



Foto: Adobe Stock/Quality Stock Arts

Keine Krankheit, sondern ein Symptom

Stiftung Gesundheitswissen klärt über Fieber auf

PRIGNITZ. Nach wie vor grasieren Erkältungskrankheiten. Laut unterschiedlicher Gesundheitsorganisationen leiden derzeit mehr als sieben Millionen Menschen in Deutschland an akuten Atemwegserkrankungen. Begleiterscheinung der Erkältungsleiden und auch einer infektiösen Grippe ist häufig Fieber. Über die richtigen Messmethoden, darüber, wann überhaupt von regelrechtem Fieber zu sprechen ist, wie die Temperatur gemessen werden sollte, und was gegen Fieber zu tun ist, gibt es nach wie vor Aufklärungsbedarf.

Wichtig zu wissen: Fieber ist keine Krankheit, sondern ein Symptom, wie die vom Verband der Privaten Krankenkassen gegründete gemeinnützige Stiftung Gesundheitswissen (SGW) mitteilt. Es kann bei unterschiedlichsten Krankheiten auftreten, die häufig ansteckend sind – ebenso wie etwa bei Erkältungen. Eine erhöhte Körpertemperatur ist eine normale Abwehrreaktion des Körpers und hilft dem Immunsystem, die Krankheitserreger zu bekämpfen.

Gleichzeitig kann eine erhöhte Temperatur zu typischen Be-

schwerden wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Appetitlosigkeit oder Kopfschmerzen führen. Bei Erwachsenen, die durch Erkältungsviren erkrankt sind, steigt das Fieber in der Regel nicht allzu hoch und klingt nach wenigen Tagen wieder ab. Richtige Grippeviren und Bakterien hingegen können höheres Fieber auslösen.

ERHÖHTE TEMPERATUR ODER FIEBER?

Im Normalfall beträgt die Körpertemperatur zwischen 36 und 37 Grad Celsius. Bei Erwachsenen spricht man nach Angaben der SGW von erhöhter Temperatur, wenn das Fieberthermometer zwischen 37,5 und 38 Grad Celsius anzeigt. Steigt die Temperatur höher als 38 Grad Celsius, ist von Fieber die Rede. Hohes Fieber bedeutet demnach, dass die Temperatur auf 39 bis 41 Grad Celsius steigt. Alles, was darüber hinausgeht, wird als extrem hohes Fieber bezeichnet.

Bei einer Erkältung sinkt die Temperatur normalerweise nach wenigen Tagen wieder. Wenn das Fieber jedoch über einen längeren Zeitraum bestehen bleibt

oder auf über 39 Grad Celsius steigt, kann das laut SGW ein Anzeichen dafür sein, dass sich die Erkrankung verschlimmert. In diesem Fall sollten Erkrankte einen Arzt aufsuchen. Gleiches gilt, wenn das Fieber plötzlich wieder ansteigt, nachdem es zuvor abgeklungen war.

WAS HILFT BEI FIEBER?

Steigt die Temperatur zu hoch an oder macht sich ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl breit, können Hausmittel zur Linderung der Beschwerden beitragen. Wichtig sei zunächst einmal, sich auszuruhen und körperliche Anstrengungen zu vermeiden, so die SGW. Außerdem sollten Erkrankte ausreichend trinken, da der Körper bei Fieber viel schwitzt. Es können auch fiebersenkende Medikamente wie Paracetamol, Ibuprofen und Acetylsalicylsäure (ASS) eingenommen werden. Letztere sind für Kinder jedoch nicht geeignet. Die Medikamente sind frei in der Apotheke erhältlich und wirken nicht nur fiebersenkend, sondern auch schmerzlindernd. Sie haben allerdings keinen Einfluss auf die Dauer oder den Verlauf

einer akuten Atemwegserkrankung oder einer Grippe.

WAS IST BEIM MESSEN ZU BEACHTEN?

