

Weil Gesundheit das Wichtigste ist

Das Vorsorge- programm von *medo*

Medizinische
Qualitätsgemeinschaft
Obere Saar e.V.

Wissen hilft heilen:
www.medo-obere-saar.de

Herausgegeben von

medo

der medizinischen Qualitätsgemeinschaft
an der Oberen Saar e.V.



„Viel besser als der gute Wille
wirkt manchmal
eine gute Pille“

Wichtiger Hinweis für unsere Patienten und Patientinnen: Leistungen, die im Rahmen der Individuellen Gesundheitsleistungen (IGeL) angeboten werden, erstatten die Kassen nicht. Die ärztliche Leistung wird auf der Grundlage der geltenden ärztlichen Gebührenordnung erstellt (GOÄ). Ihr Arzt oder Ihre Ärztin wird Sie vor der Behandlung informieren.


..., hat Wilhelm Busch gesagt. Hatte er Recht? Manchmal geht es tatsächlich nicht ohne und deshalb ist es gut, wenn Sie mit ernsthaften Beschwerden rechtzeitig zu Ihrem Arzt oder zu Ihrer Ärztin gehen.

Aber Gesundheit ist viel mehr als nur nicht krank sein. Wir sind gesund, wenn wir uns rundum wohlfühlen an Körper, Geist und Seele. Und darum müssen wir uns schon selbst kümmern. Vorbeugen ist eben besser als heilen.

Wir möchten Sie dabei unterstützen, gar nicht erst krank zu werden. Mit ärztlichem Rat und Know-How, mit klassischen und alternativen Behandlungsmethoden wie Akupunktur oder Homöopathie und modernen Diagnosemöglichkeiten. In dieser kleinen Online-Broschüre hat medo Vorsorgeangebote von medo-Ärzten zusammengestellt.

Blättern Sie einmal durch. Wir freuen uns, wenn Sie unser Vorsorgeprogramm wahrnehmen. Und dem Kranksein ein Schnippchen schlagen.

Gerne beantwortet Ihr Arzt oder Ihre Ärztin dazu alle Fragen.

Ihr Ärztenetzwerk 

Rundum gesund

- 6 Infekte müssen nicht sein -
Immunaufbau therapie
- 8 Allergietherapie mit der Bioresonanzmethode
- 10 Blutgerinnungswerte selbst kontrollieren
- 12 Krebsvorsorge - Vorsorgeprogramm für
die Prostata
- 14 Fit für den Straßenverkehr:
Sicherheits-Check-Up
- 16 Komm gesund wieder!
Fernreisen gut vorbereiten
- 18 Wie gesund ist meine Haut? Ein Check-Up

Herz und Kreislauf

- 20 Gefährdet? Schlaganfallrisiko erkennen
- 22 Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko
frühzeitig erkennen
- 24 Nie mehr blauer Dunst - Rauchen abgewöhnen
- 26 Nichtraucher werden in 10 Wochen

Gewicht und Ernährung

- 28 Gesund ernähren nach der LOGI-Methode
- 30 Richtig ernähren mit Bioimpedanzmessung
und Beratung
- 32 Besser essen - Ernährungsberatung
- 34 Dem Übergewicht auf der Spur -
Genstoffwechselanalyse
- 36 Power-Kurzprogramm:
Runter mit den Pfunden

Schmerztherapie

- 38 Weniger Schmerzen bei Gelenksarthrose
- 40 Akupunktur lindert Schmerzen und hilft heilen
- 42 Schmerzen lindern nach Sportunfällen
und Operationen

Ihre medo-Ärzte von A-Z

Ihre medo-Ärzte nach Fachgebiet

Manchmal zieht sich eine Krankheit länger hin und die nächste folgt unmittelbar, so dass Sie längere Zeit nicht richtig gesund werden. Das kann an einem geschwächten Immunsystem liegen. Dieses ist ständigen Herausforderungen ausgesetzt, setzt sich zur Wehr gegen ihm bekannte Erreger, lernt aber auch täglich neue kennen. Dadurch wird es stabil und Sie sind in der Regel geschützt. Doch extreme Witterungsverhältnisse, zu wenig Schlaf, Stress, eine ungesunde Lebensweise und andere äußere Einflüsse, die sich nicht immer vermeiden lassen, setzen ihm zu. Das Immunsystem verliert an Abwehrkraft und Sie werden krank.

Medizinischer Fachbegriff

Immunaufbautherapie

Was wird gemacht?

Ihr Immunsystem wird mit Aufbaustoffen gestärkt, die Sie durch Infusionen erhalten.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Behandlung wird normalerweise gut vertragen, Nebenwirkungen können jedoch nie ganz ausgeschlossen werden. Vor der Behandlung muss abgeklärt werden, ob Sie unter einer anderen ernsthaften Erkrankung leiden, die auch ein Grund für nachlassende Abwehr sein könnte.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Die Immunaufbautherapie verbessert die Funktionen der körpereigenen Schutzsysteme. Sie mobilisiert die Immunzellen und setzt spezielle Abwehrstoffe frei. Dadurch sind Sie weniger anfällig für Infekte, genießen einen besseren Schutz vor Erkältungskrankheiten und werden schneller gesund, wenn Sie doch einmal ein Infekt erwischt hat.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Je nach Krankheitsbild sind unterschiedlich viele Behandlungen notwendig. In der Regel genügen zehn Infusionen über einen Zeitraum von fünf Wochen.

Wer bezahlt?

In der Regel werden naturheilkundliche Behandlungen nicht von den Kassen erstattet. In manchen Zusatzversicherungen sind diese jedoch enthalten. Eine Nachfrage lohnt also. Bei Privatversicherungen gibt es unterschiedliche Regelungen für die Erstattung von naturheilkundlichen Behandlungen. Bitte erkundigen Sie sich.

