

# PROCURA

SOMMER 2015

Das Gesundheitsmagazin für Neustadt/Wstr. und Umgebung

## Überempfindlich

Welche Stoffe im Wein zu Unverträglichkeit führen können. S. 4

## Dankeschön!

Was und vor allem wer den Gesundheitstag in Neustadt so erfolgreich gemacht hat. S. 10

## Alarmstufe Grün

Wie sich Allergiker effektiv vor Pollen schützen können. S. 8

## Nächtliche Ruhestörung

Was Sie gegen Schnarchen und andere Schlafstörungen unternehmen können. S. 11

## Nicht hängen lassen

Was Sie gegen schlaffe und geschwollene Augenlider machen können. S. 9

# Schlaf gut

Warum es so wichtig ist, die richtige Matratze zu finden. S. 7





# INHALT SOMMER 2015

- 4 **Überempfindlich** – Welche Stoffe im Wein zu Unverträglichkeiten führen.
- 5 **Im Visier** – Neue zielgenaue Behandlungsmethode für Krebs bei Männern.
- 6 **Mit dem richtigen Riecher zur Wellness-Schnupper-Zeit** – Gewinnen Sie einen Wellnessstag „Wellness-Schnupper-Zeit“ für 2 Personen im Gartenhotel Heusser.
- 7 **Schlaf gut** – Warum es so wichtig ist, die richtige Matratze zu finden.
- 8 **Alarmstufe Grün** – Wie sich Allergiker vor Pollen schützen können.
- 9 **Nicht hängen lassen** – Was Sie gegen schlaffe und geschwollene Augenlider machen können.
- 10 **Dankeschön!** – Was und vor allem wer den Gesundheitstag in Neustadt so erfolgreich gemacht hat.
- 11 **Nächtliche Ruhestörung** – Was Sie gegen Schnarchen und andere Schlafstörungen unternehmen können.

## Überempfindlich

Welche Stoffe im Wein zu Unverträglichkeit führen können.  
S. 4



## Alarmstufe Grün

Wie sich Allergiker effektiv gegen Pollen schützen können.  
S. 8

12 **Die neue Seite der Medizin** – Neue Verfahren, Entwicklungen und Wege im medizinischen Bereich.

13 **Alles im Griff** – Wie Handläufe Gebäude sicherer machen und auf was dabei zu achten ist.

14 **Branchenverzeichnis**

## Ohr-HiFis machen Hörgeräte von früher oft überflüssig

Wieder optimal hören – neue Lösung setzt sich durch.

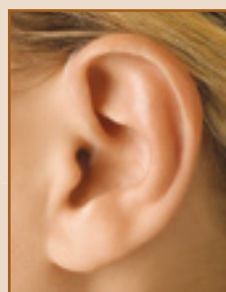
Wenn es nach der Erfahrung des Hörakustikmeisters Andreas Speckert geht, sind die Tage der großen, auffälligen und schlecht klingenden Hörhilfen gezählt.

In Zusammenarbeit mit Kollegen hat er die Hörgeräte, für die sich die Kunden meist entscheiden, analysiert und kommt zu dem Schluss: „Ein Großteil der Kunden, vor allem mit leichten bis mittleren Hörschwächen, trägt inzwischen offene Hörsysteme, wir nennen diese „Ohr-HiFis“. Ohr-HiFis überzeugen die Kunden meist durch eine deutlich verbesserte Klangqualität der hohen Frequenzen im Vergleich zu Hörgeräten von vor 5-6 Jahren.“

Noch vor einigen Jahren waren Hörgeräte meist fleischfarben, schauten hinter der Ohrmuschel hervor und waren über einen dicken Plastikschlauch mit dem Ohr verbunden. Andreas Speckert weiß aufgrund seiner Berufserfahrung, dass die meisten Hörgeräteträger Defizite in den hohen Tönen haben, aber gleichzeitig die tiefen Tonlagen meist noch sehr deutlich hören.

Georg Collofong und Andreas Speckert sind dazu übergegangen, Hörgeräte der offenen Versorgung zur besseren Unterscheidung „Ohr-HiFis“ zu nennen. Ein Ohr-HiFi muss dabei mindestens 4 Bedingungen erfüllen:

1. Die Wiedergabe in den hohen Tönen liegt deutlich über der Leistung von früheren Hörgeräten.
2. Die Geräte passen sich vollautomatisch an jede Hör-Situation an.
3. Ohr-HiFis dürfen keinen dicken Schlauch besitzen, sie müssen annähernd unsichtbar sein.
4. Ohr-HiFis kommunizieren zwischen dem rechten und linken Gerät. Dies ermöglicht detailliertes, räumliches Hören.



Die Ohr-HiFis:  
Nahezu unsichtbar.

Besonders die menschliche Sprache wird mit Ohr-HiFis wieder besser hörbar. Dies ist z.B. wichtig, wenn viele Menschen durcheinander sprechen. Die hohen Laute der Sprache sind in solchen Situationen sehr wichtig (beispielsweise ein gesprochenes „s“ und „f“).

Gleichzeitig sollen die tiefen Töne, die von früheren Hörgeräten oft viel zu sehr betont wurden, stark abgesenkt werden. Und genau durch dieses Verhalten zeichnet sich die Klasse der Ohr-HiFis aus.

**Die Ohr-HiFis können bei Hörgeräte Collofong & Speckert in Neustadt kostenlos getestet werden.**

Dabei legt das Meistererteam Wert darauf, nicht nur ein Gerät zu zeigen. Gleich mehrere Ohr-HiFis werden mit dem besonderen **HörPlus+** Anpasskonzept von Expertenhand feinjustiert.



HÖRGERÄTE  
COLLOFONG  
& SPECKERT

Hörgeräte Collofong & Speckert  
Hauptstr. 94 (an der Stiftskirche)  
67433 Neustadt a. d. Weinstraße  
Tel. 06321 / 87 99 005

Informationen auch auf:  
[www.hoergeraete-speckert.de](http://www.hoergeraete-speckert.de)



Inhaber & Hörakustik-Meister:  
Georg Collofong & Andreas Speckert

# EDITORIAL

PROCURA, SOMMER 2015

Liebe Leserinnen und Leser,



wir freuen uns, Ihnen mit diesem Heft die erste PROCURA für Neustadt an der Weinstraße und Umgebung als Beilage der RHEINPFALZ präsentieren zu dürfen. In Ihrer PROCURA finden Sie lesenswerte Informationen zu verschiedensten Gesundheitsthemen. Dabei geht es nicht nur darum, wie man bestehende Krankheiten in den Griff bekommt. Es geht auch darum, wie man durch eine gesunde Lebensführung und kluge Gestaltung des Lebensumfelds die Gesundheit und Fitness erhält. In dieser Ausgabe lesen Sie unter anderem, wie man echten Dauerbrennern wie Pollen oder nächtlichem Schnarchen begegnen kann, wie wichtig gesunder Schlaf ist und was man gegen schlaflade Augenlider machen kann. Darüber hinaus gibt es Neues in punkto zielgenauer Behandlungsmethoden für Krebserkrankungen von Männern und neue Entwicklungen in der Medizin wie etwa selbstständig Wirkstoff dosierende Tabletten. Freunde von Kreuzworträtseln können sich mit etwas Glück über den Gewinn einer Wellness-Schnupper-Zeit im Gartenhotel Heusser freuen.

