



2020
PROGRAMM
1. HALBJAHR

Vorträge & Seminare



Krankenhaus
Johanneum

Liebe Leserin und lieber Leser,

viel Wissenswertes für Gesundheitsbewusste, das möchten wir Ihnen auch in der 1. Jahreshälfte 2020 mit unserem Veranstaltungsprogramm bieten. Mit Vorträgen und Kursen unserer Experten aus den Bereichen

- Medizin
- Pflege
- Fitness

hoffen wir, auf Ihr Interesse zu stoßen. Sicher ist auch die passende Veranstaltung für Sie dabei. Zur schnellen Orientierung haben wir nebenstehend eine kalendarische Übersicht erstellt.

Die Teilnahme an den **Vorträgen** ist in der Regel für jedermann offen und generell **kostenlos**. Eine Anmeldung ist hier nicht erforderlich (Ausnahme: Für „Rund um die Geburt“ bitten wir um Anmeldung unter Angabe der teilnehmenden Personen und des Termins unter infoabend-geburt@krankenhaus-johanneum.de).

Für unsere **Kurse** (Themenblock Fitness) bestehen indes Teilnahmebeschränkungen, daher ist eine **Anmeldung** unbedingt notwendig. Zudem wird eine geringe Kostenbeteiligung erhoben.

Melden Sie sich an unter kurse@krankenhaus-johanneum.de oder per Telefon (0 44 31) 982 -8750 (Zentrale Therapiebereiche).

Impressum:

Herausgeber:
Krankenhaus Johanneum
Feldstraße 1
27793 Wildeshausen
www.krankenhaus-johanneum.de
Vi.S.d.P.:
Dipl.-Kfm. Hubert Bartelt,
Verwaltungsdirektor
**Terminkoordination,
Gestaltung, Redaktion:**
Ulrike Berg M.A.,
Öffentlichkeitsarbeit,
QM, Projekte
Bilder: Adobe Stock,
Krankenhaus Johanneum
Druck: Druckerei
Breckweg
Alle Rechte vorbehalten

Themenblock Medizin

- 10.02 Rote Karte für Sportverletzungen: Diagnostik und Therapie akuter Verletzungen an Bändern, Sehnen und Gelenken
- 17.02 Hüftschmerz - Therapieoptionen bei Arthrose & Co.
- 02.03. Offener Abend - Rund um die Geburt
- 09.03. Die Schilddrüse - Mini-Organ mit Maxi-Wirkung: Was tun, wenn sie erkrankt?
- 16.03 Wenn Knieschmerzen quälen - Moderne Behandlungsverfahren für mehr Mobilität
- 23.03. Patientenverfügung - Was muss ich beachten?
- 20.04. Probleme mit der Gelenkprothese - Analyse und Lösungskonzepte
- 22.04 Offener Abend - Rund um die Geburt
- 04.05. Chronisches Sodbrennen - Therapien gegen das saure Aufstoßen
- 14.05. Bluthochdruck: Herz in Gefahr! Risikofaktoren, Symptome und Therapiekonzepte
- 25.05. Hilfe bei Schulterbeschwerden Diagnose und moderne Behandlungsmöglichkeiten
- 08.06. Offener Abend - Rund um die Geburt
- 22.06. Wenn die Wunde nicht heilen will - Möglichkeiten der modernen Wundversorgung

Themenblock Pflege

Pflegeberatungsgespräche am: 02. Januar, 06. Februar, 05. März, 02. April, 07. Mai und 04. Juni

Themenblock Fitness

- 28.01. Ganzkörperkräftigung für Männer ab 60 - **Kurs 1**
- 30.01. Qi Gong und Achtsamkeit
- 06.02. Ganzkörperkräftigung für Männer ab 60 - **Kurs 2**
- 06.02. Für einen starken Rücken - Präventives Rückentraining

Endoprothetik-Schule am: 16. Januar, 20. Februar, 19. März, 16. April, 28. Mai, 18. Juni