Dr. med. Gudrun Fürst
Fachärztin für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde · Kleinblittersdorf

Allergien haben in den letzten Jahren dramatisch an Häufigkeit zugenommen. Sie beeinträchtigen Gesundheit und Wohlbefinden in beträchtlichem Maße und werden schulmedizinisch hauptsächlich symptomatisch behandelt. Mit der Bioresonanztherapie hat man einen neuen Ansatz zur Behandlung von Allergien entdeckt, der sich die Selbstheilungskräfte des Körpers zunutze macht. Schwere, viele oder lang andauernde Belastungen können jedoch diese Kräfte hemmen. Blockaden können Umweltgifte, Strahlenbelastungen, aber auch Stress, Medikamente, Amalgam, Dampilze und vieles mehr sein.

Medizinischer Fachbegriff

Bioresonanztherapie

Bioresonanztherapie ist eine Methode aus der Erfahrungsmedizin. Sie ist schulmedizinisch nicht anerkannt.

Was wird gemacht?

Bei der Therapie mit dem Bioresonanzgerät werden Elektroden angelegt. Man kann dabei entspannt sitzen.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Behandlung ist gut verträglich und tut nicht weh. Sie dauert 30–40 Minuten.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Mit der Bioresonanzmethode können Blockaden beseitigt und die körpereigenen Selbstheilungskräfte wieder hergestellt werden. Der Körper kommt wieder besser mit den so genannten Allergenen klar und als Folge davon verschwinden die Symptome. Die Behandlungserfolge haben uns selbst überzeugt.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Es sind im Schnitt 6–8 Behandlungen nötig.

Wer bezahlt?

Die Kosten werden von den Krankenkassen nicht übernommen. Manche Privatkassen zahlen oder geben einen Zuschuss.

Bestimmte Erkrankungen erfordern die Einnahme gerinnungshemmender Medikamente. Eine regelmäßige Kontrolle der Quick-/INR-Werte, meist einmal wöchentlich, ist unerlässlich, um die Gefahr von Thrombosen oder Blutungen zu vermeiden. Berufliche oder private Verpflichtungen lassen diese Kontrollen beim Arzt oft nur bedingt zu. Daher ist es sinnvoll, Blutgerinnungswerte selbst zu kontrollieren, um aus dem Ergebnis eine entsprechende Veränderung der Tagesdosis vorzunehmen.

Medizinischer Fachbegriff

SPOG = Schulungsprogramm für Patienten mit oraler Gerinnungshemmung

Die Schulung erfolgt mit dem Ziel, eigenständig und selbstverantwortlich mit seinen Blutgerinnungswerten umzugehen.

Was wird gemacht?

Die Einweisung erfolgt nach einem standardisierten Schulungsprogramm.

Wie lange dauert die Schulung?

Die Schulung erstreckt sich über drei mal zwei Stunden innerhalb einer Woche.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Die vermittelten Kenntnisse tragen zu mehr Flexibilität im Alltag bei und sparen Zeit, weil die ärztlichen Kontrollen verringert werden können.

Wer bezahlt?

Die Kosten werden bei entsprechender Begründung von den Krankenkassen übernommen.

Die Wissenschaft hat in den letzten 20 Jahren besonders in der Früherkennung von Krebserkrankungen bedeutende Fortschritte gemacht. Inzwischen gibt es eine Vielzahl von Untersuchungsmethoden, mit denen sich bösartige Gewebeveränderungen frühzeitig erkennen lassen. Daraus resultieren bessere Behandlungsergebnisse und die Heilungsaussichten sind sehr günstig. Ebenso steht bei frühem Erkennen des Prostatumors ein weites Behandlungsspektrum zur Verfügung, das individuell auf den einzelnen Patienten ausgerichtet werden kann.

Das Programm der gesetzlichen Krankenkassen zur Prostatakrebsfrüherkennung bei Männern ab dem 45. Lebensjahr sieht einmal pro Jahr eine so genannte rektale Untersuchung vor. Hierbei wird die Prostata mit dem Finger über den Enddarm abgetastet. Allerdings wird allein mit dieser Methode ein Prostatakrebs in vielen Fällen nicht früh genug erkannt. Wird ein Karzinom getastet, hat es in bereits 60 Prozent der Fälle die Organgrenzen überschritten. Die Wirksamkeit der verschiedenen Behandlungsmethoden ist dann deutlich geringer und die Heilungsaussichten schlechter.

Medizinischer Fachbegriff

Vorsorge-Programm gegen Prostatakrebs

Was wird gemacht?

Zusätzlich zur rektalen Untersuchung bieten wir verschiedene Untersuchungen an, die individuell abgesprochen werden können. Dazu gehört neben der Ultraschalluntersuchung der Prostata und des gesamten Urogenitaltraktes die Bestimmung des PSA-Wertes, mit dem auch solche Tumore entdeckt werden können, die noch nicht zu tasten sind.

Bei dem PSA-Test handelt es sich um eine Blutuntersuchung zur Bestimmung eines Eiweißstoffes (Prostata-spezifisches-Antigen), der ausschließlich im Prostatagewebe gebildet wird. Bei einem Krebsgeschwür ist die Konzentration des PSA erhöht. Der PSA-Test umfasst im Allgemeinen folgende Leistungen: Erhebung der Krankenvorgeschichte, Feststellung von Risikofaktoren, körperliche Untersuchung, Blutuntersuchung, Besprechung der Ergebnisse.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die einzelnen Methoden sind in der Regel gut verträglich und haben keine Nebenwirkungen.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Die Diagnostik erleichtert die Früherkennung von Prostatakrebs. Die Wahrscheinlichkeit, eine schon bestehende Krebserkrankung zu entdecken, ist sehr hoch.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Je nach Leistungsumfang kommen Sie ein oder mehrere Male in die Praxis.

Wer bezahlt?

Die Kosten für die Bestimmung des PSA-Wertes im Rahmen der Vorsorge werden von den gesetzlichen Krankenkassen nicht übernommen.

