

Förster News




– Ausgabe 7 –

Förster News Ausgabe 7 März 2012
Entwurf, Layout, Text, Druckmanagement, Bereitstellung:
Julia Schulz (PR-Beauftragte und Ordinationsassistentin)



Inhalt:

 Aktuelles in der Ordination	1
▪ Allergietest	1
▪ Neue Mitarbeiterin	2
▪ Meningokokken	2
▪ Laufende Impfaktionen	3
 Aktuelles aus dem Bereich der Medizin	4
▪ Globuli gegen Pollenallergie	4
▪ Masern	5
▪ Kolumne einer Mutter:	
Geschichten zum Elternwerden (Teil 5)	6
 Terminvereinbarung leicht gemacht!	7
 Angebote in der Ordination	8
 Öffnungszeiten (Fortbildung und Urlaube)	9

NEU: Auf der Rückseite finden Sie eine Übersichtstabelle mit den Inhalten

der vorherigen Ausgaben der *Förster News*



Aktuelles in der Ordination

▪ Allergietest

Gerade im Frühjahr ist ein Allergietest aktuell empfehlenswert. Dazu führen wir in unserer Ordination einen sogenannten Pricktest durch. Der Pricktest verläuft einfach, schnell und nahezu schmerzfrei. Zunächst soll mit Herrn Dr. Förster besprochen werden, welche Substanzen (das können Pollen, Nahrungsmittel, Tierhaare, Hausstaubmilben, etc. sein) für eine Allergie in Frage kommen könnten. Die ausgewählten Allergene werden mittels eines kleinen Tropfens auf die Haut (meist auf die Innenseite des Unterarms) aufgetragen und es wird mit einer kleinen Lanzette die oberste Hautschicht fein angeritzt. Nach etwa 15 Minuten kann die Reaktion, sofern eine eintritt, sichtbar werden. Dies passiert in Form von Jucken, Rötungen oder kleinen Quaddeln, die aussehen wie nach einem Gelsenstich. Der Test ist vollkommen sicher und ungefährlich, da die Allergen-Substanz nur unter die oberste Hautschicht gelangt. Dadurch kann die mögliche Reaktion nur auf die behandelte Stelle begrenzt werden und sie klingt schnell wieder ab.

Fragen Sie gerne gleich nach einem Termin, der Pricktest wird von Ihrer Krankenkasse bezahlt!



Abbildung 1: Pricktest



▪ Neue Mitarbeiterin

Wir möchten Sie und Ihre Kleinen natürlich bestmöglich und umfangreich betreuen, daher hat unsere Ordination wieder „Zuwachs“ bekommen.

Profil der neuen Assistentin: Hanna Pilz ist 22 Jahre jung und hat bereits medizinische Erfahrung in der Narkoseambulanz des Landeskrankenhauses Salzburg gesammelt. Nach ihrer Matura leitete sie zwei Jahre lang ein Turnprogramm für Kinder im Alter von 6 – 10 Jahren. Nun hat sie schließlich den Weg in unsere Ordination gefunden, und kümmert sich professionell – dank bald abgeschlossener



Abbildung 2: Hanna Pilz

Ordinationsassistentinnen-Ausbildung um unsere kleinen Patient(innen).

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und unser gesamtes Team darf sie herzlichst Willkommen heißen!

▪ Meningokokken

Viele von uns (15 % der Menschen in Europa) tragen sogenannte Meningokokken-Bakterien in uns. Sie werden mittels Niesen, Husten oder Küssen an unsere Mitmenschen übertragen. Bricht die Meningokokken-Erkrankung aus, kann diese zu schweren Folgen bis hin zum Tod führen. Sie verursacht Gehirnhautentzündung, Blutvergiftung oder Lungenentzündung. Zum größten Teil sind Babys, Kinder und besonders Jugendliche betroffen.



Daher ist es auch für Erwachsene, die im ständigen Umgang mit Kindern stehen wichtig, geimpft zu sein. Speziell für Jugendliche, die im Kindesalter bereits eine Meningokokken-C-Impfung erhalten haben, empfiehlt es sich den 4-fach-Meningokokkenimpfstoff ACWY zu verabreichen. In Österreich sind für die Erkrankungen hauptsächlich die Meningokokken des Typs C und B verantwortlich (für B gibt es keinen Impfstoff). In anderen Ländern (z.B. Afrika) spielen die Typen A, W und Y eine große Rolle. Daher ist es empfehlenswert darauf zu achten, dass man sich möglichst gegen alle Typen impfen lässt. Im folgenden sind die aktuellen Impfaktionen angeführt.

