

GESUNDHEITSWEGWEISER

Gesundheitsdienstleistungen, Beratungen und Hilfen
in Koblenz und Umgebung

2015/16

www.koblenz.de

KOBLENZ
VERBINDET.

In Zusammenarbeit
mit



**Amt für Jugend,
Familie, Senioren
und Soziales**



Hilft, wo Ihr Zuhause ist.

Verlässliche Pflege am vertrauten Ort.

Ihre Unterstützung:

DRK-PflegeService.

Eine hilfreiche Hand zur rechten Zeit.

Ihre Entlastung:

DRK-HaushaltsService.



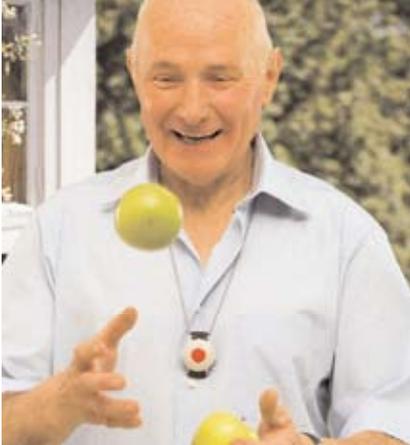
Selbstbestimmt in vertrauter Umgebung leben. Ihre Sicherheit:

DRK-HausNotrufService.

Gutes, gesundes Essen zuhause genießen.

Ihre Lebensqualität:

DRK-MenüService.



**Ihr Sozialer Service in Koblenz
und im Rhein-Lahn-Kreis**

**DRK-Mittelrhein
gemeinnützige GmbH**

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12

56073 Koblenz

Tel.: 02 61 / 97 38 24-0

Fax: 02 61 / 97 38 24-12

info@drk-mittelrhein.de

www.drk-mittelrhein.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



Koblenz, Oberzentrum am Mittelrhein, genießt mit seinen Kliniken und einer Vielzahl spezialisierter Ärzte sowie medizinischer Dienstleister einen herausragenden Ruf weit über die Region hinaus.

Mit der Neuauflage des Gesundheitswegweisers möchten wir die Leistungstiefe im Gesundheitswesen detailliert darstellen und Ihnen damit einen „Wegweiser“ zur Verfügung stellen, der praktische Orientierung und Hintergrundinformationen gibt. Die rege Nachfrage nach der Druckausgabe und ihrer Onlinefassung, die Sie im Internet unter www.koblenz.de finden, zeigt uns, dass wir ein wichtiges Nachschlagewerk geschaffen haben, dessen Informationsgehalt und praktischer Nutzen als hoch eingeschätzt wird.

In bewährter Form legen wir Ihnen eine aktualisierte Fassung mit Hilfsangeboten, Ansprechpartnern und Adressen aus Koblenz und Umgebung vor. In die umfassende neue Ausgabe haben wir auch aktuelle Themen aus dem Gesundheitswesen aufgenommen. Im Adressteil finden Sie zusätzlich detaillierte und aktualisierte Angaben von allen uns bekannten gesundheitlich orientierten Selbsthilfegruppen, die in Koblenz und der näheren Umgebung aktiv sind.

Der Gesundheitswegweiser ist also nicht nur ein Nachschlagewerk, in dem Sie umfassende Daten von A wie Akupunktur bis Z Zahnarzt finden, sondern auch eine Broschüre mit vielen Informationen rund um Gesundheit und Heiltherapien.

Die Realisierung des Gesundheitswegweisers wäre ohne eine breite Unterstützung nicht möglich. Unser besonderer Dank gilt daher den Inserenten, die durch Ihre Beteiligung die Herausgabe ermöglicht haben. Und nicht zuletzt danken wir dem VBS-Verlagsbüro Steigerwald für die umfassende fachkundige Hilfe, Konzeption und Gesamtherstellung des Wegweisers.

Eine Bitte zum Schluss: Helfen Sie uns dabei, den Gesundheitswegweiser stets aktuell zu halten. Gern nehmen wir Ihre Anregungen entgegen.

Bleiben Sie gesund und fühlen Sie sich wohl in unserer schönen Stadt!

Es grüßt Sie herzlich

A handwritten signature in blue ink that reads "Marie-Theres Hammes-Rosenstein". The signature is fluid and cursive.

Marie-Theres Hammes-Rosenstein
Bürgermeisterin

- Vorwort 3
- Notrufnummern 7
- Impressum..... 97
- Index 98

ÄRZTE - FACHÄRZTE - ÄRZTLICHE UND MEDIZINISCHE DIENSTLEISTUNGEN

- Ärzte - Fachärzte - ärztliche und medizinische Dienstleistungen 8
- Akupunktur 8
- Allergologie 8
- Allgemeinmedizin, Praktische Ärzte, Ärzte 8
- Ambulante Operationen* 9
- Anästhesiologie 9
- Arbeitsmedizin 9
- Arthroskopieur AGA 9
- Augenheilkunde 9
- Chinesische Medizin* (TCM) 9
- Chirotherapie/Chiropraktik 9
- Chirurgie, allgemein 11
- Chirurgie, plastische und ästhetische 11
- Chirurgie, Unfall- 11
- Computertomographie* 11
- Dermatologie, kosmetische* 11
- Diabetologie 11
- Diabetologische Schwerpunktpraxis* 11
- Dialyse/Dialysezentren* 11
- Durchgangsärzte* 11
- Ernährungsmedizin/Ernährungsberatung* 11
- Frauenheilkunde und Geburtshilfe 11
- Gastroenterologie* 13
- Gefäßchirurgie 13
- Gelbfieberimpfstellen 13
- Hämatologie und Internistische Onkologie* 13
- Hals-Nasen-Ohrenheilkunde 13
- Hautärzte 13
- Homöopathie* 14
- Innere Medizin 14
- Kardiologie* 14
- Kinderchirurgie* 15
- Kinderkardiologie* 15
- Kinderorthopädie* 15
- Kinder- und Jugendmedizin 15
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten 15
- Kinesio-Taping 15
- Laboratoriumsmedizin 15
- Lasertherapie* 15
- Magnetresonanztomographie* 15
- Mammadiagnostik* 15
- Manuelle Medizin 15
- Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie (Oralchirurgie) 15
- Naturheilverfahren 15
- Nephrologie (Praxisdialyse)* 17
- Nervenheilkunde* 17
- Neurochirurgie* 17
- Neurologie 17
- Nuklearmedizin 17
- Orthopädie 17
- Orthopädie, operative* 20
- Osteopathie* 20
- Palliativmedizin/Sterbegleitung 20
- Pathologie 20

- Phlebologie 20
- Pneumologie* 20
- Präventionsmedizin 20
- Privatpraxen 21
- Proktologie 21
- Psychiatrie und Psychotherapie 21
- Psychologische Psychotherapeuten 21
- Psychosomatische Medizin und Psychotherapie 23
- Radiologie 23
- Reisemedizin* 23
- Schmerztherapie* 23
- Sonographie* 23
- Sportmedizin* 23
- Strahlentherapie 27
- Tauch-Tauglichkeits-Untersuchungen 27
- Urologie 27
- Vermietung von OP-Räumen 27
- Visceralchirurgie 27
- Tierärzte 27
- Zahnärzte 31
- Zahnärzte: Ästhetische Zahnheilkunde* 32
- Zahnärzte: Apnoebehandlung/Schnarchtherapie (maskenfrei)* 32
- Zahnärzte: Biologische Zahnerhaltung* 33
- Zahnärzte: Endodontie 33
- Zahnärzte: Funktionsanalyse* 33
- Zahnärzte: Funktionsdiagnostik und Kiefergelenkserkrankungen* 33
- Zahnärzte: Ganzheitliche Zahnheilkunde* 33
- Zahnärzte: Implantologie 35
- Zahnärzte: Kieferorthopädie 35
- Zahnärzte: Lachgasbehandlung* 35
- Zahnärzte: Lasertechnologie* 35
- Zahnärzte: Oralchirurgie 35
- Zahnärzte: Parodontologie* 35
- Zahnärzte: Prothetik* 35
- Zahnärzte: Zahnvorsorge und Reinigung* 35
- Dental-Labore, Zahntechnik 41

KRANKENHÄUSER, KLINIKEN, FACH-KLINIKEN, STATIONÄRE EINRICHTUNGEN

- Kliniken und Krankenhäuser 47
- Fachkliniken 47
- Reha-Einrichtungen und -zentren 47
- MVZ (Medizinische Versorgungszentren), 47
- Ärztehäuser, Netzwerke 47
- Einrichtungen für Behinderte 50

GESUNDHEITS-DIENSTLEISTUNGEN

- Augen, künstliche 53
- Diätpraxen 53
- Ergotherapie 53
- Ernährungsberatung 53
- Fitness & Wellness 53
- Gesundheitsberatung 53
- Hebammen 53
- Heilpraktiker 55
- Kunsttherapie 55
- Legasthenie, Logopädie, Atem-, Sprech-, Stimmtherapie 55
- Optik & Hörakustik 55
- Orthopädietechnik, Orthopädie-Schuhtechnik 55
- Osteopathie 55

- Perücken, Haarersatz 55
- Physiotherapie, Massage, Krankengymnastik 55
- Pilates 57
- Podologie (med. Fußpflege), Fußpflege 57
- Sanitätshäuser 57
- Stressbewältigung / Entspannung 57

ALTEN- UND PFLEGEHEIME, WOHNEN IM ALTER, BETREUTES WOHNEN

- Alten- und Pflegeheime 63
- Wohnen im Alter 63

AMBULANTE DIENSTE

- Ambulante Pflegedienste 71
- Ambulante Kinderkrankenpflege 71
- Fahrdienste, Krankenfahrten 71
- Haushaltshilfe-Service 71
- Pflegedienstportrait 72
- Haus-Notruf-Service / Mobil-Notruf-Service 73
- Menüservice, Essen auf Rädern 73
- Pflegestützpunkte 73
- Sozialstationen 73
- Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein 73

WEITERE EINRICHTUNGEN DES GESUNDHEITSWESENS

- Gesundheitsamt Koblenz 77
- Krankenkassen 77
- Bezirksärztekammer 77
- Bezirkszahnärztekammer 77
- Kassenärztliche Vereinigung Koblenz 77
- Kassenzahnärztliche Vereinigung Koblenz 77
- Landesapothekerkammer 77
- Wohlfahrtsverbände, Hilfsorganisationen 77

GEMEINDEPSYCHIATRISCHE VERSORGUNG

- Beratung, Betreuung, Pflege, Werkstätten u.a. 82
- Betreute Wohnformen 82

BERATUNG UND HILFEN

- Aids- und Sexualberatung 84
- Ambulante Hilfen für psychisch- und suchterkrankte Menschen 84
- Behindertenhilfe, -beratung, -betreuung 84
- Beratung und Hilfen für Senioren 84
- Ernährungs- und Gesundheitsberatung 85
- Fachdienst für Arbeit und Integration 85
- Familien, Ehe- und Schwangerschaftskonfliktberatung 85
- Frühförderung und -vorsorge 87
- Hilfe auf einen Klick (Online-Hilfen) 87
- Hospize – Palliativpflege, -beratung 87
- Kinder und Jugendliche, Eltern 87
- Sucht (Beratungsstellen, Selbsthilfe, Einrichtungen) 89
- Trauma-Ambulanzen 90
- Weitere Beratungsdienste 90
- Hilfen bei Wohnungslosigkeit 91
- Ämter / Behörden für die Themenbereiche dieses Gesundheitswegweisers 91
- Spezielle Gruppen & Angebote 91
- Wichtige bundesweite Adressen 96

Redaktioneller Teil

- Moderner Gesundheitsschutz und Leistungsdiagnostik 12
- in entspannter Atmosphäre 12
- Nierenkrankheiten erkennen und behandeln
Mit Dialyse und Transplantation weiterleben 18
- Medizinisch-Psychologisches Präventionszentrum RHEINKULTUR 24
- Medizinrecht 28
- Ärztliche Behandlungsfehler 29
- Präzise Planung – sichere Implantatversorgung 34
- Gesundes Zahnfleisch blutet nicht ! 37
- Zahnärztliche Lachgassedierung und Laserbehandlung 39
- Sind die Zähne gesund, ist der Körper gesund 40
- Wurzelbehandlung heißt Zahn retten 42
- Wenn die Blase schwach wird – Hilfe bei Inkontinenz 44
- Wasser – Quelle des Lebens 45
- Die Kunst am Auge 51
- Natur heilt – Naturheilkundliche Medizin im Trend 58
- Gesundheit stärken nach Hildegard von Bingen 59
- Die Welt ist heute nicht mehr still 60
- Bewegung im Alter ist wichtig 68
- Aging brain 69
- Multiple Sklerose – Eine Krankheit mit vielen Gesichtern 75
- Wald ist Gesundheit 78
- Am Computer arbeiten – aber richtig! 79
- Würdevoll leben bis zuletzt 86
- Kinder brauchen Bewegung 88
- Herzgruppen in Rheinland-Pfalz 92

Wohnen in der Genossenschaft

Finde dein Zuhause

- Wohnangebote für alle Generationen
- und für jeden Lebensabschnitt
- mit umfassenden Serviceangeboten



Ihr Vermieter in Koblenz

Lindenstraße 13, 56073 Koblenz, Tel: 94730-0
www.moderneswohnenkoblenz.de
info@moderneswohnenkoblenz.com



**DR. MED. DENT.
REGINA STEIER**

Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie

**PROF. DR. MED. DENT.
LIVIU STEIER**

Spezialist für Prothetik der DGZPW
Specialist in Endodontics (GDC)
Prof. (Vis.) Università degli Studi di Firenze
Honorary Associate Clinical Professor
Warwick-Medical School, GB



Endodienste



Prof. Dr. Liviu Steier

Specialist in Endodontics
Warwick Dentistry –
The University of Warwick

Kehriger Str. 12
D-56727 Mayen
T: +49 (0) 2651-900 490
F: +49 (0) 2651-900 491
www.drsteier.de
L.Steier@perio-implantologie.de



Kehriger Straße 12
56727 Mayen
Tel.: 02651-900 490
Fax: 02651-900 491

info@endodienste.de
www.endodienste.de

Siehe auch redaktionelle Fachbeiträge
Seite 42 + 43.

Notrufnummern

Polizei	110	Kinder- und Jugendärztlicher Notdienst Koblenz für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr
Rettungsdienst/Notarzt	112	Zentrale Rufnummer
Feuerwehr	112	(0 18 05) 11 20 56
DRK-Rettungsleitstelle	(02 61) 1 92 22	Unter der zentralen Rufnummer erfahren Sie während der Notdienstzeiten Name und Adresse des diensthabenden Kinderarztes und werden auch direkt mit ihm verbunden. Es wird vorab um telefonische Terminvereinbarung gebeten.
Ärztlicher Notdienst Koblenz	(02 61) 40 40 444	Dienstzeiten:
im Gemeinschaftsklinikum Koblenz-Mayen, Kemperhof Koblenz, Koblenzer Str. 115-155		Samstag von 8.00 bis Sonntag um 8.00 Uhr
Die zentrale Praxis im Eingangsbereich Kemperhof ist ohne Voranmeldung dienstbereit:		Sonntag von 8.00 bis Montag um 7.00 Uhr
Täglich von 18.00 bis 8.00 Uhr		Mittwoch von 14.00 bis Donnerstag 7.00 Uhr
Mittwochs ab 14.00 Uhr bis Donnerstag 8.00 Uhr		An Feiertagen ab 8.00 Uhr
Feiertags ab 14.00 Uhr bis Montags 8.00 Uhr		Augenärztlicher Notdienst
Hausbesuchsanforderungen unter Tel. 40 40 444		Zu erreichen über die
Ärztliche Notrufzentrale	116 117	Rettungsleitstelle Koblenz
		(0 18 05) 11 20 60
		Zahnärztlicher Notdienst
		(0 18 05) 5 04 03 08
		Weitere Infos unter www.bzk-koblenz.de
		Giftnotruf (Uniklinik Mainz)
		(0 61 31) 1 92 40
		Giftnotruf (Berlin)
		(030) 1 92 40
		Apotheken-Notdienst
		(0 18 05) 25 88 25

Sonstige Rufnummern in besonderen Notlagen

Frauenhaus Koblenz , Postfach 300337 Träger: Sozialdienst kath. Frauen	(02 61) 9 42 10 20	Polizeipräsidium Koblenz, Regionale Kriminalinspektion Koblenz, K 2 Gewalt gegen Frauen und Kinder / Sexualdelikte
<i>siehe Anzeige Seite 76</i>		Moselring 10 – 12
Frauennotruf Koblenz, Fach- und Beratungsstelle für vergewaltigte Frauen und Mädchen e. V.		oder
Neustadt 19	(02 61) 3 50 00	103-1
Fax (02 61) 3 00 24 17		103-2620
mail@frauennotruf-koblenz.de		Polizeipräsidium Koblenz, Kriminalinspektion Mayen, Fachkommissariat 2 K 2 Gewalt gegen Frauen und Kinder / Sexualdelikte
www.frauennotruf-koblenz.de		Hahnengasse 11, 56727 Mayen
		oder
		801-0
		801-320
		Kinder- und Jugendtelefon
		„Nummer gegen Kummer“
		(0800) 1110333*
		Elterntelefon
		(0800) 1110550*
		Telefonseelsorge Koblenz
		Evangelisch
		(0800) 1110111*
		Katholisch
		(0800) 1110222*
		* Freecall – Die Telefonnummer des Anrufenden wird nicht angezeigt
		Tecum e.V.
		Verein zur Betreuung suizidgefährdeter
		Menschen
		(02 61) 30 90 77
		oder
		0160 / 7 48 48
		Weißer Ring e.V.
		Verein für Kriminalitätsofferhilfe
		Außenstelle Koblenz/Mayen:
		(02 61) 6 71 03 04
		Opfer-Notruf:
		(0180) 3 34 34 34



Arbeitskreis gegen Mobbing e.V. (AKM)

Mobbingtelefon: (02 61) 80 81 76

Hinweise zu Tätigkeitsschwerpunkten im Ärzteverzeichnis:

Zur Erleichterung der Auffindbarkeit des Verzeichnisses beinhaltet dieses neben der Arzt- oder Facharztbezeichnung auch Spezialgebiete und spezielle Diagnostik- und Therapieverfahren als Tätigkeitsschwerpunkte. Diese wurden mit einem * gekennzeichnet.

Aufgrund der Berufsordnung der Landesärztekammern ist das Führen von selbstgewählten Tätigkeitsschwerpunkten gestattet. Tätigkeitsschwerpunkte dürfen nur angekündigt werden, wenn diese Angaben nicht mit nach ärztlichen

Weiterbildungsrecht erworbenen Qualifikationen verwechselt werden können. Alle Angaben, insbesondere von Tätigkeitsschwerpunkten, basieren auf eigener Mitteilung des Arztes/Ärztin oder veröffentlichten und frei zugänglichen Datenquellen von Kammern, Verbänden oder Institutionen und erfolgen ohne Überprüfung seitens des Herausgebers und Verlegers. Für die Richtigkeit der mit einem * gekennzeichneten Rubriken sind ausschließlich die dort aufgeführten Kunden verantwortlich und wird vom Herausgeber und Verleger keine Haftung übernommen.

ÄRZTE - FACHÄRZTE - ÄRZTLICHE UND MEDIZINISCHE DIENSTLEISTUNGEN

Akupunktur

Koblenz (02 61)

Fendel Antje Dr.med., Hohenzollernstr. 85b 3 50 41
 Filbrecht Andreas, Casinostr. 49..... 9 21 54 18

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie

Hohenfelder Straße 3 1 27 30

www.unser-orthopae.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Köhler Audrey u. Walter Dr. med., Löhrrstr. 103 9 73 75 76
 Kohrt Dagmar Dr., Hohenfelder Str. 7-9 1 00 42 50

Radermacher Peter Dr. med.

Markenbildchenweg 6 1 22 01

www.radermacher-koblenz.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Rapp Elke Dr.med., Mehlgasse 20 1 40 99

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie

Neversstraße 1-5 1 27 41

www.praxis-stein.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Diez (0 64 32)

Petermeyer Michael Dr. med., Adelheidstr. 2 6 45 27 40

▶ siehe Anzeige Seite 10

Kobern-Gondorf (0 26 07)

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie

Hauptstr. 95, 56332 Dieblich 96 18 10

www.praxis-stein.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Allergologie

Koblenz (02 61)

Kroker Axel Dr. med., Schaeben Marieluise Dr.med.,
 Schmidt Olaf Dr. med., Emil-Schüller-Str. 29..... 29 67 58 50
 Habermann Folke, Schloßstr. 17-19 30 31 80

Sorhage B. Dr. med.

Privatärztliche Praxis am Park

Praxis für Dermatologie und Allergologie

Lambertstr. 57 (Koblenz-Rübenach) 92 16 93 00

Weber Roland Dr.med., Bahnhofstr. 36 3 85 22

Bendorf (0 26 22)

Blaese Ulrich Dr.med. u.
 Pflieger-Bruss Sybille PD.Dr.med., Hauptstr. 123..... 90 73 70

Allgemeinmedizin, Praktische Ärzte, Ärzte

Koblenz (02 61)

Abts & Kollegen, Löhrrstr. 64C 8 30 94
 Allert M. L. Prof. Dr.med., Karl-Härlle-Str. 27..... 5 62 11

Allmang Thomas M. Dr. med.

Facharzt für Allgemeinmedizin und Anästhesiologie, Psychosomatik,

Gesundheitsvorsorge

Heddesdorfstr. 2 7 64 41

Telefax 7 21 66

Amann Alexander, Lambertstr. 57 9 21 69 30
 Bartz M. Dr., Weber A. Dr., Papendieck B. Dr., Brenderweg 26 8 19 88
 Bassek Thomas Dr.med., Platanenweg 14 5 51 77
 Bernhard Eleonore u. Thomas Dres.med., Wismarer Str. 10..... 5 10 01
 Billigmann Peter Prof. Dr.med, Hohenzollernstr. 64..... 9 63 50 90
 Birker Heinz-Joachim Dr.med., Bruno-Hirschfeld-Str. 6 9 72 47 50
 Braun-Wegener Sybille Dr.med., Schloßstr. 38..... 1 86 59

Breidbach Theo Dr.med., Im Kimmelberg 4 2 40 26
 Buley & Kollegen, Bahnhofstr. 37..... 97 36 90 80
 Campean Matthias Dr.med., Frankenstr. 2 1 55 77
 Cormann Ulrike Dr.med, Handwerkerstr. 60 8 13 70
 Dabringhaus Rolf Dr. med., Arenberger Str. 143..... 6 12 48
 Disterheft Norbert Dr. med., Kurfürstenstr. 89-91 8 89 61 01
 Ditges-Campean Brigitta Dr., Kurfürst-Schönborn-Str. 55 8 50 45
 Ditscheid A. Dr. med. u. F. Dr. med., Eduard-Müller-Str. 13..... 4 88 81
 Eltges Jens Dr.med., Hohenzollernstr. 107 3 35 61
 Fendel Antje Dr. med., Hohenzollernstraße 85b..... 3 50 41
 Filbrecht Andreas, Casinostr. 49..... 9 21 54 18
 Grün Heinz Dr.med., Brenderweg 45 8 17 18
 Helder mann Hans Dr.med., Löhrrstr. 66C..... 9 21 54 15
 Helling Dieter Dr. med., Casinostr. 46 3 23 23
 Herzhoff Gabi Dr., Marienstätter Str. 43 (0 26 06) 3 71
 Kappeßer A. Dr.med., Sonneneck 16 1 00 44 01
 Kasper Martin Dr.med., Planstr. 4 4 49 22
 Kittler Helmut Dr.med, Planstr. 17..... 4 36 88
 Köhler Walter Dr.med., Löhrrstr. 103..... 97 37 97 80
 Krzyzek Matthias Dr.med., Humboldtstr. 116..... 9 73 00 00
 Lawaczek Volker Dr.med., Jahnweg 38 1 73 41
 Michalke Georg Dr.med. u. Ursula Dr.med., Fritz-von-Unruh-Str. 1 7 54 54
 Miltner Uta, Neugasse 36 20 30
 Müller Ferdinand, Lüderitzstr. 47 7 62 42
 Mund Ludwig Dr., Brenderweg 208 80 30 41
 Namdar Sabah, Moselweißer Str. 29 4 35 35
 Nedjat Naghi Dr. med., Viktoriastr. 14 2 06 22 08
 Prusseit Jürgen Dr.med., Keltenstr. 150 2 42 21
 Rabehl Dirk, Eduard-Müller-Str. 35..... 4 52 52

Radermacher Peter Dr.med., Markenbildchenweg 6 1 22 01

▶ siehe Anzeige Seite 10

Rapp Elke Dr.med., Mehlgasse 20 1 40 99
 Schmelz Susanne Dr.med. u. Gross Michael Dr.med, Potsdamer Str. 13..... 5 11 28
 Siemers Barbara, Rheinstr. 17 9 73 45 49

Stein Magnus, Neversstr. 1-5 1 27 41

▶ siehe Anzeige Seite 10

Steinkamp Peter Dr.med., Aachener Str. 96 2 40 33
 Struth Bernd, Horchheimer Höhe 18 7 17 66
 Tiedemann Frank Dr. u. Blum Gerhard, Plankenweg 5 8 60 37
 Trog Andreas, Pfarrer-Kraus-Str. 52 6 18 69
 Vidal Andreas Dr.med., Horchheimer Höhe 18 97 37 37 44
 Weisse Mathias Dr.med., Simmerner Str. 85 5 20 23
 Wolf Bernhard Dr.med, Pfarrer-Kraus-Str. 101 6 16 23

Bendorf (0 26 22)

Breuer Stefan Dr.med., Hauptstr. 180 50 11
 Karl Jutta Dr.med., Hauptstr. 119 35 42
 Murachowski Tatjana Dr. med., Bachstr. 4 1 40 00
 Naber Michael Dr. med., Hauptstr. 121 44 22
 Nick Ruth u. Gernot Christian Dres.med., Bachstr. 42..... 23 30
 Schweitzer Georg Dr.med. u. Euler Matthias Dr.med., Schloßstr. 3 33 58

Kamp-Bornhofen (0 67 73)

Kolb Ralf Dr.med, Rheinuferstr. 56..... 93 93

Kobern-Gondorf (0 26 07)

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie

Hauptstr. 95, 56332 Dieblich 96 18 10

www.praxis-stein.de

siehe Anzeige Seite 10

Lahnstein (0 26 21)

Beck-Niel Regina Drs.med. u. Niel Josef, Bahnhofstr. 28 75 73
 Broich Thomas Dr.med., Frühmesserstr. 11 4 00 55
 Hintze Sabine Dr.med., Adolfstr. 35 1 86 73
 Kempf Thomas Dr.med. u. Theisen Iris, Bahnhofstr. 46 92 18 20
 Schmitz Hans-Werner u. Weiland Ulrike Dres.med., Sebastianusstr. 2 26 64
 Weber Dirk, Frühmesserstr. 22..... 5 03 18

Mayen (0 26 51)

Bockemühl Leopold Dr., Alleestr. 19 7 01 79 23
 Büttner Alfred, Im Möhren 1 22 72

Florescu Marin u. Schmitt Ulrich, Neustr. 9	7 30 25
Genius Hanns-Norbert Dr.med., Im Trinnel 11	22 27
Hoffmann-Wetzel Regine, Koblenzer Str. 87	4 31 69
Orth Silke Dr.med. u. Kudielka Patrick Dr.med., Westbahnhofstr. 15	20 44
Sondermann Helmut R., Marktplatz 32	9 69 50
Tenge Annette, Siegfriedstr. 21	55 59
Thoemmes Günter Dr.med., Alleestr. 10	74 46
Wilbert Thomas, An der Lay 14	7 37 23

Ochtendung (0 26 25)

Bennewitz Manuela Dipl.Med., Klöppelsgasse 16A	95 73 00
Kaever Michael, Hospitalgasse 10	45 50

Polch (0 26 54)

Billigmann Peter Prof. Dr.med., Mörikestr. 11	96 07 49
Müller-Panichi Tamara, Marktplatz 15	10 41
Sattel Agnes Dr.med., Pastorstr. 18	20 46
Siepmann H.D., Weiherbornstr. 27	10 40

Rhens (0 26 28)

Born Michael, Mainzer Str. 53	81 35
Neurohr L. Dr.med. Dipl.-Psychologe, Mainzer Str. 67	98 72 00
Thielen u. Schönijahn, Koblenzer Str. 9	27 11

Saffig (0 26 25)

Knopp Horst Dr.med., Balthasar-Neumann-Str. 1	95 70 70
---	----------

Spay (0 26 28)

Braun Stefan Dr., Im Mühren 6	7 22
-------------------------------------	------

Vallendar (02 61)

Geilgens Armin Dr. med., Goethestr. 4	01 71-7 47 03 95
Gemeinschaftspraxis Vallendar Dres. Mengen, Geilgens, Göbel, Wilgheshohl 3a	9 21 39 70
Melber Uwe Dr.med., Gutenbergstr. 8	6 39 79
Plumanns Peter, Löhrrstr. 30	6 45 04
Wächter-Ginap Jutta, Hellenstr. 65	6 08 46

Waldesch (0 26 28)

Thielen Dr. u. Schönijahn Sonja Dr., Triftstr. 7a	98 97 00
---	----------

Ambulante Operationen*

Koblenz (02 61)

Baumgaertel Friedrich Prof. Dr. med.

Privatpraxis für operative Orthopädie und Unfallchirurgie

Neversstr. 7 **97 37 83 18**

Telefax 9737 8319

www.ou-baumgaertel.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Engelmann Jürgen

Viktoriastr. 4 **1 86 56**

www.orthopaedie-engelmann.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie

Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**

www.unser-orthopae.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Sánchez Expósito I. Dr.med.

Emil-Schüller-Str. 23-25 **92 18 96 37**

▶ siehe Anzeige Seite 10

Anästhesiologie

Koblenz (02 61)

Busch W. Dr. u. Stienen Hr. u. Reis Dr., Luisenstr. 1	9 14 39 92
Heinrichs Daniel Dr., Firmungstr. 5	9 88 48 76 11
Lieberum Victoria Dr., Löhrrstr. 64A	3 55 57
Lung Elfi, Hohenfelder Str. 17	16 01 42
Markowski Andreas Dr., Friedrich-Ebert-Ring 54	1 21 93
Moos Hans-Georg Dr.med., Hohenzollernstr. 64	01 72 6 50 62 96
Silomon M. Prof. Dr.	4 96 63 91

Bendorf (0 26 22)

Schneweis-Röder Dorothee Dr.med., Margaretha-Flesch-Platz 1	90 57 70
---	----------

Arbeitsmedizin

Koblenz (02 61)

AMD TÜV Arbeitsmed. Dienste GmbH

Hans-Böckler-Str. 6 **80 85-116**

▶ siehe Anzeige Seite 12

Arthroskopieur AGA

Koblenz (02 61)

Engelmann Jürgen

Viktoriastr. 4 **1 86 56**

www.orthopaedie-engelmann.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Augenheilkunde

Koblenz (02 61)

Augenzentrum Koblenz, Löhrrstr. 139	98 87 00
Bezler Joachim Dr. med., Friedrich-Ebert-Ring 36	1 25 85
Fendel Andreas, Pfulhgasse 11	3 76 01
Johann D., Bäumges P., Vogel A., Pilz T. Dres. med, Schloßstr. 18	3 76 22
Knebel Christof Dr.med., Auf der Zeil 2	2 91 58 08

Krekel Mark

Arzt für Augenheilkunde

Sehschule und Sehbehindertenambulanz

Mo – Fr 8.00-12.00

nachmittags nach Vereinbarung

Casinostr. 48-54 **3 48 27**

Steinhardt C. M., Am Wöllershof 2	1 41 41
---	---------

Bendorf (0 26 22)

Bolsinger C. A. Dr.med., Hauptstr. 136	60 00
Forster Wiltrud Dr.med. u. Ebner Dirk, Koblenz-Olper-Str. 27	90 09 05

Lahnstein (0 26 21)

Finken Guntram, Frühmesserstr. 12	26 08
---	-------

Mayen (0 26 51)

Runkel W. Dr.med. u. Hart-Runkel G. Dr.med., Neustr. 27	90 06 75
Sattler Frank Dr., Polcher Str. 1-3	4 96 09 10
Stuppi Stephan Dr.med., St.-Veit-Str. 4	7002080

Polch (0 26 54)

Pfennigsdorf Stefan Dr.med., Marktplatz 13	96 45 15
--	----------

Chinesische Medizin* (TCM)

Koblenz (02 61)

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie

Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**

www.unser-orthopae.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Ochtendung (0 26 25)

Wuppinger Cornelia Dr.med., Finkenweg 30 95 24 50

▶ siehe Anzeige Seite 10

Chirotherapie/Chiropraktik

Koblenz (02 61)

Engelmann Jürgen

Viktoriastr. 4 **1 86 56**

www.orthopaedie-engelmann.de

siehe auch Anzeige Seite 16

Johanny Stephan Dr.med., Bahnhofplatz 6	3 23 64
---	---------

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie

Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**

www.unser-orthopae.de

siehe auch Anzeige Seite 16



HAUSÄRZTLICHE PRAXIS

DR. MED. PETER RADERMACHER

Facharzt für Allgemeinmedizin
Sportmedizin - Akupunktur - Naturheilverfahren
Gelbfieberimpfstelle - Reisemedizinische Beratung
Tauchtauglichkeits-Untersuchung



Tel.: 0261-12201 Markenbildchenweg 6
Fax: 0261-17546 56068 Koblenz
praxis@radermacher-koblenz.de www.radermacher-koblenz.de



Die Praxis für **KLEIN** und **GROSS**

Chirurgie am Kind
Viszeralchirurgie
Koloproktologie

Frau Dr. med. Sánchez Expósito
Emil-Schüller-Str. 23-25, 56068 Koblenz

Tel. 0261-921896-37
www.dr-sanchez-exposito.de
www.kinderchirurgie-koblenz.de



Dr. med. Michael Petermeyer

Rückenzentrum Diez

Facharztpraxis für
Neurochirurgie, Akupunktur, Schmerztherapie

Adelheidstr. 2 Tel.: 06432 645274 0
65582 Diez Fax: 06432 645274 14
info@rueckenzentrum-diez.de
www.rueckenzentrum-diez.de

Dr. med. Christiane Schüller-Münzel

Internistin - Diabetologin DDG
Diabetologische Schwerpunktpraxis

Casinostraße 48-54 · 56068 Koblenz · Tel. 0261 - 3 41 39



magnus stein

Facharzt f. Allgemeinmedizin
Facharzt f. Anästhesiologie

Notfallmedizin · Sportmedizin · Akupunktur · Klassische Homöopathie

Privatpraxen

Neversstraße 1-5 · 56068 Koblenz Hauptstr. 95 · 56332 Dieblich
Tel. 0261 12741 · Fax 0261 12742 Tel. 02607 961810

info@praxis-stein.de · www.praxis-stein.de

Wege zum Wohlbsein.



GYNPRAXIS
Dr. med A.Korkolis

Dr. med Antonios Korkolis
Dr. med Bruno Busch

Ärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Belegärzte im St. Elisabeth-Krankenhaus Lahnstein
Organdiagnostik, 3D Sonographie, Nackentransparenz

Öffnungszeiten

Montag	08:00 - 17:00
Dienstag	09:00 - 15:00
Mittwoch	08:00 - 15:00
Donnerstag	08:00 - 16:00
Freitag	08:00 - 13:00

In dringenden Fällen erreichen Sie uns über das
St. Elisabeth Krankenhaus in Lahnstein.
Tel.: 02621 1711310



Löhrstraße 66 c, 56068 Koblenz
☎ 0261 12466 · 📠 0261 12467

www.gynpraxiskorkolis.de | info@gynpraxiskorkolis.de



Dr. med.
Cornelia Wuppinger

Ärztin für Haut- und
Geschlechtskrankheiten / Allergologie
Schwerpunkt
Traditionelle Chinesische Medizin
(Univ. Witten / DÄGfA)

Finkenweg 30 · 56299 Ochtendung

Tel. 0 26 25 / 95 24 50 · Fax 0 26 25 / 95 24 51
Mobil 0160 93703183
www.tcm-wuppi.de

Mayen (0 26 51)

Rößler Peter Dr.med. u. Schäfer Nikolaus Dr.med, Habsburgring 63..... 9 61 00

Chirurgie, allgemein

Koblenz (02 61)

Chirurgische Tagesklinik Bach, Hohenfelder Str. 19 1 86 56
 Hammes Marion Dr.med., Kardinal-Krementsz-Str. 14 4 11 03
 Hasse C. Prof. Dr. med., Bahnhofstr. 24-26 30 49 10
 Holsten D. Dr., Kimminus K. Dr. u. Alken C. Dr. 4 96 62 63
 Hürtgen M. Dr. 4 96 35 90
 Kubelka Dagmar Dr. u. Bahrami Behrooz Dr. (IR), Hohenfelder Str. 7-9... 91 56 80

Lappe Martin

Facharzt für Chirurgie
 Ambulante Operationen, Durchgangsarzt
Hohenfelder Straße 31 **3 86 52**
 www.chirurgie-Koblenz.de

Sánchez Expósito I. Dr.med.

Emil-Schüller-Str. 23-25 **92 18 96 37**

▶ siehe Anzeige Seite 10

Schneider-Kaessner Christhild Dr.med., Hohenfelder Str. 17 9 73 88 70
 Wember Hans-Jürgen Dr. med., Hohenfelder Str. 19 4 15 15
 Zenz Brigitte Dr.med., Hohenzollernstr. 109 1 86 73

Bendorf (0 26 22)

Schöpfer Nicole, Bahnhofstr. 1 78 44

Lahnstein (0 26 21)

Luksch P. MUDr. u. Bausch M. Dr.med. Dipl.-Oec.med, Ostallee 3 9 42 35

Mayen (0 26 51)

Stein Heinz Joachim Dr., Siegfriedstr. 83 90 11 50

Wassermann Helmut Dr.med., Habsburgring 63 7 35 53

Chirurgie, plastische und ästhetische

Koblenz (02 61)

Ästhetische Chirurgie Klaassen Peter Paul Dr. Dr., Löhstr. 113 9 14 15 34

Ästhetische Plastische Chirurgie Koblenz, Rübenacher Str. 32 20 81 00 00

Albers Ulrich Dr., Kurfürstenstr. 70-72 1 00 44 66

Herzhoff Thomas Dr.med., Rübenacher Str. 32 20 16 00

Chirurgie, Unfall-

Koblenz (02 61)

Baumgaertel Friedrich Prof. Dr. med.

Privatpraxis für operative Orthopädie und Unfallchirurgie
Neversstr. 7 **9737 8318**
 Telefax 9737 8319
 www.ou-baumgaertel.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Engelmann Jürgen

Viktoriastr. 4 **1 86 56**
 www.orthopaedie-engelmann.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Computertomographie*

Koblenz (02 61)

Radiologisches Institut Hohenzollernstraße **30 46 00**

▶ siehe Anzeige Seite 14, 16, 22, 26

Lahnstein (0 26 21)

Lingscheidt Michael u. Schell Thomas Dr., Südallee 19-21 1 87 30

Dermatologie, kosmetische*

Koblenz (02 61)

Sorhage B. Dr. med.

Privatärztliche Praxis am Park
 Praxis für Dermatologie und Allergologie
Lambertstr. 57 (Koblenz-Rübenach) **92 16 93 00**

Weber, Roland Dr. med., Bahnhofstr. 37 3 85 22

Diabetologie

Koblenz (02 61)

Breidbach Theo Dr.med., Oberweiher 4 96 39 66 96

Götz Christa Maria Dr.med., Brenderweg 26 8 18 55

Schüller-Münzel Christiane Dr.med.

Internistin, Diabetologin DDG
 Diabetologische Schwerpunktpraxis
Casinostr. 48-54 **3 41 39**
 siehe Anzeige Seite 10

Weyer C. Dr. med. Privatpraxis

Diabetologe, Internist, Neurologe
Roonstr. 22 **8 76 67 85**

Mayen (0 26 51)

Ewald Christina Thr. Dr. u. Engels A. Dr. , Entenpfuhl 11 70 58 50

Landers Bernhard Dr.med., Koblenzer Str. 89 4 31 69

Diabetologische Schwerpunktpraxis*

Koblenz (02 61)

Kröll Heinz-Peter Dr.med., Markenbildchenweg 6 3 31 68

Schüller-Münzel Christiane Dr.med., Casinostr. 48-54 **3 41 39**

▶ siehe Anzeige Seite 10

Dialyse/Dialysezentren*

Koblenz (02 61)

KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V.,
 Ferdinand-Sauerbruch-Str. 30 94 75 50

Morgenstern Tilo Dr.med., Kurp Gregor Dr.med.,

Kurfürstenstr. 70 **1 33 91 80**

▶ siehe Anzeige Seite 17 und redaktioneller Artikel Seite 18 + 19

Durchgangsärzte*

Koblenz (02 61)

Lappe Martin

Facharzt für Chirurgie
 Ambulante Operationen, Durchgangsarzt
Hohenfelder Straße 31 **3 86 52**
 www.chirurgie-Koblenz.de

Ernährungsmedizin/Ernährungsberatung*

Koblenz (02 61)

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**
 www.unser-orthopae.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Walter-Kroker Anja Dr. u. Schulze Ulrike, Emil-Schüller-Str. 29 3 00 21 99

Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Koblenz (02 61)

Bernhard Peter u. Ditandy Helga Dres.med., Löhstr. 70 1 40 21

Bohn Doris Dr. und Schubert Dunja Dr., Obertal 35 7 48 48

Dünnebacke J. Dr. 4 96 31 01

Fesser Beate Dr. med.,

Dickgießer Vera Dr. med. (angestellt)
 Fachärzte für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Markenbildchenweg 34 **3 86 07**

Jepsen-Föge Andreas Dr.med., Planstr. 17 4 36 88

Kinderwunschzentrum Mittelrhein, Neustadt 8 9 73 74 50

Korkolis Antonios Dr.med. u. Busch Bruno Dr.med.

Löhstr. 66c **1 24 66**

▶ siehe Anzeige Seite 10

Kremer Ruth, Altlöhrtor 13 1 71 00

Moderner Gesundheitsschutz und Leistungsdiagnostik

in entspannter Atmosphäre

Wie können Gesundheit und Leistungsfähigkeit durch gezieltes Training und individuelle Beratung verbessert werden? Dieser Frage gehen die Gesundheitsexperten von TÜV Rheinland in Koblenz und dem TÜV Rheinland Kompetenzzentrum Gesundheitsmanagement in Bad Neuenahr nach. Das Angebot richtet sich sowohl an Unternehmen, die Fach- und Führungskräfte weiterentwickeln und Mitarbeiter gesund erhalten möchten, als auch an ambitionierte Sportler.

Diagnostik mit modernsten Verfahren

Neben dem umfassenden Angebot rund um den modernen Arbeits- und Gesundheitsschutz im arbeitsmedizinischen Zentrum Koblenz, liegt der Schwerpunkt in Bad-Neuenahr auf Gesundheits-Checks für Menschen, die beruflich oder privat stark eingespannt sind. Je nach Ziel des Check-ups ermitteln die Gesundheitsexperten mit modernsten Diagnoseverfahren und den Möglichkeiten der psychometrischen Diagnostik Befunde zur Gesundheit und der aktuellen Leistungsfähigkeit. Auf

2016 fehlt Ihnen etwas!

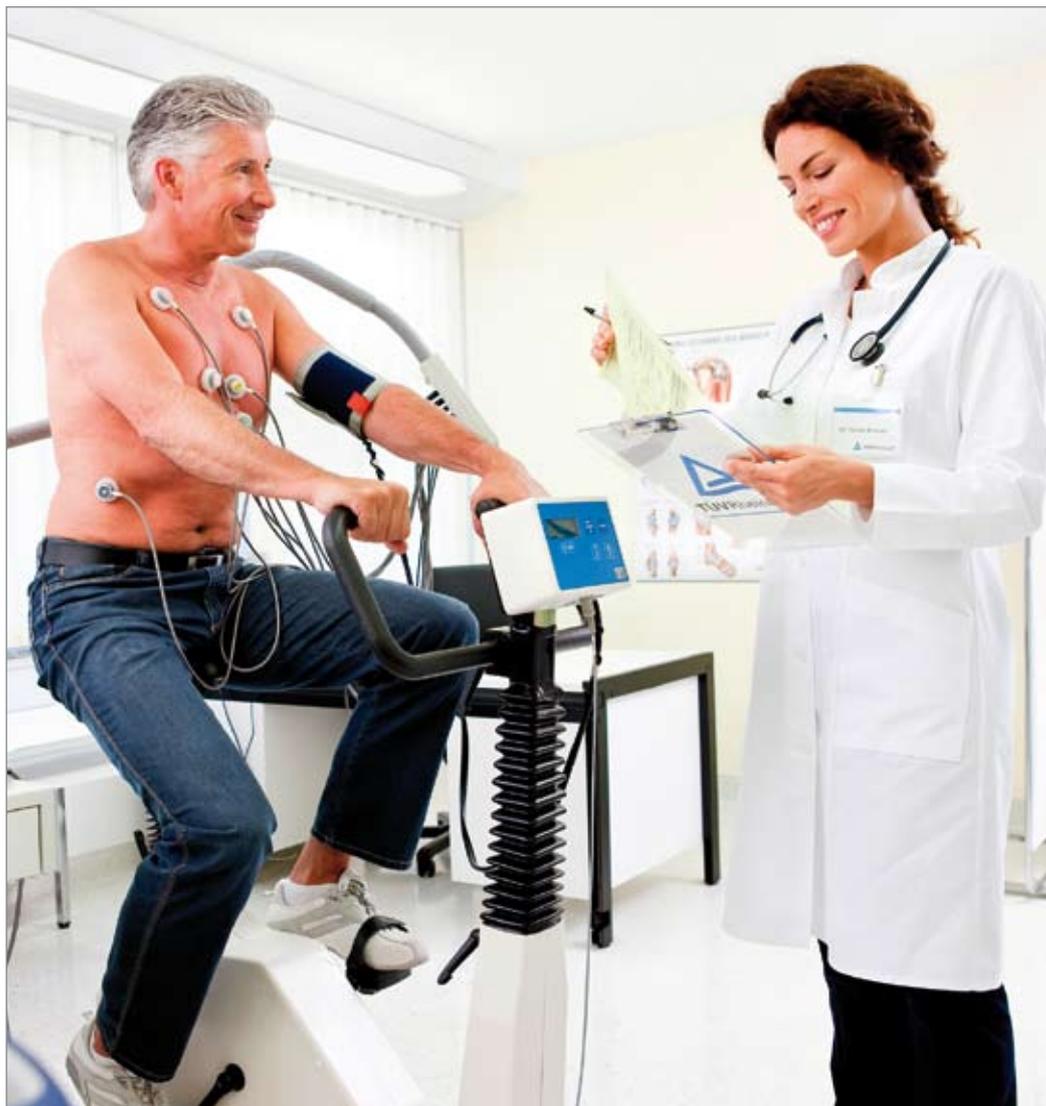


Wirken Sie dem Fachkräftemangel bereits heute aktiv entgegen. Mit dem modernen Arbeits- und Gesundheitsschutz von TÜV Rheinland.

Kontaktieren Sie uns. Wir beraten Sie gerne zu individuellen Lösungen.

AMDTÜV Arbeitsmed. Dienste GmbH
Hans Böckler-Str. 6 · 56070 Koblenz
Tel: 0261 8085-116 · www.tuv.com/bgm

 **TÜVRheinland®**
Genau. Richtig.



dieser Basis sind valide Aussagen zu gesundheitlichen Risiken und zum momentanen Leistungsstand möglich. „Durch unseren ganzheitlichen Ansatz legen wir nicht nur Wert darauf, Risiken zu mindern, sondern fördern auch gezielt die Stärken des Teilnehmers. Dazu entwickeln wir im Beratungsgespräch Handlungsempfehlungen, die zur aktuellen Lebens- und Arbeitssituation passen“, erläutert Dr. Bernd Sappich, Leiter des Kompetenzzentrums.

Gesundheit als Führungskompetenz

Neben der persönlichen Entwicklung von Leistungsträgern gewinnt das Thema Gesundheit in vielen Unternehmen an Bedeutung. Ziel ist dabei ein gesundheitsorientierter Führungsstil. In passgenau ausgearbeiteten Maßnahmen, die theoretisches Wissen mit Bewegungs- und Entspannungselementen kombinieren, werden Führungskräfte und Mitarbeiter für die Zukunft fit gemacht. Für dieses umfassende Angebot steht an beiden Standorten ein interdisziplinäres Team aus Fachärzten, Psychologen, Sportwissenschaftlern und Gesundheitsexperten zur Verfügung.

Weitere Informationen im Internet unter www.tuv.com/kompetenzzentrum-gesundheitsmanagement und www.tuv.com.

Krüger Peter Dr.med., Löhstr. 87A-B 3 42 97
 Laabs Hartmut Dr. u. Markowski Andreas Dr., Friedrich-Ebert-Ring 54 ... 1 41 40

Rollwagen-Michalski Christine Dr.med.

Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe
 Klassische Homöopathie

Schloßstr. 6 3 88 88

www.rollwagen-michalski.de
 info@rollwagen-michalski.de

Rümelin Bernhard u. Iris

Frauenärzte
 Mammasonographie · Ersttrimester-Screening

Rheinstr. 34, 2. OG 97 34 56 50

Schiafone-John Petra, Brenderweg 26 80 14 14
 Schwenzer-Hanatschek E., Hohenfelder Str. 7-9..... 3 19 49

Sperb Claudia-Sabine Dr. med

Frauenärztin / Mamma-Sonographie

Hohenzollernstr. 22 1 40 77

Telefax 1 54 48

Weiß Sybille Dr. med.

Frauenärztin und Naturheilverfahren

Casinostraße 39 1 24 48

Zimmermann Martin u. Heinz Liana

Gynäkologie und Geburtshilfe
 Ges. Brustdiagnostik (Zimmermann)
 Fehlbildungsausschluss in der Schwangerschaft (Zimmermann)

Löhrrondell 5 3 68 88

Telefax 16 05 33
 arzt-zimmermann@mp-zimmermann.de
 www.frauenheilkunde-zimmermann.de

Bendorf (0 26 22)

Brede Doris Dr., Untere Vallendarer Str. 26-30..... 34 82
 SteigemannJan-Peter, Bahnhofstr. 75..... 30 05

Lahnstein (0 26 21)

Jepsen-Föge Andreas Dr.med., Adolfstr. 32..... 24 44
 Schönfeld Natalie u. Wiehn Peter Dr. med., Adolfstr. 32..... 37 88

Mayen (0 26 51)

Nold Anke Dr.med., Habsburgring 87 16 15
 Tenge Hermann Dr.med., Siegfriedstr. 21 55 59
 Wilcke Isabel Dr.med. u. Piroth Friederike Dr.med., Siegfriedstr. 20..... 7 82 22
 Zwarg Siegward Dr.med., Koblenzer Str. 89 4 11 22

Polch (0 26 54)

Wadkien, Marktplatz 13 96 15 70

Vallendar (02 61)

Mathan Roland Dr.med., Hörer Str. 34 9 62 33 50

Gastroenterologie*

Koblenz (02 61)

Fendel Matthias Dr. med., Hohenzollernstraße 85b 3 50 41
 Hohn Horst Dr.med., Markenbildchenweg 30 1 85 53

Gefäßchirurgie

Mayen (0 26 51)

Dorka Meinolf Wilhelm Dr., Kirchgasse 20 90 10 90

Gelbfieberimpfstellen

Koblenz (02 61)

Gelbfieberimpfstelle, Löhstr. 103..... 97 37 97 80

Radermacher Peter Dr. med.

Markenbildchenweg 6 1 22 01

www.radermacher-koblenz.de
 siehe auch Anzeige Seite 10

Hämatologie und Internistische Onkologie*

Koblenz (02 61)

Nolte Hildegard Dr.med., Koblenzer Str. 115-155..... 9 52 39 77
 Wagner Ulrike Dr.med., Rübenacher Str. 170 0 15 77-8 79 91 47

Mayen (0 26 51)

Maasberg Keller Schmitz & Gerner Dres., Kelberger Str. 39..... 70 12 50

Hals-Nasen-Ohrenheilkunde

Koblenz (02 61)

Dederichs Gabriele, Schloßstr. 6..... 1 68 55
 Hahlbrock Beatrix Dr. med., Ärztehaus im Löhr-Center 3 82 84

Maurer J. Prof.Dr 4 96 31 12

Noelle Elvira, Friedrich-Ebert-Ring 36..... 1 00 48 77

Schendzielorz Peter Dr. med., Spyra Elmar Dr. med., Reinartz Bernd Dr. med.,
 Bahnhofplatz 6 1 70 77

Schultz-Coulon K. Dr., u. Paschen S. Dr., Mies A.,
 Rudolf-Virchow-Str. 7-9 4 96 39 79

Walzer Friedhelm Dr.med., Schloßstr. 17..... 3 44 89

Bendorf (0 26 22)

Talanow Ditmar Dr.med., Untere Vallendarer Str. 26 33 80

Lahnstein (0 26 21)

Padberg Frank Dr.med., Gutenbergstr. 2a 26 78

Mayen (0 26 51)

Gadek, Siegfriedstr. 20 35 35

Polch (0 26 54)

Sippmann, St. Georgenstr. 59 88 22 22

Hautärzte

Koblenz (02 61)

Beyl Werner Dr.med. u. Heider N., Pfulgasse 20..... 1 21 66

Bittner Betty, Südallee 75 9 73 44 47 78

Breustedt W. Dr.med., Firmungstr. 22..... 1 50 61

Eichert Idamarie Dr.med., Auf der Zeil 16..... 2 78 08

Großmann B. u. Schweichel D. Dres.med., Emil-Schüller-Str. 29..... 1 85 49

Habermann Folke, Schloßstr. 17-19 30 31 80

Jeunesse Ästhetische Medizin GmbH, Rübenacher Str. 32 95 22 33 00

Saal Werner Dr.med. u. Hellwig Stefanie Dr.med. u. Schmitz Christiane Dr.med.,
 Löhrrondell 5 29 35 90

Schupp G. Dr. med., Löhstraße 76 3 86 33

Sorhage B. Dr. med.

