

SPRECHSTUNDE LEIPZIG

Außerdem in
dieser Ausgabe

Handysucht

mehr dazu auf S. 17

ST. GEORG
UNTERNEHMENSGRUPPE



TINNITUS – DIEB DER STILLE

*Geräusche im Ohr als
ständige Wegbegleiter*

WENN DER SCHÄDEL BRUMMT

Aktiv gegen Kopfschmerz und Migräne

PROF. HARTMANN IM INTERVIEW

Das Herz ist der Motor des Körpers

MEIN TAG ALS STATIONSLEITERIN

❖ Patientenforum 2015

In der Stadtbibliothek Leipzig
jeweils Montag um 18:00 Uhr



**bereits
stattgefunden**

❖ Krebsvorsorge

Welche Krebsvorsorge wirklich wichtig ist
Welches Alter, welcher Arzt, welcher Check?

02.02.2015



**bereits
stattgefunden**

❖ Tinnitus

Dieb der Stille

30.03.2015



**bereits
stattgefunden**

❖ Kopfschmerzen

Ursachen, Diagnostik und Therapie

15.06.2015



**bereits
stattgefunden**

❖ Diabetes

Diabetes erkennen und positiv leben
Was Zuckerkrankte wissen müssen

07.09.2015



**bereits
stattgefunden**

❖ Impfungen

Impfungen für Kinder und Erwachsene
Welche sind sinnvoll? Experten empfehlen

26.10.2015



**bereits
stattgefunden**

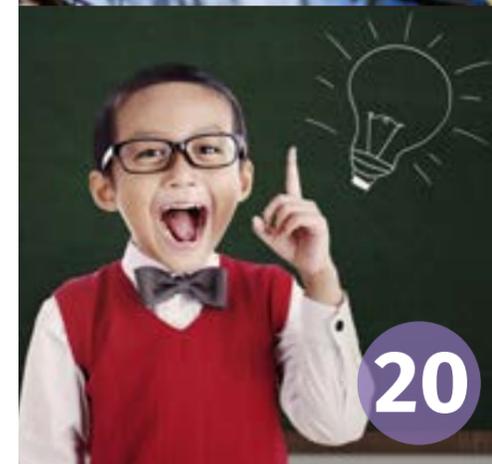
❖ Rheuma & Arthritis

Therapien bei Rheuma und Arthritis
Moderne Methoden unter der Lupe

07.12.2015



INHALT FRÜHLING 2015



MEDIZIN

- 3 **TINNITUS – DIEB DER STILLE**
Geräusche im Ohr als ständige Wegbegleiter
- 7 **MEIN TAG ALS STATIONSLEITERIN**
- 9 **SICHERHEIT FÜR MUTTER UND KIND**
- 10 **JUNGE NOTFALLPATIENTEN**
- 11 **PROF. DR. HARTMANN IM INTERVIEW**
„Das Herz ist der Motor des Körpers“
- 15 **STEINENTFERNUNG OHNE SCHMERZEN**
- 21 **EIN RÜCKEN AUS TITAN**

LEBEN

- 13 **WENN DER SCHÄDEL BRUMMT**
Aktiv gegen Kopfschmerz und Migräne
- 17 **IM RAUSCH DER UNTERHALTUNGSFLUT**
- 19 **SCHNUPFEN IST NICHT GLEICH SCHNUPFEN**

UNTERHALTUNG

- 20 **GEHIRNJOGGING – RÄTSEL FÜR GROSS UND KLEIN**
Denksportaufgaben und knifflige Fragen

STADTGESCHEHEN

- 23 **ZOODIREKTOR IM INTERVIEW**
Prof. Dr. Jörg Junhold ganz privat

TINNITUS - DIEB DER STILLE

Geräusche im Ohr als ständige Wegbegleiter

”

Pfeifen, Rauschen, Klingeln, Brummen oder Summen: Störende Ohrgeräusche kennt fast jeder. Der sogenannte Tinnitus ist in den meisten Fällen nach kurzer Zeit wieder verschwunden. Bei etwa drei Millionen Menschen bleiben die Töne jedoch dauerhaft.

“





„Als Sängerin bin ich auf mein Gehör angewiesen – ich muss gut hören können. So einfach ist das. Hören bereichert nicht nur mein Leben, sondern auch meine Fähigkeit, Musik zu machen. Ich selbst habe auch schon Hörprobleme gehabt und kann sehr gut nachvollziehen, wie schwer erträglich und frustrierend das Leben für die Menschen sein muss, die von Tinnitus betroffen sind und ständig diese Geräusche wahrnehmen.“

Dianne Reeves, Jazzsängerin und fünffache Grammy Gewinnerin
(zuletzt 2015: Best Jazz Vocal Album)



Foto © Dianne Reeves

Tinnitus kommt von dem lateinischen Wort tinniere und steht für „klingeln“. Bei dieser Störung des Hörsystems nehmen die Betroffenen ein Geräusch wahr, für das es keine äußere Schallquelle gibt. Dabei kann der Ton sowohl dauernd als auch nur zu gewissen Zeiten auftreten. „Der Tinnitus hat seinen Beginn häufig im Ohr und manifestiert sich später als abnormale Aktivität von Nervenzellen im Gehirn, er zentralisiert“, erläutert Dr. Linda Hubatsch von der Klinik für Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde am Klinikum St. Georg. „In vielen Fällen geht er mit einem Hörschaden einher.“

Die Ohrgeräusche sind keine eigene Krankheit, sondern ein Symptom. Das heißt, der Körper reagiert auf eine andere Erkrankung. Daher sind die Ursachen sehr vielfältig. Verschließt beispielsweise ein Fremdkörper oder zu viel Ohrenschmalz den Gehörgang, können die lästigen Töne die Folge sein. Auch ein Mittelohrerguss oder eine Entzündung im Ohr kommen als Auslöser infrage.

Vielfach wird der Tinnitus auf Erkrankungen des Gehörs zurückgeführt, wie sie beispielsweise durch Lärm, einen Hörsturz (plötzlicher, meist einseitiger Hörverlust) oder im Alter entstehen. Zudem können Probleme an der Halswirbelsäule oder Störungen im Kiefergelenk einen Tinnitus auslösen. Darüber hinaus stecken häufig auch psychische Probleme wie körperlicher oder seelischer Stress dahinter.

Werden die Ursachen diagnostiziert und erfolgreich behandelt, stehen die Chancen oft gut, dass damit auch das nervende Klin-

geln oder Brummen wieder verschwindet bzw. gemindert wird. Ein Tinnitus mit unbekanntem Auslöser ist dagegen nicht leicht zu behandeln, wodurch sich in den letzten Jahren leider auch eine Reihe von Therapien mit fehlender wissenschaftlicher Fundierung entwickelt hat.

Bei der Behandlung unterscheiden die Mediziner zwischen akutem und chronischem Tinnitus. Die Grenze liegt bei drei Monaten: Halten die Ohrgeräusche bereits länger an, sprechen die Ärzte von der chronischen Form.

Entscheidend für die Heilungschancen ist eine frühzeitige Behandlung. „Wer Ohrgeräusche bei sich wahrnimmt, die durchgängig länger als 24–48 Stunden anhalten, sollte nicht zögern, einen Hals-Nasen-Ohren-Arzt aufzusuchen“, rät Dr. Linda Hubatsch. „Nach einem ausführlichen Gespräch folgt eine körperliche Untersuchung mit komplettem HNO-Status. Anschließend wird ein Hörtest mit gleich-

zeitiger Bestimmung der Tinnituslautstärke und -frequenz durchgeführt.“ Den Grad der Belastung durch den Tinnitus kann der HNO-Arzt beispielsweise mithilfe spezieller Fragebögen erfassen. Dieser ist individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt.