▪ **Laufende Impfaktionen**

Zeckenimpfung:

Besonders im Frühjahr ist die Zeckenimpfung (Auch die üblichen Auffrischungen!) aktuell. Aus diesem Grund läuft die Impfaktion bis 31. Juli 2012. Eine Impfung für Kinder (Impfstoff FSME-Immun bis 16 Jahre, ENCEPUR bis 12 Jahre) kostet in Aktion € 24,90 (für Erwachsene € 29,50). Die jeweilige Krankenkasse zahlt zu diesem Aktionspreis nochmal folgenden Kostenzuschuss:

Kasse	Aktionspreis	Zuschuss	Kaufpreis
SGKK	€ 24,90	€ 3,70	€ 21,20
BVA	€ 24,90	€ 16,00	€ 8,90
KFA (Sbg)	€ 24,90	€ 22,00	€ 2,90
SVA	€ 24,90	€ 3,63	€ 21,70

Nähere Informationen zur Zeckenschutzimpfung finden Sie in der Förster-News-Ausgabe Nr. 5 auf unserer Homepage.



Meningokokkenimpfung:

Die Impfkation der Meningokokkenimpfkation läuft bis zum 30. Juni 2012.

- Die Meninkokokken-C-Impfstoffe (für Babys und Kinder ab dem vollendeten 2. Lebensmonat) Neisvac-C und Menjugate sind um € 43 (statt um € 51,85) erhältlich.
- Der Impfstoff für Kinder und Jugendliche ab dem 11. Lebensjahr heißt Menveo (ACWY 4-fach-Impfung) und ist in den Apotheken für Kinder ab 13 vergünstigt zum Preis von € 39,10 (statt 79,10) erhältlich.
- In Schulen wird eine Gratisimpfung für Kinder in der 6. Schulstufe angeboten.

Pneumokokkenimpfung:

Die Pneumokokkenimpfung bleibt für Babys, die nach dem 01.09.2011 geboren sind, kostenlos. Für alle anderen in Salzburg wohnhaften Kinder bis zum 5. Lebensjahr ist die Impfung bis Ende des Jahres 2012 zum Aktionspreis erhältlich. Das Land Salzburg gewährleistet durch einen Gutschein, der in den Apotheken erhältlich ist, einen Zuschuss von € 20 pro Impfstoff. Dadurch kostet der Prevenar-Impfstoff nur noch € 52,40 und der Synflorix-Impfstoff nur noch € 45.

Weitere Informationen zur Pneumokokken-Impfung können sie auf unserer Homepage in der digitalen Ausgaben 3 sowie 4 der Förster-News nachlesen.



Aktuelles aus dem Bereich der Medizin

▪ Globuli gegen Pollenallergie

Eine effektive Alternative zu den üblichen Medikamenten können homöopathische Arzneimittel darstellen. Sowohl zur Vorbeugung allergischer Reaktionen, als auch als akute Hilfestellung können Globuli bei Heuschnupfen in Einsatz kommen. Je nach individueller Symptomatik kann mit Dr. Förster besprochen



Abbildung 3: Globuli

werden, welche Globuli eingenommen werden um die Beschwerden zu verringern. Im folgenden soll beispielhaft geschildert werden, welche Globuli für welche Art von Symptomen in Frage kommen können:

Symptome	Globuli
Stark fließendes Nasensekret, Stirnkopfschmerzen, Nieder- und Angeschlagenheit, Trockenheitsgefühl der Nase;	Luffa operculata D12
Niesanfalle, Fließschnupfen, juckende Augen, Nase, Gaumen oder Gehörgang;	Arundo donax D6
scharfes Nasensekret, Wundheitsgefühl in der Nase, Rötung und Brennen der Augen;	Allium cepa D6
Bei besonders brennenden, trockenen und/oder juckenden Augen	Euphrasia D3 Augentropfen



▪ Kolumne einer Mutter

„...denn der Weg ist weit“

Geschichten zum Elternwerden (5)

Wir waren bereits mittendrin in einer von vielen Lektionen mit dem Übertitel “Liebe Eltern, versenkt eure Vorstellungen schon mal in der Erinnerungskiste, ICH bestimme wo es langgeht! Gruß - euer Baby“.