Privatärztliche Praxis am Park
 Praxis für Dermatologie und Allergologie

Lambertstr. 57 (Koblenz-Rübenach) 92 16 93 00

Weber Roland Dr. med

Bahnhofstr. 37 3 85 22

www.dermatologie-koblenz.de

Bendorf (0 26 22)

Blaese Ulrich Dr.med. u. Pflieger-Bruss Sybille PD.Dr.med.,
 Hauptstr. 123 90 73 70

Lahnstein (0 26 21)

Hintze Ulrich u. Globisch Achim Dres., Adolfstr. 35..... 55 55

Mayen (0 26 51)

Franzen Vitali, Alleestr. 1 30 92

Ochtendung (0 26 25)

Wuppinger Cornelia Dr.med.

Ärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten / Allergologie
 Schwerpunkt: Traditionelle Chinesische Medizin

Finkenweg 30 95 24 50

www.tcm-wuppi.de
 siehe auch Anzeige Seite 10

Homöopathie*

Koblenz (02 61)

Disterheft Norbert Dr. med., Kurfürstenstr. 89-91	8 89 61 01
Filbrecht Andreas, Casinostr. 49.....	9 21 54 18
Homöopathische Praxis Dr. Worm, Fritz-von-Unruh-Str. 18.....	3 02 77 19
Kummer Ammo Dr.med., Friedrich-Ebert-Ring 27	30 92 93
Paschen S. Dr., Rudolf-Virchow-Str. 7-9	49 60
Rapp Elke Dr.med., Mehlgasse 20.....	1 40 99

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie

Neversstraße 1-5..... 1 27 41

www.praxis-stein.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Koborn-Gondorf (0 26 07)

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie

Hauptstr. 95, 56332 Dieblich..... 96 18 10

www.praxis-stein.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Innere Medizin

Koblenz (02 61)

Bassek Thomas Dr.med., Platanenweg 14	5 51 77
---	---------

Bellinghausen D. Dr..... 3 26 87

Richardt M. Dr..... 3 48 44

Fachärzte für Innere Medizin

Löhrstr. 87 A/B (im Löhr-City-Haus)

www.bellinghausen-richardt.de

Die Praxis für **KLEIN** und **GROSS**
 Frau Dr. med. Sánchez Expósito
 Tel. 0261/921 896-37 
 www.kinderchirurgie-koblenz.de

RADIOLOGISCHES INSTITUT HOHENZOLLERNSTRASSE
PRAXIS FÜR STRAHLENTHERAPIE AM KEMPERHOF



■ Radiologisches Institut Koblenz Hohenzollernstraße
 Dres. med. J. Schenk, S. Steil, T. Schiller, J.-A. Nickel, E. Eifler, M. Jost, F. Müller, A. Hentsch
 Hohenzollernstraße 64 - 56068 Koblenz - Tel. 0261-30460-0

■ Praxis für Strahlentherapie am Kemperhof
 Dr. med. A. Schendera - Koblenzer Straße 163 - 56073 Koblenz - Tel. 0261-29610-0

■ Radiologisches Institut Hohenzollernstraße Standort: Hunsrück Klinik Simmern
 Dr. med. S. Ader - Holzbacher Straße 1 - 55469 Simmern - Tel. 06761-964444-0

■ Radiologische Privatpraxis am Krankenhaus Selters
 Dres. med. J.-A. Nickel, A. Hentsch, M. Jost
 Waldstraße 5 - 56242 Selters - Tel. 02626-762-1129

www.radiologie-koblenz.de - info@radiologie-koblenz.de

Betz Virginia Dr.med., Obertal 35	7 25 00
Bitsch Thomas Dr., Schenkendorfstr. 5.....	1 00 27 90
Breuer u. Keuser u. Hermesdorf Dres.med., Löhrrondell 5	3 48 76
Cormann Hans-Georg Dr.med, Handwerkerstr. 60.....	8 13 70
Emsbach Peter, Rübenacher Str. 5-6.....	2 50 61
Engels Joerg Dr.med., Moselring 3	3 24 31
Fendel Matthias Dr.med., Hohenzollernstr. 85b	3 50 41
Gesundheitszentrum Koblenz Karthause, Gothaer Str. 5	5 44 41
Götz Christa Maria Dr.med., Brenderweg 26	8 18 55
Goronzy Ralf Dres. u. Koch Thomas, Emser Str. 277	7 32 18
Grinzoff Dirk u. Keller Ulrich Dr.med., Hohenfelder Str. 19	3 42 46
Hütt Thomas u. Kessel-Hütt Brigitte Dres.med., Hohenfelder Str. 31	3 76 33
Kienle K. H. Dr.med., Friedrich-Wilhelm-Str. 160.....	97 27 10
Köppler Hubert Prof. Dr.med. u. Kollegen, Neversstr. 5	30 49 30
Krüger Dieter Dr.med., Emser Str. 140.....	7 33 03
Leitsch Jürgen Dr.med., Trierer Str. 1A	9 83 38 90
Lütke Albin Dr.med., Weismüller Josef Dr.med., Löhr-Center 284	1 41 43
Mai Matthias Dr.med. u. Knosp-Karches Kirsten, Ferdinand-Sauerbruch-Str. 30	40 49 50
Manz M. Prof.Dr.	4 96 31 31
Reinhard Markus Dr. med., Herold Christian, Pinto Daniela Dr.med., Wenkow Josef, Rübenacher Str. 32	20 16 00
Noite Hildegard Dr.med., Koblenzer Str. 115-155.....	9 52 39 77
Schmitt Werner Dr.med., Im Palmenstück 1	4 21 81
Schnepper Ulrike Dr.med. u. Georg Dr.med. u. Kuller Gabriele Dr.med., Hohenfelder Str. 22	92 17 80
Schüller-Münzel Christiane Dr.med., Casinostr. 48-54.....	3 41 39
Senft Harald Dr.med. u. Kröll Heinz-Peter Dr.med., Markenbildchenweg 6.....	3 31 68
Stein Ulrike Dr.med., Viktoriastr. 24	1 51 50
Weber A. Dr. u. Papendieck B. Dr., Brenderweg 26	8 19 88

Weisse Mathias Dr. med.

Hausärztlicher Internist

Simmerner Straße 85..... 5 20 22

Telefax 5 55 94

Weller Erich Dr. u. Fischbach Tilo Dr., Firmungstr. 5	9 88 48 76 10
Wenkow Josef, Rübenacher Str. 32	20 16 00

Weyer C. Dr. med. Privatpraxis

Internist, Diabetologe, Neurologe

Roonstr. 22..... 8 76 67 85

Wichterich Klaus Dr.med. u. Freytag Bernd Dr.med., Emil-Schüller-Str. 29.....	1 84 41
--	---------

Bendorf (0 26 22)

Zinkeisen-Breuer Bettina, Hauptstr. 180	50 11
---	-------

Braubach (0 26 27)

Jezek Michael Dr.med., Inga Dr.med. u. Kuhl Herbert, Heinrich-Schlussus-Str. 24	3 03
--	------

Kamp-Bornhofen (0 67 73)

Stengl Eckard Dr.med., Erzbischof-Roos-Str. 2.....	4 17
--	------

Lahnstein (0 26 21)

Kremer-König Julis Dr.med., Adolfstr. 11.....	48 08
---	-------

Mayen (0 26 51)

Ewald Christina Thr. Dr. u. Engels A. Dr., Entenpfuhl 11	70 58 50
Grieger Manfred Dr. u. Kreuzer Knut Dr., Hahn Werner, Siegfriedstr. 20.....	90 18 80

Grundmann Ulrike Dr.med., Marktplatz 32	25 26
---	-------

Kotulla Sebastian Dr., Landers Bernhard Dr.med. u. Eltgen Jens, Koblenzer Str. 89.....	4 31 69
---	---------

Krischler R. Dr.med. u. Sella M., Habsburging 87.....	7 70 01
---	---------

Polch (0 26 54)

Hein Erik Dr.med. u. Klein Werner Dr.med., Mörikestr. 13	96 08 13
--	----------

Maisant-Gehrke A. Dr.med., Weiherbornstr. 27	10 40
--	-------

Sattel Werner Dr.med., Pastorstr. 18.....	20 46
---	-------

Kardiologie*

Koblenz (02 61)

Haeffner Peter Dr.med. u. Weyrich S. Dr.med., Hohenfelder Str. 7-9.....	1 21 34
---	---------

Wichterich Klaus Dr.med. u. Freytag Bernd Dr.med.,
Emil-Schüller-Str. 29..... 1 84 41
Mayen (0 26 51)

Ewald Christina Thr. Dr. u. Engels A. Dr., Entenpfuhl 11 70 58 50
Vallendar (02 61)

Schöberl Thomas u. Mees-Kröll Irene Dres.med., D'Esterstr. 116 20 74

Koch Stephan Dr. med.
Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**
www.unser-orthopae.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Laboratoriumsmedizin

Koblenz (02 61)

Arbeitsgemeinschaft Mittelrheinischer Ärzte, Viktoriastr. 39 3 04 05 60
M V Z Für Laboratoriumsmedizin Koblenz - Mittelrhein, Viktoriastr. 39 ... 30 40 50

Lasertherapie*

Koblenz (02 61)

Koch Stephan Dr. med.
Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**
www.unser-orthopae.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Magnetresonanztomographie*

Koblenz (02 61)

Radiologisches Institut Hohenzollernstraße **30 46 00**
▶ siehe Anzeige Seite 14, 16, 22, 26

Lahnstein (0 26 21)

Lingscheidt Michael u. Schell Thomas Dr., Südallee 19-21 18 73-0

Mammadiagnostik*

Koblenz (02 61)

Radiologisches Institut Hohenzollernstraße **30 46 00**
▶ siehe Anzeige Seite 14, 16, 22, 26

Manuelle Medizin

Koblenz (02 61)

Koch Stephan Dr. med.
Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**
www.unser-orthopae.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie (Oralchirurgie)

Koblenz (02 61)

Göttfert Holger Dr. Dr.med., Neversstr. 7 3 60 86
Grutzka Ekkehard Dr.med.dent., Pfulgasse 21 9 88 18 90
Kah Robert Dr.Dr.med., Bahnhofplatz 6 1 27 28
Klaassen Peter Paul Dr.Dr.med., Löhrstr. 113 9 14 15 34
Lieberum Reinhard Dr.Dr.med., Löhrstr. 64a 3 45 55
Lahnstein (0 26 21)

Wolf Stephan Dr.Dr.med., Brückenstr. 13 92 63 40
Mayen (0 26 51)

Ziegowski Volker Dr.med. Dr.med.dent., Eichenstr. 47 49 31 31

Naturheilverfahren

Koblenz (02 61)

Disterheft Norbert Dr. med., Kurfürstenstr. 89-91 8 89 61 01
Fendel Antje Dr.med., Hohenzollernstr. 85b 3 50 41
Götz Christa Maria Dr.med., Brenderweg 26 8 18 55

Koch Stephan Dr. med.
Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**
www.unser-orthopae.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Müller Ferdinand, Lüderitzstr. 47 7 62 42

Kinderchirurgie*

Koblenz (02 61)

Sánchez Expósito I. Dr.med.
Emil-Schüller-Str. 23-25 **92 18 96 37**
▶ siehe Anzeige Seite 14

Kinderkardiologie*

Koblenz (02 61)

Hamdan Hamed Dr.med., Schloßstr. 17 3 10 13

Kinderorthopädie*

Koblenz (02 61)

Koch Stephan Dr. med.
Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 **1 27 30**
www.unser-orthopae.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Kinder- und Jugendmedizin

Koblenz (02 61)

Ellebrecht Klemens Dr., Löhrstr. 66b..... 3 13 75
Hoffecker Andrea Dr.med. u. Buddensiek Peter, Mainzer Str. 59a 3 75 11

Kinderärzte am Schloß
Dr. med. Hamed Hamdan und Kollegen
Kinderärzte / Kinderkardiologie **3 10 13**
Dr. med. Malte Neuß **1 45 99**
Clara Arboleda **1 40 91**
Schloßstr. 17
www.dr-Hamdan.de

Leonhardt Frank Dr.med., Friedrich-Ebert-Ring 36 1 86 61
Paul Michael Dr., Karl-Härle-Str. 25 57 99 70
Peres Thomas Dr.med., Stegemanstr. 33 1 40 30
Schlaudt Erwin u. Andreas, Hahlbrock Michael u. Kohout Birgit,
Bahnhofstr. 37 1 70 91
Bendorf (0 26 22)

Tiben Sadek Dr.med., Bachstr. 4 40 55
Lahnstein (0 26 21)

Lübke Susanne Dr., Gutenbergstr. 2a 26 75
Mayen (0 26 51)

Hielscher H. Dr., Marktstr. 60 90 05 80

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten

Koblenz (02 61)

Kracht-Neideck Johannes, Entenpfuhl 37 9 14 44 27
Lenz Nadine Nefise, Mainzer Str. 90 28 74 30 76

Kinesio-Taping

Koblenz (02 61)

Engelmann Jürgen
Viktoriastr. 4 **1 86 56**
www.orthopaedie-engelmann.de
siehe auch Anzeige Seite 16



**Orthopädie
Unfallchirurgie**

Privatpraxis für operative Orthopädie und
Unfallchirurgie, Spezielle Unfallchirurgie
Prof. Dr. med. Friedrich Baumgaertel

- Orthopädische Chirurgie von degenerativen Arthrosen der Gelenke
- Minimal invasive Hüftendoprothetik
- Gelenkerhaltende Operationen der großen Gelenke Schulter, Hüfte, Knie
- Fußchirurgie
- Unfallchirurgie und Korrekturen von Unfallfolgen
- Arthroskopische Chirurgie und Sportverletzungen
- Operationen finden im St. Elisabeth Krankenhaus, Lahnstein statt

Neversstr. 7 · 56068 Koblenz
Tel. 0261 9737 8318 · Fax 0261 9737 8319
www.ou-baumgaertel.de
Termine nach Vereinbarung
Parkmöglichkeiten am Bahnhof

www.unser-orthopae.de

Dr. med. Stephan Koch
Facharzt Orthopädie
Chinesische Medizin

Hohenfelderstr. 3
56068 Koblenz

Tel.: 0261-12730



Ambulante Op's
Arthroskopien
Hand/Fusschirurgie
Kinderorthopädie
Sportorthopädie
Akupunktur & Tuina
Chin. Phytotherapie



**ORTHOPÄDIE &
UNFALLCHIRURGIE**
PRAXIS J. ENGELMANN

Ambulante Operationen
Sportmedizin

AGA Arthroskopeur
K-Taping Therapeut

JÜRGEN ENGELMANN
Facharzt für Orthopädie
und Unfallchirurgie

Viktoriastraße 4
56068 Koblenz
Tel. (02 61) 1 86 56

www.orthopaedie-engelmann.de



ORTHOPÄDISCHE PRIVATPRAXIS

Hohenzollernstr. 64 • 56068 Koblenz

**Der Patient steht bei uns
im Mittelpunkt.
Dafür nehmen wir uns Zeit.**



Dr. med. Henrik Seintsch - Dr. med. Ulrich Illgner
Dr. med. Wolfgang Hoffmann - Dr. med. Gerd Bieler

Tel. 0261-988630 • Fax 0261-9886311
e-mail: info@hoffmann-bieler.de
www.hoffmann-bieler.de

Orthopädie und Unfallchirurgie

Orthopädische Rheumatologie

Sportmedizin

Manuelle Medizin

Physikalische Therapie

Technische Orthopädie

Traditionelle Chinesische Medizin

**Radiologisches
Institut**
Dr. von Essen
Koblenz



Dr. J. Engelhard

Kernspintomographie (MRT)
Computertomographie (CT)

Dr. W. Schaeben

Strahlentherapie
(MRT) Brachytherapie

Dr. H. Wilbert

Mammadiagnostik
Konv. Radiologie

Dr. A. Gerhards

Nuklearmedizin
Sonographie

Dr. T. Vomweg

Osteodensitometrie
Schilddrüsendiagnostik

Dr. H.-J. Hast

Dr. P. Kunz

Emil-Schüller-Straße 33
56068 Koblenz
Fax (0261) 1 30 00-15

Dr. J. Aschenbrenner

Standort Simmern
Gemündener Straße 10
55469 Simmern
Tel. (06761) 965301-0
Fax (06761) 965301-370

Dr. U. Müller-Bülow

Dr. I. Kureck

Dr. T. Karschkes

PD Dr. K. Gast

info@dr-von-essen.de
www.dr-von-essen.de

Tel. (0261) 1 30 00-0

RADIOLOGISCHES INSTITUT HOHENZOLLERNSTRASSE
PRAXIS FÜR STRAHLENTHERAPIE AM KEMPERHOF



■ Radiologisches Institut Koblenz Hohenzollernstraße
Dres. med. J. Schenk, S. Steil, T. Schiller, J.-A. Nickel, E. Eifler, M. Jost, F. Müller, A. Hentsch
Hohenzollernstraße 64 - 56068 Koblenz - Tel. 0261-30460-0

■ Praxis für Strahlentherapie am Kemperhof
Dr. med. A. Schendera - Koblenzer Straße 163 - 56073 Koblenz - Tel. 0261-29610-0

■ Radiologisches Institut Hohenzollernstraße Standort: Hunsrück Klinik Simmern
Dr. med. S. Ader - Holzbacher Straße 1 - 55469 Simmern - Tel. 06761-96444-0

■ Radiologische Privatpraxis am Krankenhaus Selters
Dres. med. J.-A. Nickel, A. Hentsch, M. Jost
Waldstraße 5 - 56242 Selters - Tel. 02626-762-1129

www.radiologie-koblenz.de - info@radiologie-koblenz.de

Radermacher Peter Dr. med.
Markenbildchenweg 6 1 22 01
 www.radermacher-koblenz.de
 siehe auch Anzeige Seite 10

Rapp Elke Dr. med., Mehlgasse 20 1 40 99

Nephrologie (Praxisdialyse)*

Koblenz (02 61)

Mai Matthias Dr.med. u. Knospke-Karches Kirsten,
 Ferdinand-Sauerbruch-Str. 30 40 49 50

**Morgenstern Tilo Dr.med., Kurp Gregor Dr.med.,
 Kurfürstenstr. 70-72** 1 33 91 80
 ▶ siehe Anzeige unten und redaktioneller Artikel 18 + 19

Nervenheilkunde*

Koblenz (02 61)

Barnikel Uwe Dr.med., Kemmertstr. 1 96 39 63 89
 Beeretz Jürgen Dr.med., Hohenzollernstr. 11 1 40 15
 Gast Renate Dr.med., Friedrich-Ebert-Ring 36 3 76 36
 Henrich Theodor Dr.med., Kurfürstenstr. 9 3 45 14

Lahnstein (0 26 21)

Beckers Hans Dr.med., Im Lag 33 6 14 90
 Lippert Gerhard u. Pavel Ingo H., Gutenbergstr. 2a 5 08 44

Mayen (0 26 51)

Loos Robert Dr.med., Siegfriedstr. 20 37 01

Neurochirurgie*

Koblenz (02 61)

Kilian F. Dr. 4 96 64 57
 Miltner F. Prof. Dr.med. Priv.Do., Neugasse 36 20 31
 Schott Werner Dr., Pastor-Klein-Str. 9 3 23 99

Diez (0 64 32)

Petermeyer Michael Dr. med., Adelheidstr. 2 6 45 27 40
 ▶ siehe Anzeige unten

Neurologie

Koblenz (02 61)

Beeretz Jürgen Dr. med.
 Facharzt für Neurologie und Psychiatrie
 Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Hohenzollerstrasse 11 1 40 15
 Telefax 3 32 03
 Termine nach Vereinbarung

Böer Andreas Dr.med., Hohenzollernstr. 64 3 66 99
 Henrich Theodor Dr.med., Kurfürstenstr. 9 3 45 14
 Kugelgen Bernhard Dr.med., Neversstr. 7-11 30 33 00
 Logemann Norbert Dr.med., Löhstr. 139 1 56 71
 Symank Jan-Uwe, Markenbildchenweg 6 1 69 93

Weyer C. Dr. med. Privatpraxis
 Neurologe, Internist, Diabetologe
Roonstr. 22 8 76 67 85

Wöhrl J. Prof.Dr. 4 96 64 45

Mayen (0 26 51)

Montenegro-Roth Angela Dr., St.-Veit-Str. 4 20 74

Vallendar (02 61)

Wöll Thomas Dr., Heerstr. 59 6 26 46

Nuklearmedizin

Koblenz (02 61)

Radiologisches Institut, Hohenzollernstraße 30 46 00
 ▶ siehe Anzeige Seite 14, 16, 22, 26

Radiologisches Institut Dr. von Essen, Emil-Schüller-Str. 33 13 00 00
 ▶ siehe Anzeige Seite 16, 22, 26

Mayen (0 26 51)

Roth W., Haupt H.P. u. Siebert U. Dres.med., Siegfriedstr. 20 7 00 90

Neuwied (0 26 31)

**MVZ St. Elisabeth Neuwied,
 Huttenlocher Susanne Dr.**
 Friedrich-Ebert-Str. 59 82 15 43

Orthopädie

Koblenz (02 61)

Baumgaertel Friedrich Prof. Dr.med., Neversstr. 7 97 37 83 18
 ▶ siehe Anzeige Seite 16

Benedikt Joachim, Löhstr. 119a 1 84 48

Berwanger Achim Dr.med., Löhstr. 125 3 62 47

Dyck Dr. & Kingler Dr., Südallee 2 1 89 01

Engelmann Jürgen, Viktoriastr. 4 1 86 56
 ▶ siehe Anzeige Seite 16

Greive Jörg Dr.med., Stegemanstr. 33-41 3 12 13

Hallbauer Thomas Dr.med., Am Leymberg 23 5 66 31

Hammer Dietrich Dr. med., Schloßstr. 37 3 71 80

Haunschild M. Dr., Kardinal-Krements-Str. 1-5 4 96 62 71

Holsten D. Dr., Kardinal-Krements-Str. 2-5 4 96 64 71

Johanny Stephan Dr.med., Bahnhofplatz 6 3 23 64

Koch Stephan Dr. med., Hohenfelder Straße 3 1 27 30
 ▶ siehe Anzeige Seite 16

Papendieck Jann Dr., Ruetz A. Dr. u. Kalchthaler T. Dr.,
 Kardinal-Krements-Str. 1-5 1 70 35

Rommert Gerd, Pastor-Klein-Str. 9 4 03 05 30

Schwuchow Klaus-Peter Dr., Firmungstr. 5 9 88 48 76 14

**Seintsch H. Dr. med., Illgner U. Dr. med.,
 Hoffmann W. Dr.med. u. Bieler G. Dr.med., Orth. Privatpraxis
 Hohenzollernstr. 64** 98 86 30
 ▶ siehe Anzeige Seite 16

Seyda Dirk Dr.med. u. Laue Dirk Dr.med. u. Tent S.,
 Rübernacher Str. 32 20 16 00

Skipritz Walter Dr.med., Stegemanstr. 44 1 33 71 80

**Dr.med. Tilo Morgenstern
 Dr.med. Gregor Kurp**
Internisten – Nephrologie
Praxis für Nieren- und Hochdruckkrankheiten
Dialyse am Ev. Stift
 Kurfürstenstraße 70-72 · 56068 Koblenz
 Tel. (02 61) 13 39 18-0 · Fax (02 61) 13 39 18-90
 www.dialyse-koblenz.de

Dr. med. Michael Petermeyer
 Rückenzentrum Diez
 Facharztpraxis für
 Neurochirurgie, Akupunktur, Schmerztherapie

Adelheidstr. 2
 65582 Diez

Tel.: 06432 645274 0
 Fax: 06432 645274 14
 info@rueckenzentrum-diez.de
 www.rueckenzentrum-diez.de

Nierenkrankheiten erkennen und behandeln

Mit Dialyse und Transplantation weiterleben

Die Chronische Nierenerkrankung

Eine Einschränkung der Nierenleistung nennen wir Niereninsuffizienz. So führt der Verlust einer Niere, sei es durch Unfall oder Operation, zu einer Halbierung der Nierenleistung. Wir wissen, dass der Mensch damit gut leben kann und darauf basiert die Organspende (sogenannte Lebendspende) für einen nahestehenden Menschen, wie sie heute in zunehmendem Maße geschieht, nicht zuletzt auch auf prominentes Vorbild hin.

Krankheiten die zur Niereninsuffizienz führen sind: Hoher Blutdruck, Arteriosklerose, Zuckerkrankheit, die z.T. immunologisch bedingten Entzündungen der Nierenkörperchen (Glomerulonephritis) die sogenannte Chronische Nierenbeckenentzündung („Chronische Pyelonephritis“) sowie einige genetisch bedingte Nierenerkrankungen. (Tab.1)

• Diabetes
• Bluthochdruck
• Arteriosklerose
• Glomerulonephritis
• Chronische Pyelonephritis
• Polyzystische Nierenerkrankung
• Medikamentenschädigung („Analgetikanephropathie)
• Andere genetisch bedingte Erkrankungen
• Systemerkrankungen mit Nierenbeteiligung

Tab.1: Ursachen für Chronische Niereninsuffizienz (Nierenschwäche)

Gemeinsam ist allen, dass sie im Laufe von Jahren, manchmal auch nur Monaten, zur Abnahme der Nierenleistung und schließlich zu deren völligem Verlust führen können (Abb.2).

Gemeinsam ist auch allen, dass sie oft lange Zeit keine Beschwerden verursachen und nur durch gezielte Untersuchung erkannt werden können. Die Basisuntersuchungen, mit denen man Nierenerkrankungen erkennen kann, sind sehr einfach, und wer im Ultraschall normale Nieren, im Urin kein Eiweiß und keine Entzündungszellen, darüber hinaus einen normalen Kreatininwert im Blut hat, kann sehr sicher sein, keine Nierenkrankheit zu haben (Tab.2).

Eiweiß im Urin
Blut im Urin (Teststreifen oder mikroskopisch)
Kreatininwert (im Blut)
Ultraschalluntersuchung der Nieren

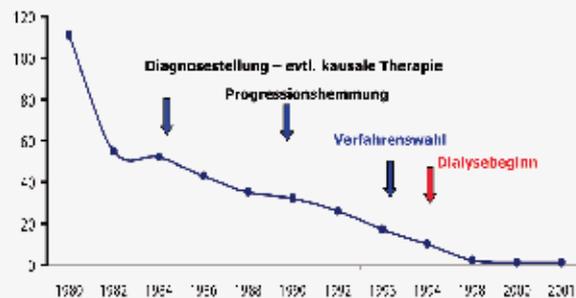
Tab.2 Basisuntersuchung der Nieren

Im Fall unnormaler („pathologischer“) Ergebnisse aber sollte ein Nephrologe hinzugezogen werden, der den Befund bewertet und eine spezielle Diagnose stellt.

Nephrologen sind Internisten mit einer Zusatzausbildung (im Gegensatz zu Urologen, die von Hause aus Chirurgen sind und eine entsprechende Zusatzausbildung haben.) Der Nephrologe sollte sich insbesondere dazu äußern, ob bestimmte Maßnahmen zu ergreifen sind, die dem Verlauf der Erkrankung eine andere Richtung geben könnten. Dies kann im einfachsten (und häufigsten) Fall die Empfehlung sein, den Verlauf zu beobachten um im Bedarfsfall eingreifen zu können. Bei einigen Patienten könnte aber auch eine sofortige und intensive medikamentöse Behandlung mit Eingriff in das Immunsystems erforderlich sein, um ein Fortschreiten der Nierenkrankheit zu verhindern. Hierzu ist in der Regel die Stellung einer exakten Diagnose durch mikroskopische Untersuchung des Nierengewebes erforderlich (Nierenpunktion). Die Beurteilung, ob eine solche Punktion nötig ist, liegt also in den Händen des Nephrologen ebenso wie die Durchführung und die Interpretation des Ergebnisses.

Liegt eine chronische fortschreitende Nierenerkrankung vor, sollte er in regelmäßigen Abständen aufgesucht werden, um die Situation neu zu bewerten, ggf. die Medikation anzupassen und den Patienten zur Lebensführung zu beraten. Auf diese Weise kann ein Fortschreiten der Erkrankung verlangsamt und die Zeit bis zum völligen Funktionsverlust verdoppelt werden.

Verlauf einer chronischen Nierenerkrankung und dem Stadium entsprechende Aufgaben der Betreuung



Allmähliche Abnahme der prozentualen Nierenleistung

Praxis für Nieren- und Hochdruckkrankheiten
Dialysezentrum am Ev. Stift
Dr.med. T. Morgenstern, Dr.med. G. Krup

Abb.2 Verlauf einer chronischen Nierenerkrankung

Nephrologen sind heute weitgehend als niedergelassene Ärzte tätig; die Therapie wird überwiegend ambulant durchgeführt. Ein großer Schwerpunkt liegt dabei in der Beratung. Hier reichen die Themen von: „Wieviel Flüssigkeit soll man pro Tag zu sich nehmen?“ bis zu: „Welches Dialyseverfahren ist für mich das richtige?“ oder: „Ist auch vor Beginn einer Dialysebehandlung eine Nierentransplantation möglich?“

Die Nierenersatztherapie

Hierzu gehören Hämodialyse (Blutwäsche), Peritonealdialyse (Bauchfelldialyse) und Nierentransplantation.

Die Dialysebehandlung selbst wird von Nephrologen durchgeführt. Dialyse ist dann geraten, wenn die Nierenleistung unter 10%, manchmal auch schon, wenn sie unter 15% des Normalen sinkt.

Sollte bei schwerer Krankheit eine Krankenhausbehandlung erforderlich sein, so ist es vorteilhaft, wenn zwischen den Internisten im Krankenhaus und dem behandelnden Nephrologen, der den Patienten seit Jahren kennt, enger Kontakt besteht. Daher gehen viele Nephrologen mit den umliegenden Krankenhäusern Kooperationen ein, die eine Zusammenarbeit der beteiligten Ärzte gewährleisten. Patienten werden im Krankenhaus unter Mitwirkung „Ihres“ Arztes weiterbehandelt.

Vor allen Dingen in der Nachsorge nach Nierentransplantation arbeiten Nephrologen eng mit dem Transplantationszentrum und den Hausärzten zusammen: Die notwendigen Kontrolltermine sind zu häufig und das Transplantationszentrum zu weit entfernt, als dass alles von dort geleistet werden könnte. Andererseits engagieren sich auch viele Hausärzte in der Nachsorge nach Transplantation. Für diese stellt der Nephrologe einen ortsnahen möglichen Ansprechpartner in speziellen Fragen zur Transplantation dar.

Der komplette Ausfall der Nieren führt innerhalb weniger Tage, günstigstenfalls weniger Wochen zum Tod durch Harnvergiftung. Zahlreiche Ärzte, Schwestern, Techniker und Unternehmer widmeten im letzten Jahrhundert ihr berufliches und zum Teil auch ihr privates Leben der Entwicklung von Verfahren, diese Menschen zu retten.

1943 baute Dr.Willem Kolff die erste Dialysemaschine, 1954 führte Dr.Joseph Murray die erste dauerhaft erfolgreiche Nierentransplantation an eineigenen Zwillingen durch und 1968 ermöglichte Dr.Henry Tenckhoff mit der Entwicklung seines nach ihm benannten Katheters eine Bauchfelldialyse (Peritonealdialyse), die auch zur Dauerbehandlung geeignet war.

Dennoch konnte noch vor 40 Jahren nur ein kleiner Teil dieser Patienten am Leben erhalten werden: Die Technik war noch nicht so weit entwickelt und die Zahl der Behandlungsplätze zu gering, um allen helfen zu können.

Heute gehört Deutschland zu den wohlhabenden Ländern der Welt, in denen jedem Patienten, der sie benötigt, eine Nierenersatzbehandlung angeboten werden kann. 2005 wurden in Deutschland 63427 Menschen mit Dialyse behandelt, 23724 hatten ein funktionierendes Nierentransplantat.

Dabei wird die Dialysetherapie in den öffentlichen Medien oft als Schreckgespenst hingestellt. In Wirklichkeit ist es diese Behandlung, der die Betroffenen ein Weiterleben zu verdanken haben. Dieses Weiterleben ist, wiederum entgegen weit verbreiteter Meinung, nicht Siechtum und unerträgliches Leiden. Dies wird uns von vielen Patienten wiedergespiegelt, die ein fast normales Leben führen und die sich gegen das Mitleid und das Bedauern ihrer Umgebung wehren: „Wir sind nicht krank – wir müssen nur zur Dialyse“ sagt eine, die seit ihrem 12. Lebensjahr, nunmehr 36 Jahre, dreimal pro Woche zur Dialyse fährt. (Abb. oben)

Natürlich ist manches beschwerlich und Disziplin ist gefragt. Doch verhält ist es sich wie allgemein im Leben: Eine gewisse Disziplin hilft, gesund zu bleiben oder, im Falle chronischer Krankheit, besser und länger zu leben.

Diese Disziplin wird oft von älteren Patienten leichter aufgebracht, die durch Dialyse länger leben dürfen (nicht müssen) und dankbar für geschenkte Jahre sind.



Vorbeugung

Was kann jeder Einzelne im Interesse seiner Nierengesundheit tun?

1. Messen Sie Ihren Blutdruck. Sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt, ob der Blutdruck für Sie richtig ist.
2. Rauchen Sie nicht. Rauchen schädigt nachweislich auch die Nieren.
3. Meiden Sie möglichst bestimmte Schmerzmittel („Nicht steroidale Antirheumatika“). Wenn kein anderes Mittel hilft, versuchen Sie die Menge durch Kombinationsbehandlung gering zu halten.
4. Achten Sie auf eine salzarme, mindestens eine salzbewusste Ernährung
5. Sorgen Sie für eine Ernährung mit hohem Anteil an Früchten und Gemüse und begrenzen Sie die Eiweißzufuhr („Proteine“) auf 1,2 g /kg Körpergewicht (gilt nicht für fortgeschritten Nierenkranke)
6. Trinken Sie ausreichend, nicht unbedingt übermäßig. 1,5 Liter am Tag sind unter normalen Umständen genug. Nur bei Nierensteinleiden sollte es mehr sein.
7. Lassen Sie beim Gesundheits-Check-Up den Kreatininwert im Blut und den Eiweißgehalt im Urin prüfen
8. Sprechen Sie gegebenenfalls mit Ihrem Hausarzt, ob er eine Vorstellung beim Nephrologen für sinnvoll hält.

Hilfe und weitere Informationen finden Sie hier:

Dr.med. Tilo Morgenstern – Dr.med. Gregor Kurb
Internisten – Nephrologen
Kurfürstenstraße 70 - 72, 56068 Koblenz
Dialyse am Ev. Stift, Tel. 02 61 - 13 39 18-0
www.dialyse-koblenz.de

Privatpraxis für Schmerztherapie und Osteopathie

Dr. med. Ralph Sasse
FA Anästhesie, spez. Schmerztherapie, Osteopathie
 - Termine nach Vereinbarung -

Simmerner Straße 117 · 56075 Koblenz
 Tel.: 0261 / 9 52 35 50 · Fax: 9 52 35 51 · Mobil: 0160 - 190 34 73
 Mail: RalphSasse@gmx.de
www.schmerztherapie-sasse.de · www.osteopathie-sasse.de

Dr. med. Ingo Hannes
 Facharzt für Anästhesie, Spezielle Schmerztherapie & Palliativmedizin

Dr. med. Bettina Dieterle
 Fachärztin für Anästhesie, Spezielle Schmerztherapie & Palliativmedizin

Dr. med. Theo Breidbach
 Facharzt für Allgemeinmedizin, Chirurgie, spezielle Schmerztherapie & Palliativmedizin

(Schmerz- und Palliativzentrum Koblenz Oberweiher 4
 56072 Koblenz/Metternich
 Fon: 02 61 - 96 39 66 96
 Fax: 02 61 - 96 39 66 10
www.palliativzentrum-koblenz.de

(Anästhesie-, Schmerz- & Palliativzentrum Hunsrück
 Bingerer Str. 23 a
 55469 Simmern
 Fon: 0 67 61 - 96 47 33
 Fax: 0 67 61 - 96 47 42
www.gesundheitszentrum-simmern.de

Palliativnetz Koblenz & Palliativnetz Rhein-Hunsrück



Palliativmedizinisches Angebot:

- Begleitung in der letzten Lebensphase
- Sterbebegleitung von Tumor- und Nicht-Tumor-Erkrankungen
- Schmerztherapie und medizinische Behandlung anderer Symptome
- Psychologische Betreuung
- Palliative Pflege in Zusammenarbeit mit unseren Partnern
- Beratung und Unterstützung von Angehörigen

HÄMORRHOIDEN?

GOOGLE, hilft nicht?

WIR SCHON!

Die Praxis für **KLEIN** und **GROSS**
 Frau Dr. med. Sánchez Expósito

Emil-Schüller-Str. 23-25
 56068 Koblenz
 Tel. 0261/921 896-37
www.dr-sanchez-exposito.de



Psychotherapeutische Praxis für

· Privatversicherte · Beihilfeberechtigte · Selbstzahler

Renate Karl, Dipl.-Psychologin

Psychologische Psychotherapeutin,
 Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin

Hohenzollernstr. 119 · 56068 Koblenz
 Tel. 02 61-9 14 79 97

Lahnstein (0 26 21)

Erlinghagen Klaus u. Altawili Abdul Dres.med., Adolfstr. 36 26 83
 Reis Hans-Joachim Dr., Brückenstr. 32-34 01 78-2 84 64 32
 Suchomel Frank Dr.med., Rheinblick 5 62 32 98

Mayen (0 26 51)

Peters Robert Dr.med., Kehriger Str. 12 14 41
 Rößler Peter Dr.med. u. Schäfer Nikolaus Dr.med., Habsburgiring 63 9 61 00

Vallendar (02 61)

Goldscheid Hans-Peter Dr.med.

Rheinstr. 103
56179 Vallendar **6 30 97**

Orthopädie, operative*

Koblenz (02 61)

Baumgaertel Friedrich Prof. Dr. med.

Privatpraxis für operative Orthopädie und Unfallchirurgie
Neversstr. 7 **9737 8318**
 Telefax 9737 8319
www.ou-baumgaertel.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Osteopathie*

Koblenz (02 61)

Sasse Ralph Dr.med., Simmerner Str. 117 **9 52 35 50**

▶ *siehe Anzeige nebenstehend*

Steinert Sabine Dr. med. D.O.M.

Praxis für Osteopathische Medizin und Microkinesitherapie
 Fachärztin für Allgemeinmedizin
 Termine nach Vereinbarung
Henkerich 7 A **300 24 74**
info@praxis-dr-steinert.de · www.praxis-dr-steinert.de

Palliativmedizin/Sterbebegleitung

Koblenz (02 61)

Palliativnetz Koblenz & Palliativnetz Rhein-Hunsrück

▶ *siehe Anzeige nebenstehend*

Pathologie

Koblenz (02 61)

Ferber und Partner, Franz-Weis-Str. 13 94 77 70

Phlebologie

Koblenz (02 61)

Großmann B., Schweichel D. Dres.med., Markenbildchenweg 6 1 85 49
 Kubelka D., Dr. (IR) Bahrami, Hohenfelder Straße 7-9 91 56 80
 Schneider-Kaessner Christhild Dr.med., Hohenfelder Str. 17 9 73 88 70
 Weber Roland Dr.med., Bahnhofstr. 36 3 85 22

Pneumologie*

Koblenz (02 61)

Auge Dietrich Dr.med., Hohenfelder Str. 20 3 80 61
 Gemeinschaftspraxis Drs. Kroker-Schaeben-Schmidt-Lobo Becker,
 Emil-Schüller-Str. 29 29 67 58 50
 Neumeister W. Dr. 4 96 31 21

Präventionsmedizin

Koblenz (02 61)

Zell Gabriele Dr.med. Dipl.-Psych., Rheinzollstr. 4 **1 33 66 85**

▶ *siehe Anzeige Seite 24 + 25*

Privatpraxen

Koblenz (02 61)

Baumgaertel Friedrich Prof. Dr. med.

Privatpraxis für operative Orthopädie und Unfallchirurgie
Neversstr. 7 **9737 8318**
 Telefax 9737 8319
 www.ou-baumgaertel.de
siehe auch Anzeige Seite 16

Karl Renate

Dipl.-Psychologin
 Psychologische Psychotherapeutin
 Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin
 Psychotherapeutische Praxis für
 Privatversicherte, Beihilferechtigte, Selbstzahler
Hohenzollernstr. 119 **9 14 79 97**
siehe auch Anzeige Seite 20

Sasse Ralph Dr.med.

Simmerner Str. 117 **9 52 35 50**
siehe auch Anzeige Seite 20

Sorhage B. Dr. med.

Privatärztliche Praxis am Park
 Praxis für Dermatologie und Allergologie
Lambertstr. 57 (Koblenz-Rübenach) **92 16 93 00**

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie
Neversstraße 1-5 **1 27 41**
 www.praxis-stein.de
siehe auch Anzeige Seite 10

Kobern-Gondorf (0 26 07)

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie
Hauptstr. 95, 56332 Dieblich **96 18 10**
 www.praxis-stein.de
siehe auch Anzeige Seite 10

Ochtendung (0 26 25)

Wuppinger Cornelia Dr.med.

Ärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten / Allergologie
 Schwerpunkt: Traditionelle Chinesische Medizin
Finkenweg 30 **95 24 50**
www.tcm-wuppi.de
siehe auch Anzeige Seite 10

Proktologie

Koblenz (02 61)

Hasse C. Prof. Dr. med., Bahnhofstr. 24-26 30 49 10

Sánchez Expósito I. Dr.med., Emil-Schüller-Str. 23-25 **92 18 96 37**

▶ *siehe Anzeige Seite 20*

Sorhage B. Dr. med.

Privatärztliche Praxis am Park
 Praxis für Dermatologie und Allergologie
Lambertstr. 57 (Koblenz-Rübenach) **92 16 93 00**

Psychiatrie und Psychotherapie

Koblenz (02 61)

Beeretz Jürgen Dr. med.

Facharzt für Neurologie und Psychiatrie
 Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Hohenzollerstrasse 11 **1 40 15**
 Telefax 3 32 03
 Termine nach Vereinbarung

Buchta-Kreutz Elke Dr., Firmungstr. 5 9 88 48 76 17

Henrich Theodor Dr.med., Kurfürstenstr. 9 3 45 14

Logemann Norbert Dr.med., Löhrrstr. 139 1 56 71
 Meißner Katja Dr., Firmungstr. 5 9 88 48 76 16

Bendorf (0 26 22)

Olbertz Ute, Koblenz-Olper-Str. 80 92 28 40

Lahnstein (0 26 21)

Jensen Markus Dr., Hochstr. 1 62 82 68

Lippert Gerhard, Gutenbergstr. 2a 5 08 44

Schwarz Alfred Dr.med., Johannesstr. 39 6 37 98 91

Mayen (0 26 51)

Montagna Pasquale Dr. med., Habsburgring 87 33 41

Vallendar (02 61)

Buchholz Gerhard Dr.med., Hellenstr. 35 9 62 20 55

Psychologische Psychotherapeuten

Koblenz (02 61)

Ackermann Ursula Dipl.-Psych., Backesgasse 13 4 03 06 56

Bäumges Ursula, 3 66 11

Baier Karin Dipl. Psych., Rheinstr. 34 67 12 49

Baumgaertel Jutta, Neversstr. 7 9 62 39 99

Beckers Angelika, Am Wöllershof 2 91 46 90 03

Benneker Barbara Dipl.-Psych., Hohenzollernstr. 36 1 33 27 80

Böckling Tanja Dipl.-Psych., Am Plan 26 1 00 44 55

Christmann Friedbert, Entenpfuhl 16-18 9 73 73 71

Cramer G. Dipl.-Psych., Sachsenstr. 14A 01 60-91 66 80 79

Dörr Anette Dr., Hohenstaufenstr. 3 97 33 76 40

Dreher Jörg, Roonstr. 4 3 51 48

Dziallas Claudia Dipl.-Psychologin, Am Wöllershof 2 9 73 85 84

Fournier Khatuna Dr., Firmungstr. 5 9 88 48 76 18

Fritze-Dessauer Christian Dipl. Psych., Roonstr. 18 1 63 20

Gläser Ute, Drittenheimerweg 13 20 37 36 80

Hundelshausen Klemens, Firmungstr. 22 01 62-4 34 47 13

Karl Renate, Hohenzollernstr. 119 **9 14 79 97**

▶ *siehe Anzeige 20*

Karrich Petra Dipl.-Psychologin, Löhrrstr. 103 91 49 91 36

Knopp-Vater Monika, Ravensteynstr. 93 97 34 92 69

Kollia Angela Dipl.-Psychologin, Schenkendorfstr. 24 9 14 17 66

Lüdtke-Kröselberg Monika Manuela, Südallee 25a 2 08 18 61

Piklaps Udo Dipl.-Psych., Löhrrstr. 109 9 14 39 80

Räder-Zörner Gudrun Dipl.-Psychologin, Firmungstr. 40 1 54 54

Schmitt E.M., Firmungstr. 2 1 33 96 41

Schmitt Jürgen Dipl.-Psychologe, Kurfürstenstr. 10 1 33 88 31

Schneider Manfred Dr., Maastrichter Ring 23 40 89 52

Schuler Gabriele Dipl.-Psych., Rheinstr. 34 1 33 85 92

Schulz Klaus-Dieter Dipl.-Psychologe, Hohenzollernstr. 27 1 33 70 75

Sommer Christina Dr., Markenbildchenweg 34 97 38 38 94

Ternes Gabriele Dipl.-Psychologin, Kurfürstenstr. 87a 3 55 22

Wettengel Norbert, Bienengarten 16 3 58 78

Wolfram-Dinter Undine Dipl.-Psychologin, Bismarckstr. 36 9 14 36 66

Zobel Martin Dr. Dipl.-Psych., Löhrrstr. 119 4 37 88

Bendorf (0 26 22)

Heusch, Am Silbecher 25 8 85 10 21

Mäurer Monika Dipl.-Psychologin, Remystr. 4 16 75 54

Marxen-Laub Petra Dipl.-Psych., Koblenz-Olper-Str. 73a 6 67 81 20

Lahnstein (0 26 21)

Beckers Angelika, Im Lag 33 64 40

Kuhn Jürgen Dipl.-Psychologe, Brückenstr. 36 1 88 35 57

Psychotherapeutische Praxis Kuhn, Wilhelmstr. 31 6 29 42 69

Schneider Irene Dipl.-Psych., Hirschsprung 22 92 22 83

Mayen (0 26 51)

Eyss von Christiane Dipl.-Psychologin, Robert-Koch-Str. 12a 90 43 30

Hagel Esther, Koblenzer Str. 29 7 05 63 15

Heimann-Gänsicke S., Im Möhren 18 49 48 29

Praxis f. systemische Einzel-/Familientherapie und Beratung,
 Familiengutachten, Habsburgring 87 01 76 61 84 58 89

Sendler Annim Dipl.-Psychologe, Göbelstr. 21 90 38 23

Polch (0 26 54)

Autenrieth-Novak Ingrid Dipl.-Psych., Laßportstr. 12 96 20 04

RADIOLOGISCHES INSTITUT HOHENZOLLERNSTRASSE
PRAXIS FÜR STRAHLENTHERAPIE AM KEMPERHOF




- Radiologisches Institut Koblenz Hohenzollernstraße
 Dres. med. J. Schenk, S. Steil, T. Schiller, J.-A. Nickel, E. Eifler, M. Jost, F. Müller, A. Hentsch
 Hohenzollernstraße 64 - 56068 Koblenz - Tel. 0261-30460-0
- Praxis für Strahlentherapie am Kemperhof
 Dr. med. A. Schendera - Koblenzer Straße 163 - 56073 Koblenz - Tel. 0261-29610-0
- Radiologisches Institut Hohenzollernstraße Standort: Hunsrück Klinik Simmern
 Dr. med. S. Ader - Holzbacher Straße 1 - 55469 Simmern - Tel. 06761-964444-0
- Radiologische Privatpraxis am Krankenhaus Selters
 Dres. med. J.-A. Nickel, A. Hentsch, M. Jost
 Waldstraße 5 - 56242 Selters - Tel. 02626-762-1129

www.radiologie-koblenz.de - info@radiologie-koblenz.de

Gemeinschaftspraxis im **RZL**

Michael Lingscheidt Dr. Thomas Schell
 Facharzt für Radiologie Facharzt für Radiologie

Südallee 19-21 | 56112 Lahnstein | Telefon 02621 | 18 73-0



Computertomographie (CT)
Magnetresonanztomographie (MRT)
Sonographie (Ultraschall)
Röntgen

Telefonzeiten:
 Montag - Donnerstag 8.00 - 17.00 Uhr
 Freitag 8.00 - 14.00 Uhr

kontakt@rzlahnstein.de www.rzlahnstein.de



Radiologisches Institut Dr. von Essen Koblenz



- | | |
|-----------------------------|---------------------------------------|
| Dr. J. Engelhard | Kernspintomographie (MRT) |
| Dr. W. Schaeben | Computertomographie (CT) |
| Dr. H. Wilbert | Strahlentherapie (MRT) Brachytherapie |
| Dr. A. Gerhards | Mammadiagnostik |
| Dr. T. Vomweg | Konv. Radiologie |
| Dr. H.-J. Hast | Nuklearmedizin |
| Dr. P. Kunz | Sonographie |
| Dr. J. Aschenbrenner | Osteodensitometrie |
| Dr. U. Müller-Bülow | Schilddrüsendiagnostik |
| Dr. I. Kureck | |
| Dr. T. Karschkes | |
| PD Dr. K. Gast | |

Emil-Schüller-Straße 33
56068 Koblenz
Fax (0261) 1 30 00-15

Standort Simmern
Gemündener Straße 10
55469 Simmern
Tel. (06761) 965301-0
Fax (06761) 965301-370
info@dr-von-essen.de
www.dr-von-essen.de

Tel. (0261) 1 30 00-0

Dr. med. Ingo Hannes
 Facharzt für Anästhesie, Spezielle Schmerztherapie & Palliativmedizin

Dr. med. Bettina Dieterle
 Fachärztin für Anästhesie, Spezielle Schmerztherapie & Palliativmedizin

(Schmerz- und Palliativzentrum Koblenz
 Oberweiher 4
 56072 Koblenz/Metternich
 Fon: 02 61 - 96 39 66 39
 Fax: 02 61 - 96 39 66 11
 www.schmerzfrei-koblenz.de

(Anästhesie-, Schmerz- & Palliativzentrum
 Hunsrück
 Bingener Str. 23 a
 55469 Simmern
 Fon: 0 67 61 - 96 47 33
 Fax: 0 67 61 - 96 47 42
 www.gesundheitszentrum-simmern.de

Gemeinschaftspraxis

hannes schirmbeck sasse dieterle

spezielle und ganzheitliche Schmerztherapie

Osteopathie
 Homöopathie




Dr. med. Michael Petermeyer
 Rückenzentrum Diez

Facharztpraxis für
 Neurochirurgie, Akupunktur, Schmerztherapie

Adelheidstr. 2 Tel.: 06432 645274 0
 65582 Diez Fax: 06432 645274 14
info@rueckenzentrum-diez.de
www.rueckenzentrum-diez.de

Rhens (0 26 28)

Gras-Havlicek Maria, Koblenzer Str. 47a 95 08 50
 Höller Bruno Dipl.-Psychologe, Koblenzer Str. 47a 98 83 44

Vallendar (02 61)

Meißner Katja Dr.med., Kaiser-Friedrich-Höhe 28..... 96 38 77 12

Waldesch (0 26 28)

Bermel Susen Dipl.-Psychologin, Finkenweg 3 98 68 83

Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Koblenz (02 61)

Antpöhler Reinhard Dr.med., Alter Weg 11 9 73 24 50
 Dorsch-Stein Daniela Dr., Friedrich-Wilhelm-Str. 161 70 29 53
 Haas J. Dr.med. u. Bohner-Haas Maria, Clemensstr. 8 1 77 97
 Heller Juliane Katharina Dr.med., Lohrstr. 107 9 14 20 62
 Meier Ulrike Dr.med., Heugericht 26 9 22 33 77
Zell Gabriele Dr.med. Dipl.-Psych., Rheinzollstr. 4 1 33 66 85
 ▶ siehe Anzeige Seite 24 + 25

Bendorf (0 26 22)

Elsner Henning Dr.med., Isenburger Str. 15 0 26 01 91 20 88

Radiologie

Koblenz (02 61)

Praxis für Strahlentherapie am Kemperhof, Koblenzer Str. 163..... 29 61 00

Radiologisches Institut Hohenzollernstraße 30 46 00
 ▶ siehe Anzeige Seite 14, 16, 22, 26

Radiologisches Institut Dr. von Essen, Emil-Schüller-Str. 33 13 00 00
 ▶ siehe Anzeige Seite 16, 22, 26

Lahnstein (0 26 21)

Lingscheidt Michael u. Schell Thomas Dr., Südallee 19-21 1 87 30
 ▶ siehe Anzeige Seite 22

Mayen (0 26 51)

Institut für Radiologie, Roth W., Haupt H.-P., Siebert U., Siegfriedstr. 20 ... 7 00 90

Neuwied (0 26 31)

Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Neuwied,
 Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie
Lutterbey Götz PD Dr.
 Friedrich-Ebert-Str. 59 82-14 91

Reisemedizin*

Koblenz (02 61)

Lawaczek Sabine Dr.med., Jahnweg 38 17341

Radermacher Peter Dr. med.

Markenbildchenweg 6 1 22 01

www.radermacher-koblenz.de
 siehe auch Anzeige Seite 10

Vallendar (02 61)

Witzenhausen Clemens Dr., Rathausplatz 6 6 02 67

Schmerztherapie*

Koblenz (02 61)

**Hannes, Schirmbeck, Sasse, Dieterle Dres. med.,
 Gemeinschaftspraxis
 Oberweiher 4 96 39 66 39**
 ▶ siehe Anzeige Seite 22

Sasse Ralph Dr.med.

