

2016
PROGRAMM
1. HALBJAHR



Vorträge & **Seminare**

Liebe Leserin,
lieber Leser,

unser Veranstaltungsprogramm für die erste Jahreshälfte 2016 bietet wieder viel Wissenswertes für Gesundheitsbewusste. Wir hoffen, damit auf Ihr Interesse zu stoßen. Wir bieten Ihnen Vorträge und Kurse unserer Experten aus folgenden Bereichen:

- Medizin
- Pflege
- Fitness

Sicher ist auch die passende Veranstaltung für Sie dabei.

Zur schnellen Orientierung haben wir nebenstehend eine kalendari-
sche Übersicht erstellt.

Die Teilnahme an den **Vorträgen** ist für jedermann offen und generell **kostenlos**. Eine Anmeldung ist hier nicht erforderlich.

Für unsere **Kurse** bestehen indes Teilnahmebeschränkungen. Hier ist eine **Anmeldung** unbedingt notwendig. Für Kurse aus dem Bereich Fitness wird eine geringe Kostenbeteiligung erhoben.

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

Impressum:

Herausgeber:
Krankenhaus Johanneum,
Feldstraße 1

27793 Wildeshausen
www.krankenhaus-johanneum.de

V.i.S.d.P.:
Dipl.-Kfm. Hubert Bartelt,
Verwaltungsdirektor

Gestaltung/Redaktion:
Ulrike Berg M.A.,
Öffentlichkeitsarbeit,
QM, Projekte

Bilder: Fotolia,
Krankenhaus Johanneum

Druck:
Druckerei Breckweg
Alle Rechte vorbehalten

Themenblock Medizin

- 08.02. Gefährliches Übergewicht – Adipositas
Ganzheitliche Therapie zur langfristigen Gewichtsabnahme
- 29.02. Schmerzhaftes Hüftgelenke? Vom Gelenkerhalt bis zur Prothese
- 07.03. Offener Abend – Rund um die Geburt
- 11.04. Feuer im Hals – Chronisches Sodbrennen ist heilbar!
- 18.04. Schmerzen im Knie – Wenn jeder Schritt zur Qual wird
Diagnose und Therapiemöglichkeiten
- 25.04. Wenn die Leber erkrankt – Ursachen, Diagnostik, Therapieoptionen
- 09.05. Diagnose Darmkrebs – Was nun?
Das Kolon-Karzinom aus internistischer und chirurgischer Sicht
- 23.05. Entzündliche Herzerkrankungen –
Behandlungsmöglichkeiten für ein intaktes Herz
- 30.05. Wenn die Füße schmerzen – Verfahren der modernen Fußchirurgie
- 06.06. Offener Abend – Rund um die Geburt
- 07.06. Alles im Fluss? Gefäßerkrankungen und ihre Therapiemöglichkeiten
- 13.06. Hilfe bei Schmerzen in der Schulter – Ursachen, Diagnose, Therapie

Themenblock Pflege

Pflegeberatungsgespräche am: 07. Januar, 04. Februar, 03. März,
07. April, 12. Mai und 02. Juni

Themenblock Fitness

- 02.02. Nordic Walking Grundkurs 1 (am Vormittag)
- 02.02. Für einen starken Rücken – Präventives Rückentraining
- 02.02. Qi Gong ab 60 / Kurs
- 04.02. Qi Gong und Achtsamkeit / Kurs
- 17.02. Gymnastik für Männer ab 60 / Kurs 1
- 18.02. Gymnastik für Männer ab 60 / Kurs 2
- 06.04. Nordic Walking Grundkurs 2

Endoprothetik-Schule am: 21. Januar, 18. Februar, 17. März,
21. April, 19. Mai, 16. Juni

TIPP



Gefährliches Übergewicht - Adipositas

Ganzheitliche Therapie zur langfristigen Gewichtsabnahme

Die Anzahl krankhaft übergewichtiger Menschen nimmt stetig zu. Adipositas ist mittlerweile vielen ein Begriff und steht für Fettleibigkeit oder auch Fettsucht. Neben dem Übergewicht sind es vor allem die Begleiterkrankungen wie Gelenkverschleiß, Diabetes, Bluthochdruck etc., die die Betroffenen belasten und auch gefährden. Diäten und pauschale Ernährungsratschläge lösen das Problem nicht. Zur konservativen Behandlung des krankhaften Übergewichts gehören auch Medikamente, Bewegungstherapien, verhaltenstherapeutische Maßnahmen sowie eine psychologische Betreuung. Das Ziel ist eine langfristige Gewichtskontrolle nach erfolgreicher Gewichtsabnahme.