Rote Karte für Sportverletzungen

Diagnostik und Therapie akuter Verletzungen
an Bändern, Sehnen und Gelenken



Bild: lev.dobgachov - stock.adobe

Höher - schneller - weiter: Jährlich kommt es in Deutschland zu rund 1,25 Mio. Sportverletzungen – viele davon im Freizeitsport. Dabei gehören Bandverletzungen vor allem an Handgelenk, Ellenbogen, Schulter-, Knie- und Sprunggelenk zu den häufig auftretenden akuten Sportverletzungen. Die Bänder sind für die Stabilität und die Bewegungsführung eines Gelenkes sehr wichtig. Die Ursache einer Bandverletzung ist in den meisten Fällen eine gewaltsame Bewegung eines Gelenks. Dabei kann es je nach Stärke zu einer Bänderdehnung, einem Bänderriss oder einer Verstauchung (Distorsion) kommen.

Sportmedizinerin Dr. Alexandra Säger wird auf die Ursachen, die Diagnose und Therapie von Bandverletzungen und deren Möglichkeiten zur Vermeidung eingehen. Die Fachärztin für Chirurgie erläutert anschaulich, wann eine Operation sinnvoll ist und in welchen Fällen konservative Behandlungsmethoden zum Erfolg führen. Im Anschluss an den Vortrag besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin:	10.02.2020 19.00 – 20.00 Uhr
Veranstaltungsort:	Café Johanneum
Referentin:	Dr. Alexandra Säger* Fachärztin für Chirurgie Zusatzbezeichnung Sportmedizin, Notfallmedizin MVZ Johanneum Wildeshausen Krankenhaus Johanneum Wildeshausen



Hüftschmerz

Therapieoptionen bei Arthrose & Co.

Starke Hüftschmerzen beeinträchtigen die Lebensqualität, denn der Bewegungsablauf funktioniert nicht mehr wie gewohnt. Sie können durch Überlastung beim Sport oder bei Alltagstätigkeiten, Fehlstellung des Gelenkes oder gar durch Gelenkverschleiß (Hüftarthrose) hervorgerufen werden. Nicht immer ist jedoch gleich ein Gelenkersatz notwendig. Besonders im frühen Stadium sind die Beschwerden z. B. durch Physiotherapie gut zu behandeln. Bei starken Fehlstellungen oder geschädigten Gelenken kann ein operativer Eingriff – gelenkerhaltend oder auch gelenkersetzend – notwendig werden.

Die Spezialisten unserer Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie des zertifizierten EndoProthetikZentrums der Maximalversorgung um Chefarzt Dr. Nils H. Goecke informieren über die Anatomie des Hüftgelenkes, erläutern Therapiekonzepte für dessen Erhalt (z.B. „Triple Osteotomie“) und gehen auf den modernen Hüftgelenkersatz ein. Zudem werden physiotherapeutische Maßnahmen im Rahmen der konservativen Therapie als auch zur Vor- und Nachbehandlung eines operativen Eingriffs dargestellt.

Termin:

17.02.2020
19.00 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Vortragsprogramm:

- 19:00 Begrüßung und Moderation
Dr. Nils Henrik Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung Johanneum
- 19:10 Konservative Therapie & gelenkerhaltende, rekonstruktive Eingriffe
Jörg Weikert
Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie
- 19:45 Der moderne Hüftgelenkersatz
Dr. Nils Henrik Goecke
- 20:10 Hüftschmerz: So hilft die Physiotherapie
Birgit Zobel-Elders
Zentrale Therapiebereiche
- 20:30 Beantwortung der Fragen aus dem Publikum

Referenten:

Dr. Nils H. Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter des EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung Johanneum Wildeshausen, Facharzt für Orthopädie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle Orthopädische Chirurgie, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE), Sportmedizin, Osteologie (DVO), Fußchirurgie (D.A.F.), Chirotherapie, Physikalische Therapie, Krankenhaus Johanneum

