iGP – Internistische Gemeinschaftspraxis Preetz

Diabetes bei Herzpatienten

In Deutschland leiden 6 – 8 Mio. Menschen an der Erkrankung Diabetes mellitus. Damit verbunden ist ein deutlich erhöhtes Risiko eine Herz- Kreislauf-Erkrankung zu erleiden. Auf der anderen Seite haben etwa 1/3 der Herzinfarktpatienten einen manifesten Diabetes und bei einem weiteren Drittel finden sich Veränderungen, die einem Vorstadium eines Diabetes entsprechen, sodass es sich dabei um einen wesentlichen Risikofaktor bei der Entstehung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen handelt.
Aus diesem Grunde ist die Berücksichtigung der Auswirkungen der Therapie des Diabetes mellitus auf das Herz sehr wichtig, genauso wie die Überprüfung bei Herzpatienten, ob eine diabetische Stoffwechselsituation vorliegt.

Dr. med. Thomas Lenk hat sich in seiner zehnjährigen Tätigkeit als Oberarzt in der Kardiologie und Diabetologie sowie während seiner Zeit als Chefarzt der CURSCHMANN KLINIK in Timmendorfer Strand auf die Behandlung von herzkranken Diabetikern spezialisiert. Er betreibt jetzt eine diabetologische Schwerpunktpraxis in Preetz, in der insbesondere auch herzkranke Diabetiker gemeinsam mit seinem Praxispartner Dr. med. Joerg J. Christ diabetologisch und kardiologisch umfassend und mit neuester Technik betreut werden (z.B. Ultraschalluntersuchungen der peripheren und der hirnversorgenden Gefäße, Ultraschalluntersuchungen des Herzens inklusive der Stressechokardiographie, digitales Röntgen). Das Diabetesteam um Frau Schareck (Ernährungsberaterin und Diabetesberaterin) und Frau Ohrtmann (Diabetesassistentin) berät die Patienten in wichtigen Fragen der Lebenstiländerung.
Seit Anfang des Jahres ist die Internistische Gemeinschaftspraxis Preetz von Dr. Jörg J. Christ und Dr. Thomas Lenk mit den Tätigkeitsschwerpunkten Kardiologie, Diabetologie und Gastroenterologie in neue Praxisräume im Gesundheitszentrum am Löwen, Markt 9, in 24211 Preetz, umgezogen. Die Praxis ist sowohl vom Markt als auch vom Parkplatz am Wilhelmplatz aus mit einem direktem Zugang behindertengerecht erreichbar.

iGP – Internistische Gemeinschaftspraxis Preetz
Markt 9, 24211 Preetz
Tel. 04342/9044
www.praxischristlenk.de

iGP
Dr. med. J. Christ | Dr. med. T. Lenk

Dr. Thomas Lenk

INFORMATION ALLTAG

Mit kleinen Änderungen viel bewegen

Foto: djdBerufsverband-der-Praeventologen

Sport treiben, sich gesünder ernähren, mit dem Rauchen aufhören oder mehr Zeit mit der Familie verbringen anstatt von einem Termin zum anderen zu hetzen: Oft nimmt man sich vor, mehr für seine Gesundheit und sein allgemeines Wohlbefinden zu tun - doch im Alltag sind die guten Vorsätze meist nach kurzer Zeit wieder vergessen. „Häufig liegt es an mangelnder Motivation, an Zeitmangel oder weil man von den alten Gewohnheiten nicht lassen kann, wenn es mit der Umsetzung nicht klappt“, sagt Gesundheitsexpertin Katja Schneider vom Verbraucherportal Ratgeberzentrale.de. Mit der richtigen Anleitung allerdings könne es gelingen, den inneren Schweinehund zu überwinden und positive Erlebnisse zu schaffen, die zu mehr Lebensqualität führen.

Training: Gesundheit lässt sich lernen

Das Gesundheits- und Lebensfreude-Konzept (GLK) des Berufsverbandes der Präventologen e.V. beispielsweise ist ein Gesundheitstraining, das dabei hilft, innere wie äußere Hindernisse auf dem Weg zu einer gesünderen Lebensweise zu überwinden. „Die Teilnehmer lernen gesunde Verhaltensweisen kennen, die ihnen Spaß machen und die sie in ihrem Alltag umsetzen können“, erklärt Präventologin Dorotheé Remmler-Bellen. Was macht mich zufrieden und glücklich? Wie kann ich am besten abschalten und entspannen? Was esse ich gerne und welche Nahrungsmittel tun mir gut? Das sind nur einige der Fragen, mit denen sich jeder Einzelne beim Training auseinandersetzt. Alle Informationen zu diesem Gesundheitsangebot sowie Adressen zertifizierter Trainer gibt es unter www.praeventologe.de.

Mit Zuversicht in die Zukunft

In der Gruppe können die Teilnehmer neue Verhaltensmuster ausprobieren und erleben, wie sie mit kleinen Änderungen viel bewegen können. Lebenspraktische Fertigkeiten werden dabei ebenso verbessert wie soziale Kompetenzen. „Letztendlich erfahren die Teilnehmer, dass sie selber ihre Gesundheit nachhaltig stärken und mit Zuversicht in die Zukunft blicken können“, sagt Remmler-Bellen. Die innere Stärke helfe ihnen zum Beispiel auch dabei, Lebenskrisen wie Krankheit, Trennungen, berufliche Misserfolge oder andere Schicksalsschläge besser zu bewältigen.

Zuschuss von den Krankenkassen

Der Gesundheitskurs umfasst theoretische wie praktische Elemente und wird von den Krankenkassen als Präventionskurs sowie als ergänzende Leistung zur ambulanten Rehabilitation anerkannt. Die Krankenkassen übernehmen einen Teil der - oder auch alle - Kurskosten.

Text: djd