Dr. med. Markus Hack
Arzt für Urologie
Kleinblittersdorf

Jeder Autofahrer und jede Autofahrerin muss fit sein, um sich sicher mit einem Fahrzeug durch den Straßenverkehr bewegen zu können. Zahlreiche neurologische Erkrankungen können jedoch die Fahreignung gefährden, zum Beispiel nach einem Schlaganfall, einer Hirnblutung oder einem vorübergehenden Sauerstoffmangel bei einem Herzinfarkt. Auch Parkinson, Multiple Sklerose oder die Einnahme bestimmter Medikamente beeinträchtigen die Reaktionsgeschwindigkeit und damit die Fahrtüchtigkeit. Deshalb sollten die visuelle Informationsverarbeitung, Konzentrationsfähigkeit, die Aufmerksamkeitsverteilung und -belastbarkeit, Reaktionsschnelligkeit und -genauigkeit überprüft werden, wenn schwer wiegende Erkrankungen vorliegen.

Medizinischer Fachbegriff

Ärztliche und neuropsychologische Fahreignungsuntersuchungen

Was wird gemacht?

Wir wenden eine standardisierte, neuropsychologische Diagnostik an. Liegt eine Grunderkrankung vor, wird auch eine körperliche neurologische Untersuchung vorgenommen.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Es handelt sich um eine schmerzfreie diagnostische, völlig unschädliche Untersuchungsmethode. Die neuropsychologischen Untersuchungsverfahren erfolgen in der Regel an einem speziell ausgestatteten Computer.

Welchen Vorteil kann man erwarten?

Wer nach Erkrankungen oder unter Medikamenteneinfluss Auto fährt und dabei nicht ausreichend fit ist, fährt ohne gültige Fahrerlaubnis. Dies kann zum Verlust des Versicherungsschutzes führen oder gar als Straftat eingestuft werden. Vor allem unter der Bedingung eines Unfalls – egal ob verschuldet oder nicht verschuldet – kann dies enorme Folgen haben, vor

denen Sie sich mit dieser Vorsorgeuntersuchung wirksam schützen können. Durch diese Vorsorgeuntersuchung erhalten Sie Auskunft über mögliche Grenzen Ihrer Fahreignung und können sich vor schwer wiegenden Folgen schützen.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Im Verlauf eines Vormittags lassen sich ärztliche und neuropsychologische Untersuchungen in der Regel gut durchführen.

Wer bezahlt?

Diese Leistungen werden nicht von der gesetzlichen Krankenversicherung übernommen.

Dr. Thomas Vaterrodt
Facharzt für Neurologie/Rehabilitationswesen/Palliativmedizin · Saarbrücken

Unsere Reisefreudigkeit hat neben schönen Erlebnissen und tollen Erfahrungen manchmal sehr unerwünschte Nebenwirkungen. Sie kommen krank von einem exotischen Urlaubsziel zurück. Aber auch der Klimawandel macht ein Übriges: In früher von tropischen Krankheiten verschonten Reisegebieten treffen wir immer häufiger auf gefährliche Krankheitserreger. Deshalb tun Information und Beratung Not.

Medizinischer Fachbegriff

Reisemedizinische Beratung

Was wird gemacht?

Wir beraten und impfen.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Vor einer Impfung sollte man gesund sein. Der Pikser mit der Spritze kann etwas schmerzhaft sein, zum Beispiel bei der Hepatitis-Impfung. Manche Vorsorge wie gegen Malaria erfolgt auch über die Einnahme von Tabletten. In der Regel werden die Medikamente gut vertragen und schützen im Urlaubsland und nach der Rückkehr vor unangenehmen Überraschungen.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Eine Impf- und Vorbeugeberatung vor Fernreisen ist für eine gesunde Wiederkehr unerlässlich.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Die Anzahl der Behandlungen hängt von der Anzahl der notwendigen Impfungen ab. Manche Impfungen müssen wiederholt werden oder dürfen nicht gleichzeitig vorgenommen werden. Deshalb ist eine rechtzeitige Beratung, am besten einige Monate vor Antritt der Reise, notwendig.

Wer bezahlt?

Manche Kassen tragen die Kosten für die Impfungen. Bitte fragen Sie bei Ihrer Kasse nach. Die Kosten für die reisemedizinische Beratung muss man selber übernehmen.

Erbanlage, Lebensweise, Umwelteinflüsse wirken sich auf das Altern der Haut aus. Jeder Mensch hat ein eigenes Haut-Risikoprofil, welches sowohl die „normale“ Alterung, als auch die Ausbildung krankhafter und bösartiger Veränderungen der Haut beinhaltet.

Wer nicht weiß, wie es um seine Haut bestellt ist, muss, unabhängig vom Alter, mit schwer wiegenden Folgen für die Lebensqualität und in manchen Fällen sogar für die Lebenserwartung rechnen. Eine aktuelle Risikoprofilbestimmung beugt dem vor.

Medizinischer Fachbegriff

Standardisierte dermatologische Befunderhebung und dermoskopische Untersuchung

Was wird gemacht?

Die Untersuchung wird mit einem Dermatoskop (spezielle Lupe für Hautuntersuchungen) durchgeführt. Außerdem werden alle Faktoren, die Einfluss auf die Haut haben, elektronisch ausgewertet. Für jede Körperregion wird ein eigenes Risikoprofil erstellt.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Untersuchung tut nicht weh. Sie kann allerdings nicht bei Patienten mit künstlich gebräunter Haut angewendet werden.

Welchen Vorteil kann man erwarten?

Die Untersuchung zeigt:

- bereits bestehende behandlungsbedürftige Hautveränderungen.
- Vorstufen behandlungsbedürftiger Hautveränderungen.

Außerdem beraten wir Sie in Fragen der Hautpflege und des Hautschutzes und geben Ihnen eine Empfehlung, wie oft Sie eine hautärztliche Kontrolle machen lassen sollten.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Untersuchung und Auswertung dauern etwa 15–20 Minuten. Zusätzliche Konsultationen sind nicht erforderlich.

Wer bezahlt?

Gesetzlich Versicherte müssen die Kosten selbst tragen, Privatkassen erstatten meist vollständig die Kosten.

Was ist noch wichtig?