Jörg Weikert
Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Krankenhaus Johanneum

Birgit Zobel-Elders
Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeutin, Manualtherapeutin, Krankenhaus Johanneum



Rund um die Geburt



Beleghebammen:
 Mandy Völsgen,
 Dana Sosna,
 Elena Morosov,
 Oxana Schulmeister,
 Uta Treff und
 Christine Hildebein

**Chef-/Belegärzte
 für Gynäkologie
 und Geburtshilfe:**
 Ali Mohamed-Pflaum,
 Iryna Rybakovska,
 Ute Wrehe und
 Nicole Ziegler

Besichtigen Sie als werdende Eltern unsere Kreißsäle, Untersuchungszimmer und die Geburtsstation und informieren Sie sich in lockerer Runde über die verschiedenen Methoden der Geburtsvorbereitung. Ihre Fragen „Rund um die Geburt“ sind ausdrücklich erwünscht!

3 Termine:
Montag, 02.03.2020
Mittwoch, 22.04.2020
Montag, 08.06.2020

Veranstaltungsbeginn: jeweils um 19.30 bis ca. 21.00 Uhr
 im Café Johanneum

Programm: **Begrüßung:** Vorstellung der
 Chef-/Belegärzte und der Beleghebammen

Möglichkeiten der schmerzfreien Geburt

Dr. med. Andreas Neuling
 Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin
 Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

**Führung durch die Kreißsäle,
 Untersuchungsräume und die Geburtsstation**

Unsere Beleghebammen und Chef/-Belegärzte
 informieren Sie „Rund um die Geburt“.

Anmeldung: Aufgrund der begrenzten Platzzahl bitten wir Sie um vorherige Anmeldung per E-Mail unter infoabend-geburt@krankenhaus-johanneum.de. Wichtig ist die **Angabe Ihres Wunschtermins** (02. März, 22. April oder 08. Juni). Nennen Sie uns bitte auch die Anzahl der Personen, die teilnehmen wollen.

Die Schilddrüse: Mini-Organ mit Maxi-Wirkung

Was tun, wenn sie erkrankt?



Unsere Schilddrüse ist enorm wichtig für den Stoffwechsel, Herz und Kreislauf, Verdauungsorgane, Muskeln und Nerven. Ihre Hormone beeinflussen Persönlichkeit und Psyche etc. Ist die Funktion der Schilddrüse gestört, führt das rasch zu bedeutsamen Beschwerden wie Struma (krankhaft vergrößerte Schilddrüse), Schilddrüsenüber- oder unterfunktion bis hin zu Schilddrüsenkrebs. Bei etwa jedem dritten Erwachsenen in Deutschland bildet sich im Laufe des Lebens mindestens eine krankhafte Schilddrüsenveränderung. Die Häufigkeit steigt mit zunehmendem Alter.

Bei Auffälligkeiten oder Knotenbildungen in der Schilddrüse stellt sich die Frage nach der richtigen Behandlung. Wann muss operiert werden? Welche Ansätze und Techniken kommen zur Anwendung? Wie lassen sich Risiken minimieren und Komplikationen z.B. am Stimmbandnerv vermeiden?

Dr. med. Alexander Terzic, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, wird in seinem Vortrag auf diese und weitere Fragen eingehen und anschaulich die Möglichkeiten der minimal invasiven Chirurgie darlegen. Im Anschluss an seinen Vortrag bleibt ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin:

09.03.2020

Veranstaltungsort:

19.30 – ca. 21.00 Uhr

Café Johanneum

Referent:

Dr. Alexander Terzic

Chefarzt der Klinik für Allgemein-,

Viszeral- und Gefäßchirurgie

Facharzt für Allgemein Chirurgie

Facharzt für Viszeralchirurgie

Spezielle Viszeralchirurgie

Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC)

Zusatzbezeichnung Proktologie

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen



Wenn Knieschmerzen quälen

Moderne Behandlungsverfahren für mehr Mobilität

Referenten:

Dr. Nils H. Goecke
 Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter des EndoProthetikZentrums der Maximalversorgung
 Johanneum Wildeshausen, Facharzt für Orthopädie, Chefarzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Spezielle Orthopädische Chirurgie, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE), Sportmedizin, Osteologie (DVO), Fußchirurgie (D.A.F.), Chirotherapie, Physikalische Therapie, Krankenhaus Johanneum

Olaf Maethner
 Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie, Facharzt für Orthopädie, Chefarzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Zusatzbezeichnung Sportmedizin und Chirotherapie, Krankenhaus Johanneum

Birgit Zobel-Elders
 Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeutin, Manualtherapeutin, Krankenhaus Johanneum

Bei Schmerzen im Kniegelenk kann jeder Schritt zur Qual werden. Häufig führen Formveränderungen und Verletzungen zu Schädigungen von Bändern, den Menisken und des Knorpels. Die Folge sind Bewegungseinschränkungen und damit Einschnitte in die Lebensqualität. In vielen Fällen können konservative Behandlungsmethoden Linderung verschaffen. Bei starker Knieschädigung, z. B. bei einer Arthrose, kann ein operativer Eingriff notwendig werden. Zeigt sich aber, dass der Erhalt des Gelenkes nicht mehr möglich ist, eröffnet die Implantation eines künstlichen Kniegelenkes (Endoprothese) die Perspektive für ein weitgehend schmerzfreies Leben und die Wiedergewinnung von Lebensqualität.

Sie erwartet zu diesem Thema ein fachübergreifender Vortragsabend mit den Spezialisten unseres zertifizierten EndoProthetikZentrums der Maximalversorgung um Chefarzt Dr. Nils H. Goecke. Dabei wird über die Möglichkeiten des Gelenkerhalts, den modernen Kniegelenkersatz sowie über die Vor- und Nachbehandlung aus Sicht der Physiotherapie anschaulich informiert. Anschließend besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin:

**16.03.2020
 19.00 – 21.00 Uhr**

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Vortragsprogramm:

- 19:00 Begrüßung und Moderation
Dr. Nils Henrik Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung Johanneum
- 19:10 Konservative Therapiekonzepte und gelenkerhaltende Eingriffe
Olaf Maethner
Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie
- 19:45 Der moderne Kniegelenkersatz
Dr. Nils Henrik Goecke
- 20:10 Knieschmerz: So hilft die Physiotherapie
Birgit Zobel-Elders
Zentrale Therapiebereiche
- 20:30 Beantwortung der Publikumsfragen



Patientenverfügung

Was muss ich beachten?



Mit der Patientenverfügung gibt der Gesetzgeber allen volljährigen Bürgerinnen und Bürgern ein Instrument an die Hand, mit dem sie in jeder Phase ihres Lebens vorsorglich für den Fall der Einwilligungsunfähigkeit festlegen können, ob und inwieweit sie in eine ärztliche Behandlung oder pflegerische Begleitung einwilligen oder diese ablehnen. Ihre Festlegungen sind damit für alle Beteiligten (z.B. Bevollmächtigte, Betreuer, Ärzte, Pflegepersonal, Gerichte) verbindlich, soweit sie Ihren Willen für eine konkrete Behandlungssituation klar erkennbar zum Ausdruck bringen. In Zweifelsfällen entscheidet ein Gericht als neutrale Instanz. Da die Verbindlichkeit Ihres Willens nicht an ein bestimmtes Stadium oder an einen prognostizierten Fortgang einer Krankheit geknüpft ist, ist es umso wichtiger, dass Sie Ihren wirklichen Willen ergründen und ihn in regelmäßigen Abständen erneut überdenken.

Diplom-Gerontologe Egbert Ahlrichs, geschäftsführender Mitarbeiter des Betreuungsvereins Oldenburg Land e.V., wird an diesem Abend zu den Voraussetzungen einer Patientenverfügung informieren, Hinweise und Formulierungshilfen geben und dabei auf Fragen der Anwesenden eingehen.