Die Frage, ob das Ziel mit einer konservativen Behandlung zu erreichen oder eine Operation anzuraten ist, muss individuell geklärt werden. Die chirurgische Therapie gilt derzeit als Behandlungsoption, mit deren Hilfe eine deutliche Reduzierung extremen Körpergewichts erreicht und gehalten werden kann. Dafür müssen jedoch bestimmte Voraussetzungen vorliegen.

In ihren Vorträgen werden Ives Garre, Leitender Oberarzt der Chirurgie, und Julien Dufayet, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, auf die ganzheitlichen therapeutischen Möglichkeiten dieses Krankheitsbildes aus chirurgischer und internistischer Sicht eingehen. Im Anschluss besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin:

08.02.2016

19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Referenten:

Ives Garre

Ltd. Oberarzt Chirurgie

Facharzt für Allgemeinchirurgie,

Facharzt für Viszeralchirurgie

Spezielle Viszeralchirurgie

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Julien Dufayet

Oberarzt Innere Medizin

Facharzt für Innere Medizin

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Schmerzhafte Hüftgelenke? Vom Gelenkerhalt bis zur Prothese



Starke Hüftschmerzen können durch Überlastung beim Sport sowie bei Alltags-tätigkeiten, Fehlstellung des Gelenkes oder gar durch Gelenkverschleiß, die Hüftarthrose, hervorgerufen werden. Aber nicht immer ist gleich ein Gelenkersatz notwendig. Besonders im frühen Stadium sind die Beschwerden z.B. auch durch Physiotherapie gut zu behandeln. Bei starken Fehlstellungen oder geschädigten Gelenken kann indes ein operativer Eingriff - gelenkerhaltend oder auch gelenkersetzend - notwendig werden.

Die Spezialisten unserer Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie sowie des zertifizierten EndoProthetikZentrums um Chefarzt Dr. Nils H. Goecke geben Einblicke in 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: **29.02.2016**
19.00 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

- Vortrags-Programm:**
- 19:00 Begrüßung und Moderation
Dr. Nils Henrik Goecke
Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Leiter EndoProthetikZentrum Johanneum Wildeshausen
 - 19:10 Konservative Therapie & gelenkerhaltende, rekonstruktive Eingriffe
Dr. Albert Mönnig
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 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

Dr. Albert Mönnig
Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Birgit Zobel-Elders
Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeutin, Manualtherapeutin



Rund um die Geburt



Besichtigen Sie als werdende Eltern Kreißsäle und Untersuchungszimmer und informieren Sie sich in lockerer Runde über die verschiedenen Methoden der Geburtsvorbereitung. Zu Beginn hält Dr. Andreas Neulinger, Ltd. Arzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, einen kurzen Vortrag über die Möglichkeiten der schmerzfreien Geburt.

Die Führungen werden von den Beleghebammen des Krankenhauses Johanneum begleitet.

Termin: **07.03.2016** und **06.06.2016**
19.30 – ca. 21.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Johanneum

Referent: **Dr. Andreas Neulinger,**
Ltd. Arzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin,
Facharzt für Anästhesiologie,
Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie,
Spezielle Anästhesiologische Intensivmedizin,
Rettungsmedizin,
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

Beleghebammen: Mandy Völsgen,
Elena Morosow,
und Dana Sosna

Fachärzte für Gynäkologie & Geburtshilfe im MVZ Johanneum:

Dr. Günter Grewe, Iryna Rybakovska, Ute Wrehe

Feuer im Hals – Chronisches Sodbrennen ist heilbar!



Chronisches Sodbrennen fühlt sich so an, als würde der Hals brennen. Gewöhnlich bewirkt eine Grundspannung in der Speiseröhre, dass die Säure dort bleibt, wo sie hingehört: im Magen. Ist der Mechanismus gestört – z.B. durch ein Hochrutschen des Magens in den Brustkorb, kommt es zu einem Rückfluss der Magensäure in die Speiseröhre. Das bezeichnen Mediziner als gastroösophageale Refluxerkrankung. Diese lässt sich mittels drahtloser 24h pH-Metrie messen. Eine Magenspiegelung zeigt, ob ein Zwerchfellbruch vorliegt oder entzündliche Veränderungen der Speiseröhre, die das Risiko für die Entwicklung von Krebs erhöhen. In vielen Fällen lässt sich das Sodbrennen medikamentös (Magensäurehemmer, PPI) gut in den Griff bekommen, allerdings ist häufig eine lebenslange Einnahme erforderlich. Heilung und Beseitigung der Ursachen gelingen nur durch einen chirurgischen Eingriff. Hierdurch kann die schädigende Wirkung der Magen- und Gallenflüssigkeit an der Speiseröhre gestoppt werden. In Schlüsselochtechnik wird der Verschlussmechanismus rekonstruiert und die Ursache des Sodbrennens so beseitigt.