Während viele Patienten gut mit ihrem Ohrgeräusch leben und umgehen können, sind einige stark in ihrer Lebensqualität beeinträchtigt. „Bei massivem Leidensdruck ist das Vorliegen weiterer neben dem Tinnitus bestehender Erkrankungen, wie Schlafstörungen bis hin zur Depression, wahrscheinlich“, ergänzt Dr. Linda Hubatsch.

Je nach Bedarf erfolgt anschließend eine Überweisung an andere Fachärzte. So muss zum Beispiel bei Problemen durch Zähneknirschen oder Gebissfehlstellungen ein Zahnarzt beziehungsweise ein Kieferorthopäde den Betroffenen weiterbehandeln. Hat der Patient dagegen Probleme im Bereich der Halswirbelsäule, wird der HNO-Arzt ihn an

„WER OHRGERÄUSCHE HAT, DIE DURCHGÄNGIG LÄNGER ALS 24–48 STUNDEN ANHALTEN, SOLLTE EINEN HALS-NASEN-OHREN-ARZT AUFsuchen. NEBEN DER KÖRPERLICHEN UNTERSUCHUNG MIT HNO-STATUS PRÜFT DIESER AUCH DAS HÖRVERMÖGEN.“

**IHR ANSPRECHPARTNER
IM KLINIKUM ST. GEORG**



Prof. Dr. med. habil. Eberhard F. Meister
Klinik für Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde
Delitzscher Str. 141, 04129 Leipzig
Telefon: 0341 909-2383

einen Orthopäden überweisen. Im akuten Fall haben sich Infusionen mit durchblutungsfördernden Medikamenten (zum Beispiel Pentoxifyllin) bewährt. Bei starker Ausprägung des Ohrgeräusches ist zudem der Einsatz von Prednisolon nach bestimmten Schemata möglich. Empfohlen wird zusätzlich allen Patienten, Stressfaktoren sowie übermäßigen Lärm zu vermeiden und sich aktiv zu entspannen, zum Beispiel mit Yoga und autogenem Training. Bei chronischem Tinnitus sollten die Betroffenen Stille meiden und sich mit angenehmen Tönen umgeben. So können leise Musik oder das Wasserplätschern eines Zimmerspringbrunnens die Ohrgeräusche überdecken.

Auch Bewegung und Sport können Patienten helfen, sich abzulenken. In Selbsthilfegruppen tauschen sich Betroffene mit anderen aus und erhalten nützliche Tipps, um den Tinnitus in den Griff zu bekommen.

HIER KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN.

ST. GEORG
UNTERNEHMENSGRUPPE

Hallo Sonnenschein
Einfühlsame Betreuung von Anfang an.

MEIN TAG ALS STATIONSLEITERIN

28 STATIONSLEITER

im Klinikum St. Georg müssen sehr viele Eigenschaften für die Ausübung ihrer Tätigkeit innehaben. Für die Organisation, Steuerung und Optimierung von Stationsabläufen, Patientenprozessen und Personalplanung sind Geduld, Aufmerksamkeit und auch Vorbildfunktion gefordert. Die enge Zusammenarbeit mit Ärzten, Psychologen und Therapeuten sollte reibungsfrei und mit großem Vertrauen erfolgen. Denn das Wichtigste ist die Genesung des Patienten. Dabei ist es auch entscheidend, dass dieser sich wohlfühlt und eine angenehme Atmosphäre herrscht.



10:30
Mit der zuständigen Ärztin von der Klinik für Neurologie tausche ich aktuelle Informationen über unsere Patienten aus.



12:00
Ein Notfall: Schlaganfall. Schnelles Handeln ist jetzt erforderlich. Die Erstversorgung und Medikamentenzufuhr muss sofort abgesichert werden.



13:30
Bei der Physiotherapie verschaffe ich mir einen Überblick über den Fortschritt der teilnehmenden Patienten. Gern stehe ich Ihnen als Ansprechpartner zur Verfügung.



9:00
Um 9 Uhr schaue ich nach Herrn Bergner. Er erzählt mir, dass es ihm wieder besser geht und seine Behandlung sich positiv auswirkt. Anschließend bespreche ich mit ihm das Tagesprogramm.



8:00
Am Pflegestützpunkt koordiniere ich weitere Verlegungen, Zugänge oder Entlassungen von Patienten. Alle Informationen laufen hier zusammen und bilden die Grundlage für die nächste Schicht.



6:00
In der gemeinsamen Teambesprechung am Morgen werden der aktuelle Tag geplant und Ereignisse der Nachtschicht ausgewertet.



14:00
14 Uhr habe ich einen Termin mit einer Mitarbeiterin. Zu Einzelgesprächen kommt es bspw. bei persönlichen Belangen oder Problemen, bei denen ich unterstützend eingreifen muss.

„EINE ENGE ELTERN-KIND-BINDUNG IST ENORM WICHTIG FÜR DIE ENTWICKLUNG DES KINDES.“



„IN DER KINDERNOTFALLAMBULANZ STEHEN DIE ÄRZTE RUND UM DIE UHR FÜR DIE KLEINEN PATIENTEN ZUR VERFÜGUNG.“

Sicherheit für Mutter und Kind

Mehrlingsschwangerschaft, Beckenendlage des Kindes, mütterliche Erkrankungen oder auch Probleme bei früheren Geburten: Die Gründe für eine Risikoschwangerschaft sind vielfältig. Dabei dient die Einstufung vorrangig als Vorsichtsmaßnahme.

Als Risikoschwangere bezeichnet der Frauenarzt eine werdende Mutter, wenn die Gefahr besteht, dass es während der Schwangerschaft oder Geburt zu Komplikationen kommt, oder wenn das Risiko für eine kindliche Störung erhöht ist. „Schwangere Frauen sollten sich aber nicht verunsichern lassen. 97 Prozent der Babys kommen in Deutschland gesund zur Welt“, betont Prof. Dr. Eva Robel-Tillig, Chefin der Klinik für Neonatologie und Pädiatrische Intensivmedizin am Klinikum St. Georg. „Wichtig ist es allerdings, sich umfassend beraten und sich engmaschiger untersuchen zu lassen. So können Komplikationen frühzeitig erkannt und entsprechend behandelt werden.“ Auf die Versorgung von Risikoschwangerschaften hat sich die pränatale Spezialambulanz

des Klinikums St. Georg spezialisiert. Zum Leistungsspektrum gehören beispielsweise ausführliche Beratungsgespräche, vorgeburtliche Ultraschalldiagnostik, Ersttrimester-Screening und Fruchtwasseruntersuchungen. Einen Termin in der Spezialambulanz können werdende Mütter telefonisch unter 0341 909-3519 vereinbaren.

Rückt die Geburt näher, sollten sich Risikoschwangere für ein Krankenhaus mit angeschlossener Neonatologie entscheiden. „Im Notfall sind die erfahrenen Kinderärzte dann sofort vor Ort und können entsprechend handeln“, so Prof. Dr. Eva Robel-Tillig. Wenn das Kind zu früh auf die Welt kommt oder das Neugeborene akut oder chronisch krank ist, übernimmt das Team auf der Neonatologie die Versorgung des Babys.