Simmerner Str. 117 9 52 35 50

siehe auch Anzeige Seite 20

Schott Martina Dr.med., Pastor-Klein-Str. 9 3 23 99

Diez (0 64 32)

Petermeyer Michael Dr. med., Adelheidstr. 2 6 45 27 40
 ▶ siehe Anzeige Seite 22

Sonographie*

Koblenz (02 61)

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 1 27 30

www.unser-orthopae.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Lahnstein (0 26 21)

Lingscheidt Michael u. Schell Thomas Dr., Südallee 19-21 18 73-0

Sportmedizin*

Koblenz (02 61)

Baumgaertel Friedrich Prof. Dr. med.

Privatpraxis für operative Orthopädie und Unfallchirurgie
Neversstr. 7 9737 8318

Telefax 9737 8319
 www.ou-baumgaertel.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Engelmann Jürgen

Viktoriastr. 4 1 86 56

www.orthopaedie-engelmann.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Johanny Stephan Dr.med., Bahnhofplatz 6 3 23 64

Koch Stephan Dr. med.

Facharzt für Orthopädie
Hohenfelder Straße 3 1 27 30

www.unser-orthopae.de
 siehe auch Anzeige Seite 16

Radermacher Peter Dr. med.

Markenbildchenweg 6 1 22 01

www.radermacher-koblenz.de
 siehe auch Anzeige Seite 10

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie
Neversstraße 1-5 1 27 41

www.praxis-stein.de
 siehe auch Anzeige Seite 10



„Es hat lange gedauert, jung zu werden.“

Pablo Picasso

Können wir uns mit Präventions- und Anti-Aging-Medizin den Traum der Menschheit vom ewigen Jungbrunnen erfüllen? Können wir Langlebigkeit, Verjüngung, ewige Schönheit, Gesundheit und Vitalität verwirklichen? Wir haben heute das Potenzial für ein langes Leben in guter Gesundheit, Lebensfreude und -qualität. Der Körper verfügt über eine gewisse Kapazität von Reparatur- und Erhaltungsmechanismen, die uns den Luxus eines Lebens über die Garantiezeit hinaus ermöglichen, wenn wir sie nicht überbeanspruchen oder besser sogar schützen und pflegen. Wir haben heute durch große Fortschritte in der Medizin, höchste wissenschaftliche Erkenntnisse zur Optimierung der Gesundheit und Jahrtausende altes Erfahrungswissen und Behandlungstechniken aus ganzheitsmedizinischer und naturheilkundlicher Medizin verschiedener Kulturen die best möglichen Voraussetzungen für eine strahlende Gesundheit. Doch stattdessen prägen die Krankmacher unserer Zivilisationsgesellschaft wie - vereinfacht ausgedrückt - zu viel Zucker, zu viel Fett, Umweltgifte, Stress und Bewegungsman- gel schon das Leben unserer Kinder mit allen entsprechenden Folgen für die Gesundheit.

Alle wissenschaftlichen Studien kommen zu dem Ergebnis, dass neben regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen eine Optimierung des Lebensstiles, eine Sicherung des Lebenssinnes und eine Erhöhung der Lebenszufriedenheit die wichtigsten Grundlagen zur best möglichen Entfaltung der körperlich-geistig-seelischen Gesundheit in jedem Lebensalter sind. Damit haben wir selbst Einfluss auf ihren Erhalt bei hoher Lebensqualität und -freude, von der Kindheit bis ins hohe Alter. So können wir Risikofaktoren für die wichtigsten Krankheiten unserer Zeit wie z.B. Herz-Kreislaufkrankungen, Übergewicht als Risikofaktor für Diabetes, Metabolisches Syndrom oder Arthrose, aber auch Stress und Burn-Out, Depression, Ängste, Demenz früh erkennen und die damit verbundenen Gesundheitsbeeinträchtigungen vermeiden oder verzögern. Die seriöse wissenschaftliche Präventionsmedizin zumindest hat das erreichbare Ziel, vorzeitiges Altern zu verhindern und den physiologischen Alterungsprozess bei guter Gesundheit und einem erfüllten Leben mit großer Gelassenheit und Lebensfreude in jedem Lebensabschnitt zu ermöglichen.

Das gelingt im Wesentlichen durch die Vermeidung krank machender Lebensgewohnheiten und die Optimierung des Lebensstils im Hinblick auf Ernährung,

Medizinisch-Psychologisches Präventionszentrum RHEINKULTUR



Bewegung, Stressbewältigung, Entspannung, Sinnfindung, Beziehungsgestaltung, Krisenbewältigung usw. Es gilt, Körper, Geist und Seele in Balance zu bringen und den roten Faden im eigenen Leben zu finden, mit sich und seinen Fähigkeiten am richtigen Platz zu sein und die Herausforderungen jedes Lebensabschnittes zu meistern und das mit Lebensfreude und guter Gesundheit: Eine spannende und lohnende Aufgabe, die uns durch unser ganzes Leben begleitet.

In unserem Präventionszentrum begleiten wir Sie mit Kompetenz und Freude bei dieser Optimierung Ihres Lebensstiles und damit Ihrer Gesundheit, Lebensqualität und -freude. Dabei arbeiten erfahrene und qualifizierte Experten verschiedener Gesundheitskompetenzen interdisziplinär zusammen wie Präventionsmediziner, Physiotherapeuten, Yoga- und Pilateslehrerinnen, Entspannung-, Ernährungs-, Sporttherapeuten, Schönheits-, Genuss-, Tanz- und Kunstexperten, Business-, Gesundheits-, Stresscoaches usw.

Die Leiterin des Zentrums als erfahrene Präventionsmedizinerin führt als Basis jedes Präventionsprogrammes eine eingehende Erhebung des aktuellen körperlich-geistig-seelischen Gesundheitsstatus durch in einem ausführlichen präventivmedizinischen Anamnesegespräch. Auf dieser Grundlage entwickelt sie mit dem jeweils für Ihre Bedürfnisse zusammengestellten Expertenteam ein individuelles Behandlungskonzept zur Optimierung Ihrer Gesundheit.

Die Umsetzung findet dann in Kleingruppen mit 10 Teilnehmern in Form

von Intensivwochen zu den jeweiligen Gesundheitsthemen statt. Eine Woche lang werden dann, über den ganzen Tag verteilt, unter Leitung der Präventionsmediziner alle zum gewählten Thema wichtigen Aspekte der körperlich-geistig-seelischen Gesundheit mit den jeweiligen Experten in Seminaren, Workshops, Kursen, Vorträgen, sinnvoll aufeinander abgestimmt, besprochen, eingeübt, erlebt und in Ihren persönlichen Lebensplan integriert. So finden z.B. Intensivwochen statt zur Stress- und Burn-Out Prävention, zur Neugestaltung Ihrer Gesundheit und Lebensplanung in der Mitte des Lebens, zur Optimierung von Gewicht, Balance und Vitalität in jedem Lebensalter, zur Stärkung des Immunsystems, zu Schönheit von innen und außen, zum Neustart nach Krisen, zur Bewältigung von lebensverändernder Krankheit, zur gelungen Gestaltung aller Lebensabschnitte und ihrer Herausforderungen usw. Der Themenvielfalt sind keine



Das Zentrum für Vitalität, Gesundheit und Lebensfreude



Grenzen gesetzt. Wir stellen Ihnen auch gerne für Ihr Team individuell das gewünschte Programm zur Optimierung der Gesundheit von Körper, Geist und Seele zusammen. Aber vor allem soll die kreative Entfaltung Ihrer körperlich-geistig-seelischen Gesundheit in unserem Zentrum mit unseren Experten Spaß machen. Langfristige Optimierung des eigenen Lebensstils gelingt am besten durch überzeugendes Erleben und Verfestigen neuer Gewohnheiten, deren Gewinn sofort spürbar ist: das Gefühl, mit sich im Lot zu sein, das best mögliche Wohlgefühl zu erleben und zu wissen, wie es zu erhalten ist. Wir freuen uns, Sie zu begleiten.

Einige Beispiele für Intensivwochen zur Prävention:

- **Stressmanagement und Burn-Out Prävention**

Eine Intensivwoche nach dem neuesten wissenschaftlichen Stand der



Stressforschung und Bewältigungstechniken. Messung des Stressniveaus, Ergreifung der individuellen Ursachen, Erarbeitung individueller Bewältigungstechniken durch Workshops, Entspannungstechniken, Genussgruppe, Sport- und Ernährungskurse

- **Vitalität, Gesundheit, Lebensfreude**

Körper, Geist und Seele in Balance durch professionelle Präventionsmedizin

- **Gesund, gelassen und attraktiv in den besten Jahren**

Menopause und Andropause als Chance zum Wandel

- **Schönheit von innen und außen**

- **Neustart nach Krisen**

- **Lehrergesundheit**

- **Selbstbewusst, mit Zielen und Begeisterung ins Erwachsenenleben**

Schüler an der Schwelle in die Selbstständigkeit

- **Gesundheit und Spaß an der Arbeit**

Gesunde, motivierte Mitarbeiter sind Basis und Zukunft der Unternehmen

Das Angebot wird ständig weiterentwickelt und ergänzt. Die Intensivwochen werden auch in 4-5 Sterne-Hotels und Kreuzfahrtschiffen angeboten. Den aktuellen Stand entnehmen Sie bitte unserer website.

Leitung des Präventionszentrums



Dr.med. Dipl.Psych. Gabriele Zell

Masterstudium „Präventionsmedizin“ Dresden International University, Fachärztin für Psychosomatische Medizin, Ernährungs-, Bewegungs-, Orthomolekulare und Sexualmedizin, Naturheilkunde, Yogalehrerin, Business- und Gesundheitscoach. Langjährige Erfahrung in klassischer Schulmedizin, psychosomatischer und ganzheitlicher Medizin in Kliniken und eigenem Zentrum, Dozentin, Supervisorin und Coach in Weiterbildungsinstituten und Unternehmen. Spezialgebiet: Psychosomatische Medizin, Präventionsmedizin, alle Themen zur Gesundheit von Körper, Geist und Seele im Wechselspiel und Ihrer Optimierung durch ganzheitliche Medizin verschiedener Kulturen. Ständige Weiterbildung durch Fachkongresse und Mitarbeit in den jeweiligen Fachgesellschaften.

Medizinisch-Psychologisches Präventionszentrum RHEINKULTUR

Rheinzollstr. 4
56068 Koblenz

Tel.: 0261 1336686

Fax: 0261 1336698

E-Mail: vital@medpräz-zell.de

Internet: www.medpräz-zell.de

Fotos links: Obersteiner

RADIOLOGISCHES INSTITUT HOHENZOLLERNSTRASSE
PRAXIS FÜR STRAHLENTHERAPIE AM KEMPERHOF



■ Radiologisches Institut Koblenz Hohenzollernstraße
 Dres. med. J. Schenk, S. Steil, T. Schiller, J.-A. Nickel, E. Eiffler, M. Jost, F. Müller, A. Hentsch
 Hohenzollernstraße 64 - 56068 Koblenz - Tel. 0261-30460-0

■ Praxis für Strahlentherapie am Kemperhof
 Dr. med. A. Schendera - Koblenzer Straße 163 - 56073 Koblenz - Tel. 0261-29610-0

■ Radiologisches Institut Hohenzollernstraße Standort: Hunsrück Klinik Simmern
 Dr. med. S. Ader - Holzbacher Straße 1 - 55469 Simmern - Tel. 06761-964444-0

■ Radiologische Privatpraxis am Krankenhaus Selters
 Dres. med. J.-A. Nickel, A. Hentsch, M. Jost
 Waldstraße 5 - 56242 Selters - Tel. 02626-762-1129

www.radiologie-koblenz.de - info@radiologie-koblenz.de



Strahlentherapie Rhein/Pfalz
 Neuwied Neustadt Landau

PD Dr. med. Dipl.-Phys. Christoph Thilmann
Dr. med. Iris Schmidt-Forgber
Dr. med. Andreas Klatt

Marktstraße 104
 56564 Neuwied

Telefon: 0 26 31-9 78 46-0
 Fax: 0 26 31-9 78 46-13

– Radiochirurgie
 – Stereotaktische Bestrahlung
 – IMRT
 – IGRT
 – Atemtriggerung
 – Rapid-Arc-Technologie
 – Röntgenreizbestrahlung

Öffnungszeiten:
 Mo - Fr 8:00 - 16:30
 sowie nach Vereinbarung

www.strahlentherapie-neuwied.de
service@strahlentherapie-neuwied.de

Radiologisches Institut
Dr. von Essen
Koblenz



- | | |
|-----------------------------|--|
| Dr. J. Engelhard | Kernspintomographie (MRT)
Computertomographie (CT) |
| Dr. W. Schaeben | Strahlentherapie (MRT) Brachytherapie |
| Dr. H. Wilbert | Mammadiagnostik |
| Dr. A. Gerhards | Konv. Radiologie
Nuklearmedizin |
| Dr. T. Vomweg | Sonographie |
| Dr. H.-J. Hast | Osteodensitometrie
Schilddrüsendiagnostik |
| Dr. P. Kunz | Emil-Schüller-Straße 33
56068 Koblenz |
| Dr. J. Aschenbrenner | Fax (0261) 1 30 00-15 |
| Dr. U. Müller-Bülow | Standort Simmern
Gemündener Straße 10
55469 Simmern |
| Dr. I. Kureck | Tel. (06761) 96 53 01-0 |
| Dr. T. Karschkes | Fax (06761) 96 53 01-370 |
| PD Dr. K. Gast | info@dr-von-essen.de
www.dr-von-essen.de |
- Tel. (0261) 1 30 00-0**

OP RÄUME ZU MIETEN!



• moderne Einrichtung
 • zeitgemässer Komfort
 • rund um die Uhr möglich
 • Kooperation mit Anästhesie
 • Ende 2014 neu erbaut!

CITY OP :-)
 Emil-Schüller-Str. 23-25
 56068 Koblenz
 Tel. 0261/921 896-37
www.city-op.de

Die Praxis für **KLEIN** und **GROSS**
 Frau Dr. med. Sánchez Expósito
 Tel. 0261/921 896-37 
www.dr-sánchez-expósito.de



Koborn-Gondorf (0 26 07)

Stein Magnus

Facharzt f. Allgemeinmedizin, Facharzt f. Anästhesie

Hauptstr. 95, 56332 Dieblich 96 18 10

www.praxis-stein.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Mayen (0 26 51)

Röbler Peter Dr.med. u. Schäfer Nikolaus Dr.med., Habsburging 63..... 9 61 00

Strahlentherapie

Koblenz (02 61)

Praxis für Strahlentherapie am Kemperhof, Koblenzer Str. 163..... 29 61 00

Radiologisches Institut, Hohenzollernstraße 30 46 00

▶ siehe Anzeige Seite 14, 16, 22, 26

Radiologisches Institut Dr. von Essen, Emil-Schüller-Str. 33 13 00 00

▶ siehe Anzeige Seite 16, 22, 26

Neuwied (0 26 31)

Thilmann Christoph Priv.-Doz. Dr.med. u. Klatt Andreas Dr.med

u. Schmidt-Forgber Iris Dr.med., Marktstr. 104 97 84 60

▶ siehe Anzeige Seite 26

Tauch-Tauglichkeits-Untersuchungen

Koblenz (02 61)

Radermacher Peter Dr. med.

Markenbildchenweg 6 1 22 01

www.radermacher-koblenz.de

siehe auch Anzeige Seite 10

Urologie

Koblenz (02 61)

Dahm F.-J. Dr.med., Entenpfuhl 16 1 89 22

Fischer Heinz-Peter Dr., Firmungstr. 5 9 88 48 76 13

Hartmann Herbert Dr.med., Hohenzollernstr. 59 1 26 81

Kreutzig Thomas Dr.med., Poststr. 8.....13 39 19 50

Leyendecker Dr., Kardinal-Krementsz-Str. 2 3 26 25

Taymoorian Kasra Dr.med., Markenbildchenweg 6 1 48 33

Lahnstein (0 26 21)

Kähms Steffen Dr.med., Hochstr. 127 18

Mayen (0 26 51)

Lutherer Siegfried Dr. med., Lutherer Christian Dr. med.,

Polcherstr. 1-3..... 7 78 81

Winter Peter Priv.-Doz. Dr.med. u. Schauerte Carsten Dr.med.,

Siegfriedstr. 20-22833902

Neuwied (0 26 31)

MVZ St. Elisabeth Neuwied

Fischer Wilfried Dr.

Papakonstantinou Wassilios Dr.

Friedrich-Ebert-Str. 59..... 8 21 00 82

Reis Medard Dr.med. u. Ernst Ellen Dr.med, Hofgründchen 23..... 2 33 51

Stollhof Wolfgang Dr., Friedrich-Ebert-Str. 5982 13 82

Vallendar (02 61)

Polanski Slava Dipl.med., Goethestr. 4 6 80 92

Vermietung von OP-Räumen

Koblenz (02 61)

Sánchez Expósito I. Dr.med., Emil-Schüller-Str. 23-25 92 18 96 37

▶ siehe Anzeige Seite 26

Visceralchirurgie

Koblenz (02 61)

Sánchez Expósito I. Dr.med., Emil-Schüller-Str. 23-25 92 18 96 37

▶ siehe Anzeige Seite 26

TIERÄRZTE

Koblenz (02 61)

Bast Hans Peter Dr.med.vet., Kurfürstenstr. 24.....3 12 62

Brühl, Matthias Dr.

Fachtierarzt für Kleintiere

Trierer Str. 127 21 06 47

Hauck Dr.med.vet., Hohenzollernstr. 162..... 3 33 66

Jautz Ulrich Dr., Tannenweg 14a 5 51 00

Linzer Uwe Dr.med.vet., Bismarckstr. 6..... 3 62 01

Nüßlein Waltraud, Gulisastr. 4 95 23 39 39

Bendorf (0 26 22)

Korthäuer W. Dr.med.vet., Am Silbecher 6 1 32 37

Mengelkoch Christina, Westerwaldstr. 58 (0 26 01) 33 33

Lahnstein (0 26 21)

Schnabl Wolfgang Dr.med.vet., Nordallee 12 5 08 60

Tau Andreas Dr. u. Ute Dr., Goethestr. 21 6 22 44

Lonnig (0 26 25)

Becker Dr. u. Hornkamp Dr., In der Stier 1 95 87 78

Mayen (0 26 51)

Baronetzky-Mercier Anja Dr., Römerstr. 75 45 17

Schneichel Rainer Dr.med.vet., Ostbahnhofstr. 77 9 85 90

Zimmer-Püsch Marion Dr., Maifeldstr. 28..... 70 59 44

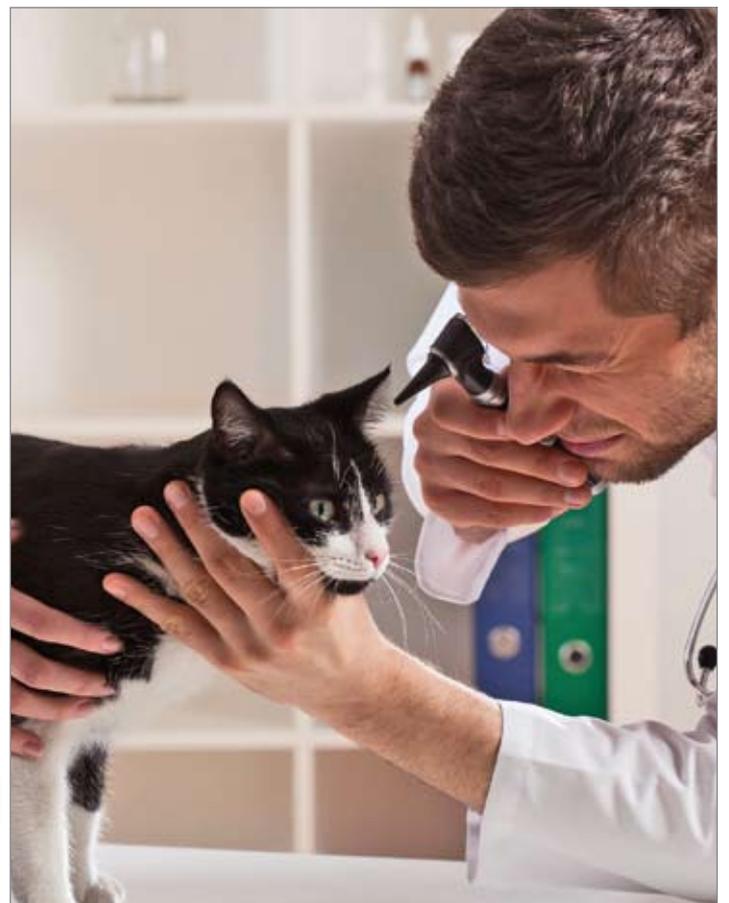
Polch (0 26 54)

Hilgendorf Hubert , Hinter Viedel 6 (01 70) 5 50 71 52

Simon Thomas u. Lammer Torsten, Laßportstr. 60..... 29 29

Vallendar (02 61)

Emmerich Jörn, Krummgasse 5 9 62 43 30





MARTINI·MOGG·VOGT
RECHTSANWÄLTE · WIRTSCHAFTSPRÜFER · STEUERBERATER

Ihre Fachanwälte für Medizinrecht



Johannes Mogg



Kristina Orth

www.mmv-koblenz.de

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 28 · 56073 Koblenz

Telefon: 0261/88 44 66 · Fax: 0261/800 801

E-Mail: kanzlei@mmv-koblenz.de

Medizinrecht

Rechtsbeziehungen zwischen Arzt & Patient

Das Medizinrecht beschäftigt sich mit der rechtlichen Ausgestaltung der Rechtsbeziehungen zwischen Arzt und Patient sowie von Ärzten untereinander, den öffentlich-rechtlichen Regelungen zur Ausübung des ärztlichen und zahnärztlichen Berufes usw.

Es erstreckt sich nicht nur auf das allgemeinere Gebiet der Arzthaftung, also das haftungsrechtliche Verhältnis zwischen Arzt und Patient (bei Behandlungsfehlern, gesundheitlichen Folgeschäden, falschen Diagnosen, fehlerhaften Abrechnungen etc.), sondern umfasst daneben auch Fragen der Honorierung von Privatpatienten oder auch arzt spezifische Rechtsgebiete aus dem Sozialversicherungsrecht und dem allgemeinen Berufsrecht. Der Fachanwalt steht daher nicht nur für Patienten, sondern auch für Ärzte und Kliniken als Rechtskundiger zur Verfügung.

Überall wo Menschen am Werk sind, passieren Fehler. Ärzten, Zahnärzten und Kliniken können natürlich auch Behandlungs-, Beratungs- oder Berechnungsfehler unterlaufen. In solchen Fällen ist es wichtig zu wissen, wohin man sich wenden kann. Die Tendenz geht von Seiten der medizinischen Beteiligten zu einvernehmlichen und außergerichtlichen Lösungen. Was aber tun, wenn es um bleibende Schäden oder Beeinträchtigungen geht?

In der Praxis zeigt sich häufig das Problem, daß die Suche nach fachlich erfahrenen und versierten Beratern schwer fällt. Auch die ärztlichen oder zahnärztlichen Körperschaften können hier nicht immer eine Hilfestellung bieten. Es ist gut zu wissen, wo sich ein erfahrener Fachanwalt für Medizinrecht in der Nähe befindet.

Bei Konflikten mit dem Arzt, Kliniken, bei Fragen zur Erstattung von Leistungen, Einstufung in der Pflegeversicherung etc. empfiehlt sich zunächst ein erstes Orientierungsgespräch mit dem Fachanwalt, der kompetenten Rat in medizinrechtlicher Hinsicht geben und über Chancen und Risiken aufklären wird.

KUNZ RECHTSANWÄLTE

K O B L E N Z · B O N N · M A I N Z

Mit unseren über 30 spezialisierten und überwiegend durch Fachanwaltschaften ausgewiesenen Rechtsanwältinnen und Rechtsanwälden bieten wir Ihnen eine fachübergreifende Rechtsberatung; insbesondere im

Medizinrecht

beraten und vertreten wir Sie

- im Arzthaftungsrecht
- im ärztlichen Berufsrecht
- im Arztstrafrecht
- im Krankenhausrecht
- im Vertragsarztrecht

Über unser weiteres Leistungsspektrum können Sie sich gerne unter www.kunzrechtsanwaelte.de oder bei uns persönlich informieren.

Unser Team im Medizinrecht



DR. JUR. CARSTEN FUCHS
Fachanwalt für Medizinrecht
Fachanwalt für Versicherungsrecht



KIRSTIN PRUSSEIT
Fachanwältin für Medizinrecht



MICHAEL SPURZEM
Fachanwalt für Versicherungsrecht

KOBLENZ
Mainzer Straße 108
56068 Koblenz
Fon: 02 61 / 30 13 - 0
Fax: 02 61 / 30 13 - 23

BONN
Graurheindorfer Straße 92
53117 Bonn
Fon: 02 28 / 1 84 37 98 - 0
Fax: 02 28 / 1 84 37 98 - 71

MAINZ
Weberstraße 21
55130 Mainz
Fon: 0 61 31 / 97 17 67 0
Fax: 0 61 31 / 97 17 67 71

www.kunzrechtsanwaelte.de · kanzlei@kunzrechtsanwaelte.de

Anwaltskanzlei: WACHENDORF

Dirk Wachendorf

Rechtsanwalt + Fachanwalt für
- Steuerrecht
- Medizinrecht
- Handels- & Gesellschaftsrecht

Im Acker 14 - 16
56072 Koblenz

Tel. (+49) 0261 - 9114311
Fax (+49) 0261 - 9114312

info@anwaltskanzlei-wachendorf.de
www.anwaltskanzlei-wachendorf.de

Ärztliche Behandlungs- fehler

Die rechtlichen Rahmenbedingungen, denen der Mediziner heute in der Ausübung seines Berufs unterworfen ist, sind in den letzten Jahren immer komplexer geworden. Im gleichen Zeitraum hat die Medizin sprunghafte Fortschritte gemacht, insbesondere in der Prävention, der Diagnostik, der Therapie und der Rehabilitation. Bei gestiegenen medizinischen Möglichkeiten und Anforderungen an den Arztberuf ist es gleichzeitig zu Einschränkungen des persönlichen Verhältnisses zwischen Arzt und Patient gekommen. Die Fortschritte und Errungenschaften der letzten Jahrzehnte befähigen den Mediziner zu medizinischen Hilfen, die früher nicht vorstellbar waren. Die Kehrseite des technisch Möglichen ist jedoch, dass sich die Medizin oftmals zugleich fast an der Grenze des Erlaubten bewegt.

Ärztliche Kunstfehler haben oft erhebliche Konsequenzen für die Betroffenen. Da Haftpflichtversicherer der Ärzte und Krankenhäuser außegerichtliche Regulierungen in den meisten Fällen verweigern, ist der Patient gezwungen, gerichtliche Hilfe in Anspruch zu nehmen. Was Versicherungen im Vorfeld vielfach als "schicksalhaftes Geschehen" abgetan hatten, stellt sich vor Gericht in vielen Fällen als eine Fehlbehandlung dar, die für den geschädigten Patienten zu Schadensersatz und Schmerzensgeld führen kann.

Das Patientenrechtegesetz sieht nur bei groben Behandlungsfehlern eine Beweislastumkehr vor. Vielen Fachleuten geht jedoch der bisherige Gesetzesentwurf nicht weit genug. Sie fordern, dass Patienten bei einfachen Behandlungsfehlern nur den Fehler des Arztes und den entstandenen Schaden, aber nicht den ursächlichen Zusammenhang nachweisen müssen.

Zwar sieht das Patientenrechtegesetz bereits eine Beweislastumkehr zugunsten der Patienten vor, jedoch nur bei groben Behandlungsfehlern. Dann müssen nicht die Patienten nachweisen, dass sie durch einen Fehler des Arztes zu Schaden gekommen sind, sondern umgekehrt: Ärzte müssen nachweisen, dass ihre Fehler den Schaden nicht verursacht haben. Gefordert wird eine abgeschwächte Beweislastumkehr auch bei einfachen Fehlern: "Damit würde Waffengleichheit zwischen Ärzten und Patienten hergestellt".

Zahl der Behandlungsfehler geht leicht zurück

2.243 nachgewiesene Behandlungsfehler hat die Bundesärztekammer im vergangenen Jahr gezählt. Es könnten tatsächlich aber mehr sein, weil es keine zentrale Meldestelle gibt.

Die Zahl der nachgewiesenen ärztlichen Behandlungsfehler ist nach Angaben der Bundesärztekammer mit 40 Fällen leicht zurückgegangen. Die Zahl der Patientenbeschwerden sank demnach von 12.232 auf 12.173, knapp 8.000 Fälle wurden untersucht. Die Zahl der von der Ärztekammer bestätigten Todesfälle durch medizinische Fehler sank um fünf auf 77.

Andere Schätzungen gehen allerdings von weit höheren Zahlen aus: Eindeutige Daten gibt es nicht, da sich Patienten oder Angehörige auch an andere Stellen als die Ärztekammer wenden.

Rechtsanwälte

– Kompetenz seit Jahrzehnten –



Dr. jur. Gerhard Pregel

Rechtsanwalt
zugl. Fachanwalt für
Strafrecht
Arztrecht
Arztstrafrecht



Beatrix Krautkrämer

Rechtsanwältin
Arztrecht
Schwerpunkte:
Arzthaftungsrecht
Schadensersatzrecht

Noch Fragen? Dann besuchen Sie uns im Internet:

www.ra-prengel.de

oder wenden Sie sich an:

Dr. Pregel, Krautkrämer und Coll.

Roonstraße 6 · 56068 Koblenz

Tel.: 0261/36030

Fax: 0261/33336

E-Mail: kanzlei@ra-prengel.de

Der größte Teil der Fehler ereignete sich den Angaben zufolge bei Behandlungen im Krankenhaus. Niedergelassenen Ärzten passierten die meisten Fehler bei Patienten mit Brustkrebs, Rückenschmerzen und Kniegelenksarthrosen. Eine der größten Fehlerquellen sei die Diagnose anhand von Röntgenbildern und Ultraschall.

Gemessen an den mehr als 700 Millionen Behandlungsfällen in Praxen und Krankenhäusern läge laut Auskunft der Bundesärztekammer die Zahl der angezeigten Fehler aber im Promillebereich. Als mögliche Ursachen für Behandlungsfehler nannte die Kammer überlange Arbeitszeiten und ständig wachsenden Druck.

Meldesystem für Fehler fehlt

Insgesamt gibt es weitaus mehr Verdachtsfälle als die von der Bundesärztekammer dokumentierten. Patienten wenden sich unter anderem auch an Krankenkassen oder direkt an Gerichte. Die Medizinischen Dienste der Krankenversicherung (MDK) haben ebenfalls eine Statistik zu Behandlungsfehlern vorgestellt. Nach deren Bericht wurde 2013 in mehr als 14.000 Fällen ein Gutachten zu einem vermuteten Behandlungsfehler erstellt. Die Zahl der bestätigten Fehler betrug laut MDK 3.700.

Mehr als 26.000 Patienten haben sich 2013 wegen des Verdachts auf Behandlungsfehler bei offiziellen Stellen beschwert. In jedem vierten Fall wurde ein Fehler bestätigt.

Viele der Fehler in Krankenhäusern kosten Menschenleben – wären aber vermeidbar. Die AOK mahnt Ärzte und medizinisches Personal zu mehr Aufmerksamkeit und Sorgfalt.

Grundsätzliches Fazit:

Wer vom Arzt Transparenz fordert und Fragen stellt, hat bessere Chancen, richtig behandelt zu werden.



Dr. Bartsch

Zahnmedizin · Ästhetische Zahnmedizin

Dr. Horst Bartsch

Zahnarzt

Implantologie · Ästhetische Zahnmedizin
Parodontologie · Prophylaxe

Casinostraße 46 · 56068 Koblenz
Tel: 0261 - 31817 · Fax: 0261 - 9141781
Mobil: 0160 - 96254957
E-Mail: dr.hbartsch@gmx.de

Dr. med. dent. Jens Helbing
M.-A. Mylonas-Helbing

ZAHNARZT
ZAHNÄRZTIN
TSP KINDER- UND
JUGENDZAHNHEILKUNDE



Clemensstraße 26-30
56068 Koblenz
TELEFON 02 61-3 18 74
Telefax 02 61-1 00 47 06
www.zahn-kinderzahn.de

Potsdamer Str. 15
56075 Koblenz



ZAHNMEDIZINISCHE
GesundheitsPRAXIS

DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Ästhetische Zahnheilkunde

- Implantat- und Keramikversorgung
- Zahn- und Kieferregulierung
- Zahnaufhellung

Biologische Zahnerhaltung

- Prophylaxe und Parodontologie
- Laser- und Ozontherapie
- Akupunktur

0261. 52 555

www.dr-eckhardt.info



ZAHNARZTPRAXIS

Dr. Susanne Schmincke

Pfarrer-Kraus-Str. 93
56077 Koblenz-Arenberg
Telefon: 02 61-6 88 22
Fax: 02 61-6 30 31

info@dr-schmincke.de
www.dr-schmincke.de



Dr. med. dent. SOFIA
TSIRIDOU-EBERT

ZAHNARZTPRAXIS

Emser Straße 186
56076 Koblenz
Tel.: 02 61 / 9 14 96 49
Fax: 02 61 / 9 14 96 50

info@ts-ebert.de
www.ts-ebert.de

Ästhetische Zahnheilkunde
Individualprophylaxe
Kinderzahnheilkunde
Zahnerhaltung
Metallfreie Restaurationen
Prothetik/Implantatprothetik
Parodontologie/Chirurgie



GEORG
WOJTKOWIAK
ZAHNARZTPRAXIS

Kaspar-Schmitz-Str. 5
56642 Kruft
Tel.: 02652 6641
Fax: 02652 6130
info@zahnarzt-kruft.de
www.zahnarzt-kruft.de

UNSERE SPRECHZEITEN
(Termine nach Vereinbarung)

Mo-Fr: 08:00 Uhr bis 13:00 Uhr
Mo: 16:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Di: 14:30 Uhr bis 19:00 Uhr
Do: 14:30 Uhr bis 18:00 Uhr

ZAHNÄRZTE

Koblenz (0261)

- Bail Rainer Dr., Am Plan 7 1 22 60
- Bartsch Horst Dr., Casinostr. 46** **3 18 17**
▶ siehe Anzeige Seite 30
- Bergner Andreas Dr., Hohenzollernstraße 85b 9 73 28 28
- Borchardt Jürgen, In der Goldgrube 26 4 14 55
- Brecht-Hemeyer Margrit Dr. u. Hemeyer Willi Dr.,
Wilhelm-Stöppler-Platz 1 80 39 13
- Brockmann Robert Dr., Stauseestr. 4 4 11 18
- Buchmiller Jurij, Pfulhgasse 20 1 45 63

Buharina Natalia

Zahnärztin

- Friedrich-Ebert-Ring 50** **1 33 56 10**
- Telefax 1 33 56 20

- Dahm Harald Dr.med.dent. & Kollegen, Rübenacher Str. 32 20 36
- Dimitrov Ivelin Dr., Ferdinand-Sauerbruch-Str. 27 4 51 14
- Dorow Jörn Dr.med.dent., Bahnhofstr. 12 1 40 46

Dröge Susanne Dr.

Fücker Susanne Dr.

Zahnärzte

- Mainzer Str. 94** **3 59 58**
www.droege-fuecker.de

- Dr. Z Zahnmedizinisches Zentrum Koblenz GmbH,
Am Wöllershof 4 97 38 24 44

- Eckhardt F.-W. Dr.med.dent., Potsdamer Str. 15** **5 25 55**
▶ siehe Anzeige Seite 30

- Eich Werner Dr.med.dent., Poststr. 4 3 32 15
- El-Sayed Bilaal, Kemptertstr. 1 2 10 01 11
- Elis Igor, Firmungstr. 36 9 14 20 22
- Finzler Ulrich, Frankenstr. 2 3 22 48
- Franke Carsten Dr.med.dent. u. Sattelberg Roman, Roonstr. 12 3 28 72
- Fregin Xenia, Brenderweg 218 86 99 31
- Friedrich Alexander Dr. med. dent., Rizzastr. 47 3 62 41
- Gottwald Wolfgang Dr.med.dent., Neversstr. 11 1 50 13
- Grünwald Cora Dr. u. Dirk Dr., Clemensstr. 2 3 48 71

- Gutsche Gregor Dr., Rizzastr. 12a** **3 66 70**
▶ siehe Anzeige Seite 37

- Haase Jörg Dr., Löhrstr. 119 3 76 55
- Hanifi Lamah, Löhr-Center 91 54 30
- Hardt Axel Dr. med. dent., Mainzer Str. 31 1 33 44 33
- Heidger Sonja, Trierer Str. 105a 9 22 45 15
- Heinen Michael Dr., Firmungstr. 1-7 29 17 50 80

- Helbing Jens Dr.med.dent. u. Mylonas-Helbing M.-A.,
Clemensstr. 26-30** **3 18 74**
▶ siehe Anzeige Seite 30

- Hemeyer Willi Dr. u. Brecht-Hemeyer Margrit Dr.,
Wilhelm-Stöppler-Platz 1 80 55 59
- Henke U. Dr.med.dent. u. Köran I. Dr.med.dent., Rizzastr. 12a 1 40 37
- Hmaid Samir, Hohenzollernstr. 121 1 23 23
- Hürter Walter u. Hopf Eva Dres.med.dent., Behringstr. 4 4 72 72
- Hürter Walter u. Hopf Eva Dres.med.dent., Gulisastr. 15 4 22 40

Jozic-Habjanec Mira Dr.

Zahnärztin

- Roonstraße 45** **3 44 92**
Telefax 3 44 56
www.dr-jozic.de

- Kah Elisabeth Dr.med.dent., Pfulhgasse 21 9 88 18 90
- Kluge Gunter R. Dr., Roonstr. 51 1 24 57

Kohlbecher Roland Dr.

Facharzt für Zahnheilkunde

- Brenderweg 211-213** **9 82 75 75**
Telefax 98 89 99 60

- Kramann Ulrich Dr. u. Sängler York, Viktoriastr. 22 3 35 53
- Kröll Kai Dr.med.dent., Karl-Härle-Straße 24 5 47 77
- Krull Hans, Fritz-von-Unruh-Str. 1 7 98 98

- Lay Werner Dr., Im Eulenhurst 1 2 71 33
- Leopold Christoph Dr., Schloßstr. 34A 98 86 07 80

- Liebscher Jörg Dr.med., Vor dem Sauerwassertor 15** **7 10 92**
▶ siehe Anzeige Seite 36

- Loeper Joachim Prof. Dr., Hohenzollernstr. 85A 16 06 23
- Lopatynski Johanna, Löhrstr. 66c 3 24 22
- Mainka-Moskopp Brigitte, Schenkendorfstr. 24 3 37 47
- Masius Winfried Dr.med.dent., Löhrstr. 139 3 79 15
- Matuschek-Grohmann Gabriele Dr.med.dent., Koblenzer Str. 116 4 79 88
- Melder Bernward Dr., Schloßstr. 51 3 30 33
- Müller J. Dr. u. Tag E. Dr., Roonstr. 9-11 1 22 11
- Müller Thomas Dr.med.dent., Lambertstr. 34 9 22 45 63
- Nürnberg Manfred Dr., Horchheimer Höhe 18 7 61 46
- Oberländer Ludmilla, Viktoriastr. 21 91 18 00
- Prestel Bernd Dr.med.dent., Am Plan 1a 91 16 90
- Renneberg Torsten Dr., Schloßstr. 46 13 38 10

Zahnärzte Romer

Gemeinschaftspraxis Catherine & Guido Romer

- Brenderweg 40** **8 22 72**
www.zahnaerzte-romer.de

- Sandner Andrea Dr.med.dent., Löhrstr. 68-70 3 85 25

Schmidt Andreas Dr.

Stopperich Simone Dr.

Zahnärzte

- Roonstr. 1** **3 26 34**

- Schmincke Susanne Dr.med. dent., Pfarrer-Kraus-Str. 93** **6 88 22**
▶ siehe Anzeige Seite 30

- Scholz Thomas, Emser Str. 356 7 37 71
- Schwan Robert u. Nebling Sascha Dr., Hohenzollernstr. 25 9 15 18 18
- Schweitzer Reinhard, Vogelweide 31 6 34 06
- Sellier Amely Dr.med.dent. u. Schmidt Dominic Dr.med.dent.,
Löhrstr. 87a 1 71 61
- Sieper Michael Dr., Am Plan 7 3 30 44
- Sittig Wolfgang Dr.med.dent., Rheinstr. 20 3 32 26
- Spreitzer Joachim Dr.med.dent., Winninger Str. 37 16 03 61
- Stiller Werner Dr., Gothaer Str. 13 5 21 82

Tent, Lutz

Zahnarzt

- Florinspaffengasse 5** **1 81 80**
www.praxis-tent.de

- Tittel Eva-Martina Dr. MSc, Casinostr. 39 1 24 08

- Tsiridou-Ebert Sofia Dr., Emser Str. 186** **9 14 96 49**
▶ siehe Anzeige Seite 30

- Wagner Georg Dr., Kurfürst-Schönborn-Str. 88 8 20 47
- Weiler Horst Dr.med.dent., Am Metternicher Bahnhof 11 9 22 38 38
- Welling Walter Dr., Löhrrondell 6 3 34 22

Wirtz-Jacobi Marion Dr.

Zahnärztin

- Aachener Str. 129 a** **2 40 08**

- Witzenhausen W. Dr.med.dent u. Leopold C. Dr.med.dent.,
Schloßstr. 34a 3 23 87
- Zacher Christian Dr., Moselweißer Str. 7 4 37 27

Bassenheim (0 26 25)

- Kuhnke Almuth u. Jürgen u. Reinhard Michael Dres., Waldstr. 91 96 03 11
- Reinhard H.M. Dr., Waldstr. 91 96 04 59

Bendorf (0 26 22)

- Kirsten Ralf Dr.med.dent., Koblenz-Olper-Str. 23 16 99 51
- Kouda Vladlena, Bachstr. 44 27 35
- Kup Sibylle u. Alexander, Hinter Lenchens Haus 33 16 99 66
- Leonhard Nicole Dr.med.dent., Hauptstr. 123 90 39 99
- Nickenig Bernd Dr., Weiser Str. 36 1 48 18
- Riehl Guido Dr., Im Schloßgarten 12 52 02

Braubach (0 26 27)

- Gasteyer Wolfgang Dr., Wilhelmstr. 12 6 99
- Moch Dr. u. Tresselt, Untere Gartenstr. 5a 97 40 40

Kruft (0 26 52)

Wojtkowiak Georg, Kaspar-Schmitz-Str. 5 **66 41**

▶ siehe Anzeige Seite 30

Lahnstein (0 26 21)

Beyl Thomas Dr.med.dent., Bahnhofstr. 35A 84 97
 Greiner H. Dr. u. Thorsten Dr., Ostallee 18 26 58
 Kamphuis Bärbel Dr. u. Kraus-Guillou Stephanie Dr., Nordallee 10 4 00 22
 Masius Dominik, Bahnhofstr. 27 72 67
 Saric Muamer, Bürgermeister-Müller-Str. 1 18 01 04
 Sharapova Dinara, Adolfstr. 77 23 46

Weichert Rolf Dr. u. Christa Dr., Gutenbergstr. 2a **5 09 11**

▶ siehe Anzeige unten

Mayen (0 26 51)

Dani Michael, Knipp Ute u. Adler Manuela Dres.med.dent., Gerberstr. 11 50 07
 Dax Rainer Dr.med.dent., St. Veit-Str. 1 90 03 80
 Hein Georg Dr., Hahnengasse 4 90 42 22
 Rott Axel Dr., Habsburgiring 76 4 37 81
 Rüth Hans Joachim u. Volker, Bäckerstr. 5 22 65
 Schäfer Andreas, Rosengasse 12 90 25 30
 Schäfer Melanie Dr.med.dent., Marktstr. 52 7 76 77
 Schmidler Peter, Siegfriedstr. 20 7 30 40
 Schmitt Beata, Fernblick 10 4 95 21 25

Steier R. Dr. med. dent. u. Steier L. Prof. Dr. med. dent.,

Kehriger Str. 12 **90 04 90**

▶ siehe Anzeige unten, Seite 6 und redaktionellen Beitrag Seite 42 + 43

Steiner Frank J. Dr.med.dent. u. Pitzler S., Habsburgiring 66-68 7 64 54
 Teutul von Alexander Dr.med.dent., Marktstr. 29 74 27
 Zimmermann Axel Dr.med.dent. u. Jutta Dr.med.dent.,
 Wasserpfortchen 6 7 75 76

Ochtendung (0 26 25)

Bernhard Georg Dr.med.dent. u. Bernhard Matthias Dr.med.dent.,
 Grabenpfadchen 8a 12 24
 Weyer Yvonne Dr., Koblenzer Str. 1 60 10

Polch (0 26 54)

Gödeke Andreas Dr.med.dent., Klöppelstr. 30-32 20 12
 Korotkaya Larissa, Ackerstr. 1 96 04 44

Rhens (0 26 28)

Wilsch Rolf Dr.med.dent., Koblenzer Str. 17 22 01

Spay (0 26 28)

Mand Carsten, Koblenzer Str. 25 A 22 86

Urbar (02 61)

Koller Marcus, In den Wiesen 9 7 77 57
 Schinhammer Martin u. Christine Dres.med.dent.,
 Auf dem Schafstall 5 9 62 30 26

Vallendar (02 61)

Bartscher Gordian, Heerstr. 59 6 03 03
 Schumacher Stefan Dr.med., Goethestr. 4 6 01 30
 Truetsch Jürgen Dr.med.dent., Gutenbergstr. 4 6 93 93
 Wickop-Karber Heike Dr.med.dent. u. Eickhoff Franz, Rheinstr. 103.... 9 83 09 93
 Witte Volker Dr.med.dent. 9 62 34 01

Waldesch (0 26 28)

Bakenhus Volker, Im Kollesump 4 89 58

Zahnärzte: Ästhetische Zahnheilkunde*

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS

DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 **5 25 55**

www.dr-eckhardt.info
 siehe Anzeige Seite 30



Schmincke Susanne Dr.

Zahnärztin

Pfarrer-Kraus-Str. 93 **6 88 22**

www.dr-schmincke.de
 siehe Anzeige Seite 30

Kruft (0 26 52)

Wojtkowiak Georg

Zahnarzt

Kaspar-Schmitz-Str. 5 **66 41**

Telefax 61 30
 www.zahnarzt-kruft.de
 siehe Anzeige Seite 30

Lahnstein (0 26 21)

Weichert Rolf Dr., Weichert Christa Dr.

Zahnärzte

Gutenbergstr. 2a **5 09 11**

Telefax 4 04 99
 siehe Anzeige unten

Zahnärzte: Apnoebehandlung/Schnarchtherapie (maskenfrei)*

Lahnstein (0 26 21)

Weichert Rolf Dr., Weichert Christa Dr.

Zahnärzte

Gutenbergstr. 2a **5 09 11**

Telefax 4 04 99
 siehe Anzeige unten



DR. MED. DENT. REGINA STEIER
 Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie
PROF. DR. MED. DENT. LIVIU STEIER
 Spezialist für Prothetik der DGZPW
 Specialist in Endodontics (GDC)
 Prof. (Vis.) Università degli Studi di Firenze
 Honorary Associate Clinical Professor
 Warwick-Medical School, GB

Kehriger Str. 12
 D-56727 Mayen
 T: +49 (0) 2651-900 490
 F: +49 (0) 2651-900 491
 www.drsteier.de
 L.Steier@perio-implantologie.de



ZahnÄrzteTeam



Dr. Rolf Weichert
Dr. Christa Weichert

- Ästhetische Zahnheilkunde
- Apnoebehandlung / Schnarchtherapie (maskenfrei)
- Kiefer-Orthopädie

Ihr Lächeln und Ihre Mund-Gesundheit sind bei uns in guten Händen – in jedem Lebensalter.

Gutenbergstraße 2a • 56112 Lahnstein
 Tel. 02621/509 11 • Fax 02621/404 99

Zahnärzte: Biologische Zahnerhaltung*

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 5 25 55
www.dr-eckhardt.info
siehe Anzeige Seite 30



Zahnärzte: Funktionsdiagnostik und Kiefergelenkserkrankungen*

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 5 25 55
www.dr-eckhardt.info
siehe Anzeige Seite 30



Zahnärzte: Endodontie

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 5 25 55
www.dr-eckhardt.info
siehe Anzeige Seite 30



Zahnärzte: Ganzheitliche Zahnheilkunde*

Koblenz (02 61)

Doctores von Landenberg,

Pastor-Klein-Str. 9 95 22 54 20

▶ siehe auch Anzeige Seite 38

Ganzheitliche Zahnheilkunde
in Koblenz, Boppard und Oberfell
Doctores von Landenberg



Innovative Zahnbehandlungen:

- Implantate,
- Lasertechnologie,
- Funktionsanalyse,
- Lachgasbehandlung

Pastor-Klein-Straße 9 | 56073 Koblenz | 0261 - 95 22 54 20
www.doctoresvonlandenberg.de



Gottwald Wolfgang Dr.med.dent., Neversstr. 11 1 50 13

Mayen (0 26 51)

Steier R. Dr. med. dent. u. Steier L. Prof. Dr. med. dent.,
Kehriger Str. 12 90 04 90

▶ siehe Anzeige unten, Seite 6 und redaktionellen Beitrag Seite 42 + 43



DR. MED. DENT. REGINA STEIER
Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie
PROF. DR. MED. DENT. LIVIU STEIER
Spezialist für Prothetik der DGZPW
Specialist in Endodontics (GDC)
Prof. (Vis.) Università degli Studi di Firenze
Honorary Associate Clinical Professor
Warwick-Medical School, GB



Kehriger Str. 12
D-56727 Mayen
T: +49 (0) 2651-900 490
F: +49 (0) 2651-900 491
www.drsteier.de
L.Steier@perio-implantologie.de

Zahnärzte: Funktionsanalyse*

Koblenz (02 61)

Doctores von Landenberg,

Pastor-Klein-Str. 9 95 22 54 20

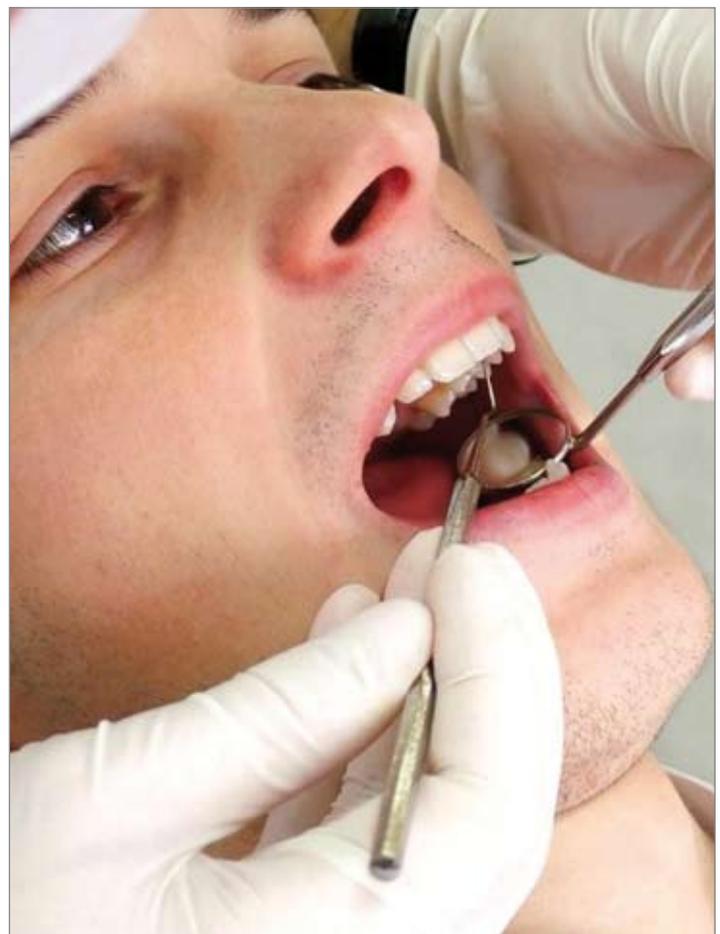
Ganzheitliche Zahnheilkunde
in Koblenz, Boppard und Oberfell
Doctores von Landenberg



Innovative Zahnbehandlungen:

- Implantate,
- Lasertechnologie,
- Funktionsanalyse,
- Lachgasbehandlung

Pastor-Klein-Straße 9 | 56073 Koblenz | 0261 - 95 22 54 20
www.doctoresvonlandenberg.de



Ihre Zahnärzte in Koblenz für Implantologie, Prophylaxe und Ästhetik



Praxis am Deinhardplatz – Implantatversorgung aus einer Hand

Unser Kompetenzteam bietet Ihnen komplette zahnmedizinische Lösungen auf höchstem Qualitätsniveau:

- **Computergestützte Implantologie/
Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie:**
DVT-Röntgentechnik zur dreidimensionalen Planung und navigierten Implantation, Master of Science in Oral Implantology (DGI), World Member of Leading Implant Centers
- **Prophylaxe:**
Neueste vorbeugende Behandlungskonzepte als Grundstein für ein dauerhaft gesundes und strahlendes Lachen
- **Erweiterte Diagnostik:**
Lasertechnik zur Früherkennung kariöser Defekte
- **Ästhetische Zahnmedizin:**
Bleaching, Veneers oder Vollkeramik zur Verbesserung der Farbe und Stellung der Zähne
- **Parodontologie:**
Bakterien- und Laserdiagnostik für eine effizientere Behandlung zum Zahnerhalt



DR. CORA GRÜNEWALD
DR. DIRK R. GRÜNEWALD M.Sc.
ZAHNÄRZTE

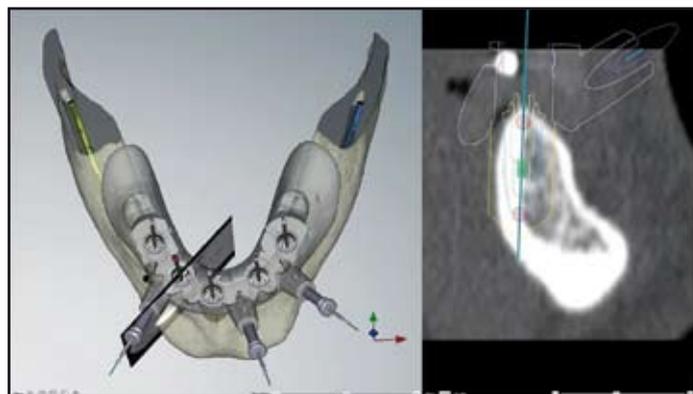


Praxis am Deinhardplatz
Clemensstraße 2
56068 Koblenz
Fon 0261 34871
Fax 0261 1334507
praxis@drgruenewald.de
www.drgruenewald.de

Präzise Planung – sichere Implantatversorgung

Bei der Auswahl der bestmöglichen Therapie für feste Zähne auf Implantaten legen Patienten heutzutage großen Wert auf Sicherheit und Komfort. Die auf computergestützte Implantologie spezialisierte Zahnarztpraxis Dr. Grünewald, M.Sc. bietet aufbauend auf dem NobelGuide™ Implantatkonzept komplette Lösungsmöglichkeiten für den Ersatz fehlender Zähne.