Dr. Alexander Terzic, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, gibt Ihnen Einblicke in die Anatomie und Funktion von Zwerchfell und Magen und erläutert anhand dessen die Diagnostik und Therapie des chronischen Sodbrennens.

Termin:

11.04.2016

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Café Johanneum

Referent:

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



Schmerzen im Knie - Wenn jeder Schritt zur Qual wird Diagnose und Therapiemöglichkeiten

Referenten:

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

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

Birgit Zobel-Elders
Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeutin, Manualtherapeutin

Ob Treppen steigen, Stehen, Gehen oder Laufen: Unsere Kniegelenke sind jeden Tag hohen Belastungen ausgesetzt. Wenn die Kniegelenke schmerzen, kann jeder Schritt zur Qual werden. Formveränderungen und Verletzungen können ursächlich sein, denn sie führen oft zu Schädigungen von Bändern, den Menisken und des Knorpels. Eine Spätfolge kann die Arthrose sein, die die Lebensqualität stark einschränkt. Ist der Erhalt des Gelenkes nicht mehr möglich, eröffnet nach intensiver Nutzen-Risikoabwägung die Implantation eines künstlichen Kniegelenkes (Endoprothese) die Perspektive für ein weitgehend schmerzfreies Leben und die Wiedergewinnung von Lebensqualität. Sie erwartet zu diesem Thema ein Vortragsabend mit den Spezialisten unseres zertifizierten EndoProthetikZentrums, die zu Möglichkeiten des Gelenkerhalts, zum modernen Kniegelenkersatz sowie zur Vor- und Nachbehandlung aus Sicht der Physiotherapie referieren. Anschließend besteht ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

Termin: **18.04.2016**
19.00 – 21.00 Uhr

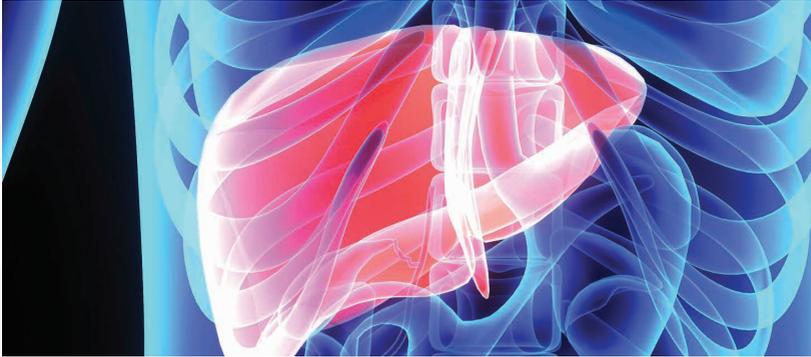
Veranstaltungsort: Café Johanneum

- Vortrags-Programm:**
- 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



Wenn die Leber erkrankt

Ursachen, Diagnostik und Therapieoptionen



Als zentrales Stoffwechselorgan hat die Leber zahlreiche lebenswichtige Aufgaben: Entgiftung des Körpers, Steuerung des Stoffwechsels und des Hormonhaushalts oder Verwertung von Nährstoffen. Die Ursachen für Lebererkrankungen können unterschiedlich sein, zum Beispiel eine falsche Ernährung, Alkohol, Störungen des Immunsystems oder auch Viren. Deutschlandweit sind etwa eine Million Menschen an virusbedingter Hepatitis B und C erkrankt. Die Dunkelziffer ist hoch. Leider verlaufen Lebererkrankungen lange im Stillen und bleiben dadurch unbemerkt. Werden sie nicht erkannt, drohen Spätfolgen wie zum Beispiel Leberzirrhose oder Leberkrebs.

Gastroenterologe Dr. Heiko Windt, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, möchte Interessierten mit diesem Vortrag Raum geben, sich über die unterschiedlichen Lebererkrankungen, ihre Ursachen, Diagnose und Therapie-möglichkeiten zu informieren. Im Anschluss werden persönliche Fragen der Teilnehmer beantwortet.

