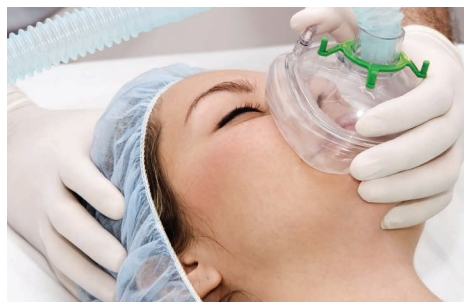


2019
PROGRAMM
1. HALBJAHR


Krankenhaus
Johanneum



Vorträge &
Seminare

Liebe Leserin,
lieber Leser,

viel Wissenswertes für Gesundheitsbewusste, das möchten wir Ihnen auch in der 1. Jahreshälfte 2019 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 für jedermann offen und generell **kostenlos**. Eine Anmeldung ist hier nicht erforderlich.

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).

Themenblock Fitness

- 12.02. Ganzkörperkräftigung für Männer ab 60
- 14.02. Für einen starken Rücken - Präventives Rückentraining
- 06.03. Entspannende Massagen für Kopf, Rücken und Beine erlernen und erproben

TIPP

Endoprothetik-Schule am: 17. Januar, 21. Februar, 21. März,
18. April, 16. Mai, 20. Juni

Themenblock Medizin

- 28.01 Was die Hüfte bewegt - Therapieoptionen bei Schmerzen im Hüftgelenk
- 25.02 Endlich wieder mobil - Knieschmerzen effektiv behandeln
- 04.03. Offener Abend - Rund um die Geburt
- 11.03. Chirurgie durchs „Schlüsselloch“: Kleine Schnitte - Große Wirkung
- 18.03. „Make today count“ - Das Heute zählt
Selbsthilfegruppen für Menschen mit Krebserkrankungen
- 25.03. Schmerzen trotz Gelenkprothese - Problemanalyse und Therapie
- 01.04. Chronisches Sodbrennen - Was tun gegen das Feuer im Hals?
- 09.05. Der Herzinfarkt - Nicht nur Männersache!
Risikofaktoren, Symptome und Behandlung
- 27.05. Wenn Knochen porös werden -
Osteoporose vorbeugen und behandeln
- 03.06. Offener Abend - Rund um die Geburt
- 17.06. Myome der Gebärmutter - Typische Beschwerden und Möglichkeiten der Therapie
- 24.06. Rote Karte für Sportverletzungen: Diagnostik und Therapie akuter Verletzungen an Bändern, Sehnen und Gelenken

Themenblock Pflege

Pflegeberatungsgespräche am: 03. Januar, 07. Februar, 07. März,
04. April, 02. Mai und 06. Juni

- 21.05. Was am Ende bleibt - Die letzten Tage und Stunden

Impressum:

Herausgeber:
Krankenhaus Johanneum
Feldstraße 1
27793 Wildeshausen
www.krankenhaus-johanneum.de
V.i.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



Was die Hüfte bewegt

Therapieoptionen bei Schmerzen im Hüftgelenk

Referenten:

Dr. Nils H. Goecke
 Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter des EndoProthetikZentrums 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

Das Hüftgelenk ermöglicht als gelenkige Verbindung zwischen Becken und Oberschenkel zum Beispiel das Laufen, Gehen oder Rad fahren. 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:

28.01.2019

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





Endlich wieder mobil!

Knieschmerzen effektiv behandeln

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:

**25.02.2019
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 Johanneum Wildeshausen
- 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

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

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

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



Rund um die Geburt



Besichtigen Sie als werdende Eltern unsere Kreißsäle, Untersuchungszimmer und die Geburtsstation und informieren Sie sich in lockerer Runde über die verschiedenen Methoden der Geburtsvorbereitung. Zu Beginn werden die Beleghebammen sowie das Chefarztteam der Geburtshilfe im Café Johanneum vorgestellt und Dr. Andreas Neuling, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, informiert Sie über die Möglichkeiten der schmerzfreien Geburt. Die anschließenden Führungen werden von den Beleghebammen und Chefarzten der Geburtshilfe des Krankenhauses begleitet. Ihre Fragen „Rund um die Geburt“ sind ausdrücklich erwünscht!