Grundlage dieses Konzepts ist die dreidimensionale Röntgendiagnostik für eine genaue Diagnose und Darstellung des Knochens. Die Position der neuen Zähne wird dabei räumlich am Computerbildschirm dem Kieferknochen zugeordnet. Der entscheidende Vorteil hierbei ist, dass die Implantate virtuell am Computer und anschließend im Patientenmund an der optimalen Stelle eingesetzt werden können.



Gegenüber konventionellen Verfahren ist das Behandlungsergebnis im wahrsten Sinne des Wortes vorhersehbar. In vielen Fällen können vermeidbare und oftmals langwierige kieferchirurgische Knochenaufbaumaßnahmen auf ein Minimum reduziert bzw. besser geplant werden. Die Behandlungszeit wird erheblich verkürzt.

Ein weiterer Erfolgsfaktor ist die prothetische Suprakonstruktion – also die für den Patienten letztendlich sichtbaren neuen Zähne. Hier greift die Praxis mit ihrer mehr als 15-jährigen Erfahrung auf modernste vollkeramische Technik für Zähne auf Implantaten zurück. Zahnlose Kiefer können oftmals bereits mit 4 Implantaten nach dem All-on-4™ Behandlungskonzept feststehend versorgt werden. Den Patienten stehen hiermit alle Optionen aus einer Hand zur Verfügung. Die wichtige Nachsorge und Pflege der neuen Implantatversorgung übernimmt die integrierte Prophylaxeabteilung – damit Sie an Ihrem schönsten Lächeln lange Freude haben.

Weitere Informationen auch im Internet unter:
www.drgruenewald.de
www.leadingimplantcenters.com

Zahnärzte: Implantologie

Koblenz (02 61)

Doctores von Landenberg,
Pastor-Klein-Str. 9 **95 22 54 20**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 **5 25 55**
 www.dr-eckhardt.info
 siehe Anzeige Seite 30



Gottwald Wolfgang Dr.med.dent., Neversstr. 11 1 50 13

Grünwald Cora Dr. u. Dirk Dr., Clemensstr. 2 **3 48 71**
 ▶ siehe Anzeige Seite 34

Herz Peter Dr. Dr. med., Löhrrstr. 18 1 74 50

Kröll Kai Dr.med.dent., Karl-Härle-Straße 24 **5 47 77**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

Lieberum Reinhard Dr.med.Dr.med.dent, Löhrrstraße 64a 3 45 55
 Bendorf (0 26 22)

Riehl Guido Dr.med.dent MSc, Im Schloßgarten 12 **52 02**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

Zahnärzte: Kieferorthopädie

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 **5 25 55**
 www.dr-eckhardt.info
 siehe Anzeige Seite 30



Henke U. Dr.med.dent. u. Köran I. Dr.med.dent., Rizzastr. 12a 1 40 37

Kneis Joachim Dr. und Gläsner Jutta Dr., Victoriastr. 22 **3 76 76**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

Prestel Bernd Dr.med.dent., Am Plan 1a 91 16 90

Schmider Marco Dr.med.dent., Clemensstr. 26 1 51 66

Schuster Gabriele Dr.med.dent., Mainzer Str. 22 **3 21 13**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

Wagner Guido Dr. und Dr. Nicole Vorrink, Heddesdorfer Str. 3... (0 26 31) 2 88 80
 Ziegłowski Kathrin, Breite Str. 61 (0 26 32) 9 58 00 63

Lahnstein (0 26 21)

Skurk Dieter u. Marina Dres., Brückenstr. 10 6 26 55

Weichert Rolf Dr., Weichert Christa Dr.

Zahnärzte
Gutenbergstr. 2a **5 09 11**
 Telefax 4 04 99
 siehe auch Anzeige Seite 32

Mayen (0 26 51)

Apeldorn Eugen Dr.med.dent. u. Straube Ina, Am Wittbender Tor 1 7 30 21

Meinhart Christiane Dr.med., Rosengasse 5 49 61 61

Zahnärzte: Lachgasbehandlung*

Koblenz (02 61)

Doctores von Landenberg,
Pastor-Klein-Str. 9 **95 22 54 20**
 ▶ siehe Anzeige Seite 39

Zahnärzte: Lasertechnologie*

Koblenz (02 61)

Doctores von Landenberg,
Pastor-Klein-Str. 9 **95 22 54 20**
 ▶ siehe Anzeige Seite 39

Zahnärzte: Oralchirurgie

Koblenz (02 61)

Herz Peter Dr.Dr.med., Löhrrstr. 18 1 74 50

Zahnärzte: Parodontologie*

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 **5 25 55**
 www.dr-eckhardt.info
 siehe Anzeige Seite 30



Gutsche Gregor Dr., Rizzastr. 12a **3 66 70**
 ▶ siehe Anzeige Seite 37

Liebscher Jörg Dr.med., Vor dem Sauerwassertor 15 **7 10 92**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

Kruft (0 26 52)

Wojtkowiak Georg

Zahnarzt
Kaspar-Schmitz-Str. 5 **66 41**
 Telefax 61 30
 www.zahnarzt-kruft.de
 siehe auch Anzeige Seite 30

Zahnärzte: Prothetik*

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 **5 25 55**
 www.dr-eckhardt.info
 siehe Anzeige Seite 30



Schmincke Susanne Dr.

Zahnärztin
Pfarrer-Kraus-Str. 93 **6 88 22**
 www.dr-schmincke.de
 siehe auch Anzeige Seite 30

Mayen (0 26 51)

Steier R. Dr. med. dent. u. Steier L. Prof. Dr. med. dent.,
Kehriger Str. 12 **90 04 90**
 ▶ siehe Anzeige Seite 6, Seite 36 und redaktionellen Beitrag Seite 42 + 43

Spay (0 26 28)

Mand Carsten, Koblenzer Str. 25 A **22 86**
 ▶ siehe Anzeige Seite 36

Zahnärzte: Zahnvorsorge und Reinigung*

Koblenz (02 61)

ZAHNMEDIZINISCHE GESUNDHEITSPRAXIS
DR. ECKHARDT & KOLLEGEN

Potsdamer Str. 15 **5 25 55**
 www.dr-eckhardt.info
 siehe Anzeige Seite 30



Ganzheitliche Zahnheilkunde in Koblenz, Boppard und Oberfell Doctores von Landenberg



Innovative Zahnbehandlungen:

- Implantate,
- Lasertechnologie,
- Funktionsanalyse,
- Lachgasbehandlung

Pastor-Klein-Straße 9 | 56073 Koblenz | 0261 - 95 22 54 20
www.doctoresvonlandenberg.de



Fachzahnärztin für
Kieferorthopädie

Dr.med.dent.
Gabriele Schuster

Mainzer Straße 22
56068 Koblenz

Telefon: 02 61 - 32 113
Telefax: 02 61 - 100 40 48



Dr. med. dent. Kai Kröll

Zahnarzt

zertifizierter Spezialist für Implantologie

- gesamte Versorgung aus einer Hand
- hochwertige Prothetik aus eigenem Labor
- minimalinvasive Behandlungsmethoden
- Laserbehandlung und Lichttherapie
- Vollkeramische Restaurationen mittels CAD/CAM



Karl-Härle-Str. 24 56075 Koblenz
Tel.: 0261 54777 www.dr-kroell.de



Vorsprung durch Spezialisierung

Fachpraxis für Parodontologie,
Implantologie und
Restaorative Zahnheilkunde

Dr. med. Jörg Liebscher, MSc.
Zahnarzt



Vor dem Sauerwassertor 15
56077 Koblenz · Tel.: 0261 - 71092
www.paro-dr-liebscher.de



Implantologie / Lasertherapie
Ästhetisch-rekonstruktive
Zahnmedizin

Dr. Guido Riehl MSc
Master of Science

Im Schloßgarten 12 / 56170 Bendorf
Tel. 0 26 22 / 52 02
www.praxis-riehl.de



Praxis für Zahnheilkunde
Carsten Mand, Zahnarzt

**Zahnheilkunde auf
hohem
Qualitätsniveau
Schwerpunkte: Prothetik,
Kinderbehandlung**

Koblenzer Str. 25 A • 56322 Spay
Telefon 0 26 28 / 22 86 • Fax 0 26 28 / 98 99 657
www.zahnarzt-mand.de

K I E F E R O R T H O P Ä D E N
DR. JOACHIM J. KNEIS DR. JUTTA GLÄSNER

Fachpraxis für ästhetische & ganzheitliche Kieferorthopädie

Zahn- und Kieferregulierung bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
Herausnehmbare & festsitzende Zahnspangen
(aus allergiegetesteten Kunststoffen u. Metallen)
BIONATOR - Therapie nach Prof. Balters
Unsichtbare herausnehmbare und festsitzende Zahnspangen
Zahnfarbene Brackets u.v.m.

Victoriastraße 22 · 56068 Koblenz
Telefon (02 61) 3 76 76 · Telefax (02 61) 3 76 96

Sprechzeiten nach Vereinbarung



DR. MED. DENT. REGINA STEIER
Tätigkeitsschwerpunkt Implantologie
PROF. DR. MED. DENT. LIVIU STEIER
Spezialist für Prothetik der DGZPW
Specialist in Endodontics (GDC)
Prof. (Vis.) Università degli Studi di Firenze
Honorary Associate Clinical Professor
Warwick-Medical School, GB

Kehriger Str. 12
D-56727 Mayen
T: +49 (0) 2651-900 490
F: +49 (0) 2651-900 491
www.drsteier.de
L.Steier@perio-implantologie.de





FACHPRAXIS DR. GUTSCHE

DGP-Spezialist für Parodontologie®



Vorsprung durch parodontologische Spezialisierung!

Als Zahnarzt-Praxis mit einem Parodontologen und einer Zahnärztin ist es unser Ziel:

- ■ ■ unsere Patienten optimal zu beraten, zu behandeln und zu betreuen
- ■ ■ die Zähne unserer Patienten gesund und stabil zu erhalten
- ■ ■ Zahnerkrankungen unserer Patienten erfolgreich zu therapieren und unseren Patienten durch ästhetische Korrekturen ein unbeschwertes Lächeln zu ermöglichen.

Die moderne Parodontologie als Basisfach der Zahnmedizin eröffnet hier durch innovative Weiterentwicklung verbesserte Chancen zur Mundgesundheit. Auch die Allgemeingesundheit profitiert von einer fachgerechten Behandlung, denn der Zusammenhang zwischen Parodontitis und Allgemeinerkrankungen ist seit langem nachgewiesen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Mehr Informationen finden Sie unter: www.paro-koblenz.de

Rizzastraße 12a · 56068 Koblenz · Tel 0261 36670 · info@paro-koblenz.de



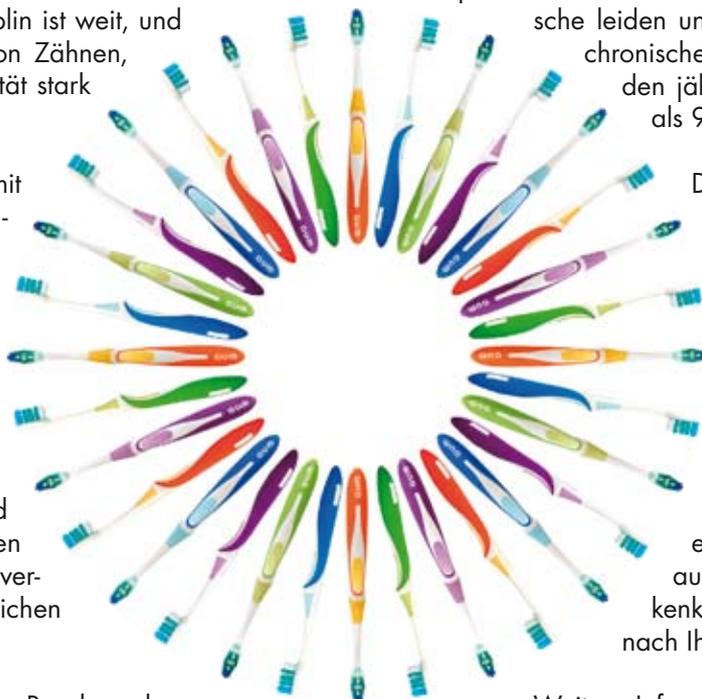
Gesundes Zahnfleisch blutet nicht!

Die Parodontologie bewahrt nicht nur Ihre Zähne und Implantate entzündungsfrei, sondern auch Ihre Gesundheit. Das Spektrum dieser Fachdisziplin ist weit, und reicht von der Stabilisierung von Zähnen, bis zur Schaffung der Attraktivität stark geschädigter Zähne.

Einige Menschen geben sich mit hellen Zähnen allein nicht zufrieden, wenn sie erkennen, dass ihr Zahnfleisch ungesund aussieht, oder nur noch wenig vorhanden ist. Für sie stehen ausgereifte und vorhersagbare Methoden zur Verfügung, um das sympathische Bild von weissen Zähnen zu ermöglichen. Andere Menschen sind glücklich, wenn sie ihre eigenen Zähne nicht durch Parodontitis verlieren werden und so auf künstlichen Zahnersatz verzichten können.

Vermutlich weil anfänglich kaum Beschwerden auftreten, oder Zahnfleischbluten für ‚normal‘ betrachtet wird, lassen sich nur wenige untersuchen, obwohl bereits

schon viele an einer Parodontitis erkrankt sind. Die Zahlen sprechen Bände: Geschätzte 13 bis 15 Millionen Deutsche leiden unter einer mittleren bis schweren chronischen Parodontitis. Behandelt werden jährlich allerdings nur etwas mehr als 960 Tausend.



Die frühzeitige Behandlung einer Parodontitis kann Zahnverlust verhindern. Allein auf Augenschein hin kann die Erkrankung allerdings nicht erkannt werden. Um die Notwendigkeit einer Behandlung festzustellen, ist eine kurze Untersuchung und Bewertung des Zahnfleischzustandes bei Ihrem Zahnarzt notwendig. Sie dauert nur wenige Minuten und wird auch von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Fragen Sie nach Ihrem PSI-Code!

Weitere Informationen, sowie eine Liste der in Deutschland tätigen Parodontologen, erhalten Sie auf www.fachzahnaerzte-parodontologie.de.

Doctores von Landenberg

Ganzheitliche Zahnheilkunde in Koblenz, Boppard und Oberfell



Freundlich und kompetent:

Dr. Thomas Freiherr von Landenberg:

- Tätigkeitsschwerpunkte Implantologie, Laserzahnheilkunde
- Drostherapeut
- Mitglied der GZFA (Gesellschaft für Zahngesundheit, Funktion und Ästhetik)
- 1. Vizepräsident des DZOI (Deutsches Zentrum für orale Implantologie)

Dr. Patricia Freifrau von Landenberg:

- Tätigkeitsschwerpunkt Kieferorthopädie & Funktionsdiagnostik
- Drostherapeutin
- Mitglied der GZFA (Gesellschaft für Zahngesundheit, Funktion und Ästhetik) und
- Mitglied der DGFDG (Deutsche Gesellschaft für Funktionsdiagnostik)
- Tätigkeitsschwerpunkt Funktionsdiagnostik und Therapie
- Mitglied der DAA e. V. (Deutschen Akademie für Akupunktur)



CMD-Zentrum und Zahnarztpraxis in Koblenz

Pastor-Klein-Straße 9 . 56073 Koblenz . Telefon: 0261-95225420

Behandlungen:

- CMD-Therapie bei Erwachsenen & Kindern
- Störfeldsuche
- Allgemeine und ganzheitliche Zahnheilkunde
- Digitales strahlenarmes Röntgen
- Ganzheitliche Kieferorthopädie
- Akkupunktur



Unsere Zahnarztpraxis in Boppard-Buchholz

Heidestraße 77 . 56154 Boppard-Buchholz . Telefon 06742-5203

Behandlungen:

- Implantate
- Kieferorthopädie
- Parodontologie
- Kinderzahnheilkunde
- Angst und Dämmer Schlaf
- Schnarchtherapie
- Prophylaxe
- Füllungen
- Kronen & Brücken



Unsere Zahnarztpraxis in Oberfell

Höllertweg 1 . 56332 Oberfell/Mosel . Telefon 02605-8472789

Behandlungen:

- Implantate
- Kieferorthopädie
- Parodontologie
- Kinderzahnheilkunde
- Angst und Dämmer Schlaf
- Schnarchtherapie
- Prophylaxe
- Füllungen
- Kronen & Brücken

Innovative Zahnbehandlungen:

Lachgasbehandlung

Narkose mit Lachgas ist ein idealer Ersatz für Patienten, die eine Narkosemittelallergie oder einfach Zahnarztangst haben.

Lasertechnologie

Bohren ohne Bohrer –

In unserer Zahnarztpraxis bieten wir die moderne Laserbehandlung an.

Schmerzfreie Laserakupunktur auch bei Kindern

Implantate

Zahnersatz nach dem Vorbild der Natur Fortschrittliche Implantation (ständige Fortbildung) in unserer Praxis heißt, dass nach genauer CT- Diagnostik und ausführlicher Beratung schonend und minimal invasiv die künstliche Zahnwurzel eingebracht wird.

www.doctoresvonlandenberg.de

Lachgassedierung und Laserbehandlung



Verschlafen Sie Ihre sanfte High Tech Implantation mittels computerunterstützter Planung, Laser und Lachgassedierung.



Die Entwicklung in der **Implantologie** nimmt immer schnellere Formen an. Während man früher ausschließlich schaute, wo man das Implantat verankern kann, steht heute die prothetische Versorgungsplanung mittels computerunterstützter Diagnose im Vordergrund.

Die heutigen Implantatsysteme bieten eine Vielzahl von Möglichkeiten, Zahnersatz auf den freigelegten Implantaten zu verankern.

In den Praxen der Dres. von Landenberg erfolgt die Freilegung mittels **Laser**, womit eine deutliche Beschleunigung der prothetischen Versorgungszeit erreicht wird. Ebenso können durch den Laser Keimbesiedlungen am Implantat reduziert werden. Hat sich das Gewebe um das Implantat entzündet, so bietet heute der Laser ein probates Instrument, um die Schleimhaut und den Knochen von Bakterien zu befreien und somit die Ausheilung und vor allem die Erhaltung des Implantats zu gewährleisten. In vielen Fällen gelingt es, durch den Laser verlorengegangenes Knochengewebe wieder an das Implantat wachsen zu lassen. Ganz allgemein kann der dentale Laser im gesamten implantologischen Bereich zur Verbesserung der

Weichgewebssituation eingesetzt werden, dies in Verbindung mit Schmerzfreiheit und Unblutigkeit.

Neben dieser Indikation werden in den Praxen der Dres. von Landenberg die **Laser aller Wellenlängen** und Indikationen angewendet. Dies trifft für Wurzelbehandlungen, Zahnfleischbehandlungen, als Bohrerersatz (Bohren ohne Bohrer), in der Akupunktur und im Weichgewebsmanagement zu.

Selbstverständlich können Patienten die Behandlungen unter **Lachgassedierung** auch „verschlafen“. Bei der Lachgassedierung handelt es sich um ein angenehmes Mittelding zwischen der Bewusstlosigkeit der Vollnarkose (ITN) und der Behandlung ohne jegliche Form der Anästhesie.

Gravierender Vorteil für den Patienten: er ist ständig ansprechbar, kann ca. 15 min nach dem Eingriff wieder Auto fahren, braucht somit für den Eingriff keine Begleitperson und hat am Arbeitsplatz keine Ausfallzeiten.

Für nähere Informationen zum Thema Implantation, Laser und Lachgas wenden Sie sich bitte an das kompetente Ärzteteam der

Doctores von Landenberg

in Koblenz, Boppard und Oberfell

Dr. Thomas Freiherr von Landenberg,

1. Vizepräsident des Deutschen Zentrums für orale Implantologie

www.doctoresvonlandenberg.de



Sind die Zähne gesund, ist der Körper gesund

**Ganzheitliche Zahnheilkunde bei Dres. von Landenberg
Lassen Sie bei Beschwerden ihres Allgemeinbefindens
den Mundraum kontrollieren!**



Rücken- und Kopfschmerzen, chronische Nasennebenhöhlenentzündungen oder wiederholte Erkrankungen des Ohres bei Kindern und Erwachsenen haben häufig ihre Ursache im Mund.

Falsche Druckverhältnisse, Zahnfleischkeime, Quecksilber und Giftstoffe abgestorbener Zähne bleiben nicht im Zahn oder Mund stecken, sie haben auch negative Auswirkungen auf unser Immunsystem, unsere Wirbelsäule.

Parodontose ist die Volkskrankheit, die ein Risiko für einen frühzeitigen Herzinfarkt (Faktor 1,7) oder einen Schlaganfall (Faktor 2,8) darstellt. Über den Blutkreislauf gelangen die Zahnfleischkeime aus den Zahnfleischtaschen in die Herzkranzgefäße. Sie belasten den Körper und schwächen so das Immunsystem. Eine besonders sanfte Methode unserer Praxis in der Parodontose-Behandlung stellt der Laser dar, er verschließt sofort die Gefäße lässt die Entzündungen mit dem Laserstrahl schmerzarm verschwinden.

Den gleichen Weg wie die Keime nehmen auch die Bestandteile des Amalgams, wie das Quecksilber. Menschen mit **Amalgamfüllungen**, deren Vorteil ihre Stabilität ist, sind durchschnittlich vier- bis fünfmal so stark mit Quecksilber belastet wie Menschen ohne Zahnfüllungen. Es lagert sich in der Hypophyse im Gehirn an und störend in den restlichen Zellen des Körpers. Da die Ausscheidung über die Niere erfolgt, kann diese stark belastet werden. Homöopathische Ausleitungs- und naturheilkundliche Entgiftungsmaßnahmen stehen in unserer Praxis als unterstützende Therapie zur Verfügung.

Die traditionelle Schulmedizin berücksichtigt die **Wechselbeziehungen zwischen den Zähnen und dem Gesamtorganismus** nicht und beschränkt sich auf eine Behandlung der Symptome. Chronische Beschwerden sind jedoch oft nicht therapierbar ohne eine vorherige Beseitigung einer Herdbelastung aus dem Zahnbereich. Diese kann durch tote Zähne unterhalten werden. Oft bedeuten Wurzelfüllungen ein gesundheitliches Risiko. Der Zahn bleibt dabei meist schmerzlos.

**2/3 aller Störfelder befinden sich im Kopfbereich,
ein Großteil davon Zahnstörfelder!**

Diese durch Störherde ausgelösten Krankheiten sind chronisch und sprechen schlecht auf eine übliche Behandlung an. Im Gegenteil: Durch das dauernde Energie-Leck infolge des Störfeldes wird der Patient anfälliger für weitere Krankheiten. Eine unauffällige Blinddarnnarbe kann z. B. der Auslöser ständiger Kopfschmerzen sein.

Insbesondere bei **stummen Störherden**, die keine Beschwerden machen, wie z.B. wurzelbehandelte Zähne oder Narben, braucht man ein aussagefähiges Testsystem, um das Störfeld zu finden. Die Auseinandersetzung des Organismus mit der Herdbelastung kann zu überschießenden Reaktionen des Immunsystems führen. Allergien, Hauterkrankungen oder Magen-Darm-Erkrankungen entstehen.

Bei folgenden Krankheiten sollte überprüft werden, ob ein Herd aus dem Zahnbereich ursächlich beteiligt ist:

- Burn Out
- Muskel- und Gelenkbeschwerden
- Rheumatische Erkrankungen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Allergien
- wiederkehrende Entzündungen
z.B. der Nasennebenhöhlen oder der Blase
- Hauterkrankungen und Ekzeme
- Leistungs- und Konzentrationsschwächen.

Doch nicht jede Narbe bringt den Körper ins Energiedefizit und nicht jeder wurzelbehandelte Zahn stört das System. Zähne sollten möglichst lange erhalten werden und nur, wenn Probleme auftreten, sollte ausführlich getestet werden, ob ein Zahn stört und wie man ihn entstören kann. In unserer Praxis wird dies mittels **Laserdiagnostik** festgestellt und behandelt.

Da wir in unserem Leben vielen Anforderungen ausgesetzt sind, lernen wir schon im Kindesalter, uns durch diese Zwänge durchzubeißen. Dieses geschieht in der Regel unbewusst, dabei werden stark erhöhte Kräfte auf die Zähne und das Kiefergelenk übertragen. Durch Verschaltungen im Gehirn und der Halswirbelsäule führt dies zu Spannungen der gesamten Körpermuskulatur und zu Verschiebungen im Bereich der Wirbelsäule und der Hüfte.

50% aller Patienten mit **chronischen Rückenschmerzen** leiden unter einer Erkrankung des Kausystems, auch craniomandibuläre Dysfunktion = CMD genannt. Tagesmüdigkeit, Schmerzen im Kopf, gereizte Nasennebenhöhlen, Verspannungen der Nackenmuskulatur, Schwindel, Magen- und Rückenschmerzen können die Folge sein. Bei Kindern kommt es durch die erhöhte Durchlässigkeit des Gewebes und den durch das Pressen und Knirschen verursachten Druck gehäuft neben Kopfschmerzen und Konzentrationstörungen zu wiederholten Ohrentzündungen und multiplen Infekten.

In der darauf spezialisierten **Praxis Dres. von Landenberg** werden diese Erkrankungen bei Kindern und Erwachsenen erfolgreich behandelt. Nach eingehender Diagnostik wird mit speziell auf den Patienten abgestimmten, individuellen Entlastungsschienen therapiert, unterstützt wird durch Akupunktur. Unterstützend arbeiten wir interdisziplinär mit auf CMD spezialisierten Physiotherapeuten, Orthopäden und Osteopathen zusammen.

Weitere Informationen zu den entsprechenden Themen finden sie unter:

www.doctoresvonlandenberg.de

CMD Zentrum Koblenz, Pastor Klein Str.9,
56073 Koblenz, Tel. 0261/95225420

Dres. Patricia und Thomas von Landenberg

Heidestr. 77, 56154 Boppard Buchholz, Tel. 06742/5203





Entdecken Sie die Möglichkeiten moderner Zahntechnik

Nutzen Sie unsere Erfahrung in ästhetisch anspruchsvollster Zahntechnik und informieren Sie sich kostenlos über die technischen Möglichkeiten in Vollkeramik, Implantaten, Veneers und Biometallen.

Natürlich von unseren Spezialisten in Koblenz mit den besten Materialien in Zusammenarbeit mit Ihrem Zahnarzt hergestellt.

Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin zur Ästhetikinformation in unserem Hause. Rufen Sie uns an.



Dentatec GmbH · Rübenacher Str.115 · 56072 Koblenz
Tel. 0261 927890 · www.dentatec.de

Dental-Labore, Zahntechnik

Koblenz (02 61)

cdf dental, St.-Martin-Str. 9-11	9 11 47 62
Conradi Helmut, Mainzer Str. 29.....	91 50 10
Dental E. und T. GmbH, Roonstr. 9	1 26 58
Dental Express I. Demeter GbR mit Haftungsbeschränkung, Koblenzer Str. 94	2 33 88

Dentatec GmbH, Rübenacher Str. 115..... 92 78 90
▶ siehe Anzeige links

Frese, Brenderweg	9 83 46 22
Huttary Bernd, Burgweg 39	1 00 44 88

Kimmel Zahntechnik GmbH, Ernst-Abbe-Str. 14..... 98 44 40
▶ siehe Anzeige rechts unten

Krauthakel & Günther Dental-Labor GmbH, Rübenacher Str. 114	9 22 42 18
Kunstzahn Dentaltechnik GmbH, Florinspfaffengasse 5	3 87 76

Lubberich GmbH, Bahnhofstr. 24-26 **1 33 68 70**
▶ siehe Anzeige links unten

Patrosio, Kurfürstenstr. 80	3 10 18
-----------------------------------	---------



Garantiert erstklassig!

Qualität | Service | Beratung



Wann dürfen wir etwas für Sie tun?

Wir beantworten Ihnen gerne alle zahn-technischen Fragen. Rufen Sie uns an und reservieren Sie sich einen kostenfreien Beratungstermin. Telefon: 0261 133687-0.

Weitere Infos unter: www.lubberich.de



Regional ist erste Wahl



Zähne:



Lubberich

Lubberich Dental-Labor | Bahnhofstr. 24-26 | 56068 Koblenz | Tel. 0261 133687-0

www.lubberich.de



BISS-FEST!

Vertrauen Sie auf unseren Service und zahntechnische Markenprodukte aus Koblenz seit 1925



Die Geschäftsführer Franz-Josef Noll und Andreas Kimmel



Fortschritt aus Tradition



Kimmel Zahntechnik GmbH
Zentrale im Gewerbepark Nord, Koblenz
Filiale Zahnmanufaktur Am Görresplatz

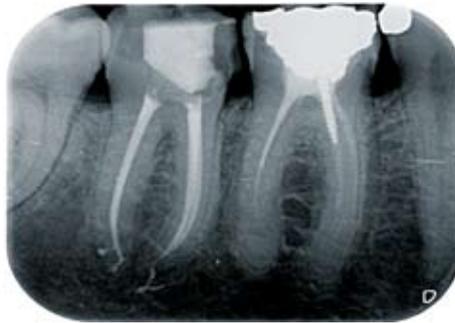
Tel: 0261-98444-0
anfrage@kimmel-zahntechnik.de
www.kimmel-zahntechnik.de

Wurzelbehandlung heisst Zahn retten

Endodontie (die Wissenschaft des Zahnerhaltes) – „Unter Endodontie oder Endodontologie versteht man einen Teilbereich der Zahnheilkunde, der sich schwerpunktmäßig mit Erkrankungen des Pulpa-Dentin-Komplexes und des periapikalen Gewebes beschäftigt. Das Ziel der endodontischen Behandlung ist die Erhaltung des eigenen Zahnes. Pulpitiden sind akute oder chronische Entzündungen der Pulpa (Zahnmark – Blut- und Lymphgefäße, Nerven und Bindegewebe) oder des Parodontiums (Zahnhalteapparat) als Folge einer endodontischen Erkrankung.“¹

Die häufigsten Behandlungen in der Endodontie sind die Behandlungen des Wurzelkanals. Darüber hinaus kann in Fällen, in denen die Erstbehandlung der Wurzelkanäle fehlgeschlagen ist, eine Revision der Wurzelkanalbehandlung erforderlich werden. Ist auch diese nicht erfolgreich, wird oft eine chirurgische Wurzelspitzenresektion durchgeführt. Auch Pulpaüberkappungen (Abdeckung des eröffneten Zahnmarks, z.B. Unfälle) und alle Maßnahmen zur Vitalerhaltung (Vermeidung einer Wurzelbehandlung) fallen in den Bereich der Endodontologie.

„Eine qualitätsorientierte Wurzelkanalbehandlung mit statistisch nachweisbar guter Langzeitprognose des Zahnes ist nur möglich, wenn die fachlichen, instrumentellen, zeitlichen und auch finanziellen Rahmenbedingungen dies zulassen“².



Dieses Röntgenbild zeigt zwei Backenzähne (Molaren). Beide sind wurzelbehandelt. Der Linke zeigt eine korrekt ausgeführte, der Rechte eine nicht ausreichende Behandlung.

Die weißen Linien stellen die Wurzelfüllung dar. Der linke Zahn perfekt behandelt und vollständig gefüllt – der rechte Zahn hingegen nicht.



Das Bild zeigt einen durch fortgeschrittene Karies befallenen Zahn. Eine erfolgreiche Wurzelbehandlung konnte die schmerzhafte Entzündung beseitigen.



Nach der erfolgreichen Wurzelbehandlung konnte die Kaufunktion des Zahnes mit einer Kunststoff-Füllung sofort wiederhergestellt werden.

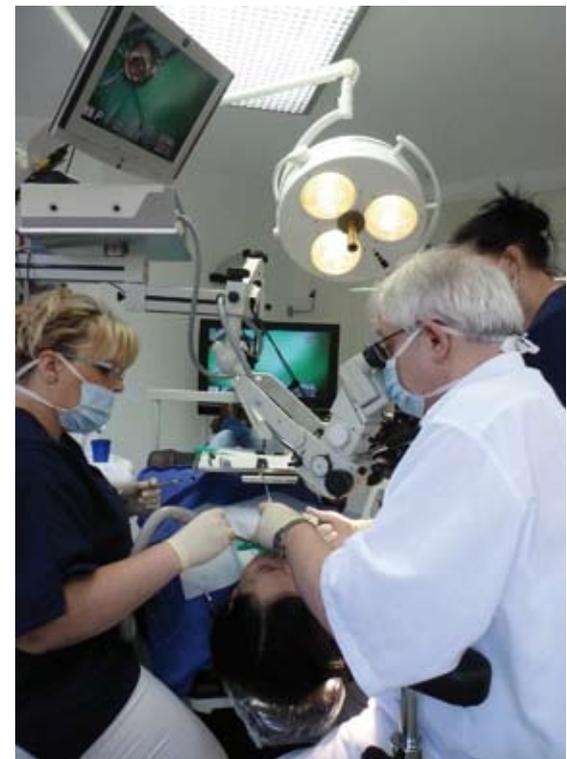
Die Entzündung des Zahnes – kann sowohl gesunde als auch bereits erkrankte Zähne erfassen. Eine Wurzelbehandlung kann zu unterschiedlichen Zeitpunkten im Leben eines Zahnes erforderlich werden:

- (a) ein Zahn der von Karies betroffen ist und mit Schmerzen reagiert (primäre Entzündung);
- (b) ein Zahn der durch Parodontose befallen ist und mit Schmerzen reagiert;
- (c) ein Zahn der bereits in der Vergangenheit wurzelbehandelt wurde und nun erneut Schmerzen verursacht, etc.

Jeder der genannten Zustände wird durch eine bakterielle Infektion verursacht, jedoch unterscheiden sich die Bakterienstämme der verschiedenen Erkrankungen. In der Allgemeinmedizin werden unterschiedliche bakterielle Infektionen mit darauf abgestimmten Antibiotika therapiert. In der Endodontie ist es ähnlich: es gibt verschiedene Behandlungsprotokolle, abgestimmt auf die entsprechenden verursachenden Bakterien.



Erfolgsorientierte Wurzelbehandlungen – Ausführung nur möglich unter direkter Sicht mit starker Vergrößerung und direktem Licht (Operationsmikroskop).



Das eingespielte Spezialisten-Team bei der Ausführung einer Wurzelbehandlung unter dem Mikroskop.

Von dem Ausbildungsstand in der Endodontie – vom Allgemeinzahnarzt zum Spezialisten für Endodontie

„Die Zahnmedizin entwickelt sich genau wie alle Bereiche der Medizin ständig weiter. Neben der Arbeit auf allgemein hohem Niveau gibt es auch in der Zahnmedizin spezielle Aufgaben, die eine sehr hohe Qualifikation (den „Spezialisten“) erfordern... In vielen Ländern ist der Fachzahnarzt für Endodontie schon lange etabliert.“³ „... sowohl für Patienten, als auch für überweisende Zahnärzte (ist es) immer schwieriger, sich auf der Suche nach einem hoch qualifizierten, endodontisch spezialisierten Zahnarzt zu orientieren.“⁴ Die American Association of Endodontists hat eine Fallklassifikation (Schwierigkeitsgrad) vorgenommen und eine eindeutige Zuordnung „WELCHE QUALIFIKATION IST ERFORDERLICH ZUR LÖSUNG WELCHES SCHWIERIGKEITSGRADES“⁵. ...und dies sind die drei Qualifikationsstufen: der **Allgemeinzahnarzt**, der Zahnarzt mit dem **Tätigkeitsschwerpunkt Endodontie** (Qualifikationsnachweis = das Durchlaufen mehrtägiger Fortbildungsreihen⁶) und der **Spezialist für Endodontie** (3 jährige Fachzahnarzt Ausbildung). Es ist selbstverständlich, dass schwierige Fälle (komplizierte Anatomie von Backenzähnen, Revisionen an bereits wurzelbehandelten Zähnen, vorhandenen Stiftaufbauten, mikroskopische Wurzelspitzenentfernungen, Unfälle mit Zahnbeteiligung, Zähne bei Jugendlichen mit noch nicht abgeschlossenem Wachstum, etc.) definitiv in die Kompetenz des qualifizierten Spezialisten für Endodontie fallen.

Zur Prognose der Wurzelbehandlung.

Verlässliche Informationen zu dem Thema Prognose in der Endodontie finden Sie unter: http://www.dgzmk.de/uploads/tx_szdgzmkdocuments/Zur_Prognose_von_Wurzelkanalbehandlungen.pdf

Die bakterielle Infektion stellt heute die Lebenserwartung eines Zahnes nicht in Frage. Höchstwertige Weiterbildung ergänzt durch zeitgemäße Technologie erlaubt es dem qualifizierten Behandler, vorhersagbaren Heilerfolg zu sichern sowohl bei einer Erstbehandlung, als auch bei einer Wurzelbehandlungsrevision. **Fragen Sie Ihren Zahnarzt oder einen Spezialisten für Endodontie.**

Neuaufflammen einer Entzündung bei einem bereits behandelten Zahn. Die Ausheilung einer bakteriellen Infektion im Zahninneren ist in der Tat von einer Vielzahl Faktoren abhängig. Kommt es vor, dass der Heilprozess nicht plangemäß verläuft, ist die Wiederholung (Revision) der Behandlung der goldene Standard. Die chirurgische Entfernung der Wurzelspitze und der retrograde Verschluss sind nur bei einer erfolglosen Revision der Behandlung angezeigt. Moderne mikrochirurgische Techniken und biokompatible Verschlussmaterialien steigern die Erfolgsaussichten. Diese Behandlungsform ist statistisch gesehen von höherem Erfolg gekrönt, wenn sie durch den Spezialisten für Endodontie ausgeführt wird^{7,8}.

Die Wurzelspitzenentfernung – die mikrochirurgische Ausführung (unter dem Mikroskop). Der hohe Stand des Wissens, ergänzt durch modernste Technologie, haben den Bedarf der Wurzelspitzenentfernung stark reduziert. Wenn jedoch nötig, ist der Spezialist für Endodontie der einzige richtige Ansprechpartner. Er wird den tatsächlichen Bedarf ermitteln und die Behandlung mit Hilfe von mikrochirurgischen Techniken (Knopflochverfahren) ausführen. Die Wurzelspitze wird mit bioverträglichen Werkstoffen bakterien dicht verschlossen und die besonders dünnen und feinen Nähte können nach spätestens 3 Tagen entfernt werden. Unangenehme Narben gehören der Vergangenheit an.

Die Entzündung des Zahnes und die Beteiligung der Nachbarregionen.



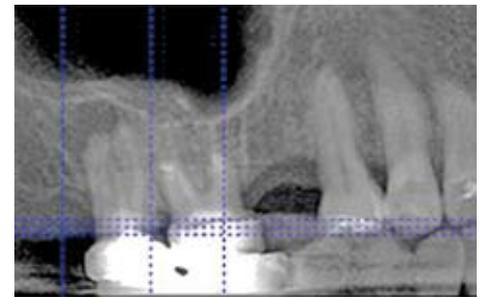
Das Röntgenbild zeigt die zwei Backenzähne eines oberen rechten Kiefers. Der letzte Backenzahn ist wurzelbehandelt (die weißen Linien zeigen die Wurzelfüllung). Das Gewebe um die Wurzelspitze ist entzündet und hat ein ballonartiges Geschwulst (Pfeil) in die Kieferhöhle wachsen lassen.

Entzündete Zähne können durchaus Nebenwirkungen verursachen. Der Mythos „Herderkrankung“ wurde jedoch von der Wissenschaft schon vor geraumer Zeit entzaubert und verworfen. Weltweit konnte nicht bewiesen werden, dass ein erfolgreich wurzelbehandelter Zahn nachteilige Auswirkungen auf andere Organe/Körperteile verursachen kann. Der Spezialist für Endodontie kann auch besonders schwierige Situationen und fortgeschrittene Zahnerkrankungen mit fortschrittlichen Techniken, Fachwissen, modernsten Instrumenten und Materialien erfolgreich behandeln (so auch die obige Entzündung in der Kieferhöhle). Fragen Sie Ihren Zahnarzt oder einen Spezialisten für Endodontie.

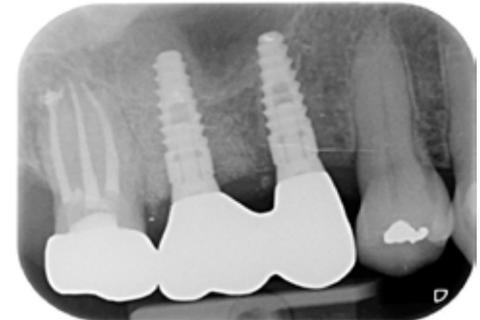
Wurzelbehandlung oder gleich Implantat – dies ist heute nicht mehr die Frage.

Auch umfangreich zerstörte Zähne können nach Abschluss einer hochwertigen Wurzelbehandlung langfristig ihre Kaufunktion erfolgreich ausführen.

Wurzelbehandelte Zähne und Implantate können gemeinsam die Harmonie der Kaufunktion langfristig gewährleisten.



Die zwei endständigen Backenzähne dieses rechten Oberkiefers sind entzündet. Der vorletzte Backenzahn hat bereits eine wenig erfolgreiche Wurzelbehandlung und Wurzelspitzenentfernung erfahren.



Der vorletzte Backenzahn konnte nicht mehr gerettet werden. Die Entzündung des letzten Backenzahnes konnte erfolgreich behandelt werden. Die Kaufunktion der entstandenen Lücke (nach der Entfernung des vorletzten Zahnes) wurde mit Hilfe von Implantaten wiederhergestellt.

Die moderne Wurzelbehandlung heute ist ein Schritt zur Sicherung der Lebenserwartung Ihres vorher erkrankten Zahnes – **fragen Sie Ihren Zahnarzt oder einen Spezialisten für Endodontie.**

Qualifizierte fachliche Behandlung, Beratung und Information finden Sie hier:

Prof. Dr. med. dent. Liviu Steier

Spezialist für Prothetik der DGZPW
Specialist in Endodontics (GDC)
Prof. (Vis.) Università degli Studi di Firenze
Honorary Associate Clinical Professor
Warwick-Medical School, GB

Kehriger Str. 12, 56727 Mayen

T: +49 (0) 2651-900 490

F: +49 (0) 2651-900 491

www.drsteier.de · www.endodienste.de

L.Steier@perio-implantologie.de

1 <http://de.wikipedia.org/wiki/Endodontie>

2 http://www.dgzmk.de/uploads/tx_szdgzmkdocuments/Good_clinical_practice_-_Die_Wurzelkanalbehandlung.pdf

3 <http://www.dget.de/de/dget/einleitung/einleitung.htm>

4 <http://www.dget.de/de/dget/einleitung/einleitung.htm>

5 <http://www.aae.org/caseassessment/>

6 <http://www.dget.de/de/dget/einleitung/einleitung.htm>

7 http://www.dgzmk.de/uploads/tx_szdgzmkdocuments/Revision_einer_Wurzelkanalbehandlung_2004.pdf

8 http://www.dgzmk.de/uploads/tx_szdgzmkdocuments/Wurzelspitzenresektion_Patientenversion_lang.pdf

Kann der Zeitpunkt des Wasserlassens nicht mehr selbst bestimmt werden, kommt es zum ungewollten Harnverlust. Dies kann gelegentlich mal ein Tröpfchen sein oder auch der komplette Blaseninhalt. Frauen sind davon fast doppelt so häufig betroffen wie Männer.

Die häufigste Form ist die **Stress- oder Belastungsinkontinenz**. Bei Frauen sind dafür Schwangerschaft und Geburt die Hauptursachen, denn diese Ereignisse können die Beckenbodenmuskeln schwächen. Ebenso wirkt sich starkes Übergewicht oder eine sinkende Östrogenproduktion in den Wechseljahren auf die Stabilität des Beckenbodens aus. Die Stress-Inkontinenz kann aber auch bei Männern auftreten, am häufigsten nach einer Prostataoperation. In allen Fällen wird die Funktion des Schließmuskels am Blasenaustritt beeinträchtigt. Konsequenz: Bei jeder körperlichen Anstrengung wie Heben, Tragen, Treppensteigen, Husten oder Niesen gehen ein paar Tröpfchen Wasser ab. In schweren Fällen geschieht dies sogar bei nur leichter Belastung oder in Ruhe.

Im Gegensatz dazu verspürt jemand mit einer **Dranginkontinenz** mehrfach am Tag einen so starken Harndrang, dass sofort die nächste Toilette aufgesucht werden muss. Dem Gehirn wird in diesen Fällen viel zu früh gemeldet, dass die Blase voll ist, obwohl sich erst geringe Mengen Harn angesammelt haben. Eine Entzündung, Blasensteine oder abgedrückte ableitende Harnwege können solche Falschmeldungen hervorrufen. Es ist auch möglich, dass die Nervenimpulse, welche die Blasenmuskulatur versorgen, enthemmt sind. Die Betroffenen verspüren dann plötzlich ein unwillkürliches Zusammenziehen der Muskeln, die an der Blasenentleerung beteiligt sind. Dies kann die Folge einer schlecht eingestellten oder gar nicht behandelten Diabetes sein.

Daneben gibt es noch die **Reflexinkontinenz**. Ursachen können ein Schlaganfall, eine Verletzung des Rückenmarks, aber auch die Nervenkrankheiten Morbus Parkinson und Multiple Sklerose sein. Dabei werden die muskelhemmenden Nervenimpulse gestört oder unterbrochen, so dass es ohne Vorankündigung zu plötzlichem Wasserlassen kommt. Dabei wird die Blase nur teilweise geleert. Im Restharn können sich dann Entzündungskeime vermehren.

Wenn Sie unter Inkontinenz leiden, ist es sinnvoll, Ihren **Hausarzt** oder einen **Urologen** aufzusuchen. Aus Ihrer Beschreibung erkennt er meist schon die richtige Diagnose. Um sicher zu sein, kann er die Uroflowmetrie anwenden. Hierfür müssen Sie mit der Blasenentleerung warten, bis Sie ein starkes Druckgefühl verspüren. Dann soll mit Druck in das vorher aufgestellte Untersuchungsgerät uriniert werden,

bis die Blase vollständig geleert ist. Das Gerät misst, wie viel Harn pro Sekunde austritt, wie lange die Blasenentleerung dauert und wie groß die gesamte Harnmenge ist. Danach stellt der Arzt mit Hilfe eines Ultraschalls den Restharn in der Blase fest. Auf diese Weise kann er zudem erkennen, ob etwa der Blasenmuskel defekt ist, was für eine Stressinkontinenz spricht, oder ob der Harnleiter beeinträchtigt ist, was zu einer Dranginkontinenz führt. Wenn viel Restharn in der Blase übrigbleibt, handelt es sich wahrscheinlich um eine Reflexinkontinenz. Manchmal steckt aber auch nur eine Blasenentzündung hinter den Beschwerden, was der Arzt schnell feststellen und mit einem Antibiotikum beheben kann.

Bei der Stressinkontinenz beginnt die Therapie erst einmal mit **Beckenbodentraining**. Welcher Muskel trainiert werden muss, spüren Sie, wenn Sie auf der Toilette den Wasserstrahl unterbrechen. Diesen Muskel sollten Sie auch im Sitzen auf dem Bürostuhl oder beim Warten in der Einkaufsschlange immer wieder anspannen. Bei Frauen können zusätzlich Vaginaltabletten oder -cremes mit Östrogenen verhindern, dass der Beckenboden weiter geschwächt wird. Im fortgeschrittenen Stadium ist oftmals eine kleine Operation zu empfehlen. Dabei wird die Blasenhalshälfte tiefer in den Bauchraum versetzt oder die Harnröhre mit einem Kunststoffband stabilisiert. Dies erschwert den Weg des Harns nach außen.

Bei der Dranginkontinenz hilft eine Kombination aus Trink- und Blasentraining. Führen Sie ein Tagebuch, in das Sie Trinkmenge, Dranggefühl, ungewollten Harnverlust und Toilettengänge eintragen. Versuchen Sie, die Pausen zwischen den Toilettengängen zu verlängern und gleichzeitig die Trinkmenge zu steigern. In der Apotheke gibt es für Frauen spezielle Würfelpessare oder Schaumstofftampons für die Scheide, die Harnröhre und Blase anheben. Dadurch lässt sich der Harnverlust oft verhindern. Zum Einsatz können zusätzlich auch bestimmte Medikamente kommen, sogenannte Anticholinergika, welche die Blasenmuskulatur beruhigen. So kann die Blase wirklich voll werden, bevor der Drang zum Wasserlassen entsteht.

Bei einer Reflexinkontinenz wird möglicherweise ein Katheter gelegt und die Blase auf diese Weise entleert. Auch Reizstromgeräte, die unter die Haut gepflanzt werden und von hier aus den Impuls zur Entleerung steuern, sind eine Möglichkeit der Behandlung.

Was können Sie sonst noch tun? Besorgen Sie sich in der Apotheke spezielle Einlagen, sodass Sie ohne große Angst nach außen gehen können. Überlegen Sie sich vorab auch immer, wo die nächste öffentliche Toilette ist, damit Sie im Notfall schnell dorthin gelangen können. Aber das Wichtigste ist:

Sie sind mit Ihrem Leiden nicht alleine, scheuen Sie sich nicht, einen Arzt aufzusuchen und um Hilfe zu bitten!

Wenn die Blase schwach wird – Hilfe bei Inkontinenz

Wasser

Quelle des Lebens

Der menschliche Körper besteht zum größten Teil aus Wasser. 65 Prozent sind es beim Erwachsenen, beim Baby etwas mehr, beim älteren Menschen etwas weniger. Dieses Wasser befindet sich fast überall: zu zwei Dritteln in den Zellen und zu einem Drittel außerhalb der Zellen. Es wird verbraucht – und muss deshalb regelmäßig erneuert werden. Trinken wir zu wenig, dann verlieren die Zellen Wasser und es verlangsamen sich ihre Funktionen. Denn alle Nährstoffe werden über das Wasser in die Zellen hinein- und die Abbaustoffe hinaus transportiert. Auch der Bluttransport verläuft bei Wassermangel zäher. Damit funktionieren beispielsweise die Denkprozesse langsamer, denn die Gehirnflüssigkeit besitzt mit 99 Prozent den höchsten Wasseranteil, weshalb empfohlen wird, alle zwei Stunden ein Glas Wasser zu trinken.

Und wie viel muss man denn überhaupt trinken, fragen sich viele Menschen? Natürlich die Menge, die wir verlieren, und das ist nicht wenig. Der Wasserverlust beträgt pro Tag rund: 1500 ml Harnausscheidung, 100 ml Stuhlgang, 900 ml Atmung. Dies sind 2500 ml pro Tag. Einen Teil davon nehmen wir durch das Essen wieder auf, ein kleiner Teil wird durch Stoffwechselfvorgänge innerhalb des Körpers gewonnen. Den Rest müssen wir nachtrinken, das sind pro Tag mindestens 1,5 Liter, bei heißen Temperaturen und bei sportlichen Aktivitäten können es ruhig 3 Liter sein. Ansonsten kommt es zu Kreislaufstörungen, auch apathischen Erscheinungen bis hin zu Delirium, Ohnmacht, Koma und gar Tod. Allerdings ist es auch falsch, daraus zu folgern, dass wir einfach so viel wie möglich Wasser trinken sollen, denn daraus kann sich eine Wasservergiftung ergeben. Zu viel Wasser bringt nämlich den Mineralstoffgehalt innerhalb der Zellen durcheinander, dadurch wird paradoxerweise Wasser aus den Zellen herausgesogen! Dies bewirkt dann ähnliche Erscheinungen wie bei Wassermangel.

Insgesamt trinken wir Laufe unseres Lebens ungefähr 25.000 bis 35.000 Liter. Und bei dieser Menge ist es natürlich gut zu wissen, welches Wasser wirklich das richtige für die Gesundheit ist.

Bei der Wahl des richtigen Wassers muss man auf zwei oder drei Dinge achten: 1. Sauberkeit, 2. Mineralstoffgehalt und – evtl. – 3. Energiegehalt oder Lebendigkeit des Wassers.

1. Sauberkeit

Trinkwasser muss frei von Krankheitserregern, genusstauglich und rein sein, schreibt der Gesetzgeber vor. Aber – immer noch – gehört unser Trinkwasser in Deutschland zu den hygienisch reinsten auf der Welt. Es ist nach dem Urteil der Deutschen Gesellschaft für Ernährung auch als Durstlöcher gut geeignet. Deswegen können wir das Wasser auch einfach so trinken, ohne etwa zusätzlich einen Wasserfilter zu benutzen. Ausnahmen sind Bewohner von Häusern mit den früher üblichen Bleirohren. Hier gelangen regelmäßig kleine Bleimengen in das Trinkwasser. Dies beeinträchtigt vor allem die Blutbildung und Intelligenzentwicklung bei Ungeborenen, Säuglingen und Kleinkindern. Betroffenen Bewohnern wird geraten, das stehende Leitungswasser erst ablaufen zu lassen, bevor man es trinkt.



Auch Kupferrohre sind nicht immer optimal. Denn bei der Kombination von sehr kalkhaltigem Wasser und niedrigem pH-Wert lösen sich verstärkt Kupferionen heraus, was mit Leberschäden bei Säuglingen in Verbindung gebracht wird. Das technische Regelwerk schränkt daher die Verwendung von Kupferrohren für Wasser mit einem pH-Wert unter 7,0 ein. Besser sind hier innen verzinnzte Kupferrohre. Tischfilter mit

Ionenaustauscher-Kartuschen können die Kupferkonzentration verringern.