Da Eltern nicht immer ganztägig bei ihrem frühgeborenen Baby in der Klinik sein können, bietet das Klinikum St. Georg einen Livestream an. Dank kleiner Kameras im Deckenbereich auf der Station können

Familienmitglieder und Verwandte rund um die Uhr am Computer zu Hause oder auf dem Smartphone unterwegs verfolgen, wie es dem Säugling geht. Hat sich der Gesundheitszustand des Kindes stabilisiert, wird es auf der Nachsorgestation betreut. Diese Station hat einen hotelähnlichen Charakter und ermöglicht es den Eltern, Tag und Nacht bei ihren Kindern zu bleiben. „Während der Krankenhausphase sind Eltern immer bei ihrem Nachwuchs willkommen, denn die enge Eltern-Kind-Bindung ist enorm wichtig für die nächsten Entwicklungsschritte des Kindes“, ergänzt die Chefin. Es kommt vor allem auf den Körperkontakt an.

Auch nach der Entlassung aus der Klinik sind die Eltern nicht auf sich gestellt. In Nachsorgesprechstunden des Klinikums St. Georg werden Mütter und Väter bei Problemen begleitet und beraten. Zudem kontrollieren die Ärzte regelmäßig die Entwicklung der ehemaligen Frühchen. So können rechtzeitig Maßnahmen zur Förderung bei möglichen Einschränkungen getroffen werden.

Junge Notfallpatienten

Welche Mutter kennt das nicht: Am Wochenende oder an den Feiertagen erkrankt plötzlich das Kind. In akuten Fällen wie zum Beispiel bei sehr hohem Fieber, Magen-Darm-Infektionen oder Entzündungen der Ohren ist ein Arztbesuch unumgänglich. Doch wohin mit dem kleinen Patienten, wenn die Kinderarztpraxis nicht geöffnet ist?

Außerhalb der üblichen Sprechzeiten informiert der kassenärztliche Bereitschaftsdienst telefonisch unter 0341 116117 oder im Internet unter <http://www.kinderaerzte-leipzig.de/bereitschaftsdienst.html>, welcher Kinderarzt Dienst hat. Eltern können mit ihrem Nachwuchs auch direkt in die Kindernotaufnahmen der Krankenhäuser kommen. Im Klinikum St. Georg ist zum Beispiel rund um die Uhr ein Arzt verfügbar, der Kinder mit akuten Erkrankungen oder Verletzungen untersucht und behandelt. Für die Kleinen stehen zur Ablenkung Spielsachen und Bücher im Kinderwartezimmer bereit.

„Der Vorteil einer Kindernotaufnahme ist, dass die Ärzte alle notwendigen diagnosti-

schen und therapeutischen Verfahren direkt im Klinikum durchführen lassen können“, erklärt Prof. Dr. Eva Robel-Tillig, Chefin der Klinik für Neonatologie und Pädiatrische Intensivmedizin am Klinikum St. Georg. „So sind beispielsweise im Labor Tag und Nacht Blut- und Urinuntersuchungen möglich. Bauchschmerzen können in der Radiologie mit einem Ultraschall abgeklärt werden. Auch endoskopische Untersuchungen wie zum Beispiel eine Magenspiegelung können im Notfall rund um die Uhr erfolgen.“

In den meisten Fällen reicht bei den Kindern eine ambulante Behandlung. „Nach der Erstversorgung in der Notaufnahme dürfen die Eltern ihren Nachwuchs häufig wieder mit nach Hause nehmen“, weiß Prof. Dr. Eva Robel-Tillig. „Je nach Schwere und Art der Erkrankung ist es aber manchmal auch erforderlich, die jungen Patienten zur medizinischen Versorgung im Klinikum zu lassen. Dann erfolgt eine Verlegung auf die entsprechende Station.“ Hat das Kind zum Beispiel einen schweren Infekt, ist die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin bestens vorbereitet. Neben der medi-

kamentösen Behandlung kann der Arzt auch therapeutische Maßnahmen ergreifen.

Auf die Kinderchirurgie werden Patienten mit operativ zu versorgenden Krankheiten verlegt. Ein chirurgischer Eingriff kann zum Beispiel bei Frakturen, Blinddarmentzündungen oder Refluxstörungen des Magens erforderlich sein. Intensivpflichtige Kinder werden rund um die Uhr auf der Kinderintensivstation beobachtet und betreut. Das ist zum Beispiel bei einer Lungenentzündung oder schweren Bronchitis notwendig.

IHRE ANSPRECHPARTNERIN IM KLINIKUM ST. GEORG



Prof. Dr. med. habil. Eva Robel-Tillig
Klinik für Neonatologie und
Pädiatrische Intensivmedizin
Delitzscher Str. 141, 04129 Leipzig
Telefon: 0341 909-3604



PROF. HARTMANN IM INTERVIEW

„Das Herz ist der Motor des Körpers“

Das Herz ist das zentrale Organ für den gesamten Kreislauf. Der faustgroße Hohlmuskel pumpt Blut in alle Gefäße und versorgt so jedes Gewebe mit Sauerstoff. Was passiert, wenn es aus dem Takt gerät, erläutert Prof. Dr. Andreas Hartmann, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie und Internistische Intensivmedizin im Klinikum St. Georg.



Prof. Hartmann erklärt seinem Patienten die Funktion eines Katheterlabors.

Prof. Dr. Hartmann, woran merkt man, dass mit dem eigenen Herzen etwas nicht stimmt?

Die Anzeichen dafür sind sehr vielfältig. Herzerkrankungen können zu Luftnot, allgemeiner Schwäche oder einer geringeren Leistungsfähigkeit führen. Insbesondere bei Durchblutungsstörungen spüren Betroffene einen Druckschmerz in der Brust. Diese Brustenge bezeichnet der Mediziner als Angina Pectoris.

Wie gefährlich sind Herzbeschwerden?

Sie können harmlos sein, zum Beispiel wenn sie Ausdruck von temporärem Stress sind. Andererseits können Herzerkrankungen aber auch lebensgefährlich sein, wie beim Herzinfarkt. Dann sollten Betroffene sofort die 112 anrufen.

Welche Herzerkrankungen kommen am häufigsten vor?

Durchblutungsstörungen werden oft diagnostiziert. Diese treten zum Beispiel auf, wenn die Herzkranzgefäße verkalkt sind und sie dadurch das Herz nicht mehr optimal mit Blut versorgen. Nicht weniger selten leiden Patienten unter Herzinsuffizienz. Dabei ist die Pumpleistung des Herzens eingeschränkt, weil der Herzmuskel geschwächt ist.

Zu den typischen Herzerkrankungen gehört darüber hinaus der Herzklappenfehler. Vier Klappen am Herzen steuern die Blutströme. Diese Ventile können zum Beispiel verengt sein oder nicht mehr richtig schließen. Zudem leiden viele Menschen an Herzrhythmusstörungen. Tritt der unregelmäßige Herzschlag nur gelegentlich oder in geringem Ausmaß auf, bemerken die Betroffenen oft gar nichts davon. Herzrhyth-

musstörungen können allerdings auch ein Hinweis auf eine schwere Erkrankung sein.

Wer ist besonders anfällig?

