



Liebe Freunde und Gäste unserer Klinik!

Auch das Jahr 2006 ist geprägt von steten Diskussionen über das deutsche Gesundheitssystem und Schlagworte wie "Gesundheitsreform" oder "Eigeninitiative" bestimmen die Medien.

So setzt sich die Tendenz fort, die wir alle seit Jahren deutlich wahrnehmen müssen: Für die Gesundheit muss jeder von uns finanzielle Mittel aus "eigener Tasche" aufbringen. Leider sind oftmals gerade auch ältere, bzw. nicht mehr berufstätige Menschen stark davon betroffen.

Aufgrund dieser Sachlage raten immer mehr Fachleute dazu, rechtzeitig etwas für die Gesundheit zu tun und die hervorragenden Angebote des Rehawesens zu nutzen.

Die Bückeberg-Klinik hat auch für Sie das passende Angebot parat, welches unter ärztlicher Anleitung individuell auf Sie zugeschnitten wird.

Dabei schätzen unsere Stammkunden seit Jahren die hervorragende Qualität der erbrachten Therapien bei gleichzeitig fairer Preisgestaltung.

Wenn Sie bereits in der Vergangenheit zu einer stationären Maßnahme bei uns waren - vielleicht zu einer Anschlussheilbehandlung nach einer Operation - dann könnten Sie durch eines unserer Gesundheitsprogramme die erhaltene Anleitung für den Alltag noch einmal nachhaltig auffrischen.

Überzeugen Sie sich zudem selbst von den zahlreichen Neuerungen in der Bückeberg-Klinik, verbessern Sie Ihren Gesundheitszustand und steigern Sie Ihr Wohlbefinden.

Lernen Sie bei Ihrem nächsten Aufenthalt auch den neuen Chefarzt unseres Hauses - Herrn Dr. med. Uwe Linke - kennen, einen versierten Orthopäden

und Fachmann auf dem Gebiet der Osteoporose. Lesen Sie dazu mehr auf der 2. Seite unserer Zeitung.

Rufen Sie uns an! Nutzen Sie unsere kostenlose Rufnummer
0800 / 45 55 666.
Hauptsache gesund!




Dr. med. Uwe Linke
Chefarzt

Ralf Schönwald
Geschäftsführer

Ein besonderes Dankeschön für Ihre Empfehlung!

Bekommt jemand in Ihrem Bekanntenkreis ein neues Hüft- oder Kniegelenk? Empfehlen Sie uns für die Anschlussheilbehandlung.

Wenn der Bekannte oder Verwandte Ihre Empfehlung bestätigt, können Sie ihn für ein Wochenende (2 Übernachtungen mit Vollpension) kostenlos bei uns besuchen.



Tipps und Tricks für Gesundheit und Wohlbefinden

Sauna - Härten Sie sich ab für den Winter!

Was ist das Saunabad?

Das Saunabad ist ein Heißluftbad bei etwa 80°C bis 105°C (Finnische Sauna) bzw. 65°C (Bio-Sauna). Hier steht der Wechsel zwischen der Wärme in der Sauna und der Abkühlung durch Außenluft und kaltes Wasser im Vordergrund.

Welche Wirkung hat Saunieren?

Die Erhöhung der Körpertemperatur während der Schwitzphase (künstliches Fieber) bewirkt innerhalb des Körpers dasselbe, was auch ein echtes Fieber bewirkt: Krankheitserreger werden durch die erhöhte Temperatur zerstört.

Der Wechsel von Überwärmung mit der fol-

genden Abkühlung entspannt die Muskulatur, senkt den Blutdruck und wirkt anregend auf den Stoffwechsel, das Immunsystem und die Atmung. Dadurch wird das subjektive Wohlbefinden gefördert.



Saunabaden dient zudem der Hautpflege und verlangsamt die Hautalterung, da das Schwitzen und die Wasseranwendungen eine schonende Körperreinigung darstellen.

len. Die Hornschicht quillt und kann leicht abgespült werden.

Darf man mit Herz/Kreislaufbeschwerden in die Sauna?

Ja: Die Saunabelastung beträgt nur 50 - 75 Watt, eine Leistung, die von den meisten Herzpatienten toleriert wird.

Aber: Vor dem ersten Saunabad sollte der Hausarzt aufgesucht und um Rat gefragt werden.

Kann die künstliche Hüfte / die Knie-TEP geschädigt werden?

Nein: Nach 15 Minuten ist die Körpertemperatur nur um etwa 1 - 1,5 °C erhöht!

Therapien vorgestellt

Therapeutische Hilfsmittel

Was bewirkt eine Motorschiene?

Immer wieder bekommen wir von unseren Patienten diese Frage gestellt. Dies hat uns dazu bewogen, es hier zu erläutern.