Weiterhin gibt es im Trinkwasser oftmals geruchs- und geschmacksstörende Stoffe, die entweder natürlichen Ursprungs sind (Eisen, Huminstoffe, Geosmin) oder vom Menschen geschaffen bzw. beeinflusst wurden (Phenole, Chlor). Diese Stoffe liegen aber in Deutschland nicht in einer gesundheitsgefährdenden Konzentration vor.

2. Mineralstoffgehalt

In jedem Bereich des Stoffwechsels brauchen wir Mineralstoffe. Diese können wir auch mit **Mineral- oder Heilwässern** zu uns nehmen, ein guter Weg, den Mineralhaushalt in Ordnung zu bringen, vor allem nach schweißtreibendem Sport. Für Menschen mit Osteoporose eignen sich Mineralwässer mit >150 mg Calcium/l. In der Naturheilkunde gibt es allerdings teilweise die gegenteilige Auffassung, mineralstoffarme Wasser seien die besten, weil die sich im Körper wie ein leeres Förderband verhalten würde, welches die Schlacken aus dem Körper heraustransportiere. Dies ist sicher auch eine Glaubensfrage.

3. Lebendiges Wasser

Mit dem Begriff Wasserbelebung wird die biophysikalische **Nachbehandlung von Leitungswasser** umschrieben. Die Naturheilkunde geht davon aus, dass normales Leitungswasser nicht mehr viel mit unberührtem Quellwasser zu tun hat, da es von den Stadtwerken bearbeitet wurde und durch Leitungen geflossen ist. Es heißt, das Wasser habe dadurch schädliche Informationen aufgenommen. Fotos von kristallisiertem Wasser des Japaners Masaru Emoto zeigen tatsächlich strukturelle Unterschiede zwischen Leitungs- und Quellwasser. Mit einer Wasserbelebung soll das Wasser in den Naturzustand zurückgeführt werden. Dies geschieht mit elektromagnetischen Verfahren, durch Verwirbelung (vergleichbar dem Verschütteln in der Homöopathie), Belichtung oder auch den Zusatz natürlicher Substanzen wie z. B. Quarz oder Kieselerde. Auch wenn die Auswirkung auf die Gesundheit nicht bewiesen ist: schädlich ist das nicht, und belebtes Wasser schmeckt tatsächlich spürbar besser.



BUNDESWEHRZENTRALKRANKENHAUS KOBLENZ

AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS DER UNIVERSITÄT MAINZ

- Regionale und überregionale medizinische Schwerpunktversorgung auf allerhöchstem Niveau.
- Höchste Maßstäbe an Patientensicherheit, Behandlungsstandards, medizinischen und technischen Fortschritt bei ambulanter und stationärer Versorgung.
- Unser Haus ist eines von nur drei Krankenhäusern in Deutschland, das nach den strengen Vorgaben der Joint Commission International zertifiziert ist. Daneben verfügt das Bundeswehrzentral Krankenhaus über zahlreiche weitere namhafte Zertifizierungen/ Mitgliedschaften.



Der Leitsatz unseres Hauses
„Mit Kompetenz und Verantwortung
für die Sicherheit unserer Patienten“
ist nicht allein unser Auftrag, sondern
vielmehr Anspruch und Berufung.

Dr. med. Michael Zallet
Generalarzt und Chefarzt



**Interdisziplinäre
NOTFALLAUFNAHME**
(täglich 24 Stunden)
02 61/ 281 60 05

Hinweis:

Im Bundeswehrzentral Krankenhaus Koblenz können sich sowohl militärische als auch zivile Patienten, unabhängig von ihrer Versicherungsform, behandeln lassen.

Rübenacher Straße 170 • 56072 Koblenz

Telefon 02 61 / 281 - 28 50 • Fax 02 61 / 9 22 47 23

E-Mail: bwzkrhskob@bundeswehr.org • Internet: www.bwzk.de



KRANKENHÄUSER, KLINIKEN, FACH-
KLINIKEN, STATIONÄRE EINRICHTUNGEN

Kliniken und Krankenhäuser

Koblenz (02 61)

Bundeswehrzentral Krankenhaus, Rübenacher Str. 170 **2 81-28 50**
www.bwzk.de

siehe Anzeige Seite 46

Katholisches Klinikum Koblenz-Montabaur

Marienhof Koblenz, Rudolf-Virchow-Str. 7-9 49 60

Brüderhaus Koblenz, Kardinal-Krementsz-Str. 1-5 49 60

Brüderkrankenhaus Montabaur, Koblenzer Str. 11-13 (0 26 02) 12 20

info@kk-km.de · www.kk-km.de

Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH – Kemperhof Koblenz**Koblenzer Str. 115-155** **4 99-0**

Telefax 4 99-2000

www.gk.de

siehe Anzeige Umschlagseite 4

Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH – Ev. Stift St. Martin**Johannes-Müller-Str. 7** **1 37-0**

siehe Anzeige Umschlagseite 4

Lahnstein (0 26 21)

Klinik Lahnhöhe**Krankenhausgesellschaft mbH & Co KG, Am Kurpark 1** 9 15-0**St. Elisabeth Krankenhaus, Ostallee** 3 1 71-0

Mayen (0 26 51)

Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH – St. Elisabeth Mayen**Siegfriedstr. 20 – 22** **83-0**

Telefax 58 06

siehe Anzeige Umschlagseite 4

Neuwied (0 26 31)

DRK Krankenhaus, Marktstr. 104 98-0**Marienhaus Klinikum – St. Elisabeth Neuwied****Friedrich-Ebert-Str. 59** **82-0**

siehe Anzeige Seite 48

Fachkliniken

Koblenz (02 61)

Tagesklinik Koblenz der Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach**Neversstr. 11** **1 64 49**

Fax 1 49 20

Öffnungszeiten: montags bis freitags 8.00 Uhr bis 16.30

Angebote:

Klinische Diagnostik, Psychotherapeutische Gruppen, stützende Gespräche, Einzel-Psychotherapie, kognitives Training, Ergotherapie, Hilfestellung in Arbeits-, Versicherungs- und Rentenfragen, Entspannungs-, Bewegungs- und Pharmakotherapie, Angehörigengruppen.

Die Tagesklinik Koblenz verfügt über 15 Therapieplätze und ist eine teilstationäre Einrichtung zur Behandlung von erwachsenen Personen mit psychischen Erkrankungen, bei denen einerseits eine ambulante Behandlung nicht ausreicht, die jedoch andererseits eines vollstationären Aufenthaltes im Krankenhaus nicht bedürfen.

In der Tagesklinik Koblenz wird ihnen wochentags in der Zeit von 8.00 Uhr bis 16.30 Uhr ein strukturiertes Therapieprogramm angeboten, die Abende und Wochenenden können in der gewohnten häuslichen Umgebung verbracht werden. Zum therapeutischen Team gehören:

2 Fachärzte für Psychiatrie

(1 Facharzt ist zusätzlich beim Sozialpsychiatrischen Dienst des Gesundheitsamtes Koblenz beschäftigt)

1 Dipl.Psychologin, 1 Ergotherapeut, 1 Sozialarbeiterin,

3 Krankenpflegekräfte

siehe Anzeige Seite 49

Andernach (0 26 32)

Rhein-Mosel-Fachklinik**Zentrum für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie****Vulkanstr. 58** **4 07-0**

Fax 4 07-58 06

info@rmf.Landeskrankenhaus.de

www.rhein-mosel-fachklinik-andernach.de

siehe Anzeige Seite 49

Bendorf (0 26 22)

Marienhaus Klinikum – St. Josef Bendorf**Fachklinik für Orthopädie und Unfallchirurgie, Wirbelsäulenchirurgie****Margaretha-Flesch-Platz 1** **708-0**

siehe Anzeige Seite 48

Neuwied (0 26 31)

Johanniter-Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie GmbH

Am-Carmen-Sylva-Garten 6-10 39 44-0

Telefax 44 44

Vallendar (02 61)

BDH-Klinik Vallendar GmbH**Fachklinik für Neurologie, Heerstraße 54a** **64 05-0**

siehe Anzeige Seite 50

Waldbreitbach (0 26 38)

Marienhaus Klinikum – St. Antonius Waldbreitbach**Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik****Margaretha-Flesch-Str. 2-4** **923-9**

siehe Anzeige Seite 48

Reha-Einrichtungen und -zentren

Koblenz (02 61)

ARK Ambulantes Rehasentrum Koblenz GmbH

Pastor-Klein-Str. 9 4 60 20-0

reha team Rhein-Mosel, Rübenacher Str. 33a 9 27 76-0**Rehasentrum, Kurfürstenstr. 70-72** 1 37-16 28

Neuwied (0 26 31)

Marienhaus Klinikum – Reha Rhein-Wied,**Andernacher Str. 70** **3970-0**

siehe Anzeige Seite 48

MVZ (Medizinische Versorgungszentren),
Ärztelhäuser, Netzwerke

Koblenz (02 61)

Ärztelhaus Antonius-Zentrum Brenderweg 26

Rufnummern siehe unter den dortigen Einzelpraxen

Ärztelhaus Hohenzollernstraße/Neversstraße

Rufnummern siehe unter den dortigen Einzelpraxen

Ärztelhaus Löhrcenter

Rufnummern siehe unter den dortigen Einzelpraxen

Ärztelhaus Schloßstr. 17/Ecke Casinostraße

Rufnummern siehe unter den dortigen Einzelpraxen

ARK Ambulantes Rehasentrum Koblenz GmbH

Pastor-Klein-Str. 9 4 60 20-0

CIM Centrum integrativer Medizin, Rübenacher Str. 32 20 16 00**Kinder- und Jugendärztenetz Mittelrhein e.V.**

Information in Koblenz:

Andreas Schlaudt, Kinder- und Jugendmedizin 1 70 91

Dr. med. Thomas Peres, Kinder- und

Jugendmedizin 1 40 30

Magen-Darm-Zentrum Koblenz e.V. – Lebenshilfe,

Geschäftsstelle: Gastropraxis, Löhrrondell 5 (0160) 5 14 66 11

info@magendarmzentrum-koblenz.de

www.magendarmzentrum-koblenz.de

MARIENHAUS KLINIKUM BENDORF - NEUWIED - WALDBREITBACH

Akademisches Lehrkrankenhaus der Johannes Gutenberg-Universität Mainz
Lehrkrankenhaus der Universität Maastricht



KLINIK UND TRÄGER

Das MARIENHAUS KLINIKUM BENDORF-NEUWIED-WALDBREITBACH ist mit seinen rund 700 stationären und tagesklinischen Plätzen eines der größten Krankenhäuser im nördlichen Rheinland-Pfalz.

Das MARIENHAUS KLINIKUM ist Akademisches Lehrkrankenhaus der Johannes Gutenberg-Universität Mainz und Lehrkrankenhaus der Universität Maastricht. Es vereinigt neun Hauptfachabteilungen, zwei Belegabteilungen, vier Tageskliniken sowie ein Zentrum für ambulante Rehabilitation und Prävention unter einem Dach und ist mit seinen mehr als 1.500 Mitarbeitern einer der größten Arbeitgeber der Region.

In unseren Kliniken steht "der ganzheitliche Dienst am Menschen im Vordergrund des Handelns" - dieser Satz aus dem Leitbild der Marienhaus Unternehmensgruppe ist den Mitarbeitern Auftrag und Verpflichtung.

MARIENHAUS KLINIKUM ST. JOSEF BENDORF

Margaretha-Flesch-Platz 1
56170 Bendorf
Telefon 02622 708-0

Klinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Wirbelsäulenchirurgie

Orthopädie
Geschäftsführender Chefarzt
PD Dr. Joern W.-P. Michael
Telefon 02622 708-4383

Wirbelsäulenchirurgie
Chefarzt Dr. Walter Richter
Telefon 02622 708-4474

Schmerztagesklinik

Leitung Dr. Martina Zimmermann
Telefon 02622 708-4373



MARIENHAUS KLINIKUM ST. ELISABETH NEUWIED

Friedrich-Ebert-Straße 59
56564 Neuwied
Telefon 02631 82-0

Klinik für Allgemein-, Visceral- und Gefäßchirurgie

Chefarzt Dr. Claus Schneider
Telefon 02631 82-1211

Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin

Chefarzt Dr. Michael Fresenius
Telefon 02631 82-1359

Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie

Chefarzt PD Dr. Götz Lutterbey
Telefon 02631 82-1491

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Chefarzt Prof. Dr. Richard Berger
Telefon 02631 82-1213

Klinik für Innere Medizin Gastroenterologie

Chefarzt Dr. Christian-René de Mas
Telefon 02631 82-1973

Kardiologie/Rhythmologie

Chefarzt Dr. Burkhard Hügl
Telefon 02631 82-1212

Nephrologie

PD Dr. André Schneider
Telefon 02631 82-1525

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Chefarzt Dr. Urban Himbert
Telefon 02631 82-1219

Klinik für Orthopädie, Unfallchirurgie, Wirbelsäulenchirurgie

Unfallchirurgie
Chefarzt Dr. Georg Weimer
Telefon 02631 82-1389

Klinik für Urologie und Kinderurologie

Chefarzt Dr. Wolfgang Stollhof
Telefon 02631 82-1382



MARIENHAUS KLINIKUM ST. ANTONIUS WALDBREITBACH

Margaretha-Flesch-Straße 2-4
56588 Waldbreitbach
Telefon 02638 923-9

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik

Chefarzt Prof. Dr. Jörg Degenhardt
Telefon 02638 923-5531

St. Antonius Tagesklinik

Willi-Brückner-Straße 8
56564 Neuwied
Telefon 02631 82-1011
Chefarzt Prof. Dr. Jörg Degenhardt

HAUS ST. ANTONIUS

Wohnheim für seelisch behinderte und pflegebedürftige Menschen mit gerontopsychiatrischem Schwerpunkt

Margaretha-Flesch-Straße 2
56588 Waldbreitbach
Telefon 02638 923-5545

Heimleiterin Marion Kaster

REHA RHEIN-WIED

Zentrum für ambulante Rehabilitation und Prävention -
Medizinisches Fortbildungszentrum
Rhein-Wied

Andernacher Straße 70
56564 Neuwied

Telefon 02631 3970-0

Therapeutischer Direktor
Johannes Zielinski

LISA MOBIL

Kinderkranken-, Kranken- und Altenpflege
am Marienhaus Klinikum St. Elisabeth
Neuwied

Friedrich-Ebert-Straße 59
56564 Neuwied
Telefon 02631 82-1267



www.marienhaus-klinikum.de

Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach

| ZENTRUM FÜR PSYCHIATRIE, PSYCHOTHERAPIE
PSYCHOSOMATIK UND NEUROLOGIE |



Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach

Zentrum für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie

Die Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach – Akademisches Lehrkrankenhaus der Universitätsmedizin Mainz – ist ein Behandlungszentrum für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie mit mehr als 1000 Betten in differenzierter Leistungsstruktur in der Trägerschaft des Landeskrankenhauses (AÖR).

Die Klinik ist Zentrum gemeindepsychiatrischer Verbundsysteme mit Tageskliniken, Institutsambulanz, psychiatrischen und heilpädagogischen Heimen und komplementären, außerklinischen Versorgungsaufgaben. Sie beschäftigt rund 1.400 Mitarbeiter/innen. Das Versorgungsgebiet umfasst die Stadt Koblenz sowie die Landkreise Mayen-Koblenz, Cochem-Zell und den Westerwaldkreis.



Zusätzliche Leistungsangebote

- Institutsambulanz / Methadonambulanz
- Tagesklinik Andernach
- Tagesklinik Cochem
- Tagesklinik Koblenz
- Tagesklinik Mayen
- Außenwohngruppen
- Tagesstätte Andernach
- Geriatrische Tagesstätte
- Kooperation mit der Tagesklinik des Herz-Jesu-Krankenhauses Dernbach, Westerwald

Die Klinik gliedert sich in die Abteilungen

- Abteilung Allgemeinpsychiatrie und Psychotherapie
- Abteilung Suchtmedizin und Sozialpsychiatrie
- Gerontopsychiatrische Abteilung
- Abteilung Neurologie und Klinische Neurophysiologie
- Psychiatrische und heilpädagogische Heime
- Klinik Nette-Gut für Forensische Psychiatrie an der Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach



Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach

Zentrum für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Neurologie

Vulkanstr. 58 · 56626 Andernach
Tel.: 02632 / 407-0 · Fax: 02632 / 407-5806
info@rmf.landestkrankenhaus.de · www.rhein-mosel-fachklinik-andernach.de

Medizinisches Versorgungszentrum Koblenz , Neversstr. 7-11	3 03 30-0
Medeco-Center , Bahnhofplatz 6	1 27 28
padiodoc MVZ Koblenz-Görresplatz GmbH , Firmungstr. 5	98 84 87-0
MVZ Mittelrhein , Johannes-Müller-Str. 7	1 37 – 34 02
Therapiezentrum Koblenz , Neversstr. 7-11	3 03 30-0
	<i>Dieblisch (0 26 07)</i>
MediPlaza MVZ Dieblisch , Bundesstraße 20, 56332 Dieblisch	9 74 92-0
	<i>Neuwied (0 26 31)</i>
MVZ St. Elisabeth Neuwied Urologie, Nuklearmedizin, Friedrich-Ebert-Str. 59	82-100 82
<i>siehe Anzeige Seite 48</i>	
Zentrum für Reproduktionsmedizin , Marktstr. 83	39 68 - 0

Tagesstätte Stiftung Bethesda , Im Raental 22	4 12 17
Wohnheim für Behinderte „Eulenhörst“ Caritasverband Koblenz e. V. Geisbachstraße 22 a	92 13 98-0
Wohnheim für Behinderte „Oberwerth“ – Caritasverband Koblenz e. V. Mozartstraße 4	3 68 17
	<i>Neuwied (0 26 31)</i>
Heinrich-Haus gGmbH , Neuwieder Str. 23	(0 26 22) 7 05-0
Tagesförderstätte für erwachsene behinderte Menschen Feldkircher Str. 100	7 22 12
	<i>Waldbreitbach (0 26 38)</i>
Marienhaus Klinikum – Haus St. Antonius Waldbreitbach Margaretha-Flesch-Str. 2	923-5545
<i>siehe Anzeige Seite 48</i>	

Einrichtungen für Behinderte

Koblenz (02 61)

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung	
Ortsvereinigung Koblenz e. V. –	
Geschäftsstelle: Ernst-Sachs-Str. 12	96 35 53-0
Kindertagesstätte: Karl-Härle-Str. 6	5 10 94
Tagesförderstätte für Erwachsene:	
Ernst-Sachs-Str. 10	8 99 06-0
Ambulante Hilfen: Ernst-Sachs-Str. 12	96 35 53-12
Rhein-Mosel-Werkstatt (Mitgesellschafter):	
Ernst-Sachs-Str. 10	8 08 03-0
<i>siehe Anzeige Seite 80 + 81</i>	
Montessori-Kinderhaus , Integrativer Kindergarten, Austinst. 44	1 44 61
Rhein-Mosel-Werkstatt für behinderte Menschen gGmbH	
Ernst-Sachs-Str. 10	8 08 03-0
<i>siehe auch Seite 85, Fachdienst für Arbeit und Integration</i>	



BDH-Klinik Vallendar

Fachklinik für Neurologie
Medizinisch-berufliche Rehabilitation



Wir verfolgen ein integratives Behandlungskonzept von der Akutbehandlung bis in die Phasen der Rehabilitation. Die Behandlung umfasst alle Formen der Schädigung des Nervensystems.

- Akutneurologie
- Frührehabilitation
- Medizinische Rehabilitation
- Tagesklinik
- Medizinisch-berufliche Rehabilitation

www.bdh-klinik-vallendar.de

BDH-Klinik Vallendar GmbH
Heerstraße 54a
56179 Vallendar
tel 02 61 - 64 05 - 0
fax 02 61 - 64 05 -144
info@bdh-klinik-vallendar.de

Geschäftsführer:
Ulrich Lebrecht
Ärztl. Direktor:
Dr. med. R. Weber

Als gemeinnützige
Einrichtung anerkannt

Alleiniger Gesellschafter:
BDH Bundesverband
Rehabilitation e. V.
Sitz Bonn

Die Kunst am Auge

Erfährt ein Patient, dass er eines seiner Augen verlieren wird, ist das für ihn meist ein Schock. Es folgt Unsicherheit darüber, wie sich der Eingriff auf das optisch-ästhetische Erscheinungsbild auswirken wird und ob ihm andere ansehen werden, dass „etwas anders ist“ – mitten im Gesicht.

Nach der Operation, der „E nukleation“ (Entfernung des Augapfels), erhält der Patient zunächst ein künstliches Auge aus Glas, welches ihm von einem Okularisten – auch bekannt als „Augenkünstler“ oder „Augenprothetiker“ – angefertigt wird. In Deutschland gibt es 24 Betriebe/Institute und ca. 60 bis 70 Okularisten, die diesen seltenen Beruf aktuell ausüben. Eines davon ist das weltweit älteste Institut für künstliche Augen: die „F. Ad. Müller Söhne OHG“ mit Firmensitz in Wiesbaden. Maßgeblich an der Entwicklung der noch heute gültigen Standards in der Herstellung künstlicher Augen gewesen, bringt sie eine Menge Erfahrung und Feingefühl für ihre Patienten mit.

Vor rund 150 Jahren steigen die Ahnen der Müller-Uris ins Glasaugengewerbe ein. Damals besuchten Schuss- und Stichverletzungen in Duellen und Kriegen den „Augenkünstlern“ die meisten Kunden. Zu jener Zeit werden die Kunstaugen noch aus Italien importiert, bis Mitte des 19. Jahrhunderts ein Würzburger Unternehmer die Marktlücke erkennt und nach einem Glasbläser als Partner sucht. Fündig wird er im thüringischen Lauscha bei Ludwig Müller-Uri (1811–1888), der als Pionier der deutschen Augenprothetik gilt und dessen Neffe Friedrich Adolf 1860 das heutige Wiesbadener Institut zunächst in Lauscha gründet.

Friedrich Adolf entwickelt gemeinsam mit einem Freund und Glasmeister das noch heute für die Herstellung der Glasaugen verwendete „Kryolithglas“. Kryolithglas hält der Tränenflüssigkeit wesentlich besser stand, als das in Paris gebräuchliche Bleiglas oder das in Lauscha zuvor genutzte Beinglas, so dass die Lebensdauer der



Augenprothesen erheblich verlängert werden kann. 1874 verlegt Friedrich Adolf seinen Wohn- und Geschäftssitz komplett nach Wiesbaden. Es werden Kontakte geknüpft mit England, den Niederlanden, Belgien und sogar den USA. Im Laufe der Zeit etabliert die F. Ad. Müller Söhne ein eigenständiges Verfahren, bei dem aus einem Kontingent so genannter „Rohlinge“ die entsprechende Augenfarbe ausgesucht und ausgearbeitet wird. Dadurch entfällt das als unangenehm empfundene Abdrucknehmen und das zeitintensive Aufbringen der Irisfarbe im Beisein des Patienten.

Heute werden Städte in ganz Deutschland bereist sowie Geschäftsreisen in die Niederlande, Dänemark, Norwegen, Schweden, Österreich und die Schweiz unternommen, um Patienten in Europa zu versorgen. Die Augenprothesen werden in der Sprechstunde entweder im Institut selbst eingepasst oder in einer der vielen Städte, die innerhalb der Reisetätigkeit versorgt werden.

Ausgehend von der natürlichen Augenfarbe des Patienten wählt der Okularist aus den Halbfabrikaten, die in allen Farbnuancen bereit stehen, die passende Farbe aus. Er untersucht die Augenhöhle und kontrolliert die eventuell schon vorhandene ältere Prothese, um festzustellen, welche Form und Größe die neue Augenprothese erhalten wird. Danach wird der Rohling im Feuerstrahl eines speziellen Gasbrenners geformt,



nach dem Abkühlen eingesetzt und bei Bedarf eventuelle Justierungen vorgenommen. Die gesamte Herstellung dauert ca. eine Stunde.

Verändert in den letzten 150 Jahren haben sich die Ursachen, die einem Augenschaden zugrunde liegen: waren es um die Jahrhundertwende überwiegend Splitter aus der Metallbearbeitung, Stichverletzungen nach einem Duell und Verätzungen beim Umgang mit Chemikalien, so stehen heute Krankheiten wie der Grüne Star (Glaukom) und Tumore im Vordergrund.

AUGEN SO VIELFÄLTIG WIE DIE NATUR...

... und ein Höchstmaß an Erfahrung bietet die Firma F. Ad. Müller Söhne auf dem Gebiet der Herstellung künstlicher Augen. Wir beraten unsere Patienten individuell und verhelfen ihnen zu einem natürlichen Äußeren.

Gerne informieren wir Sie näher:

☎ Telefon: **+49 (0) 6 11 - 52 48 64**

☎ Fax: **+49 (0) 6 11 - 52 72 85**

@ E-Mail: **info@muellersoehne.com**

🌐 Internet: **www.muellersoehne.com**

Tanusstraße 44, D-65183 Wiesbaden



INSTITUT FÜR KÜNSTLICHE AUGEN
F. AD. MÜLLER SÖHNE OHG





Hebiana



Koblenzer Hebammenpraxis
mit Geburtshaus

Mit Liebe ins Leben



Das Team: Angela Bold-Beltran, Birgitta Kamella, Agnes Böhm, Anja Müller (von links)

Schwangerschaft und Geburt sind natürliche Vorgänge im Leben einer Frau wie auch ein bedeutendes soziales und familiäres Ereignis. Unser Anliegen ist es, diesem Ereignis einen angemessenen Raum zu bieten.

Im Geburtshaus oder zu Hause haben Sie und ihr Partner die Möglichkeit die Geburt ihres Kindes in vertrauter Umgebung selbstbestimmt zu erleben. Die für die Geburtsarbeit so wichtige Intimität bleibt durch die kontinuierliche Begleitung einer vertrauten Hebamme gewahrt.

Wir möchten Sie als Schwangere darin bestärken, Vertrauen in ihre eigene Kraft zu entwickeln und die Geburt ohne routinemäßige Eingriffe oder fremde Personen nach ihren eigenen Vorstellungen bewusst und selbstbestimmt zu erleben.

Die Individualität jeder Frau, jedes Paares und jedes Kindes zu respektieren bedeutet anzuerkennen, dass jede Geburt ihrer eigenen Dynamik unterliegt. Daher sind Geduld und Zeit ein wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit.



In Kooperation mit Kompetenz stärken und fördern wir die frühe Bindung durch die individuelle Geburtsvorbereitung und die Vortragsreihe mit Workshops zum Thema „Wenn Liebe in Familien gelingt“

**Beate Degen und
Florian Eisenhuth**

Breitestr. 2a, 56626 Andernach
Tel: (0 26 32) 4 89 46
info@kompetenz-leben.de



Hebiana · Trierer Straße 285a · 56072 Koblenz · Tel.: 0261-57 90 30 2
Sprechzeiten Büro: Petra Kintzinger:
Mo, Mi, Fr 8.30-12 Uhr und nach Vereinbarung
www.hebiana.info · E-Mail: hebammenpraxis@hebiana.info

GESUNDHEITS-DIENSTLEISTUNGEN

Augen, künstliche

Wiesbaden (06 11)

F. Ad. Müller Söhne oHG – Institut für künstliche Augen

Taunusstr. 44, 65183 Wiesbaden 52 48 64

www.muellersoehne.com

► siehe Anzeige Seite 51

Diätpraxen

Lahnstein (0 26 21)

Diätpraxis

Marion Kuhlmann

Termine nach Vereinbarung

Otto-Wels-Str. 4 61 04 64

Mobil: (01 70) 4 06 72 44

kuhlmann-diaet@t-online

www.diaetpraxis-kuhlmann.de

Ergotherapie

Koblenz (02 61)

Baier/Lang, Friedrich-Ebert-Ring 36 3 71 00

Baumann Bärbel – Praxis für Ergotherapie

Hauptstr. 5, 56220 St. Sebastian 98 89 96-71

► siehe Anzeige Seite 54

Konzack Ute, Humboldtstr. 129 1 33 70 73

Leiß Iris, Kurfürstenstr. 55-57 1 26 21

Rehazentrum Ambulante Rehabilitation, Praxis für Physiotherapie

Ergotherapie am SKM, Joh.-Müller-Str. 7 1 37-16 28/-50 44

Töller T., Casinostr. 48 1 26 20

Kobern-Gondorf (0 26 07)

ERGOTHERAPIE

MELANIE ASEMISSEN

Mühlengraben 4 97 49 39

info@ergotherapie-asemissen.de

www.ergotherapie-asemissen.dee

Lahnstein (0 26 21)

Enders-N. Elisabeth, Brückenstr. 36 92 24 99

Reuter Boris Thor, Südallee 23 62 92 63

Ochtendung (0 26 25)

Koll Thomas, Dümmelsweg 21 95 32 00

Rhens (0 26 28)

Villa Sonnenschein, Am Bahnhof 4 85 95

Urbar (02 61)

Lanio Anja

Praxis für Ergotherapie

Pädiatrie · Psychiatrie · Neurologie · Physiotherapie

Einzel- und Gruppentherapie

Elterncoaching AD(H)S · Marte Meo

Soziales Kompetenztraining

Hauptstr. 42 9 62 37 37

Telefax 8 87 45 21

www.ergo-lanio.de

Ernährungsberatung

Koblenz (02 61)

Walter-Kroker Anja Dr., Schulze Ulrike, Emil-Schüller-Str. 29 3 00 21 99

Boppard (0 67 42)

Institut für Schönheit und Gesundheit, Grudrun Fehmel 6 00 49

Kobern-Gondorf (0 26 07)

Berdel Maren, Römerstr. 52 9 74 10 68

Fitness & Wellness

Koblenz (02 61)

Dany Sports-Club, Im Metternicher Feld 11 2 19 94

Fit-aktiv-gesund Aktivia Fitnesscenter, Zwickauer Str. 1-3 95 22 94 46

Fitness King GmbH, Am Berg 3 9 88 88 29

Kieser Training Koblenz, Bahnhofplatz 18 9 88 69 60

Salzgrotte Koblenz, Schloßstr. 40 1 33 78 58

► siehe Anzeige unten

Sport- und Fitnesspark, Scharthwiesenweg 2 8 21 06

Lahnstein (0 26 21)

sports-community GmbH, Hermsdorfer Str. 3a 92 60 21

Neuwied (0 26 31)

Reha Rhein-Wied

Andernacher Str. 70 39 70-0

Polch (0 26 54)

Fitness- und Freizeittreff Polch, Klöppelstr. 17 69 98

Rhens (0 26 28)

Wellness-Point, Am Kreisel 2 98 92 22

Gesundheitsberatung

Lahnstein (0 26 21)

Ges. für Gesundheitsberatung GGB e.V., Dr. Max-Otto-Bruker-Haus,

Dr. Max-Otto-Bruker-Str. 3 91 70 10

► siehe Anzeige Seite 54

Hebammen

Koblenz (02 61)

HEBAMMENPRAXIS, Fritz-von-Unruh-Str. 1 9 88 65 52

► siehe Anzeige Seite 54

HEBIANA Hebammenpraxis mit Geburtshaus

Trierer Str. 285a 5 79 03 02

► siehe Anzeige Seite 52



**Schloßstraße 40, 56068 Koblenz, Tel.: 0261 133 78 58
www.salzgrotte-koblenz.eu**

Ihre „Oase der Gesundheit“

- >> Salzgrotte
- >> Salzkabine
- >> Kosmetik
- >> med. Fußpflege
- >> Massage
- >> diverse Salzprodukte und Salzkristalle
aus dem Himalaya

Bei uns erhalten Sie auch Produkte von:

- >> BIOMARIS
- >> P.Jentschura
- >> Laufwunder - Fußpflegemittel



Bärbel Baumann

Praxis für Ergotherapie

Rhein-Med
Geschäfts- & Ärztehaus
Hauptstraße 5
56220 St. Sebastian
Tel. 0261 / 988996-71
www.rhein-med.de

- Verhaltenstherapeutisches Training
- SI-Therapie
- Übungen nach Perfetti
- Hirnleistungstraining
- Auch Hausbesuche



GESUNDHEITSTEAM
MARCUS FRÖHLICH

Osteopathie
Kinderosteopathie
Säuglingstherapie
Manuelle Therapie
Krankengymnastik
Physiotherapie
Sportphysiotherapie
und mehr

Osteopathie und Physiotherapie
Für natürlich gesunde Körper

Hohenfelderstr. 7-9; 56068 Koblenz; Telefon 0261-32700; www.gesundheitsteam-koblenz.de



Das Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus

Noch mit 85 Jahren errichtet Dr. M. O. Bruker 1994 in Lahnstein bei Koblenz ein „Zentrum für Gesundheit und ganzheitliche Lebensweise“ – ein Gesundheitshaus. Dort erfahren und lernen interessierte Menschen, was sie tun können, um ihre Gesundheit zu erhalten und Krankheiten zu verhüten.

Über 5000 ärztlich geprüfte Gesundheitsberater GGB sind seit 1978 in Theorie- und Praxisseminaren dort ausgebildet worden.

Mit dieser einmaligen und wirtschaftlich unabhängigen Möglichkeit der Aufklärungsarbeit erfüllte sich für Dr. M. O. Bruker ein Lebenstraum.

Informationen zum Angebot dieses Hauses erhalten Sie unter:
www.ggb-lahnstein.de

Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus

Dr.-Max-Otto-Bruker-Straße 3
56112 Lahnstein
Tel. 02621/91 70 10
Fax: 02621/91 70 33
E-Mail: info@ggb-lahnstein.de

HEBAMMENHAUS

Unser individuelles Angebot für Sie:

Hebammenhilfe:

- Schwangerenberatung
- Schwangerenvorsorge
- Geburtsvorbereitung
- Wochenbettbetreuung
- Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende
- Rückbildungskurse
- Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden
- Musikgarten für Babys
- Babymassage
- Babyschwimmen
- Spiel- & Krabbelgruppen
- Yoga für Schwangere
- Säuglingspflege
- Bauch-Beine-Po-Gymnastik
- Akupunktur
- Vorträge & Informationsabende



HEBAMMENPRAXIS Bender, Klemm, Kohz, Liebeskind
Kauf: Ichbb: & Unimm GbR
Fritz-von-Unruh-Str.1 56077 Koblenz
Tel. 02 61 - 9 88 65 53 Fax. 02 61 - 9 88 65 53
Info@hebammenhaus.net www.hebammenhaus.net

Atelier Kolory

Offenes Atelier

Pflanzenfarben selbst herstellen und damit malen

Ikonyherstellung nach alter Technik in der Fasten- und Adventszeit

Kunsttherapie (Malen – Formenzeichnen – Plastizieren)

Termine werden individuell nach Absprache vereinbart – um telefonische Anmeldung wird gebeten – für Kunsttherapie ist eine ärztliche Verordnung notwendig.

Beata Schäper, Kunsttherapeutin (BVAKT):

im Fokus meiner Arbeit steht die Therapie von Flüchtlingskindern und Erwachsenen, zurzeit Fortbildung zur Traumakunsttherapeutin

Geisbachstr. 24 • 56072 Koblenz • Tel.: 0261/98817846 • atelierkolory@web.de



- kompetent
- freundlich
- individuell

WALTER BORCHARD



Hochstraße 8 • Am Salhofplatz
56112 Lahnstein
Telefon: 0 26 21 - 24 90
Telefax: 0 26 21 - 49 12

ORTHOPÄDIE • SCHUHTECHNIK
SANITÄTSHAUS

borchard-orthopaedie@t-online.de
www.borchard-orthopaedie.de



Heilpraktiker

Koblenz (02 61)

Belker Ulrike Heilpraktikerin

Homöopathie

Beatusstr. 31 9 21 93 55

- Ehnert Jörg, Rübenacher Str. 32 20 16 00
- Gerhardt Jutta, Markenbildchenweg 5 1 59 26
- Günther Sigrid, Kastorpfaffenstr. 1 9 14 79 58
- Hebel Irmgard, Rauentalshöhe 1 9 42 99 96
- Kerscher Ulrike, Eichendorffstr. 31 1 47 02

MANENTES ZENTRUM KOBLENZ

Dana und Sabine Rosenberger
C4-homöopathische Heilpraktikerpraxis

Josef-Görres-Platz 12 67 106 67

Manerosan-Methode
www.manentes-zentrum.de

- Maurer Hans-Willi, Firmungstr. 22 1 33 45 01
- Naturheilpraxis Sarah Jardin, St. Josef-Straße 10 39 49 57 51

Kunsttherapie

Koblenz (02 61)

Atelier Kolory, Geisbachstr. 24 98 81 78 46

▶ siehe Anzeige Seite 54

**Legasthenie, Logopädie,
Atem-, Sprech-, Stimmtherapie**

Koblenz (02 61)

Praxis für Logopädie und Entspannungstherapie

Marion Dennhardt

Vor dem Sauerwassertor 8 5 79 29 43

▶ siehe Anzeige unten

- Hey, Rizzastr. 41 2 96 16 10
- Hoch u. Rentnick, Schloßstr. 20 9 73 77 93
- Kluge Sigrid, Schenkendorfstr. 16 1 52 16
- Maurer Marie-Ev, Auf der Steinreusch 27 9 73 43 24
- Riebenstahl Barbara, Otto-Fohl-Str. 14 95 22 90 36
- Schneider Corinna, Schanzenpfad 6 4 03 07 33
- Schumacher Anette Dr., Hauptstr. 5 98 89 96 70
- Töller T., Casinostr. 48 1 26 20
- Zimmer Ralf, Friedrich-Ebert-Ring 36 3 46 18

Optik & Hörakustik

Koblenz (02 61)

- Ballies Brillen GmbH, Löhrstr. 137 3 47 64
- Becker Brillen, Schloßstr. 23 3 50 61
- Becker Hörakustik, Schloßstr. 25 3 50 50
- Cadenbach Optic, Obere Löhr 95 9 15 49-0
- CIM Optik, Rübenacher Str. 32 20 16 01 44
- Fielmann Optik, Hohenfelder Str. 22 1 40 03

- Grüber Optik, Entenpfuhl 18 1 65 33
- Gulisa GmbH Optik, Gulisastr. 15 4 33 38
- Handke GmbH Optik, Altlöhrort 2-4 1 71 10
- Hartkorn Optik, Löhrstr. 76 3 31 83
- Hörstudio S, Bahnhofplatz 3 70 41
- Jex Optik - Hörgeräte, Entenpfuhl 3 3 58 25
- Kirschhoffer Optik, Löhrstr. 60 3 77 11
- MaJo Optik, Hochstr. 69 8 05 95 40
- Optic, der Optiker, Potsdamer Str. 27 5 79 11 66
- Opticmal GmbH Augenoptik, Löhrstr. 66c 9 14 15 51
- Rieping Opticstudio, Am Plan 1a 3 74 45
- Stömmer Optik, Hohenzollernstr. 115 3 34 16
- Weber Optik, Casinostr. 40-42 3 88 03
- Weinkauf & Sohn Sehen und Hören GmbH, Löhrstr. 10-12 1 50 81

Lahnstein (0 26 21)

- Becker Brillen, Hochstr. 26 18 87 80
- Becker Hörakustik, Burgstr. 18 36 86
- Kreuer H.W. Optik, Frühmesserstr. 12 45 80
- Roth Brillenhaus, Adolfstr. 73 49 80

Orthopädietechnik, Orthopädie-Schuhtechnik

Koblenz (02 61)

- Jaeger W. GmbH, In der Laach 68 40 18 07
- Lehnigk Jörg, Gymnasialstr. 5 3 16 69**

▶ siehe Anzeige Seite 56

- Weber Karl Heinz, Alte Straße 4 2 45 34
- Rosenbach Sportorthopädie, Josef-Görres-Platz 7-11 3 30 99

Lahnstein (0 26 21)

- Jaeger, Burgstr. 31 9 41 60

Osteopathie

Koblenz (02 61)

Gesundheitsteam Marcus Fröhlich, Hohenfelderstr. 7-9 3 27 00

▶ siehe Anzeige Seite 54

Riess & Müller

Matthias Müller, Daniela Riess-Müller
Osteopathie, Physiotherapie, Pilates, Yoga

Lindenallee 37 97 32 19 72

Telefax 97 32 19 75
www.riess-mueller.de

Perücken, Haarersatz

Koblenz (02 61)

Salon Luy, Karthäuserhofweg 29 5 52 12

▶ siehe Anzeige Seite 56

Physiotherapie, Massage, Krankengymnastik

Koblenz (02 61)

- ad optimum Fitsch/zu Putlitz, Ferdinand-Sauerbruch-Str. 36 5 79 35 75
- Ambulantes Rehazentrum Koblenz GmbH, Pastor-Klein-Str. 9 4 60 20-0
- Banner, Lüderitzstr. 47 9 73 01 50
- Best u. Fischer, Brenderweg 58 8 11 21
- Börnigen-Zehentreiter, Servatiusstr. 4 4 80 02
- Brötz-Schwab B./Ruech Cl., Friedrich-Ebert-Ring 25 3 23 22
- BuonaVita, Rathauspassage 4 3 58 34
- Collmann, Friedrich-Ebert-Ring 53 1 76 12
- Ehre Carmen, Kurfürstenstr. 97 9 11 49 24
- Faller, Im Kimmelberg 3 2 16 40
- Fein J., Schloßstr. 38 3 66 67
- Gesundheitsteam Marcus Fröhlich, Hohenfelderstr. 7-9 3 27 00**

▶ siehe Anzeige Seite 54

- Gläser, Obertal 25a 7 75 08
- Gölzer Harald, Stadtbad Koblenz 1 69 10
- Greib-Geißler/Redelbach, Anderbachstr. 6 2 22 55
- Grein Karin, Burgweg 46 28 75 10 44
- Hallbauer Donata, Am Leymberg 23 5 64 73
- Henrich, Sophie-von-La-Roche-Str. 18 9 14 55 91
- Henrich Ralf, Brandenburgstr. 5a 7 25 49



**Praxis für Logopädie und
Entspannungstherapie**

Marion Dennhardt

Dipl.-Sprachheilpädagogin, Entspannungstherapeutin

Logopädie bei:

Sprachstörungen · Sprechstörungen · Stimmstörungen
Schluckstörungen · Redeflussstörungen
myofunktionelle Störungen · Störungen des Schriftspracherwerbes

Entspannungsverfahren:

Autogenes Training · Progressive Muskelentspannung

Vor dem Sauerwassertor 8 · 56077 Koblenz

Tel. 02 61 / 5 79 29 43

dennhardt@therapie-ehrenbreitstein.de · www.therapie-ehrenbreitstein.de



ZENTRUM FÜR FUßGESUNDHEIT
JÖRG LEHNIGK

Orthopädische Maß-Schuhe

- in handwerklicher TOP-Qualität nach individuellem Wunsch
- **kurze Lieferzeiten!**

Diabetiker-Spezialist

- Versorgung rund um den diabetischen Fuß

Außerdem

- individuell gefertigte Schuheinlagen; Schuhzurichtungen
- medizinische Fußpflege; Kompressionsstrumpf-Versorgung

Zentrum für Fußgesundheit

Hausbesuche nach Vereinbarung.
Telefon: 02 61-3 16 69



Gymnasialstraße 5 • 56068 Koblenz
Tel.: 0261-3 16 69 • Fax: 02 61-973 59 73
info@fussgesundheit-koblenz.de
www.fussgesundheit-koblenz.de

Krankengymnastikpraxis
& Pilates-Studio



Karin Klinke

Manual- und Vojtatherapie
Lymphdrainage · Pilates-Kurse

Kurfürst-Schönborn-Straße • 102, 56070 Koblenz
Tel. 0261/801515 • www.pilates-koblenz.de

Physiotherapie
Krankengymnastik,
Massage, Lymphdrainage



Simon Mironovitch
Pfulgasse 18
56068 Koblenz
Tel.: 0261-2061044
Mobil: 0175-7093639



MEDI-CENTER
Mittelrhein GmbH

Homecare, Rollatoren,
Rollstühle, Scooter,
Hilfsmittel-XXL, Schulung
und Beratung

E-Mail: info@medi-center.de
Im Web: www.medi-center.de

„Ihr persönlicher Dienstleister.“

David-Röntgen-Str. 2-4 Tel.: 0261 / 4 60 91-0
DE-56073 Koblenz Fax: 0261 / 4 60 91- 55



PHYSIOTHERAPIE
Humboldthöhe

Krankengymnastik (auch gerätegestützt)
Manuelle Therapie
Elektrotherapie
Lymphdrainage

Massage | Wärmeanwendungen
Rehabilitation nach:
• Sportverletzungen
• Endoprothesenversorgung
• Schlaganfall (Bobath | PNF)
Hausbesuche

Praxisleitung Tina Hienert
Goethestraße 11a
56179 Vallendar

Tel.: 02 61 - 640 32 24
info@physiotherapie-humboldthoehe.de
www.physiotherapie-humboldthoehe.de

Alle Kassen – Kostenlose Parkplätze

Endlich Haare!



Haare bei Chemotherapie



Haare nach Maß

Spezialist für feine und keine Haare

- Perücken bei Chemotherapie u. Alopezie
- Permanente Haarverdichtung
- Frisuren Computerberatung
- Contact Skin · Hairweaving · Toupets
- Luxus-Perücken mit europ. Echthaar
- Alle Kassen

Karthäuserhofweg 29 Koblenz (Karthause Ost) www.endlich-haare.de Tel. 02 61 / 5 52 12

Hitpass-Kroth Anja, Rheinstr. 28 1 83 39
 Kamers, Löhrrondell 5a 3 13 84
 Karabatan, Mainzer Str. 45a 1 63 43

Klinke Karin, Kurfürst-Schönborn-Str. 102 80 15 15
 ▶ siehe Anzeige Seite 56

Kock, Emser Str. 268 7 25 52
 Kramer Dirk, Hofstr. 267-269 9 14 49 87

Karin Kurz
Praxis für Krankengymnastik & Physiotherapie
 Manuelle Therapie, Bobath für Erwachsene,
 CMD-Therapie, Lymphdrainage, Hausbesuche
56077 Koblenz, Auf der Eich 5 7 66 48
Telefax 1 33 39 72
 www.Krankengymnastik-Kurz.de

Mildenberger F. + G., Pfarrer-Kraus-Str. 8 6 82 28
Mironovitch Simon, Pfulgasse 18 2 06 10 44
 ▶ siehe Anzeige Seite 56

Nassiri Gabriele, Planstr. 8 9 42 31 00
 Nassiri Kurosch, Toygar Marco, Gullisastr. 5a 4 36 77
 Oehl Markus, Stegemannstr. 44 1 33 91 50
 OPZ-Koblenz, Löhrrstr. 119 97 38 37-0
 Ortho aktiv, Löhrrstr. 119 97 35 38 55
 Patzke Ingo, Moselweißer Str. 34 4 44 44
 Physioaktiv Ralph Fröhlich, Viktoriastr. 32-36 9 14 55 70
 Praxis für Lymphdrainage und Physiotherapie,
 Hohenfelder Str. 19 8 89 63 64

Privatpraxis für Physiotherapie und Bowtech
 Leonore Görlich
Kemperhofweg 5 92 22 773
 Krankengymnastik, Manuelle Lymphdrainage,
 Massagen, Cranio-Sacral-Therapie, Hausbesuche
Anti-Stress-Behandlung: Kombination o.g. Verfahren
 zu einer individuellen Entspannungsbehandlung
 info@praxis-goerlich-buesgen.de
 www.praxis-goerlich-buesgen.de

Reha Rhein-Wied
Andernacher Str. 70 39 70-0

Rehazentrum Ambulante Rehabilitation,
 Praxis für Physiotherapie, Ergotherapie am SKM,
 Joh.-Müller-Str. 7 137 - 1628 / - 50 44
 Rusteberg u. Ripinger, Pionierhöhe 39 5 52 20
 Schall Uwe, Emser Straße 397 7 30 99
 Staab Michael, Clemensstr. 26-30 9 73 72 72
 Thielen A., Karl-Härle-Str. 1 5 58 42
 Weißelberg Sabrina, Casinostr. 48-54 97 38 12 25
 Wirths H., An der Kreuzkirche 8 9 73 27 71

Dieblisch (0 26 07)

Weißelberg Sabrina, Kirchstr. 1 96 31 19
 Kamp-Bornhofen (0 67 73)

Baltes Helge, Bachstr. 5 5 00
 Breitenbach GbR, Rheinuferstr. 69 77 20
 Lahnstein (0 26 21)

Breitenbach Michael, Emser Str. 5 79 81
 Hanel G./Kanera S., Brückenstr. 36 92 24 99
 Hoppe Heike, Sebastianusstr. 14 9 21 93 98
 Kadenbach Gaby + Jürgen, Bodewigstr. 20 18 94 9
 Neuwied (0 26 31)

Endermann Ute
Praxis für Krankengymnastik
 Für Säuglinge, Kinder und Erwachsene
 Bobath-, Vojta-, Manuelle Therapie
Engerser Str. 61 2 22 19
Telefax 2 22 69

Ochtendung (0 26 25)

Böttcher Siw, Polcher Str. 1 95 91 93

Lünse Elisabeth, Im Bergfrieden 8 96 01 81
 Roggendorf, Oberpfortstr. 18 62 19
 Rhens (0 26 28)

Schwarze, Hochstr. 26 98 68 73
 Stockel H., Hochstr. 48 98 69 00
 Vallendar (02 61)

Heindricks Andrea, Robert-Koch-Str. 9 9 83 03 13
 Hepfer-Wagner Thomas 6 44 45

Physiotherapie Humboldthöhe, Goethestr. 11a 6 40 32 24
 ▶ siehe Anzeige Seite 56

Reinhardt Michael, Rheinstr. 103 39 41 96 96
 Schlembach Jürgen, Hellenstr. 35 6 58 45
 Waldesch (0 26 28)

PhysioVital Lückert, Koblenzer Str. 54 98 98 46

Pilates
 Koblenz (02 61)

Pilates-Studio Karin Klinke
 Pilates-Kurse
Kurfürst-Schönborn-Straße 102 80 15 15
 www.pilates-koblenz.de

Podologie (med. Fußpflege), Fußpflege
 Koblenz (02 61)

Beauty-Nails, Rathauspassage 6 9 88 68 33
 Falke Manuela, Simmerner Str. 119 9 52 46 48
 Faller, Im Kimmelberg 3 2 16 40
 Fußpflegepraxis im Stadtbad, Weißer Gasse 4 3 00 28 82
 Przybycin Elisabeth, Schloßstr. 10 3 60 50
 Rosenbach GmbH, J.-Görres-Platz 7-13 3 30 99
 Weinand B., Am Plan 1 9 73 74 37
 Wilberg Annelie, Pionierhöhe 39 5 68 35
 Wissmann Michaela, Im Palmenstück 85 7 99 80
 Lahnstein (0 26 21)

Heinemann, Sauergerasse 7 0173 / 7 36 15 88
 Lonnig (0 26 25)

Monis Fuß- und Nagelstudio, Oberdorfstr. 3 95 22 99

Sanitätshäuser
 Koblenz (02 61)

Burbach + Goetz, Stegemannstr. 5-8 13 38 80
 Klapper GmbH, Friedrich-Ebert-Ring 38 1 81 05

MEDI-CENTER Mittelrhein GmbH
David-Röntgen-Str. 2-4 4 60 91-0
 ▶ siehe Anzeige Seite 56

rahm Zentrum für Gesundheit, Josef-Görres-Platz 2 97 32 01 71
 Thönnissen GmbH, Löhrrstr. 91 3 21 12
 Lahnstein (0 26 21)

Borchard Walter, Hochstr. 8 24 90
 ▶ siehe Anzeige Seite 54

Stressbewältigung / Entspannung
 Koblenz (02 61)

Praxis für Entspannungstraining Marion Dennhardt
Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung
 (zertifiziert als Präventionskurs nach § 20 Abs.1 SGB V)
Vor dem Sauerwassertor 8 5 79 29 43
 dennhardt@therapie-ehrenbreitstein.de
 www.therapie-ehrenbreitstein.de
 siehe auch Anzeige Seite 55

Zell Gabriele Dr.med. Dipl.-Psych., Rheinzollstr. 4 1 33 66 85
 ▶ siehe Anzeige Seite 24 + 25



Natur heilt

Naturheilkundliche Medizin im Trend

Gibt es nicht auch etwas Natürliches?“ Viele von uns haben dies schon ihren Arzt gefragt. Denn die Naturheilkunde gilt vielen Menschen als sanfter und verträglicher als synthetische Medikamente.

Damit soll jetzt nicht gesagt werden, dass die Schulmedizin schlecht sei. Nein! Es gibt sehr viele Anwendungsgebiete, in denen nur die westliche Schulmedizin helfen kann. Vor allem bei vielen akuten und schweren Krankheiten.

Die Naturheilkunde hat definitiv ihre Stärken. Untersuchungen zeigen, dass sie bei den chronischen und den leichteren Krankheiten im Vorteil ist. Sie kann auch sehr gut Krankheiten im Vorfeld erkennen und auf eine natürliche, für den Menschen gemachte Art dagegen angehen. Woran liegt das?

Die Antwort ist einfach: Die Naturheilkunde entspricht der Natur des Menschen: Das komplexe System Mensch hat sich in den letzten 100.000 Jahren entwickelt. Somit hat es lange Zeit gehabt, sich auf die komplexen Mehrstoffverbindungen einzustellen, welche in Heilpflanzen zu finden sind. Deren Wirkstoffe setzen in niedriger Dosierung an unterschiedlichen Zellen im Körper an. Dies hat folgenden Effekt: Jeder einzelne Wirkstoff kann durch seine geringe Dosierung auch nur eine jeweils geringe Nebenwirkung hervorrufen. Während sich aber die Nebenwirkungen zerstreuen, addieren sich die Wirkungen.

Etwas Anderes ist der Fall, wenn bei einem synthetischen Medikament ein einzelner Wirkstoff im Vordergrund steht. Dieser muss als „Einzelkämpfer“ zwangsläufig eine höhere Dosis als ein Naturheilmittel haben, um einen Effekt hervorzurufen. Somit steigt die Gefahr, dass es gefährliche Nebenwirkungen gibt. Insofern hat der Volksmund sicher Recht, wenn er die pflanzlichen Präparate als gut verträglich bezeichnet.