Es gibt klassische Risikofaktoren. Dazu gehören Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht, Rauchen und Bewegungsmangel. Männer und Ältere sind häufiger betroffen. Auch erhöhte Blutfettwerte, das sogenannte Cholesterin, schädigen das Herz.

„RISIKOFAKTOREN FÜR HERZERKRANKUNGEN SIND UNTER ANDEREM BLUTHOCHDRUCK, DIABETES, ÜBERGEWICHT, BEWEGUNGSMANGEL UND RAUCHEN.“

Wie sieht ein herzgesunder Lebensstil aus?

Es kommt auf eine gesunde und mobile Lebensweise an. Dabei spielt eine ausgewogene, faserreiche Ernährung eine große Rolle. Risikopatienten sollten beispielsweise mehr pflanzliche als tierische Fette zu sich nehmen und zweimal pro Woche Fisch essen. Wer zudem auf sein Gewicht achtet und sich regelmäßig bewegt, kann das Risiko erheblich reduzieren.

Wohin können sich Betroffene wenden?

Bei Herzbeschwerden ist ein Besuch beim Hausarzt unbedingt notwendig. Er erstellt ein Risikoprofil und ordnet gegebenenfalls Zusatzuntersuchungen an. Erkannt werden können Veränderungen am Herzen

beispielsweise durch ein Belastungs- und Langzeit-EKG oder eine Echokardiografie – das ist ein Ultraschall vom Herzen. Treten die Beschwerden allerdings in Ruhe beziehungsweise schon bei geringster Belastung auf, muss der Patient sofort in die Notaufnahme. Immerhin 40 Prozent der Menschen, die zuhause einen Herzinfarkt erleiden, sterben. Also besser einmal zu viel die 112 anrufen und die Schmerzen vom Fachmann abklären lassen als einmal zu wenig.

Wie ist der Ablauf, wenn der Rettungsdienst einen Patienten mit Verdacht auf Herzinfarkt ins Klinikum St. Georg bringt?

Die Sanitäter informieren bereits während der Fahrt die Notaufnahme. Hier untersuchen die Ärzte den Patienten gründlich. Das Notfallteam arbeitet eng mit der Chest Pain Unit, der Brustschmerzeinheit, des Klinikums St. Georg zusammen. Sofort wird ein EKG gemacht, Blut abgenommen und bei Bedarf auch eine Echokardiografie durchgeführt. Im Herzkatheterlabor können wir das verengte oder verschlossene Herzkranzgefäß, das den Infarkt verursacht hat, mit einem Ballon oder einem Stent – einer Gefäßstütze – wieder weiten beziehungsweise öffnen.

Was passiert genau im Katheterlabor?

Wir führen einen dünnen, biegsamen Kunststoffschlauch – den sogenannten Katheter – über die Gefäße am Handgelenk oder an der Leiste ein und schieben ihn bis in die Herzkammern vor. Die Lage des Katheters kontrollieren wir mittels Röntgendurchleuchtung. Bei Bedarf nutzen wir Kontrastmittel, um die Herzkranzgefäße darzustellen. An der Engstelle wird der am Katheter befestigte Ballon, der 1,5 bis 5 Millimeter groß ist, aufgeblasen. Dadurch weitet sich das Gefäß. Zur Stabilisierung kann zusätzlich ein Stent eingesetzt werden. Das netzartige Metallröhrchen wird zusammen mit dem Ballon geweitet und bleibt dann an der Gefäßwand haften.

Prof. Dr. med. habil.
Andreas Hartmann

Klinik für Kardiologie, Angiologie und
Internistische Intensivmedizin
Delitzscher Str. 141, 04129 Leipzig
Telefon: 0341 909-2301



WENN DER SCHÄDEL BRUMMT AKTIV GEGEN KOPFSCHMERZ UND MIGRÄNE

Fast drei Viertel der erwachsenen Deutschen und knapp 20 Prozent der 8- bis 16-Jährigen leiden regelmäßig unter Kopfschmerzen. Die Symptome und Ursachen sind vielfältig, mehr als 200 verschiedene Arten unterscheidet der Mediziner. Am häufigsten treten Spannungskopfschmerzen und Migräne auf.

Die dumpfen, drückenden Schmerzen vom Spannungstyp treten meistens auf beiden Seiten gleichzeitig auf. Über 60 Prozent der Betroffenen leiden an dieser Form. Der unangenehme Druck ist oft zuerst im Nacken oder am Halsansatz zu spüren und wandert anschließend hoch bis in die Stirn. Die Schmerzepisoden können von 30 Minuten bis 7 Tage anhalten.

Bei Migräneattacken, von denen 38 Prozent der Betroffenen heimgesucht werden, tritt der Schmerz anfallartig pochend, pulsierend und oft nur einseitig auf. Die Patienten klagen gleichzeitig über Übelkeit, Erbrechen sowie Licht- und Lärmempfindlichkeit. Bei körperlicher Anstrengung verschlimmern sich die Schmerzen meist noch. Vereinzelt kommt es auch zu Seh- und Sprachstörungen sowie zum Kribbeln



oder Schwächegefühl in den Armen oder Beinen, dann sprechen die Mediziner von der sogenannten Migräne mit Aura. Eine Migräneattacke kann von 4 bis zu 72 Stunden andauern. Betroffen sind mehr Frauen als Männer.

„Viele Patienten behandeln ihre Kopfschmerzen mit frei verkäuflichen Schmerzmitteln aus der Apotheke selbst“, erklärt Prof. Dr. Wolfgang Beuche, Chefarzt der Klinik für Neurologie am Klinikum St. Georg. „Diese Medikamente sollten nicht länger als drei Tage in Folge und nicht öfter als zehn Tage

im Monat genommen werden, denn sonst können neue chronische Kopfschmerzen entstehen.“

Wird der Kopfschmerz zum Dauerbegleiter, sollten Betroffene einen Arzt aufsuchen. Aufgrund der Vielzahl an unterschiedlichen Formen empfiehlt sich der Besuch eines Neurologen. „In einem Kopfschmerztagebuch sollten Patienten genau festhalten, wann und wie lange die Beschwerden auftraten und wie ausgeprägt diese waren“, rät Prof. Dr. Wolfgang Beuche. „So lassen sich nicht nur die persönlichen Schmerzauslöser schneller aufdecken. Gleichzeitig erhält der Arzt entscheidende Hinweise auf die Art des Kopfschmerzes.“ Nach dem ausführlichen Gespräch untersucht der Mediziner den Patienten. Um andere Krankheiten als Ursache auszuschließen, stehen außerdem verschiedene Diagnosemethoden zur Verfügung. Mit bildgebenden Verfahren wie Magnetresonanztomografie (MRT) und Computertomografie (CT) kann zum Beispiel das Gehirn untersucht werden. Vermutet der Arzt eine Epilepsie (Anfallsleiden), werden zur Abklärung die Hirnströme mit einem Elektroenzephalogramm (EEG) aufgezeichnet. Auch

Röntgen oder Ultraschall werden eingesetzt, um unter anderem eine Nasennebenhöhlenentzündung als Auslöser auszuschließen.

Die Therapie von Kopfschmerzen richtet sich nach der Ursache. Diagnostiziert der Arzt eine Migräne oder schwere chronische Kopfschmerzen, ist in der Regel eine effektive Medikation notwendig. So wirken beispielsweise sogenannte Triptane spezifisch bei einem akuten Migräneanfall.

