

2. HALBJAHR  
2017

PROGRAMM



Vorträge &  
**Seminare**

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

unser Veranstaltungsprogramm für die zweite Jahreshälfte 2017 bietet Ihnen wieder interessante Vorträge und Kurse unserer Experten aus Medizin, Pflege und Fitness. Es ist sicher auch die passende Veranstaltung für Sie dabei. Zur schnellen Orientierung haben wir auf diesen Seiten eine kalendarische Übersicht zu den einzelnen Themenblöcken erstellt.

Die Teilnahme an den **Vorträgen** ist für jedermann offen und generell **kostenlos**. Eine Anmeldung ist hier nicht erforderlich (Ausnahme: siehe Vortrag am 2. November „Das schwache Herz“).

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

Bitte melden Sie sich an:

unter Telefon (0 44 31) 982 -8750 (Zentrale Therapiebereiche)

oder per E-Mail unter [kurse@krankenhaus-johanneum.de](mailto:kurse@krankenhaus-johanneum.de).

## Themenblock Fitness

10.08. Nordic Walking: Grundkurs 1

04.09. Für einen starken Rücken: Präventives Rückentraining

28.09. Gymnastik für Männer ab 60

18.10. Massage für Kopf, Rücken Arme und Beine –  
erlernen und erproben



**Endoprothetik-Schule:** 20. Juli, 17. August, 21. September,  
19. Oktober, 16. November, 21. Dezember

## Themenblock Medizin

- 28.08. Hämorrhoiden & Co.– Kein Tabu!  
Wirksame Therapien bei Enddarkerkrankungen
- 
- 04.09. Offener Abend: Rund um die Geburt
- 
- 18.09. Wenn die Hüfte streikt –  
Wann ist eine Prothese sinnvoll?
- 
- 25.09. Diagnose Reizdarm – Was ist zu tun?
- 
- 16.10. Dem Schlaganfall vorbeugen –  
Carotisstenose erkennen und behandeln
- 
- 23.10. Warum schmerzt die Gelenkprothese?  
Problemanalyse und Therapiemöglichkeiten
- 
- 02.11 „Das schwache Herz“ Diagnose und Therapie von Herzinsuffizienz  
Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der VHS Wildeshausen  
im Rahmen der Herzwochen 2017
- 
- 06.11 Knieschmerzen Paroli bieten: Ursachen und  
moderne Therapieverfahren
- 
- 20.11. Viel zu dick! Effiziente Therapie von Adipositas
- 
- 27.11. Leistenbruch – Wann und wie behandeln? Verfahren der  
modernen Hernienchirurgie bei Leisten-, Nabel- und Narbenbrüchen
- 
- 04.12. Offener Abend: Rund um die Geburt
- 
- 11.12 Alarmsignal Schulterschmerz – Ursachen, Diagnose  
und Behandlungsoptionen



## Themenblock Pflege

- Pflegeberatungsgespräche am: 06. Juli, 03. August, 07. September,  
05. Oktober, 02. November, 07. Dezember
- 
- 17.10. Kapriolen der Trauer – Wie finde ich wieder ins Leben?

## Hämorrhoiden & Co. – Kein Tabu!

Wirksame Therapie bei Enddarmkrankungen



Hämorrhoiden: Etwa 70 Prozent der Männer und Frauen über 30 Jahre leiden an dieser knotenförmigen Erweiterung einzelner Schwellkörperabschnitte am Darmausgang. Die Symptome sind vielfältig und unangenehm. Afterjucken, Brennen oder Nässen sind verbreitet und können die Lebensqualität einschränken. Je nach Stadium kann es auch zu Blutungen kommen.

Ives Garre, leitender Oberarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, möchte das Thema Hämorrhoiden aus der Tabuzone holen und über wirksame Therapieverfahren dieser und anderer Enddarmkrankungen informieren.