Eine große Gefahr allerdings besteht bei der Pflanzenheilkunde: Nicht jede Pflanze enthält die gleichen Inhaltsstoffe. Für einen Weinkenner ist es einleuchtend: Ob Riesling, Müller-Thurgau oder Muskateller – die Geschmacksunterschiede zwischen den einzelnen Traubensorten sind groß. Und selbst wenn sich in zwei Flaschen ein und dieselbe Weinsorte be-

findet, bestimmt die Beschaffenheit des Bodens die Inhaltsstoffe der Traube. So entstehen die charakteristischen Weine, die eine Region hervorbringt.

In der Pflanzenheilkunde aber denken viele: Johanniskraut ist gleich Johanniskraut. Und Baldrian ist gleich Baldrian. So als ob alle Pflanzen die gleichen Inhaltsstoffe hätten, egal auf welchem Boden und in welchem Klima sie gewachsen sind. Dem ist nicht so, denn einige Firmen legen großen Wert auf die Qualität ihrer Rohstoffe und sind dann natürlich teurer. Viele andere wollen vor allem billig sein. Hier gibt es leider noch kein einheitliches Qualitätssiegel. Erste Anhaltspunkte geben die Zusätze „standardisiert und normiert“ auf der Packung. Das heißt, wichtige Inhaltsstoffe werden garantiert.

Einfache, aber moderne Methoden

Naturheilkunde besteht natürlich nicht nur aus der Pflanzenmedizin bzw. Phytotherapie. Auch der große Bereich der Ernährungsmedizin gehört dazu. In fernöstlichen Kulturen ist dieses Wissen sehr stark verankert. In der traditionellen chinesischen Medizin beispielsweise wurde bis zum siebten Jahrhundert nicht zwischen Rezepturen aus Heilkräutern und Kochrezepten unterschieden. In unserer Kultur besinnt man sich ebenfalls wieder auf den Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit. Denn hier bei uns, mitten in unserer Zivilisationsgesellschaft, leiden viele an Mangelerscheinungen. Fast food, industriell vorgefertigte Nahrungsmittel, mangelnde Zeit, um regelmäßig ausgewogen zu kochen, und ein Aussterben der schönen genussvollen Esskultur sind Gründe dafür.

Allgemeiner Kräfteschwund, Krankheitsanfälligkeit bis hin zur Zunahme von Krankheiten wie Dickleibigkeit, Diabetes und Herz-Kreislaufkrankungen sind der Preis, den wir für unser Überangebot an Nahrungsmitteln bei gleichzeitig fehlendem Bewusstsein für gesunde Inhaltsstoffe und ausgewogene Ernährung zahlen. Viel zu wenig ist zudem bekannt, wie wichtig auch das regelmäßige ausreichende Trinken ist.

Hier hat sicherlich die Naturheilkunde einen Vorteil gegenüber der Schulmedizin. Denn in der Naturheilkunde spielen traditionsgemäß diese scheinbar so einfachen Methoden eine große Rolle. Und so könnte auch die Schulmedizin von der Naturheilkunde lernen, indem wir uns wieder auf die einfachen Methoden besinnen, um uns gesund zu halten.

Selbstheilungskräfte fördern

Eine weitere Schlüsselrolle spielt in der Naturheilkunde die Physiotherapie. Hierunter versteht man eine Kranken- und Heilbehandlung mit physikalischen, naturgegebenen Mitteln. Dazu zählen die klassischen Anwendungen mit Wasser, Wärme und Kälte, Licht, Elektrizität und Magnetfeldern. Es gehört auch das Anwenden von statischen und dynamischen Kräften in Massage, Krankengymnastik, Chirotherapie oder Osteopathie zu. Weiterhin gibt es die Entspannungsmethoden, sowie die ganzheitlichen Therapiesysteme wie die Kneipptherapie, die Homöopathie, die traditionelle chinesische oder die ayurvedische oder die antroposophische Medizin.

Diese Methoden sind sehr unterschiedlich in ihrem Ansatz und in ihren Auswirkungen. Und doch haben sie alle eines zum Ziel: Sie bauen darauf, dass der Mensch Selbstheilungskräfte besitzt und versuchen, diese gezielt zu fördern oder anzuregen.

Bittere „Pille“: Schwächung von oben

In vielen Ländern muss man leider ausgerechnet die Naturheilprodukte selbst zahlen. Das heißt, die Mittel, die gut erprobt sind und wenige Nebenwirkungen haben, werden – mit einigen Ausnahmen – nicht offiziell anerkannt. Der Grund: In der Vergangenheit wurde von der Naturheilkunde oft vergessen, den wissenschaftlichen Wirkungsnachweis zu erbringen. Hier gibt es mittlerweile zahlreiche Institute, die sich darauf spezialisiert haben und Vergessenes nachholen.

Gesundheit stärken nach Hildegard von Bingen

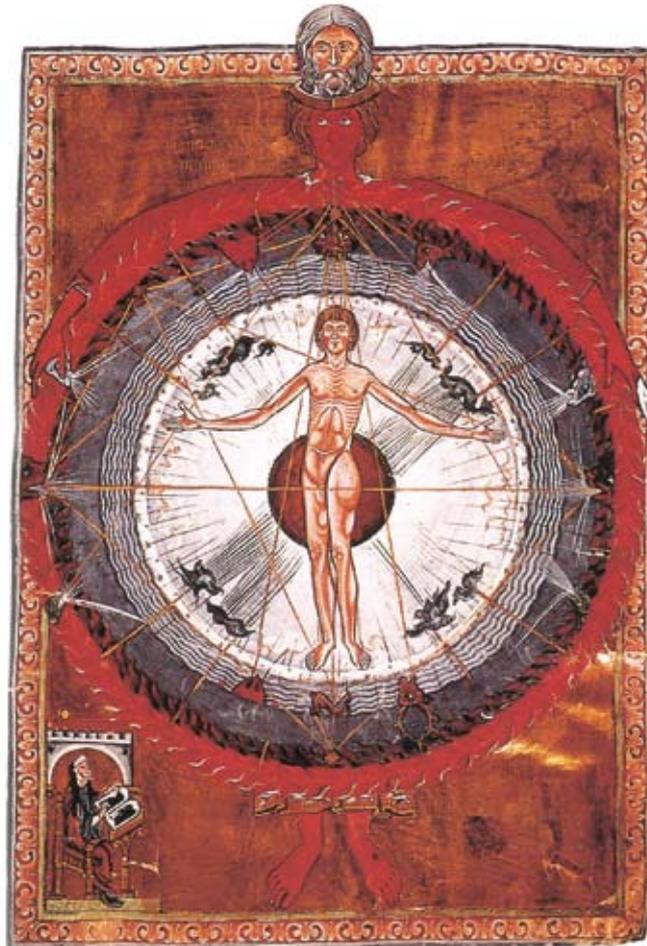
Auf den Spuren der Hildegard von Bingen kann man besonders in Rheinland-Pfalz überall wandeln: In Bernersheim bei Alzey wurde sie im Jahr 1098 geboren. Und im Kloster Rupertsberg bei Bingen starb sie im Jahr 1179 als Äbtissin. Dazwischen lag ein langes und erfülltes Leben, in dem sie sich vor allem mit zwei Büchern einen Namen machte: die „Physika“, zu deutsch: Naturkunde, und die „Causae et curae“, zu deutsch: Ursachen und Heilverfahren.

Die Bücher gaben das konkrete heilkundliche Wissen ihrer Zeit wieder. Zudem sind viele eigenständige Gedanken und Beobachtungen Hildegards dabei. Für das frühe Mittelalter, in dem die Gelehrsamkeit von Frauen nicht selbstverständlich war, ist das eine bemerkenswerte Leistung.

Hildegard von Bingen gilt als erste deutsche Naturforscherin. Wiederentdeckt wurde sie in den siebziger Jahren von dem Arzt Gottfried Hertzka und dem Heilpraktiker Wighard Strehlow. Die beiden prägten den Begriff „Hildegard-Medizin“. Bis heute sind Teile der Hildegard-Medizin aktuell. Denn Hildegard mahnte vor allem zu maßvoller Lebensführung und ausreichender Körperhygiene, wie zum Beispiel zu regelmäßiger Zahnpflege. Allerdings gelten andere Ideen als widerlegt. Aber beschäftigen wir uns doch einmal im Einzelnen mit Hildegards Beobachtungen und Lehren.

In ihrer Schrift „Ursachen und Heilverfahren“ entwickelte Hildegard von Bingen eine Art Krankheitslehre. Sie stützt sich stark auf die Anschauungen ihrer Zeit, nach denen sich die ganze Welt aus vier Elementen zusammensetzt. „Es sind: das Feuer, die Luft, das Wasser und die Erde. Diese vier Elemente sind untereinander so eng verknüpft und verbunden, dass keines vom anderen getrennt werden kann.“ So schreibt es Hildegard.

Sie erkannte aber auch, dass körperliche Leiden und die Gedanken und die Psyche eines Menschen zusammengehören. Und das ist revolutionär. Selbst für unsere heutigen Zeiten. Denn in unserer Medizin wird immer noch sehr stark unterschieden zwischen **Körper und Geist**. Und das, obwohl viele moderne Studien gezeigt haben, dass wir mit unseren Gedanken die Funktion der Organe und unseren Gesundungsprozess stark beeinflussen können. Hildegard von Bingen hat das schon gewusst. Nach ihrer Beobachtung können körperliche Leiden Geisteskrankheiten auslösen. Und umgekehrt können psychische Defekte körperliche Schäden auslösen.



Ihr zweites wissenschaftliches Buch – die Naturkunde – ist ein frühes **Arzneimittelbuch**. Hierin beschreibt sie 230 Kräuter, 63 Bäume, viele Steine, Fische, Vögel, Reptilien.

Die fünf Säulen der Hildegard-Medizin

1. Säule: Heilmittel sind überall in der Natur zu finden

Laut Hildegard sind heilende Kräfte in den Pflanzen, den Edelsteinen, Mineralien und Tieren zu finden. Einige Tipps sind bis heute aktuell. So empfahl sie bei Husten einen warmen Sud aus Salbei, Liebstöckel und Fenchel. Anderere Tipps sind überholt. Der Diamant etwa wirke gegen „Spinnweben und Schlangengift, gegen Fallsucht und Mondsüchtigkeit, bewahrt das Haus vor Dieben und schenkt seinem Träger Tüchtigkeit, Verstand und Weisheit in der Rede“. Insbesondere gegen Hildegards Edelsteinkunde wehrt sich die Schulmedizin.

2. Säule: Gesunde Ernährung ist entscheidend für die Gesundheit

Unter einem maßvollen und ausgewogenen Essen verstand Hildegard vor allem das Getreide Dinkel. Auch Kräuter und Gewürze, sowie Sellerie, Edelkastanie und Fenchel gehören dazu. In schlechten Ernährungsgewohnheiten und ungesunder Ernährung sah Hildegard dagegen Ursachen für Erkrankungen. Aus heutiger Sicht ist das aktueller denn je.

3. Säule: Ausleitungsverfahren

Im Mittelalter waren Ausleitungsverfahren wie Aderlass und Schröpfen beliebt. Dies unterstützte Hildegard, um den Organismus von krankmachenden Einflüssen zu reinigen. Aber sie übte auch Kritik am häufigen Aderlass. Hingegen empfahl sie das Fasten, sowie Warmwasser- und Schwitzbäder. Aus heutiger Sicht immer noch aktuell.

4. Säule: Regelmäßige Lebensführung

Die Einhaltung von Regeln und Rhythmen, der Wechsel von Ruhe und Aktivität sind wichtig für ein gesundes Leben und für die heutige Zeit wertvolle Tipps zur Stressvermeidung. Allerdings meinte Hildegard, dass sich der Mensch diese Regeln selbst geben solle.

5. Säule: Seelische Reinigung

Um wieder gesund zu werden und zu bleiben, muss die ganze Person mitwirken. Liebe und Hoffnung haben heilende Kräfte. 35 Lastern stellte Hildegard 35 Tugenden gegenüber. Die Menschen sollen nach und nach die Laster abbauen und die Tugenden fördern. Das gelingt mit Musik, Gebet und Meditation.

Fazit: Hildegard von Bingen hat ein erstaunlich schlüssiges und ganzheitliches Bild vom Menschen und seinen Krankheitsursachen gezeichnet. Vieles von dem ist bis heute aktuell. Allerdings wird unter dem Schlagwort Hildegard-Medizin auch viel Scharlatanerie betrieben. So gibt es keine zugelassenen speziellen Hildegard-Arzneimittel. Viele Heilpflanzen und Kosmetika gibt es ohne den Zusatz „Hildegard“ in jeder Apotheke zu kaufen, dann aber in geprüfter Qualität. Lebensgefährlich kann es sein, wenn Sie auf Hildegard-Medizin vertrauen, anstatt bei anhaltenden Krankheiten zum Arzt zu gehen.

Andererseits können wir immer noch viel von Hildegard von Bingen lernen. Besonders ihre Überzeugung, dass unsere Gedanken und unsere Lebensführung einen wichtigen Einfluss auf unsere Gesundheit haben, ist sehr wertvoll.



Foto: Dr. Christoph Zehler (privat)

Die Welt ist heute nicht mehr still

Lärm macht krank – viele leiden unter dauerhafter Geräuschkulisse

Wer die Stille genießen will, muss im Rhein-Main-Gebiet manchmal weite Wege zurücklegen, um ruhige Flecken zu finden. An- und abfliegende Flugzeuge im Minutentakt, Güterzüge mit über 40 Jahre alten Waggons mit einem Lärmpegel über 100 Dezibel, Autos und Motorräder auf den Straßen. Das Mittelrheintal ist laut einem Gutachten mittlerweile die lauteste Region in Deutschland – ein nicht gerade rühmlicher Rekord. Die Welt, in der wir leben, ist heute selbst in der Nacht nicht mehr still: Straßenverkehrslärm, Bahn- und Fluglärm sowie selbst der allgegenwärtige Gewerbe- oder Nachbarschaftslärm schallt auf unsere Ohren. Inzwischen prasseln nahezu rund um die Uhr Geräusche auf uns ein – und das kann auf Dauer krank machen.

Wenn die Menschen entlang der Bahnstrecke im Rheingau und am Mittelrhein in den wohlverdienten Schlaf fallen wollen, donnern die Güterzüge im Vier-Minuten-Takt über die Gleise. „Da ist an Schlaf nicht mehr zu denken. Und wenn der Gotthard-Tunnel in Be-

trieb geht, wird es noch schlimmer“, sagen die Bewohner der Region und erhalten mittlerweile Unterstützung von Ärzten und Wissenschaftlern. Ob am Rhein oder in der Einflugschneise des Frankfurter Flughafens – an vielen Orten wurden langfristige Untersuchungen durchgeführt. Welche Auswirkungen haben die Dauerbeschallungen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene? Für Experten stehen die Folgen fest.

Verkehrslärm

Der Verkehr ist die bedeutendste Lärmquelle in Deutschland. In der Umgebung von Straßen, Eisenbahnstrecken und Flughäfen sind viele Menschen starkem und dauerhaftem Lärm ausgesetzt. Obwohl die Fahrzeuge durch gesetzliche Vorgaben immer leiser werden, nimmt der Verkehrslärm zu. Immer mehr PKWs und LKWs sind auf den Straßen unterwegs, der Flugverkehr nimmt zu. Das Umweltbundesamt hat ermittelt, dass bereits jeder sechste Deutsche durch Verkehrslärm ein leicht erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen hat.

Lärm durch Schienenverkehr

Auch Züge produzieren Lärm. Belästigung durch Vibrationen und Ruhestörung empfinden vor allem Menschen, die nahe an einer Bahnstrecke wohnen. In der Nacht sind viele Güterzüge auf den Schienen unterwegs, und man plant, noch mehr Güterverkehr auf die Schiene zu bringen. Den Güterverkehr von der Straße auf die Wasserwege und Schienen zu transferieren, ist aus Gründen des Umweltschutzes grundsätzlich sinnvoll. Wie laut die einzelnen Züge sind, hängt von den technischen Gegebenheiten der Züge und vom Zustand der Gleise ab. Besonders auf den Hauptstrecken, wo viele Züge unterwegs sind, kommt es zu „Schienenverfälschungen“, die das Rollen der Züge besonders laut macht. Durch Abschleifen der Gleise können diese Strecken unter Umständen wieder leiser gemacht werden.

Um den Lärmpegel drastisch zu senken, fordern die Bürgerinitiativen entlang der Bahnstrecke die Umrüstung der „antiken“ Waggons, ein Nachtfahrverbot und eine Geschwindigkeitsreduzierung für die Güterzüge. Weitere Maßnahmen, die ergriffen werden können: An besonders stark belasteten Bahnstrecken können Lärmschutzwälle oder der Einbau von Schallschutzfenstern helfen, Anwohner vor Lärm durch vorbeirauschende Züge zu schützen. Nach neuesten Erkenntnissen erreicht eine neue Geoglasschaumschotterfüllung bei aufgestellten Gabionen sehr gute Resultate. Schon ab einer Schichtdicke von 20 Zen-

timeter Glasschaumschotter und durch Einsatz einer Sand- oder Betonschicht zwischen dem Glasschaumschotter und der Steinfüllung sollen Schallabsorptionswerte über 30 Dezibel erzielbar sein, heißt es.

Gabionen ohne Glasschaumschotter-Teilbefüllung haben keinen großen Effekt und werfen den Schall zum größten Teil nur auf die entgegengesetzte Seite zurück. Besonders bei Verkehrslärmquellen in Tälern trifft dies dann die höherliegenden Wohnlagen. Die neuen Schallschutzwände wurden von den Schweizer Eisenbahnen in besonders schallgefährdeten Streckenabschnitten bereits mit Erfolg eingesetzt.

Wie kann man sich vor Lärm und Gesundheitsschäden schützen?

Im privaten Bereich kann man selbst Einfluss nehmen. Kindern sollten unbedingt aufgeklärt werden und die Lautstärke bei ihrem MP3 Player soweit wie möglich nach unten regulieren. Schwierig wird es bei Lärm, den man nicht selbst beeinflussen kann. In Discos und auf Konzerten sollte man sich nicht direkt vor die Lautsprecher stellen oder setzen. Bei Arbeiten mit lauten Maschinen sollte man im privaten Bereich, wie in der Arbeitswelt vorgeschrieben, unbedingt Gehörschutz tragen. Oft helfen auch schon einfache Gehörschöpfe. Und bei kurzzeitigen Lärmbelästigungen sollten auch Kinder einfach die Ohren zuhalten. Staatliche Zuschüsse für den Einbau von Lärmschutzfenstern sind möglich, Lärmschutzwälle können die Belastung reduzieren.

Das Gesundheitsamt weist darauf hin, dass Lärm von hoher Intensität gesundheitsschädigend sein kann. Dauernde hohe Lärmpegel sind vom medizinischen Standpunkt aus bedenklich; insbesondere für alte, kranke und pflegebedürftige Menschen ist von hoher Stressbelastung mit negativen Auswirkungen auf das kardiopulmonale System durch Dauerlärm, vor allem in der Nacht, auszugehen. Schlafstörungen, Herz-Kreislaufkrankungen, Hörschäden und eine hohe psychische Belastung sind zu befürchten.



Unsere stationäre und ambulante Seniorenhilfe – Ihr starker Partner in Rheinland-Pfalz ...



Katharina-Kasper-Seniorenzentrum Andernach
Tel. 0 26 32 / 307 - 0
www.katharina-kasper-andernach.de



In unseren acht rheinland-pfälzischen Seniorenzentren bieten wir Ihnen ein wohnortnahes, umfangreiches Dienstleistungsspektrum zur Pflege, zum Wohnen und zur Betreuung von Seniorinnen und Senioren.

Seniorenzentrum St. Elisabeth Bad Hönningen
Tel. 0 26 35 / 92 220 - 0
www.st-elisabeth-bad-hoenningen.de



Seniorenzentrum St. Peter Mülheim-Kärlich
Tel. 0 26 30 / 96 77 - 0
www.st-peter-muelheim-kaerlich.de



Seniorenzentrum St. Barbara Koblenz
Tel. 0 26 1 / 94 32 - 0
www.st-barbara-koblenz.de



Seniorenzentrum St. Josef Koblenz-Horchheim
Tel. 0 26 1 / 70 02 - 0
www.st-josef-koblenz.de



Ob **Service Wohnen, Langzeitpflege, Tages- oder Kurzzeitpflege** – in unseren

Seniorenzentrum St. Josef Dernbach
Tel. 0 26 02 / 67 00 - 0
www.st-josef-dernbach.de



Herz-Jesu-Heim (nur für Ordensschwwestern) Dernbach
Tel. 0 26 02 / 684 - 0
www.herz-jesu-heim-dernbach.de



Einrichtungen werden Sie von unseren Teams **stets liebevoll und qualifiziert** umsorgt!

Seniorenzentrum St. Suitbertus Rheinbrohl
Tel. 0 26 35 / 92 49 - 0
www.st-suitbertus-rheinbrohl.de



Telefon 0800 / 333 0 332 (Ihre kostenfreie Pflegeplatz-Hotline)

**Der ambulante Pflegedienst
in Ihrer Nähe!**

www.hilfe-daheim-rlp.de

HILFE DAHEIM
Andernacher Straße 4
56218 Mülheim-Kärlich
Telefon (0 26 30) 95 58 45

Kornpfortstraße 14 · 56068 Koblenz
Tel.: (02 61) 30 45 80 · E-Mail: stiftung@eltzerhof.de



Stationäre Altenpflege
Kurzzeitpflege
Service Wohnen

Ideale Lage, im Zentrum der historischen Altstadt, in unmittelbarer Nähe zu Mosel, Rhein, des Geschäftszentrums und des Deutschen Ecks.

ALTEN- UND PFLEGEHEIME, WOHNEN IM ALTER, BETREUTES WOHNEN

Alten- und Pflegeheime

Koblenz (02 61)

- AWO Seniorenzentrum „Laubach“**, Laubach 20-22..... 3 00 70
- Bodelschwingh Seniorenpflegeheim**
Herberge zur Heimat e.V., Bodelschwinghstr. 2..... **98 31-0**
siehe Anzeige unten
- Caritashaus St. Elisabeth, Pfarrer-Kraus-Str. 150** **65 07-0**
siehe Anzeige Seite 64
- ELTZERHOF, Kornportstr. 14** **3 04 58-0**
siehe Anzeige Seite 62
- Geschw. De Haye'sche Stiftung, Karl-Härle-Str. 1-5** **5 01-0**
- Hildegard von Bingen, Emser Str. 242** **29 35 13-0**
siehe Anzeige Seite 64



ISA DOMIZIL GmbH

- ISA Senioren-domizil Asterstein**
Herm-Dienz-Straße 2 **9 73 53-0**
Telefax 9 73 53-440
www.ISA-DOMIZIL.de
- ISA Senioren-domizil Laubenhof**
Gulisastraße 122 **9639-0**
Telefax 9639-111
www.ISA-DOMIZIL.de
- Maria vom Siege**, Hochstr. 207 8 99 07-0
- Seniorenresidenz Moseltal**, Moselweißer Str. 123.....94 28-0
- Senioren-sitz der Blinden-hilfe**
„Auf der Karthause“ Magdeburgerstr. 13-15 50 20
„Am St. Josef Platz“, St. Josef Platz 10a 30 46 60
- St. Barbara, Waisenhausstr. 8** **94 32-0**
siehe Anzeige Seite 62
- St. Josef, Emser Str. 292** **70 02-0**
siehe Anzeige Seite 62

- Stiftungsklinikum Mittelrhein – Evangelisches Stift St. Martin**
Kurfürstenstr. 65-67 1 37-12 60
- Theresiahaus GmbH, In der Weglänge 7**..... **20 16 06 00**
siehe Anzeige Seite 64
Andernach (0 26 32)
- Katharina Kasper Seniorenzentrum, Am Stadtgraben 33**..... **3 07-0**
siehe Anzeige Seite 62
Bendorf (0 26 22)
- AWO Seniorenzentrum „Vierwindenhöhe“**, Vierwindenhöhe 14-16 9460
Boppard (0 67 42)
- Bethesda-St. Martin gGmbH – Altenzentrum Haus Elisabeth**
Antoniusstr. 17 **80 53 00**
siehe Anzeige Seite 65
Kamp-Bornhofen (0 67 73)
- Haus Marienberg gGmbH, Kirchplatz 6** **9 14-0**
siehe Anzeige Seite 66
Lahnstein (0 26 21)
- Caritas-Altenzentrum St. Martin**, Hochstr. 2 92 00-0
- Pro Seniore Residenz Lahnstein**, Kastanienstr. 2-4 1 79-0
Neuwied (0 26 31)
- Bethesda-St. Martin gGmbH – Altenzentrum Ev. Marktkirchengemeinde**
Friedrichstr. 13 **94 13-0**
siehe Anzeige Seite 65
Ochtendung (0 26 25)
- St. Martin**, Heinrich-Heine-Str. 7-11 95 87-0
Vallendar (02 61)
- ctt-Zentralverwaltung der AHE a.d. Rheinschiene**
Beuelsweg 8 64 07-100
- Residenz Humboldthöhe, Goethestr. 11a** **64 03-0**
siehe Anzeige Seite 67
- St. Josef**, Beuelsweg 8 64 07-0

Wohnen im Alter

Koblenz (02 61)

- modernes wohnen Koblenz**
Lindenstr. 13 **9 47 30-0**
siehe Anzeige Seite 5

www.herbergezurheimat.de

Seniorenpflegeheim Bodelschwingh

stadtnah im Grünen

Unser Haus ist im hochwertigen Hotelstil erstellt und verfügt über 108 Plätze. Das Foyer mit Empfang, Wart- und Lesebereich, Ruhezone und Cafeteria lädt zum Verweilen ein. Im Naschgarten können Sie Himbeeren pflücken, Schach spielen und unseren vier entzückenden Laufenten zusehen. Ein vielseitiges Unterhaltungsprogramm, Feste und Ausflüge sorgen für Abwechslung und Kurzweil. **Wir leisten Pflege mit Herz und Kompetenz.** Zwei zusätzlich bedarfsgerecht eingerichtete Wohnbereiche für an Demenz erkrankte Menschen geben Wohlbefinden und Sicherheit Bewohnern und Angehörigen.

Bodelschwinghstr. 2 in Koblenz Tel. 0261-9851-0
(gegenüber der Kirche Maria Hilf in Metternich)



BODELSCHWINGH
Seniorenzentrum
in Koblenz



Wir geben Menschen ein Zuhause und pflegen mit Herz und Fachverstand



Senioreneinrichtung mit Flair
am Rheinufer von Koblenz-
Horchheim gelegen...



Einladung



Senioren- und Pflegeheim

mit Blick auf den Rhein verfügt über 105 komfortable Einzel- und 6 Doppelzimmer und ist der ideale Ort für den Lebensabend.

Integration statt Isolation...

Dies spiegelt sich in unserem Konzept nach dem **Hausgemeinschaftsprinzip** wider, unterstützt durch bereichsbezogene Hauswirtschaftskräfte in **familiär gestalteten Aufenthaltsbereichen**.

Betreuung und Pflege...

Neben Leistungen wie **Tages-, Kurzzeit-, Verhinderungs- und vollstationärer Pflege**, bieten wir allen Bewohnern ein umfangreiches Betreuungs- und Freizeitangebot sowie Einzel- und Gruppenbetreuung für Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz an.

Besuchen Sie unser öffentliches Bistro...

und genießen Sie unser wöchentlich wechselndes Speiseangebot bei einem Gläschen Wein!

Hildegard von Bingen

Emser Str. 242 | 56076 Koblenz-Horchheim
Tel.: (0261) 293 513-0 | Fax (0261) 293 513-333
www.hvb-koblenz.de



 **Wohnheim für ältere Menschen
Caritashaus „St. Elisabeth“**

**Arenberger
Caritasvereinigung e.V.**
Pfarrer-Krauss-Straße 150
56077 Koblenz-Arenberg
Tel. 02 61 / 65 07 - 0
Fax 02 61 / 65 07 - 40
info@caritashaus.de
www.caritashaus.de

Unsere Leistungen für Sie:

- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Wohn- und Pflegeheim
- Betreutes Wohnen
- Begegnungsstätte

Ausgezeichnet
mit dem
grünen Haken



Verbraucher-
freundlichkeit
festgestellt



**Theresiahaus
GmbH**

- vollstationäre
Pflegeeinrichtung
- Kurzzeitpflege

modern familiär kompetent Mitten im Leben

In der Weglänge 7 • 56072 Koblenz
Tel.: 0261-20 160 600 • info@theresiahaus.de

www.theresiahaus.de

Dem Nächsten begegnen

**Bethesda-
St. Martin**
gemeinnützige GmbH



Die Bethesda-St. Martin gGmbH bietet an vier Standorten Betreutes Wohnen/Service-Wohnen, Dauer- und Kurzzeit- sowie Tagespflege an. In unseren Häusern finden Sie Ihr neues Zuhause, wenn durch Pflegebedürftigkeit oder Krankheit Ihr Leben in der gewohnten Umgebung ganz oder zeitweise nicht mehr möglich ist. Gerne beraten wir Sie und unterstützen Sie bei Ihrer Entscheidung. Lernen Sie Ihr Haus bei einem Besuch kennen! **Wir freuen uns auf Sie!**

Heim in der Heimat – Haus Elisabeth

Antoniusstraße 17 | **56154 Boppard**
Einrichtungsleitung Armin Stelzig
Telefon 06742 / 80 53 - 00
haus.elisabeth@stiftung.bethesda.de

Mittendrin im Leben – Altenzentrum Ev. Marktkirchengemeinde

Friedrichstraße 13 | **56564 Neuwied**
Einrichtungsleitung Michael Lobb
Telefon 02631 / 94 13 - 0
altenzentrum.marktkirche@stiftung-bethesda.de

Leben im Alter – das Betreuungs- und Begegnungszentrum Haus am Rebenhang

Krambachweg 8 | **56333 Winningen**
Einrichtungsleitung Frank Schirra
Telefon 02606 / 92 10 - 0
haus.rebenhang@stiftung-bethesda.de

Leben im Kannenbäckerland – Seniorenzentrum Bethesda

Rathausstraße 55 | **56203 Höhr-Grenzhausen**
Einrichtungsleitung Michael Lobb
Telefon 02624 / 94 70-0
seniorenzentrum.bethesda@stiftung-bethesda.de



56154 Boppard

Mainzer Straße 8

Telefon (06742) 87 47-0

stiftung@stiftung-bethesda.de



www.stiftung-bethesda.de

Haus Marienberg

Alten- und Pflegeheim

Eine sichere Adresse für Senioren und Pflegebedürftige



Das Haus Marienberg, einst ein bekanntes Hotel mit dazugehörigem Weingut,

ist seit fast 50 Jahren ein Alten- und Pflegeheim, das als privat-gemeinnützige Einrichtung geführt wird.

Auf fünf Etagen stehen 78 Einzel- oder Doppelzimmer zur Verfügung, die bequem mit zwei Aufzügen zu erreichen sind.

Unser Leistungsangebot umfasst in erster Linie die stationäre Vollzeitpflege in allen Pflegestufen. Selbstverständlich können Sie auch Tages-, Nacht- und Kurzzeitpflege in Anspruch nehmen.

Unser Ziel ist es, dass Sie sich bei uns sowohl körperlich, als auch seelisch bestens versorgt und umsorgt fühlen.

Wir bieten Ihnen rund um die Uhr eine individuelle, ganzheitliche Pflege. Unser qualifiziertes Pflegeteam ist darauf eingestellt selbst schwerstpflegebedürftige Menschen auf das Beste zu versorgen.

Unser Leitbild und Heimphilosophie sind:

SIE als Person stehen bei uns im Mittelpunkt aller unserer Bemühungen. Wir wertschätzen Sie als Mensch und Bewohner unseres Hauses.

Darum tun wir sehr viel, um Ihnen einen würdigen und lebenswertes Wohnen zu ermöglichen.

Unser Wochenprogramm, die hauseigenen Feste und Feiern, bei denen übrigens Angehörige, Freunde und Nachbarn gern gesehene Gäste sind, sind sehr beliebt in der Region und gehen weit über das Übliche hinaus. Beispielsweise gibt es bei uns eine jährliche 8-tägige vom Haus betreute Seniorenfreizeit in den Bergen oder an der See.

Höchste Auszeichnung und Anerkennung

Aufgrund der jahrzehntelangen uneigennützigem besonderen Leistungen erhielt **Heimleiter Thomas Morkramer** 2008 als höchste Auszeichnung des Landes die Verdienstmedaille des Landes Rheinland-Pfalz.

Unser Haus

- bietet viele Vorteile einer privat geführten, gemeinnützigen Einrichtung
- besticht durch seine außergewöhnliche Lage, unmittelbar am Rhein
- verfügt über jeglichen Komfort wie: Aufzüge, Schwestern-Notrufanlage, jedes Zimmer mit Selbstwahltelefon u.v.m.
- bietet Ihnen beste körperliche und seelische Versorgung
- hat einen stilvollen, senioren- und behindertengerechten Außenbereich und verfügt zusätzlich über einen großen Garten
- bietet Ihnen auf Wunsch, Stationäre Pflege, Kurzzeitpflege, Tages- und Nachtpflege
- bietet vielfältige Zusatz- und Betreuungsangebote
- verfügt über eine betreute Wohngruppe für dementiell erkrankte Menschen

Eine sichere Adresse für Senioren u. Pflegebedürftige



**Stationäre Pflege
Tages- und Nachtpflege
Kurzzeitpflege
Betreute Wohngruppe für dementiell erkrankte Menschen**



Haus Marienberg

gGmbH

Alten- und Pflegeheim

Kirchplatz 6 · 56341 Kamp-Bornhofen
Tel. 06773-914-0 · Fax 06773-914-922
info@haus-marienberg.de
www.haus-marienberg.de

Haus Marienberg gGmbH · Kirchplatz 6 · 56341 Kamp-Bornhofen
Tel. 06773 – 914-0 · Fax 06773 – 914-922
info@haus-marienberg.de · www.haus-marienberg.de

Betreutes Wohnen: Glücklich und zufrieden ... sorgenfrei zuhause!



Jeden Morgen, beim Aufwachen, sehen Sie aus Ihrem Fenster das phantastische Rhein-Panorama – ein Anblick, den man erleben muss.

Ihre Vorteile – einige Beispiele:

- Umfangreiche Inklusivleistungen in der Betreuungspauschale
- Kleintierhaltung ohne Aufpreis
- Ambulanter Pflegedienst
- Eigene Pflegestation mit Einbettzimmern für Dauer- und Kurzzeitpflege
- Vielfältiges Sport- und Unterhaltungsprogramm

- Kostenlose Fahrten mit dem Hausbus nach Vallendar und Koblenz

Fordern Sie unsere Hausbroschüre an!



Besuchen Sie uns auch im Internet:
www.humboldthoehe.de



RESIDENZ HUMBOLDTHÖHE



Goethestr. 11a · 56179 Vallendar

24 Stunden kostenlos erreichbar: 0 800 / 091 40 28





Bewegung im Alter ist wichtig

Ach, was soll ich denn in meinem Alter jetzt noch mit Sport anfangen. Das lohnt doch nicht und ist mir auch viel zu anstrengend.“ Wenn Sie so denken, dann ist es genau richtig, dass Sie diesen Artikel lesen. Denn egal ob Sie 50, 60 oder 80 Jahre alt sind: Es gibt viele gute Gründe, warum Sie sich mehr bewegen sollten. Körperliche Aktivität wirkt lebensverlängernd und gesundheitsfördernd.

Studien zeigen, dass uns regelmäßige körperliche Aktivität statistisch etwa sieben zusätzliche und vor allem auch **gesunde Lebensjahre** beschert. Sport ist wichtig für das Herzkreislaufsystem, für die Knochen und Gelenke, für das Gehirn, das Immunsystem und die Organe. Denn unser Körper ist von der Natur auf die Notwendigkeit angepasst, sich ausdauernd zu bewegen. Tausende Jahre lang musste Nahrung unter großen Strapazen erworben werden, sei es auf der Jagd, sei es beim Sammeln, sei es in Feldarbeit. So hat die menschliche Spezies in der Evolution die perfekte Vorratshaltung entwickelt: Jede nicht gebrauchte Kalorie wurde – und wird bis heute – in Form von Fett abgespeichert, um später bei Bedarf wieder abgerufen zu werden. Doch was unser Leben über Jahrtausende hinweg gesichert hat, ist in den letzten Jahrzehnten zum Gesundheitsrisiko geworden. Weil wir uns nicht mehr ausreichend bewegen, wachsen die Arterien mit Ablagerungen zu, was der Durchblutung unter anderem von Herz und Hirn nicht bekommt. Herzinfarkt und Schlaganfall sind zwei der möglichen Folgen. Weil wir die meiste Zeit des Tages sitzend verbringen, versteifen die Gelenke und die Muskeln verkümmern. Daraus resultieren Haltungsschäden, Gelenkverschleiß und Osteoporose. Und weil wir durch die mangelnde Bewegung zu wenige

Kalorien verbrauchen und zu viel Fett ansetzen, entwickeln sich Stoffwechselstörungen wie Diabetes und erhöhtes Blutfett. Viele dieser Krankheiten sind nicht unmittelbar tödlich. Aber sie führen oft zu Beschwerden, schränken die Lebensqualität ein und machen uns zu chronisch kranken Menschen.

Hier einige Informationen dazu, warum Sport in jedem Alter gut tut, sowie Tipps, wie Sie mehr Bewegung in Ihr Leben bringen:

- Schon **kleine körperliche Mehrbelastungen** bringen einen Nutzen. Gehen Sie öfter zu Fuß, nehmen Sie die Treppe statt den Aufzug und nutzen Sie den Gang zur Bank, zum Briefkasten oder zum Supermarkt für einen kurzen, flotten Spaziergang. Dreimal zehn Minuten strammes Gehen bringen das gleiche wie ein flotter 30-Minuten-Marsch. Und in kleinen Häppchen ist die zusätzliche Bewegung oft einfacher in den Tagesablauf einzubauen.
- Wenn Sie anfangen wollen Sport zu treiben, beginnen Sie zunächst mit einem **Krafttraining**. Ausreichende Kraft ist wichtig für die Selbständigkeit im Alltag. Außerdem entlastet eine stärkere Muskulatur die Gelenke. Ein individuelles Trainingsprogramm mit Anleitung durch einen Trainer bekommt man in vielen Sportvereinen oder guten Fitnessstudios.
- Um die Gesundheit von Herz und Kreislauf weiter zu unterstützen, ist **Ausdauertraining** optimal. Joggen, Wandern, Walking, Nordic Walking, Schwimmen und Radfahren sind hier besonders geeignet. Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie empfiehlt an mindestens fünf Tagen die Woche 30 bis 45 Minuten Sport auf einem mittle-

ren Anstrengungsniveau für jeden Erwachsenen. Aber auch wenn Sie nur einmal pro Woche Sport treiben, bringt dies schon einen nachweisbaren Effekt. Der günstigste Einfluss kommt dann zustande, wenn Sie regelmäßig und langfristig trainieren. Pausen im Winter sind zwar verständlich, mindern aber den vorbeugenden Effekt. Winter-spaziergänge auch bei Kälte und Schnee helfen zudem gegen depressive Verstimmungen und beugen Erkältungen vor.

- Sport ist nicht nur **vorbeugend wirksam**, sondern hilft auch konkret bei Krankheiten. Bei Diabetes etwa verbessert sich durch regelmäßige Bewegung die Fähigkeit der Muskelzellen, Zucker aus dem Blut aufzunehmen und ihn zu verwerten. Als Typ-2-Diabetiker können Sie also durch Sport Ihren Bedarf an Diabetesmedikamenten reduzieren. Auch für Bluthochdruck-Patienten hat Sport einen positiven Effekt: Der Blutdruck sinkt und die Menge der benötigten Tabletten ebenfalls. Bei Gelenkverschleiß stärkt Sport die Widerstandsfähigkeit des Gelenkknorpels, da mehr nährenden Gelenkschmiere gebildet wird.
- Für viele Sportarten gibt es **Kurse**, in denen die richtige Technik vermittelt wird und in denen man auf Gleichgesinnte trifft. Melden Sie sich an, denn feste Termine helfen bei Motivationsproblemen und oft macht Sport in der Gruppe auch mehr Spaß.
- Bevor Sie richtig mit Ihrem Bewegungsprogramm loslegen, sollten Sie Ihren **Arzt informieren**. Insbesondere dann, wenn Sie körperlich beeinträchtigt sind oder bereits eine chronische Krankheit haben. Der Arzt wird Ihnen sagen, wie viel und welche Bewegung für Sie sinnvoll ist.

Aging brain

Hilft Hirntraining, die geistige Vitalität zu erhalten?



Da für habe ich doch Zeit, wenn ich in Rente bin.“ Kennen Sie diesen Spruch? Und plötzlich sind Sie pensioniert – und die Zeit ist da für alles, was Sie immer schon einmal tun wollten. Philosophieren, fremde Länder entdecken oder ein neues Instrument lernen. Angebote gibt es viele. Aber jetzt stellt sich plötzlich eine andere Frage, nämlich: „Bringt das denn alles noch was?“ Oder ist es nicht schlichtweg vergebene Liebesmüh, da man eh alles wieder vergisst?

Die Hirnforschung macht Mut. Nach ihr ist es zum Lernen nie zu spät und wir können auch mit 100 noch eine neue Sprache oder ein ganzes Drama lernen. Natürlich wird das Gehirn mit den Jahren älter. Damit verändert sich auch der **Lernprozess**. Aber wer weiß, wie das ältere Gehirn tickt und wo seine Stärken und Schwächen liegen, kann lebenslang lernen. Denn es ist weniger das Alter, wenn die Denkleistung nachlässt, sondern viel mehr der Trainingszustand. „Das Gehirn ist wie ein Muskel. Je besser es trainiert ist, desto besser funktioniert es. Und je mehr wir lernen, desto schneller geht es. Das ist in jedem Alter gleich“, sagt Prof. Pöppel von der Universität München.

In der Kindheit und Jugend fliegt einem das Wissen buchstäblich zu. Eine neue Sprache lernt sich so nebenbei. Wie selbstverständlich bedienen Kinder den Computer, und stellt man sie auf Inline-Skates, Skier oder Schlittschuhe, dann machen sie innerhalb von ein paar Stunden atemberaubende Fortschritte. Ihre Reaktionszeit ist unübertrefflich schnell. Aber schon ab etwa 20 Jahren lässt die Fähigkeit zum einfachen Lernen deutlich nach. Kinder und Jugendliche haben zudem ein Manko in Bezug auf das Lernen: Sie verlieren schnell die Lust und lassen sich leicht ablenken.

Bei Älteren ist das nicht so. Alle Aufgaben, bei denen das **Konzentrationsvermögen** eine entscheidende Rolle spielt, können ältere Teilnehmer besser als jüngere. Dies zeigte ein Test an der Universität Dortmund. Außerdem lernen Ältere mehr aus

- Bieten Sie Ihrem Gehirn **Abwechslung** im Alltag. Machen Sie z. B. jeden Tag etwas Neues. Denn das Gehirn braucht Anregungen und will beschäftigt werden. Eine abwechslungsreiche, interessante und anregende Umwelt regt das Gehirn zu einer verstärkten Aktivität an, dadurch wird der normale Abbau von Nervenzellen verlangsamt. Hingegen führt ein Mangel oder das völlige Fehlen an anregenden Umwelteinflüssen zur Unter- oder Fehlentwicklung der Nervenzellen.

- Lernen Sie etwas, was Ihnen **Spaß** macht. Warum nicht chinesische Schriftzeichen, wenn Sie die wunderschön finden. Denn mit Spaß lernt es sich leichter, schneller und man merkt es sich besser.

- Stellen Sie eine **persönliche Beziehung** zu dem Lernstoff her. Wenn Sie planen, in Urlaub zu fahren, dann lernen Sie zuvor Wörter aus der dortigen Sprache. Oder lesen Sie sich zuvor in die dortige Kultur ein. So werden verschiedene Bereiche in Ihrem Gehirn aktiviert, die sich dann untereinander vernetzen können. Aus der Hirnforschung weiß man: Nur Nervenzellen, die gleichzeitig erregt werden, bilden miteinander Kontaktstellen aus.

- Machen Sie **Sport**. Bei älteren Menschen wirkt körperliche Fitness besonders stark auf die geistige Leistungsfähigkeit.

ihren Fehlern, während Jüngere immer mal wieder in die gleichen Fettnäpfchen tappen. Dafür müssen sich Ältere ihr Wissen mit mehr **Ausdauer** erwerben. Die Grammatikregeln einer neuen Sprache erfassen sie nicht so schnell und intuitiv wie die Jüngeren. Neue Begriffe und Vokabeln können sie sich nicht einfach so merken, sondern müssen sie regelrecht pauken. So geht das alles etwas langsamer.

Wägt man die Vor- und Nachteile jedoch gegeneinander ab, so schneiden ältere Menschen beispielsweise in Sachen Sprachverstehen und -verarbeitung genauso gut ab wie jüngere. Dennoch gibt es eine Hürde: Für die Wahrnehmung und die Körperbeherrschung braucht man im Alter mehr Aufmerksamkeit als in der Jugend. Wenn also ein älterer Mensch Auto fährt, darf er sich nicht dabei unterhalten, sondern muss sich voll auf die Straße konzentrieren.

Zusammengefasst kann man das Gehirn von Älteren wie folgt beschreiben: Was man an Schnelligkeit einbüßen muss, macht man durch Ausdauer und Konzentrationsvermögen mehr als wett. Und dies kann man unterstützen, zum einen durch gezielte sportliche Übungen und zum anderen durch gezielte Gehirnregungen.

Übrigens, noch ein Nachtrag: Lernen hilft nicht nur gegen die normale Vergesslichkeit, sondern in gewisser Weise sogar, dem Alzheimer vorzubeugen. Wie kann das funktionieren? Je mehr Hirnbereiche Sie nämlich durch Denken trainieren, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass gesunde Nervenzellen die Funktion der durch Alzheimer geschädigten Nervenzellen übernehmen. Allerdings ist dieser Vorteil leider auch irgendwann aufgebraucht. Dann allerdings verschlechtert sich der Zustand schneller als bei den weniger gebildeten Menschen. Aber dennoch bedeutet dies, dass geistige Vitalität hilft, den spürbaren Krankheitsbeginn hinauszuzögern und damit dem Betroffenen noch ein paar zusätzliche schöne Jahre zu schenken.



Wir sind da, wenn Menschen Hilfe benötigen.

Seit 20 Jahren leistet die ISA Unternehmensgruppe innovative soziale Arbeit und entwickelt schnelle und nachhaltige Lösungen für hilfebedürftige Personen. Über 750 qualifizierte und motivierte Mitarbeiter sorgen dafür, dass diese Menschen einen angemessenen Platz in unserer Gesellschaft finden.

Ob bei der Betreuung von Kindern und Jugendlichen, der Unterstützung von Eltern, bei der Pflege von kranken oder alten Personen: Wir geben Menschen Geborgenheit und mehr Lebensqualität. An unsere Seniorendomizile Koblenz-Asterstein, Laubenhof (Koblenz-Güls) und Sonnenhügel (Neuwied) sind nahezu 100 barrierefreie, mit einem Notruf versehene Wohnungen angegliedert, in denen unsere Senioren eigenständig wohnen können.

UNSER ANGEBOT IN KOBLENZ

ISA DOMIZIL

- Stationäre Vollzeitpflege
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Palliative Care
- Service-Wohnen in ansprechendem Ambiente

ISA AMBULANT

- Ambulante Gesundheits- und Krankenpflege
- Ambulante Kinderkrankenpflege
- Intensivpflege im häuslichen Umfeld
- Palliativpflege in Kooperation mit ISA DOMIZIL

Weitere Infos: www.isa-gruppe.de
oder unter: 0261 9639-200



ISA DOMIZIL GmbH
Seniorendomizil Laubenhof
Gulisastraße 122
56072 Koblenz
Telefon 0261 9639-0
info.lh@isa-domizil.de

ISA DOMIZIL GmbH
Seniorendomizil Asterstein
Herm-Dienz-Straße 2
56077 Koblenz
Telefon 0261 97353-0
info.as@isa-domizil.de

ISA DOMIZIL GmbH
Seniorendomizil Sonnenhügel
Wollendorfer Straße 88
56567 Neuwied
Telefon 02631 9561-0
info.sh@isa-domizil.de

ISA AMBULANT GmbH
Mobiler Pflegedienst
Herm-Dienz-Str. 8
56077 Koblenz
Telefon 0261 97353-450
info@isa-ambulant.de

AMBULANTE DIENSTE

Ambulante Pflegedienste

Koblenz (02 61)

Ambulanter Pflegedienst

Geschwister de Hay'sche Stiftung, Karl-Härle-Str 1-5 501-0

Awi Pflege GmbH, Niederfelder Weg 18..... 9 14 88 89

AWO-Kreisverband Koblenz-Stadt e. V.

Mobiler sozialer Dienst, Hohenzollernstraße 59 1 33 70-11

Caritasverband Koblenz e.V., Hohenzollernstr. 118 1 39 06-0

Die Mobile Intensivpflege Köln GmbH & Co. KG, Hofstr. 272 9 63 46 80

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz
Ansprechpartner: Frau Kunitz / Herr Schulze 97 38 24 - 20
info@drk-mittelrhein.de, www.drk-mittelrhein.de

Angebote:

Unser Angebotsspektrum reicht von der täglichen Körperpflege über Behandlungspflege bis hin zur stundenweisen Verhinderungspflege. Wir pflegen, betreuen und beraten Sie in den Stadtteilen: Goldgrube, Karthause, Koblenz-Süd, Lay, Oberwerth und Stolzenfels sowie in Lahnstein und Braubach. Beratungseinsätze führen wir nach § 37.3 SGB XI durch.

Fritz & Schneider, Mühlental 105 3 43 08



ISA AMBULANT GmbH

Herm-Dienz-Straße 8 **9 73 53-450**

Telefax 9 73 53-451
www.ISA-AMBULANT.de

Mobile Beratung, mobile Krankenpflege, mobile Kinderkrankenpflege, mobile Intensivpflege, mobile Palliativpflege, Vollzeitpflege, Kurzzeit- und Verhinderungspflege
siehe Anzeige Seite 70

Mobiler Sozialer Dienst AWO Kreisverband Koblenz-Stadt e.V.

Hohenzollernstr. 59 37 00
www.awo-koblenz.de

Orchidee GmbH, Hohenzollernstr. 19..... 92 17 96-0

P+ Ihr Pflegeservice Helping GmbH, Schlachthofstr. 68 51 89-1

ResidenzMobil GmbH & Co. KG

Moselweißer Straße 123 **9 42 84 84**

siehe Anzeige Seite 72

Sozialstation Kirche unterwegs, Bogenstr. 53a 92 22 05-0

Stiftmobil Zentrum für ambulante Pflege und Gesundheitsberatung

Kurfürstenstraße 71 1 37-22 22

VERITAS Pflegedienst Koblenz GmbH, Koblenzer Str, 132 8 76 72 61

VitaMobil, Im Metternicher Feld 2 **70 20 27-0**

siehe Anzeige Seite 72

Bendorf (0 26 22)

Elvita GmbH, Untere Vallendarer Str. 26..... 9 07 26 38

Hahn Norbert, Koblenz-Olper-Str. 80..... 8 85 96 60

Thomys GmbH, Engenser Str. 59..... 28 01

Boppard (0 67 42)

Ambulante Kranken- und Altenpflege Mallmann

Humperdinckstraße 25 80 15 52

Lahnstein (0 26 21)

Ambulante Krankenpflege, Inh. Brigitte Huth,

Wilhelm-Schröder-Str. 14..... 18 76 45

Mülheim-Kärlich (0 26 30)

Hilfe Daheim, Andernacher Str. 4..... **95 58 45**

siehe auch Pflegedienstportrait Seite 72 und Anzeige Seite 62

Neuwied (0 26 31)

LISA MOBIL

**Marienhaus Klinikum
St. Elisabeth Neuwied**

Friedrich-Ebert-Str. 59..... 82-1267

Saffig (0 26 25)

Stracke, Andernacher Str. 45, 56648 Saffig 95 65 61

Ambulante Kinderkrankenpflege

Koblenz (02 61)

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz
Ansprechpartner:Frau Wirtz / Frau Müller 97 38 24 - 22
info@drk-mittelrhein.de, www.drk-mittelrhein.de

Angebote:

Wir betreuen und pflegen hilfebedürftige Säuglinge, Kinder und Jugendliche. Wir erbringen Leistungen der gesetzlichen Kranken- und Pflegekassen nachgeprüften Qualitätsstandards. Zu unserem Versorgungsspektrum gehören: Die Heimbeatmung, Schulung der Familienangehörigen, 24-Stunden-Versorgung, Begleitung zu Ärzten und Therapien, Beratung und Organisation bei der Hilfsmittelversorgung, Beratungseinsätze nach § 37.3 SGB XI

Stiftmobil Kinderkrankenpflege Zuhause

Kurfürstenstr. 71 1 37-12 19

Fahrdienste, Krankenfahrten

Charly's Citycar (02 61) 3 36 33

City Taxi 24 GmbH..... (02 61) 1 79 34

Taxi Koblenz eG.....(02 61) 33 05-5

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Regionalverband Mittelrhein

Jens Lotz (Regionalvorstand)
Rheinstraße 2a, 56206 Hilgert.....(0 26 24) 94 09-0
Fax (0 26 24) 94 09-50, info@juh-mittelrhein.de

Angebote in Koblenz:

Krankentransportwache, Kardinal-Krementsz-Str. 18
Krankentransporte: (02 61) 92 22 10-0
Fahrdienste: (02 61) 92 22 10-0
Dialysefahrten, Rollstuhltransporte,
Verlegungen (In- und Ausland),
Reisbegleitungen: (02 61) 92 22 10-0
Hausnotruf / Servicruf: (02 61) 92 22 10-0
Erste-Hilfe-Ausbildung: (02 61) 92 22 10-0
Sanitätsdienste: (02 61) 92 22 10-0
Kostenloser Auslandsrückholdienst
für Fördermitglieder (02 61) 92 22 10-0

Malteser Hilfsdienst gGmbH

Dienststelle Koblenz, Im Rauental 26 (02 61) 9 42 11 10
Fax (02 61) 9 42 11 19
Marcel.Jung@maltanet.de

Angebote:

Hausnotruf, Behinderten- und Seniorenfahrdienst

Haushaltshilfe-Service

Koblenz (02 61)

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz
Ansprechpartner: Frau Kunitz / Herr Schulze 97 38 24 - 20
info@drk-mittelrhein.de www.drk-mittelrhein.de

Angebote:

Wir kommen zu Ihnen nach Hause und unterstützen Sie im Haushalt, wie z.B. beim Staubsaugen, Wischen und Spülen. Wir helfen bei der Wäsche und übernehmen Einkäufe für Sie. Gerne begleiten wir Sie auch zum Arzt und übernehmen Hol- und Bringdienste.