Neben der Einnahme von Medikamenten sollten Patienten insbesondere auch ihren Lebensstil überdenken. „Viele Betroffene berichten, dass sie Frequenz und Stärke der Schmerzen durch eine Veränderung des eigenen Verhaltens vermindern konnten“, weiß Prof. Dr. Wolfgang Beuche. Betroffene sollten ausreichend trinken, regelmäßig schlafen und sich täglich an der frischen Luft bewegen. Entspannungsübungen wie autogenes Training oder progressive Muskelentspannung können ebenfalls eine gute Prophylaxe sein. Zudem beugen regelmäßige sportliche Aktivitäten Kopfschmerzen vor. Mediziner empfehlen 30 Minuten Ausdauertraining an allen Tagen der Woche, denn dadurch verbessert sich das körperliche Befinden. Wichtig ist, etwas für sich zu tun, bei dem man Freude empfindet. Wer allerdings gerade akut unter einer Migräneattacke leidet, sollte keinen Sport

treiben, da dieser den Schmerz noch verstärkt.

Wer zudem seine individuellen Auslöser kennt, sollte diese vermeiden. So können beispielsweise zu viel Stress, Ängste, soziale Konflikte oder starke Lärm- und Lichtbelastungen sowie Schlafmangel Kopfschmerzen auslösen. Mitunter sind auch zu viel Alkohol, Zigaretten und Kaffee verantwortlich.

IHR ANSPRECHPARTNER
IM KLINIKUM ST. GEORG



Prof. Dr. med. habil. Wolfgang Beuche
Klinik für Neurologie
Delitzscher Str. 141, 04129 Leipzig
Telefon: 0341 909-3701

TIPPS GEGEN KOPFSCHMERZEN

- REICHLICH TRINKEN: 1,5 BIS 2 LITER WASSER, TEE ODER SAFT PRO TAG
- AUSREICHEND SCHLAFEN: SECHS BIS ACHT STUNDEN DURCHSCHNITTLICH
- AN DER FRISCHEN LUFT SPAZIEREN GEHEN
- REGELMÄSSIG SPORT TREIBEN
- VERSPANNTE SCHULTER- UND NACKENPARTIE MASSIEREN LASSEN
- MIT ENTSPANNÜBÜBUNGEN STRESS ABBAUEN
- STARKE LÄRM- UND LICHTBELASTUNGEN VERMEIDEN
- AUF ZU VIEL ALKOHOL, ZIGARETTEN UND KAFFEE VERZICHTEN

www.sanktgeorg.de

ST. GEORG
UNTERNEHMENSGRUPPE 

Kopfschmerzen

Ein Vortrag des Patientenforums St. Georg

15. Juni 2015 • 18:00 Uhr

Eintritt frei

In der Leipziger Stadtbibliothek

Wilhelm-Leuschner-Platz 10-11, 04107 Leipzig

Oberlichtsaal,

2. Obergeschoss



STEINENTFERNUNG OHNE SCHMERZEN



Zur Behandlung von Harnsteinen hat sich in der Urologie der Einsatz von miniaturisierten Instrumenten bewährt. So können Blutungen und Verletzungen an der Niere auf ein Minimum reduziert werden. Die Experten der Klinik für Urologie und Andrologie am Klinikum St. Georg haben dieses Verfahren erfolgreich weiter modifiziert.

HARNSTEINE NOCH SCHONENDER ENTFERNEN

Harnsteine können aus verschiedenen Gründen im gesamten Harntrakt entstehen. Dabei kristallisieren Salze im Urin, lagern sich aneinander und wachsen. Vorwiegend zwischen dem 30. und 60. Lebensjahr treten diese Ablagerungen auf. Unter der Zivilisationskrankheit leiden etwa fünf Prozent der Bevölkerung. „Um den Patienten noch schonender, schneller und komfortabler zu behandeln, entfernen wir die Steine in Rückenlage und verschließen den Nephrostomiekanal

anschließend“, erläutert Dr. Stefan Tietze, Oberarzt der Klinik für Urologie und Andrologie, die mit 78 Betten die größte urologische Klinik in Leipzig und eine der größten Mitteldeutschlands ist. „Üblicherweise werden Harnsteine in Bauchlage entfernt. Das erfordert aber sehr viel Vorbereitungszeit und ist auch eher un bequem für den Patienten. Indem wir die Betroffenen auf dem Rücken lagern, sparen wir nicht nur Zeit, sondern können auch das Narkoserisiko senken. Außerdem verzichten wir auf einen Ablaufschlauch und verdichten stattdessen den Arbeitskanal mit einem Gewebekleber, sodass nur eine winzige Narbe zurückbleibt.“

Die raffinierte Methode kommt bei den Patienten gut an. So war beispielsweise Kurt Henke nach dem minimalinvasiven Eingriff, bei dem zwei Steine im Klinikum St. Georg entfernt wurden, schnell wieder fit. „Die Narbe am Schlüsselloch ist kaum zu sehen und ich hatte weder während

noch nach dem Eingriff Schmerzen“, erinnert sich der 71-Jährige. „Ich bin rundum zufrieden mit der OP und der Betreuung. Die entfernten Steine habe ich als Andenken mit nach Hause genommen.“

Die Wirksamkeit des modifizierten Verfahrens belegt eine Vergleichsstudie. „Die Auswertung zeigt Steinfreiheitsraten von über 90 Prozent und einen deutlichen Schmerzmittelrückgang. Zudem konnte der Krankenhausaufenthalt um zwei Tage reduziert werden, ohne dass Komplikationen auftraten“, betont Dr. Stefan Tietze.

Die Studie vergleicht das modifizierte Verfahren zur Steinentfernung mit der gängigen Methode, die in Bauchlage und mit Ablaufschlauch durchgeführt wird. Analysiert wurden zwanzig zufällig ausgewählte Patienten, bei denen die Urologen zwischen Juni und Oktober 2014 Steine von bis zu vier Zentimetern Größe minimalinvasiv entfernten.

Die medizinischen Fortschritte haben die Entwicklung auf dem Gebiet der Steinentfernung maßgeblich beeinflusst. So wurden beispielsweise flexible endoskopische Instrumente eingesetzt, um auch Steine in anatomisch ungünstiger Lage schonend zu entfernen.

REVOLUTIONÄRE SCHRITTE

„Dem Wunsch der Patienten entsprechend kann damit eine schnellere Steinfreiheit hergestellt werden“, ergänzt der Oberarzt. „Allerdings ist bei größeren Steinen nicht immer eine endoskopische Operation durch den Harnleiter möglich, da dieser nur wenige Millimeter breit und damit für endoskopische Geräte zu klein ist.“ In den 1990er-Jahren war die Steinertrümmerung sehr verbreitet. Allerdings war damit keine zügige Steinfreiheit erzielbar. Mit den miniaturisierten Instrumenten ist es heute schließlich möglich, Harnsteine schonend und schnell zu entfernen.



IHR ANSPRECHPARTNER
IM KLINIKUM ST. GEORG



PD Dr. med. habil. Amir Hamza
Klinik für Urologie und Andrologie
Delitzscher Str. 141, 04129 Leipzig
Telefon: 0341 909-2751



”

ICH WURDE BEREITS NERVÖS, WENN ICH SAH, DASS DER AKKU ZUR NEIGE GING. DAS HANDY NICHT IN REICHWEITE ZU HABEN, VERSETZTE MICH REGELRECHT IN PANIK.