Das Therapiespektrum der Praxis umfasst außerdem

- die Behandlung von Allergien
- Schönheitsmedizin (Botox und Faltenunterspritzung, Laser)
- Ästhetische Chirurgie (Fettabsaugung und Fettauflösung)
- Mesotherapie (bei Schmerzen, Juckreiz, Haarausfall)

Dr. med. Peter Luszpinski
 Facharzt für Dermatologie/Hautarzt
 Kleinblittersdorf

Der Schlaganfall ist nach Krebs und Herzerkrankungen die dritthäufigste Todesursache. Etwa 200.000 Menschen werden jährlich vom „Schlag getroffen“. Die Gründe dafür sind vielfältig: Dazu zählen Arterienverkalkungen oder Herzfehler. Jedoch kann das Risiko an einem Schlaganfall zu erkranken frühzeitig erkannt werden. Mit einer Änderung der Lebensweise können Sie gegensteuern und vorbeugen.

Medizinischer Fachbegriff

Schlaganfall-Risiko-Analyse (SRA)

Früherkennung von *Schlaganfallgefährdung* und *Risiken für eine vaskuläre Demenz*. Letztere wird von Durchblutungsstörungen im Gehirn ausgelöst.

Was wird gemacht?

Wir untersuchen mit der SRA-Methode. Das ist eine EKG-Brustwandableitung, bei der sich der Patient frei bewegen kann. Sie dauert eine Stunde. Die Elektroden und der Speicher (etwa die Größe eines MP3-Players) werden in der Praxis angelegt und entfernt.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Untersuchung ist völlig schmerzfrei und in der Regel wird sie gut vertragen. Allerdings sollten vor der Untersuchung keine Körperlotionen oder Hautcremes angewendet werden, damit die Elektroden gut haften können.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Die Methode hat den Vorteil, dass Extrasystolen, also Herzschläge, die außerhalb des normalen Herzrhythmus auftreten, erkannt und ausgewertet werden können. Diese sind weder über das Routine- noch über das 24-Stunden-Elektrokardiogramm zu erkennen.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Diese diagnostische Maßnahme sollte entweder bei Beschwerden ergriffen werden oder alle zwei Jahre angewandt werden.

Wer bezahlt?

Die KKH übernimmt für Versicherte ab dem 50. Lebensjahr die Kosten, wenn sie zum Beispiel an erhöhtem Blutdruck, Diabetes oder anderen Stoffwechselkrankheiten leiden. Wer über andere gesetzliche Kassen versichert ist, muss die Kosten selbst tragen. Bei Privatkrankenkassen kann eine Kostenübernahme beantragt, aber nicht zugesagt werden.

Dr. Claus-Peter Harbeke
Facharzt für Neurologie und
Psychiatrie, Psychotherapie
Kleinblittersdorf

Arteriosklerose ist die Grundlage und Ursache von Herzinfarkt und Schlaganfall, den häufigsten Todesursachen in der westlichen Welt. Bei der Arteriosklerose verändern sich die inneren Gefäßwände und es lagern sich Kalk und Fettplaques ab. Abhängig von Lebensstil, Alter, Veranlagung und Krankheiten wie Bluthochdruck oder erhöhtem Cholesterinspiegel verengen sich schleichend die Durchflussbahnen für das Blut, das die Sauerstoffträger zu den Gewebszellen bringt. Wenn nun der Durchfluss gestört oder das Blutgefäß verstopft wird, kommt es zu plötzlichen Durchblutungsstörungen, mit manchmal irreparablen Folgen. Es ist also von Interesse, diesen Prozess frühzeitig zu erkennen, das „Gefäßrisiko“ richtig zu bewerten, um besser vorbeugend beraten zu können.

Medizinischer Fachbegriff

Intima Media Dicke (IMT-Messung): Das ist die Dickenmessung der innersten Gefäßwand an den großen gemeinsamen Halsschlagadern, A carotis communis rechts und links.

Was wird gemacht?

Die Intima Media Dicke wird mit einem Spezialultraschallgerät gemessen, das Gefäßdarstellungen ermöglicht.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Untersuchung ist unschädlich und ausgezeichnet verträglich.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Die IMT-Messung ist eine erweiterte Vorsorgemaßnahme. Sie kann im Einzelfall klären, ob ein erhöhter Cholesterinspiegel für die Frühveränderungen der Gefäße verantwortlich ist und deshalb behandelt werden muss.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Wenn der Befund in Ordnung ist, ist eine erneute Kontrolle erst in zwei bis drei Jahren erforderlich. Bei auffälligen Befunden müssen weitere abklärende Untersuchungen erfolgen.

Wer bezahlt?

Die Kosten werden von den Krankenkassen nicht übernommen.

Was ist noch wichtig?

Die Untersuchung eignet sich insbesondere für diejenigen, die sich im Rahmen einer Vorsorgeuntersuchung bei ihrem Hausarzt oder ihrer Hausärztin vorstellen.

Zu den gesundheitlichen Risiken des Rauchens gehören nicht nur Krebserkrankungen der Lunge und des Mund- und Rachenraums, sondern auch Gefäßerkrankungen an Herz, Gehirn, Nieren und Beinen. Vergleichsweise harmlos, aber lästig sind Konditionsprobleme und Raucherhusten. Bei gleichzeitig vorhandenen Risikofaktoren wie Bluthochdruck, erhöhten Blutfetten und/oder Diabetes mellitus ist es ratsam, das Rauchen aufzugeben.

Medizinischer Fachbegriff

Raucherentwöhnung mit der Bioresonanztherapie

Was wird gemacht?

Mit Hilfe von Spezialapparaten werden körpereigene elektromagnetische Vorgänge gemessen. Die Schwingungsmuster lassen Fehlfunktionen des Organismus erkennen. Die Bioresonanztherapie gehört ebenso wie z.B. die Akupunktur in den Bereich der Erfahrungsheilkunde. Die wesentlichen Grundlagen der Bioresonanztherapie werden durch die neuesten Erkenntnisse in der Quanten- und Biophysik bestätigt.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Bioresonanztherapie ist schmerzlos und es sind keine schädlichen Nebenwirkungen bekannt. Voraussetzung ist die Bereitschaft, das Rauchen aufzugeben. Mit Hilfe der Bioresonanztherapie sind die Chancen sehr gut, es zu schaffen.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Sinnvoll sind vier Behandlungen à 45 Minuten mit dem Bioresonanzgerät. Die Behandlungen sollten im Abstand von zwei bis drei Tagen erfolgen.