Die Motorschienen, die wir in unserer Klinik verwenden, tragen die Bezeichnungen "Artromot K2/K2 Pro" und "Artromot S3 Comfort Neu".

Die Anwendung dieser Schiene nach Hüft-, Knie- und Schulteroperationen fördert durch kontinuierliche passive Bewegung eine schmerzfreie Gelenkbewegung und unterstützt ein Abschwellen des Gelenks.

Zudem fördert eine regelmäßige Anwendung der Schiene den Gelenkstoffwechsel

und sorgt so für eine schnellere Heilung. Aus diesem Grund sind diese Motorschie-



Knie-Hüft-schiene "Artromot K2/K2 Pro"

nen insbesondere zur Nachbehandlung bei Knie- und Schulterprothesen mit deutlicher Bewegungseinschränkung ideal. So können auch nach Narkosemobilisationen Bewegungsausmaße erhalten oder erweitert werden.

Die Schulterschiene hat sich nach Kapsel-, bzw. Muskeloperationen des Schultergelenks sehr bewährt, weil hier aktives Bewegen zu erneuten Verletzungen führen könnte und die Motorschiene nur passiv in einem vorgegebenen Bewegungsausmaß arbeitet.

Dieses Ausmaß wird vom behandelnden Arzt festgelegt und auf einer Chipkarte gespeichert, die dann der jeweilige Patient in die Schiene einlegt.

Aktuelles aus der Klinik

Neue Leitungen: Ärztlicher Bereich und Psychologische Abteilung

Chefarzt

Seit dem 1.4.2006 ist Herr Dr. med. Uwe Linke als neuer Chefarzt der Bückeberg-Klinik tätig. Herr Dr. Linke ist Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie sowie Physikalische und Rehabilitative Medizin. Seit mehr als 20 Jahren hat er Erfahrung in der Rehabilitation gesammelt und war zuletzt bei Bad Reichenhall in einer Reha-Klinik als Abteilungsarzt Orthopädie tätig.

Seit Jahren bildet die Behandlung von Osteoporose einen Schwerpunkt seiner medizinischen Arbeit, die er auch in die Bückeberg-Klinik einbringen will.



Dr. med. Uwe Linke (54 J.)
- Chefarzt -



Jens Hendriksen (40 J.)
- Diplom-Psychologe -

Diplom-Psychologe

Herr Jens Hendriksen hat am 1.9.2006 seinen Dienst als Diplom-Psychologe in der Bückeberg-Klinik aufgenommen.

Herr Hendriksen arbeitet seit knapp 3 Jahren im Reha-Bereich.

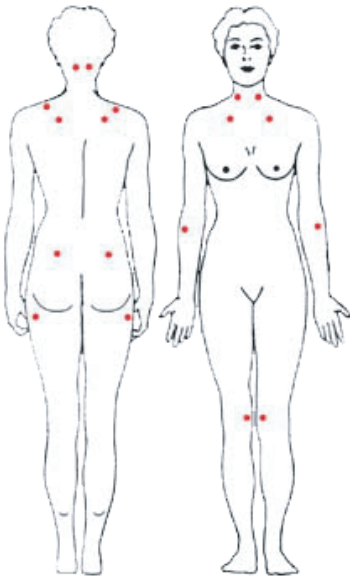
Er war in der Vergangenheit mit der Betreuung von onkologischen und orthopädischen Patienten in Bad Oeynhausen beschäftigt.

Nebenberuflich unterrichtet er an einer Altenpflegeschule in Hameln das Fach Gerontologische Psychologie.

Was genau ist eigentlich...

... Fibromyalgie?

Fibromyalgie (Faser-Muskel-Schmerz) ist eine chronische, nicht entzündliche Erkrankung, die sich durch weit verbreitete Schmerzen in der Muskulatur und den Sehnenansätzen sowie durch eine erhöhte Empfindlichkeit an den "Tender-Points" (Schmerzdruckpunkte) charakterisiert und nicht psychisch bedingt ist.



Lage der 18 Tender-Points

Der Begriff "Tender-Points" bezieht sich auf eine erhöhte Schmerzempfindlichkeit in präzise lokalisierten Arealen, die im Nacken, im Rücken, in den Schultern und in den Hüften zu finden sind (siehe Darstellung links).

Menschen, die an dieser Erkrankung leiden, berichten auch oft über Schlafstörungen, Müdigkeit, Morgensteifigkeit, Symptome eines Colon Irritabile, Angst und anderen - bis zu 144 - Symptomen.

Wieviele Menschen leiden unter Fibromyalgie?

Laut einer Studie haben 2% der gesamten Bevölkerung Fibromyalgie. Dies sind allein in Deutschland mindestens 1,5 Millionen Menschen.

Was verursacht Fibromyalgie?