**Termin:**

**28.08.2017**

**Veranstaltungsort:**

**19.30 – 21.00 Uhr**

**Referent:**

Café Johanneum

**Ives Garre**

Ltd. Oberarzt der Klinik für  
Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie  
Facharzt für Allgemeinchirurgie  
Facharzt für Viszeralchirurgie  
Spezielle Viszeralchirurgie  
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

## Rund um die Geburt



Besichtigen Sie als werdende Eltern unsere Kreißsäle, Untersuchungszimmer und die Geburtsstation. Unsere Beleghebammen werden Sie während der Führung in lockerer Runde über die verschiedenen Methoden der Geburtsvorbereitung informieren und Ihre Fragen beantworten. Vorab hält Dr. Andreas Neulinger, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, einen kurzen Vortrag über die Möglichkeiten der schmerzfreien Geburt.

**Termine:**

**04.09.2017 und 04.12.2017**

**19.30 – ca. 21.00 Uhr**

**Veranstaltungsort:**

Café Johanneum

**Referent:**

**Dr. Andreas Neulinger**

Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin

Facharzt für Anästhesie

Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie

Spezielle anästhesiologische Intensivmedizin

Notfallmedizin

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

**Kreißsaalführung und**

**Informationen zur**

**Geburtsvorbereitung:**

**Beleghebammen**

Mandy Völsgen, Elena Morosow, Dana Sosna

Christina Lamping und Uta Treff

**Fachärzte für Gynäkologie & Geburtshilfe im MVZ Johanneum:**

Ali Mohamed-Pflaum, Iryna Rybakovska, Ute Wrehe



## Wenn die Hüfte streikt Wann ist eine Prothese sinnvoll?

**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.), Chiropraxie, Physikalische Therapie

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

**Birgit Zobel-Elders**  
 Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeutin, Manualtherapeutin

Die Ursachen für starke, die Beweglichkeit einschränkende Hüftschmerzen können sehr vielfältig sein. Als Hauptursache gilt der Gelenkverschleiß durch den altersbedingten Abbau von gesundem Gelenkknorpel, die Hüftarthrose. Aber auch Überlastung beim Sport sowie bei Alltagstätigkeiten, Fehlstellung des Gelenkes oder Verletzungen und Frakturen können ursächlich sein. Nicht immer ist 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 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 an diesem Abend 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:**

**18.09.2017, 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*
- 19:30 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



## Diagnose Reizdarm

### Was ist zu tun?



Schmerzen und Krämpfe im Bauch, Verstopfung, Durchfall oder Blähungen – die typischen Symptome des Reizdarm-Syndroms. Ein Krankheitsbild, das für Betroffene sehr unangenehm und belastend ist, jedoch nicht gefährlich. Häufig stressbedingt, können die Symptome sich verstärken und auch wechseln. Das Reizdarm-Syndrom ist eine der häufigsten Magen-Darm-Erkrankungen in Deutschland, die Beschwerden können sich im gesamten Magen-Darm-Trakt äußern.

Gastroenterologe Dr. Heiko Windt, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, erklärt in seinem Vortrag, was ein Reizdarm ist und geht der Frage zu Ursachen und Risikofaktoren nach. Er wird anschaulich auf die Diagnostik des Syndroms sowie auf wirksame Behandlungsstrategien eingehen. Denn: Die Wirksamkeit der Reizdarmbehandlung ist individuell so unterschiedlich wie die Auslöser des Krankheitsbildes.

**Termin:**

**25.09.2017  
19.30 – 21.00 Uhr**

**Veranstaltungsort:**

Café Johanneum

**Referent:**

**Dr. Heiko Windt**

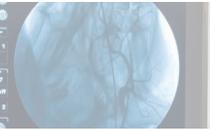
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin

Facharzt für Innere Medizin

Facharzt für Gastroenterologie

Onkologie

Krankenhaus Johanneum Wildeshausen



## Dem Schlaganfall vorbeugen Carotisstenose erkennen und behandeln

Ungefähr 200.000 Bundesbürger erleiden jährlich einen Schlaganfall. Die Folgen können für die Betroffenen dramatisch sein. Deshalb ist rechtzeitiges Handeln wichtig. Schon bei ersten Warnsymptomen ist eine Untersuchung der Halsschlagadern (Carotiden) auf Engstellen (Stenosen) unbedingt angezeigt. Bei höhergradiger Einengung der Halsschlagader und bei zugleich auftretenden Symptomen einer vorübergehenden Durchblutungsstörung des Gehirns sollte eine Operation an der Halsschlagader erfolgen. Ansonsten droht in absehbarer Zeit ein kompletter Schlaganfall – und dann zählt jede Minute...

