

## Herzprobleme sind keine Männerdomäne

In den Industrieländern zählen Koronare Herzerkrankungen (KHK) zu den führenden Todesursachen, sowohl bei Männern als auch bei Frauen. Der Glaube, dass Frauen aufgrund ihres hormonellen Status vor KHK geschützt seien, ist ein Mythos. Darauf weist das Evangelische Krankenhaus Oberhausen (EKO) hin. Bei Frauen entwickelten sich die Herzerkrankungen lediglich im Schnitt zehn Jahre später als bei Männern. „Meist zeitgleich mit dem natürlichen Abfall des Östrogenspiegels und mit Beginn der Menopause.“

Die Diagnose einer KHK sei bei Frauen jedoch ungleich schwieriger als bei Männern. Frauen klagen oft nicht über Druck auf der Brust sondern eher über Magenbeschwerden, Übelkeit und Erbrechen, heißt es beim EKO. Daher dauere es in der Regel auch länger, bis bei weiblichen Patienten eine Herzkatheruntersuchung gemacht wird. Dadurch seien Frauen bei der ersten Diagnose einer KHK oftmals älter und wiesen wesentlich höhere Risikofaktoren auf als Männer. Daher rät das EKO regelmäßige Check-Ups vornehmen zu lassen und Beschwerden nicht auf die leichte Schulter zu nehmen.

## Geldwerter Blick ins Bonusheft

Trotz des nahen Jahresendes hat mancher die jährliche Vorsorgeuntersuchung beim Zahnarzt noch nicht wahrgenommen. Darauf weist die Kassenzahnärztliche Vereinigung Nordrhein hin. Die Untersuchung sei nicht nur wichtig für die Zahngesundheit, sondern auch Bedingung für bis zu 30 Prozent höhere Zuschüsse der gesetzlichen Krankenkassen zum Zahnersatz. Vor dem Jahreswechsel sollte deshalb jeder noch einmal in sein Bonusheft schauen, darin wird der Zahnarztbesuch dokumentiert. Erwachsene müssen ihre Zähne einmal im Kalenderjahr, Kinder und Jugendliche (zwischen sechs und 17 Jahren) ihre jedes halbe Jahr untersuchen lassen. Wenn nur in einem Jahr der Beleg fehlt, geht der Bonus für den Zahnersatz verloren.

## Ärztammer lobt Brustzentrum

Das Brustzentrum Mülheim/Oberhausen wurde erfolgreich rezertifiziert, teilt das Evangelische Krankenhaus Oberhausen (EKO) mit. Die Rezertifizierung erfolgte nach Begutachtung durch die Ärztekammer Westfalen-Lippe. Das Verfahren hat nicht nur zum Ziel, eine gute Versorgungsqualität zu sichern, sondern auch Verbesserungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Das Brustzentrum bietet Information, Diagnostik, Therapie und Beratung rund um Erkrankungen der Brust. Der Schwerpunkt liegt bei der Therapie von Brustkrebs. Die Zertifizierungskommission lobte die reibungslose Kooperation aller beteiligten Mitarbeiter der beiden Krankenhäuser in Oberhausen und Mülheim.

## Den Stress gelassen bewältigen

Kurse zur Stressbewältigung starten ab Januar 2010 im Reha-Zentrum Oberhausen. Angeboten wird Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung und der Kursus „Gelassen und sicher im Stress“. Gesetzliche Kassen erstatten in der Regel einen Teil der Kursgebühr. Anmeldung und Information unter ☎ 30 58 41 68 oder 69 51 40.

# Ein sanftes Handwerk

Osteopathen erspüren manuell Blockaden im Körper – und lösen damit manchmal Probleme im Geist



Andi May demonstriert an seiner Kollegin Nicole Keller osteopathische Handgriffe. Hier sucht er nach Spannungen und Blockaden im Bauchraum.

Foto: Hayrettin Özcan

Géraldine Lakermann  
redaktion.oberhausen@waz.de  
☎ 859 06 40

Alles ist verbunden: Kopf und Fuß, Herz und Hand, Gewebe und Knochen, Körper und Geist. Davon geht die Osteopathie aus. Die Therapie der sanften Hände ist schwer angesagt. Davon profitiert auch Andi May von der Praxis Handwerk. „Ich mache nur noch das“, sagt der Physiotherapeut. Nur krankengymnastisch zu behandeln – das wäre für May ein Schritt zurück.