Termin: 23.03.2020, 19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referent: **Egbert Ahlrichs**
 Dipl. Sozialpädagoge/-arbeiter
 Dipl. Gerontologe
 Betreuungsverein Oldenburg Land e.V.
 Wildeshausen



Probleme mit der Gelenkprothese

Analyse und Lösungskonzepte

Etwa 210.000 Hüftprothesen und rund 165.000 künstliche Kniegelenke werden jährlich bundesweit von Spezialisten implantiert. Operationen, die seit mehreren Jahrzehnten eine erfolgreiche Therapie für Menschen darstellen, bei denen der Gelenkerhalt nicht mehr möglich ist. Dank einer geeigneten Prothese erhöht sich die Lebensqualität der Betroffenen in der Regel enorm. Aber es können auch Probleme auftreten, die die Prothese in ihrer ordnungsgemäßen Funktion stark beeinträchtigen oder sogar zu Schmerzen führen. Die Ursachen sind vielfältig und reichen von allergischen Reaktionen oder Übergewicht bis hin zu bakteriellen Infektionen oder Knochenbruch. Zudem ist die Standzeit der Kunstgelenke begrenzt und liegt bei zirka 15 Jahren. Dann sind sogenannte „Wechseloperationen“ notwendig. Die Wechselendoprothetik bezeichnet den Austausch eines Implantates.

Sie erwartet zu diesem Thema ein Vortrag mit dem Leiter unseres zertifizierten EndoProthetikZentrums, Chefarzt Dr. Nils Henrik Goecke. Er wird auf die Ursachen und die Problemanalyse von schmerzhaften Hüft- und Knieprothesen eingehen und die Infektionsbehandlung wie auch die Wechselendoprothetik verständlich und anschaulich darstellen. Anschließend besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin: 20.04.2020
19.00 – 20.30 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referent: **Dr. Nils Henrik Goecke**
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
Leiter EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen
Facharzt für Orthopädie
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie
Spezielle Orthopädische Chirurgie
Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE)
Sportmedizin, Osteologie (DVO)
Fußchirurgie (D.A.F.)
Chirotherapie
Physikalische Therapie
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen





Chronisches Sodbrennen

Therapien gegen das saure Aufstoßen

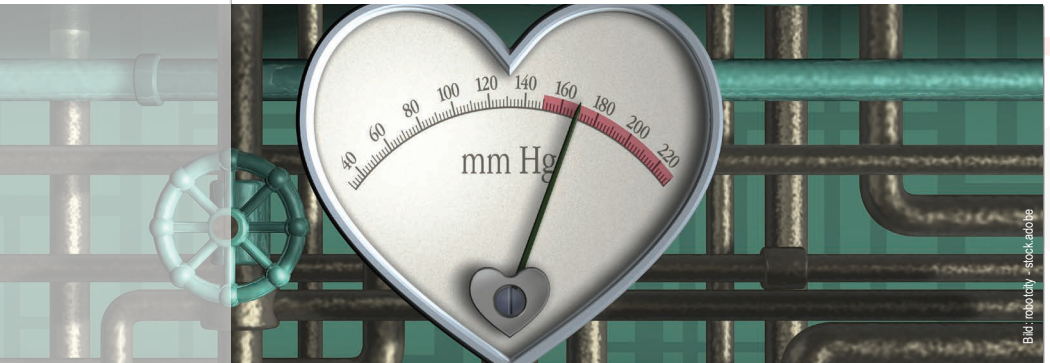
Volkskrankheit Sodbrennen - wenn es nach dem Essen im Magen und im Hals brennt. Gewöhnlich bewirkt eine Grundspannung in der Speiseröhre, dass die Säure dort bleibt, wo sie hingehört: im Magen. Ist der Mechanismus gestört, kommt es zu einem Rückfluss der Magensäure in die Speiseröhre. Das bezeichnen Mediziner als gastroösophageale Refluxerkrankung. Eine Magenspiegelung zeigt, ob ein Zwerchfellbruch vorliegt oder entzündliche Veränderungen der Speiseröhre. In vielen Fällen lässt sich das Sodbrennen medikamentös gut in den Griff bekommen, allerdings ist häufig eine lebenslange Einnahme erforderlich. Heilung und Beseitigung der Ursachen gelingen durch einen schonenden, minimal invasiven chirurgischen Eingriff (Schlüssellochtechnik).