Termin:

25.04.2016

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Referent:

Café Johanneum

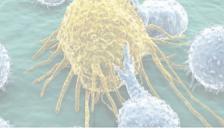
Dr. Heiko Windt

Chefarzt der Klinik für Innere Medizin

Facharzt für Innere Medizin,

Facharzt für Gastroenterologie

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen



Diagnose Darmkrebs – Was nun?

Das Kolon-Karzinom aus internistischer und chirurgischer Sicht

Darmkrebs ist bei Frauen und Männern die zweithäufigste Krebserkrankung in Deutschland. Er entsteht immer aus gutartigen Darmpolypen. Die Heilungschance (im Mittel 40-60 %) hängt entscheidend vom Krankheitsstadium ab. Meist treten beim Patienten erst im fortgeschrittenen Tumorstadium Beschwerden (Blutarmut, Schmerzen, Darmverschluss) auf. Durch regelmäßige Darmspiegelung im Rahmen der Tumovorvorsorge können noch harmlose Darmpolypen erkannt und entfernt werden. Wird doch ein Darmkrebs entdeckt, ist in den meisten Fällen minimal invasiv (Schlüssellochtechnik) eine schonende Entfernung des befallenen Darmabschnittes möglich.

In ihren Vorträgen erklären Chefarzt Dr. med. Alexander Terzic und Chefarzt Dr. med. Heiko Windt, warum eine regelmäßige Tumovorvorsorge so wichtig ist. Zudem geben sie Einblicke in die verschiedenen Untersuchungs- und Therapieverfahren sowie operativen Behandlungsmöglichkeiten bei Darmkrebs.

Termin:

09.05.2016

19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Referenten:

Dr. Heiko Windt

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

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

Entzündliche Herzerkrankungen

Behandlungsmöglichkeiten für ein intaktes Herz



Unser Herz ist das zentrale Organ unseres Blutkreislaufs. Es handelt sich um ein muskuläres Hohlorgan, welches pro Minute etwa fünf bis sechs Liter Blut durch den menschlichen Körper pumpt und diesen versorgt. Entzündliche Herzerkrankungen wie die Myokarditis (Herzmuskelentzündung), die Perikarditis (Herzbeutelentzündung) und die Endokarditis (Herzklappenentzündung) haben unterschiedliche Ursachen und eine oft diffuse Symptomatik. Nicht behandelt, können die Folgen schwerwiegend sein.

Kardiologe Dr. Falk Theil, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, möchte in seinem Vortrag über die Ursachen der entzündlichen Herzerkrankungen sprechen, aktuelle diagnostische Methoden aufzeigen und moderne Möglichkeiten der Behandlung darstellen.

Termin:

23.05.2016

Veranstaltungsort:

19.30 – 21.00 Uhr

Café Johanneum

Referent:

Dr. Falk Theil

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

Wenn die Füße schmerzen Verfahren der modernen Fußchirurgie



Referenten:

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

Daniel Nickel
Assistenzarzt Orthopädie und Unfallchirurgie

Wie gut uns unsere Füße bisher durchs Leben getragen haben, schätzen wir oft erst, wenn sie schmerzen. Viele Menschen leiden aber unter Schmerzen im Fuß, hervorgerufen z.B. durch übermäßige Belastung, Verformungen oder Nervenstörungen. Was für gesunde Füße getan werden kann, welche Erkrankungen des Fußes es gibt, und wie die moderne Fußchirurgie helfen kann, darüber informieren unsere Experten der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie. In ihren Vorträgen werden Chefarzt Dr. Nils H. Goecke und Assistenzarzt Daniel Nickel auf die vielfältigen Probleme des Fußes eingehen und nicht-operative und operative Behandlungsmöglichkeiten anhand von Beispielen erläutern. Dr. Goecke ist erfahrener Fußchirurg und Mitglied der Deutschen Assoziation für Fuß- und Sprunggelenk e.V..