Wer bezahlt?

Die Behandlung wird von den Kassen nicht bezahlt.

Dr. med. Hagen-Georg Hartmann
Facharzt für Innere Medizin,
Nephrologie
MVZ Saarbrücken/St. Arnual

Nikotin-Abhängigkeit ist weit verbreitet. Viele Raucherinnen und Raucher berichten, dass sie schon einmal oder mehrfach vergeblich versucht haben, mit dem Rauchen aufzuhören. Das Wissen, sich die Gesundheit zu ruinieren und die Unfähigkeit, vom Rauchen abzulassen, ist das Los der meisten. Ohne Hilfe von außen schafft es nur einer von zwanzig, seine Sucht in den Griff zu bekommen.

Medizinischer Fachbegriff

Raucherentwöhnung

Was wird gemacht?

Mit der Schluss-Punkt-Methode lernen Sie, sich das Rauchen abzugewöhnen. Innerhalb von zehn Wochen können Sie lernen, Ihre Abhängigkeit zu verstehen und Strategien zu entwickeln, diese zu überwinden. Dies geschieht am besten in der Gruppe, ist aber nach Vereinbarung auch in Einzelsitzungen möglich. Wie Sie Rückfälle vermeiden oder damit umgehen, lernen sie mit diesem Programm ebenfalls. Im Einzelfall erhalten Sie Hilfsmittel zur Entwöhnung.

Wie verträglich ist die Methode?

Das Programm wird gut vertragen. Wichtig ist die Motivation zum Aufhören.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

In sehr vielen Fällen wird auch sechs Monate nach Ende des Programms nicht mehr geraucht.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Die Gruppe trifft sich in der Regel sechs Mal in einem Zeitraum von zehn Wochen. Die Zeit unmittelbar vor und nach dem Tag, an dem man aufhören will zu rauchen, erfordert eine intensive Beratung.

Wer bezahlt?

Zunächst müssen die Kosten selbst übernommen werden. Wenn Sie erfolgreich aufgehört haben zu rauchen, erstattet die Kasse einen Teil der Kosten, manchmal auch die gesamte Kursgebühr.

Dr. Reinhard Jilg
Arzt für Allgemeinmedizin
Kleinblittersdorf

Zur Zeit leiden 30–40 Prozent der erwachsenen Westeuropäer an einem metabolischen Syndrom. Das heißt, sie leiden unter Bluthochdruck, erhöhten Fettwerten, Übergewicht oder Diabetes mellitus Typ 2. Das metabolische Syndrom ist die Hauptursache für Herzinfarkt und Schlaganfall und eine der Ursachen für Nierenerkrankungen. Dem kann vorgebeugt werden durch einen veränderten Lebensstil, denn dieser hat einen deutlichen Einfluss auf diese Risikofaktoren. Daher gilt es, eine gesunde Ernährungsform zu finden, die als Dauerernährung geeignet ist.

Medizinischer Fachbegriff

LOGI-Methode (Low Glycemic and Insulinemic Diet): Ernährungsmethode zur Förderung eines niedrigen Blutzucker- und Insulinwertes. Sie basiert auf ballaststoff- und eiweißreicher Nahrung, gesunden Fetten und relativ wenig Kohlenhydraten.

Was wird gemacht?

Es handelt sich um ein Ernährungskurs, bei dem die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Form der Ernährung kennen lernen, die ihnen hilft, ihre gesundheitlichen Probleme in den Griff zu bekommen.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Ernährung, die auf der LOGI-Methode beruht, ist ausgewogen in der Nährstoffverteilung, gut verträglich, schmackhaft und sättigend.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Eine langsame Gewichtsreduktion, Verbesserung von Blutdruck-, -zucker und -fettwerten. Evtl. kann die Einnahme von Medikamenten verringert werden.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Der 6-wöchige Kurs findet einmal wöchentlich statt und dauert jeweils zwei Stunden.

Wer bezahlt?

Die Krankenkassen erstatten einen Teil der Kursgebühren.

Was ist noch wichtig?

Eingeladen sind alle, die an einem oder mehreren Faktoren des metabolischen Syndroms leiden, die abnehmen wollen, aber auch alle, die einfach gesund essen wollen.

Dr. med. Hagen-Georg Hartmann
Facharzt für Innere Medizin,
Nephrologie
MVZ Saarbrücken/St. Arnual

Das Körpergewicht allein ist nicht entscheidend dafür, ob es uns gut oder schlecht geht. Untergewichtige können sich fit fühlen und Übergewichtige können unterernährt sein. Entscheidend ist die Zusammensetzung der Körpermasse. Je mehr Muskelmasse wir haben, desto besser werden wir mit allen wichtigen Nährstoffen versorgt. Wenn ein Übergewichtiger abnimmt, sollte er gezielt Fettmasse und nicht Muskelmasse abnehmen. Zur Erfassung der Körperzusammensetzung gibt es die Bioimpedanzanalyse.

Medizinischer Fachbegriff

Bioimpedanzanalyse

Analyse der Körperzusammensetzung. Die Bioimpedanzanalyse ist insbesondere für Menschen, die ihr Körpergewicht verringern wollen, aber auch für chronisch Kranke, die einen hohen Energiebedarf haben, wie zum Beispiel Dialysepatienten, Krebspatienten oder Menschen, die zur Wassereinlagerung neigen, interessant.

Was wird gemacht?

Mit Hilfe eines speziellen Gerätes zur Bioimpedanzmessung wird der Widerstand des Körpers mit Hilfe von Wechselstrom gemessen. Mit den Messergebnissen wird die Fettmasse und fettfreie Körpermasse berechnet und dadurch eine Aussage zur Körperzusammensetzung ermöglicht (Muskelmasse, Fettmasse, Wasser).

