

# Gemeinsam kommen wir gut durch die Corona-Zeit

## Sorgfältige Hygiene erlaubt Praxisbesuche auch während der Pandemie

Eine sorgfältige Hygiene ist in unseren Praxen zu allen Zeiten gewährleistet. So ist u. a. Standard, dass nach jedem Patienten das Behandlungszimmer und der Behandlungsstuhl desinfiziert werden. Während der Corona Pandemie ergreifen wir zum Schutz aller Beteiligten jedoch noch umfassendere Hygienemaßnahmen und setzen selbstverständlich die Hygieneregeln entsprechend den Richtlinien des Robert Koch Instituts systematisch um.

Zu den erweiterten Hygienemaßnahmen gehört u. a. die Verlängerung der Einwirkzeit von Desinfektionsmitteln und ausgiebiges Stoßlüften sowie ein geändertes Bestellsystem, um ein erhöhtes Patientenaufkommen zu vermeiden. Alle Mitarbeiter\*innen und Besu-



cher \*innen sind bereits beim Betreten der Praxis angehalten, ihre Hände sorgfältig zu desinfizieren, eine Mund/Nasenbedeckung zu tragen, einen Mindestabstand von 1,5 Metern einzuhalten und beim Gang durch die Räumlichkeiten den entsprechenden Markierungen

und Hinweisschildern zu folgen.

**Schilder vor dem Praxiseingang und entsprechende Patienteninformationen im Internet weisen Sie darauf hin, dass Sie bei Symptomen oder nach Kontakt mit möglichen Infizierten oder Erkrankten**

**bitte unbedingt einen telefonischen Termin vereinbaren. Sie sollten in keinem Fall unangemeldet in der Praxis erscheinen!**

Der Wartebereich ist mit verringerter Bestuhlung ausgestattet, um die geforderten Mindestabstände einhalten zu können. Und auch in den Behandlungszimmern wurde die Ausstattung auf das Nötigste reduziert.

Alle, die nicht unbedingt in die Praxis hinein müssen, wie z. B. Paketboten oder Angestellte von Fahrdiensten werden nach Möglichkeit bereits vor der Eingangstür der Praxis empfangen.

**Die Hygienemaßnahmen erlauben es, sowohl ästhetisch-chirurgische Eingriffe, wie z. B. Lidstraffungen und Faltenkor-**

**rekturen, als auch zahnmedizinische Eingriffe ohne ein erhöhtes Risiko vorzunehmen.** Uns ist bewusst, dass die erweiterten Hygienemaßnahmen Ihren gewohnten Komfort etwas einschränken. Aber es ist nicht nötig, aus Sorge vor einer Ansteckung oder Bequemlichkeit geplante Behandlungen oder Vorsorgeterminen abzusagen!

Dies trifft insbesondere auf die zahnärztliche Prophylaxe zu. Schließlich ist der Mund die Eingangspforte für Viren. Ein gesundes, entzündungsfreies Milieu in der Mundhöhle ist ein wesentlicher Präventionsbaustein! Die zahnärztliche Behandlung wird unter deutlicher Reduzierung von Aerosolbildung bei gleichzeitig optimaler Absaugtechnik durchgeführt.

Das Personal der Juventis Tagesklinik wird regelmäßig geschult. Die Behandlungs- und Umgangsweisen werden laufend den aktuellen Erkenntnisse bezüglich der Virussituation angepasst.

**JUVENTIS**  
MENSCH. GESUNDHEIT. ÄSTHETIK.  
Dragonerstraße 1  
Tel.: 0441 2182446  
www.juventis.de

**DIE OLDENBURGER ZAHNÄRZTE**  
Gemeinschaftspraxis für Zahnheilkunde  
Dragonerstraße 1  
Tel.: 0441 25 2 25  
An der Südbäke 1  
Tel.: 0441 63 0 53  
www.die-oldenburger-zahnaerzte.de

## Schulderschmerzen müssen nicht chronisch werden

...mit sorgfältiger Diagnostik und Therapie zum Erfolg



Dr. med. Sebastian Kowsky, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmediziner und Schulterchirurg, berät über Schultererkrankungen

„Unsere Schulter ist das komplexeste und facettenreichste Gelenk im ganzen Körper“, erklärt der Facharzt und Schulterpezialist Dr. Sebastian Kowsky aus der Oldenburger Orthopädie und Unfallchirurgie. „Es ist ein Zusammenspiel aus verschiedenen Muskeln, mehreren Bändern, einer komplexen Gelenkanatomie und 180° Drehfähigkeit. Bereits kleinste Veränderungen innerhalb dieses Gelenksystems können große Auswirkungen auf die Bewegung haben. Am häufigsten sind es Veränderungen im Muskel-Sehnen-Apparat, die schmerzhaft Symptome hervorrufen“, so der Arzt weiter.

Kleine Einrisse oder Sehnenverletzungen führen zu Kalkablagerungen in den betroffenen Strukturen, sportliche

Überlastungen oder schwere körperliche Tätigkeiten führen zu Entzündungen und Reizsymptomen. Unfälle sind hingegen seltener, können jedoch zu sehr komplexen Gelenkverletzungen führen, die frühzeitig erkannt und therapiert werden sollten. „Es bedarf immer einer umfangreichen Diagnostik, bevor man die ersten Therapie-schritte planen kann“, sagt Dr. Kowsky, „in erster Linie ist die körperliche Untersuchung wegweisend, daneben sind Röntgen- und Ultraschalluntersuchungen, sowie die MRT in den meisten Fällen unabdingbar.“

Eine Vielzahl der Schultererkrankungen kann konservativ behandelt werden. Zum Beispiel können kleine, schmerzhaft Kalkablagerungen in der Sehne der Schulter von außen mit einer zielgerichteten Druckwelle (Stoßwelle) behandelt werden und zum Abbau der Kalkablagerungen führen. Durchschnittlich sind bereits drei bis fünf Behandlungen ausreichend. Es gibt jedoch auch klare Indikationen zur operativen Therapie, die heute durch minimalinvasive OP-Techniken risikoarm und schonend durchgeführt werden können.