“

IM RAUSCH DER UNTERHALTUNGSFLUT

Es blinkt, pingt und schreit nach Aufmerksamkeit: Das Smartphone eröffnet in unserer heutigen Informations- und Kommunikationskultur ungeahnte Freiheiten. Die praktischen Alleskönner sind Telefon, Wecker, Fotoapparat, MP3-Player, Spielkonsole und Informationsmedium in einem.

Über Facebook, Instagram oder WhatsApp ermöglichen sie Kommunikation in Sekundenschnelle. „Gerade weil man so viel mit dem Handy machen kann, hatte ich es eigentlich permanent in der Hand – sei es beim Einkaufen, Joggen oder auf der Couch. Einfach mal nichts zu tun, das gab es für mich nicht“, erinnert sich Leonie Richter. Für die 22-jährige Studentin ist ihr Handy zu einem Gefährten geworden, der sie in allen Lebenslagen begleitet. Bis zu neun Stunden täglich verbrachte sie mit Spielen, Chatten, Musikhören, Telefonieren oder Im-Internet-Surfen.

Welche Wirkung ihr dauerhafter Handykonsum auf ihr Umfeld hatte, nahm sie erst viel zu spät wahr: „Ich saß mit einer Freundin im Café und sie erzählte mir von ihrem neuen Job. Ich habe es nicht einmal gemerkt, wie ich währenddessen zum Handy griff und eine Nachricht schrieb. Plötzlich stand meine Freundin auf und ist ohne ein Wort gegangen.“ Der Versuch, die Benutzung einzuschränken, war für sie jedoch eine Qual. „Ich wurde bereits nervös, wenn ich sah, dass der Akku zur Neige ging. Das Handy nicht in Reichweite zu haben, versetzte mich regelrecht in Panik“, beschreibt Leonie

Richter ihre Abhängigkeit von ihrem mobilen Telefon.

Für Dr. Peter Grampp, Ärztlicher Leiter am Fachkrankenhaus Hubertusburg in Wermisdorf, ist die zunehmende Bedeutung, die Smartphones in der gesamten Gesellschaft einnehmen, bedenklich. In seiner Sprechstunde behandelt der Psychotherapeut inzwischen verstärkt Menschen, die sich ein Leben ohne die mobilen Alleskönner nicht mehr vorstellen können. „Wenn das Handy eine über den reinen Zweck hinausgehende Bedeutung erhält und wir ständig damit hantieren, wird es kritisch“, warnt der Mediziner. Doch mit der zunehmenden Verbreitung der Smartphones steigt auch die Zahl der Dauernutzer.

Bereits 40,4 Millionen Deutsche besitzen eines. Noch gilt die Abhängigkeit in Deutschland nicht offiziell als Erkrankung, doch „der Drang, der einen wiederholt zum Handy greifen lässt, gleicht dem einer Sucht. Es wird verstärkt das Hormon Dopamin ausgeschüttet, das ein positives Gefühl verschafft“, erklärt Dr. Grampp. Dieses Glücksempfinden kann süchtig machen. Besonders anfällig dafür sind nach den Aussagen des Facharztes Menschen, die unter Einsamkeit, Depressionen oder Persönlichkeitsstörungen leiden.

In Einzelgesprächen und Gruppentherapien versucht der 53-jährige Psychotherapeut, den Problemen seiner Patienten auf den Grund zu gehen und ihren Handygebrauch auf ein normales Maß zu reduzie-

IHR ANSPRECHPARTNER
IM KLINIKUM ST. GEORG



Dr. med. Peter Grampp

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Altes Jagdschloß 6A, 04779 Wermisdorf
Telefon: 034364 62261

ren. „Menschen, die ihr Smartphone voll im Griff hat, müssen verstehen, dass dies nicht das reale Leben ist“, so Dr. Grampp. Auch Leonie Richter befindet sich seit zwei Monaten bei ihm in Behandlung: „Die Therapie hat mir bereits sehr geholfen. Mit meinem Freund habe ich mir einen Tag in der Woche ausgemacht, an dem wir das Handy einfach ausschalten und uns nur auf uns konzentrieren.“ Noch vor einem Monat wäre das für sie undenkbar gewesen.

”

MENSCHEN, DIE IHR SMARTPHONE VOLL IM GRIFF HAT, MÜSSEN VERSTEHEN, DASS DIES NICHT DAS REALE LEBEN IST.

“

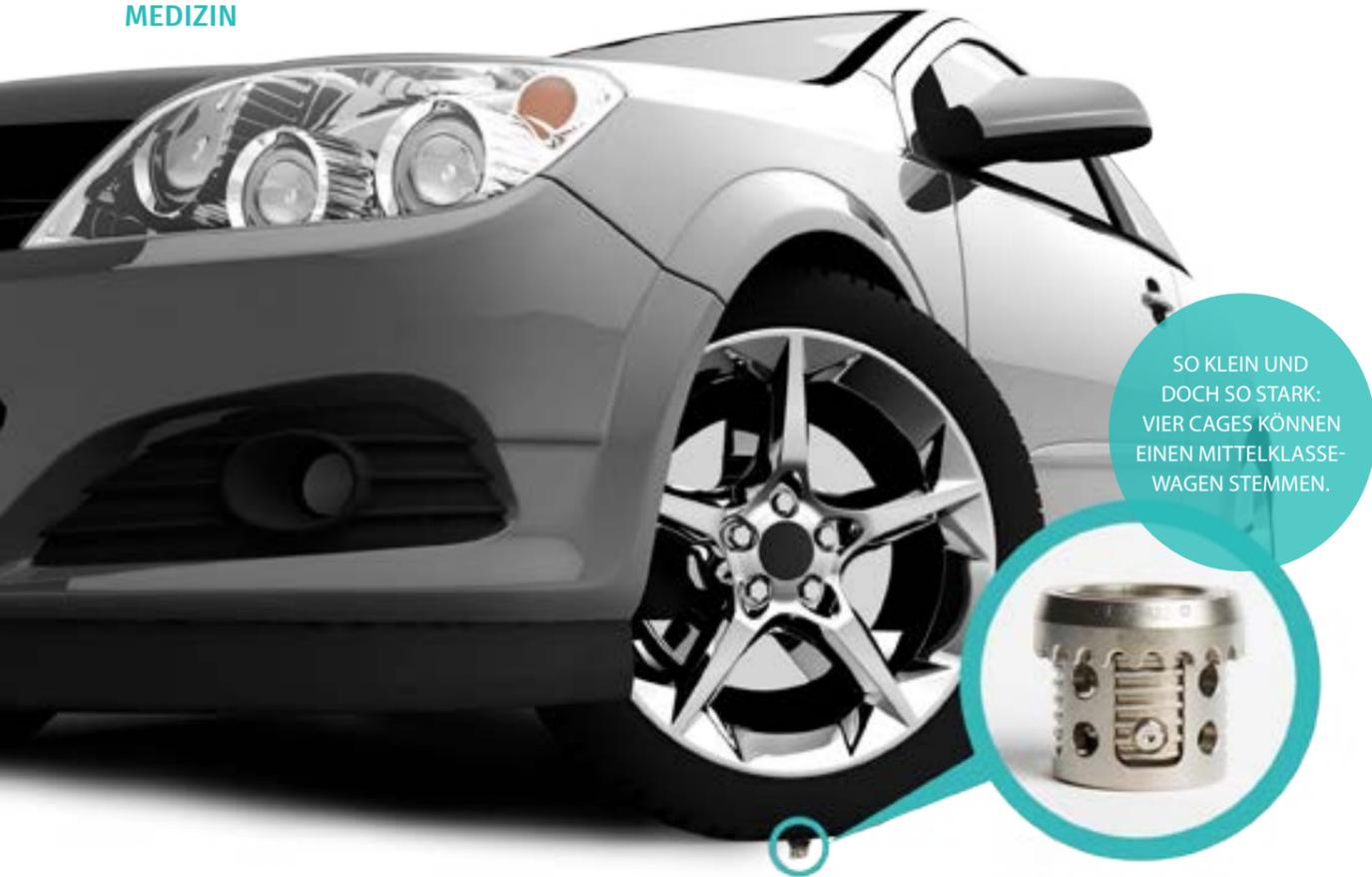
HIER KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN.