Chefarzt Dr. Alexander Terzic gibt Einblicke in die Anatomie und Funktion von Zwerchfell und Magen und erläutert anhand dessen die Diagnostik und effektive Therapie des chronischen Sodbrennens.

Termin:	04.05.2020 19.30 – 21.00 Uhr
Veranstaltungsort:	Café Johanneum
Referent:	Dr. Alexander Terzic Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie Facharzt für Allgemein Chirurgie Facharzt für Viszeralchirurgie Spezielle Viszeralchirurgie Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC) Zusatzbezeichnung Proktologie Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Bluthochdruck: Herz in Gefahr!

Risikofaktoren, Symptome und Therapiekonzepte



Volkskrankheit Bluthochdruck (Hypertonie): Schätzungen gehen von zirka 40 Millionen Betroffenen in Deutschland aus. Am häufigsten tritt er in der sogenannten „primären“ Form auf, also ohne zugrundeliegende, verursachende Erkrankungen. Hierbei können erbliche Komponenten eine Rolle spielen. Aber auch beeinflussbare Faktoren speziell hinsichtlich des Lebensstils sind hier zu nennen. Von der „sekundären“ Form des Bluthochdrucks wird hingegen gesprochen, wenn er Folge anderer Erkrankungen wie z. B. Nierenerkrankungen oder hormoneller Störungen ist. Die erfahrenen Kardiologen Dr. Falk Theil und Dr. Uwe Panicke klären an diesem Abend über die Risikofaktoren und Folgen dieser Volkskrankheit auf und beleuchten die modernen Therapieangebote. Im Anschluss an den Vortrag stellen sich die beiden Mediziner den Fragen des Publikums.

Termin:

14.05.2020, 19.00 – 20.30 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Referenten:

Dr. Falk Theil

Chefarzt der Klinik für Innere Medizin,
 Facharzt für Kardiologie
 Facharzt für Angiologie
 Internistische Intensivmedizin
 Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Dr. Uwe Panicke

Facharzt für Innere Medizin / Kardiologie
 Zusatzbezeichnung Rettungsmedizin
 Praxiszentrum Johanneum

Hilfe bei Schulterbeschwerden

Diagnose und moderne Behandlungsmöglichkeiten



Die Schulter ist ein sehr gut bewegliches Gelenk mit einer stark muskulären Führung. Sie macht daher mit zunehmendem Alter, nach Unfällen oder Überlastung häufig Probleme. Es kann zu Schmerzen, Instabilität, Kraftlosigkeit und unter anderem zu Bewegungseinschränkungen kommen. Am Ende kann eine Arthrose stehen.

Die Referenten Dr. Nils Henrik Goecke, Chefarzt der Klinik für Orthopädie/Unfallchirurgie und Leiter des EndoprothetikZentrums, und Dr. Michael Bechara als Leitender Arzt der Unfallchirurgie, werden auf die verschiedenen Ursachen von Schulterproblemen eingehen. Dabei werden die modernen therapeutischen Möglichkeiten aufgezeigt: von konservativen, nicht operativen Methoden bis zu minimal invasiven „Schlüsselloch“-Operationen. Auch die Behandlung von Brüchen und der Arthrose unter anderem mit Prothesen werden dabei anschaulich dargelegt. Anschließend besteht ausreichend Zeit, Fragen zu stellen.