Wie sehen die Frühwarnzeichen aus? Wie wird die Verengung der Halsschlagader (Carotisstenose) diagnostiziert und behandelt? Wie kann einem Schlaganfall effektiv vorgebeugt werden? Auf diese und weitere Fragen werden Dr. Roger Skaf, leitender Arzt der Sektion Gefäßchirurgie und Dr. Andreas Neulinger, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, an diesem interdisziplinären Vortragsabend eingehen.

<b>Termin:</b>	<b>16.10.2017</b> <b>19.30 – 21.00 Uhr</b>
<b>Veranstaltungsort:</b>	Café Johanneum
<b>Referenten:</b>	<p><b>Dr. Roger Skaf</b> Ltd. Arzt Gefäßchirurgie Facharzt für Allgemeinchirurgie Facharzt für Gefäßchirurgie Endovaskulärer Chirurg DGG Krankenhaus Johanneum Wildeshausen</p> <p><b>Dr. Andreas Neulinger</b> Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin Facharzt für Anästhesiologie Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie Spezielle Anästhesiologische Intensivmedizin Rettungsmedizin Krankenhaus Johanneum Wildeshausen</p>

## Warum schmerzt die Gelenkprothese? Problemanalyse und Therapiemöglichkeiten



Etwa 210.000 Hüftprothesen und rund 165.000 künstliche Kniegelenke werden jährlich bundesweit von Spezialisten implantiert. Operationen, die seit mehreren Jahrzehnten eine erfolgreiche Therapie für Menschen darstellen, bei denen der Gelenkerhalt nicht mehr möglich ist. Dank einer geeigneten Prothese erhöht sich die Lebensqualität der Betroffenen in der Regel enorm. Aber es können auch Probleme auftreten, die die Prothese in ihrer ordnungsgemäßen Funktion stark beeinträchtigen oder sogar zu Schmerzen führen. Die Ursachen sind vielfältig und reichen von allergischen Reaktionen oder Übergewicht bis hin zu bakteriellen Infektionen oder Knochenbruch. Zudem ist die Standzeit der Kunstgelenke begrenzt und liegt bei zirka 15 Jahren. Dann sind sogenannte „Wechseloperationen“ notwendig. Die Wechselendoprothetik bezeichnet den Austausch eines Implantates.

Sie erwartet zu diesem Thema ein Vortrag mit dem Leiter unseres zertifizierten EndoProthetikZentrums, Chefarzt Dr. Nils Henrik Goecke. Er wird 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:** **23.10.2017**  
**19.00 – 20.30 Uhr**

**Veranstaltungsort:** Café Johanneum

**Referent:** **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

**TIPP!**  
Endoprothetik-  
Schule  
Seite 19



## „Das schwache Herz“ Diagnose und Therapie von Herzinsuffizienz

„Das schwache Herz“ lautet der Titel der diesjährigen Herzwochen. Wie der aktuelle Deutsche Herzbericht zeigt, ist die Erkrankungshäufigkeit der Herzinsuffizienz seit Jahren steigend. In Deutschland wird die Zahl der Patienten mit Herzschwäche auf zwei bis drei Millionen geschätzt. Zirka 300.000 Patienten erkranken jährlich neu, rund 50.000 sterben an dieser Krankheit. Die gute Nachricht: In den zurückliegenden Jahren wurden große Fortschritte hinsichtlich der Therapiemöglichkeiten erzielt. Jeder, der unter Atemnot, Leistungsabfall oder geschwollenen Beinen leidet, sollte den Arzt aufsuchen, um abklären zu lassen, ob eine Herzschwäche vorliegt. Denn: Je früher eine Herzschwäche erkannt und behandelt wird, desto größer ist die Chance, sie wirksam zu „bekämpfen“.