- **Beratung und Hilfe für Pflegepersonen**
- **Ambulante Pflege**
- **Krankenpflege**
- **Hauswirtschaft**
- **Essen auf Rädern**
- **Viele kostenfreie Dienstleistungen**

ResidenzMobil GmbH & Co. KG ■ Moselweißer Str. 123 ■ 56073 Koblenz
fon 02 61.942 84 84 ■ fax 02 61.942 84 56 ■ info@residenz-mobil.de



VitaMobil
Ambulanter Pflegedienst

Wir kümmern uns.

- *Ihr ambulanter Pflegedienst in Koblenz und Umgebung*
- *Qualifizierte ambulante Pflege „von Mensch zu Mensch“*
- *Sämtliche allgemeinen und auch speziellen Pflegeangebote (Demenzbetreuung, Port-Versorgung, Palliativ-Pflege, Wundtherapie)*

VitaMobil Ambulanter Pflegedienst
Geschäftsführer: Jürgen Neidhöfer
Im Metternicher Feld 2 · 56072 Koblenz
Telefon 0261 / 70 20 27-0 · Telefax 0261 / 70 20 27-20
Internet www.vita-mobil.org · E-Mail info@vita-mobil.org

Pflegedienstportrait

HILFE DAHEIM

Adresse:
Hilfe Daheim
Andernacher Str. 4
56218 Mülheim-Kärlich
Tel.: 0 26 30/95 58 45
Fax: 0 26 30/96 25 28
E-Mail: info@hilfe-daheim-rlp.de
Internet: www.hilfe-daheim-rlp.de

Ansprechpartner:
Sabrina Lotz, Pflegedienstleitung

Träger/Inhaber:
Maria Hilf RLP gGmbH



Gründungsjahr: 2010
Angebote Pflegeleistungen:

- Krankenpflege ✓
 - Altenpflege ✓
 - Grundpflege ✓
 - Behandlungspflege ✓
 - Verhinderungspflege ✓
 - Hauswirtschaftliche Versorgung ✓
- Welche Zusatzleistungen werden angeboten?**
- Pflegeberatung ✓
 - Demenzbetreuung ✓
 - Wundmanagement ✓

Anzahl der Pflegekräfte:

- Pflegefachkräfte 31
- Auszubildende 2
- Regelmäßige Fort- und Weiterbildung ✓
- 24h Rufbereitschaft

Preise: Auf Anfrage
Zertifizierung: TÜV zertifiziert
Qualitätsprüfung MDK: 2013
Gesamtnote 1,0

Sonstiges / Bemerkungen

Für Sie unterwegs in: Mülheim-Kärlich, Bad Hönningen, Dernbach und Umgebung

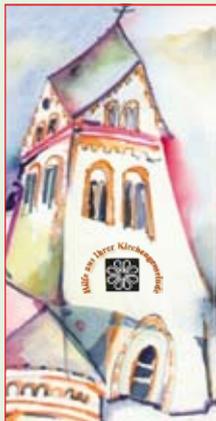


Evangelische Kirchengemeinde Koblenz-Lützel

Bodelschwinghamstraße 8
56070 Koblenz
Tel.: 02 61 / 86 98 31
(Ansprechpartnerin und weitere Informationen:
Frau Marion Brost)

Versorgungsgebiete:

Alle Stadtteile links der Mosel und links des Rheines:
Lützel, Metternich, Bubenheim, Rübenach, Güls,
Neuendorf, Wallersheim, Kesselheim
sowie die Orte Kaltenengers und St. Sebastian



Ökumenische Sozialstation

Bendorf-Vallendar gGmbH

☎ 02622 / 13745

Fax: 02622 / 3548

E-Mail: info@sst-bendorf.de

Entengasse 9 · 56170 Bendorf

www.sst-bendorf.de

Haus-Notruf-Service / Mobil-Notruf-Service

Koblenz (02 61)

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz
 Ansprechpartner:
 Frau Grabe / Frau Klausener /Frau Schöffler97 38 24 - 26/27
 info@drk-mittelrhein.de, www.drk-mittelrhein.de

Angebote:

Der DRK-HausNotruf hilft Ihnen dabei sicher zu Hause wohnen zu können, ohne dass Sie Ihre Selbständigkeit oder Unabhängigkeit aufgeben müssen. Mit nur einem Knopfdruck bekommen Sie in einer Notfallsituation schnell kompetente Hilfe.

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Regionalverband Mittelrhein
Kardinal-Krementsz-Str. 18, 56073 Koblenz..... 9 22 21 00
 www.johanniter.de/koblenz
 siehe Anzeige Seite 74

Menüservice, Essen auf Rädern

Koblenz (02 61)

AWO Kreisverband Koblenz Stadt e.V., Laubach 1 9 14 63 03

Evangelische Kirchengemeinde Koblenz Lützel

Bodelschwinghstr. 8 86 98 31
 siehe Anzeige Seite 72

Caritasverband Koblenz e.V., Hohenzollernstr. 118 1 39 06 – 113

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz
 Ansprechpartner:
 Frau Grabe / Frau Klausener /Frau Schöffler 97 38 24 - 26/27
 info@drk-mittelrhein.de, www.drk-mittelrhein.de

Angebote:

Noch nie war es so einfach, zu Hause abwechslungsreich zu genießen! Über 230 Menüs, Suppen und Desserts haben wir für Sie zusammengestellt. Wir versorgen das gesamte Stadtgebiet Koblenz sowie den Rhein-Lahn-Kreis wöchentlich mit tiefkühlfrischen Menüs. Bei Wunsch liefern wir auch Mikrowellen.

Pflegestützpunkte

Koblenz (02 61)

Beratung und Hilfe rund um das Thema Pflege
 Anlaufstelle für ältere, kranke und behinderte Menschen und deren Angehörige
 Information - Beratung - Vermittlung
 ambulante, teilstationäre und stationäre Hilfen
 vertraulich - neutral - kostenlos

Aufgaben der Pflegestützpunkte

- Wir sind Anlaufstelle für ältere, kranke und behinderte Menschen und deren Angehörige
- Wir richten uns nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen
- Wir helfen Ihnen herauszufinden, wie Sie unterstützt werden können
- Wir stellen Ihnen die Hilfsangebote unterschiedlicher Dienste und Einrichtungen vor (zum Beispiel Ambulante Pflegedienste, Essen auf Rädern, Hilfsmittel, Hausnotruf, Selbsthilfegruppen, Tages-, Nacht- und Kurzzeitpflege, Betreutes Wohnen, Alten- und Pflegeheime)
- Auf Wunsch vermitteln wir geeignete ambulante, teilstationäre und stationäre Hilfen
- Wir informieren Sie über gesetzliche Hilfen und Finanzierungsmöglichkeiten im Vor- und Umfeld der Pflege
- Wir unterstützen Sie bei der Beantragung von Pflegeversicherungsleistungen
- Wir unterstützen Sie bei konkreten Beschwerden aus dem Bereich Pflege
- Wir beraten Sie persönlich, vertraulich, neutral und kostenfrei, auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause. Damit Sie lange gut versorgt zu Hause leben können.

PFLEGESTÜTZPUNKT KOBLENZ-MITTE

Bogenstraße 53 a, 56073 Koblenz
AnsprechpartnerInnen:
 Nadine Ott, Diplom-Sozialarbeiterin (FH), examinierte Krankenschwester
 Telefon: 29 67 19-21
 E-Mail: nadine.ott@pflgestuetzpunkte.rlp.de

Daniela Metzen, examinierte Krankenschwester, Kauffrau im Gesundheitswesen,
 Telefon:29 67-19 19
 E-Mail: daniela.metzen@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Telefax: 0261-29671920, Internet: www.pflgestuetzpunkte.rlp.de

PFLEGESTÜTZPUNKT KOBLENZ-NORD

Geisbachstraße 22, 56072 Koblenz
AnsprechpartnerInnen:
 Andreas Kunz, Diplom-Sozialarbeiter (FH), Systemischer Therapeut /
 Familientherapeut (DGSF)
 Telefon:29 67 19-00
 E-Mail: andreas.kunz@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Heike Liedtke, Gesundheitswissenschaftlerin (B.Sc),
 Sozialversicherungsfachangestellte
 Telefon:29 67 19-01
 E-Mail: heike.liedtke@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Telefax: 0261-20029998, Internet: www.pflgestuetzpunkte.rlp.de

PFLEGESTÜTZPUNKT KOBLENZ-OST

Bogenstraße 53 a, 56073 Koblenz
AnsprechpartnerInnen:
 Ingrid Lenz-Schmalenbach, Diplom-Sozialarbeiterin,
 Systemische Coaching und Prozessberaterin
 Telefon:94 24 96-52
 E-Mail: ingrid.lenz-schmalenbach@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Franz-Josef Weber, Diplom-Sozialarbeiter (FH)
 Telefon:94 24 96-51
 E-Mail: franz-josef.weber@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Telefax: 0261-942496-53, Internet: www.pflgestuetzpunkte.rlp.de

PFLEGESTÜTZPUNKT KOBLENZ-SÜD

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein
 In der Goldgrube 10, 56073 Koblenz
AnsprechpartnerInnen:
 Anette Piwinger, Diplom-Sozialarbeiterin (FH)
 E-Mail: anette.piwinger@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Marion Schmidt, Diplom-Sozialarbeiterin (FH)
 E-Mail: marion.schmidt@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Karoline Hirsch, examinierte Krankenschwester
 E-Mail: karoline.hirsch@pflgestuetzpunkte.rlp.de
 Telefon:94 23 01-86
 Telefax: 0261-942301-87, Internet: www.pflgestuetzpunkte.rlp.de

Sozialstationen

Koblenz (02 61)

Sozialstation Kirche unterwegs Koblenz gGmbH

Bogenstr. 53a 92 22 05-0
 www.sozialstation-kirche-unterwegs.de

Mobiler Sozialer Dienst – AWO Kreisverband Koblenz-Stadt e.V.

Hohenzollernstr. 59 13 37 00
 www.awo-koblenz.de

Bendorf (0 26 22)

Ökumenische Sozialstation Bendorf-Vallendar gGmbH

Entengasse 9 1 37 45
 siehe Anzeige Seite 72

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Koblenz (02 61)

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein
 Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz..... 97 38 24 - 0
 Telefax 97 38 24 - 12
 info@drk-mittelrhein.de www.drk-mittelrhein.de

ANGEBOTE SOZIALER SERVICE:

- **Familienbande**
 Ansprechpartner:
 Frau Freytag/ Frau Ditscheid 97 38 24 - 14
 Die Familienbande ist ein kostenloses Angebot für Familien und deren Kinder bis zum Erreichen des ersten Lebensjahres. Es richtet sich insbesondere an Schwangere, Mütter, Väter und deren Kinder, welche gesundheitlichen, medizinisch-

sozialen und/oder psychosozialen Belastungsfaktoren ausgesetzt sind. Das Angebot gilt für Familien, die in der Stadt Koblenz, im Kreis Mayen-Koblenz (ohne Andernach) oder im Rhein-Lahn-Kreis ihren Wohnsitz haben.

• **Haus der Begegnung**

An der Liebfrauenkirche 20, 56068 Koblenz

Ansprechpartner: Frau Rödiger 3 75 23

Allgemeine Beratung - Kontakte - Unterhaltung Unser Angebot richtet sich im Besonderen an Senioren, die sich begegnen möchten. In unserer Begegnungsstätte finden Sie Kontakte, Unterhaltung, Freizeitangebote und, wenn Sie es wünschen, ein persönliches Gespräch und allgemeine Beratung. Wir bieten eine Vielzahl von Veranstaltungen im Laufe des Jahres an.

Unser Café ist geöffnet:

Mo., Di., Do. und Fr. von 13:00 - 17:00 Uhr.

Jeden 2. Mittwoch von 14:00 - 17:00 Uhr ist Tanztee mit Livemusik.

Demenzbetreuung

Zugehende Hilfen in Form von Einzelbetreuung für den demenzkranken Menschen in seiner häuslichen Umgebung.

Weiterhin bieten wir einmal im Monat einen offenen Gesprächskreis für Angehörige demenziell erkrankter Menschen an. Der Gesprächskreis ist dazu da, Erfahrungen und Informationen auszutauschen, aktuelle Probleme anzusprechen und mit schwierigen Verhaltensweisen besser umgehen zu können. Ebenso geht es darum, eigene Belastungsgrenzen zu erkennen, sowie Geselligkeit und Freude zu erfahren. Im Rahmen des Gesprächskreises haben Sie jederzeit die Möglichkeit, sich mit sach- und fachkundigem Personal auszutauschen. Eine Teilnahme ist kostenlos.

Kurs-, Gruppen- und Freizeitangebote

Senioren gymnastik • Fit im Alter - Rücken- und Dehn gymnastik • Gedächtnistraining • Yoga • Handarbeitskreis • DRK Singkreis • Senioren Tanztee • DRK Salonorchester „Rondo Confluenzia“ • Verein für Briefmarkenfreunde • Blutspende

Selbsthilfegruppen

ILCO (Menschen mit künstlichem Darmausgang oder künstlicher Harnableitung)

- Deutscher Psoriasis Bund e.V.
- Narcotics Anonymus
- Makula (Erkrankung des menschlichen Auges)

• **Wohnen mit Service**

Karl-Rusell-Str. 21 a, b, c, 56070 Koblenz

Ansprechpartner: Frau Euteneuer 9 88 96 97

Dieses Angebot richtet sich an Menschen die auch im Alter selbstständig leben, ihren Tagesablauf selbstbestimmt gestalten möchten und bei Bedarf immer die Möglichkeit haben, sich Hilfe und Unterstützung zu holen. Wir bieten Ihnen in 24 Appartements Sicherheit durch einen behindertengerechten Wohnraum mit Hausnotrufausstattung. Die Einrichtung der Appartements erfolgt mit Ihren eigenen mitgebrachten Möbeln, so dass Sie sich in den neuen Räumen auch zuhause fühlen können. An drei Tagen in der Woche steht Ihnen ein Mitarbeiter des DRK als Ansprechpartner zur Seite.

• **Kleidershop**

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12, 56073 Koblenz 4 06 36 - 0

(Der Kleidershop ist im Souterrain der DRK-Hauptverwaltung direkt über eine separate Außentreppe zu erreichen)

Wir verkaufen Bekleidung zu niedrigen Preisen für Leute mit kleinem Geldbeutel.

Der Grundgedanke im DRK Kleidershop ist, gute Bekleidung anzubieten, die sich Menschen mit niedrigem Einkommen leisten können, aber auch für jeden, der sich und seine Familie mit gut erhaltener Ware einkleiden möchte. Wir haben für Sie immer Montag bis Donnerstag in der Zeit von 10:00 bis 14:00 Uhr geöffnet. Wir freuen uns auch sehr über Spenden von gut erhaltener Kleidung, Wäsche und Schuhen. Sie können gerne zu unseren Öffnungszeiten persönlich vorbeikommen oder Sie nutzen einen unserer vielen Kleidercontainer.

Weitere Angebote des DRK Mittelrhein finden Sie in den speziellen Fachrubriken dieses Heftes !

Immer für Sie da: Die Johanniter in Koblenz!



Zur Sicherheit! Der Johanniter-Hausnotruf.

Sicherheit auf Knopfdruck mit dem Hausnotruf – sieben Tage die Woche rund um die Uhr. Außer Haus, ist der Mobilnotruf Ihr Begleiter. Beide Systeme ermöglichen schnelle Hilfe – ohne eine Telefonnummer zu wählen.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

Wir bieten außerdem an:

- ambulante Kinder- und Jugendhilfe und Wohngruppe für seelisch beeinträchtigte Jugendliche
- Spendenprojekte „Helfen mit Herz“ und „Verstehen kommt vor Verständnis“
- Rettungsdienst und qualifizierten Krankentransport

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Regionalverband Mittelrhein

Kardinal-Krementz-Str. 18, 56073 Koblenz

Tel. 0261 9222100, www.johanniter.de/koblenz



DIE JOHANNITER

Aus Liebe zum Leben



Multiple Sklerose

Eine Krankheit mit vielen Gesichtern



Oft kann man nicht genau sagen, wie es angefangen hat: Ein taubes Prickeln in den Händen, ein kurzes Wegknicken der Beine, ein momentanes Flimmern in den Augen können die ersten Anzeichen sein. Hinweise, die man ignoriert, weil sie schnell wieder vorbeigehen. Aber die Anzeichen vermehren sich so nach und nach. Gelegentliches Stolpern oder Hinken ohne Grund, ein Schwinden der Kraft in den Fingern, ein Nachlassen der Geschicklichkeit und Sensibilität können hinzukommen. Die Betroffenen merken, dass irgendetwas nicht stimmt. Doch als Ursache werden vielfach Befindlichkeitsstörungen wie eine Erkältung oder zuviel Stress herangezogen. Und wer traut sich schon wegen solch kleiner Anzeichen zum Arzt? Und wenn doch, weiß dieser die Symptome auch nicht immer sofort richtig einzuschätzen.

Denn die Multiple Sklerose verläuft bei jedem Patienten anders. Es gibt keine Standarddiagnose. Auch ist nicht bekannt, woher die Krankheit kommt, oder wer an ihr erkranken wird. Dabei tritt die Multiple Sklerose gar nicht so selten auf: Nach Schätzungen sind in Deutschland rund 120.000 Menschen an MS erkrankt, wobei Frauen mit einem Anteil von 72 Prozent knapp dreimal häufiger betroffen sind als Männer. Nur so viel weiß die Medizin: Die Multiple Sklerose – kurz MS genannt – ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Nervensystems. Gehirn, Rückenmark oder Sehnerven können betroffen sein. Dabei werden die Hüllen der Nervenzellen angegriffen, vernarbt und zerstört. Die Nervenhüllen sind aber mit der Isolierschicht eines Stromkabels zu vergleichen.

Sind sie geschädigt, werden Nervenimpulse nicht mehr korrekt weitergeleitet. Es entsteht eine Art Kurzschluss im

Nervengewebe. Bei starken Entzündungen werden zudem die Nervenfortsätze selbst, also die Axone, geschädigt. Schmerzhaftes Muskelverkrampfen, unwillkürliches Augenzittern, Zittern der Hände, wenn man gezielt etwas greifen will, ein abgehacktes Sprechen und ein unsicherer wankender Gang sind häufig vorkommende Anzeichen.

Die Multiple Sklerose verläuft häufig in Schüben, aber auch eine schleichende Zunahme neurologischer Symptome wie Zittern oder Sehstörungen sind möglich. Nach einem Schub kann eine Rückkehr zur normalen Funktion eintreten. Auch so genannte Spontanremissionen, also ein unerklärliches Verschwinden von schon dagewesenen Krankheitsanzeichen, werden oft beobachtet. Es kann aber auch sein, dass sich die Krankheit fortlaufend verschlimmert, vor allem bei Betroffenen im höheren Lebensalter. Dies ist aber nur vereinzelt der Fall: Die Häufigkeit liegt unter 5 Prozent, dass es innerhalb weniger Jahre zu schwerer Behinderung, wie beispielsweise einer Querschnittslähmung, oder zum Tod kommt.

Ursache

Die Ursache der Multiplen Sklerose ist noch nicht ganz geklärt. Experten bevorzugen heute zwei Faktoren für ihre Entstehung:

- zum einen die **genetische Veranlagung**. Man hat festgestellt, dass in Familien, in denen bereits ein Mitglied erkrankt ist, die anderen Angehörigen ein erhöhtes Risiko haben, ebenfalls an MS zu erkranken.

- zum anderen eine **Entgleisung des Immunsystems**: Dadurch kann es auch längere Zeit nach einer vorausgegangenen Infektion mit Viren, die das Nervensystem befallen, zu Autoimmunreaktionen kommen. Diskutiert werden das Epstein-Barr-Virus (EBV) und das Herpesvirus.

Behandlung

Im akuten Schub wird Multiple Sklerose hauptsächlich mit Cortison behandelt. Dies bewirkt eine Verkürzung des Schubs, hat aber auf den gesamten Krankheitsverlauf keinen Einfluss.

Zur Vorbeugung eines erneuten Schubes wird der Wirkstoff Interferon beta eingesetzt. Dies ist eine körpereigene Substanz, die verändernd und unterdrückend auf das Immunsystem wirkt und zudem entzündungshemmend ist. Nicht zuletzt durch den Einfluss moderner Behandlungsmethoden hat sich die Lebenserwartung von MS-Patienten derjenigen gesunder Menschen weitgehend angeglichen.

Die gute Zusammenarbeit zwischen Patient und Arzt ist von großer Bedeutung im Umgang mit einer chronischen Erkrankung wie der Multiplen Sklerose. Denn eine gemeinsam getroffene Therapieentscheidung trägt wesentlich dazu bei, eine möglichst optimale Therapie zu gewährleisten und diese auch durchzuhalten. Vor allem in der Frühphase ist es wichtig, die Therapie nicht abzubrechen! Nur so können schwere Krankheitsverläufe aufgehalten werden.

Wichtig ist auch, dass Betroffene lernen, mit der Krankheit zu leben. Sie fühlen sich vielleicht in manchen Bereichen gehandicapt, so dass gewohnte Tagesabläufe vielleicht neu strukturiert werden müssen. Auch sollten Betroffene versuchen, sich nicht selbst unter Druck zu setzen oder setzen zu lassen, um alles wie gewohnt zu meistern. Denn eine kontinuierliche Überanstrengung führt eher zu einer Verschlechterung der Symptome.

Auch muss sich nicht alles nur um die Krankheit drehen. Um hier das richtige Maß zu finden, ist eine Selbsthilfegruppe empfehlenswert. Adressen in der Nähe finden Sie in dieser Ausgabe unter „Spezielle Gruppen & Angebote“. Wer mit der Diagnose MS konfrontiert wird, sieht oft seine Lebensplanung in Frage, wenn nicht gar auf den Kopf gestellt. Um die Diagnose bewältigen und die Krankheit annehmen zu können, wäre für Betroffene und auch Angehörige möglicherweise eine psychotherapeutische Unterstützung hilfreich und sinnvoll.

Wir über uns

Der **Sozialdienst katholischer Frauen (SkF)** ist ein Frauenverband in der katholischen Kirche, der sich der Hilfe für Kinder, Jugendliche, Frauen und ihren Familien in besonderen Lebenslagen widmet.

Der SkF setzt sich vor allem für Frauen am Rande der Gesellschaft ein, die benachteiligt sind und sich ausgegrenzt fühlen.

Der Sozialdienst katholischer Frauen ist **Frauen- und Fachverband**.

Der SkF arbeitet satzungsgemäß auf der Grundlage der Ehrenamtlichkeit. Das Zusammenwirken von Haupt- und Ehrenamt ist zentrales Gestaltungselement für unseren Ortsverband.

Führungs- und Leitungsaufgaben im Verein werden von ehrenamtlichen Vorständen, ausschließlich Frauen, wahrgenommen.

Aufgaben des Sozialdienst katholischer Frauen Koblenz e.V.

Jugend und Familienhilfe

- Vormundschaften für Kinder und Jugendliche
- Begleitung und Beratung von Familien/FUMKI Gruppe mit Migrationshintergrund
- Einzelbetreuung für Mädchen
- Kleiderkammer

Sozialpädagogische Familienhilfe

Beratung und Hilfe für allein Erziehende

- Trennungs- und Scheidungsberatung
- betreuter Umgang
- Gruppenangebot
- allgemeine Beratung allein Erziehender
- Familienpatenschaften

Katholische Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen

- allgemeine Schwangerenberatung
- Internetberatung, Projektarbeit
- Beratung bei Inanspruchnahme von PND
- Frühe Hilfen
- Gruppenangebote

Adoptions- und Pflegekinderdienst

- Begleitung von Familien im Rahmen von Auslandsadoption
- Vormundschaften für Kinder und Jugendliche
- Gruppenangebote
- Babyfenster / anonyme Geburt

Diese bestimmen in Kooperation mit den Fachkräften die Grundzüge der fachlichen und der verbandlichen Arbeit.

Ziel unserer Beratung und aller anderen Hilfen ist es, Frauen und ihren Familien in Not- u. Konfliktsituationen zu helfen und gemeinsam mit ihnen Wege zur Problemlösung zu finden.

Wir wollen das **eigenständige Handeln** stärken und **Eigenkräfte fördern**.

Die Beratung ist kostenlos und offen für Frauen und Männer, unabhängig von Religion und Nationalität.

Auf der Grundlage des Evangeliums verwirklicht der SkF durch seine caritative Tätigkeit einen zentralen Auftrag der Kirche. Aus der Tradition der Gründerin, Agnes Neuhaus, heraus, sind wir eingebunden in das Netzwerk tätiger Nächstenliebe.

Sozialpädagogische Pflegestellen

- Beratung / Begleitung der Pflegestellen, der Kinder und der Herkunftsfamilien
- Gruppenangebote
- Supervision für die Pflegestellen

Betreuungen nach dem Betreuungsgesetz

- gesetzliche Betreuungen für geistig/psychisch behinderte oder ältere Menschen
- Unterstützung und Beratung der Angehörigen
- Schulung und Begleitung der Ehrenamtlichen

Verfahrensbeistandschaften für Kinder und Jugendliche

Frauenhaus Koblenz

- Zuflucht und Schutz für misshandelte Frauen und ihre Kinder,
- ambulante und nachgehende Beratung
- Gruppenangebote

Beratungsladen für Frauen

- Präventionsangebot für Frauen in Krisensituationen
- Offene Treffs

Interventionsstelle

- Fachberatung für Betroffene von körperlicher, psychischer oder sozialer Gewalt in engen sozialen Beziehungen nach Information durch Polizei



56068 Koblenz · Kurfürstenstr. 87 · 56014 Koblenz · Postfach 20 14 37

Tel.: 30 42 40 · Fax: 30 42 43 0 · Internet: www.skf-koblenz.de · Mail: info@skf-koblenz.de

Öffnungszeiten: Montags bis Donnerstags 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr, Freitags 8.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Sekretariat	3 04 24-10	Beratungsladen für Frauen	91 48 94 70
Buchhaltung	3 04 24-12/13	Fax Schwangerenberatung	3 04 24-33
Fax Verwaltung	3 04 24-32	Betreuung nach dem Betreuungsgesetz	3 04 24-26/27/28/29
Beratung und Hilfe für Alleinerziehende/ Trennungs- u. Scheidungsberatung	3 04 24-15	Telefax	3 04 24-31
Jugend- und Familienhilfe	3 04 24-22	Frauenhaus	94 21 02-0
Sozialpädagogische Pflegestellen	3 04 24-20/23	Telefax	94 21 02-48
Telefax	3 04 24-34	Interventionsstelle Koblenz	97 35 37-82/83
Schwangerenberatung	3 04 24-17/18/19	Telefax	97 35 37-85

WEITERE EINRICHTUNGEN DES
GESUNDHEITSWESENS

Gesundheitsamt Koblenz

Koblenz (02 61)

Gesundheitsamt Koblenz, Neversstraße 4 – 6 91 48 07-0
info@KvmyK.de

Angebote:

Aids-Beratung und Blut-Testung, Impfberatung und Impfungen, Infektionsschutz, Belehrungen für Beschäftigte im Lebensmittelbereich, Umweltmedizinische Beratung, Psychosoziale Beratung Behinderter, Sozialpsychiatrische Beratung und Betreuung, Suchtberatung, Jugendzahnpflege, Zahnmedizinische Beratung, Einschulungsuntersuchungen, Beratung von Selbsthilfegruppen.

Öffnungszeiten:

Geschäftsstelle Montag – Freitag 8.30 Uhr – 12.00 Uhr

Krankenkassen

Koblenz (02 61)

AOK–Rheinland-Pfalz/Saarland – Die Gesundheitskasse, Rizzastr. 11 39 04-0
BARMER GEK Regionalgeschäftsstelle, Viktoriastr. 18 0800 33 20 60-6 00
BKK ZF & Partner, Am Wöllershof 12 1 33 87-0
BKK BVM, Casinostr. 39 3 03 13-0
DAK-Gesundheit, Löhrrstr. 87 A-B 70 20 29-0
Deutsche BKK, Casinostr. 49 3 02 35-0
IKK Südwest, Wilhelm-Stöppler-Platz 2 80 810
IKK Südwest, Altlohrtr 13-15 13 38 19-0
KKH Kaufmännische Krankenkasse, Schloßstr. 43-45 5 79 42 31-0
Postbeamtenkrankenkasse, Am Wöllershof 12 30 22- 8 88
Techniker Krankenkasse, Ferdinand-Sauerbruch-Str. 14 0800 2 85 85 85

Bezirksärztekammer

Körperschaft des öffentlichen Rechts, Emil-Schüller-Str. 45 (02 61) 39 00 10

Bezirkszahnärztekammer

Körperschaft des öffentlichen Rechts, Bahnhofstr. 32 (02 61) 3 66 81

Kassenärztliche Vereinigung Koblenz

Körperschaft des öffentlichen Rechts, Emil-Schüller-Str. 14-16 (02 61) 3 90 02-0

Kassenzahnärztliche Vereinigung Koblenz

Körperschaft des öffentlichen Rechts, Bahnhofstr. 32 (02 61) 89 27-200

Landesapothekerkammer

Körperschaft des öffentlichen Rechts,
Am Gautor 15, 55131 Mainz (0 61 31) 27 01 20

Wohlfahrtsverbände, Hilfsorganisationen

Koblenz (02 61)

AWO Kreisverband, Hohenzollernstr. 59 13 37 00
info@awo-koblenz.de

Öffnungszeiten:

Montag 9.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr, Freitag 9.00 – 13.00 Uhr

Angebote:

Kurberatungsstelle, Mittagmenü, Mobiler Sozialer Dienst, Betreuungsverein, Arbeitsprojekt, Stadtranderholung, Hausservicruf,

Begegnungsstätte:

AWO-Cafe, Barmer Ersatzkasse, Casinostr. 9 – 19

Caritas-Verband Koblenz e.V., Hohenzollernstraße 118 – 120 1 39 06-0
info@caritas-koblenz.de · www.caritas-koblenz.de

Beratungsangebote:

Essen auf Rädern 1 39 06-1 13
Aids-Beratung 1 49 91
Sozialstation Caritas (AHZ Koblenz-Nord) 9 22 50 50
Beratungs- und Koordinierungsstelle 9 22 50 51
Zentrum für ambulante Suchtkrankenhilfe 66 75 70
Sozialdienst im Städt. Klinikum
Kemperhof 4 99 20-82/83/84
Kuren für Mütter und Kinder 1 39 06-1 12
Allgemeine Sozialberatung
Ferienmaßnahmen für Kinder,
Familienpflege 1 39 06-1 03
Fachberatungsstelle und Tagesaufenthalt
für Menschen ohne Wohnung 9 14 40 78
Pflegeambulanz 1 33 75 54

Deutsches Rotes Kreuz Mittelrhein

Ferdinand-Sauerbruch-Str. 12 97 38 24-0
info@drk-koblenz.de · www.drk-koblenz.de
siehe Anzeige Umschlagseite 2

Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband

Lv Rheinland
Schenkendorfstr. 24 3 00 25 84

Diakonisches Werk des Evangelischen Kirchenkreises Koblenz**Beratungsangebote:****Betreuungsverein im Diakonischen Werk****des Evangelischen Kirchenkreises Koblenz e.V.**

Bodelschwinghstr. 36f 988 570-20
Telefax 988 570-131, btv@kirchenkreis-koblenz.de,
www.kirchenkreis-koblenz.de · www.diakonie-koblenz.de

Ansprechpartner: Thomas Denn 988 570-211
Mobil (0151) 15 19 82 85
Fax: 988 570-131, tdenn@kirchenkreis-koblenz.de

Interkulturelle Dienste, Bodelschwinghstr. 36f 988 570-112
Telefax 988 570-131, dw-ikd@kirchenkreis-koblenz.de

**Beratungsstelle für Mütter- und
Mutter-Kind-Kuren/Vater-Kind-Kuren**

Bodelschwinghstr. 36f 988 570-10
Telefax 988 570-131, dw-koblenz@kirchenkreis-koblenz.de

Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatung

Bodelschwinghstr. 36f 988 570-10
Telefax: 988 570-131, dw-koblenz@kirchenkreis-koblenz.de

Jüdische Kultusgemeinde Koblenz

Schlachthofstr. 3 4 22 23

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung**Ortsvereinigung Koblenz e. V.**

Geschäftsstelle: Ernst-Sachs-Str. 12 96 35 53-0

Kindertagesstätte: Karl-Härle-Str. 6 5 10 94

Tagesförderstätte für Erwachsene: Ernst-Sachs-Str. 10 8 99 06-0

Ambulante Hilfen: Ernst-Sachs-Str. 12 96 35 53-12

Rhein-Mosel-Werkstatt (Mitgesellschafter): Ernst-Sachs-Str. 10 8 08 03-0
siehe Anzeige Seite 80 + 81

Malteser Hilfsdienst e.V. – Stadtgeschäftsstelle Koblenz

Im Rauental 26 9 47 47 10
Fax 9 47 47 15, info@malteser-koblenz.de

Angebote: Ausbildung in Erster Hilfe, Sozialpflegerische Ausbildung, Besuch- und Begleitungsdienst, Sanitätsdienste, Katastrophenschutz.

Sozialdienst katholischer Frauen e.V., Kurfürstenstr. 87 3 04 24-0
siehe Anzeige Seite 76

SoVD - Sozialverband Deutschland e.V. – Sozialberatungsstelle Koblenz

Kurfürstenstraße 54 3 44 75
Fax 3 43 70, sovd.rheinland@t-online.de

Geschäftszeiten: Montag bis Donnerstag, 8.00 – 11.00 Uhr
Freitag von 8:00 – 10:15

Ansprechpartnerin: Frau Happ

Der Sozialverband Deutschland e.V. ist eine starke Gemeinschaft mit bundesweit über 500.000 Mitgliedern – auch hier vor Ort stehen wir Ihnen gerne als Ansprechpartner zur Verfügung. Wir bieten: Rat und Unterstützung im Sozialrecht auf den Gebieten Rente, Schwerbehin-

derung (SGB IX), Grundsicherung, ALG II (sog. Hartz IV), Pflegeversicherung, Krankenversicherung etc.

Wir beraten unsere Mitglieder in sozialen Fragen und helfen Ihnen durch den Dschungel der Bürokratie, bspw. bei Antragstellungen sowie Widerspruchsverfahren, und vertreten Sie in sozialgerichtlichen Verfahren.

Sozialpolitische Interessenvertretung

Auf bundes- und landespolitischer Ebene verschaffen wir den Interessen unserer Mitglieder Gehör und nehmen Einfluss auf die Sozial- und Gesellschaftspolitik.

Information

Unsere monatlich erscheinende, kostenlose Mitgliederzeitung informiert Sie über die aktuelle sozialpolitische Entwicklung sowie Neuigkeiten aus dem Verbandsleben und gibt zahlreiche Gesundheits- und Servicetipps. Zudem geben wir Fachbroschüren/Flyer zu speziellen Fragen heraus, so z.B. zum Thema Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung.

V. d. K. Rheinland-Pfalz - Sozialverband – Kreisverband Koblenz

Friedrich-Ebert-Ring 54 3 44 20
Telefax 9 11 49 41 · kv-koblenz@vdk.de

INFORMATIV



Wald ist Gesundheit

Das Land Rheinland-Pfalz ist mit einem Wald-anteil von 42% der Landesfläche das waldreichste Bundesland und besitzt somit ein großes Reservoir an natürlichen Mitteln zur Gesundheit und Erholung von Körper und Geist.

Als Quell der Gesundheit und gewissermaßen Natursanatorium gegen körperliche Anspannung und seelischen Stress hilft der Wald bei einer großen Zahl von gesundheitlichen Problemen. So trägt er zum Beispiel bei zur Durchblutung von Herz, Lunge und Gehirn, Stärkung des Immunsystems, Senkung des Blutdrucks sowie Verbesserung der Blutzuckerwerte.

Der Wald gibt uns Raum für Bewegung, er spendet Lebensqualität durch Sauerstoffproduktion, das Spiel von Licht und Schatten, seine Ruhe und nicht zuletzt durch seine Ästhetik. Seine Formen, Düfte und Farben machen ihn zu einem Erlebnisraum für die Sinne. Darüber hinaus liefert er gesunde Produkte in Form von Wildfleisch, Waldfrüchten oder Heilpflanzen.

Erleben Sie den Wald bei vielen sportlichen Aktivitäten wie Wandern, Walken, Radeln oder Joggen. Genießen Sie die Produkte des Waldes bei Wildkochkursen oder Pilzexkursionen. Schlagen Sie Ihren eigenen, biologisch erzeugten Weihnachtsbaum oder erleben Sie den Wald bei meditativen Waldspaziergängen.

Neben den gesundheitlichen Aktivitäten werden Ihnen von Försterinnen und Förstern eine Vielzahl an allgemeinen Veranstaltungen zum Thema Wald geboten. Warum schlagen die Förster Holz? Wie geht man mit der Motorsäge um? Warum fliegen Fledermäuse nachts nicht gegen Bäume?, um nur einige Themen zu nennen. Alle Termine finden Sie im Internet unter der Adresse www.treffpunkt-wald.de gegliedert nach Datum, Regionen und Themen. Veranstaltungen in Ihrer Heimatgemeinde können Sie beim Forstamt in Ihrer Nähe erfragen. Die Forstleute in Rheinland-Pfalz freuen sich, Sie demnächst im Wald begrüßen zu dürfen.

Am Computer arbeiten – aber richtig!



Fast ein Drittel unseres Lebens verbringen wir am Arbeitsplatz. Und rund 80 000 Stunden sitzt heutzutage ein Büromensch an seinem Schreibtisch, der sich durch die Computerarbeit längst zu einem "elektronischen Büro" gewandelt hat. Zwar bietet die Bildschirmarbeit eine erhebliche Arbeitserleichterung, andererseits können davon aber auch Gesundheitsgefahren ausgehen. Weit mehr als 50 Prozent der im Büro Beschäftigten klagen über wachsende körperliche und psychosomatische Beschwerden. Stress, Verspannungen, Rücken- oder Kopfschmerzen, Augenbrennen oder seelische und körperliche Überbelastung lassen sich vielfach durch einfache Maßnahmen und die Umgestaltung des Arbeitsplatzes vermeiden.

Vor diesem Hintergrund kommt der **Bildschirmarbeitsverordnung** im Sinne des Arbeitsschutzes eine große Bedeutung zu. Inmitten aller Technik stehen die Bedürfnisse des Menschen doch im Mittelpunkt. Die gesetzlichen Grundlagen für einen besseren Gesundheitsschutz am Bildschirmarbeitsplatz legen Mindestanforderungen an das Bildschirmgerät selbst, an Arbeitsplatz und Arbeitsumgebung, aber auch an die Software-Ausstattung und die Arbeitsorganisation fest. Inzwischen sind viele Millionen Arbeitsplätze von diesen Regelungen betroffen. Dabei stellt die Bildschirmarbeitsverordnung einen flexiblen Rahmen dar, der Spielraum für an die Situation der Betriebe angepasste Arbeitsschutzmaßnahmen lässt. Gewinner sind Betriebe und Beschäftigte gleichermaßen. Denn Ausfallzeiten durch schlechte Arbeitsbedingungen verringern sich und die Motivation der Arbeitneh-

mer steigt durch die menschengerechte Gestaltung des Arbeitsplatzes. Unfälle und Gesundheitsschäden können nach derzeitigen Erkenntnissen vermieden werden, wenn die Arbeitsmittel am Bildschirm-Arbeitsplatz und die Arbeitsumgebung den bestehenden Sicherheitsregeln entsprechen. Dabei sollte die vom Arbeitsschutzgesetz geforderte "Arbeitsplatzanalyse" der erste Schritt sein.

Als erste Maßnahme zur genauen Untersuchung des Bildschirmarbeitsplatzes muss unter Beteiligung der Beschäftigten und des Betriebsrates erst einmal der Arbeitsplatz auf mögliche Gefährdungen untersucht sowie Probleme bewertet und schriftlich dokumentiert werden.

Bei dieser **Beurteilung des Bildschirmarbeitsplatzes** sollte nach Empfehlungen von Experten eine Raumfläche von mindestens 10 Quadratmetern bei reiner Bildschirmarbeit, von 12 Quadratmetern bei Mischarbeit und 14 Quadratmetern im Großraumbüro vorhanden sein. Auf ein positives Raumklima mit einer Temperatur zwischen 20 und 22 Grad Celsius und eine Luftfeuchtigkeit zwischen 50 und 65 Prozent ist zu achten. Die Beleuchtung sollte zwischen 500 und 800 Lu, die Lautstärke nicht über 55 Dezibel liegen. Ein wichtiger Punkt ist die Anordnung der Arbeitsplätze und die Arbeitsplatzausstattung mit ergonomischen Büroarbeitsstühlen. Tisch und Stuhl müssen aufeinander abgestimmt sein, der Arbeitstisch genügend Platz und das Arbeitsumfeld genügend Sicherheit und Bewegungsspielraum bieten.

Große Bedeutung kommt am Bildschirm-Arbeitsplatz natürlich dem Hauptarbeitsmittel Computer zu. Der **Bildschirm** muss sich bequem ausrichten lassen, ein kontrastreiches Bild zeigen,

flickerfrei sowie strahlungsarm und mindestens einen halben Meter von den Augen entfernt aufgestellt sein. Um Augenbeschwerden und Kopfschmerzen zu vermeiden, darf es auf der Mattscheibe keine störenden Reflexionen oder Spiegelungen geben. Die **Tastatur** muss bequem bedienbar sein. Vor allem Arbeitnehmer, die das Zehn-Finger-System beherrschen, sollten auf eine einwandfreie, unverkrampte Handhaltung achten, um Gelenke, Sehnen, Bänder und Muskulatur nicht übermäßig zu strapazieren. Der Computer sollte ein echter Helfer sein und nicht zusätzlichen Stress verursachen. Daher gilt es darauf zu achten, dass Hard- und Software störungsfrei arbeiten und **benutzerfreundliche Computerprogramme** den Bildschirm-Arbeitsplatz optimal unterstützen. Trotz modernster Technik ist nach wie vor der Mensch das Wichtigste im Büro. Mischarbeit und ein Wechsel zwischen geistiger und körperlicher Beanspruchung, aber auch regelmäßige Bildschirmpausen mit Entspannungsübungen können den Arbeitsalltag erleichtern. Der Mensch muss sich am Arbeitsplatz wohlfühlen können. Damit die Bildschirmarbeitsverordnung in der Praxis optimal realisiert wird, sollten auch die "Bildschirmarbeiter" die Chance nutzen, als Experten ihren Arbeitgebern konstruktive Vorschläge zur verbesserten Gestaltung ihres Bildschirmarbeitsplatzes zu machen.

Für den Gesundheitsschutz am Bildschirm-Arbeitsplatz gibt es mittlerweile zahlreiche Arbeits- und Handlungshilfen in Form von Checklisten, Software für die Arbeitsplatzanalyse, aber auch Bücher mit Hintergrundinformationen. Viele Informationen stellen die Berufsgenossenschaften, Krankenkassen und die Hersteller von Möbeln kostenlos zur Verfügung.

Es ist normal, verschieden zu sein. Behinderung ist nur eine unter vielen möglichen Daseinsformen eines Menschen. Behinderung allein prägt nicht das Wesen eines Menschen.

Die Lebenshilfe möchte durch ihre Begleitung Menschen mit Behinderung die Chance auf das geben, was wir uns alle wünschen – ein erfülltes Leben.

Die Lebenshilfe Koblenz ist eine Vereinigung aus und für Menschen mit Behinderung aller Altersgruppen, ihren Angehörigen, Freunden und Fachleuten. Seit fünf Jahrzehnten ist die Selbsthilfevereinigung Forum zum Austausch von Erfahrungen und zur Entwicklung von bedarfsgerechten Hilfen. Als Träger von Diensten und Einrichtungen bietet sie heute an:

Integrative und Heilpädagogische Kindertagesstätte Koblenz-Karthause

Gemeinsame Erziehung von Kindern mit und ohne besonderen Förderbedarf

Insgesamt betreuen wir 31 Kinder im Alter ab drei Jahren bis zur Einschulung. In zwei Gruppen arbeiten wir heilpädagogisch, in einer Gruppe integrativ. Ein selbstverständliches Umgehen mit dem Anderssein wird alltäglich und ist geprägt von gegenseitiger Wertschätzung, Hilfsbereitschaft und gemeinsamen Erlebnissen.

Tagesförderstätte für Erwachsene

Hier werden schwerst- und mehrfachbehinderte Erwachsene ihren Fähigkeiten entsprechend pädagogisch gefördert und therapeutisch betreut.

Sie knüpfen Kontakte, schließen Freundschaften, erwerben mehr Eigenständigkeit und Lebensfreude. Willkommen sind auch Menschen mit erworbener Behinderung (z.B. Schädel-Hirn-Trauma). Die räumliche Nähe zur Rhein-Mosel-Werkstatt ermöglicht Übergänge. Die Lebenshilfe ist Gesellschafter der Werkstatt für behinderte Menschen.

Ambulante Hilfen

Die Ambulanten Hilfen richten sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung und ihre Familien. So verschieden die Bedürfnisse in den individuellen Situationen sind, so vielseitig gestaltet die Lebenshilfe ihre Unterstützung.



Frühförderung

Frühe Hilfen sind wirksame Hilfen.

Mobile Frühförderung ...

... heißt regelmäßige, individuelle Förderung zu Hause, im vertrauten Umfeld des Kindes.

... ist ausgerichtet auf die Begleitung des Kindes und der Eltern.

... arbeitet in und mit dem weiteren familiären Umfeld.

... möchte Kind und Eltern in ihren Kompetenzen fördern und stärken, ist also Hilfe zur Selbsthilfe.

... ist Vermittler zwischen Eltern, Ärzten, Therapeuten, Behörden usw., aber auch Ansprechpartner für die Sorgen und Probleme der Eltern.

Integrationspädagogischer Fachdienst – KITA

Der Dienst ermöglicht die Begleitung beeinträchtigter Kinder im Regelbereich und ergänzt die Kompetenzen der dort tätigen Mitarbeiter. Das Kind kann die wohnortnahe Kindertagesstätte besuchen, am gesellschaftlichen Leben teilhaben und wird innerhalb dieses Kita-Alltags individuell gefördert. Fachlich qualifizierte Mitarbeiter beraten darüber hinaus das Kita-Team Kind und unterstützen die Eltern.

Integrationspädagogischer Fachdienst – Schule

Vielfalt als Chance

Der IPFD unterstützt Eltern und Schulen bei Fragen rund um die Integrationshilfe. Die Kinder erhalten Hilfe bei der Bewältigung des Schulalltags, bei der Teilnahme an Unterricht und Klassenaktivitäten, bei ihrer individuellen Entwicklung, bei der Umsetzung der Lerninhalte, bei der Organisation des Alltags sowie bei der Anleitung lebenspraktischer Aufgaben.

Einen eigenen Schwerpunkt bilden die Kinder und Jugendlichen mit Autismusspektrumstörung.

Familienunterstützender Dienst

Alltags- und bedarfsorientierte Angebote sollen Eltern von ihren vielfältigen Betreuungs-, Erziehungs- und Pflegeaufgaben entlasten und Freiräume für körperliche Erholung und psychische Entspannung schaffen. Für den behinderten Angehörigen bedeuten die Hilfsangebote eine schrittweise Verselbständigung und mehr Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Nutzen können das Angebot alle Angehörigen, die einen behinderten Menschen versorgen. Es werden Kinder, Jugendliche und Erwachsene betreut.

Sozialpädagogische Familienhilfe

Die SPFH der Lebenshilfe richtet sich an Familien, in denen behinderte Familienmitglieder leben und die aufgrund anhaltender sozialer, emotionaler und/oder wirtschaftlicher Belastungssituationen (Multiproblematik) nach den Bestimmungen des SGB VIII zur Bewältigung ihrer Erziehungsaufgaben und von Alltagsproblemen ein mittelfristig angelegtes aufsuchendes, niedrigschwelliges, professionelles Hilfsangebot benötigen.

Ambulant Unterstütztes Wohnen

So viel Selbständigkeit wie möglich, so viel Hilfe wie nötig! Unser Angebot richtet sich an Erwachsene mit geistiger und/oder körperlicher Behinderung, die in einer eigenen Wohnung leben möchten und dabei Hilfe benötigen.

Zum Beispiel unterstützen wir Menschen mit Behinderung, die noch bei den Eltern wohnen, aber bald selbständig leben wollen, oder aus dem Wohnheim ausziehen wollen oder bereits alleine wohnen, aber Probleme damit haben.

Auch kleine Wohngemeinschaften im „Quartier Sonnwiese“ werden angeboten.

Lebenshilfe Kinderhaus – neue Kindertagesstätte

Mitten drin statt nur dabei

Das Lebenshilfe Kinderhaus ist eine Regelkindertagesstätte für die Stadtteile Rauental, Moselweiß, Goldgrube und Lay, die sich in besonderem Maße dem Inklusions-Konzept verpflichtet sieht. Vielfalt prägt unser Grundverständnis im Zusammenleben. Von Beginn an werden wir Kindern beispielsweise mit Beeinträchtigungen oder Migrationshintergrund offen und ohne Vorbehalte begegnen. Mit dem Sommer 2014 erfolgen die ersten Aufnahmen für die insgesamt 75 Plätze.

Wenn Sie mehr über uns erfahren möchten, informiert Sie die zentrale Geschäftsstelle gerne:

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung, Ortsvereinigung Koblenz e.V.

Ernst-Sachs-Straße 12, 56070 Koblenz

Telefon 0261 – 96 35 53 -0

kontakt@lebenshilfe-koblenz.de

www.lebenshilfe-koblenz.de

GEMEINDEPSYCHIATRISCHE VERSORGUNG

Beratung, Betreuung, Pflege,
Werkstätten u.a.

Koblenz (02 61)

Stiftung Bethesda-St. Martin**Gemeindepsychiatrisches Zentrum (GPZ)**

Bogenstr. 53a 9 21 66-0
 Fax 9 21 66-20
 Ansprechpartner: Dieter Mickartz
 gpz.koblenz@stiftung-bethesda.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**Tagesstätte für psychisch behinderte Menschen**

Bogenstr. 53 9 21 66-50
 Fax 9 21 66-55,
 Ansprechpartnerin: Petra Loch
 tagesstaette.koblenz@stiftung-bethesda.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**Kontakt- und Informationsstelle für den psychosozialen Bereich (KIS)**

Café Treff, Beratungsangebote, Freizeitgestaltung, Selbsthilfegruppen,
 Koblenzer Psychoseseminar
 Bogenstr. 53a 9 21 66-31
 Ansprechpartner: Dieter Mickartz
 kontaktstelle.koblenz@stiftung-bethesda.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**Ambulante Dienste Koblenz**

Betreutes Wohnen, ambulante Eingliederungshilfe, persönliches Budget, Sozio-
 therapie nach § 37a SGB V
 Bogenstr. 53 a 9 21 66-21
 Fax 9 21 66-20
 Ansprechpartner: Dieter Mickartz, Edeltrud Scholl
 ambulantedienste.koblenz@stiftung-bethesda.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**Ambulante Dienste Mayen-Koblenz**

Betreutes Wohnen, ambulante Eingliederungshilfe, persönliches Budget, Sozio-
 therapie nach § 37a SGB V
 Bahnhofstr. 20a, 56337 Plaidt (0 26 32) 81 01 98
 Fax (0 26 32) 71 06 46
 Ansprechpartner: Dieter Mickartz, Yvonne Wüllner-Bader
 ambulantedienste.plaidt@stiftung-bethesda.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**dimopac**

Arbeits- und Beschäftigungsangebote zur Tagesstrukturierung für psychisch
 behinderte Menschen
 Emser Str. 345 9 73 34 00
 Fax 9 738 14 53
 Ansprechpartner: Ralf Schulze, Albert Rosenzweig
 christuskirche@stiftung-bethesda.de
 dimopac@stiftungs-bethesda.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**Tagesstrukturierende Maßnahmen (TSM)**

Tagesstrukturierendes Angebot für psychisch behinderte Menschen
 Emser Str. 345 9 73 34 00
 Fax 97 38 14 53
 Ansprechpartner: Ralf Schulze, Albert Rosenzweig
 christuskirche@stiftung-bethesda.de
 dimopac@stiftung-bethesda.de

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung**Ortsvereinigung Koblenz e. V.****Tagesförderstätte für geistig und schwer mehrfach behinderte****Erwachsene**

Ernst-Sachs-Str. 10 8 99 06-0
 siehe Anzeige Seite 80 + 81

Angehörige psychisch Kranker – Regionalgruppe Koblenz

Roswitha Mohr, Koblenz (02 61) 8 14 72
 Jutta Gehring, Bendorf-Sayn (0 26 22) 43 49

Sprechstunde zu erfragen im AOK-City-Haus, Rizzastr.11,

Tel.: (02 61) 3904 – 180

Treffen: 2. Mittwoch im Monat, 18.30 Uhr,
 Pfarrsaal Liebfrauen, Florinspfaffengasse 14

4. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr,
 Kontakt- und Informationsstelle Koblenzer Straße 116, Koblenz – Moselweiß.