»Ich weiß genau, wo meine Grenzen sind«

Wurde sein Ansatz vor einigen Jahren von Patienten und Ärzten noch skeptisch beäugt, ist Osteopathie mittlerweile für die meisten ein Begriff. Viele Kunden fragen gezielt danach, weil sie etwa Migräne quält oder das Baby den Kopf nicht frei bewegen kann. Bewegung ist überhaupt ein wichtiges Stichwort bei der Osteopathie: Alle Gewebe, Strukturen und Ebenen hängen nach dem Verständnis des Therapeuten zusammen. Ist

das eine blockiert, kann auch das andere nicht richtig funktionieren. „Wir versuchen, alles wieder in Einklang zu bringen“, sagt May. So könnten zum Beispiel verhärtete Schultermuskeln den Blutstrom behindern. Oder ein „verklebter“ Darm kann zu Rückenschmerzen führen. Der Osteopath versucht, diese Blockaden durch sanften Druck, Ziehen oder Schieben mit den Händen zu lösen.

„Am ehesten können sich die Leute das noch vorstellen, wenn es um das Skelett geht, auf der mechanischen Ebene“,

sagt May. Aber der Mensch funktioniert eben auch noch auf drei anderen Ebenen: der chemischen (Säuren, Basen, Ernährung), der energetischen (Ruhe und Spannung) und der emotionalen (Gefühle) Ebene. „Behandelt man das eine, behandelt man das andere direkt mit“, so May. Aber: „Ich weiß, wo meine Grenzen sind.“ Wenn ein Problem zu tief sitzt oder nicht „funktionell“ gelöst werden kann, verweist er an Fachärzte oder eine Psychotherapeutin.

Der Heilpraktiker und Physiotherapeut Andi May hat so

gute Erfahrungen mit der Behandlungsmethode gemacht, dass sie automatisch in seine gesamte Arbeit einfließt: „Ich kann das nicht mehr außer Acht lassen.“ Oftmals kämen die Menschen mit dem Problem, das sie am besten kennen, mit den Knochen, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Geschichten. Erst im Laufe ausführlicher Gespräche und Behandlungen treten dann ganz andere Blockaden zu Tage.

Zeit ist ein wichtiger Faktor. Eine Dreiviertelstunde dauert eine Sitzung, May kennt einen

Grund an ihn verweist. Weil der Arzt wisse, dass er dieses Maß an Zuwendung gar nicht leisten kann. „Die Zeit spielt uns da schon zu. Und Osteopathie ist Vertrauenssache. Wenn die Chemie nicht stimmt, kann man es gleich vergessen.“

Eigentlich ist die Lehre vom vorsichtigen Harmonisieren der Körperstrukturen schon recht alt. Der amerikanische Arzt Andrew Taylor Still (1828-1917) entwickelte sie Ende des 19. Jahrhunderts. „Doch das ist wie mit allen Sa-

»Die Zeit spielt uns da schon zu«

## Osteopathie in Oberhausen

Heilkunde, aber kein Beruf. Ausbildung dauert fünf Jahre

Nach deutschem Recht ist Osteopathie eine Heilkunde und somit Sache des Heilpraktikers oder Arztes. Eine Berufsbezeichnung ist „Osteopath“ in Deutschland allerdings nicht – anders als in anderen Ländern. In den USA etwa werden Osteopathen als Alternativmediziner an Universitäten ausgebildet. In Deutschland wird nur an Privatschulen gelehrt, unter anderem in Oberhausen. Die

Ausbildung dauert in Vollzeit drei, berufsbegleitend fünf Jahre im Rahmen von Seminaren. In Oberhausen gibt es mehrere Osteopathen: Petra Schingen-Post, Bergstraße 189, ☎ 625 64 77; Naturheilpraxis Bettina Panne-Düffels, Straßburger Straße 142, ☎ 869 06 98; Andi May, Praxishandwerk, May, Stöckmannstraße 48, ☎ 940 74 10; Physiotherapeut Thorsten

Wagner, ATHO, Straßburger Straße 100, ☎ 883 34 14; Physiotherapeut Martin Koenen, Alleestraße 108, ☎ 694 59 81; Dr. med. Werner Antoszkiewicz, Orthopädie, Goebenstraße 47, ☎ 30 55 13 0.

Kritiker schreiben der Osteopathie allenfalls einen Placebo-Effekt zu. Wissenschaftliche Studien, die medizinischen Standards standhielten, fehlten.

## Herzstück Tumorkonferenz

Das Darmzentrum Katholische Kliniken ist zertifiziert worden

Das Darmzentrum Katholische Kliniken OB ist bisher das erste von der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) zertifizierte Darmzentrum in Oberhausen. Die DKG stelle sehr strenge Anforderungen, die von dem unabhängigen Institut OnkoZert geprüft würden, heißt es in der Pressemitteilung. Leiter des Darmzentrums KKO ist Dr. Franz-Josef Schumacher, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie, der sich mit allen Kooperationspartnern über die Auszeichnung freut: „Die externen Auditoren haben bei der Überprüfung die regelmäßige Beteiligung der niedergelassenen Fachärzte für Innere Medizin, Onkologie, Radiologie und Strahlentherapie an der wöchentlichen Fallkonferenz sowie die strukturierte Organisation und die hohe Qualität der medizinischen



Dr. Franz-Josef Schumacher (li.), Leiter des Darmzentrums, und Prof. Dr. Axel von Herbay von der Deutschen Krebsgesellschaft.

