



GESUNDHEIT UND PFLEGE

RATGEBER MIT TIPPS UND TRENDS



Fotos: Pixabay.com

NordHannoverscher PflegeService[®]
Care Management

Stefan Walter

Unabhängiger Pflegeberater

☎ 0511 / 37 38 22 60

Walsroder Straße 184 • 30853 Langenhagen

Pflegeberatung nach § 37.3 SGB XI für Pflegegeldempfänger.

3178401_002626

Job oder
Pflegeplatz
gesucht?



Jetzt QR Code scannen und
über WhatsApp bewerben.



BACHSTRASSE
SENIORENHEIM

www.bachstrasse.de
Telefon: 0511 / 64 64 17-0

3174501_002626



Erleben Sie
Duschkomfort
der **Extraklasse:**

Nahezu Fugenlos,
in Wunschfarbe,
bodennah &
sicher in jedem
Alter!

Strauß
Duschen aus Glas
MEISTERBETRIEB

Ausstellung: Termine nach Absprache.
Pechriede 4 - 30900 Wedemark
E-Mail: info@duschenausglas.com
www.straussduschen.de

☎ 05130-95 32 11

3629101_002626

Mobile med. Fußpflege
Mzkin Asman
Unser Angebot: inkl. Fußmassage!
Auch als Geschenkgutschein erhältlich.
☎ 0176-471 963 82

37052301_002626

Vermächtnis mit Herz
Ihr Erbe. Ihre Geschichte. Ihr Wunsch.
Gemeinsam Werte sichern,
Zukunft gestalten.
Jetzt starten!

Falsch oder schlecht behandelt vom Arzt - was tue ich nun?

Patienten haben das Recht, sich bei den zuständigen Stellen zu beschweren

Der Arzt hat Ihnen eine unpassende Therapie ans Herz gelegt, wodurch sich Ihre Erkrankung weiter verschlimmert hat? Oder Sie haben mitbekommen, dass die Ärztin die Schweigepflicht gebrochen hat?

Fühlt man sich schlecht oder falsch behandelt oder vermutet man, dass Arzt oder Ärztin gegen Pflichten verstoßen hat, hat man das Recht, sich zu beschweren. Darauf macht das Informationsportal «gesund.bund.de» aufmerksam. Zunächst lautet der Rat aber: das persönliche Gespräch mit dem Arzt oder der Ärztin suchen. Im allerbesten Fall lässt sich das Problem oder der Konflikt auf diesem Wege schon aus der Welt schaffen.

Es gibt nicht die eine Anlaufstelle

Das führt nicht weiter? Dann muss man erst einmal herausfinden, welche Anlaufstelle für den konkreten Fall die richtige ist. Das zu durchschauen, ist gar nicht immer so leicht. Deshalb ist es sinnvoll, sich beraten zu lassen, etwa von der Unabhängigen Patientenberatung Deutschlands (UPD), der Krankenkasse oder auch den Verbraucher-

zentralen. Unter anderem nehmen diese Stellen Beschwerden an:

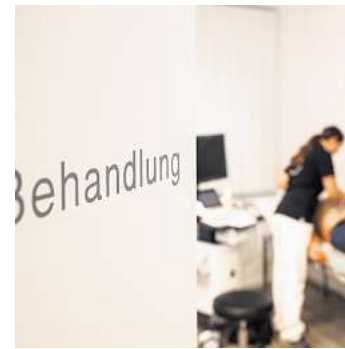
Ärzttekammer des Bundeslandes
Sie ist bei Verstößen gegen ärztliche Berufspflichten die richtige Adresse. Das ist laut «gesund.bund.de» beispielsweise der Fall, wenn ein Arzt die Schweigepflicht verletzt oder keinen Einblick in Behandlungsunterlagen gewährt. Liegt ein Behandlungsfehler-Verdacht vor, gibt es bei den Ärztekammern zudem Schlichtungsstellen, an die man sich wenden kann.

Krankenkasse

Bei Verdacht auf einen Behandlungsfehler sind auch gesetzliche Krankenkassen verpflichtet, kostenlos zu unterstützen. Auch von privaten Krankenversicherungen gibt es dann oft Hilfe. Außerdem sind die Kassen Anlaufstellen bei Problemen mit Arzneimittelverordnungen, Krankenschreibungen oder Überweisungen.

Kassenärztliche Vereinigung

Ärzte, die ambulant behandeln, müssen sogenannte vertragsärztliche Pflichten erfüllen. Verweigern sie beispielsweise einen notwendi-



Wenn das Vertrauensverhältnis gestört ist: Patienten haben das Recht, sich bei den zuständigen Stellen zu beschweren, wenn sie Fehlverhalten ihrer Ärzte beobachten.

Foto: Benjamin Nolte/dpa-mag

gen Hausbesuch oder lehnen eine Behandlung ohne hinreichenden Grund ab, kann man seine Beschwerde an die örtliche Kassenärztliche Vereinigung richten, erklärt «gesund.bund.de».

Drei Dinge, die man vor der Beschwerde tun sollte

Alle wichtigen Informationen sammeln

Egal, wo man sich beschwert: Damit das Anliegen geprüft werden kann, sollte man alle relevanten In-

formationen zusammentragen, rät «gesund.bund.de». Dafür macht ein Gedächtnisprotokoll Sinn: Wer war involviert? Was ist wann und wo passiert? Zudem sollte man Kopien aller Unterlagen parat haben, die für die Beschwerde von Bedeutung sind, etwa Arztbriefe.

Arzt oder Ärztin von Schweigepflicht entbinden

Beschwerdestellen können Ärztinnen und Ärzte nur zur Stellungnahme auffordern, wenn man sie als Patient oder Patientin von der Schweigepflicht entbunden hat. Das geht über eine sogenannte Schweigepflichtentbindungserklärung, die man der Beschwerde am besten direkt beilegt.