Dr. Kowsky führt jedes Jahr eine Vielzahl von arthroskopischen Eingriffen am Schultergelenk durch, bei denen die

konservative Therapie ausge-reizt ist. Dies steigert wiederum den Erfolg des operativen Verfahrens. Wichtig sei es, so der Arzt, sich auf die Erfahrung des Therapeuten zu verlassen und Vertrauen aufzubauen.

„Schultererkrankungen sind in der Regel sehr langwierig und erfordern viel Geduld sowie Durchhaltevermögen für den Arzt und den Patienten“, mahnt Dr. Kowsky, „man sollte nie zu früh die Flinte ins Korn werfen.“

Die Oldenburger Orthopädie und Unfallchirurgie bietet ein breites Spektrum an konservativen und operativen Verfahren, um eine individuelle und zielgerichtete Behandlung durchführen zu können und dies gleich an zwei Standorten im Herzen Oldenburgs.

**Weiterführende Informationen unter [www.oldenburger-orthounfall.de](http://www.oldenburger-orthounfall.de)**



OLDENBURGER  
ORTHOPÄDIE UND  
UNFALLCHIRURGIE

Gemeinschaftspraxis  
Dr. S. Kowsky &  
Dr. R. Haselbach

Prinzessinweg 40 • 26122 OL  
Tel.: 0441 592896

Bremer Straße 12 • 26135 OL  
Tel.: 0441 15160

## Rosacea gezielt erkennen und behandeln

Was hilft wirklich bei roten Wangen?



Dr. Thomas Fechner, Facharzt für Dermatologie, ist Laserexperte und berät zur Rosacea-Therapie

Mit rund 4 Millionen Erkrankungen ist Rosacea eine der häufigsten Hautkrankheiten in Deutschland. Die erblich bedingte Hauterkrankung zeigt sich zunächst durch eine diffuse, später bleibende Gesichtsrötung. Mit der Zeit entwickeln sich Pickel und ein grobporiges Hautbild. Betroffene Patienten empfinden durch die sichtbare Erkrankung oft eine deutliche Einschränkung ihrer Lebensqualität.

Eine Verschlechterung der Rosacea kann durch heiße Getränke, scharfe Gewürze oder Stress verursacht werden. Daneben können Sauna oder falsche kosmetische Behandlungen die Gesichtsrötung fördern. „Außerdem sollten Betroffene ausgiebige Sonnenbäder meiden und

eine Sonnencreme mit LSF 30 oder 50 verwenden“, empfiehlt der Dermatologe Dr. Thomas Fechner, Leiter des Laserzentrums Dermatologie Oldenburg.

Nach Diagnosestellung kann der behandelnde Hautarzt individuell einen Therapieplan erstellen. Bei Pickeln und Pusteln helfen antientzündlich wirkende Cremes. Neben antibiotischen Zusätzen können auch Cremes mit antiparasitär wirkenden Inhaltsstoffen hilfreich sein. „Bestimmte Haarbalgmilben, genannt Demodex, finden sich bei Rosacea-Patienten in bis zu 6fach höherer Dichte als auf gesunder Haut“, berichtet Dr. Fechner. Die Milben können durch Anregung des Immunsystems Entzündungsprozesse bei Rosacea fördern.

Für einen langfristigen Therapieerfolg empfiehlt der Dermatologe begleitend professionelle kosmetische Behandlungen oder Ausreinigungen durch medizinisch versierte Fachkosmetikerinnen.

Rötungen und Gefäßerweiterungen können effektiv mit dem gepulsten Farbstofflaser behandelt werden. „Das Laserlicht wird gezielt vom roten Blutfarbstoff, dem Hämoglobin, aufgenommen und in Wärme-Energie umgewandelt. Durch diese gezielte Hitzeeinwirkung wird das

Gefäß verschlossen und vom körpereigenen Abwehrsystem abgebaut“, erklärt der Laserexperte. Als kurzfristige Nebenwirkung treten lediglich leichte Schwellungen oder einzelne blaue Flecke im behandelten Areal auf, die rasch wieder verschwinden. Besonders gut eignet sich die sonnenarme Jahreszeit für die Lasertherapie, da die Haut nicht gebräunt sein sollte.

Mit dem gepulsten Farbstofflaser lassen sich rote Blutgefäße sicher und narbenfrei behandeln. Da die Erkrankung chronisch ist, können die Symptome im Verlauf wieder auftreten. Laut Dr. Fechner hat man je nach Patient aber häufig erstmal ein bis fünf Jahre Ruhe. Danach kann die Laserbehandlung wiederholt werden.



LASERZENTRUM  
DERMATOLOGIE OLDENBURG

Achternstraße 21  
26122 Oldenburg  
Telefon 04 41 - 21 91 40  
www.laserzentrum-oldenburg.de

Folge uns bei Instagram  
@laserzentrum\_dermatologie\_ol