Das im MKP prangende Datum für die Niederkunft war um 11 Tage überschritten, als uns der Gynäkologe mit einem Überweisungsschein ins Krankenhaus schickte, wo die Geburt eingeleitet werden sollte. So geschah es dann auch. Nach vier Stunden Angst, Krampf und Schmerzen bat ich darum, Musik hören zu dürfen und mein Liebster eilte, um den extra mitgebrachten Kassettenrecorder zu installieren und in Gang zu setzen. Kaum erfüllte Rachmaninov’s Klavierkonzert Nr.2 den Raum, schien es, als wäre eine andere Frau an den Wehenschreiber angeschlossen. Plötzlich gab es geordnete Wehen nach dem Muster „Anschwellen, Höhepunkt, Abklingen, Pause“ und nach drei Stunden war die Austreibungsphase angebrochen.

Inzwischen ging es auf Mitternacht zu und absurderweise zeigten alle im Raum verfügbaren Uhren eine andere Zeit an. Die Armbanduhr der Hebamme hatte es bereits knapp nach Mitternacht, die Wanduhr im Kreissaal zeigte auf zehn vor zwölf , aber die Stoppuhr des „Jetzt-schon-ganz-bald-Vaters“ gewann diesen Uhrenbewerb. Mit der Routine des jahrelangen Leistungssportlers hatte er das Teil trotz der enorm verdichteten Situation um zwei Minuten vor Mitternacht – im Moment der Geburt seines Sohnes – abgedrückt. Zu gerne bereit, das Objekt seines wissenschaftlichen Dokumentationsseifers abzugeben, weil es ihm damit sichtlich wieder besser ging.



Inzwischen hatte sich auch Einiges an entsprechender Literatur angesammelt und ich war eifrig dran, mich durch diverse Schwangerschaftsbücher und Stillbibeln zu lesen, um zumindest theoretisch einigermaßen gerüstet zu sein für die Zukunft.

Auf- bzw. Umrüstung war auch nötig, was die Adaption unserer 39 m² großen Garconniere betraf und so beschlossen wir, in eine geeignete Nische ein überdimensional großes Hochbett hineinbauen zu lassen. Dieses war über eine lose dran gestellte „Hühnerleiter“ zu erreichen und ich sollte noch froh sein darüber, dass ich als vormals begeisterte Turnerin die nötigen körperlichen und motorischen Fertigkeiten zur Verfügung hatte, um zuerst mit Bauch und später mit Baby im Arm über dieses Konstrukt auf - und nieder zu klettern. [colu-mna](#)

Terminvereinbarung leicht gemacht!

Sie sind es leid ständig am Telefon in der Warteschlange zu hängen um einen Termin zu vereinbaren? Dann tragen Sie ihren gewünschten Termin doch ganz einfach selber ein! Unter www.dr-foerster.at auf dem Button „**online Terminvergabe**“ folgen Sie dem Link, geben die Terminart ein und wählen einen gewünschten Tag und einen bevorzugten Zeitpunkt aus, an dem Sie uns besuchen möchten. Dann fehlen nur noch Name und Sozialversicherungsnummer (inkl. Geburtsdatum) und schon sind Sie eingetragen.

Bequem, simpel und schnell zum Termin!



Angebote in der Ordination

Neben akuten Behandlungsterminen im Krankheitsfall, Mutterkindpass-Untersuchungen, Sportuntersuchungen und Alpinmedizin bieten wir auch folgende Leistungen für Sie an:

Homöopathie	Spirometrie (Lungenfunktionstest)
Akupunktur/Tuina/Shonishin	EKG (Herzstromkurve)
Spezielle Behandlung bei Übergewicht	Ergometrie (Belastungs-EKG)
Ausführliche Informationen zu SIDS (Plötzlicher Kindstod)	Ultraschall (Auch bei der Säuglingshüfte)
Blutbild, Blutzucker, Entzündungswert	Rachenabstrich (Angina, Scharlach)
Harnkontrolle	Allergietest
Körperfettmessung	(Ruhe-)Energiemessung
Kinesio-Taping	Ultraschalltherapie (z.B. bei Muskel- oder Sehnenverletzungen)
Inhalationstherapie	Manuelle Medizin
Skenar-Therapie	Sehtest (NEU!!)
Hörtest (NEU!!)	Ohrlochstechen inkl. Stecker

Für besondere Leistungen können eventuell geringe Kosten anfallen, da viele nicht von jeder Krankenkasse übernommen werden. Bitte fragen Sie diesbezüglich die Assistentinnen.