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht Ihnen

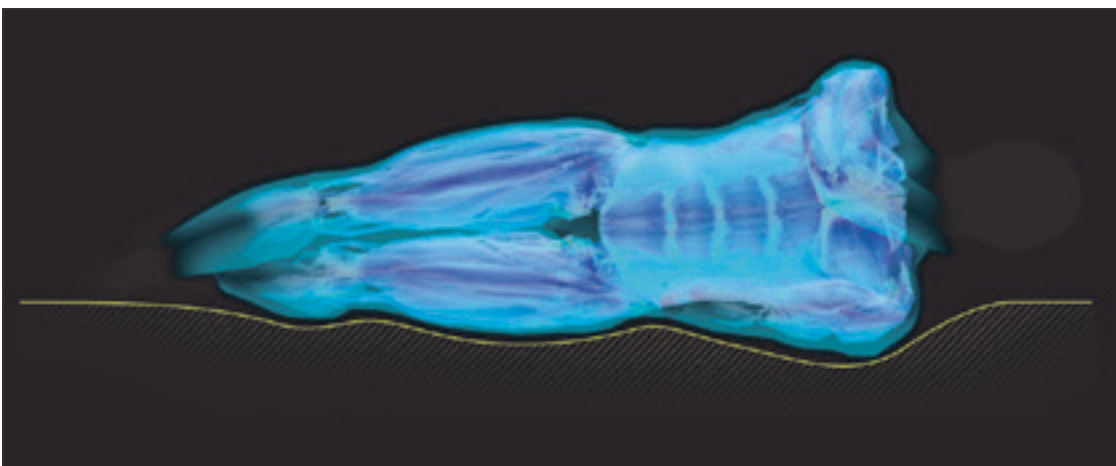
Ihr

Ulrich Zehfuß, Herausgeber

## BESSER BERATEN, BESSER SCHLAFEN:



## SENSOflex-LIEGEDIAGNOSE 3D



Das Schlafsystem mit der einzigartigen Liegediagnose auf Basis von Sensorenmes-  
sung und der revolutionären 3D-Bildschirm-  
präsentation. Diese zeigt Ihnen sofort, wie  
sich Matratze und Unterfederung dem Körper  
anpasst.

SENSOflex ist das einzigartige Schlafsystem  
mit der metallfreien, leichten ECS-Kern-  
federung mit doppelt effektivem Stützeffekt.  
Nutzen Sie unsere kostenlose Liegediagnose-  
Beratung. Damit Sie schon vorher wissen, wie  
gut Sie später liegen und schlafen.

### BETTENHANS

Betten Hans GmbH  
Schütt 2  
67433 Neustadt/Wstr.

Tel. 06321 - 26 81  
info@betten-hans.de  
www.betten-hans.de



# ALLERGISCH AUF WEIN?



Immer wieder höre ich von Bekannten, dass sie nach dem Weingenuss Kopfschmerzen, Atemwegsbeschwerden, Herzrasen oder Bluthochdruck bekommen. Als Übeltäter ist dann schnell der Schwefel ausgemacht. Schließlich gilt er als Allergen und muss deshalb auch auf Weinetiketten ausgewiesen werden. Viele Weintrinker lesen den Hinweis „enthält Sulfite“ und schon macht sich ein ungutes Gefühl in der Magengegend breit – zu Unrecht. Denn Schwefel sorgt dafür, dass unsere Weine haltbarer sind und länger fruchtig bleiben. Schwefel bekämpft Bakterien und Schimmelpilze und schützt die Weine vor Oxidation. Er bindet unerwünschte Gärungsnebenprodukte und wirkt der Bildung von Histamin entgegen. Damit ist er ein nahezu unersetzliches Behandlungsmittel in der Weinbereitung. In seltenen Fällen kann Schwefel tatsächlich zu allergischen Reaktionen führen, aber die gesetzlichen Höchstmengen in deutschen Weinen sind so niedrig, dass der Konsum für die meisten Menschen unproblematisch ist.

## Wer ist der wahre Übeltäter?

Wenn also nicht der Schwefel für die Kopfschmerzen verantwortlich ist – wer dann? Die Beschwerden können durch Alkohol selbst ausgelöst sein, denn er wirkt gefäßerweiternd und kann so Symptome wie Gesichtsrötung, Hitzegefühl oder Kopfschmerz verursachen. In den letzten Jahren hat man aber eine andere Gruppe von Stoffen für die negativen Reaktionen identifiziert: die biogenen Amine. Sie sind natürliche Bestandteile vieler Nahrungsmittel und vor allem in gereiftem Käse, Bier, Fischkonserven, Salami und im Wein zu finden. Grundsätzlich stellen sie kein Gesundheitsrisiko dar, sofern sie nicht in zu hohen Mengen konsumiert werden, der natürliche Abbaumechanismus nicht gehemmt ist oder genetische Defekte vorliegen.

## Wie kommen die biogenen Amine in den Wein?

Biogene Amine im Wein entstehen vor allem während der Gärungen und der Lagerung. Auch Faktoren wie Reife und Gesundheitszustand des Leseguts sowie die Hygiene im Keller beeinflussen die Konzentration der Amine. So haben etwa Rotweine aus warmen

Regionen in der Regel mehr als Weißweine aus kühleren Gebieten. Obwohl Wein und andere alkoholische Getränke im Vergleich zu Käse, Salami oder Dosenthunfisch recht geringe Histaminmengen aufweisen, werden sie am häufigsten als Auslöser von Beschwerden genannt. Dafür gibt es Gründe: Die Histaminaufnahme aus Flüssigkeiten erfolgt viel rascher als aus fester Nahrung und Alkohol erhöht die Durchlässigkeit der Darmwand, sodass die biogenen Amine verstärkt in den Blutkreislauf gelangen können. Deshalb führt der gleichzei-

tige Konsum von Alkohol und histaminreichen Nahrungsmitteln besonders häufig zu Beschwerden.

## Meine Tipps für unbeschwertes Weingenuss

Wählen Sie den richtigen Wein. Trinken Sie in Maßen und nicht in Massen und trinken Sie niemals Alkohol auf leeren Magen. Essen Sie bevorzugt histaminarme Nahrungsmittel. Achten Sie darauf, dass Sie immer genügend Wasser zum Alkohol trinken, denn er dehydriert die Zellen. Zum Wohl!



Holger Klein,  
Dipl. Betriebswirt der  
Weinwirtschaft und  
Berater bei profitext.com



Privat und Selbstzahler  
Holzweg 2  
67098 Bad Dürkheim  
Terminvereinbarung:  
Tel. 06322 9668228  
info@schmerztherapie-arato.de

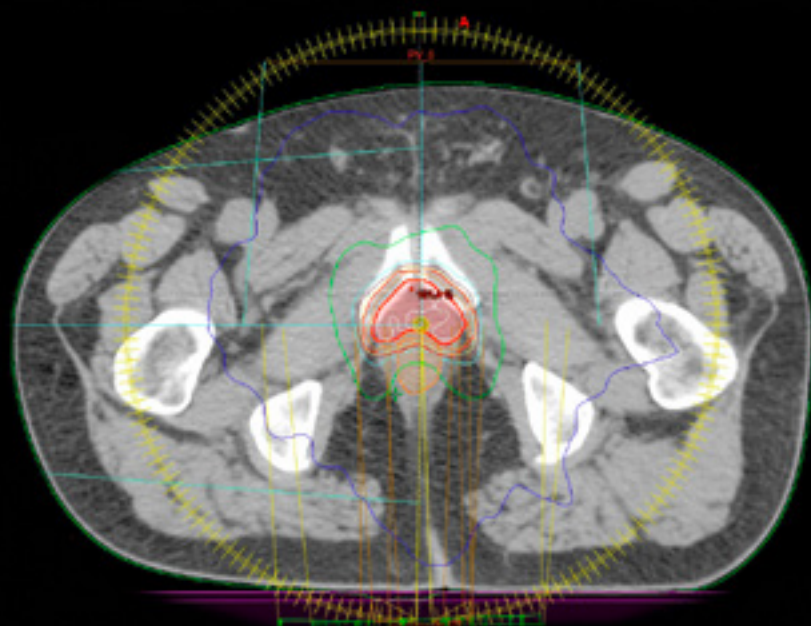
**Dr. med. Susanne Arato**  
**Praxis für allgemeine Schmerztherapie**

Bei • Rückenschmerzen,  
• Gelenkbeschwerden,  
• Kopf- und Gesichtsschmerzen,  
• Migräne,  
• Inkontinenz,  
• Nervenschmerzen,  
• „Stress“ Symptomen  
oder anderen Beschwerden



behandele ich Sie mit einer Kombination aus altbewährten und modernen Heilmethoden wie z.B. Nervenblockaden, Akupunktur, Biofeedback, Stosswellentherapie, Neuraltherapie, Infusionen uvm.  
Bitte informieren Sie sich!