ST. GEORG
UNTERNEHMENSGRUPPE



Schnelle Hilfe.

Bei jedem Notfall. Klinikum St. Georg



EIN RÜCKEN AUS TITAN

Die Wirbelsäule ist das zentrale, tragende Element unseres Körpers. 24 Wirbel verbunden durch 23 Bandscheiben tragen die Last von Kopf, Hals, Rumpf und Armen und ermöglichen die Bewegung des Körpers in alle Richtungen.

IMPLANTAT FÜR STABILITÄT

Wie alle anderen Knochen im Körper können auch diese Strukturen brechen – sei es durch einen Sturz oder Unfall, aber auch wenn mit zunehmendem Alter die Knochendichte abnimmt. Bei schwerwiegenden Verletzungen oder nach einer Tumorerkrankung kann es dazu kommen, dass Wirbelkörper teilweise oder ganz entfernt werden müssen. Um dennoch die Tragfähigkeit der Wirbelsäule wiederherzustellen, kommen Titanimplantate zum Einsatz, die sich ober- und unterhalb der Nachbarwirbel abstützen.

Als eines der ersten Krankenhäuser der Welt setzte das Klinikum St. Georg ein neu entwickeltes rechteckiges Implantat zur Wirbel-

säulenstabilisation ein. Es gibt den Patienten ihre vollumfängliche Beweglichkeit zurück. „Auf den sogenannten Cage wirken enorme Kräfte, denen er problemlos standhält. Stufenlos höhenverstellbar zwischen gerade einmal 30 und 60 Millimetern, trägt er bis zu 500 Kilogramm Gewicht.“, erläutert Prof. Dr. Ralf H. Gahr. Der Leiter des Traumazentrums im Klinikum St. Georg hat den Wirbelsatzkörper mitentwickelt.

VORTEILE DER NEUEN METHODE

Herkömmliche Ersatzkörper sind rund und stützen sich im Zentrum der benachbarten Wirbelkörper ab. Der Vorteil dieser Transplantate ist, dass weniger von der Bandscheibe entfernt werden muss. Allerdings sind die Knochen gerade an der Stelle, an der das Implantat aufliegt, besonders dünn. So besteht die Gefahr, dass es in die Nachbarwirbel einbricht. „Ein weiterer Nachteil der runden Ersatzkörper ist ihre fehlende Stabilität, die eine unerwünschte Rotation des Körpers zur Folge haben kann“, sagt der Leiter des

Traumazentrums. Das neu entwickelte Implantat ist stufenlos höhenverstellbar und stützt sich nach oben und unten auf den festen Rändern der Nachbarwirbel ab, ohne den instabileren Kern zu belasten. „Dadurch kann sich das Element nicht mehr bewegen und bietet einen sehr guten Halt“, hebt Prof. Dr. Gahr die Vorteile hervor. „Die rechteckige Form verhindert zudem eine unnormale Verdrehung des Körpers.“

IHR ANSPRECHPARTNER
IM KLINIKUM ST. GEORG



Prof. Dr. med. habil. Ralf H. Gahr, MHBA
Traumazentrum
Delitzscher Str. 141, 04129 Leipzig
Telefon: 0341 423-3401



Thementag Atemnot „Wenn die Luft wegbleibt“

Sonntag, 28. Juni 2015

Atemnot ist eine der häufigsten Beschwerden in der Bevölkerung weltweit. Zu unserem Thementag erfahren Sie mehr über Atemwegserkrankungen, deren Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten.

Kommen Sie ins Gespräch mit Experten. Erfahren Sie mehr von Patienten und ihren Geschichten. Testen Sie kostenfrei Ihr Lungenvolumen und Ihre Herzgesundheit.

Impressionen
vom letzten
Thementag



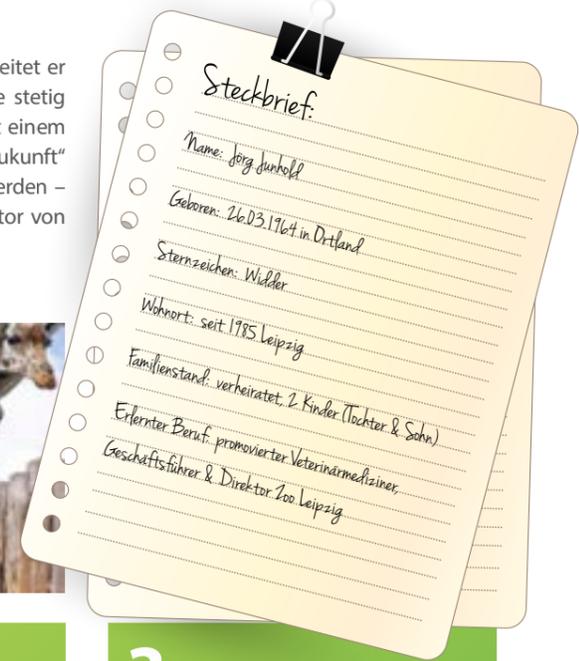
Mehr zum Thementag erfahren Sie auf
www.sanktgeorg.de/atemnot



DER ZOO-DIREKTOR IM INTERVIEW

Prof. Jörg Junhold ganz privat

Seit fast 20 Jahren ist Jörg Junhold am Zoo Leipzig tätig. Als Geschäftsführer arbeitet er unermüdlich am Erfolg des Tierparks. Im Vordergrund steht dabei nicht nur die stetig wachsende Zahl begeisterter Besucher, sondern in erster Linie auch die Tiere. Mit einem Masterplan soll bis 2020 ein weitestgehend gitterloser und naturnaher „Zoo der Zukunft“ geschaffen werden. Der Zoospaziergang soll dann ein sinnliches Naturerlebnis werden – für die Besucher und für die Tiere. Mit seinen Antworten zeigt sich der Zoodirektor von seiner privaten Seite.



1.

Leipzig ist ... eine wunderbare Stadt und meine unbestrittene Heimat, weil ich ihre Mischung aus Kultur, Anspruchsdenken und -handeln überaus liebe.



2.

Wenn ich richtig gut essen will, dann ... besuche ich eines der zahlreichen sehr guten italienischen Restaurants in unserer Stadt, weil ich ein Fan der mediterranen Küche bin.

3.

Zum Frühstück gibt es bei mir ... momentan die sehr gesunde Variante mit Haferflocken, Schafsmilch und frischem Obst, weil ich mich bewusst ernähren möchte.