Termine: **04.03.2019** und **03.06.2019**

19.30 – ca. 21.00 Uhr

Veranstaltungsbeginn: im Café Johanneum

Programm:

Begrüßung durch die Beleghebammen

Mandy Völsngen, Elena Morosow, Dana Sosna,
Christina Lamping, Uta Treff, Oxana Schulmeister

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 Chefarzte
informieren Sie „Rund um die Geburt“.

Chefarztteam der Geburtshilfe am Johanneum:

Ali Mohamed-Pflaum, Iryna Rybakovska, Ute Wrehe, Nicole Ziegler

Chirurgie durchs „Schlüsselloch“ Kleine Schnitte - Große Wirkung



Die minimal-invasive Chirurgie (oder auch Schlüssellochchirurgie) hält Verletzungen der Haut und der Weichgewebe für die Patienten möglichst gering. Sie gelingt durch kleinste Hautschnitte (zirka fünf Millimeter) und ist in der Regel schonender und weniger belastend als konventionelle (offene) Eingriffe. Durch die kleinen Zugänge werden eine Optik mit angeschlossener Kamera und spezielle OP-Instrumente in den zu operierenden Bereich eingebracht. Die Kamera ist mit einer Videotechnik verbunden, so dass der Operateur den Eingriff maßstabgetreu verfolgt.

Wie funktioniert die minimal-invasive Chirurgie (MIC) und für welche Krankheitsbilder ist sie geeignet? Auf diese und weitere Fragen wird Dr. Alexander Terzic, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, anschaulich Antworten geben.

Termin:

11.03.2019

Veranstaltungsort:

19.30 – ca. 21.00 Uhr

Referent:

Café Johanneum

Dr. Alexander Terzic

Chefarzt der Klinik für Allgemein-,

Viszeral- und Gefäßchirurgie

Facharzt für Allgemeinchirurgie,

Facharzt für Viszeralchirurgie, Spezielle

Viszeralchirurgie, Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC),

Zusatzbezeichnung Proktologie,

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

„Make today count“ - Das Heute zählt
 Selbsthilfegruppen für Menschen mit Krebserkrankungen



Bild: adobe stock

Die Hilfe durch Selbsthilfegruppen für Menschen mit Krebserkrankungen möchte die Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe, Ute Wrehe, an diesem Abend den Teilnehmerinnen und Teilnehmern näher bringen. Dabei geht es vor allem darum, im Heute zu leben und zu einem anderen Umgang mit der Krankheit zu finden. In einer wertschätzenden Weise wird in den Gruppen Erfahrung, Kraft und Hoffnung geteilt. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, Dinge aus- und anzusprechen, die möglicherweise im gewohnten Umfeld zu Besorgnis und Missverständnissen führen.

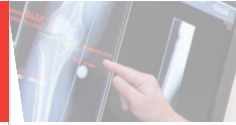
Termin: 18.03.2019
 19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referentin: **Ute Wrehe**
 Fachärztin für Gynäkologie
 und Geburtshilfe
 MVZ Johanneum
 Krankenhaus Johanneum

Schmerzen trotz Gelenkprothese

Problemanalyse und Therapie



Infektion der Prothese, Instabilität, Lockerung oder ein Knochenbruch – leider kann es bei implantierten Kunstgelenken auch zu Problemen kommen. Zudem ist die Standzeit der Kunstgelenke begrenzt und liegt meist bei bis zu 15 Jahren. Dann sind sogenannte „Wechseloperationen“ notwendig. Die Wechselendoprothetik bezeichnet den Austausch eines Implantates.