Obwohl die Ursache der Fibromyalgie unbekannt ist, haben Forscher einige Theorien hinsichtlich ihrer Ursache entwickelt. Einige Forscher glauben, dass Fibromyalgie durch eine Verletzung, bzw. ein Trauma - z.B. durch eine Operation - ausgelöst wird. Dieses Trauma wirkt sich auf das Zentralnervensystem aus.

Andere Forscher glauben, dass diese Erkrankung durch eine Infektion verursacht wird - ein solches Virus konnte jedoch bis heute nicht identifiziert werden. In jedem Fall ist die Fibromyalgie eine chronische Schmerzerkrankung mit unbekannter Ursache.

Wie wird Fibromyalgie diagnostiziert?

Fibromyalgie lässt sich nur sehr schwer diagnostizieren, da ein Großteil der Symptome andere Ursachen imitieren. Die Symptome der Fibromyalgie betreffen ca. 16 ärztliche Fachgebiete.

Der untersuchende Arzt bezieht sich auf die Anamnese des Patienten und stellt seine Diagnose basierend auf der Geschichte von chronischen, weit verbreiteten Schmerzen, die länger als drei Monate anhalten.

Das "American College of Rheumatologie" (ACR) hat im Jahre 1990 Diagnosekriterien für die Fibromyalgie entwickelt, an denen sich Ärzte orientieren können. Nach den Angaben der ACR hat eine Person eine Fibromyalgie, wenn sie weit verbreitete Schmerzen in Kombination mit mindestens 11 der 18 Tender-Points aufweist.

Psyche und Fibromyalgie

Die Fibromyalgie stellt als chronische Schmerzerkrankung eine starke psychische Belastung dar.

Betroffene Patienten reagieren oft mit vermehrtem Rückzug und Inaktivität. Dies führt jedoch mittel- und langfristig eher zu einer Verschlimmerung der Symptomatik.

Viele Patienten leiden unter Depressionen. Verringerter Lebensmut, Schlafstörungen und Niedergeschlagenheit gehen mit den

körperlichen Symptomen einher.

Hilfreich sind hier neben den klassischen Entspannungsverfahren (progressive Muskelrelaxation und autogenes Training) auch verschiedene Formen der Psychotherapie.

So werden beispielsweise in der Verhaltenstherapie die jeweiligen Zusammenhänge zwischen den Gefühlen, den Gedanken und dem Schmerzerleben aufgedeckt und Strategien der Selbst- und

Krankheitsbeeinflussung erlernt.

Zudem fehlt den Mitmenschen leider oft das Verständnis. Der Wechsel der unterschiedlichen Symptome wird dann als "Simulantentum" abgetan und die krankheitsbedingte Überempfindlichkeit bagatellisiert. Ziel ist es, durch Hinwendung zu Positivem und durch Erhalt der Lebensfreude einen vollständigen Rückzug in die Krankheit zu verhindern.

Therapieansätze bei Fibromyalgie

Die Behandlung der Fibromyalgie erfordert ein umfassendes Behandlungskonzept. Arzt, Physiotherapeut, gegebenenfalls Psychologe und Patient spielen eine aktive Rolle in der Fibromyalgiebewältigung.

Studien haben gezeigt, dass Schwimmen und Spaziergänge die Fitness verbessern und dadurch Muskelschmerz und Steifigkeit gelindert werden. Wärme, Kälte und leichte Massagen haben ebenfalls einen Kurzzeiteffekt. Antidepressiva erweisen sich eventuell stimmungsaufhellend, schlafverbessernd und muskelrelaxierend.

Fibromyalgie-Patienten können aus einer Kombination aus Bewegungstherapie, Medikamenten, individueller physikalischer Therapie und Entspannungsverfahren profitieren. 50% der Patienten sprechen positiv auf eine Ganzkörper-Kältetherapie

(bei -110°C) an, die andere Hälfte auf eine Ganzkörper-Wärmetherapie (Sandbank / Infrarot-Wärmekabine).

Feuchte Kalt-, bzw. Warmanwendungen haben sich als negativ, Cortison und sonstige Rheumamittel als nicht sehr hilfreich erwiesen.

An normalen Massagen sollten Lymphdrainagen verordnet werden. Als weitere physikalische Therapien erwiesen sich sowohl die Akupunkturmassage nach Penzel (auch in der Bückeberg-Klinik praktiziert) als auch die sanfte Wirbelsäulentherapie nach Dorn als positiv.

Jeder Patient sollte zusammen mit seinem behandelnden Arzt die Möglichkeiten der Behandlungen besprechen und den geeigneten Weg für sich finden.