4.

Ganz vorn in meinem Musikregal steht ... stehen Bach und Wagner, weil ich in puncto Klassik durch und durch Leipziger bin.



5.

Mein letzter Film im Kino war ... „The Wolf of Wall Street“, weil der Regisseur Martin Scorsese ein Meister seines Fachs ist.



6.

Ich freue mich am meisten auf ... gemeinsame Erlebnisse mit meiner Familie, weil sie mein Kraftquell ist.



7.

Früher dachte ich immer, ich werde ... später einmal Architekt, weil ich sehr gern kreativ bin.



8.

Meine erste Erinnerung, die ich mit Leipzig verbinde, ist ... ein Kongresshallen- und Zoobesuch in Kindheitstagen mit meinen Eltern, weil beide auch Leipzig-Liebhaber waren.



GEBURT

VORSCHAU SOMMER 2015



SCHUTZ VOR ZECKEN



DIABETES



FRANK SCHÖBEL IM INTERVIEW

IMPRESSUM

„SPRECHSTUNDE LEIPZIG – DAS GESUNDHEITSMAGAZIN“

HERAUSGEBER

KLINIKUM ST. GEORG GMBH
Delitzscher Straße 141, 04129 Leipzig

GECKO NETWORKS GMBH

Arthur-Hoffmann-Straße 66, 04275 Leipzig

CHEFREDAKTION

Martin Schmalz (verantwortlich)
Pressesprecher und Leiter Unternehmenskommunikation
Klinikum St. Georg gGmbH
Delitzscher Straße 141, 04129 Leipzig
Unternehmenskommunikation@sanktgeorg.de

Stefanie Roehling (verantwortlich)
Martin Hirschmann, Mark Werlinger (Gestaltung und Satz)
Gecko Networks GmbH
Arthur-Hoffmann-Straße 66, 04275 Leipzig
Tel.: +49 (0)341 21204-800
Fax: +49 (0)341 21204-804
redaktion@gecko-networks.de

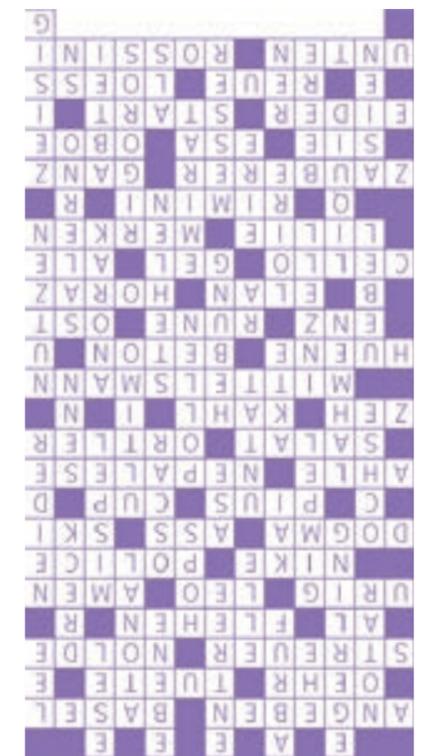
DRUCK UND VERLAG

Gecko Networks GmbH

BILDNACHWEISE

- © Studio Ringleben
- © Anton Balazh / 123rf.com
- © guniita / 123rf.com
- © ammit / 123rf.com
- © ximagination / 123rf.com
- © alphspirit / fotolia.com
- © Zoo Leipzig
- © Steven Heap / 123rf.com
- © Stefan Merkle / fotolia.com
- © asami / fotolia.com
- © Patrizia Tilly / fotolia.com
- © Gerhard Wanzenböck / fotolia.com
- © Dianne Reeves

Die Rätselaufösungen von Seite 20



HIER KÖNNTE IHRE ANZEIGE STEHEN.

ST. GEORG
UNTERNEHMENSGRUPPE



Hochkonzentriert

Damit Leben lebenswert bleibt. Klinikum St. Georg

Schonen Sie die Umwelt – und Ihren Geldbeutel.



www.swl.de

Stadtwerke
Leipzig 

Knapper werdende Energieressourcen, Verantwortungsbewusstsein für Umwelt und künftige Generationen, die Energiekosten-Entwicklung – es gibt viele Gründe, beim Energieverbrauch auf die Bremse zu treten. Mit dem **umwelt plus**-Programm unterstützen die Stadtwerke Leipzig ihre Kunden dabei. Das Service-Paket bündelt eine Vielzahl von energiesparenden und umweltschonenden Dienstleistungen und Förderprogrammen. Alle Maßnahmen verbindet ein gemeinsames Ziel: die Umwelt und Ihren Geldbeutel aufatmen zu lassen.

Energiefresser aufdecken – und kostengünstig ersetzen

Der erste Schritt ins energiesparende Leben ist eine umfassende Bestandsaufnahme. Welches Gerät verbraucht wie viel? Wo können Sie mit kleinen Maßnahmen viel Geld sparen? Mit einem Energiemessgerät kommen Sie Stromfressern schnell auf die Schliche. Sie werden überrascht sein, wie viel Strom ein zehn Jahre alter Kühlschrank oder eine vermeintlich „schlafende“ Stereoanlage jährlich verschwenden.

Dank Förderprogrammen werden Neuananschaffungen attraktiver

Sind die Energie-Übeltäter erst gefunden, geht es ihnen gezielt an den Kragen. Mit Hilfe des **umwelt plus**-Programmes machen Sie bei energieeffizienten Neuananschaffungen einen guten Schnitt. Verschiedene Förderprogramme erleichtern beispielsweise die Anschaffung moderner Kühl- und Gefriergeräte oder den Umstieg auf ein Erdgasauto.

Als Inhaber der LEIPZIGER-Vorteils-karte profitieren Sie sogar von einem Extra-Bonus.



Energieberatung lohnt sich. Besuchen Sie das Energie- und Umweltzentrum in der Katharinenstraße 17!

Von Förderprogrammen bis Energiespartipps, vom Shop für effiziente Geräte bis zum Ökostrom – im Energie- und Umweltzentrum werden Sie bestens beraten. Mitten in der Innenstadt, zwischen Brühl und Markt, finden Sie kompetente Ansprechpartner für Ihre Energiesparpläne.

Bringen Sie Ihre Energiebilanz auf Vordermann!



Förderung für Kühl- und Gefriergeräte

Alte Kühl- und Gefriergeräte verbrauchen oft doppelt so viel Strom wie moderne Modelle. Mit 50 €* fördern wir den Kauf eines neuen Gerätes der Energieeffizienzklasse A+++. Mit der LEIPZIGER-Vorteils-karte erhalten Sie einen 20 €* Extra-Bonus.



Energiemessgerät ausleihen

Entlarven Sie Stromfresser, sparen Sie nachhaltig Energie und Geld. Wir leihen Ihnen gegen Kautions im Energie- und Umweltzentrum Energiemessgeräte aus.



Online-Energieberatung

Berechnen Sie Ihren Energieverbrauch unter www.swl.de und lassen Sie sich Einsparmöglichkeiten z. B. bei Heizung, Büroelektronik oder Pkw aufzeigen.



Tankguthaben für Erdgasfahrzeuge

Komfort, Steuerbonus und günstige Fahrtkosten – moderne Erdgasautos lassen keine Wünsche offen. Ihren Umstieg belohnen wir mit einem Tankguthaben von 400 kg Erdgas.