Termin:

25.05.2020
19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Referenten:

Dr. Nils Henrik Goecke

Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie
Leiter EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen
Facharzt für Orthopädie
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie
Spezielle Orthopädische Chirurgie
Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE)
Sportmedizin, Osteologie (DVO)
Fußchirurgie (D.A.F.)
Chirotherapie
Physikalische Therapie
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Dr. Michael Bechara

Ltd. Arzt Unfallchirurgie
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie
Spezielle Unfallchirurgie
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Wenn die Wunde nicht heilen will

Möglichkeiten der modernen Wundversorgung



Deutschlandweit leiden rund 900.000 Menschen an schlecht heilenden, chronischen Wunden. Wunden gelten als chronisch, wenn sie nach zwei bis drei Monaten fachgerechter Therapie nicht abgeheilt sind. Dazu gehören z. B. sogenannte „offene Beine“ oder „diabetische Füße“. Sie beeinträchtigen massiv die Lebensqualität der Betroffenen und können bei falscher Behandlung auch lebensbedrohlich sein.

Unser Team der Wundambulanz Krankenhaus Johanneum wird an diesem Abend auf die häufigsten Ursachen von chronischen Wunden eingehen und die Möglichkeiten der modernen Wundversorgung anschaulich aufzeigen. Anschließend besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin:

22.06.2020

19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Referenten:

Dr. Roger Skaf

Ltd. Arzt der Sektion Gefäßchirurgie

Facharzt für Allgemeinchirurgie

Facharzt für Gefäßchirurgie,

Endovaskulärer Chirurg (DGG)

Krankenhaus Johanneum

Anja Schepe und Andreas Meyenburg

Wundmanagement ICW

Krankenhaus Johanneum

Pflegeberatungsgespräche

Angebot des Ambulanten Pflegezentrums Johanneum



Die Beratungen finden an **jedem 1. Donnerstag** im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr nach telefonischer Anmeldung (s. u.) statt. Individuelle Terminabsprachen sind ebenfalls möglich.

Termine:

02.01.2020
06.02.2020
05.03.2020
02.04.2020
07.05.2020
04.06.2020

Ort:

Räumlichkeiten des Ambulanten Pflegedienstes
(Eingang Deekenstraße)
Krankenhaus Johanneum

Pflegedienstleitung:

Thomas Möhle, Pflegezentrum Johanneum

Anmeldung:

Tel. (0 44 31) 982-6000

Qi Gong und Achtsamkeit



Qi Gong ist ein Stützpfeiler der traditionellen chinesischen Medizin und wird in China seit Jahrtausenden erfolgreich zur Stärkung von Körper, Geist und Seele eingesetzt. Auch in der westlichen Welt hat man inzwischen den Wert des regelmäßigen Praktizierens erkannt. Fließende, langsame aber auch dynamische Bewegungen sowie Atemübungen fördern die Entspannung und wirken sich kräftigend auf unsere Lebensenergie aus. Bitte tragen Sie zu jedem Übungstag bequeme Kleidung und dicke Socken oder Schuhe mit flexibler Sohle. Eine kleine Achtsamkeitsübung bildet den Abschluss jeder Übungseinheit.

Beginn:	30.01.2020 acht Übungseinheiten jeweils donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr
Kosten:	64 €*
Veranstaltungsort:	jeweils Kindergarten Johanneum Deekenstraße 35
Teilnehmer pro Kurs:	mind. 6 Personen
Übungsleitung:	Christiane Schäfer Kursleiterin Qi Gong Krankenhaus Johanneum

Anmeldung: kurse@krankenhaus-johanneum.de
oder Tel. (04431) 982-9090

** Dieser Kurs ist ein von der Krankenkasse anerkannter Präventionskurs. Je nach Krankenkasse können Sie eine Kostenrückerstattung von 80 - 100% erhalten.*

Ganzkörperkräftigung für Männer ab 60



Sie erlernen verschiedene Übungen zur allgemeinen Mobilisation und Kräftigung, zur Verbesserung der Koordination und des Gleichgewichts. Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung mit.