Die einfachste Möglichkeit, Fieber zu messen, bieten laut SGW sogenannte Infrarotthermometer, die die Temperatur auf der Stirn oder im Ohr feststellen – innerhalb von wenigen Sekunden und zum Teil ohne Berührung. Ist lediglich ein herkömmliches Fiebermessthermometer zur Hand, ist das genaueste Ergebnis mit der rektalen Messung zu erwarten, bei der die Thermometerspitze in den Po geschoben wird. Eine Messung im Mund empfiehlt sich nicht, wenn aufgrund eines Schnupfens Probleme beim Atmen vorliegen. Darüber hinaus sollten bei der Messung im Mund oder unter den Achselhöhlen etwa 0,5 Grad zum abgelesenen Wert addiert werden, um die tatsächliche Körpertemperatur zu errechnen.



Es braucht Geduld

Hohe Nachfrage an der Augen-Tagesklinik Wittenberge

WITTENBERGE. Nach fast vierjähriger Planungs- und Bauphase war es so weit: Die OSG Augen-Tagesklinik Wittenberge öffnete nach ihrem Umzug aus Groß Pankow im Oktober 2024 ihre Tore. Die Nachfrage durch Patienten ist aufgrund regionaler Versorgungslücken hoch. „Wir stehen für eine hochqualifizierte, überregionale augenärztliche Versorgung in Wittenberge und Umgebung. Wir sind stolz auf unseren neuen Standort. Zusätzlich sind wir auch in vier weiteren Praxen in Salzwedel, Stendal, Mühlentrop und Rathenow für unsere Patientinnen und Patienten da. Unsere Praxis in Wittstock ist vorübergehend geschlossen“, so Amir Hamed, neuer Ärztlicher Leiter und Facharzt für Augenheilkunde in der Tagesklinik.

„Um den Patientinnen und Patienten in unseren neuen Räumlichkeiten eine bestmögliche Versorgung bieten zu können, bedarf es neben den medizinischen Qualifikationen auch eine effiziente Organisation der administrativen Aufgaben. Unser Ziel ist es, einen reibungslosen Ablauf zu gestalten. Aktuell sind wir jedoch auf Grund der Umbausituation noch eingeschränkt in unseren Mög-



Die Augen-Tagesklinik in Wittenberge wurde Ende Oktober 2024 eröffnet. Fotos: Ober Scharer Gruppe

lichkeiten. Zudem sind auch wir vom Fachkräftemangel sowie der Arbeitsmarktlage im Medizinsektor betroffen“, sagt Isabelle Könnig, die neue Zentrumsleitung in Wittenberge. „Wir sind uns bewusst, dass eine schlechte Erreichbarkeit und lange Wartezeiten für unsere Patientinnen und Patienten eine Herausforderung darstellen. Wir arbeiten täglich intensiv daran, die erforderlichen Verbesserungen schnellstmöglich umzusetzen“, erklärt Stefanie Zettl, stellvertretende Ärztliche Leitung.

Die deutlich höhere Nachfrage als in Groß-Pankow habe alle

überrascht, sagt Marcus Baer, Geschäftsführer der OSG. „Wir freuen uns jedoch, wie in der Vergangenheit auch zukünftig der maßgebliche Faktor in der Patientenversorgung der gesamten Region zu sein. Die Chance zur Verbesserung der Situation für die Menschen möchten wir nutzen. Auf dem Weg zum Ziel benötigen wir die Hilfe der Patientinnen und Patienten, indem diese uns etwas Geduld und vor allem Respekt im Umgang mit unseren sehr engagierten Mitarbeitenden schenken“, so Baer. Um dem Patientenaufkommen gerecht zu werden, wird 2025 das Team um neue Kolleginnen und Kollegen ergänzt.



Broschüre würdigt Bauen mit Holz

Bauprojekte in und um Neuruppin werden vorgestellt



NEURUPPIN. „Baukultur Neuruppin – Holz“ heißt eine Broschüre der Fontanestadt, die im Dezember der Öffentlichkeit vorgestellt wurde. Mit der Publikation würdigt die Stadt identitätsstiftende Orte und stadtbildprägende Plätze, gestalterisch gelungene Projekte und bemerkenswerte Baudetails, in denen Holz eine besondere Rolle spielt.