Zielsicher – die bildgestützte Therapietechnik IGRT zeigt, wo der Rapid Arc-Beschleuniger ansetzen muss.

# EIN ECHTES MÄNNER- LEIDEN

Die Diagnose Prostatakrebs ist zunächst ein Schock für jeden Mann. Bei wem er aber früh genug erkannt wird, dem bleibt genügend Zeit, sich in Ruhe über Therapieoptionen zu informieren, die durchaus Heilung bringen können. Eine dieser Optionen ist eine neue Bestrahlungsmethode – die Rapid Arc-Technologie.

## Heilung durch Strahlung?

Ab dem 45. Lebensjahr wird Männern empfohlen, einmal jährlich zur Krebsvorsorge zu gehen. Dies hat vor allem einen Grund: die Früherkennung von bösartigen Gewächsen in der Prostata, auch Vorsteherdrüse genannt. Das ist deshalb so wichtig, weil diese Krebsform im Frühstadium noch gut heilbar ist. Wird bei einer Vorsorgeuntersuchung tatsächlich Prostatakrebs diagnostiziert, genügen bei wenig aggressiven Tumoren in der Regel vorerst regelmäßige Kontrolluntersuchungen. Ist eine Behandlung ratsam, bieten sich Betroffenen gleich mehrere Therapiemöglichkeiten an. Eine davon ist die moderne Strahlentherapie, eine in vielen Fällen gleichwertige Alternative zur Operation.

## Wie funktioniert die Strahlentherapie?

Mit Einführung der Rapid Arc-Technologie (englisch für „Schneller Bogen“) vor rund fünf Jahren bietet die Strahlentherapie eine Technik an, die Karzinome punktgenau bekämpfen kann. Das Bestrahlungsgerät, ein sogenannter Linearbeschleuniger, rotiert dabei während der Bestrahlung kontinuierlich um den Patienten und passt dabei je nach Einstrahlrichtung die Strahlenintensität und die Form des Bestrahlungsfeldes an. Wichtig für den Behandlungserfolg ist dabei eine tägliche Bestrahlung über einen Zeitraum von etwa sieben bis acht Wochen. Die einzelne Bestrahlung dauert rund 20 Minuten und ist in der Regel schmerzfrei. Eine weitere wichtige Innovation dieser Behandlungsmetho-

**Prostatakrebs ist im Frühstadium gut heilbar**

de ist die bildgestützte Therapietechnik IGRT (Image Guided Radio Therapy). Diese ermöglicht es dem Behandler, die Lage der zu bestrahlenden Region bei jeder Behandlung anhand einer Computertomographie

neu zu lokalisieren. Das ist ein großer Vorteil, denn ein Prostatakarzinom verändert unter anderem in Abhängigkeit von der Füllung von Blase und Darm Tag für Tag seine Position im Körper. Ist die aktuelle Lage mittels IGRT genau bestimmt, können die Strahlen das Karzinom aus allen Richtungen ins Visier nehmen. Diese Vorgehensweise zählt zu den aktuell modernsten strahlentherapeutischen Verfahren.

## So intensiv wie nötig, so schonend wie möglich

Gewebeschonung ist das Markenzeichen der Tumortherapie mit dem Rapid Arc-

Beschleuniger in Kombination mit der bildgestützten Strahlentherapie IGRT. Die Chance, die Krankheit ohne die gefürchteten Langzeitschäden wie Harn- oder Blaseninkontinenz und Impotenz zu überstehen, ist für Patienten, die nach dieser Methode bestrahlt werden, oftmals höher als nach einem operativen Eingriff oder einer herkömmlichen Strahlentherapie. Wissenschaftliche Studien haben zudem ergeben, dass dabei die Heilungschancen auf zehn Jahre betrachtet genauso gut sind wie nach einer Operation.

## STRAHLENTHERAPIE RHEIN/PFALZ



**Dres. Celebi, Hof, Oertel, Thilmann**

Strahlentherapie Rhein/Pfalz

Stiftstraße 15 · 67434 Neustadt · Tel.: 06321-928000  
service@strahlentherapie-neustadt.de

# MIT DEM RICHTIGEN RIECHER ZUR WELLNESS-SCHNUPPER-ZEIT

Gewinnen Sie einen Wellnessstag „Wellness-Schnupper-Zeit“ für 2 Personen im Gartenhotel Heusser in Bad Dürkheim – inklusive eines Mittag- oder Abendessens vom Buffet im hoteleigenen Restaurant.

Musik: wiederholen (da ...)	Straf-erlass	Stadt mit dem schiefen Turm	Europa-fußballer 2014 (Cristiano)	Art der Bartent-fernung	Holz-stäbchen-spiel	Schmier-vorrich-tung	Verstei-gerung	höchst begabter Mensch	eines der Mainz-el-män-chen	ein Zugvogel	männ-licher Artikel	Post-sen-dung
↙	↘	↘	japan. Zeichen-trickfilm	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Subtrak-tions-zei-chen	↙	↘	↘	dt. Farb-fernseh-system (Abk.)	Zug-maschine (Kw.)	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Nach-richten-dienst der USA	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
wirklich, tatsäch-lich	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
ostfriesi-scher Biödel-barde	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Schnitt-blume	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
Geliebte des Zeus	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
zutref-fend	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
pers. Fürwort (2. Person, 3. Fall)	↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘
↙	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘	↘

© RateFUX 2015-289-003

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



**Des Rätsels Lösung:** Nachdem Sie die Rätselnuss geknackt haben, dürfen Sie sich mit etwas Glück über eine wohltuende Belohnung vom Gartenhotel Heusser in Bad Dürkheim freuen. Das Wellnesshotel liegt inmitten einer großen asiatischen Gartenanlage mit viel Liebe zum Detail. Sie genießen einen erholsamen Day-Spa-Aufenthalt in der großzügigen Wellness-Oase mit Sauna- und Badelandschaft und werden bei einem Meersalz-Honig-Peeling und einer Aromaöl-Rückenmassage rundum verwöhnt. Zusätzlich erwarten Sie bei einem Mittag- oder Abendessen die kulinarischen Köstlichkeiten des Küchenchefs. Bon Appétit!

**Gartenhotel Heusser Bad Dürkheim** – Seebacher Straße 50-52, 67098 Bad Dürkheim, Telefon: 06322 930-0, info@hotel-heusser.de, www.hotel-heusser.de

**Und so können Sie gewinnen:** Einfach das Lösungswort unter Angabe Ihrer Postadresse an procura@profitext.com oder postalisch an profitext.com, Iggelheimer Straße 26, 67346 Speyer schicken und mit ein bisschen Glück gewinnen.



**Dr. Irene Giesen-Netzer**  
Life- und Business Coaching  
International Coaching

**KRISE - UMBRUCH - VERÄNDERUNG?**  
**Coaching hilft bei der Lösung:**  
**Den eigenen Weg finden....**

www.coaching-giesen-netzer.de · i.giesen-netzer@web.de  
Tel.: 06321 1876601 · Mobil: 0176 56847121  
Walter-Bruch-Str. 6 · 67434 Neustadt an der Weinstraße



# WIE MAN SICH BETTET

Jeder von uns verbringt im Durchschnitt etwa 23 Jahre seines Lebens schlafend im Bett. Das klingt zunächst nach viel Zeit, um sie einfach zu „verschlafen“, aber wir brauchen sie. Denn im Schlaf verarbeitet die Psyche die Geschehnisse des Tages und der Körper erholt sich von allem, was er geleistet hat – auch vom Sitzen und Stehen. So sollte es zumindest sein. Die Realität sieht jedoch oft anders aus. Denn viele kennen das: Sie wachen auf und fühlen sich wie gerädert, haben einen verspannten Nacken oder Rückenschmerzen. Der Grund dafür ist häufig ein falsches Schlafsystem. Doch wie findet man die richtige Matratze oder einen geeigneten Rost?

