

Sie darf nun Fachärzte ausbilden

Dermatologin Pia Gendritzki erhält Weiterbildungsermächtigung

WITENBERGE. Oliver Hermann, Bürgermeister von Wittenberge (parteilos), gratulierte kürzlich der Wittenberger Fachärztin für Dermatologie Pia Gendritzki zur erteilten Weiterbildungsermächtigung durch die Landesärztekammer Brandenburg. Pia Gendritzki führt seit Mai 2023 ihre Praxis für Dermatologie in der Elbestadt. Den Antrag auf Weiterbildungsermächtigung stellte sie im vergangenen Jahr. Der Prozess sei gut zu bewältigen gewesen; die Bestätigung erfolgte zügig.

Oliver Hermann erklärt: „Wir freuen uns über den Zuwachs einer Praxis, die sich aktiv an der Ausbildung angehender Ärztinnen und Ärzte beteiligt. Jede medizinische Einrichtung, die sich hier engagiert, erhöht die Chancen auf weitere Niederlassungen, Praxiserweiterungen oder verlässliche Nachfolgeregelungen.“

Die Weiterbildungsbefugnis richtet sich laut Pia Gendritzki an angehende Fachärzte der Dermatologie. „Jedoch können auch angehende Allgemeinmedizinerinnen und -mediziner Teile ihrer ambulanten Weiterbildung bei mir absolvieren“, sagt die Dermatolo-

gin. „Der vorgeschriebene stationäre und internistische Abschnitt wird weiterhin in einer Klinik beziehungsweise in einer Praxis für Allgemeinmedizin abgeleistet, aber meine Praxis kann einen wichtigen ambulanten Teil der Weiterbildung ergänzen.“

Mit einer Weiterbildungsermächtigung dürfen qualifizierte Ärzte angehende Kollegen in Weiterbildung (AiW) in ihrer Praxis ausbilden. Sie übernehmen damit einen strukturierten Abschnitt der Facharztweiterbildung und tragen zur Sicherung der regionalen medizinischen Versorgung bei. Für die Weiterbildung zum Facharzt für Allgemeinmedizin sind insgesamt 60 Monate vorgesehen, teils ambulant, teils stationär. WS

Interessierte Ärztinnen und Ärzte können sich ab sofort in der Praxis von Pia Gendritzki melden. Infos: www.hautsache-wittenberge.de



Fachärztin für Dermatologie Pia Gendritzki (mit Blumen), Bürgermeister Oliver Hermann und die Praxis-Mitarbeiterinnen Sandra Falkenau (l.) und Kristin Bresemann (r.).
Foto: Antje Kranz/ Stadt Wittenberge

Insulin ist kälteempfindlich

Menschen mit Diabetes sollten in den Wintermonaten einiges beachten

BRANDENBURG. Tiefe Temperaturen können für die über neun Millionen Menschen mit Diabetes in Deutschland zur Belastung werden. Einerseits beeinträchtigt Frost die Wirksamkeit von Insulin und die Funktion von Messgeräten. Zudem schwanken die Blutzuckerwerte stärker, insbesondere bei schnell wechselnden Temperaturen. Menschen mit Nervenschäden wie einer diabetischen Polyneuropathie spüren Kälte oft kaum – mit möglichen Folgen wie schlecht heilenden Wunden, Rissen an der Haut oder auch langwierige Entzündungen, heißt es in einer Mitteilung des Verbandes der Diabetes-Beraterinnen und -Berater in Deutschland e. V. (VDBD).

Insulin ist kälteempfindlich: Unter +2 Grad Celsius kann es einfrieren und verliert dann seine Wirkung, auch wenn es äußerlich unverändert erscheint. Blutzuckermessgeräte, Teststreifen und Systeme zur kontinuierlichen Glukosemessung (CGM) reagieren ebenfalls empfindlich auf Kälte: Schläuche von Insulinpumpen können steif werden und abknicken. „Insulin und Technik sollten im Winter immer nah am Körper getragen werden, damit sie nicht auskühlen“, sagt

Yvonne Häusler, Vorstandsmitglied des VDBD und Diabetesberaterin an Kliniken des Deutschen roten Kreuzes (DRK). Sie betont, dass durch Kälte bedingte fehlerhafte Messwerte zu falschen Insulindosierungen führen können.

STOFFWECHSEL GERÄT AUS DER BALANCE

Der Körper verbraucht bei niedrigen Temperaturen mehr Energie, um warm zu bleiben. Das kann auch den Blutzucker senken. Gleichzeitig lässt Kälte demnach die Produktion von Stresshormonen steigen, die wiederum die Wirkung von Insulin abschwächen. Beides kann also zu größeren Schwankungen führen. Hinzu kommt: Wer sich weniger bewegt, sollte berücksichtigen, dass längere Ruhephasen die Werte ebenfalls wiederum steigen lassen können. Die VDBD-Expertin Yvonne Häusler rät daher, im Winter häufiger manuell zu messen oder aber die Kurven des Glukosesensors im Auge zu behalten.