Kaum ein anderes Material begleitet unseren baukulturellen Alltag in derart vielfältigen Erscheinungsformen. Die ausgewählten Beispiele reichen von dem wohl ältesten Baum der

Stadt und historischen Gebäuden über Projekte, die Natur erlebbar machen, bis hin zum zukunftsweisenden Einsatz von Holz beim Mehrfamilienhausbau und bei öffentlichen Gebäuden, vom kleinen Fensterdetail bis hin zum weitläufigen Stadtpark. Dank der Mithilfe der Neuruppinerinnen und Neuruppiner konnte in den vergangenen Wochen und Monaten die neue Baukulturbroschüre mit Leben gefüllt werden.

Bei der öffentlichen Präsentation der Broschüre wurde diskutiert, vor welchen besonderen

Eine Broschüre würdigt Bauten und Projekte, in denen Holz eine Rolle spielt. Foto: Stadtverwaltung Neuruppin/Kevin Pawelczyk

Herausforderungen die Baukultur im ländlichen Raum in Brandenburg steht. Dabei verriet die Architektin Susanne Walk, die als Eigentümerin vom „Landhaus Kastanie“ in Karwe jedes Wochenende zur Gastronomie wird, ihr Rezept für gute Baukultur. Der in der Broschüre vorgestellte Kiosk des Biergartens erlaubt auch in Zukunft einen erfrischen-

den Stopp bei einer Fahrradtour rund um den Ruppiner See. Mit dem gestalterisch gelungenen Umbau des Landhauses und dem engagierten Betrieb erhielt Karwe einen Raum, der durch sein kulturelles Angebot und als Ort für spontane Begegnungen und große Feiern nicht nur Menschen aus dem Ortsteil, sondern weit darüber hinaus anzieht.

Die Stadtverwaltung Neuruppin stellte ihr prämiertes Projekt zur Sanierung der Wilhelm-Gentz-Grundschule mit neu gebauter Sporthalle vor, bei dem Holz als maßgeblicher Baustoff zum Einsatz kam. Der kurze Film „Dein Park“ erlaubte im Anschluss einen virtuellen Ausflug in den Stadtpark an der Altruppiner Allee. Der Film porträtiert das mit dem Bundespreis Stadtgrün 2024 ausgezeichnete Modellvorhaben und lässt in Interviews die unterschiedlichen Akteure und Akteurinnen des kooperativen Prozesses zu Wort kommen.

Den Personen, die hinter den in der Broschüre vorgestellten Projekten stehen, wurde bei der Präsentation der Broschüre mit einer extra dafür gefertigten Stele aus Kiefernholz für ihr Engagement gedankt.

Die Broschüre „Baukultur Neuruppin – Holz“ steht ab sofort auf der Internetseite der Stadt unter www.neuruppin.de/stadtentwicklung-wirtschaft/zukunftandersmachen/baukultur-neuruppin.html zum Download zur Verfügung. Kostenlose gedruckte Exemplare liegen unter anderem im Bürgerbahnhof, in der Stadtbibliothek, im Museum und an anderen öffentlichen Orten im Stadtgebiet aus oder können im Amt für Stadtentwicklung und Umwelt der Stadtverwaltung nach vorheriger Absprache (bei Frau Knittel: monique.knittel@stadneuruppin.de) abgeholt werden.

Beschränkte Ausschreibung
nach öffentlichem Teilnehmerwettbewerb - Sanierung von Leerwohnungen Quartier I, II, III und IV -
Bauherr: Neuruppiner Wohnungsbaugesellschaft mbH, Kränzliner Str. 32 a, 16816 Neuruppin
www.nwg-neuruppin.de/ausschreibungen, Tel.: 03391 84 07-0, E-Mail: vergabestelle@nwg-neuruppin.de

Die Neuruppiner Wohnungsbaugesellschaft mbH beabsichtigt, eine bestimmte Anzahl an Leerwohnungen grundlegend zu sanieren. Die Wohnungen der Quartiere I - IV befinden sich im Neubaugebiet von Neuruppin sowie im Sanierungsgebiet der historischen Altstadt von Neuruppin.