## Erholsam ist anders

Schmerzen – und häufig auch zu unruhigem Schlaf.“

Matratze und Rost haben beim Schlafen eine wichtige Aufgabe. Sie müssen den Körper an den richtigen Stellen stützen oder einsinken lassen – nur so kann der Körper wirklich ausruhen. „Optimalerweise ist die Form der Wirbelsäule im Liegen und im Stehen nahezu gleich“, erklärt Andreas Horsch, der sich

## Das Gefühl trägt

Wer eine geeignete Matratze oder einen passenden Rost für sich sucht, stößt meistens gleich auf mehrere Hindernisse. Der Irrglaube, hart schlafen ist immer gut, ist eines davon. „Das unterstellt im Grunde, dass jeder Körper die gleiche „starke“ Unterstützung benötigt und das ist schlichtweg falsch. Für Menschen mit breiten Schultern, die auf der Seite schlafen, ist beispielsweise eine gleichmäßig harte Unterlage nicht optimal. Sie müssten in diesem Bereich einsinken können, sonst kommt es zu einer Krümmung der Wirbelsäule“, erläutert Andreas Horsch. „Jeder Körper ist anders und benötigt ein auf ihn abgestimmtes Schlafsystem.“ Das zweite Hindernis ist das eigene Gefühl. Man gewöhnt sich nämlich an alles, auch an eine ungünstige Schlafposition. Deshalb ist Probeliegen beim

**Nur weil man schläft, ruht sich der Körper nicht automatisch aus**

als Verkäufer von Schlafsystemen seit vielen Jahren mit gesundem Schlaf auseinandersetzt. „Ist das nicht der Fall, wird Druck auf die Bandscheiben ausgeübt und die Muskulatur arbeitet, um die Fehlstellung so gut wie möglich auszugleichen. Das führt zu Verspannungen und



Mit dem Wirbelscanner® kann direkt beim Matratzen- und Lattenrostkauf geprüft werden, wie das Schlafsystem den Körper stützt.



Andreas Horsch, Geschäftsführer von Raumkonzept Horsch in Haßloch

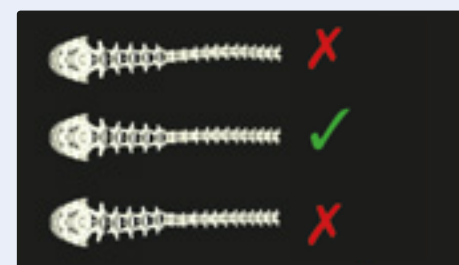
„Das richtige Bett ist extrem wichtig für gesundes Liegen und erholsamen Schlaf. Deshalb dauert eine ausführliche Beratung bei uns eineinhalb bis zwei Stunden. Mit dem Wirbelscanner® können wir Kunden dabei herstellerunabhängig und strahlungsfrei zeigen, welches Schlafsystem sie am besten stützt.“

Betten- bzw. Matratzenkauf bisweilen ein schlechter Ratgeber. Aber wenn man sich sogar selbst nicht richtig trauen kann, was dann?

## Erfahrung und Technik

„Es gibt vier wesentliche Faktoren, um ein geeignetes Schlafsystem zu finden“, erläutert Andreas Horsch. „Die Schlafgewohnheiten und das Körpergewicht – dieses Wissen bringt der Kunde selbst mit. Die Körperform, die viel über die Gewichtsverteilung aussagt – diese sollte ein erfahrener Verkäufer erkennen. Und das Schwierigste: die Wirbelsäulenform. Dabei hilft uns jetzt eine neue Technologie: der Wirbelscanner®.“ Mit diesem Gerät, dessen Ursprung in der Orthopädie liegt, kann herstellerunabhängig

hängig und ohne Strahlung präzise die Position und Form der Wirbelsäule direkt im Geschäft erfasst und auf einem Bildschirm sichtbar gemacht werden. So kann der Verkäufer genau ermitteln, welches Schlafsystem den Körper eines Kunden optimal stützt.



Und der Vorteil für den Kunden: Er kann vor seiner Kaufentscheidung selbst sehen, wie Matratze oder Rost auf seine Wirbelsäule im Liegen einwirken – quasi als Beweis für eine gesunde Schlafhaltung.



# ÜBERREAKTION

Die Sonne strahlt über blühende Wiesen und die Temperaturen laden endlich wieder zu einem Ausflug ins Grüne ein. Eigentlich sollte sich jetzt jeder an den warmen Sommertagen erfreuen können – doch für Menschen mit Pollenallergie gehört der Sommer neben dem Frühling oft zur schlimmsten Zeit des Jahres. Doch es gibt Wege, um gegen eine Pollenallergie vorzugehen.

## Zu viel Abwehrverhalten

Etwa 20 Prozent der deutschen Bevölkerung leiden unter einer Pollenallergie. Juckende Augen, triefende oder verstopfte Nasen und Niesreiz sind neben Schlafstörungen und Kopfschmerzen nur einige der lästigen Symptome. Auslöser für die Allergie sind hierzulande in den meisten Fällen Baum- und Gräserpollen. Menschen mit einer Pollenallergie reagieren überempfindlich auf die Pollen und bilden gegen die eigentlich harmlosen Stoffe Antikörper. Beim Zusammentreffen der Pollen und diesen Abwehrstoffen kommt es dann zur Reizung der Schleimhäute und den typischen Symptomen

**20 Prozent der Deutschen leiden an Pollenallergie**

wie Jucken, Tränen oder Anschwellen. Wie kann sich ein Allergiker nun vor dieser Überreaktion schützen?

## Symptome oder Ursache bekämpfen

Bei der Abwehrreaktion des Körpers auf die Allergene wird unter anderem Histamin freigesetzt, das das Gewebe reizt und die störenden Symptome hervorruft. Daher empfehlen zahlreiche Ärzte die Behandlung mit Antihis-

taminika. Sie werden in Form von Nasensprays, Tabletten oder Salben verabreicht und verhindern oder schwächen die Reizung des Gewebes. Auch das Verabreichen von Dinatrium cromoglycium kann helfen. Der Stoff wirkt vorbeugend und hemmt die Freisetzung von Histamin – daher muss er schon vor den ersten Symptomen eingenommen werden. Als höchst effizient angesehen wird auch die spezifische Immuntherapie, im Volksmund auch Desensibilisierung genannt. Der Betroffene bekommt hierbei nach und nach mehr Pollenallergene unter die Haut injiziert, wodurch sich der Körper sozusagen an die Pollen gewöhnt. Der Vorteil hierbei: Die Ursache, nicht die Symptome werden bekämpft.

## Schutzgitter gegen Pollen

Neben diesen Behandlungsmöglichkeiten gibt es weitere Maßnahmen, die Betroffenen das Leben erheblich erleichtern können. Prinzipiell sollten sie sämtliche Allergene so gut es geht vermeiden. Hilfreich dabei sind häufiges

Duschen und Haarewaschen und spezielle Pollenschutzgitter an den Fenstern. Diese besonderen Schutzgitter stellen durch ihre Struktur für Pollenkörner eine nahezu unüberwindliche Hürde dar und verhindern damit ihr Eindringen. Das macht das eigene Heim zur pollenfreien Zone.