Versorgung besonders hervorgehoben.“

Das Herzstück des Darmzentrums sind wöchentliche interdisziplinäre Tumorkonferenzen: Dabei wird das Krankheitsbild jedes Patienten vom Expertengremium besprochen und gemeinsam ein individu-

eller Diagnostik- und nach vollständiger Befundung der Behandlungsplan erstellt. Ein Protokoll über jede Tumorkonferenz geht an alle beteiligten Ärzte. Daher gebe es keine unnötigen Doppeluntersuchungen für Patienten. Info-Hotline: ☎ 8991 5711.

## EKO strebt Zertifizierung an

Darmkrebszentrum OB-Mitte

Jährlich verzeichnen die Gesundheitsträger bundesweit 70 000 Neuerkrankungen an Darmkrebs. Damit handelt es sich um die zweithäufigste krebserkrankende Todesursache. Das Darmkrebszentrum OB-Mitte des Evangelischen Krankenhauses Oberhausen hat mit dem Westdeutschen Darm-Centrum (WDC) einen Kooperationsvertrag geschlossen. Damit habe das EKO einen weiteren wichtigen Schritt zur medizinisch orientierten Qualitätssicherung in der Behandlung von Darmkrebs vollzogen, heißt es in einer Pressemitteilung. Das WDC ist ein Kompetenznetzwerk zur Optimierung von Diagnostik, Therapie und Nachsorge bei der Versorgung von Darmkrebs-Patienten.

Ziel der Kooperation ist eine Verbesserung der Behandlungsabläufe durch einen überregionalen Vergleich der Leistungserbringer. Das WDC erfasst dafür z.B. die erforderlichen Daten. Das Darmkrebszentrum Oberhausen-Mitte nimmt darüber hinaus an einem externen Qualitätsvergleich und Benchmarking teil. Damit soll die eigene Leistungsfähigkeit gemessen und beschrieben sowie die Qualität gesteigert werden.

Das Darmkrebszentrum Oberhausen Mitte strebt im Jahr 2010 die Zertifizierung durch die Deutsche Krebsgesellschaft über die Zertifizierungsstelle OnkoZert an. Das Darmkrebszentrum nimmt bereits jetzt an einem externen Qualitätsvergleich teil.

## GOTTESDIENSTE

### Evangelisch

**Abkürzungen:** AM = Abendmahl; A = Andacht; TaufG = Taufgottesdienst; KiD = Kindergottesdienst; FamG = Familiengottesdienst; JugendG = Jugendgottesdienst. Mit (\*) gekennzeichnete Kirchen verfügen über Anlagen für Schwerhörige.  
**Apostel Kirchengemeinde (Kirche)**, So. 10 G (Pfr. i.R. Großarth)  
**Auferstehungs-Kirchengemeinde (Altenheim)**, So. 10.15 G z. Advent (Sam-se)  
**Auferstehungs-Kirchengemeinde (Kirche)**, So. 10.15 G z. Advent (Pfr.in Harst)  
**Christus-Kirchengemeinde (Kirche)**, So. 10 G anschl. Kaffeetrinken (Pfarrer Randolph Jeromin)  
**Emmaus-Kirchengemeinde (Kirche Alstaden)**, So. 11 G (Pfarrerin Schwark)  
**Emmaus-Kirchengemeinde (Kirche Buschhausen)**, So. 10 FamG (Pfr. Odlo-zinski)  
**Emmaus-Kirchengemeinde (Pauluskirche)**, So. 10 G mM (Pfarrer Sand-rock)  
**Ev.-Lutherische Trinitatisgemeinde (SELK)**, So. 11 G  
**Kirchengemeinde Holten (Kirche) (\*)**, So. 15 FamG m. KiGa (Pfr. Henning Wilms)  
**Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf - Gemeindezentrum Schmachtendorf**, So. 11.15 KiG (Pfarrer Müller+ Team)  
**Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf - Kirche Königshardt**, So. 10 G (Pfarrerin Kramer)  
**Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf - Kirche Schmachtendorf**, So. 10 G (Pfarrerin Remy)  
**Kirchengemeinde Sterkrade (Christuskirche)**, So. 10 Musik. GD (Pfarrerin Puppe)  
**Kirchengemeinde Sterkrade (Dietrich-Bonhoeffer-Haus)**, So. 11.15 G (Pfarrerin Reinhold)  
**Kirchengemeinde Sterkrade (Friedenskirche)**, So. 10 Musik. GD (Pfarrer Fide-lak)  
**Kirchengemeinde Sterkrade (Johanni-ter-Krankenhaus)**, Sa. 18.30 G (kath. G.)  
**Kirchengemeinde Sterkrade (Schwarze Heide)**, So. 11.15 WeihnachtsG (G. für KiGa u. Krabbelkinder/Pfr. Müller)  
**Luther-Kirchengemeinde (Bermensfeld)**, So. 11 G (Frau Marolt)  
**Luther-Kirchengemeinde (Lutherkirche)**, So. 9.30 G (Frau Marolt)  
**Markus-Kirchengemeinde (Haus Abendfrieden)**, Sa. 10 G (Pfarrerin bma Neuhaus)  
**Markus-Kirchengemeinde (Markuskirche)**, So. 10 G (Pfr.in Neuhaus/Gottes-dienstnachgespräch)