Die beiden erfahrenen Kardiologen Dr. Falk Theil und Dr. Uwe Panicke werden die Ursachen, die Diagnostik und Therapien dieser Herzerkrankung an diesem Abend anschaulich darstellen. Anschließend ist ausreichend Zeit für Fragen aus dem Publikum.

**Termin:** **02.11.2017**  
**19.30 – 21.00 Uhr**

**Veranstaltungsort:** Café Johanneum

**Referenten:**

**Dr. Falk Theil**  
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin,  
Facharzt 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

**Bitte beachten Sie:**

*Die Veranstaltung ist in Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus Johanneum kostenlos. Aufgrund der begrenzten Platzzahl ist jedoch eine vorherige Anmeldung im Büro der VHS unter **Telefon (0 44 31) 7 16 22** unbedingt erforderlich. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass nur angemeldete Personen an der Veranstaltung teilnehmen können.*



Deutsche  
Herzstiftung



## Knieschmerzen Paroli bieten Ursachen und moderne Therapieverfahren

Plötzlich auftretende Knieschmerzen oder sich schleichend verstärkende Kniebeschwerden – manchmal sind längeres Stehen, Gehen oder Sitzen sogar kaum noch möglich: In vielen Fällen können konservative Therapien Linderung verschaffen. Bei stark geschädigten Gelenken, wie z.B. bei einer Arthrose, kann indes ein operativer Eingriff 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 Kniegelenkes sowie in die häufigsten Erkrankungen, erläutern Therapiekonzepte für den Kniegelenk-Erhalt und gehen auf den modernen Gelenkersatz ein. Zudem werden physiotherapeutische Maßnahmen im Rahmen der konservativen Therapie als auch zur Vor- und Nachbehandlung eines operativen Eingriffs dargestellt.

**Termin:** 06.11.2017, 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 Eingriffe  
**Jörg Weikert**  
*Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie*
  - 19:30 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 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*

**Jörg Weikert**  
*Oberarzt Orthopädie und Unfallchirurgie, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie*

**Birgit Zobel-Elders**  
*Zentrale Therapiebereiche, Physiotherapeutin, Manualtherapeutin*



## Viel zu dick!

### Effiziente Therapie von Adipositas



Weltweit nimmt die Anzahl krankhaft übergewichtiger Menschen zu. Neben dem Übergewicht sind es vor allem die Begleiterkrankungen wie Gelenkverschleiß, Diabetes, Bluthochdruck etc., die die Patienten belasten und auch gefährden. Wie kann das Körpergewicht verringert und langfristig stabilisiert werden, damit die Gesundheit gefördert und das Auftreten von Risikoerkrankungen nachhaltig gesenkt wird?

Ives Garre, Leitender Oberarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, wird in seinem Vortrag anschaulich das heterogene Krankheitsbild der Adipositas erläutern und auf die ganzheitlich angelegten Therapiemöglichkeiten eingehen. Dabei geht es auch um die fachübergreifende Zusammenarbeit mit Ernährungsfachkräften, Orthopäden, Psychologen und Physiotherapeuten.

**Termin:** 20.11.2017  
19.30 – 21.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Café Johanneum

**Referent:** **Ives Garre**  
Ltd. Oberarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie  
Facharzt für Allgemeinchirurgie,  
Facharzt für Viszeralchirurgie,  
Spezielle Viszeralchirurgie  
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen

## Leistenbruch – Wann und wie behandeln?

Verfahren der modernen Hernienchirurgie  
bei Leisten-, Nabel- und Narbenbrüchen



Nicht nur Knochen können brechen, auch in der Bauchdecke – z.B. am Nabel und noch häufiger in der Leiste – kann es zu Brüchen kommen. Der Bauchwandbruch (Hernie) ist eine Lückenbildung in der Hüllschicht des Körpers, die lange Zeit unbemerkt bleiben kann. Harmlos ist eine solche Hernie indes nicht: Eingeweide können sich vor den Körper legen und einklemmen, schlimmstenfalls sogar absterben. Leistenbrüche zählen zu den häufigsten (chirurgischen) Erkrankungen. Mehr als 200.000 Leistenbruch-Operationen werden jährlich deutschlandweit durchgeführt. Selbst Kinder können schon betroffen sein.