KÄLTE WIRD VERNEBELT

Eine kältebedingte Nervenschädigung, also eine Polyneuropathie, kann unter-

Diabetiker sind im Winter besonders gefährdet. Foto: Adobe Stock/interstid

schiedlich stark ausfallen. „Viele spüren noch nicht einmal, wenn ihre Füße im Winter zu kalt werden“, weiß Yvonne Häusler. Die Kombination aus trockener Kälte draußen und warmer Heizungsluft drinnen kann auch die Haut zusätzlich in Mitleidenschaft ziehen. Unbemerkte Erfrierungen, eine fragile Haut, die aufreißen kann oder Druckstellen sind die Folge. Die VDBD-Expertin empfiehlt daher, die Füße täglich zu kontrollieren und Winterschuhe sorgfältig auszuwählen. Sie sollten warmhalten, aber nicht drücken oder Reibung verursachen. Auch Socken aus wärmenden, atmungsaktiven Materialien helfen, die Haut zu schützen.

INFEKTE BELASTEN DEN STOFFWECHSEL

Erkältungen und Grippe kommen im Winter häufiger vor und treiben den Blutzucker in die Höhe. „Eine vitaminreiche Ernährung mit Wintergemüse wie Grünkohl, Pastinaken, Rosenkohl oder Rotkohl kann das Immunsystem unterstützen. Bewegung an der frischen Luft wirkt einem 'Winterblues' entgegen und hilft überdies dem Stoffwechsel“, ergänzt Kathrin Boehm, VDBD-Vorstandsmitglied.

Auch bei Infekten sollten Betroffene ihren Blutzucker öfter kontrollieren und ausreichend trinken. Wenn Werte über längere Zeiträume erhöht blei-

ben, ist es sinnvoll, den Rat des Diabeteams einzuholen.

AUFMERKSAMKEIT FÜR KINDER

Kinder bewegen sich draußen oft intensiv oder verbringen viel Zeit im Warmen. Beides kann die Glukosewerte verändern. Beim Schlittschuhfahren, Skifahren oder einer Schneeballschlacht sinkt der Blutzucker häufig. Längeres Sitzen drinnen führt dagegen eher zu hohen Werten. „Insulin kühlt im Schulranzen sehr schnell aus, besonders in Auβentaschen. Im Winter gehört es gut isoliert und möglichst körpernah verstaut“, erklärt Häusler. Eltern sollten vor und nach Outdooraktivitäten die Werte ihrer Kinder prüfen, schnelle Kohlenhydrate mitgeben und nasse Kleidung zügig wechseln. Und auch hier gilt: Die Haut von Kindern ist im Winter trocken und braucht besondere Pflege – insbesondere an den Einstichstellen. *gd*



Medizin

ANZEIGE

Arthrose im Knie?

Dieser Pflanzenwirkstoff hilft abseits der Krebstherapie bei Arthrose

Hoffnung für Millionen Arthrose-Patienten: Ein besonderer Wirkstoff, der in der komplexeren Krebstherapie eingesetzt wird, kann unabhängig davon auch bei Arthrose helfen!

Wenn die Laubbäume ihre Blätter verlieren, bekommen wir eine sonst eher unscheinbare Pflanze zu Gesicht: die Mistel. Diese wird häufig in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt, da sie sich beim Gebrauch gegen maligne Tumore bewährt hat. Sie aktiviert den programmierten Zelltod einer geschädigten oder funktionsunfähigen Zelle als Überlebensschutz des gesun-

den Gewebes. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der in der Mistel enthaltene Wirkstoff Viscum album auch bei Arthrose helfen kann¹.

Arthrose – die wichtigsten Fakten

Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel bildet eine Schutzschicht, die verhindern soll, dass die Knochen aneinander reiben. Nutzt sich der Knorpel ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Dies führt zu starken Schmerzen und Entzündungen. Altersbedingter Verschleiß gilt dabei als eine der Hauptursachen. Aber auch Bewegungsmangel, Übergewicht oder Fehlstellungen können Arthrose begünstigen.

Ein typisches Zeichen ist der „Anlaufschmerz“. Dabei verspüren Betroffene beim Loslaufen auf den ersten Metern ein Ziehen, z. B. in der Hüfte oder im Knie. Arthrose beginnt außerdem in vielen Fällen damit, dass sich die Gelenke steif anfühlen oder anschwellen. Später kommt häufig ein Belastungsschmerz hinzu.



Die Kniearthrose ist die häufigste Form der Arthrose.

Der vielversprechende Wirkstoff Viscum album

Der Wirkstoff Viscum album kann auch bei Arthrose helfen! Denn: Laut Arzneimittelbild wird Viscum album bei Steifigkeit sowie bei Ziehen und Reißen im Knie angewendet. Der Wirkstoff überzeugt vor allem deswegen bei Arthrose, da er sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend wirkt.¹ Der Wirkstoff kann laut In-vitro-Studien durch den apoptotischen Zelltod sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenknorpel bei Arthrose angreifen.² Somit wird der Knorpel geschützt und die bei Arthrose typischen Anlauf- und Belastungsschmerzen werden bekämpft. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, was den Wirkstoff Viscum album hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Das Arzneimittel ist gut verträglich. Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

Stark gegen den Schmerz, sanft zum Körper!

Jetzt in Vorteilsgröße 100 ml!



Rubaxx

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)

www.rubaxx.de



„Seit Tagen habe ich keine Schmerzen mehr im Knie. Auch nachts nicht. Ich werde die Tropfen weiter nehmen!“
(Klaus W.)