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Messung ist schmerzlos und völlig unschädlich.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Es handelt sich um eine Messmethode, deren Ergebnis Aufschlüsse über den Ernährungszustand gibt. Daraus lassen sich Ernährungsempfehlungen ableiten.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Nach der ersten Messung sind Kontrollmessungen nach Gewichtsveränderungen sinnvoll.

Wer bezahlt?

Die Kosten werden von den Krankenkassen nicht übernommen.

Gesundheitsvorsorge und gute Ernährung sind untrennbar. Mit gesunder Ernährung lassen sich Körpergewicht, Blutzucker-, -druck und -fettwerte, Harnsäure, Nierenwerte und vieles andere positiv beeinflussen. Falsche Ernährung kann aber auch die Ursache für Erkrankungen sein. Gesundes Leben heißt also auch, sich über gesundes Essen zu informieren, um die Kenntnisse dann in den Alltag einzubinden.

Medizinischer Fachbegriff

Individuelle Ernährungsberatung

Beratung nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen

Was wird gemacht?

Die Beratung erfolgt im Einzelgespräch.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Wenn die Ernährung konsequent umgestellt wird, sind deutliche Erfolge zu erwarten.

Wie viele Beratungen sind notwendig?

Die Anzahl der Beratungen richtet sich nach dem individuellen Bedarf und danach, wie viel Begleitung die Patientin oder der Patient wünscht.

Wer bezahlt?

Die Kosten werden von manchen Kassen getragen.

Jutta Schlichter, Ernährungsberaterin,
Diabetesberaterin DDG
Praxis Dr. Hartmann, Facharzt für Innere
Medizin, Nephrologie · Saarbrücken

Viele Menschen sind zu dick. Übergewicht verursacht viele Krankheiten, zum Beispiel Diabetes, Bluthochdruck, Schlaf-Apnoe, Gelenkverschleiß und viele andere mehr. Eine Ernährungsumstellung bringt nicht immer den gewünschten Erfolg und es gelingt nicht, dauerhaft abzunehmen. Das kann tatsächlich auch an den Genen liegen, denn manche beeinflussen auch das Körpergewicht. Wer sie kennt und sich danach richtet, kann auch besser an Gewicht verlieren.

Medizinischer Fachbegriff

Genstoffwechselanalyse

Was wird gemacht?

Es werden mit einer Blutuntersuchung drei oder sechs Gene, die Einfluss auf das Körpergewicht haben, ausgewertet. Außerdem werden 40 Blutwerte wie Zucker, Fett und Eiweißwerte, Mineralien, Entzündungswerte, Werte der Stoffwechselorgane Leber, Nieren, Bauchspeicheldrüse und Schilddrüse bestimmt. In einem ausführlichen Fragebogen geben Sie Auskunft über Lebensstil und Ess-Gewohnheiten. Blutwerte und Fragebogen werden ausgewertet und Sie erhalten nach drei Wochen eine individuelle Ernährungsempfehlung. Dazu gehört eine Bewertung von 1000 Lebensmitteln, die es Ihnen erleichtert, Ihre Ernährung entsprechend Ihren individuellen Voraussetzungen zu planen.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Es handelt sich um eine Blutabnahme, die in der Regel unproblematisch ist.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Ein Gentest ist objektiv und muss nur einmal im Leben gemacht werden. Die Erkenntnisse daraus gelten für Ihr ganzes Leben.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Die Genstoffwechselanalyse wird einmal gemacht.

Wer bezahlt?

Die Kosten werden von den Kassen nicht übernommen, sie müssen selbst bezahlt werden.

Dr. Reinhard Jilg
Arzt für Allgemeinmedizin
Kleinblittersdorf

Die Erkenntnis, dass man nur mit den richtigen Lebensmitteln abnehmen kann, setzt sich immer mehr durch. Ernährungsexperten empfehlen heute für eine kurzfristige schnelle Abnahme eine kohlenhydratreduzierte, fettmodifizierte und eiweißoptimierte Kost. Weniger Kohlenhydrate und mehr Eiweiß in der Ernährung helfen Körperfett gezielt zu verbrennen, ohne dass die wichtige Muskelmasse verringert wird. Sie verlieren gesund an Gewicht.

Medizinischer Fachbegriff

Power-Kurzprogramm zum Abnehmen in vier bis acht Wochen

Was wird gemacht?

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen werden auf der Basis der LOGI-Methode fachkundig geschult, entweder in der Gruppe oder nach Vereinbarung auch individuell. Dazu gehören der Erfahrungsaustausch, die wöchentliche Messung des Körperfetts (BIA-Messung) und eiweißreiche Produkte, die zwei von drei Mahlzeiten am Tag ersetzen sollten.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Es gibt keine Einschränkungen. Es darf lediglich keine hochgradig eingeschränkte Funktion der Nieren vorliegen.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

In sehr vielen Fällen stellt sich guter Erfolg ein. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer fühlen sich durch die optimale Versorgung mit Mikronährstoffen und Vitaminen aus der Eiweißnahrung wohl und sind deshalb voller „Power“. Einer Übersäuerung, die sich während des Abnehmens häufig einstellt und

sich mit Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Mundgeruch oder auch Schwächegefühl und Gereiztheit äußern kann, wird vorgebeugt, indem man genügend basische Mineralien und Flüssigkeit zu sich nimmt. Ein Jojo-Effekt ist nicht zu erwarten.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Das Programm dauert vier bis acht Wochen, auf Wunsch auch länger bei gutem Ansprechen auf die Methode. Wöchentliche Kontrollen sind vorgesehen.

Wer bezahlt?

Die Kosten müssen selbst übernommen werden, wobei der Löwenanteil auf die Eiweißnahrung entfällt, die die Mahlzeiten ersetzt. Deshalb kann beim Lebensmitteleinkauf gespart werden.

Dr. Reinhard Jilg
Arzt für Allgemeinmedizin
Kleinblittersdorf

Gelenksarthrose tut richtig weh. Der Gelenkknorpel ist abgenutzt und die Reibung der Gelenke erzeugt den Schmerz. Deshalb wird die Beweglichkeit stark eingeschränkt und ist eine große Belastung für den Betroffenen.