Dr. Alexander Terzic, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie, veranschaulicht die Ursachen von Leisten-, Nabel- und Narbenbrüchen. Der Spezialist für Minimal Invasive Chirurgie (MIC) bringt die modernen und schonenden Operationstechniken näher, die bereits 14 Tage nach dem Eingriff eine volle körperliche Belastung erlauben.

Die Klinik für Allgemein-,Viszeral- und Gefäßchirurgie verfügt über das DHG-Siegel „Qualitätsgesicherte Hernienchirurgie“.

**Termin:** 27.11.2017  
19.30 – 21.00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Café Johanneum

**Referent:** **Dr. Alexander Terzic**  
Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie  
Facharzt für Allgemeinchirurgie,  
Viszeralchirurgie,  
Spezielle Viszeralchirurgie,  
Minimal Invasive Chirurgie (CAMIC),  
Zusatzbezeichnung Proktologie,  
Krankenhaus Johanneum Wildeshausen





## Alarmsignal Schulterschmerz

### Ursachen, Diagnose und Behandlungsoptionen

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, werden auf die verschiedenen Ursachen von Schulterproblemen eingehen. Dabei werden die modernen therapeutischen Möglichkeiten aufgezeigt: von konservativen, nicht operativen Methoden bis zu minimal invasiven „Schlüsselloch“-Operationen. Auch die Behandlung von Brüchen und der Arthrose unter anderem mit Prothesen werden dabei anschaulich dargelegt. Anschließend besteht ausreichend Zeit, Fragen zu stellen.

**Termin:** **11.12.2017**  
**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 Unfallchirurgie,  
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 (Anmeldung erforderlich). Individuelle Terminabsprachen sind ebenfalls möglich.

**Termine:**

**06.07.2017**

**03.08.2017**

**07.09.2017**

**05.10.2017**

**02.11.2017**

**07.12.2017**

**Ort:**

Räumlichkeiten des Ambulanten Pflegedienstes  
(Eingang Deekenstraße)  
Krankenhaus Johanneum

**Pflegedienstleitung:**

**Thomas Möhle**  
Pflegezentrum Johanneum

**Anmeldung unter:**

Tel. (0 44 31) 982-6000



## Kapriolen der Trauer

### Wie finde ich wieder ins Leben?

Seelenpein: Nach dem Tod eines geliebten Menschen wieder im Alltag funktionieren? Manchen Menschen gelingt es einfach nicht. Die Trauer hält an, manchmal über Jahre.

Die Informations- und Gesprächsrunde mit Sterbe- und Trauerberaterin Ulla Meier-Sperling will Wegbegleiter in der letzten Lebensphase sein und Hilfeleistung während der Zeit der Trauer anbieten.

**Termin:**

**17.10.2017**

**19.30 – 21.00 Uhr**

**Veranstaltungsort:**

Seminarraum

**Referentin:**

**Ulla Meier-Sperling**  
Heilpädagogin, Palliative Care,  
Sterbe- und Trauerbegleiterin,  
Hospizhilfe Wildeshausen



## Nordic Walking

Ganzkörperbewegungskonzept in der freien Natur



In diesem Kurs 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.

**Beginn:** **10.08.2017**  
**acht Trainingseinheiten**  
**jeweils donnerstags, 14.30 – 15.30 Uhr**

**Kosten:** 85 €\* / inklusive Leih-Stöcke  
**Erster Treffpunkt:** Räumlichkeiten der Physiotherapie  
 Krankenhaus Johanneum  
**Teilnehmer:** mind. 6 Personen

**Trainerin:** **Birgit Zobel-Elders**  
 Physiotherapeutin, anerkannte DNV-Instruktorin  
 Krankenhaus Johanneum

**Anmeldung:** Zentrale Therapiebereiche Tel. (0 44 31) 982-8750  
 oder [kurse@krankenhaus-johanneum.de](mailto:kurse@krankenhaus-johanneum.de)