Die ersten 3 Quartiere befinden sich im Neubaugebiet von Neuruppin: In den Wohnkomplexen I (Thomas-Mann-Straße, Franz-Maecker-Straße, Junckerstraße), II (Hermann-Matern-Straße, Artur-Becker-Straße, Erich-Schulz-Straße, August-Fischer-Straße, Anna-Hausen-Straße) und III (Heinrich-Rau-Straße, Otto-Grotewohl-Straße, Artur-Becker-Straße, Rudolf-Wendt-Straße, Franz-Cyraneck-Straße).

Das vierte Quartier befindet sich im Altstadtgebiet von Neuruppin. Die Wohnungen im WK I und II wurden in den Jahren von 1968 bis 1979 als mehrgeschossige Wohnungsbauten der Laststufe 0,8 Mp innerhalb des Industriellen Wohnungsbaus der DDR mit den Serien IW 64, IW 65 und IW 70 errichtet. Im WK III und IV handelt es sich um Wohnungen, die in den Jahren von 1979 bis 1990 als mehrgeschossige Wohnungsbauten der Laststufe 6,3 Mp innerhalb des Industriellen Wohnungsbaus der DDR mit den Serien WBS 70 I, II und III, ausgeführt wurden.

Die Wohnungsbestände in der Altstadt befinden sich sowohl in den klassizistischen als auch in den mittelalterlichen Straßenzügen, wie z.Bsp. August-Bebel-Straße und Friedrich-Engels-Straße oder auch Fischbänkenstraße und Seestraße.

Zu beachten ist Folgendes:

1. Die ausgeschriebenen Leistungen werden als Rahmenvereinbarung nach den Grundsätzen des §15 UVgO, Abs. 1 - 4, vergeben. Die Laufzeit beschränkt sich hierbei auf 1 Jahr.
2. Die zu erbringenden Leistungen in den Quartieren I - IV sind in jeweils 8 Lose (Fachlose) aufgeteilt.
3. Die Leistungen werden losweise vergeben.
4. Die Bieter sollen sich nur auf ihre entsprechenden Fachlose bewerben. Ein Unterauftragnehmer zur Erbringung der Leistungen wird ausgeschlossen.
5. Es besteht die Möglichkeit, sich auf mehrere Lose in unterschiedlichen Quartieren zu bewerben. Es werden jedoch höchstens nur zwei Fachlose aus zwei unterschiedlichen Quartieren an einen Bieter vergeben.

Die Ausschreibungsunterlagen werden ausschließlich per E-Mail versandt.

Ausführungszeit: 04/2025 bis 03/2026
Auszuführende Bauleistungen in den Quartieren I - IV mit folgenden Losen:

Quartier I: WK I	Quartier II: WK II
Los 01 - Abbrucharbeiten	Los 01 - Abbrucharbeiten
Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär	Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär
Los 03 - Elektroinstallation	Los 03 - Elektroinstallation
Los 04 - Trockenbauarbeiten	Los 04 - Trockenbauarbeiten
Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten	Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten
Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten	Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten
Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)	Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)
Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten	Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten

Quartier III: WK III	Quartier IV: Altstadt
Los 01 - Abbrucharbeiten	Los 01 - Abbrucharbeiten
Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär	Los 02 - Heizung/Lüftung/Sanitär
Los 03 - Elektroinstallation	Los 03 - Elektroinstallation
Los 04 - Trockenbauarbeiten	Los 04 - Trockenbauarbeiten
Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten	Los 05 - Fliesen- und Plattenarbeiten
Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten	Los 06 - Maler- und Bodenbelagsarbeiten
Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)	Los 07 - Tischlerarbeiten (Fenster/Türen)
Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten	Los 08 - Gebäudereinigungsarbeiten

Teilnahmeanträge sind zu stellen bis zum: 17.01.2025, 12:00 Uhr
Versand der Unterlagen: 23.01.2025
Submission beim Bauherrn: 10.02.2025, 10:00 Uhr

Der Bewerbung sind zwingend die Nachweise der Fachkunde und Leistungsfähigkeit gemäß §§ 44 - 46 VgV beizulegen. Bitte in den Teilnahmeanträgen genau angeben, für welches Quartier und welches Los Sie sich bewerben möchten.

gez. Liefke, Geschäftsführer