dr. Agne Gulbinaite, Lisa Röhr, Ute Schumacher, Janett Wagner, Anette Föhr

Kontakt: 06232/65290

Unsere Sprechzeiten: Mo – Fr 8:00 – 15:00 Uhr sowie nach Vereinbarung

## bkb + Collegen GmbH, Steuerberatungsgesellschaft, Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

Kontakt: 06232/67490, www.bkb-speyer.de

## Brillen Hammer GmbH Cura Center

Hansjörg Hofmann, Alexander Kern

Kontakt: 06232/78158, www.brillenhammer.com

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 9.00 – 18.30 Uhr, Sa. 9.00 – 13.00 Uhr

## Cura Kosmetik und Fußpflege

Kontakt: 06232/10012430, www.krekel.de

Termine nach Vereinbarung

## Cura-Aesthetic – Ärztliches Institut für Anti-Aging

Kontakt: 06232 / 684969, www.krekel.de

Termine nach Vereinbarung

## ID-IT GmbH

IT-Dienstleister

Kontakt: 06232/298210, www.id-it.de

## INTERNISTISCHE PRAXIS

Kardiologie – Hypertonie: Dr. med. Thomas Muth

Hausärztliche Versorgung: Dr. med. Maria Montero-Muth,

Kontakt: 06232/36691

www.internistische-praxis-speyer.de

Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 12.00 Uhr,

Mo., Di., Do. 15.00 – 18.00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

## Hautarztpraxis

Dr. Joachim Krekel, Ute Bauer, Dr. Nina Schindera, Dr. Katharina Lorentz, Dr. Sofia Mavidou, Dr. Barbara Mülbert, Katharina Dreßler, Franziska Winter

Kontakt: 06232/10012410, www.hautarzt-speyer.de

Sprechzeiten: Mo. – Fr. 8.00 – 11.30 Uhr,

Mo., Di., Do. 14.30 – 17.00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

## Pabst | Lorenz + Partner

Rechtsanwälte, Fachanwälte

Kontakt: 06232/679010, www.plup.de

## Zahnarztpraxis

Dr. Barbara Krekel-Wilk, Eva Hofmann, Dr. Patricia Palatinus-Kosloh, Dr. Dorothee Fontana,

Kontakt: 06232/10012420, www.speyer-zahnarzt.de

Sprechzeiten nach Vereinbarung

## IHRE EXPERT\*INNEN IN SPEYER UND UMGEBUNG

### Orthopädie Kurpfalz

Prof. Dr. med. Christian Heisel, Jochen Fikentscher, Manuel Kreukler, Marc Werner und Kollegen  
Bahnhofstraße 53

67346 Speyer

Kontakt: 06232/317910, www.orthokur.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Do. 8.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr,

Fr. 8.00 – 13.00 Uhr

Telefonische Terminvereinbarung:

Mo. – Fr. 8.30 – 12.00 Uhr

### Sankt Vincentius Krankenhaus

Holzstraße 4a

67346 Speyer

Kontakt: 06232/1330, www.vincentius-speyer.de

# Impressum

## Herausgeber

Carta GmbH, Ulrich Zehfuß

Iggelheimer Str. 26, 67346 Speyer

Kontakt: 06232/100 111 0

procura@carta.eu

## Redaktion

Micha L. Harris, Miriam Lambert, Karin Eymael, Pia Plattek (CvD), Marzena Maura Mozejko

## Fotos

iStockphoto, Shutterstock, Privat, Steffen Beck, Thommy Mardo; soweit auf den Seiten nicht anders vermerkt (Fotonachweise)

## Anzeigen

DIE RHEINPFALZ, Christine Grauer

Annette Hübschen (verantwortlich)

Kontakt: 06232/13 0719

## Auflage

24.500 Exemplare

## Verbreitung

Die PROCURA wird der Tageszeitung DIE RHEINPFALZ, Ausgabe Speyer sowie in Böhl-Iggelheim und Schifferstadt der Ausgabe Ludwigshafen beigelegt und ist im Cura Center Speyer erhältlich.

## Satz und Layout

Felix Zuber, Karen Jost

## Druck

DSW Druck- und Versandservice Südwest GmbH  
Flomersheimer Str. 2-4, 67071 Ludwigshafen

## Nächster Erscheinungstermin

Sommer 2022

100 Jahre R+V

R+V

Du bist nicht allein.



**Gemeinsam** Gutes tun und **nachhaltige Projekte fördern**

JUBILÄUMSAKTION

## Ein Fest für die Zukunft, jeder Abschluss eine Spende.

1,6 Mio. EUR stellt R+V im Jubiläumsjahr 2022 für nachhaltige Zukunftsprojekte bereit. Gemeinsam mit Deiner Unterstützung fördern wir zudem mit jedem Abschluss eines Jubiläumsprodukts das beliebteste Projekt der #missionmiteinander. Mit maximal 50.000 EUR. Jeder Vertrag zählt mit 1 EUR.

**Jetzt abschließen und Zukunft spenden. Sprich uns gerne an.**

[www.ruv.de](http://www.ruv.de)

R+V Versicherung ServiceCenter  
Bahnhofstr. 19, 67346 Speyer  
Tel. 06232 618-2993  
Tel. 06232 618-2999

 **Vereinigte VR Bank**  
Kur- und Rheinpfalz eG

## UMWERFEND GLATT!

Sie haben genug von unerwünschter Körperbehaarung? Dann entscheiden Sie sich jetzt für eine dauerhafte Haarentfernung bei Cura-Aesthetic.

*Vereinbaren Sie einen Termin unter 06232 68 49 69 oder [service@krekel.de](mailto:service@krekel.de)*

Mehr zu unseren ästhetischen Leistungen finden Sie auf:  
[www.krekel.de](http://www.krekel.de)  
[www.instagram.com/curaestheticspeyer](https://www.instagram.com/curaestheticspeyer)  
[www.facebook.com/curaestheticspeyer](https://www.facebook.com/curaestheticspeyer)

**CURA-AESTHETIC**  
Iggelheimer Straße 26  
67346 Speyer



  
**Cura-Aesthetic**  
Ärztliches Institut für Anti-Aging