### Impressum:

**Herausgeber:**  
 Krankenhaus Johanneum,  
 Feldstraße 1  
 27793 Wildeshausen  
[www.krankenhaus-johanneum.de](http://www.krankenhaus-johanneum.de)

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

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

**Terminkoordination:**  
 Ulrike Berg M.A.

**Bilder:** Fotolia,  
 Krankenhaus Johanneum

**Druck:**  
 Druckerei Breckweg  
 Alle Rechte vorbehalten

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

## 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.

<b>Beginn:</b>	<b>04.09.2017</b>
	<b>zehn Übungseinheiten</b>
	<b>jeweils montags 16.30 – 17.30 Uhr</b>
<b>Kosten:</b>	70 €*
<b>Veranstaltungsort:</b>	Gymnastikraum der Physiotherapie Krankenhaus Johanneum
<b>Teilnehmer:</b>	6 Personen
<b>Trainerin:</b>	<b>Nadine Gorniak</b> Physiotherapeutin, Krankenhaus Johanneum
<b>Anmeldung:</b>	Zentrale Therapiebereiche Tel. (0 44 31) 982-8750 oder <a href="mailto:kurse@krankenhaus-johanneum.de">kurse@krankenhaus-johanneum.de</a>

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



## Wer rastet, der rostet! Gymnastik für Männer ab 60

In diesem Kurs 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.

<b>Beginn:</b>	<b>28.09.2017</b> ; zehn Übungseinheiten <b>jeweils donnerstags, 16.30 – 17.30 Uhr</b>
<b>Kosten:</b>	70 €
<b>Veranstaltungsort:</b>	Gymnastikraum der Physiotherapie
<b>Teilnehmer:</b>	6 Personen
<b>Trainerin:</b>	<b>Kim kl. Holthaus</b> Physiotherapeutin, Krankenhaus Johanneum
<b>Anmeldung:</b>	Zentrale Therapiebereiche Tel. (0 44 31) 982-8750 oder <a href="mailto:kurse@krankenhaus-johanneum.de">kurse@krankenhaus-johanneum.de</a>



## Massage für Kopf, Rücken, Arme und Beine – erlernen und erproben

### Tipp!

Melden Sie sich am besten zu zweit an.

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

<b>Beginn:</b>	<b>18.10.2017</b> ; sechs Übungseinheiten <b>jeweils mittwochs, 16.00 – 17.00 Uhr</b>
<b>Kosten:</b>	48 €
<b>Veranstaltungsort:</b>	Gymnastikraum der Physiotherapie
<b>Teilnehmer:</b>	6 Personen
<b>Trainerin:</b>	<b>Christiane Coldewey</b> Masseurin, med. Bademeisterin, Lymphdrainagen-Therapeutin, Krankenhaus Johanneum
<b>Anmeldung:</b>	Zentrale Therapiebereiche Tel. (0 44 31) 982-8750 oder <a href="mailto:kurse@krankenhaus-johanneum.de">kurse@krankenhaus-johanneum.de</a>

## 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 über: Hilfsmittelbedarf, korrekte Nutzung der Unterarmstützen sowie Hausaufgabenprogramm. Selbstverständlich bleibt ausreichend Zeit für Fragen der Patienten.

**Termine:**

**20.07.2017 / 17.08.2017 / 21.09.2017  
19.10.2017 / 16.11. 2017 / 21.12.32017  
jeweils von 15.00 – 15.45 Uhr**

**Veranstaltungsort:**

Räumlichkeiten der Physiotherapie  
Krankenhaus Johanneum

**Teilnehmer:**

max. 6 Personen

**Übungsleitung:**

Team Zentrale Therapiebereiche

**Kosten pro Termin:**

7 €\*

**Anmeldung:**

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



# Vorträge & Seminare



Krankenhaus  
**Johanneum**

Krankenhaus Johanneum  
Feldstraße 1 · 27793 Wildeshausen  
Telefon (0 44 31) 982-0 · Telefax (0 44 31) 982-9005  
[info@krankenhaus-johanneum.de](mailto:info@krankenhaus-johanneum.de)  
[www.krankenhaus-johanneum.de](http://www.krankenhaus-johanneum.de)