# SONFLIE

FACHBETRIEB FÜR SONNENSCHUTZ & FLIEGENGITTER

## WIR SIND FLIEGENGITTER

Klosterstraße 42b · 67472 Esthal  
Tel. 06325-9594696  
[www.sonflie.de](http://www.sonflie.de) · [info@sonflie.de](mailto:info@sonflie.de)



Besser leben  
...ohne Pollen

mit Pollenschutzgittern  
von Neher







Ausgeschlafen – mit Lidstraffung gegen einen müden Gesichtsausdruck.

Viele kennen das: Man war früh im Bett, hatte eine erholsame Nacht – und trotzdem fragt einen jeder, ob man zu wenig geschlafen hätte. Wieso nur? Grund dafür ist oft ein schläfriger Gesichtsausdruck, an dem schlaffe und geschwollene Augenlider schuld sein können. Manchmal reichen dann schon einfache Hausmittel wie Gurken und Grüner Tee oder spezielle Übungen für die Augen und Augenlider, um wieder einen wachen Blick zu bekommen – doch in manchen Fällen ist das nicht genug.

### Ein leidvoller Blick

Ursachen für schlaffe Lider oder Schlupflider gibt es viele: Allergien, Veranlagung, verlagertes Fett aus den Augenhöhlen oder dünne Haut – um nur einige zu nennen. Unabhängig davon aber, woher sie stammen, stellen sie für die Betroffenen meist eine Belastung dar – egal ob Frau oder Mann, jung oder alt. Betroffene fühlen sich mit-

unter unwohl in ihrer Haut und das Selbstwertgefühl leidet. Aber was tun, wenn Hausmittel, Gesichtsmasken und eine gesunde Lebensführung keine wirkliche Veränderung bringen? Eine Möglichkeit sind chirurgische Maßnahmen.

### 15 Jahre straff

Die Korrektur der Lider zählt innerhalb der ästhetischen Gesichtschir-

## DAS SCHLAFLID

urgie zu den am häufigsten durchgeführten operativen Eingriffen. Und zwar nicht nur bei Frauen: Auch Männer achten zunehmend mehr auf ihr Äußeres, wodurch die Anzahl der Männer unter den Patienten für Lidstraffungen ansteigt. Was Betroffene, die den Eingriff in Anspruch

nehmen, besonders angenehm finden, ist der Langzeiteffekt der Korrektur von durchschnittlich 15 Jahren. Das Ausmaß der erforderlichen operativen Korrektur kann sehr unterschiedlich sein und hängt vom Einzelnen und der individuellen Problematik ab. Schlupflider werden in der Regel mithilfe einer Oberlidstraffung beseitigt. Bei eingesunkenen Unterlidern hilft meistens eine Unterlidstraffung. Und in einigen Fällen wird die Lidstraffung sogar mit einer Anhebung der Augenbrauen kombiniert, um einen noch offeneren Blick und große, wache Augen zu erhalten. Das zentrale Ziel jeder Maßnahme bleibt aber immer das gleiche: dem Gesicht einen jüngeren und harmonischeren Ausdruck zu verleihen und dabei die natürliche Ausstrahlung der Person nicht zu verändern.

**Auch bei relativ jungen Menschen treten schlaffe und geschwollene Augenlider auf**

Fachärzte überschüssiges Hautgewebe und straffen die Lider. Die Wundränder werden im Anschluss mikrofein geschlossen. Damit der Eingriff so wenig Spuren wie möglich hinterlässt, wird zudem darauf geachtet, dass die geschlossenen Wundränder möglichst in bereits bestehenden Hautfalten liegen. Im Allgemeinen erfolgt die Lidstraffung in einem kurzen Dämmer Schlaf und die behandelte Person kann bereits nach einer kurzen Ruhephase in der Klinik oder Praxis von einer Begleitperson abgeholt werden. Wichtig ist: Der Eingriff sollte möglichst von erfahrenen Fachärzten für ästhetische und plastische Chirurgie durchgeführt werden, dann ist er in der Regel sehr risikoarm.

### Weniger Haut, straffere Lider

Bei der Lidstraffung entfernen die behandelnden

## NATÜRLICH SCHÖN und SCHÖNHEITSCHIRURGIE

eine perfekte Symbiose

**Augen- und Facelift u.v.m.**

**Faltenbehandlung**

**Medical Wellness**

**Brust verkleinerung**

**Brust vergrößerung**

**Implantologie**

**Zahnästhetik**

**Body Contouring**

Erfahren, sicher und zuverlässig – mit Facharztbetreuung seit mehr als 20 Jahren.

Erstberatung kostenfrei!

**Privatklinik Vitalitas**  
 Walter-Engelmann-Platz 1  
 67434 Neustadt  
 Tel. +49 6321-9 29 75 42  
 info@privatklinik-vitalitas.de  
[www.privatklinik-vitalitas.de](http://www.privatklinik-vitalitas.de)

# VIELEN DANK!

**WIRTSCHAFTSENTWICKLUNGS-GESELLSCHAFT  
Neustadt an der Weinstraße mbH**

Tel. 0 63 21 - 89 00 920  
www.neustadt.eu



Der Gesundheitstag im Saalbau am 30. Mai war mit zirka 5.000 Besuchern ein voller Erfolg. Deshalb möchte das Team der Wirtschaftsentwicklungsgesellschaft Neustadt mbH (WEG) auf diesem Weg allen danken, die mitgeholfen haben, diese wichtige Veranstaltung so erfolgreich zu gestalten. Besonderer Dank gilt hier den Sponsoren, ohne die dieses außergewöhnliche und interessante Programm nicht möglich gewesen wäre. Die Hundestaffel und der Blutspendebus des Deutschen Roten Kreuzes sowie

die Willkomm-Apotheken mit dem Aromabus haben den Gesundheitstag als besonderer Blickfang vor

**65 Informationsstände, 28 Fachvorträge, ca. 5.000 Besucher**

dem Saalbau bereichert. Im Innenbereich dominierte das Herzmodell, welches von den Ärzten vom Krankenhaus Hetzelstift fachkundig betreut wurde. „Selbstverständlich wäre aber die

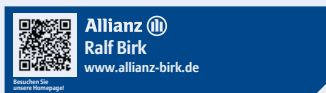
schönste Veranstaltung nichts ohne entsprechende Resonanz. Daher möchten wir uns an dieser Stelle auch noch einmal herzlich für das rege Besucherinteresse bedanken“, so Anna-Lena Schatten von der WEG. Mit ihrem sehr guten Feedback zu den Fachvorträgen und Gesundheitstests haben die Besucher gezeigt, dass die Bevölkerung von Neustadt Angebote dieser Art zu schätzen weiß und die Bedeutung von Gesundheitsleistungen zur Sicherung der Lebensqualität für Alt und Jung wahrnimmt.

## Nächster Gesundheitstag 2017

Die Gesundheitswirtschaft ist immens wichtig für Neustadt als Wohnstandort und gewinnt durch die zunehmend älter werdende Bevölkerung sogar noch an Bedeutung. Gleichzeitig spielt die Gesundheitswirtschaft auch eine sehr große Rolle für Neustadt als Unternehmensstandort, indem sie seine Attraktivität für Arbeitnehmer und dadurch auch für Arbeitgeber und Unternehmen steigert. Aus diesem Anlass wird der

Gesundheitstag als Leistungsschau der Neustadter Gesundheitswirtschaft auch 2017 wieder stattfinden und den Bürgern ermöglichen, mehr über das ihnen zur Verfügung stehende Spektrum an Gesundheitsleistungen zu erfahren. Und das nicht nur in der Theorie durch Vorträge und Anschauungsmaterial, sondern wie in diesem Jahr auch in der Praxis: etwa bei Sehtests, Hörtests oder Ultraschalluntersuchungen. Ganz nach dem Motto: Gesundheit verstehen, Gesundheit erfahren.