Öffnungszeiten (Fortbildung und Urlaube)

Die Ordination ist am 10. und am 11. Mai wegen Fortbildung geschlossen. Vertretungen werden wie gewohnt über die Telefon-Ansage bekannt gegeben.

Weitere Fortbildungen oder Urlaube finden Sie in der nächsten Ausgabe der

Förster News

Ansonsten sind wir von

Montag bis Freitag von 08:00 – 12:00 Uhr und

Montag sowie Mittwoch von 16:00 – 18:00 Uhr

erreichbar und gerne für Sie da. Bei akuten Terminwünschen (z.B. am selben Tag) können Sie uns auch telefonisch unter 0662-434560 erreichen.

→ Falls Sie es noch nicht wussten: Herr Dr. Holger Förster nimmt sich jeden Tag (Mo-Fr) eine ganze Stunde von **07:00 – 08:00** Uhr Zeit um Ihre medizinischen Anfragen telefonisch persönlich zu beantworten.

Eine weitere Ausgabe der *Förster News* erscheint im

Mai 2012.

Bis dahin ein kurzer Überblick des Inhaltes der vergangenen Ausgaben, die auf unserer Homepage (www.dr-foerster.at) zu finden sind:

<p>Ausgabe 1 (Dezember 2011)</p> <p>Aktuelles in der Ordination</p> <ul style="list-style-type: none"> • Förster News • Neue Mitarbeiterin • Neue Behandlungsmöglichkeiten <p>Aktuelles aus der Medizin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bronchitis • Obstipation (Verstopfung) • Kaugummi gegen Mittelohrentz.? • TV stört Sprachentwicklung • Hilfe bei Speikindern 	<p>Ausgabe 2 (Dezember 2011)</p> <p>Aktuelles in der Ordination</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sehtest/Hörtest • Aktuelle Krankheiten • Hustentee <p>Aktuelles aus der Medizin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baby-Trinkflasche gegen Koliken? • Unruhezustände bei Babys • Homöopathie in unserer Ordination <p>Speziell in der Winterzeit...</p>
<p>Ausgabe 3 (Jänner 2012)</p> <p>Aktuelles in der Ordination</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tipps zur natürlichen Behandlung • Impfupdate <p>Aktuelles aus der Medizin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Was Babys wirklich wollen • Gefahr: Pneumokokkeninfektion • Kolumne einer Mutter (1) • Führt Babypuder zu Gedeihstörungen 	<p>Ausgabe 4 (Jänner 2012)</p> <p>Aktuelles in der Ordination</p> <ul style="list-style-type: none"> • Shonishin • Pneumokokkenimpfung gratis! • Zur Erinnerung... <p>Aktuelles aus der Medizin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brei oder Fingerfood? • Das Baby verweigert die Beikost? • Natürlich behandeln: Wadenwickel • Kolumne einer Mutter (2)
<p>Ausgabe 5 (Februar 2012)</p> <p>Aktuelles in der Ordination</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frühjahr: Zeckenimpfzeit • Skenar-Behandlung <p>Aktuelles aus der Medizin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vitamin D • Spezialnahrung für Babys • Kolumne einer Mutter (3) 	<p>Ausgabe 6 (März 2012)</p> <p>Aktuelles in der Ordination</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ohrringel stechen • Influenza (Grippe) • Kartoffelwickel gegen Husten <p>Aktuelles aus der Medizin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Pollen sind wieder da • Migräne bei Kindern • Kolumne einer Mutter (4)

Literatur:

FSME-Zuschuss der SGKK: Online unter www.sgkk.at (01.04.2012). FSME-Zuschuss der BVA: Online unter www.bva.at (01.04.2012). FSME-Zuschuss der SVA: Online unter <http://esv-sva-sozvers.at> (01.04.2012).
 Stellmann, Michael (2004): Kinderkrankheiten natürlich behandeln. Gräfe und Unzer: München.
 Ärztwoche: Ausgabe Februar 2012, Artikel über Globuli im Einsatz gegen Pollen. Bild Globuli: Online unter: www.livingathome.de (01.04.2012)
 Meningokokkeninformationen: Online unter www.meningokokken.at (04.04.2012)