### Katholisch

**Abkürzungen:** M = heilige Messe; An = Andacht; FamG = Familiengottesdienst; H = Hochamt; KinderM = Kindermesse; Proz = Prozession; VaM = Vorabend-messe; V = Vesper. Mit (\*) gekennzeichnete Kirchen verfügen über Anlagen für Schwerhörige.  
**Heilig Geist (Bermensfeld)**, So. 9.30 M  
**Helios St. Elisabeth-Klinik / Kapelle**, So. 8 M  
**Herz Jesu Oberhausen**, So. 11.30 M 18.30 AM  
**Kirchzentrum in der Neuen Mitte Oberhausen (ökumenisch)**, Sa. 17 An (Atempause), So. 17 Oekum. G  
**St. Antonius Alstaden**, Sa. 16.30 RosenkranzGeb 17 VaM, So. 11.30 FamM 16 M (ital.)  
**St. Barbara Dümpten**, Sa. 18.30 VaM, So. 8.30 M 11.30 FamM  
**St. Johannes Evangelist**, Sa. 18 VaM, So. 9.30 M  
**St. Josef-Hospital / Kapelle**, So. 9.15 M  
**St. Joseph Styrum**, Sa. 17.45 RosenkranzGeb 18.30 VaM, So. 10 M  
**St. Katharina (Lirich)**, Sa. 17 VaM, So. 11 M  
**St. Marien Oberhausen**, Sa. 18.30 VaM  
**St. Michael / Filialkirche von St. Marien Oberhausen**, Sa. 17 VaM, So. 10.30 M  
**St. Peter (Alstaden)**, So. 9 M (poln.) 10.15 M  
**St. Vincenz-Haus**, So. 9 M  
**Zu Unserer Lieben Frau**, Sa. 18.15 VaM, So. 10.45 FamM  
**Buschhausen:**  
**Jugendkirche TABGHA**, So. 18 (JugendM)  
**St. Josef Buschhausen**, Sa. 17 VaM, So. 10 M  
**Dümpten:**  
**St. Barbara**, Sa. 18.30 VaM  
**Holten:**  
**St. Johann Holten**, Sa. 17 VaM, So. 9.30 M  
**Königshardt:**  
**St. Barbara Königshardt**, Sa. 19 VaM, So. 11 M  
**Osterfeld:**  
**Bischof-Ketteler-Haus**, Sa. 16 M  
**Louise-Schroeder-Heim**, Samstag. 16.30 M  
**St. Antonius Klosterhardt**, Sa. 17 VaM, So. 10.45 M  
**St. Jakobus / Filialkirche von St. Franziskus**, So. 18 AM  
**St. Josef Heide / Filialkirche von St. Franziskus**, Sa. 18.45 VaM, So. 9.30 M  
**St. Judas Thaddäus**, So. 10.30 M  
**St. Marien Rothebusch**, Sa. 18.30 VaM, So. 11 FamM  
**St. Marien-Hospital / Kapelle**, So. 8.45 M  
**St. Pankratius / Propsteikirche**, Sa. 17.30 VaM, So. 9.45 H 11.15 FamM 18 AM  
**Schmachtendorf:**  
**St. Josef Schmachtendorf**, Sa. 17 VaM, So. 9 M 11 M  
**Sterkrade:**  
**Altenzentrum St. Clemens / Kapelle**, Sa. 16.30 M  
**Elly-Heuss-Knapp-Stiftung**, So. 9.30 M  
**Herz Jesu Sterkrade**, Sa. 18.30 VaM, So. 10 FamM  
**Liebfrauen**, Sa. 18.30 VaM, So. 8.30 M 11 M  
**St. Clemens / Propsteikirche**, So. 10 H 11.30 FamM 18.30 AM  
**St. Clemens-Hospital / Kapelle**, So. 9 M  
**St. Theresia vom Kinde Jesu**, Sa. 17 VaM, So. 8 M 10 M