Termin: **30.05.2016**
19.00 – ca. 20.30 Uhr

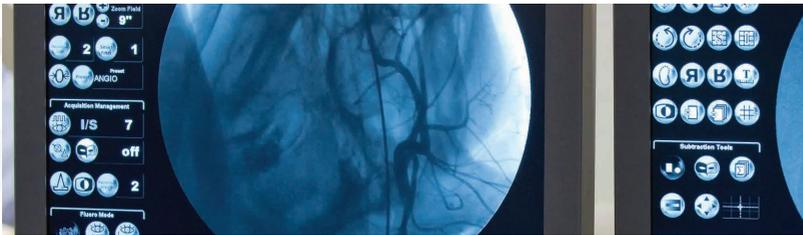
Veranstaltungsort: Café Johanneum

Programm:

19:00	Begrüßung Dr. Nils Henrik Goecke <i>Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie Krankenhaus Johanneum Wildeshausen</i>
19:05	Erkrankungen des Vorfußes und ihre Behandlungsmöglichkeiten Dr. Nils Henrik Goecke
19:40	Erkrankungen des Rückfußes und ihre Behandlungsmöglichkeiten Daniel Nickel <i>Assistenzarzt Orthopädie / Unfallchirurgie Krankenhaus Johanneum Wildeshausen</i>
20:10	Beantwortung der Publikumsfragen

Alles im Fluss?

Gefäßerkrankungen und ihre Therapiemöglichkeiten



Immer mehr Menschen leiden unter Durchblutungsstörungen der Beine, des Beckens und der Halsschlagadern. Verengte oder verschlossene Arterien lassen das Blut nicht mehr richtig fließen und können unbehandelt bedrohliche Folgen wie Schlaganfall oder Beinamputation haben. Ein weiteres Krankheitsbild: das Aneurysma, eine krankhafte Ausweitung der Bauchschlagader. Ursachen dieser Erkrankungen sind Verkalkungen der Schlagadern (Arteriosklerose). Risikofaktoren sind z.B. Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus), Bluthochdruck oder erhöhte Blutfette. Zu den häufigsten venösen Erkrankungen zählt weltweit das primäre Krampfaderleiden (primäre Varikose). Häufig treten ebenfalls chronische venöse Insuffizienz (bei angeborener Schwäche des tiefen Leitvenensystems) und die Venenthrombose auf. Die Venenthrombose kann zu dauerhaften Venenschäden führen, z.B. dem postthrombotischen Syndrom oder dem chronischen Unterschenkelgeschwür (Ulcus cruris).

In seinem Vortrag wird Dr. Roger Skaf, Ltd. Arzt der Sektion Gefäßchirurgie, auf die Risikofaktoren für Gefäßerkrankungen, die Diagnostik und die modernen Verfahren zur Versorgung von Erkrankungen des arteriellen und venösen Gefäßsystems anhand von Beispielen anschaulich eingehen.

Termin:

07.06.2016

19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungsort:

Café Johanneum

Referent:

Dr. Roger Skaf

Ltd. Arzt Gefäßchirurgie der
Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Facharzt für Allgemeinchirurgie
Facharzt für Gefäßchirurgie
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen



Hilfe bei Schmerzen in der Schulter

Ursachen, Diagnose und Therapie

Die Schulter ist ein sehr gut bewegliches Gelenk mit einer stark muskulären Führung. Sie macht aufgrund dessen mit zunehmendem Alter oder nach Unfällen häufig Probleme. Es kann zu Schmerzen, Instabilität, Kraftlosigkeit und unter anderem zu Bewegungseinschränkungen kommen. Am Ende steht gar eine Arthrose. 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 sowie stellvertretender Leiter des EndoProthetikZentrums, werden auf die verschiedenen Ursachen von Schulterproblemen eingehen. Dabei werden die modernen therapeutischen Möglichkeiten aufgezeigt: Neben konservativen nicht operativen Methoden werden ausführlich minimal invasive Schlüsselloch-Operationen erläutert. Auch die Behandlung von Brüchen und der Arthrose unter anderem mit Prothesen werden dabei anschaulich dargelegt. Anschließend besteht ausreichend Zeit, Fragen zu stellen.

Termin:

13.06.2016

19.00 – c.a. 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 Unfallchirurgie,
Stellv. Leiter EndoProthetikZentrum
Johanneum Wildeshausen,
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie,
Spezielle Unfallchirurgie
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 statt. Individuelle Terminabsprachen sind ebenfalls möglich.