### DANKE FÜR DIE UNTERSTÜTZUNG:





# ATEMLOS DURCH DIE NACHT

Jeder Mensch braucht ausreichend und vor allem guten Schlaf für seine Gesundheit. Dass das keine Selbstverständlichkeit ist, zeigen etwa 88 international anerkannte Erkrankungen, die mit ungesundem Schlaf zusammenhängen. Zu den häufigsten darunter zählen schlafbezogene Atemstörungen, zu welchen auch das weitverbreitete Schnarchen gehört. Etwa 60 Prozent aller Männer und 40 Prozent aller Frauen ab dem 50. Lebensjahr sind davon betroffen.

## Mangelscheinungen

„Beim Schnarchen handelt es sich um Ein- und Ausatemgeräusche, die durch die Vibration des Gaumensegels, der Rachenwände oder des Zungengrundes entstehen. Ausgelöst wird diese Vibration häufig durch die Einengung der oberen Luftwege und den Spannungsverlust der Muskulatur“,



Zahnärztin  
Gabriele Lotze

„In der Regel beteiligen sich die gesetzlichen und privaten Krankenkassen an den Kosten einer zahnärztlichen Schlaftherapie. Eine vorherige Abklärung sollte dennoch erfolgen.“

erklärt ZÄ Gabriele Lotze von der Zahnarztpraxis Lotze. Meistens ist Schnarchen ein zwischenmenschliches Problem, bei dem vor allem der Schlafpartner unter der nächtlichen Geräuschkulisse leidet. Aber auch der Schnarchende selbst kann unter der Atemstörung leiden, wenn es in der Folge durch die entspannte Zunge und die Länge des Gaumensegels zu einer starken Verengung oder zeitweilig sogar zu einem völligen Verschluss der Atemwege kommt. Dann spricht man von einer sogenannten Schlafapnoe. Das Problem dabei: Betroffene erreichen oft nicht die so wichtige Tiefschlafphase, weil sie aufgrund der Sauerstoffknappheit mehrmals pro Nacht aufwachen. Kopfschmerzen und Tagesmüdigkeit sind nicht selten das Resultat. Aber Schlafstörungen können noch weitreichendere Folgen haben: zum Beispiel Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Schlaganfälle, Reflux, Potenzstörungen und nächtliches Wasserlassen. Diese Beschwerden werden oft nicht mit Schlafstörungen



Zum Einschlafen – mit einer intraoralen Schiene kann die Nacht kommen.

**Herausnehmbare „Zahnspangen“ können gegen Schnarchen helfen**

in Verbindung gebracht.

## Diagnose im Schlaf

Wichtig für die Einschätzung von Schlafstörungen ist eine umfassende Diagnostik der Schlafproblematik, welche drei wesentliche Elemente umfasst: eine Anamnese mit Fragebögen, eine Screening-Untersuchung, bei der der Betroffene zu Hause seinen Schlafverlauf aufzeichnet, und eine Untersuchung im Schlaflabor. Aufbauend auf den Ergebnissen dieser

Diagnostik werden die schlafbezogenen Störungen, beispielsweise die Atemstörungen, dann entsprechend behandelt.

## Die richtige Schiene

„Die meisten Patienten, die ein „harmloses“ Schnarchen aufweisen und auch Menschen mit leichteren Formen der Schlafapnoe können mit intraoralen Geräten zum Herausnehmen wie „nächtlichen Zahnspangen“ erfolgreich behandelt werden“, so ZÄ Lotze. „Diese 2-Schienen-Systeme verlagern den Unterkiefer nachts leicht nach vorne und sorgen so für einen erweiterten Luftweg und eine verbesserte Sauerstoffzufuhr. Zudem kommt es zu einer „Straffung“ der Muskulatur, sodass die Vibrationsmöglichkeit

der Weichteile, die für das Schnarchen verantwortlich sind, stark eingeschränkt wird.“ Angefertigt werden diese intraoralen Schienen von schlafmedizinisch spezialisierten Zahnärzten in enger Zusammenarbeit mit Schlafmedizinern, HNO- oder Lungenfachärzten. „Wichtig bei dieser symptomatischen Therapie ist, dass sie nur solange wirkt, wie die Geräte getragen werden“, erläutert ZÄ Lotze. „Außerdem sollte die Schiene regelmäßig von einem Zahnarzt kontrolliert werden, um sie gegebenenfalls anzupassen.“

# DIE NEUE SEITE DER MEDIZIN

Neue Verfahren, Entwicklungen und Wege – was es Neues auf dem Gebiet der Gesundheit gibt und was die Zukunft bringen könnte.

## Kardiologie unplugged

Allgemein kann man sagen, dass die Entwicklung in der Medizin hin zu mehr Komfort für die Patienten geht. Ein Beispiel dafür sind neue, einfache Herzschrittmacher, die nur so groß sind wie eine Ein-Euro-Münze. Anders als „herkömmliche“ Schrittmacher werden diese direkt ins Herz implantiert und kommen ganz ohne Draht aus. Allerdings sind ihre Einsatzmöglichkeiten bislang noch sehr begrenzt.

## Das kranke Ich

Der Mensch ist ein Individuum – auch was Krankheit betrifft. Da die Medizin das erkannt hat, setzt sie in Zukunft verstärkt auf die Gendiagnostik. Damit werden nicht nur einzelne Krankheitserreger im Patienten auf ihre genaue Beschaffenheit und Resistenzen untersucht werden können, sondern auch der Patient selbst auf genetisch bedingte Unverträglichkeiten gegenüber Wirkstoffen. Auf diese Weise werden Mediziner gezielt jene Medikamente finden können, die zu den molekularen Abläufen eines Patienten am besten passen und den Krankheitserreger am wirkungsvollsten angehen.

## Intelligente Pillen

Wer hat sich bei der Einnahme von Medikamenten nicht schon gefragt, ob die Dosierung der Wirkstoffe angemessen ist. Mittlerweile gibt es erste Erfahrungen mit Pillen, die von sich aus die Wirkstoffmenge im Körper des Patienten messen und die gewonnenen Daten nach außen an elektronische Empfänger weiterleiten. Durch diese Informationen können Ärzte dann die Wirkstoffdosis besser auf den jeweiligen Patienten abstimmen. Zukünftige Weiterentwicklungen der intelligenten Pillen sollen die Wirkstoffmenge sogar selbstständig anpassen können.

## Drei Möglichkeiten uns kennenzulernen.

**Zeit, zu feiern.** Sommerfest mit Tag der offenen Tür. 28. Juni 2015 von 11–17 Uhr.

- Hausführungen, Musik, kulinarische Überraschungen und ein Kunsthandwerkermarkt warten auf Sie.

**Zeit, für neue Möglichkeiten.** Infoveranstaltung zum Bau des GDA Quartiers. 6. Juli 2015 um 15 Uhr.

- 2016 öffnet das GDA Quartier, in dem Sie eigenständig in Ihrem Haus leben können.
- Um Voranmeldung wird gebeten.

**Zeit, sich zu informieren.** Infoveranstaltung: Wann ist der richtige Zeitpunkt, in ein Wohnstift zu ziehen? 29. Juli 2015 um 14.30 Uhr.

- Experten beantworten Ihre Fragen rund um den Umzug in unser Wohnstift.
- Um Voranmeldung wird gebeten.