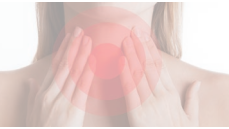
Dr. Nils Henrik Goecke, Leiter unseres zertifizierten EndoProthetikZentrums der Maximalversorgung, wird an diesem Abend auf die Ursachen und die Problemanalyse von schmerzhaften Hüft- und Knieprothesen eingehen und die Infektionsbehandlung wie auch die Wechselendoprothetik verständlich und anschaulich darstellen. Anschließend besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin: **25.03.2019**
19.00 – 20.30 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referent: **Dr. Nils Henrik Goecke**
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie,
Leiter 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 Wildeshausen

TIPP
Endoprothetik-
Schule
Seite 19



Chronisches Sodbrennen

Was tun gegen das Feuer im Hals?

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).

Die Mediziner Dr. Alexander Terzic, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, und Dr. med. Heiko Windt, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, geben Einblicke in die Anatomie und Funktion von Zwerchfell und Magen und erläutert anhand dessen die Diagnostik und effektive Therapie des chronischen Sodbrennens aus internistischer und chirurgischer Sicht.

Termin:

01.04.2019

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Referenten:

Café Johanneum

Dr. Alexander Terzic

Chefarzt der Klinik für Allgemein-,
Viszeral- und Gefäßchirurgie
Facharzt für Allgemeinchirurgie,
Facharzt für Viszeralchirurgie,
Spezielle Viszeralchirurgie,
Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC),
Zusatzbezeichnung Proktologie,
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Dr. Heiko Windt

Chefarzt der Klinik für Innere Medizin,
Facharzt für Innere Medizin,
Facharzt für Gastroenterologie,
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Herzinfarkt - Nicht nur Männersache!

Risikofaktoren, Symptome und Behandlung



Laut Deutscher Herzstiftung sterben in Deutschland jährlich etwa 55.000 Menschen am sogenannten akuten Myokardinfarkt. Im Bewusstsein vieler ist der Herzinfarkt eine Männerkrankheit, doch Frauen sind ebenso betroffen. Die Symptome eines Infarktes sind jedoch bei Frauen häufig andere.

In ihren Vorträgen werden die erfahrenen Kardiologen Dr. Falk Theil und Dr. Uwe Panicke über die Ursachen und Präventionsmöglichkeiten des akuten Herzinfarktes informieren. Erfolgreiche Therapieverfahren sind dabei genauso Thema wie die unterschiedlichen Warnzeichen bei Männern und Frauen.

Termin:

09.05.2019

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

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



Wenn Knochen porös werden - Osteoporose vorbeugen und behandeln

Osteoporose ist eine Volkskrankheit: Alle Menschen, unabhängig von Alter und Geschlecht, können erkranken. In Deutschland wird mit acht Millionen Patienten gerechnet. Die Betroffenen leiden unter einem erhöhten Knochenbruchrisiko mit allen daraus entstehenden Problemen bis hin zur Invalidität. Im Vortrag des Chefarztes der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Dr. Nils Henrik Goecke, der auch zertifizierter Osteologe ist, werden das Krankheitsbild, die Vorsorgemöglichkeiten und nicht-operative Behandlungsoptionen anhand von Beispielen erläutert. Im Anschluss erklärt Dr. Michael Bechara, Leitender Arzt der Unfallchirurgie, wie nach einem erlittenen Knochenbruch durch moderne Therapieverfahren eine schnelle Rehabilitation mit Belastungsfähigkeit und Rückkehr in den Alltag gelingen kann.

Termin: **27.05.2019**
19.00 – 20.30 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 der Unfallchirurgie,
 Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,
 Spezielle Unfallchirurgie,
 Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Myome der Gebärmutter

Typische Beschwerden und Möglichkeiten der Therapie



Myome sind meist gutartige Muskelknoten der Gebärmutter. Sie können verantwortlich sein für Blutungsstörungen oder unerfüllten Kinderwunsch. Bis zu 40 Prozent der Frauen im gebärfähigen Alter haben Myome, die auch Unterbauchschmerzen oder verstärkte Menstruation, übermäßigen Harndrang, Becken-, Bein oder sogar Rückenschmerzen hervorrufen können. In sehr seltenen Fällen können die meist gutartigen Muskelknoten auch entarten. Der Ursache für immer wiederkehrende Regel- oder Bauchschmerzen sollte daher auf den Grund gegangen werden.