- Termine:** **07.01.2016, 04.02.2016, 03.03.2016,
07.04.2016, 12.05.2016, 02.06.2016**
- Ort:** Räumlichkeiten des Ambulanten Pflegedienstes
(Eingang Deekenstraße)
Krankenhaus Johanneum
- Pflegedienstleitung:** **Thomas Möhle**
Pflegezentrum Johanneum
- Anmeldung:** Tel. (0 44 31) 982-6000

Für einen starken Rücken – Präventives Rückentraining

Volksleiden Rückenschmerzen: Für einen starken Rücken erlernen Sie in diesem Kurs gezielte Übungen und gesundheitsbewusstes Verhalten, um Rückenproblemen vorzubeugen. Bereits vorhandene Beschwerden können so überwunden und chronische Schmerzen vermieden werden. Bitte tragen Sie bequeme Sportkleidung.

- Beginn:** **02.02.2016**
zehn Übungseinheiten
jeweils dienstags, 16.30 – 17.30 Uhr
- Kosten:** 70 €*
Veranstaltungsort: Gymnastikraum der Physiotherapie
Krankenhaus Johanneum
- Teilnehmer:** max. 6 Personen
Trainerin: **Nadine Gorniak**
Physiotherapeutin, Krankenhaus Johanneum
kurse@krankenhaus-johanneum.de oder
Anmeldung: Tel. (04431) 982-8750, Zentrale Therapiebereiche



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



Nordic Walking

Ganzkörperbewegungskonzept in der freien Natur

In diesen Kursen erlernen Sie die Nordic-Walking-Grundtechnik, damit Sie möglichst schnell mit viel Freude physiologischer und effektvoller trainieren. Nur bei gut ausgeführter Grundtechnik kommen alle Effekte – sowohl gesundheitliche als auch trainingsmethodische – zur Geltung.

Grundkurs 1 (am Vormittag)

Beginn: **02.02.2016**
acht Trainingseinheiten
jeweils dienstags, 10.15 – 11.15 Uhr

Grundkurs 2

Beginn: **06.04.2016**
acht Trainingseinheiten
jeweils mittwochs, 17.00 – 18.00 Uhr

Kosten pro Kurs: 85 €* / inklusive Leihstöcke
Erster Treffpunkt: Räumlichkeiten der Physiotherapie
 Krankenhaus Johanneum

Teilnehmer: mind. 6 / max. 10
Trainerin: **Birgit Zobel-Elders**

Physiotherapeutin,
 anerkannte DNV-Instruktorin
 Krankenhaus Johanneum

Anmeldung für beide Kurse: 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.*

Qi Gong



Qi Gong ist ein Stützpfiler 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 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 Qi Gong-Kurs bequeme Kleidung und dicke Socken oder Schuhe mit flexibler Sohle.

Qi Gong ab 60 (Kurs)

In diesem Kurs werden einfache Übungen angeleitet, die im Stehen aber auch im Sitzen geübt werden können.

Beginn: **02.02.2016**
acht Übungseinheiten
jeweils dienstags, 19.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 56 €*

Qi Gong und Achtsamkeit (Kurs)

Eine kleine Achtsamkeitsübung bildet den Abschluss jeder Übungseinheit.

Beginn: **04.02.2015**
acht Übungseinheiten
jeweils donnerstags, 19.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 56 €*
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
für beide Kurse: oder Tel. (04431) 982-9090

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



Gymnastik für Männer ab 60

In diesen Kursen werden verschiedene Übungen zur allgemeinen Mobilisation und Kräftigung, zur Verbesserung der Koordination und des Gleichgewichts vermittelt. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab. Bitte bringen Sie bequeme Sportbekleidung mit.

Kurs 1

Beginn:	17.02.2016 zehn Trainingseinheiten jeweils mittwochs, 16.30 – 17.30 Uhr
Kosten:	70 €*
Veranstaltungsort:	Gymnastikraum der Physiotherapie Krankenhaus Johanneum
Teilnehmer:	max. 6
Trainerin:	Petra Dammann Physiotherapeutin, Krankenhaus Johanneum

Kurs 2

Beginn:	18.02.2015 zehn Trainingseinheiten jeweils donnerstags, 16.30 – 17.30 Uhr
Kosten:	70 €*
Veranstaltungsort:	Gymnastikraum der Physiotherapie Krankenhaus Johanneum
Teilnehmer:	max. 6
Trainerin:	Petra Dammann Physiotherapeutin, Krankenhaus Johanneum

Anmeldung für beide Kurse: 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.*

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 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:

**21.01.2016 / 18.02.2016 / 17.03.2016
21.04.2016 / 19.05.2016 / 16.06.2016
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:

6 €*

Anmeldung:

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

*** Für
Patienten unseres
EndoProthetik-
Zentrums
kostenfrei!**

Programm
1. Halbjahr
2016



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