Medizinischer Fachbegriff

Intraartikuläre Injektion mit Hyaluronsäure. Sie wirkt der Abnutzung entgegen und dient der Ernährung des Gelenkknorpels.

Was wird gemacht?

Die Hyaluronsäure wird direkt in das betroffene Gelenk gespritzt.

Wie verträglich ist die Behandlung?

In der Regel ist die Behandlung gut verträglich, die Injektion kann etwas schmerzhaft sein. In seltenen Fällen kann es als Nebenwirkung zu entzündlichen Veränderungen kommen.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Die Schmerzen werden stark gelindert.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

In der Regel empfehlen wir fünf Behandlungen im Abstand von einer Woche.

Wer bezahlt?

Die Privatkassen übernehmen in der Regel die Kosten. Gesetzlich versicherte Patienten müssen die Kosten selbst bezahlen.

Was ist noch wichtig?

Die Behandlung ist als Vorsorgemaßnahme zu empfehlen, wenn die Arthrose noch nicht zu weit fortgeschritten ist.

Akupunktur ist ein uraltes chinesisches Heilverfahren, das zur Stärkung des Organismus und zur Behandlung von verschiedenen Erkrankungen angewendet wird. Gute Erfolge werden insbesondere bei akuten und chronischen Schmerzen wie Migräne, Rückenschmerzen, Gelenkschmerzen, Nervenschmerzen (Neuralgien) erzielt. Aber auch bei Schlafstörungen, Depressionen, Übergewicht, Suchterkrankungen (Rauchen), Allergien und vielen anderen Erkrankungen kann die Akupunktur lindern oder sogar heilen.

In vielen Fällen kann die Einnahme von Medikamenten verringert werden. Die Liste der Indikationen ist vielfältig und jeweils mit dem behandelnden Arzt oder der behandelnden Ärztin abzuklären.

Medizinischer Fachbegriff

Akupunktur

Was wird gemacht?

Es werden feine sterile Nadeln an ausgewählten Punkten in die Haut eingestochen. Dies kann ein wenig schmerzhaft sein. Der Schmerz jedoch ist hilfreich, denn er ist ein Hinweis darauf, dass der richtige Punkt getroffen wurde.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Akupunktur ist in der Regel gut verträglich, Nebenwirkungen sind selten und meist harmlos.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Nach Langzeitstudien kann eine sehr erhebliche Verbesserung der Symptome eintreten.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Bei akuten Schmerzen und Symptomen reichen oft ein bis zwei Behandlungen aus. Bei chronischen Erkrankungen und immer wiederkehrenden Symptomen sollten 10-15 Behandlungen durchgeführt werden. Die Behandlungsdauer beträgt 20-30 Minuten.

Wer bezahlt?

Bei chronischen Rücken- und Knieschmerzen bezahlt die gesetzliche Krankenkasse, wenn der behandelnde Arzt eine entsprechende Ermächtigung besitzt. Bei anderen Erkrankungen müssen die Kosten der Behandlung selbst übernommen werden. Die privaten Krankenkassen ersetzen in der Regel die Kosten. Dies sollte jedoch vorher mit der entsprechenden Krankenkasse abgeklärt werden.

Dr. Bernd Dirksmüller
Facharzt für Orthopädie und Sportmedizin, Chirotherapie
Saarbrücken

Dr. Gudrun Fürst
Fachärztin für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde
Kleinblittersdorf

Zahllose Menschen werden von Schmerzen gequält nach Muskelfaserrissen, Verstauchungen, Überlastungen von Muskulatur und Sehnen oder nach Operationen an den Gelenken. Sie sind in ihrer Beweglichkeit und in ihrem normalen (Arbeits)Alltag stark eingeschränkt.

Medizinischer Fachbegriff

Kinesiotaping (Kleben von Baumwolltapes)

Was wird gemacht?

Das Kinesiotaping ist eine ganzheitliche Heilungsmethode. Es werden keine Medikamente eingesetzt. Diese speziellen, vorgedehnten Tapes aus Baumwolle werden vielmehr wie ein Pflaster aufgeklebt. Sie entlasten Haut, Muskeln und Gelenke. Durch den Druck werden in der Haut gelegene Rezeptoren stimuliert und dadurch die Schmerzen gelindert.

Wie verträglich ist die Behandlung?

Die Behandlung tut gut. Sie ist nicht schmerzhaft. Probleme kann es bei Pflasterallergien geben.

Welchen Erfolg kann man erwarten?

Man wird nach Verletzungen schneller wieder fit und die Schmerzen lassen in sehr vielen Fällen nach. Weiterer Vorteil gegenüber anderen Verbänden: Die Tapes können auch beim Duschen und Schwimmen getragen werden.

Wie viele Behandlungen sind notwendig?

Die Tapes kleben ein bis zwei Wochen. Je nach Art der Verletzung müssen sie zwei- bis dreimal gewechselt werden.

Wer bezahlt?

Die Privatkassen übernehmen in der Regel die Kosten. Gesetzlich Versicherte müssen selbst zahlen.

Dr. Bernd Dirksmüller
Facharzt für Orthopädie und Sportmedizin, Chirotherapie
Saarbrücken

Dr. medic (R) Radu H. Bisorca
Augenarzt

Elsässer Straße 14
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-91 20 88
Fax: 06 805-91 20 85

Dr. med. Bernd Dirksmüller
Arzt für Orthopädie und Sport-
medizin, Chirotherapie

Rathausstraße 10
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-2 14 88
Fax: 06 805-2 14 89

Dr. med. Jutta Erxleben-Neis
Ärztin für Innere Medizin

Mühlenweg 2
66129 Saarbrücken
Tel: 06 805-87 25
Fax: 06 805-87 56

Andreas W. Frank
Oberarzt, SHG-Klinik Halberg
Geriatrische Klinik

Spitalstraße 2
66130 Saarbrücken
Tel: 06 81-889/27 11
Fax: 06 81-889/27 57

Dr. med. Gudrun Fürst
Fachärztin für Hals-Nasen-Ohren-
heilkunde

Elsässer Straße 20
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-24 68
Fax: 06 805-24 76