Kurs 1

Beginn: 28.01.2020 (zehn Trainingseinheiten)
jeweils dienstags, 15.30 – 16.30 Uhr

Kurs 2

Beginn: 06.02.2020 (zehn Trainingseinheiten)
jeweils donnerstags, 16.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 70 €*

Veranstaltungsort: Gymnastikraum der Physiotherapie
Krankenhaus Johanneum

Teilnehmer: max. 6

Trainer: **Alexander Hubert**
Physiotherapeut
Krankenhaus Johanneum

Anmeldung: kurse@krankenhaus-johanneum.de oder
Tel. (04431) 982-8750, Zentrale Therapiebereiche

** Diese Kurse sind von der Krankenkasse anerkannte Präventionskurse. Je nach Krankenkasse können Sie eine Kostenrückerstattung von 80 - 100% erhalten.*

Für einen starken Rücken Präventives Rückentraining



Für einen starken Rücken werden Ihnen in diesem Kurs gezielte Übungen und gesundheitsbewusstes Verhalten vermittelt, um Rückenproblemen vorzubeugen. Vorhandene Beschwerden können so überwunden und chronische Schmerzen vermieden werden. Bitte tragen Sie bequeme Sportkleidung.

- Beginn:** 06.02.2020 (zehn Trainingseinheiten)
jeweils donnerstags, 15.30 – 16.30 Uhr
- Kosten:** 70 €*
- Veranstaltungsort:** Gymnastikraum der Physiotherapie
Krankenhaus Johanneum
- Teilnehmer:** max. 6 Personen
- Trainer:** **Alexander Hubert**
Physiotherapeut
Krankenhaus Johanneum

Anmeldung: kurse@krankenhaus-johanneum.de oder
Tel. (04431) 982-8750, Zentrale Therapiebereiche

** Dieser Kurs ist ein von der Krankenkasse anerkannter Präventionskurs. Je nach Krankenkasse können Sie eine Kostenrückerstattung von 80 - 100% erhalten.*

Endoprothetik-Schule: Physiotherapie auch vor der OP sinnvoll



Mehrere aktuelle Studien und die Erfahrung unserer Orthopäden und Physiotherapeuten belegen: Physiotherapeutische Behandlungen können im Vorfeld einer Gelenkersatz-Operation bei einer fortgeschrittenen Arthrose die Symptome lindern. Unser qualifiziertes Team von Physiotherapeuten bietet in Kooperation mit unserem zertifizierten EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung die Möglichkeit, sich optimal auf eine geplante Hüft- oder Knieoperation vorzubereiten. Die Folge: Durch gezielte Maßnahmen der Mobilisierung der eingeschränkten Beweglichkeit reduziert sich die Rehabilitation im Anschluss an die Implantation des künstlichen Gelenkes signifikant. Die Patienten können sich besser erholen und kommen schneller wieder auf die Beine. Zusätzlich informieren unsere Physiotherapeuten unter anderem zu: Hilfsmittelbedarf, korrekte Nutzung der Unterarmgehstützen sowie Hausaufgabenprogramm. Selbstverständlich bleibt ausreichend Zeit für Fragen der Patienten.

Termine:

**16.01.2020 / 20.02.2020 / 19.03.2020
16.04.2020 / 28.05.2020 / 18.06.2020
jeweils donnerstags von 15.00 – 15.45 Uhr**

Veranstaltungsort:

Räumlichkeiten der Physiotherapie
Krankenhaus Johanneum

Teilnehmer:

max. 6 Personen

Übungsleitung:

Team Zentrale Therapiebereiche

Kosten pro Termin:

10 €*

Anmeldung:

Tel. (0 44 31) 982-8750, Zentrale Therapiebereiche



Programm
1. Halbjahr
2020



Krankenhaus
Johanneum

Krankenhaus Johanneum
Feldstraße 1 · 27793 Wildeshausen
Telefon (0 44 31) 982-0 · Telefax (0 44 31) 982-9005
info@krankenhaus-johanneum.de
www.krankenhaus-johanneum.de