**GDA Wohnstift Neustadt/Weinstraße**  
Haardter Straße 6 · 67433 Neustadt/Weinstraße  
Telefon 06321 37-2800 · [www.gda.de](http://www.gda.de)

 DER PARITÄTISCHE  
UNSER SPITZENVERBAND

 **GDA**  
Raum für Persönlichkeit



## DIE AKTUELLEN IMMOBILIENANGEBOTE

präsentiert von **CENTURY 21** Immobilienservice Weinstrasse



Ralph Brunner



IMMOBILIENSERVICE WEINSTRASSE

Turmstr. 2 | am Kartoffelmarkt | 67433 Neustadt  
Tel.: 06321 9 56 03 0 | Fax: 06321 9 56 03 99  
[immoservice@century21.de](mailto:immoservice@century21.de)  
[www.immoservice.century21.de](http://www.immoservice.century21.de)



### AUSNAHMEHAUS – ÖKOLOGISCH, CO<sup>2</sup>-EMMISSIONSFREI

Standort: **67468 Frankeneck**  
Baujahr: **2000** | Wohnfläche: **196 m<sup>2</sup>**  
Zimmeranzahl: **7**  
Kaufpreis: **379.900 €**

zzgl. 3,57 % Courtage inkl. 19% MWST

Verbrauchsausweis | 10,60 kWh/(m<sup>2</sup>·a) | Erdwärme | Gültig bis: 29.01.2025 | Effizienzklasse A+ | BJ 2000



### ZWEIFAMILIENHAUS MIT BLICK ZUM HAMBACHER SCHLOSS

Standort: **67487 Maikammer**  
Baujahr: **1986** | Wohnfläche: **230 m<sup>2</sup>**  
Zimmeranzahl: **10**  
Kaufpreis: **465.000 €**

zzgl. 3,57 % Courtage inkl. 19% MWST

Verbrauchsausweis | 124,40 kWh/(m<sup>2</sup>·a) | Öl | En.verb. WW enth. | Gültig bis 23.02.2018 | BJ 1986



### Gutschein für eine kostenlose Immobilieneinwertung.

Für den erfolgreichen Verkauf Ihrer Immobilie ist die korrekte Preisgestaltung besonders wichtig. CENTURY 21 ist seit über 40 Jahren Ihr zuverlässiger Partner für die Ermittlung aktueller Marktwerte und die erfolgreiche Vermittlung Ihrer Immobilie.

Mit diesem Gutschein erhalten Sie eine kostenlose Marktwertanalyse Ihrer Immobilie von CENTURY 21 Immobilienservice Weinstrasse.

Senden Sie uns den ausgefüllten Gutschein per Post an CENTURY 21, Turmstr. 2, 67422 Neustadt oder noch besser: Geben Sie diesen persönlich in unserem Immobilien-Shop ab. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Name, Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Mobiltelefon

Email





Nicht ungefährlich – Treppen ohne Handlauf

# HALT!

## Im öffentlichen Bereich

Die meisten Gebäude mit Treppen verfügen über Handläufe. Liegen sie in öffentlich zugänglichen Bereichen sind sie sogar durch Verordnungen wie die Landesbauordnungen vorgeschrieben – oft sogar auf beiden Seiten der Treppe. Form und Material sind dabei variabel, aber es gibt Einschränkungen. So sollten Handläufe idealerweise einen Kontrast zum Hintergrund bilden, damit sie gesehen werden und spürbar sind. Sie sollten au-

ßerdem fest und griffsicher sein und vor Fenster und Maueröffnungen verlaufen sowie ein Stück über die erste und letzte Stufe führen. Nur so können sie wirklich für Sicherheit sorgen. Auch viele Endverzierungen wie Knaufe an Treppenhandläufen haben einen Grund jenseits der Optik – sie signalisieren das Ende bzw. den Anfang des „Gefahrenbereichs“.

## Zu Hause

Im Wohnungsbau haben Handläufe ebenso ihren fes-

ten Platz – auch wenn Regularien hier eine geringere Rolle spielen. In Haushalten mit kranken, behinderten oder gebrechlichen Personen gewährleisten sie vor allem eines – mehr Freiheit. Sie können dazu beitragen, körperliche Beeinträchtigungen auszugleichen und geben den Betroffenen so ein Stück Unabhängigkeit und Lebensqualität zurück. Außerdem sind sie das Mittel gegen einen der häufigsten Unfälle im Haushalt überhaupt – den Treppensturz.

Fast automatisch greifen die meisten beim Treppensteigen nach ihnen, kaum jemand nimmt sie im Alltag noch bewusst wahr – und das obwohl sie nicht nur in Krankenhäusern und Altenheimen ungemein wichtig für Gesundheit und Unfallprävention sind, sondern auch daheim – die Handläufe.

# Handläufe für jeden Gebrauch

## Unsere Handläufe:

- Geniales Baukastensystem
- Optimale Funktion und Optik an jeder Treppe
- Preiswert durch patentierte Technik
- Akzente setzen mit attraktiven und edlen Materialien
- Robust und pflegeleicht
- Norm- und bedürfnisgerecht
- Handläufe mit Laminat – in vielen Farben und Dekoren
- Viele Materialien zur Auswahl
- Individuelle Lösungen
- Ideal für die Nachrüstung



Ob gesund oder beeinträchtigt, ob Kind oder Mutter, ob alt oder jung: **der Mensch ist unser Maßstab.**



**Durchlaufend an allen Treppen!**



Aktuelle **DESIGN-IDEEN** mit Flexo Handläufen



# BRANCHEN- VERZEICHNIS

Gesundheitsexperten in Neustadt/Wstr. und Haßloch:

**Zahnarztpraxis Lotze**  
Zentrum für Funktionsdiagnostik & -therapie  
Hauptstr. 99  
67433 Neustadt

Tel.: 06321/30350  
Fax: 06321/32588

info@zahnarzt-lotze.de  
www.zahnarzt-lotze.de

Sprechzeiten nach Vereinbarung:  
Mo. und Do. 8.00 – 16.00 Uhr, Di. und Mi. 11.00 – 19.00 Uhr, Fr. 8.00 – 12.00 Uhr



**Raumkonzept Horsch e.K.**  
Werkstr. 4-6  
Industriegebiet Süd  
67454 Haßloch

Tel.: 06324/810797  
Fax: 06324/810798

info@horsch24.de  
www.horsch24.de

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 9.00 – 18.00 Uhr, Sa. 10.00 – 16.00 Uhr  
Bitte vereinbaren Sie einen Termin für die Beratung mit Wirbelscanner®



**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

**Jetzt anmelden!**  
Alle Infos erhalten Sie unter:  
www.jetzt.aok-fit.de  
Kurs-Hotline 0621 953030-25

**Aktive Erholung!**  
Das aktuelle AOK-Gesundheitsprogramm

Der optimale Einstieg zu Ihren persönlichen Fitnesszielen: In unserem vielfältigen Gesundheitsprogramm finden auch Sie genau den passenden Kurs – ob Fitness, Kochen oder Relaxen!

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse

**Wirtschafts-  
entwicklungsgesellschaft**  
Neustadt mbH (WEG)  
Badstubengasse 8

Postadresse:  
Marktplatz 1  
67433 Neustadt

Tel.: 06321/890092-0  
Fax: 06321/89009299

www.weg-nw.de



## IMPRESSUM

**Herausgeber**  
profitext.com GmbH  
Ulrich Zehfuß  
Iggelheimer Str. 26  
67346 Speyer  
Tel.: 06232/1001110  
procura@profitext.com

**Redaktion**  
Micha L. Harris, Natalie Lumma

**Fotos**  
Privat, fotolia

**Anzeigen und Verlag**  
DIE RHEINPFALZ  
Peter Bouché (verantwortlich)  
Beate Voss  
Tel.: 06321/890323

**Auflage**  
21.750 Exemplare

**Verbreitung**  
Die PROCURA wird der Tageszeitung DIE RHEINPFALZ beigelegt, Ausgabe Mittelhaardter Rundschau (u. a. Neustadt, Haßloch, Deidesheim, Maikammer, Lambrecht).

**Nächster  
Erscheinungstermin**  
Oktober 2015

**Satz und Layout**  
pixelcouch.com

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



# Naturheilkundliches Verfahren ohne Nebenwirkungen

## Die Kochsalz-Therapie lindert Schmerzen

Chronische Schmerzen machen das Leben für viele Menschen unerträglich. Häufig helfen Standard-Therapien wie Schmerzmittel, Fango, Massage oder Krafttraining nicht. In vielen Fällen werden Operationen als letzter Ausweg vorgeschlagen – oft ohne zwingende Indikation.