Die Gynäkologin Nicole Ziegler wird in ihrem Vortrag über die typischen Hinweise und Beschwerden von Myomen informieren und dabei über Behandlungsmöglichkeiten für eine individuelle Therapie aufklären. Zudem geht sie auch der Frage nach, wann und wie operiert werden sollte. Fragen aus dem Publikum sind ausdrücklich erwünscht.

Termin:

17.06.2019

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Café Johanneum

Referentin:

Nicole Ziegler

Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe
 MVZ Johanneum Wildeshausen
 Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Rote Karte für Sportverletzungen

Diagnostik und Therapie akuter Verletzungen
an Bändern, Sehnen und Gelenken



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 Sängner 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: **24.06.2019**
19.00 – 20.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referentin: **Dr. Alexandra Sängner**
Fachärztin für Chirurgie,
Zusatzbezeichnung Sportmedizin, Notfallmedizin
MVZ Johanneum Wildeshausen
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Pflegeberatungsgespräche

Angebot des Ambulanten Pflegezentrums Johanneum

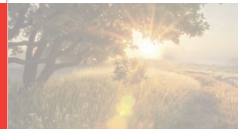
Die Beratungen finden an **jedem 1. Donnerstag** im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr nach Vereinbarung statt. Individuelle Terminabsprachen sind ebenfalls möglich.

- Termine:** **03.01.2019 / 07.02.2019 / 07.03.2019,
04.04.2019 / 02.05.2019 / 06.06.2019**
- Ort:** Räumlichkeiten des Ambulanten Pflegedienstes
(Eingang Deekenstraße)
Krankenhaus Johanneum
- Pflegedienstleitung:** **Thomas Möhle**, Pflegezentrum Johanneum
- Anmeldung:** Tel. (0 44 31) 982-6000

Was am Ende bleibt - Die letzten Tage und Stunden

Was bewegt Sterbende in den letzten Tagen und Stunden? An diesem Abend wird die Sterbe- und Trauerbegleiterin Ulla Meier-Sperling einen Erfahrungsbericht vorstellen. Im Anschluss daran besteht die Gelegenheit zum Austausch.

- Termin:** **21.05.2019
19.30 – 21.00 Uhr**
- Veranstaltungsort:** Seminarraum / Hospizzimmer
(Zugang über Parkplatz Deekenstraße)
- Referentin:** **Ulla Meier-Sperling**
Heilpädagogin, Palliative Care,
Sterbe- und Trauerbegleiterin
Hospizhilfe Wildeshausen



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.

Beginn: **12.02.2019 (zehn Trainingseinheiten)**
jeweils dienstags, 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

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: 14.02.2019 (zehn Übungseinheiten)
jeweils donnerstags, 16.30 – 17.30 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

Entspannende Massagen

für Kopf, Rücken und Beine erlernen und erproben



Bild: Rüdiger - stock.adobe

Sie werden unter Anleitung mit den Grundtechniken der klassischen Massage vertraut gemacht. Der Kurs ist auch für Personen mit geringen Grundkenntnissen geeignet, da unsere Mitarbeiterin Christiane Coldewey individuelle Wünsche berücksichtigen wird. Bitte tragen Sie Sportkleidung und dicke Socken.

Tipp!

Melden Sie sich am besten zu zweit an.

- Beginn:** **06.03.2019 (sechs Trainingseinheiten)**
jeweils mittwochs, 18.00 - 19.00 Uhr
- Kosten:** 48 €
- Veranstaltungsort:** Räumlichkeiten der Physiotherapie
 Krankenhaus Johanneum
- Teilnehmer:** 6 Personen
- Trainerin:** **Christiane Coldewey**
 Masseurin, med. Bademeisterin,
 Lymphdrainagen-Therapeutin
 Krankenhaus Johanneum
- Anmeldung:** kurse@krankenhaus-johanneum.de oder
 Tel. (04431) 982-8750, Zentrale Therapiebereiche

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:

**17.01.2019 / 21.02.2019 / 21.03.2019
18.04.2019 / 16.05.2019 / 20.06.2019
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
2019



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