Mögliche Konsequenzen durchdenken

Reichen Sie eine Beschwerde bei offizieller Stelle ein, kann es Ihnen passieren, dass Ihr Arzt oder Ihre Ärztin Sie nicht mehr weiterbehandeln möchte. Er oder sie kann den sogenannten Behandlungsvertrag aufkündigen mit der Begründung, dass das dafür notwendige Vertrauensverhältnis nun beschädigt ist. (DPA)

Paracelsus informiert über Darmspiegelung

März ist Darmkrebsmonat: Patienten-Seminar am Mittwoch, 25. März, ab 17 Uhr

Acht Meter Länge, 100 Billionen Bakterien – und eine entscheidende Rolle für unser Immunsystem: Unser Darm ist weit mehr als nur ein Verdauungsorgan. Doch ausgerechnet diese unterschätzte Schaltzentrale wird oft vernachlässigt.

Zum Darmkrebsmonat März macht die Paracelsus Klinik am Silbersee Langenhagen auf eine Erkrankung aufmerksam, die jährlich rund 58.000 Menschen in Deutschland trifft und bei der Früherkennung wortwörtlich Leben rettet.

Etwa 30 Prozent aller Darmkrebskrankungen haben eine genetische Mitursache. „Wer in der Familie bereits Fälle von Darmkrebs hatte, sollte vorsorglich zehn Jahre vor dem Alter der erkrankten Angehörigen mit der Untersuchung beginnen“, erklärt Dr. Tom Steinmetz, Chefarzt für Innere Medizin an der Paracelsus Klinik am Silbersee Langenhagen. Dieser wichtige Zusammenhang ist noch viel zu wenig bekannt. Aktuelle Studien zeigen, dass die Zusammensetzung der Darmflora nicht nur Verdauung und Abwehrkräfte beeinflusst, sondern auch



Plädiert für Darmkrebs-Früherkennung: Dr. Tom Steinmetz.

Foto: Paracelsus-Klinik Langenhagen

Stimmung und Antrieb. „Ein gesunder Darm produziert Botenstoffe wie Serotonin. Gerät das mikrobiologische Gleichgewicht aus der Bahn, kann das langfristig sogar Depressionen begünstigen“, so Tom Steinmetz. Ein weiterer Grund, regelmäßig auf die Darmgesundheit zu achten und nicht erst, wenn Beschwerden auftreten.

Trotz aller Aufklärung nehmen nur etwa 20 Prozent der Anspruchsberechtigten in Deutschland die Vorsorgekoloskopie wahr. Dabei ist sie die einzige Untersuchung, die nicht nur Krebs früh erkennt, sondern ihn verhindern

kann. Durch das Entfernen gutartiger Vorstufen (Polypen) direkt während der Untersuchung. „Aus medizinischer Sicht ist Darmkrebs eine der vermeidbarsten Krebsarten überhaupt“, betont Tom Steinmetz. Gleichzeitig sinkt das Risiko bereits deutlich, wenn Menschen den kostenlosen Stuhltest nutzen, der ab 45 Jahren jährlich angeboten wird.

Überraschend: Nicht nur Rauchen oder Alkohol erhöhen das Risiko, sondern auch Dauerstress, zu wenig Schlaf und sitzende Tätigkeiten. Neuere Forschungsarbeiten zeigen, dass Bewegungsmangel den Stoffwechsel im Darm verlangsamt und damit entzündliche Prozesse fördert.

„Schon 30 Minuten Gehen täglich oder der Verzicht auf die zweite Portion Fleisch pro Woche senken das Risiko messbar“, sagt Tom Steinmetz von der Paracelsus Klinik am Silbersee Langenhagen.

Das Patienten-Seminar der Paracelsus-Klinik am Silbersee Langenhagen geht am Mittwoch, 25. März, ab 17 Uhr (bis 18 Uhr inklusive Fragerunde) im großen Konferenzraum der Klinik (erstes Obergeschoss) über die Bühne.

Thema: „Darmspiegelung. Wann? Wie? Warum?“ Referent: Dr. Tom Steinmetz, Chefarzt für Innere Medizin an der Paracelsus-Klinik am Silbersee Langenhagen, Oertzeweg 24.

Du isst die Reste!*
*Du bist die Beste!

Wieder nicht alles richtig verstanden?

Dann machen Sie bei uns einen **KOSTENLOSEN Hörtest!**

JETZT TERMIN VEREINBAREN:
☎ 0511 - 20 20 528

Langenforther Platz
30853 Langenhagen
Parkplätze auf dem Hof (Zufahrt über Godshorner Str. frei)

HOPPE HÖRGERÄTE
www.hoppe-hoergeraete.de

7729901_002626

Petra Schmidtke GmbH
Ihre Ambulante Pflege
PROFESSIONELL • KOMPETENT • INDIVIDUELL

Ambulanter Pflegedienst

Voigtwiese 8
30851 Langenhagen
Tel. 0511 / 47574727
Fax 0511 / 47574725

3183501_002626

Paracelsus im Dialog

PARACELUS KLINIKEN

Kostenlose Info-Veranstaltung

Darmspiegelung
Wann? Wie? Warum?

Referent: **Dr. med. Tom Steinmetz**
Chefarzt für Innere Medizin

Datum: **25. März 2026, 17 Uhr**

Ort: Paracelsus Klinik Langenhagen
Oertzeweg 24
30851 Langenhagen
im Konferenzraum 1

Anmeldung: **0511 7794-0** oder
info@langenhagen.pkd.de

www.paracelsus-kliniken.de

9557301_002626