Eine Alternative zu den klassischen Behandlungsmethoden ist die Kochsalz-Therapie. Die Therapie, die seit 1983 erfolgreich angewendet wird, arbeitet mit Injektionen von Kochsalz-Lösung an die betroffenen

Nerven, zum Beispiel im Bereich der Lendenwirbelsäule. Das Kochsalz, ein bewährtes traditionsreiches Heilmittel, lässt die Entzündungen an den überreizten Nerven abklingen. Die zugeführten Elektrolyte beschleunigen die Regeneration des Nervs und der ihn umgebenden Versorgungsgebiete. Die Durchblutung kommt auf diese Weise wieder besser in Gang. Die Beschwerden lassen nach.

Besonders bewährt hat sich die Therapie bei Problemen rund um die Wirbelsäule, zum Beispiel bei chronischen Rückenschmerzen, aber auch bei Wirbelsäulenschäden im Nackenbereich, die sich häufig durch Spannungskopfschmerzen oder Migräne zeigen. Bei Bandscheibenvorwölbungen und Bandscheibenvorfällen ist sie ebenfalls sehr erfolgreich. Auch bei Tinnitus führt das naturheilkundliche Verfahren zu einer Verbesserung der Situation.

Die Kochsalz-Injektionstherapie gehört zu den naturheilkundlichen Behandlungsmethoden. Die eingesetzte 0,9-prozentige isotonische Kochsalzlösung ist körpereigenen Flüssigkeiten sehr ähnlich und kann deshalb Organen auf keinen Fall schaden oder den Stoffwechsel stören. Auch allergische Reaktionen sind ausgeschlossen.



Dr. med. Benny Widjaja-Cramer praktiziert die Kochsalz-Therapie seit 1993.

### Zur Person

Dr. med. Benny Widjaja-Cramer schloss sein Medizinstudium mit Promotion in Köln ab. Am Klinikum der Universität Heidelberg absolvierte er seine Ausbildung zum Facharzt für Pharmakologie. Seit 1993 widmet er sich der Kochsalz-Therapie. Ende 1998 eröffnete er eine eigene Praxis in Neustadt an der Weinstraße.



### Weitere Informationen

Privatpraxis  
Dr. med. Benny Widjaja-Cramer  
Landauer Straße 43  
67434 Neustadt an der Weinstraße  
Tel.: 06321 481816  
Fax: 06321 481817  
E-Mail: widjaja-cramer@t-online.de  
www.schmerzfrei-durch-kochsalz.de



Der Schmerztherapeut hat zu dem Naturheilverfahren das Buch „Die Kochsalz-Therapie“ verfasst.

Es ist im Buchhandel bereits vergriffen. Bei Interesse kann man das Buch jedoch über die Praxis erhalten.

# E-Bike Tage

Experten Beratung • Probe fahren • Eintausch-Aktion • Extra-Angebote

Der optimale Begleiter für die nächste Tour!



**BULLS GREEN MOVER "Lacuba" E-Bike 28"**  
250W Brose Mittelmotor, 36V/17Ah/615Wh Akku, Shimano Nexus 8-Gang Nabenschaltung mit Freilauf, Magura HS11 hydraulische Bremsen, Schwalbe Citizen Bereifung, LED-Lichtanlage mit Standlichtfunktion, Alu i-Rack Systemgepäckträger

€ 2699\*

**2499**  
z.B. -150 Euro für Ihr Altes: **2349.-**



**HERCULES "Edison" Elektro-Bike 28"**  
Shimano STePS Mittelmotor, 11,6Ah/418Wh Akku, Suntour Lockout-Federgabel, Shimano 8-Gang Nabe m. Freilauf, hydr. Felgenbremsen

€ 2199\*

**1999**



Trekking E-Bike im coolen Urban-Look!

**SCOTT "E-Sub Speed" Trekking E-Bike 28"**  
250W Mittelmotor, 11,6Ah/418Wh Akku, Shimano Alfine Di2 8-Gang Freilaufnabe, Shimano hydr. Scheibenbremsen, B&M Integrated Beleuchtung

NUR €

**2699**



**PEGASUS "Premio E8 R" Elektro-Bike 28"**  
Bosch Active Line Mittelmotor, 11,6Ah/400Wh Akku, Suntour Lockout-Federgabel, Shimano 8-Gang Nabe m. Rücktritt, hydr. Felgenbremsen

€ 2599\*

**2399**



**BULLS GREEN MOVER "Lavida Plus" E-Bike 28"**  
Alber Hinterradnaben-Motor, 17Ah/615Wh Akku, Suntour LO-Federgabel, Shimano Deore XT 30-Gg, hydr. Scheibenbremsen

€ 2999\*

**2799**

# ALT gegen NEU!



Wir zahlen bis zu 150 Euro

für Ihr altes, fahrtüchtiges Rad beim Kauf eines neuen E-Bikes

Jederzeit

für Sie erreichbar:  
www.fahrrad-trimpe.de



Adolf-Kolping-Str. 126 • Öffnungszeiten:  
Mo – Fr. 9.00 – 19.00 Uhr, Sa 9.00 – 18.00 Uhr

\*Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Irrtümer vorbehalten. Keine Haftung für Druckfehler.



# Guten Morgen, liebe Pfälzer

Heute schlecht geschlafen? – Das muss nicht sein!

Klimatisierte  
Ausstellung

- Wasserbetten
- Matratzen
- Lattenroste
- Betten
- Boxspring
- Schlafsysteme



Spüren Sie morgens Ihr Kreuz? Dann liegt das mit großer Wahrscheinlichkeit an Ihrem Bett.

Im Schnitt haben Sie rund 30.000 Stunden auf ihm gelegen.

Das sind mehr als drei Jahre!

Damit unsere Beratung besser, genauer und individueller auf Sie abgestimmt werden kann, arbeiten wir mit dem Wirbelscanner®.

#### Was ist der Wirbelscanner®?

Der Wirbelscanner® ist ein Gerät, das es uns ermöglicht ihre Wirbelsäule im Stehen und Liegen strahlungsfrei zu scannen. Durch den Scan erkennen wir genau, ob Ihre Schulter, die Lendenwirbelsäule und das Becken optimal

gestützt werden und **beweisen Ihnen herstellerunabhängig welches Schlafsystem optimal zu Ihnen passt.**

Für die Beratung planen Sie bitte 1 - 1,5 Stunden ein. Um ausschließlich für Sie Zeit zu haben bitten wir Sie einen Termin zu vereinbaren.

**06324 / 810797**

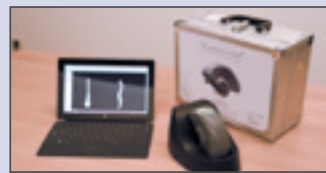


## Betten-Check

### Ihr Bett zu Hause überprüfen

Unser Fachberater mit mobilen Wirbelscanner® überprüft Ihr Bett bei Ihnen vor Ort und stellt, soweit möglich, das vorhandene Bett und den Lattenrost richtig ein.

Er erklärt Ihnen genau mit herstellereutralen, objektiven



Bildern worauf Sie achten können und wie ggf. Ihr Schlafsystem optimiert werden kann.



Wert € 79,-

Verrechnung bei Kauf möglich.

Kostenlos für Horsch-Kunden.



Mit RHEINPFALZ-CARD  
3% Rabatt

AGR  
Active Gestunder Rücken e.V.  
zertifiziertes Fachgeschäft

## Das einzige Gel-Boxspring – für bestes Liegen



Made in Norway

Wirbelscanner®  
getestet



Guten Morgen™

Zum Vermeiden von Wartezeiten bitten wir um Terminabsprache  
**06324/810797**

Tel.: 06324 / 810797  
Mo.-Fr.: 9.00-18.00  
Sa. 10.00-16.00

Werkstraße 4-6  
Haßloch  
Industriegebiet Süd

raumkonzept  
**horsch**  
hassloch