Dr. med. B. Gehlen
Chefarzt, SHG-Klinik Halberg
Geriatrische Klinik

Spitalstraße 2
66130 Saarbrücken
Tel: 06 81-889/27 11
Fax: 06 81-889/27 57

Andreas Gerlach
Apotheker, Einhorn Apotheke

Saargemünder Straße 165
66130 Saarbrücken
Tel: 06 81-87 21 57
Fax: 06 81-87 34 60

Dr. med. Markus Hack
Arzt für Urologie

Saarbrücker Straße 34
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-15 18
Fax: 06 805-14 59

Dr. med. Claus-Peter Harbeke
Facharzt für Neurologie und
Psychiatrie, Psychotherapie

Wintringer Straße 12
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-21 80 81
Fax: 06 805-21 80 82

Dr. med. Hagen-Georg Hartmann
Facharzt für Innere Medizin,
Nephrologie

MVZ Saarbrücken/St. Arnual
Julius-Kiefer-Straße 19
66119 Saarbrücken
Tel: 06 81-985 47 0
Fax: 06 81-985 47 10

Dr. med. Claudia Heid
Internistin/Zusatzbezeichnung
Palliativmedizin

Elsässer Straße 1
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-30 33
Fax: 06 805-20 71 03

Dr. med. Reinhold Henß
Oberarzt, Klinik für Kinder- und
Jugendpsychiatrie

Waldstraße 40
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-92 82 0
Fax: 06 805-92 82 40

Dr. med. Reinhard Jilg
Arzt für Allgemeinmedizin

Saargemünder Straße 2
66271 Kleinblittersdorf/
Rilchingen-Hanweiler
Tel: 06 805-44 88
Fax: 06 805-50 13

Dr. med. Peter Luszpinski
Facharzt für Dermatologie/Hautarzt

Elsässer Straße 14
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-91 25 00
Fax: 06 805-91 25 01

Dr. med. Elisabeth Maihoff
Ärztin für Allgemein- und
Präventionsmedizin

Gartenstraße 21
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-80 23
Fax: 06 805-94 24 46

**Dr. med. (F) Katharina Neumeier-
Schmitt**

Kinder- und Jugendärztin
Alte Schulstraße 7
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-2 23 74
Fax: 06 805-2 23 75

Josef Strenzl
Facharzt für Gynäkologie

Geburtshilfe
Hafenstraße 41
66111 Saarbrücken
Tel: 06 81-4 38 80
Fax: 06 81-4 52 92

Dr. med. Thomas Vaterrodt
Facharzt für Nervenheilkunde/
Neurologie

Kliniken Sonnenberg
Sonnenbergstraße
66119 Saarbrücken
Tel: 06 81-889-24 10
Fax: 06 81-889-24 58

Patric Zilch
Apotheker, Lindenapotheke

Elsässer Straße 14
66271 Kleinblittersdorf
Tel: 06 805-83 00
Fax: 06 805-29 38

weitere Informationen:
www.medo-obere-saar.de
oder Dr. Elisabeth Maihoff, Vorsitzende

Apotheken

Andreas Gerlach
Apotheker, Einhorn Apotheke
Saarbrücken

Patric Zilch
Apotheker, Lindenapotheke
Kleinblittersdorf

Allgemeinmedizin

Dr. med. Reinhard Jilg
Arzt für Allgemeinmedizin
Kleinblittersdorf/Rilchingen-
Hanweiler

Dr. med. Elisabeth Maihoff
Ärztin für Allgemein- und
Präventionsmedizin
Kleinblittersdorf

Augenheilkunde

Dr. medic (R) Radu H. Bisorca
Augenarzt
Kleinblittersdorf

Dermatologie

Dr. med. Peter Luszpinski
Facharzt für Dermatologie/
Hautarzt
Kleinblittersdorf

Frauenheilkunde

Josef Strenzl
Facharzt für Gynäkologie
Saarbrücken

Geriatric

Andreas W. Frank
Oberarzt, SHG-Klinik Halberg
Geriatrische Klinik
Saarbrücken

Dr. med. B. Gehlen
Chefarzt, SHG-Klinik Halberg
Geriatrische Klinik
Saarbrücken

Hals-Nasen-Ohrenheilkunde

Dr. med. Gudrun Fürst
Fachärztin für Hals-Nasen-Ohrenheil-
kunde
Kleinblittersdorf

Innere Medizin

Dr. med. Jutta Erxleben-Neis
Ärztin für Innere Medizin
Saarbrücken

Dr. med. Hagen-Georg Hartmann
Facharzt für Innere Medizin,
Nephrologie
Saarbrücken

Dr. med. Claudia Heid
Internistin/Zusatzbezeichnung
Palliativmedizin
Kleinblittersdorf

Kinderheilkunde

Dr. med. (F) Katharina Neumeier-
Schmitt
Kinder- und Jugendärztin
Kleinblittersdorf

Neurologie

Dr. med. Claus-Peter Harbeke
Facharzt für Neurologie und
Psychiatrie, Psychotherapie
Kleinblittersdorf

Dr. med. Thomas Vaterrodt
Chefarzt SHG-Klinik Sonnenberg
Neurologische Klinik Saarbrücken
Saarbrücken

Orthopädie

Dr. med. Bernd Dirksmüller
Arzt für Orthopädie und Sportmedizin,
Chirotherapie
Kleinblittersdorf

Psychiatrie

Dr. med. Claus-Peter Harbeke
Facharzt für Neurologie und
Psychiatrie, Psychotherapie
Kleinblittersdorf

Dr. med. Reinhold Henß
Oberarzt, Klinik für Kinder- und
Jugendpsychiatrie
Kleinblittersdorf

Urologie

Dr. med. Markus Hack
Arzt für Urologie
Kleinblittersdorf

weitere Informationen:

www.medo-obere-saar.de
oder Dr. Elisabeth Maihoff, Vorsitzende