Therapieformen auf einen Blick:

Wärmebehandlungen:

Infrarotwärmekabine, Sandliege, Moor- und Fangopackungen, warme Bäder, Wickel / heiße Rolle, Bestrahlungen

Kältebehandlungen:

Kältekammer, Packungen, Kaltluft

Elektrotherapien:

Stanger-Bad, Ultraschall, Ultrareizstrom, TENS-Therapie, Laser-Therapie, pulsierende Magnetfeldtherapie

Sonstiges:

Thermal- und Solebäder, sanfte Massagen, Lymphdrainagen

Verbringen Sie Weihnachten und Silvester in Bad Eilsen

Neben Festtagsstimmung ohne Hektik bieten wir Ihnen die Möglichkeit, viel für Ihr Wohlbefinden und Ihre Gesundheit zu tun.

Unser diesjähriges Angebot für Sie umfasst folgende Leistungen:

- Übernachtung im komfortablen Einzelzimmer/Doppelzimmer mit Bad, Balkon, Sat-TV, Telefon
- reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet mit wechselnden Aktionen - mittags ein 3-Gänge-Menü a la carte
- stimmungsvolle, weihnachtliche Kaffeetafel am Heiligen Abend mit Gesang und abends ein Festmenü mit Wein am Tisch
- Festmenüs an den Weihnachtsfeiertagen
- Kaffee, Musik und Unterhaltung am 2. Weihnachtsfeiertag
- Silvester mit Gourmet-Abendessen
- fröhliche Silvesterfeier mit hausgemachtem Punsch, mit Berlinern, Mitternachtssekt und einer herzhaften Gulaschsuppe
- gemütlicher Neujahrsbrunch, nachmittags Kaffeetafel mit Gebäck
- ärztliches Aufnahmegespräch
- therapeutische Anwendungen entsprechend den Verordnungen des Arztes
- ein umfangreiches Freizeit- und Unterhaltungsprogramm
- auf Wunsch: Fahrservice von Haus zu Haus - gern holen wir Sie von Zuhause ab und bringen Sie auch wieder dorthin zurück (die Kosten betragen Euro 0,69 je Kilometer)



Erleben Sie bei uns harmonische und besinnliche Tage in vertrauter Gemeinsamkeit.

vom 21. Dezember 2006 - 28. Dezember 2006 485,00 Euro

vom 21. Dezember 2006 - 04. Januar 2007 945,00 Euro

vom 28. Dezember 2006 - 04. Januar 2007 485,00 Euro

jeweils zuzüglich Kurtaxe - individuelle Verlängerung je Tag: 55,00 Euro

Darin eingeschlossen sind natürlich die Leistungen unseres **Basispakets**:

- Unterbringung im komfortablen Einzelzimmer mit Dusche, WC, Balkon, Satelliten-TV und Telefon (bei Paaren auf Wunsch Doppelzimmer)
- Vollpension mit reichhaltigem Frühstücksbuffet und mittags Menüauswahl
- Bereitschaft des hausinternen Pflegedienstes bei Notwendigkeit pflegerischer Hilfe
- ein umfangreiches Freizeitangebot mit attraktiven Abendveranstaltungen
- täglich Kneipp'sches Wassertreten
- kostenlose Nutzung des Internet-Cafés
- Nutzung der hauseigenen Sauna zu den im Aushang genannten Zeiten
- Teilnahme an Gesundheitsvorträgen sowie an geführten Wanderungen

Langzeitkur im Januar und Februar 2007

Während der Langzeitkur entkommen Sie dem Alltag und können sich ganz auf Ihr Wohlbefinden konzentrieren. Die Therapien unterstützen positiv den Krankheitsverlauf - das angenehme Umfeld sorgt für die notwendige Entspannung.

Neben unserem Basispaket (siehe oben) umfasst die Langzeitkur monatlich folgende Leistungen:

- 2x Fango, bzw. Heißluft
- 2x Rückenmassage
- tägl. Teilnahme am Duft Qi Gong
- 2x Wassergymnastik in der Gruppe
- 4x Hockergymnastik
- 2x med. Wannenbad

Zusätzliche Therapien können Sie vor Ort privat buchen oder sich durch ein Rezept Ihres Hausarztes verordnen lassen. Die Langzeitkur beinhaltet ein ärztliches Aufnahmegespräch sowie die Hin- und Rückfahrt durch unseren Fahrdienst (im Radius von 250 km).

Das umfangreiche Freizeitprogramm für Januar und Februar mit sämtlichen Ausflugszielen und Veranstaltungen können Sie einer separaten Anlage entnehmen, die Sie nach Anmeldung zusätzlich zu Ihrer schriftlichen Buchungsbestätigung zugesandt bekommen.

	4 Wochen	1.800,00 Euro	
zum Preis pro Person	6 Wochen	2.500,00 Euro	jeweils zuzüglich Kurtaxe
	8 Wochen	3.200,00 Euro	

Unsere Mitarbeiterinnen der Patientenaufnahme freuen sich schon auf Ihren Anruf unter der kostenlosen Rufnummer (0800) 4 555 666.