Angebote: In der Gruppe erfährt man, dass es keine Schande ist, einen psy-
 chisch Kranken in der Familie zu haben, die Angehörigen nicht Schuld am Ent-
 stehen der Krankheit sind, man gemeinsam gegen Ungerechtigkeiten und Miss-
 stände angehen kann.

Deshalb treffen wir uns regelmäßig, tauschen Erfahrungen aus, laden Experten
 ein aus Psychiatrie, Sozialwesen, Recht und Politik, informieren über Hilfsan-
 gebote, bemühen uns um bessere Lebenschancen für die Erkrankten, knüpfen
 Freundschaften, feiern auch gelegentlich und helfen uns selbst.

Betreute Wohnformen

Koblenz (02 61)

Barmherzige Brüder Saffig**Gemeindepsychiatrische Angebote (GPA) Koblenz**

Brückenstraße 2 A 97 30-231

Angebote:

Beratung, ambulante Hilfen, Betreutes Wohnen, Soziotherapie
 Betreuung von psychisch beeinträchtigten Menschen, Alltagsbewältigung, Ent-
 wicklung von Handlungskompetenzen, Begleitung in Krankheitsphasen, Krisen-
 intervention, Freizeitangebote.

Ansprechpartnerin: Gerlinde Vogt-Junge
 g.vogt-junge@bb-saffig.de · www.bb-saffig.de

Stiftung Bethesda-St. Martin**Haus an der Christuskirche**

Rehabilitative stationäre Wohnangebote für psychisch behinderte Menschen in
 Form von Heim- und Außenwohngruppenplätzen an mehreren Standorten in
 Koblenz und mit differenziertem Wohn-, Betreuungs- und Versorgungsangebot.
 Bei Interesse können Sie gerne ein qualifiziertes Informations- oder Erstkon-
 taktgespräch vereinbaren.

Hauptstelle (auch Aufnahmeanfragen)

Hohenzollernstr. 2 3 03 39-0
 Fax 3 03 39-20

Ansprechpartner: Ralf Schulze, Cornelia Hein-Klein
 christuskirche@stiftung-bethesda.de

Mendelssohnhaus

Reiffenbergstr. 8 9 72 84-0

Außenwohngruppen Hohenzollernstraße

Hohenzollernstr. 29 97 36 89-0

Außenwohngruppen Katharina-Zell-Haus

Ellingshohl 85 97 36 88-0

Außenwohngruppe Katharina-von-Bora-Haus

Ellingshohl 85 92 17 78-0

Stiftung Bethesda-St. Martin**Außenwohngruppe Moselweiß**

Rehabilitatives stationäres Wohnangebot für psychisch behinderte Menschen
 (Außenwohngruppe des „Haus Bethesda“ in Boppard)
 Koblenzer Str. 116 4 41 08
 Fax 4 03 02 76

Ansprechpartner: Benno Volk
 awg.moselweiss@stiftung-bethesda.de

Kath. Familienbildungsstätte Koblenz

Begegnen – Bilden – Stärken



Familie

„Jeder braucht einen Platz in der Welt,
einen Ort, an den er gehört,
und Menschen,
in deren Mitte er Geborgenheit findet.“

aus: Mirjam Pressler „Nathan und seine Kinder“

In einer festen Beziehung leben, Kinder erziehen und Familie gestalten ist – gerade in unserer heutigen Zeit – eine besondere Herausforderung.

Die Familienbildungsstätte/Mehrgenerationenhaus Koblenz möchte mit ihren Angeboten Eltern in ihrer anspruchsvollen Erziehungsarbeit unterstützen und alle Glieder der Familie in ihrer jeweiligen Familiensituation begleiten.

Im Programm der Familienbildungsstätte Koblenz finden Sie unter dem Motto „Begegnen – Bilden – Stärken“ eine Fülle von Bildungs- und Begegnungsangeboten, sowie Qualifizierungsmaßnahmen.

Dabei richtet sich das Angebot an Frauen und Männer, mit oder ohne Kinder. Menschen, die sich mit einer neuen Lebenssituation auseinandersetzen, wie Menschen, die Kontakt und Begegnung suchen oder sich kritisch mit Glaubensfragen beschäftigen möchten.

Wir freuen uns über Menschen, die Gemeinschaft suchen, die neugierig und offen sind, Menschen mit Migrationshintergrund und alle Interessierten.

Vielleicht können wir als Familienbildungsstätte ein wenig dazu beitragen, dass Sie Ihren Platz in der Familie weiterhin wertschätzen und/oder neu gestalten können.

Wir freuen uns, wenn unser Angebot Ihr Interesse findet und wünschen Ihnen viel Spaß beim Entdecken des Programms!
www.fbs-koblenz.de

Ihr Mehrgenerationenhaus in Koblenz

– wo Menschen sich begegnen



Sie suchen für Ihr Kind und sich einen Ort in Koblenz, an dem Ihnen ein familiengerechtes Freizeitangebot gemacht wird? Egal ob alt oder jung, ob alteingesessen oder neu zugezogen, ob jung

oder alt, Familie, alleinerziehend oder Patchworkpartnerschaft, in jeder Lebenssituation und mit jedem kulturellen Hintergrund – hier im Mehrgenerationenhaus/Kath. Familienbildungsstätte Koblenz sind Sie herzlich willkommen!

Hier kochen Väter mit ihren Kindern, es gibt Kinderferienfreizeiten sowie Bastel-, Lese- und Musikgruppen, eine Hausaufgabenbetreuung – und vieles mehr. Im Mehrgenerationenhaus Koblenz können Sie sich zum Frühstück oder Kaffee treffen und Kontakt zu anderen knüpfen. Fachkundige Frauen und Männer stehen mit Rat und Tat – zum Beispiel mit interkulturellen Angeboten, dem Kinderbetreuungsservice, dem Spielgruppentreff oder mit einem Raum zum Stillen Ihres Babys – zur Seite.



Unser Angebot ist getragen von einer ehrenamtlichen Kultur des Mitmachens. Hier engagieren sich Bürger für Bürger. Dank des ehrenamtlichen Engagements können wir zahlreiche Angebote kostengünstig oder sogar kostenfrei anbieten. Träger des Mehrgenerationenhauses ist die Katholische Familienbildungsstätte Koblenz e.V., seit 2013 nach proCum Cert zertifiziert.

Gefördert wird das Mehrgenerationenhaus durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, die Stadt Koblenz, das Ministerium für Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen Rheinland-Pfalz sowie durch den Europäischen Sozialfond.

Katholische Familienbildungsstätte Koblenz e.V. · Mehrgenerationenhaus/Haus der Familie

Hohenfelder Straße 16 · 56068 Koblenz · Fon: 0261 /3 56 79 · Fax 0261/9 14 21 99 · www.fbs-koblenz.de

BERATUNG UND HILFEN

Aids- und Sexualberatung

Aids-Hilfe Koblenz e.V.

Moselweißer Str. 65, 56073 Koblenz (02 61) 1 66 99
 Fax (02 61) 39 49 91 08

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr

Angebote: Beratung für Infosuchende, HIV-Positive, Freunde und Angehörige; Krankenhausbesuchsdienst; Patientensprechstunde in der Immunologischen Ambulanz; niederschwellige Angebote wie Mittwochs-, Frauenfrühstück und Sonntagscafé; Präventionsarbeit an Schulen und anderen Einrichtungen; ambulante Betreuung im Rahmen der Eingliederungshilfe; Öffentlichkeits- und Aufklärungsarbeit; Unterstützung von Selbsthilfegruppen; Outingberatung; Paarberatung.

Ambulante Hilfen für psychisch- und suchterkrankte Menschen

Sozialpsychiatrische / Sozialpädagogische Fachpraxis

Martin Bues

Staatl. anerkannter Dipl.-Sozialarbeiter (FH)

Ambulante Hilfen für psychisch- und suchterkrankte Menschen

Altflöhrter 16 · 56068 Koblenz

Fon: (0261) 207395-1

Fax: (0261) 207395-2

Handy: (0151) 223 906 29

Martin.Bues@sozialpsychiatrische-fachpraxis.de

www.offene-hilfen-koblenz.de



Behindertenhilfe, -beratung, -betreuung

Amt für soziale Angelegenheiten

Baedekerstraße 12-20 (02 61) 404 1-1
 Bürger-Service-Büro (02 61) 404 1450 oder 404 1458
 Fax (02 61) 404 14 07

Angebote:

Schwerbehindertenrecht, Feststellungsverfahren nach § 69 des Neunten Buches Sozialgesetzbuch, Integrationsamt/Schwerbehindertenhilfe, begleitende Hilfe im Arbeitsleben und Kündigungsschutz, Grundentscheidungen im Rahmen der Durchführung des Opferentschädigungsgesetzes, Prüfbehörde nach dem Landesgesetz über Wohnformen und Teilhabe, Kindertagesstättenaufsicht.

Behindertenbeauftragter der Stadt Koblenz**Christian Bayerlein**

Löhrstr. 107, 56068 Koblenz (02 61) 2 03 93 40

behindertenbeauftragter@stadt.koblenz.de

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Städtische Ansprechpartnerin:

Alexandra Emirze (02 61) 129-2213

sozialamt@stadt.koblenz.de

Der Behindertenbeauftragte vertritt die Interessen der behinderten Einwohner der Stadt Koblenz

Behinderten- und Rehabilitationssport-Verband Rheinland-Pfalz e.V.

Parkstraße 7 (02 61) 97 38 78-0

Fax (02 61) 97 38 78-59, info@bsv-rlp.de · www.bsv-rlp.de

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 8.00 Uhr – 16.00Uhr Freitag 8.00 Uhr – 12.30 Uhr

Angebote:

Sportliche Beratung und Betreuung behinderter und chronisch kranker Menschen. Insbesondere bei orthopädischen Beeinträchtigungen, bei Erkrankungen der inneren Organe, bei geistigen Behinderungen und Beeinträchtigungen im neurologischen Bereich u.v.m., Sportangebote

Blinden- und Sehbehindertenverein für Koblenz und Umgebung e.V.

Untere Vallendarer Str. 19 (02 61) 9 22 25 06
Info@bsv-koblenz.de · www.bsv-koblenz.de

Angebote: Telefonische Beratung in blinden und sehbehinderten spezifischen Angelegenheiten, nach terminlicher Absprache auch persönlich. Monatliche Treffen am 1. Samstag im Monat, Sommerfest, Ausflüge, Weihnachtsfeier, Mitgliederversammlung, Herbstveranstaltung.

„DER KREIS“ – Club Behinderter und ihrer Freunde e.V.

Am Alten Hospital 3a (02 61) 1 44 47

Kontaktperson: Rolf Keller (02 61) 4 45 62

Fax (02 61) 1 72 46

info@der-kreis-cbf.de, www.der-kreis-cbf.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 10.00 – 12.00 Uhr

Büro: Am Alten Hospital 3a

Angebote: Wir sind eine Gemeinschaft erwachsener, behinderter und nichtbehinderter Menschen. Unser Verein besteht seit 1971 und ist vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt. Wir bemühen uns um körperbehinderte Menschen aller Erkrankungsursachen.

Wir wollen durch Hilfe zur Selbsthilfe die Förderung behinderter Menschen und deren berufliche und soziale Eingliederung in unsere Gesellschaft fördern. Durch das partnerschaftliche Miteinander von behinderten und nichtbehinderten Menschen sollen Vorurteile abgebaut und eine Voraussetzung für ein menschliches Leben geschaffen werden. Wir bieten regelmäßige Veranstaltungen in behindertengerechten Räumlichkeiten, Ausflüge und Freizeiten, Beratung und Hilfe in allen Belangen für Menschen mit Behinderung und deren Angehörige. Treffen: Clubveranstaltungen

Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V.

Altkrautheimer Straße 20, 74238 Krautheim (0 62 94) 42 81-0

Fax (0 62 94) 42 81-79, info@bsk-ev.org · www.bsk-ev.org

Angebote: Der BSK e.V. ist eine bundesweite Interessenvertretung von und für Menschen mit Körperbehinderung. Rund 140 Untergliederungen arbeiten ehrenamtlich in den Städten und Gemeinden. Das Ziel des BSK ist es, den betroffenen Menschen ein selbstbestimmtes Leben ohne Barrieren zu ermöglichen. Informationen über Ihre nächste Kontaktstelle/- person finden Sie auf der Homepage.

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung**Ortsvereinigung Koblenz e.V.**

Geschäftsstelle: Ernst Sachs-Str. 12 (02 61) 96 35 53-0

siehe Anzeige Seite 80 + 81

Mobiler Sozialer Dienst MSD**Individuelle Schwerbehindertenbetreuung ISB**

Am Alten Hospital 9a (02 61) 9 11 44 50-51

Fax (02 61) 3 25 11

Angebote: Ambulanter Hilfs- und Pflegedienst „der kreis“ Individuelle Schwerbehindertenbetreuung ISB

Zentrum für selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen (ZsL)

Moselweißer Str. 21 (02 61) 5 79 61 50 -51

Beratung und Hilfen für Senioren

**ISA AMBULANT GmbH**

Herm-Dienz-Straße 8 (02 61) 9 73 53-450

Telefax (02 61) 9 73 53-451

www.ISA-AMBULANT.de

Mehrgenerationenhaus Koblenz

Hohenfelder Str. 16 (02 61) 2 98 45 52

Fax (02 61) 9 14 21 99

Floethner@fbs-koblenz.de

www.fbs-koblenz.de

www.mehrgenerationenhaeuser.de/koblenz

siehe Anzeige Seite 83

Seniorenbeirat der Stadt Koblenz

Büro: An der Liebfrauenkirche 18 (02 61) 1 00 50 26
Sprechzeiten nach Vereinbarung
info@sb-ko.de

Hinweis: Da unsere Homepage momentan aktualisiert und neu gestaltet wird, erfolgt an dieser Stelle ein Link zur Landesseniorenvertretung:

[http://www.landesseniorenvertretung-rip.de/no_cache/seniorenvertretungen/?tx_yetihauslsvr_pi1\[showUId\]=48](http://www.landesseniorenvertretung-rip.de/no_cache/seniorenvertretungen/?tx_yetihauslsvr_pi1[showUId]=48)

Städtischer Ansprechpartner:

Alexandra Emirze (02 61) 1 29-22 13

Der **Seniorenbeirat der Stadt Koblenz** wurde auf Beschluss des Stadtrates am 27. Oktober 1997 installiert. Die Amtszeit ist an die des Stadtrates gebunden. Ihm gehören 20 Mitglieder an. Diese wurden von Verbänden, politischen Parteien, der katholischen und evangelischen Kirche, dem DGB, der Volkshochschule den Altenbegegnungsstätten, dem Beirat für Migration und Integration und Heimbeiräten delegiert. Sie wurden vom Stadtrat bestätigt und vom Oberbürgermeister verpflichtet.

Der Seniorenbeirat ist die Interessenvertretung aller Bürgerinnen und Bürger der Stadt Koblenz über 60 Jahren. Er ist parteipolitisch unabhängig und überkonfessionell. Die Mitglieder arbeiten ehrenamtlich.

Der Stadtrat hat ihm durch die Satzung das Recht eingeräumt, in allen Belangen, die ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger betreffen, bei Rat und Verwaltung mitzureden, zu beraten und Anträge zu stellen. Durch Öffentlichkeitsarbeit will der Seniorenbeirat das Meinungsbild über ältere Menschen, das in den Medien, in der Wirtschaft und in der Politik vorherrscht, verändern. Die Kontakte zu Heimen und Einrichtungen der Altenhilfe sollen dazu beitragen, dass für alle Menschen, auch und gerade für ältere Bürgerinnen und Bürger, „Koblenz, die Stadt zum Bleiben“ ist.

Seniorenwerk Koblenz e.V.

Ansprechpartner: Willi Klein

Fichtenweg 2, 65589 Hadamar (0 64 33) 94 66 33

Haus der Begegnung – Deutsches Rotes Kreuz

An der Liebfrauenkirche 29, 56068 Koblenz (02 61) 3 75 23

Ihre Ansprechpartnerin: Marion Rödiger

Unser Angebot richtet sich im Besonderen an Senioren, die sich begegnen möchten. In unserer Begegnungsstätte finden Sie Kontakte, Unterhaltung, Freizeitangebote und wenn Sie es wünschen ein persönliches Gespräch und allgemeine Beratung.

Wir bieten eine Vielzahl von Veranstaltungen im Laufe des Jahres an, wenn Sie interessiert sind, besuchen Sie uns und nehmen Sie sich ein kostenloses Programm mit.

Unser Cafe, das täglich frischen Kuchen für Sie bereithält, ist geöffnet:

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 13:00 bis 17:00 Uhr und einmal im Monat, Mittwoch von 14:00 bis 17:00 Uhr, ist **Tanztee mit Livemusik**.

Haus-Notruf-Dienst Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Koblenz-Stadt e. V.

Ferdinand-Sauerbruch-Straße 12 (02 61) 4 06 36-80

siehe Anzeige Umschlagseite 2

Ernährungs- und Gesundheitsberatung**Ges. für Gesundheitsberatung GGB e.V.**

Dr. Max-Otto-Bruker-Haus,

Dr. Max-Otto-Bruker-Str. 3 (0 26 21) 91 70 10

siehe Anzeige Seite 54

Benedikt Susanne Fach- PTA für Ernährung

Löhrstr. 119 (02 61) 5 79 64 83

Ernährungsberatung in Schwangerschaft/Stillzeit, für das erste Lebensjahr und bei allergiegefährdeten Kindern.

Forum Diätetik und Ernährung

c/o Gastronomisches Bildungszentrum IHK, Hohenfelder Straße 12

Ansprechpartnerinnen:

Frau Ester Pauly (02 61) 3 04 89 14

(Leiterin Forum Diätetik & Ernährung)

forum-diaetetik@gbz-koblenz.de, www.forum-diaetetik.de

Angebote:

Das Forum Diätetik & Ernährung bietet berufliche Weiterbildung auf höchstem Niveau. Das ständig wechselnde Angebot an Tages- und Kurzzeitseminaren richtet sich nur an Fachpersonal.

Fachdienst für Arbeit und Integration**Stiftung Bethesda-St. Martin****Fachdienste für Arbeit und Integration****Integrationsfachdienst (IFD)****Berufsbegleitender Dienst** (Begleitende Hilfen im Arbeitsleben)

IFD-Vermittlung (Beratung zur Erlangung eines behindertengerechten Arbeitsplatzes)

für schwerbehinderte und/oder psychisch erkrankte Menschen

Übergang Schule-Beruf (Berufsorientierungsmaßnahmen für Schüler/innen mit Förderbedarf)

Bogenstraße 53a (0261) 9 21 66-0

Fax: (0261) 9 21 66-20

Ansprechpartnerin: Claudia Müller

fachdienste@stiftung-bethesda.de

Rhein-Mosel-Werkstatt für**behinderte Menschen gGmbH****Polytec Integrative gemeinnützige GmbH**

Ernst-Sachs-Str. 10, 56070 Koblenz

Tel (02 61) 8 08 03-31

Fax (02 61) 8 08 03-50

E-Mail info.kob@rmw-koblenz.de

1. Rhein-Mosel-Werkstatt für behinderte Menschen gGmbH (RMW)

Die RMW ist mit ihren Betriebsstätten in Koblenz, Weißenthurm, Simmern und Kastellaun eine Einrichtung zur Eingliederung behinderter Menschen ins Arbeitsleben. Sie bietet in den Betriebsstätten Koblenz I und Kastellaun geistig behinderten Menschen sowie in den Betriebsstätten Koblenz II, Weißenthurm und Simmern psychisch beeinträchtigten Menschen, die wegen Art und Schwere ihrer Behinderung nicht, noch nicht oder noch nicht wieder auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt tätig sein können, eine qualifizierende Arbeitsgelegenheit und die Förderung auf den allgemeinen Arbeitsmarkt. Unser Ziel ist es, beeinträchtigte Menschen durch Teilhabe am Arbeitsleben zu stabilisieren und zu verselbständigen. Wir beraten und begleiten behinderte Menschen sowie deren Eltern und Betreuer während des gesamten Eingliederungsprozesses ins Arbeitsleben mit betreuerischen und qualifizierenden Maßnahmen.

2. Polytec Integrative gemeinnützige GmbH (PI)

Die Aufgabe des Integrationsbetriebs PI ist die Förderung und Beschäftigung von behinderten Menschen und schwer vermittelbaren Arbeitnehmern im Rahmen der Sozial- und Wirtschaftspolitik mit dem Ziel der Förderung von rehabilitativen Maßnahmen und des Abbaus von Arbeitslosigkeit durch die Schaffung von strukturellen Voraussetzungen und integrativen Beschäftigungsverhältnissen. Der Integrationsbetrieb bietet sozialversicherungspflichtige Arbeitsplätze für beeinträchtigte Menschen auf den ersten Arbeitsmarkt. Wir entwickeln neue integrative Projekte in den Bereichen Gebäude-Management, Dienstleistungen und Systemverpackung. Wir beraten Sie in allen Belangen zur persönlichen Qualifizierung und Förderung auf den allgemeinen Arbeitsmarkt.

Familien, Ehe- und Schwangerschaftskonfliktberatung**Diakonisches Werk****Beratungsstelle für Erziehungs-, Partnerschaft- und Lebensfragen**

Mainzer Str. 73 (02 61) 9 15 61-25

eb@kirchenkreis-koblenz.de

Lebensberatung Koblenz Erziehungs-, Ehe-, Familien- und**Lebensberatungsstelle des Bistums Trier**

Hohenzollernstraße 132 (02 61) 3 75 31

Fax (02 61) 3 75 32 · lb.koblenz@bistum-trier.de · www.lebensberatung.info

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 8.30– 12.30 Uhr und 13.30– 17.30 Uhr,

Freitag 8.30 – 15.00 Uhr

Angebote: Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Trennungs- und Scheidungsberatung

Würdevoll leben bis zuletzt

Der Koblenzer Hospizverein e.V. betreut und begleitet schwerstkranke und sterbende Kinder und Erwachsene und ihnen nahe stehende Menschen.

Wir unterstützen den Wunsch, zu Hause zu sterben. Bei einem Erstkontakt besuchen Sie unsere Hospiz- und Palliativpflegefachkräfte zu Hause. Gemeinsam mit dem Betroffenen und den Angehörigen klären sie, was gebraucht wird und wie die ganz individuelle Unterstützung des Betroffenen und der Familie umgesetzt werden kann. Sie beraten palliativpflegerisch und -medizinisch. Sie vernetzen Pflegedienste, Ärzte, Seelsorger und Angehörige, um dem Betroffenen ein würdevolles Leben und Sterben zu ermöglichen.



Ehrenamtliche MitarbeiterInnen sind für Sie da. Sie begleiten die Betroffenen, wenn sie es wünschen, psychosozial in der Zeit des Sterbens. Sie bringen durch ihre Zeit, Zuwendung und Offenheit Erleichterung und Entlastung in den Alltag der Familie.

Die spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV), in 2007 als individueller Leistungsanspruch in das Sozialgesetzbuch V aufgenommen, ergänzt und unterstützt die bestehende Versorgung zu Hause, in Pflegeeinrichtungen und/oder im stationären Hospiz.

Unser SAPV-Team steht Betroffenen und ihren Angehörigen in einer 24 Stunden-Rufbereitschaft zur Verfügung. Erfahrene Fachärzte mit der Zusatzqualifikation „Palliativmedizin“, Pflegekräfte und Sozialarbeiter mit der Zusatzqualifikation „Palliative Care“ gehören zum Team. Vernetzt u.a. mit Haus- und Fachärzten, Pflegediensten, Krankenhäusern und dem stationären Hospiz möchte das SAPV-Team eine bestmögliche Versorgung des Patienten garantieren.



Ist eine Versorgung und Betreuung zu Hause nicht gewährleistet, so steht für die betroffenen Menschen das stationäre Hospiz St. Martin in Koblenz offen. Hier ist der/die Sterbende mit

seinen körperlichen, psychischen, sozialen und spirituellen Bedürfnissen als Gast im Mittelpunkt und erfährt Sicherheit und Zuwendung durch ein Team, das rund um die Uhr für ihn da ist.

Das stationäre Hospiz bietet Platz für 10 Gäste. Jedes Einzelzimmer ist ein Appartement mit wohnlichem Charakter. Separates Bad und Dusche gehören dazu. Einige Appartements haben Terrassen.

Das seit 2006 zum Verein gehörende ambulante Kinderhospiz möchte Kindern mit einer lebensbedrohlichen Erkrankung ein lebenswertes Leben in ihrer vertrauten Umgebung ermöglichen. Die geschulten haupt- und ehrenamtlichen MitarbeiterInnen begleiten die Familie von der Diagnose der Erkrankung bis über den Tod des Kindes hinaus.

Auch hier werden in einem Erstgespräch die Notwendigkeiten ermittelt, die durch ihre Umsetzung den Kindern und der Familie Entlastung und Unterstützung geben. Es gilt, das gesamte familiäre System zu stützen.

Die Angebote der ambulanten Hospize sind unentgeltlich und bilden keine Konkurrenz zum Angebot anderer sozialer Dienste. Sie werden hauptsächlich mittels Spenden und Mitgliedsbeiträgen finanziert.

Die Kosten eines Aufenthaltes im stationären Hospiz St. Martin werden durch die Kranken- und die Pflegekassen aufgebracht. 10 Prozent dieser Kosten müssen über Spenden finanziert werden.

Hospiz in Koblenz

Wir verstehen uns als Ansprechpartner für schwerstkranke und sterbende Kinder und Erwachsene und ihnen nahe stehenden Menschen.

Zu uns gehören:

- ambulantes Hospiz (Erwachsene)
- spezialisierte ambulante Palliativversorgung (SAPV)
- ambulantes Kinderhospiz
- stationäres Hospiz St. Martin
- Trauerbegleitung

Sie erreichen uns:
Montags - Donnerstags
Freitags

9.00 Uhr bis 16.00 Uhr
9.00 Uhr bis 13.00 Uhr



Koblenzer Hospizverein e.V.

Koblenzer Hospizverein e.V.
Hohenzollernstr. 18
56068 Koblenz
Tel.: 0261/579 379 0
Fax: 0261/579 379 9
info@hospizinkoblenz.de
www.hospizinkoblenz.de

Lichtzeichen e.V. – Hilfe für schwangere Frauen

Höhrer Str. 93, 56179 Vallendar (02 61) 9 83 03 30
 Telefax 02 61 – 9 83 03 39
 www.lichtzeichen.org · info@lichtzeichen.org
 Wir geben ungeplant schwanger gewordenen Frauen und ihren Kindern wieder Halt im Leben.

pro familia Koblenz e.V., Schenkendorfstr. 24 (02 61) 3 48 12
 www.profamilia-koblenz.de

Angebote: Schwangerenberatung, Sexualpädagogik, Sexual- und Partnerschaftsberatung, Familienplanung.

Frühförderung und -vorsorge**ISA KOMPASS Rheinland-Pfalz**

gemeinnützige GmbH
Gulisastraße 85(02 61) 96 39-300
 Telefax (02 61) 96 39-140
 www.ISA-KOMPASS.de

HKJ - Heilpädagogische Kinder- und Jugendhilfe gGmbH

Geschäftsstelle, Gulisastraße 85 (02 61) 9 63 93 00

Heilpädagogisch-Therapeutisches Zentrum GmbH

Beverwijker Ring 2, 56564 Neuwied (0 26 31) 96 56-0
 www.htz-neuwied.de

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung

Ortsvereinigung Koblenz e. V. Frühförderung
 Ernst-Sachs-Str. 12 (02 61) 96 35 53 12

Verein für körper- und mehrfachbehinderte

Menschen e.V. Neuwied/Andernach
 c/o HTZ-Neuwied
 Beverwijker Ring 2, 56564 Neuwied (0 26 22) 49 81

Heilpädagogisch-Therapeutisches Zentrum GmbH Außenstelle

Friedrich-Ebert-Ring 53, 56068 Koblenz (02 61) 30 93 13

Heilpädagogisch-Therapeutisches Zentrum GmbH Außenstelle

Robert-Koch-Str. 12c, 56727 Mayen (0 26 51) 39 87

Hilfe auf einen Klick (Online-Hilfen)

Arztssuche im Internet www.jameda.de
 Partner von Focus online, 445.000 Ärzte, Heilberufler usw.
 Arztnavi AOK..... www.-aok-arztnavi.de
 Arztnavi Barmer-GEK..... www.arztnavi.barmer-gek.de

Kliniksuche im Internet www.weisse-liste.de
 Spezielle Klinikdatenbank der Bertelsmann Stiftung

KOBIG www.koblenz.de/Familie & Soziales/Kobig
 Adressdatenbank „Koblenzer Online Beratungs- und Informations-Guide“ (KOBIG), Onlineservice der Stadt Koblenz.

KOBIG bietet Ihnen zahlreiche Adressen von Anlauf- und Beratungsstellen in und um Koblenz. Das Besondere sind die flexiblen Suchmöglichkeiten nach Zielgruppen, selbstgewählten Schlagworten und die Kombinierbarkeit der Suchmerkmale. Personen und Gruppen, die in diese Datenbank hineinpassen, können einen kostenfreien Selbsteintrag vornehmen.

Hospize – Palliativpflege, -beratung**Palliativpflege durch****ISA AMBULANT GmbH**

Herm-Dienz-Straße 8(02 61) 9 73 53-450
 Telefax (02 61) 9 73 53-451
 www.ISA-AMBULANT.de

**ISA DOMIZIL GmbH****ISA Senioren-domizil Asterstein**

Herm-Dienz-Straße 2(02 61) 9 73 53-0
 Telefax (02 61) 9 73 53-440
 www.ISA-DOMIZIL.de

ISA Senioren-domizil Laubenhof

Gulisastraße 122(02 61) 9639-0
 Telefax (02 61) 9639-111
 www.ISA-DOMIZIL.de

Koblenzer Hospizverein e.V., Hohenzollernstr. 18 (02 61) 57 93 79-0

www.hospizkoblenz.de
 Der Koblenzer Hospizverein versteht sich als Ansprechpartner für schwerkranke und sterbende Erwachsene und Kinder und ihnen nahe stehender Menschen.
siehe Anzeige Seite 86

Ambulantes Hospiz Neuwied – Neuwieder Hospiz e.V.

Willi-Brückner-Str. 1, 56564 Neuwied (0 26 31) 34 42 40
 Telefax (026 31) 34 42 46
 hospizNR@t-online.de, www.neuwieder-hospiz.de

Palliativ-Akademie Katharina Kasper

Südring 8, 56428 Dernbach (0 26 02) 6 84 - 299
 www.palliativakademie-dernbach

Angebote: Weiterbildungskurse Palliativmedizin für Ärzte und Pflegekräfte und verschiedene Workshops. Die Palliativ-Akademie ist eine Einrichtung der Maria Hilf Gruppe.

Palliativnetz Koblenz e.V.

Oberweiher 4, 56072 Koblenz.....(0261) 96396666
 www.palliativnetz-koblenz.de

Angebote: Der Verein „Palliativnetz Koblenz e.V.“ hat sich 2006 gegründet und bietet Institutionen, palliativspezialisierten Einrichtungen und interessierten Menschen die Möglichkeit, die Versorgung Schwerstkranker und Sterbender zu verbessern. Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt.

Wir informieren über in der Kinder- und Erwachsenenpalliativmedizin qualifizierte Ärzte und in der Palliativpflege erfahrene Pflegedienste sowie die Möglichkeiten der häuslichen Begleitung. Wir bieten Erfahrungsaustausch und Weiterbildung in Qualitätszirkeln, anerkannte Ausbildungsreihen „Weiterbildung in Palliativmedizin für Ärzte“, berufs begleitende Ausbildung „palliative care für Pflegenden und andere Berufsgruppen“ und richten den „Koblenzer Palliativtag“ aus. Die Ausbildung ehrenamtlicher Begleiter in der Sterbebegleitung wird finanziell unterstützt.

Kinder und Jugendliche, Eltern**Amt für Jugend, Familie, Senioren und Soziales – Jugendamt**

Rathauspassage 2 (02 61) 1 29-0
 Fax (02 61) 129-2300
 jugendamt@stadt.koblenz.de . www.koblenz.de

Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege für die Stadt Koblenz und den Landkreis Koblenz-Mayen (AGZ Koblenz-Mayen)

Geschäftsstelle: Rizzastraße 11, 56068 Koblenz(02 61) 3904 - 291
 Fax 3904 - 250, Email: agz.ko-myk@rps.aok.de
 Für Kindertagesstätten/Vorschulalter zuständig: s. oben (Geschäftsstelle)
 Für Schulzahnpflege zuständig: Gesundheitsamt Koblenz
 Neversstraße 4 - 6, 56068 Koblenz 914807 - 27 und - 28
 Fax: 91 48 07 - 50, Email: reinhard.steinmeyer@kvmyk.de

Angebote:

Umsetzung des Konzeptes der Landesarbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege Rheinland-Pfalz (LAGZ) in der Stadt Koblenz und im Landkreis Mayen-Koblenz
 Internet: www.lagz-rlp.de (Seite der LAGZ)

www.lagz-rlp.de/koblenz-mayen (Seite der lokalen Arbeitsgemeinschaft):

Neues Projekt „Gesunde Zähne von Anfang an“:

Kostenfreie Informationsveranstaltung (60-90 Minuten) für Eltern in Krabbelgruppen, Kitas und Hebammenpraxen, denn jedes Kind hat von Geburt an die Chance auf naturgesunde, kariesfreie Zähne.

Informationen zur Förderung der Zahngesundheit von Babys und Kleinkindern: Wie pflege ich die Milchzähne richtig? Ab wann erster Zahnarztbesuch? Schnuller und Trinkflaschen? (Zahn-)Gesundes Essen und Trinken? Fluoride und ihre Wirkung?

Kinder brauchen Bewegung



Sich viel bewegen, draußen herumtollen und die eigenen körperlichen Fähigkeiten austesten – noch vor 20 Jahren war das für Kinder eine Selbstverständlichkeit. Heute sieht das anders aus: Kinder haben draußen immer weniger Platz zum Spielen und Toben. Ihre freie Zeit wird verplant. Häufig sitzen sie viel zu lang vor dem Fernseher, dem Computer oder der Spielekonsole. Während sie mit optischen und akustischen Reizen überflutet werden, bewegen sie sich immer weniger. Viele Kinder werden zu Stubenhockern – und das kann die körperliche, die geistige und die soziale Entwicklung der Kinder beeinträchtigen.

Kinder brauchen Bewegung – fast so dringend wie Luft zum Atmen oder Wasser zum Trinken. Nur, wenn Kinder sich viel bewegen, wenn sie turnen und toben, spielen und rennen, hüpfen und klettern, entwickeln sie sich angemessen. Denn: Bewegung und Wahrnehmung sind direkt miteinander verbunden. Das Abschätzen von Distanzen, die Vorstellung von Räumen, die Beurteilung von Geschwindigkeiten – all dies sind Elemente, die Kinder durch spielerische Bewegung lernen. Vielfältige Bewegungserfahrungen helfen ihnen, die Umwelt und sich selbst kennenzulernen. Wenn die Kleinen toben und tollern, rennen und fallen, aufstehen und hüpfen, dann entwickelt sich ihr Gefühl für den eigenen Körper, ihr Körperbewusstsein und ihre Körperwahrnehmung.

Kinder sind neugierig und sie haben einen kaum stillbaren Hunger auf Bewegung – das treibt die Entwicklung fortlaufend an. Immerzu wollen sie klettern, rutschen, drehen, schleudern, schwingen, von Stühlen herunterspringen und durch Pfützen laufen. Kinder brauchen diese Körpererfahrungen und Sinneserlebnisse. Sie müssen verschiedene Positionen des Körpers und vielfältige Fortbewegungsarten ausprobieren. Sie müssen ihr Gleichgewicht in verschiedenen Lagen und auf verschiedenen Untergründen testen. Sie müssen Spannung und Entspannung erleben und die Wirkung von körperlicher Belastung auf das Herz, die Atmung und die Muskeln spüren.

Die **Auswirkungen von Bewegungsmangel** bei Kindern sind vielfältig. Ein wachsender Organismus ist besonders anfällig gegen Störfaktoren. Kinder, die sich nicht genug bewegen, haben Muskel- und Haltungsschwächen. Sie leiden unter Koordinationsstörungen, Ihre Wahrnehmungsfähigkeit ist beeinträchtigt. Manchmal können sich solche Kinder nicht gut genug konzentrieren oder sie sind zu dick.

Ungeschickte und koordinationschwache Kinder sind auch unfallgefährdeter als andere Kinder. Wenn Kinder nicht in der Lage sind, ihre Bewegungen zu steuern und ihre körperlichen Fähigkeiten richtig einzuschätzen, fangen sie sich auch beim Fallen nicht richtig ab. Dadurch kann es selbst bei kleinen Stürzen zu Verletzungen kommen.

In wissenschaftlichen Untersuchungen ist nachgewiesen worden, dass Kinder, die sich **viel bewegen, besser lernen** als Stubenhocker. Das verwundert nicht, denn gezielte Bewegungserfahrungen helfen beim Rechnen, beim Lesen- und Schreibenlernen. Kinder, die sich gezielt bewegen können, haben eine innere Vorstellung, ein inneres Bild vom äußeren Raum. Und dies ist die Grundlage für mathematisches Denken, denn Rechnen ist nichts anderes als das Ordnen und Umordnen von Mengen in einem vorgestellten, inneren Raum. Genauso beim Lesen und Schreiben: Kinder, die lesen und schreiben lernen, müssen sich auf der ebenen Papierfläche orientieren können. Das Wiedererkennen von Buchstaben, das richtige Lesen und Schreiben sind nur möglich, wenn diese grundlegende Orientierung vorhanden ist.

Kindern tut es gut, wenn sie gemeinsam mit ihren Freunden in einem Turn- oder Sportverein aktiv sind. Wichtig ist, dass den Kleinen der Sport Spaß macht. Für die Entwicklung des Kindes ist es gleichgültig, ob es Tennis oder Fußball spielt, ob es an Geräten turnt, schwimmt oder Judo lernt. Entscheidend sind der Spaß und die Freude an der Bewegung. Vermeiden Sie unnötige Leistungsansprüche. Viele Kinder fühlen sich dadurch unter Druck gesetzt und verlieren die Lust. Wichtig ist, dass Ihr Kind auf Dauer dabei bleibt, auch wenn es kein Super-Sportler ist.

Zahnärztliche Betreuung von Kindertagesstätten (Teilnahme des Zahnarztes an einem Kita-Teamgespräch, Kita-Besuch, Praxisbesuch, Elterninformation), Zahnärztliche Betreuung von Grundschulen (Prophylaxeunterricht, zahnärztliche Untersuchung der ersten Klassen, ggf. Erinnerungssystem und Verweisungssystem zur zahnärztlichen Untersuchung für die Klassenstufen 2 bis 4 in einigen Schulen) Zahnärztlicher Prophylaxeunterricht in den Klassenstufen 5 und 6, Zahnärztliche Betreuung von Förderschulen mit dem Förderschwerpunkt Lernen (Prophylaxeunterricht, Untersuchung der 1. bis 6. Klassen), Aktivprogramm Zahnvorsorge für ausgewählte Schulen (Prophylaxeunterricht, Untersuchung und Fluoridierung

- durch Wahrnehmungsstörungen
- durch Ablenkbarkeit und Konzentrationsschwäche
- durch zu rasche Ermüdbarkeit
- durch verminderte Belastbarkeit

Bei uns finden die Betroffenen das nötige Verständnis und die adäquate Hilfe:

- Gesprächskreis einmal im Monat in verschiedenen Regionen
- Vorträge, Seminare
- kostenlose Einzelberatung für Eltern, Erzieher, Lehrer usw.

Die Vereinszeitschrift erscheint halbjährlich.

Ansprechpartner:

Frau Erve (1. Vorsitzende)	(0 26 31) 5 46 41
Herr Sanner (2. Vorsitzender)	(0 26 25) 95 64 70
Frau Reif-Wittlich	(0 26 30) 98 97 10
Frau Brinkmann (Elternseminare)	(0 67 72) 9 49 10
Familie Weingart	(0 26 28) 37 41
Frau Löhr	(02 61) 67 90 39

Schulpsychologisches Beratungszentrum Koblenz Pädagogisches Landesinstitut Rheinland-Pfalz

Luisenstr.1-3 (02 61) 3 78 50
www.pl.rlp.de, Beratungszentrum.Koblenz@pl.rlp.de

Sucht (Beratungsstellen, Selbsthilfe, Einrichtungen)

AHG Therapiezentrum Bassenheim

Einrichtung im Rahmen der Eingliederungshilfe für Suchtkranke

Hospitalstr. 16, 562 Bassenheim (0 26 25) 93 02-0
www.ahg.de/Bassenheim

Anonyme EBSüchtige - Overeaters Anonymous

.....(01 51) 14 96 23 63
..... (01 60) 8 45 58 30
www.overeaters-anonymous.de

Treffen: Dienstag, 20:00 - 21:30 Uhr Bogenstr. 53 a
(Bethesda-Stiftung)

Angebote: Overeaters Anonymous (OA) ist eine Gemeinschaft von Menschen aus allen Lebensbereichen, die sich treffen, um ihr gemeinsames Problem – der zwanghafte Umgang mit Nahrungsmitteln (Überessen, Magersucht und Bulimie) – zu lösen. Sie genesen, indem sie ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen und sich gegenseitig unterstützen. Jeder ist willkommen, der mit dem zwanghaften Essen aufhören will. Es gibt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, ausschließlich eigene, freiwillige Beiträge. Von außen kommende Spenden werden weder angenommen noch sind sie erbeten. OA ist mit keiner öffentlichen oder privaten Organisation, politischen Bewegung, Ideologie oder Religion verbunden, daher nehmen sie auch keine Stellung zu Fragen außerhalb ihrer Gemeinschaft.

„Freundeskreis Koblenz Zentrum“

Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige,
Suchtkranke und Angehörige (0 26 05) 95 21 02
(anonym und wir halten Schweigepflicht)
www.freundeskreis-ko-zentrum.npage.de

Gruppen: Offene gemischte Gruppe jeden Mittwoch 18:45 Uhr, Bodelschwinghstr. 8, Koblenz-Lützel (Gemeindezentrum der evangelischen Kirchengemeinde). Wir sind eine Selbsthilfegruppe und Sie können an unseren Gruppenabenden teilnehmen. Die Gruppenabende werden moderiert und beschäftigen sich mit folgenden Themen: Alkohol-, Drogen und Medikamentensucht, Co-Abhängigkeit, Spiel- und Kaufsucht, süchtiges Essverhalten, schwierige Lebenssituationen (Trauer, Krankheit) sowie Lebensumstände, die eine Suchtgefährdung fördern.

Anonyme Spieler, Postfach 3004, 65745 Eschborn (0 61 73) 6 15 75
www.ga-kontakt.de, www.anonyme-spieler.org

Angebote: Ev. Gemeindezentrum, Moselring 2
Selbsthilfe von Betroffenen für Betroffene.
Montag 19:00-20:30 offene Gruppe, mit Angehörigen
Mittwoch 19:00-20:30 offene Gruppe, mit Angehörigen
Freitag 19:00-20:30 nur für Betroffene
GA-Hotline (01 76) 67 28 33 37



ISA KOMPASS Rheinland-Pfalz gemeinnützige GmbH

Gulisastraße 85 (02 61) 96 39-300
Telefax (02 61) 96 39-140
www.ISA-KOMPASS.de

Familienwohngruppe, heilpädagogische Wohngruppe, Intensivwohngruppe, Mutter-Vater-Kind-Wohngruppe, heilpädagogische Tagesgruppe, betreutes Wohnen, begleiteter Umgang, Begleitung von Pflegefamilien, Erziehungsbeistand, Kindertagesstätte, intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung, sozialpädagogische Familienhilfe, Elterntelefon, Entlastungsangebot, Hilfen zur Erziehung an Schulen, tiergestützte Pädagogik

Haus für Kinder - Kemperhof – Caritasverband Koblenz e. V.

Koblenzer Str. 157 (02 61) 4 27 30

Jugendhilfswerk Koblenz e. V., Löhrstr. 109 (02 61) 9 14 64-25

Jugend-Gefährdeten-Hilfe des Caritasverbandes Koblenz e. V.

Hohenzollernstraße 118 - 120 (02 61) 1 39 06-200

Jugendmigrationsdienst des Caritasverbandes e.V.

Hohenzollernstraße 118 - 120 (02 61) 1 39 06-513

Jugendreferat im Evangelischen Kirchenkreis Koblenz

Fachstelle für die Kinder- und Jugendarbeit
Mainzer Straße 73 (02 61) 9 15 61 30

Kinderschutzdienst, Mayer-Alberti Str. 11 (02 61) 3 88 99

Kinderschutzdienst des HTZ

Marktstr. 98, 56564 Neuwied (0 26 31) 2 22 00

Deutscher Kinderschutzbund Koblenz e.V.

Markenbildchenweg 16 (02 61) 3 44 11
(Kinderschutzdienst des Kinderschutzbundes Koblenz e.V.)
Frau Goeth/Frau Hamm-Gleichauf (02 61) 3 88 00

Angebote: Allgemeine Telefonberatung, Beratungs- und Sorgentelefon, Bastelgruppe, Kinderbetreuung, Kinderklinik, Betreuungsstätte „Netz für Kinder“ an der Schenkendorfschule.

Juvenus – Vereinigung zur Förderung von Kindern und Erwachsenen mit Teilleistungsschwächen e. V. Koblenz Rheinland-Pfalz

Obergraben 25, 56567 Neuwied, (0 26 31) 5 46 41
info@juvenus.de www.juvenus.de

Angebote: Eltern, ÄrztInnen, PädagogInnen, TherapeutInnen und allen, die mit Kindern umgehen, Kenntnisse über das Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom mit oder ohne Hyperaktivität zu vermitteln und Erfahrungen auszutauschen.

Wir wollen uns gegenseitig unterstützen, die Öffentlichkeit und uns selbst über die Beeinträchtigungen aufklären, Maßnahmen zur Verbesserung der Situation und zur Förderung der Kinder ergreifen. Natürlich bieten wir auch all jenen Hilfe an, die sich mit Kinderproblemen an uns wenden.

AD(H)S = Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom mit oder ohne Hyperaktivität:

Der allgemeinen Meinung, es handle sich hierbei um eine psychosoziale Störung, verursacht durch Fehler in der Erziehung, Schule, Umwelt, außerdem ein niedriges Intelligenzniveau, muss entschieden widersprochen werden. Vielmehr bleibt man ein „ADSler“, ein Leben lang.

Noch immer finden diese Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen nicht überall das nötige Verständnis und die adäquate Hilfe. Betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene fallen auf:

- durch Bewegungsunruhe, Hyperaktivität
- durch Bewegungsarmut, Hypoaktivität
- durch Koordinationsschwäche beim Bewegen
- durch ungesteuerte Reaktionen in Wut und Freude

Landesverband der Guttempler in Rheinland-Pfalz und Saarland e.V.

Ansprechpartner: Thomas Burgard
 In der Lehmkauf 2, 56370 Dörsdorf (0 64 86) 66 30
 www.guttempler-rps.de, www.mach-dir-nix-vor.de

Kreuzbund Stadtverband Koblenz e.V.

Selbsthilfe und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige
 Vorsitzender: Felix Wermke, Löhrrstr. 53, 56068 Koblenz
 Kontakttelefon: Felix Wermke (0 26 06) 35 80 36
 oder Tamara Krauskopf - Frauenbeauftragte (0 26 06) 25 41
Angebote: Hilfe zur Selbsthilfe für suchtkranke Menschen (Alkohol, Medikamente, Drogen) in Gruppengesprächen.
 Informationsabend: jeden Dienstag 19.00 – 21.00 Uhr, Löhrrstr. 53.
 jeden Donnerstag (Info-Gruppe für junge Suchtkranke)
 19.00 bis 21.00 Uhr, Löhrrstr. 53
 jeden letzten Freitag im Monat Frauengesprächskreis
 19.00 bis 21.00 Uhr, Löhrrstr. 53

Narcotics Anonymous

www.narcotics-anonymous.de
Kontakte:
 Stefan (01 70) 24 32 170
 Kalle (01 73) 64 18 763
 Mario (0 2 61) 20 84 710
 NA ist eine Selbsthilfe-Gemeinschaft von Süchtigen für Süchtige, die sich gegenseitig helfen, ohne Drogen zu leben.
Angebote: Meetings jeden Mittwoch 19.00 Uhr in der Begegnungsstätte des DRK, An der Liebfrauenkirche 20 und jeden Samstag 19.00 Uhr Café Kiss, Bogenstr. 53

Steg Sozialtherapeutische Einrichtung

Betreutes Wohnen für Suchtkranke e. V.
 Löhrrstr. 53 (02 61) 5 00 55 16

zas - Zentrum für ambulante Suchtkrankenhilfe des Caritasverbandes

Koblenz e. V.
 Rizzastr. 14 (02 61) 66 75 70

Trauma-Ambulanzen

Koblenzer Trauma-Ambulanz

Kinder- und Jugendhilfe Arenberg
 Pfarrer-Kraus-Straße 63, 56077 Koblenz. 02 61/9 62 66-0
 Fax (02 61) 9 62 66-66
 E-Mail: info@kjh-arenberg.de

Interdisziplinäre Hilfe für Kinder, Jugendliche und deren Eltern mit einer akuten und vermuteten posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS)

Erlittene Traumata hinterlassen Kinder und Jugendliche oft sprachlos. Ihre Reaktionen auf die seelische Verletzung machen Eltern, Angehörige und Betreuer oft rat- und hilflos.

Für ein persönliches Gespräch mit ausführlichen Informationen zur Arbeit der Koblenzer Trauma-Ambulanz stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Wir sind für Sie da:

Daniela Strauch, Diplom-Sozialpädagogin / Traumatherapeutin
 Lutz Bohnstengel, Diplom-Psychologe / Heilpraktiker / Systemischer Familientherapeut / Traumatherapeut
 Telefon: (02 61) 9 62 66-18 oder -35
 E-Mail: l.bohnstengel@kjh-arenberg.de

Was Du erlebt hast, lässt Dich einfach nicht los.

Nichts ist mehr wie vorher.

Du musst immer wieder daran denken.

Manchmal kommt es Dir sogar so vor, als würdest Du diese Situation noch einmal erleben. Du hast Furcht vor dem Einschlafen, weil Du wieder schlecht träumen könntest. Oder Dich überkommt urplötzlich eine Angst, Panik, Unruhe oder Hektik, die Du Dir nicht erklären kannst.

Vielleicht wirst Du schnell ärgerlich, wütend und aggressiv – Dir selbst oder anderen gegenüber.

Oder Du bist einfach nur traurig und verzweifelt, ziehst Dich zurück, fühlst Dich leer und allein, weil Dir scheinbar keiner helfen kann. Bestimmte Dinge sind für Dich unerträglich und Du tust alles, um sie zu vermeiden. Womöglich fühlst Du Dich auch unwohl und krank – Du hast Beschwerden, obwohl keine körperlichen Ursachen gefunden werden.

Wenn Du Dich in dieser Beschreibung ganz oder teilweise wieder findest, kann dies die ganz normale Folge einer seelischen Verletzung – eines Traumas – sein.

Was passiert bei einem Trauma?

Ein Trauma löst eine natürliche Schutzreaktion Deines Gehirns aus, mit dem es auf sehr bedrohliche äußere Umstände reagiert, denen Du Dich ohnmächtig und hilflos ausgeliefert fühlst. Dies könnten ein (Verkehrs-)Unfall, Gewalterlebnisse, Katastrophen, körperliche, psychische oder sexuelle Misshandlungen, Situationen mit Todesangst oder ein ähnliches traumatisches Ereignis sein, das Du selbst oder z. B. als Augenzeuge oder Angehöriger erlebt hast. Ein Trauma kann aber auch durch mehrere Einzelerlebnisse ausgelöst werden, deren Summe Deine Gefühle auf der Bahn wirft.

Weil so ein emotionaler Schock vom Bewusstsein nur schwer zu begreifen und zu verarbeiten ist, löst Dein Gehirn zunächst eine Art „Alarmprogramm“ aus: erhöhte Wachsamkeit und körperliche Leistungsfähigkeit sollen das Überleben im Augenblick der Gefahr sichern. Problematisch wird es, wenn sich dieser Zustand im Rahmen einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) im Gehirn verfestigt, weil das Erlebte verdrängt und dauerhaft nicht verarbeitet wird.

Wie können wir Dir bei einer PTBS helfen?

Zunächst finden wir gemeinsam heraus, ob ein erlittenes Trauma ein Grund für Deine Probleme sein kann. Danach helfen wir Dir – in enger Zusammenarbeit mit Deinen Angehörigen – die resultierenden Symptome zu verstehen und unter Kontrolle zu bringen. Gezielte Übungen und Techniken bewirken, dass das Erlebte nach und nach seine Macht über Dich verliert und Du Deine Zukunft wieder positiv erleben und gestalten kannst.

Leistungen im Überblick:

- Psychotraumadiagnostik / Clearing
- Psychoedukation / Traumaberatung
- Stabilisierung und Ressourcenmobilisation
- Fachberatung der Angehörigen, Familien oder Pflegefamilien
- Fallberatung / Coaching von psychosozialen Fachkräften
- Fortbildung von Mitarbeitern in Bereich der Jugendhilfe, Elementarbereich oder Pflegekinderwesen

OEG-Traumaambulanzen - Soforthilfe bei psychischem Trauma

Hilfe für Opfer von Gewalttaten

Ansprechpartner: Klaus Roos
 Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung
 Baedekerstr. 2-20, 56073 Koblenz..... (02 61) 4041-481
 roos.klaus@lsjv.rlp.de

Weitere Beratungsdienste

Arbeitsamt Koblenz, Rudolf-Virchow.Straße 5 (02 61) 40 50

Bundesversicherungsanstalt für Angestellte – BfA -
 Ruhrstraße 2, 10704 Berlin (030) 86 52 81 00

Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz – DRV
 Eichendorffstraße 4 – 6, 67346 Speyer (0 62 32) 1 70
 Fax (0 62 32) 17 25 89, E-Mail: service@drv-rlp.de
 Internet: www.deutsche-rentenversicherung-rlp.de

Angebote: Medizinische und berufsfördernde Leistungen zur Rehabilitation, Rentenzahlungen bei Erwerbsminderung, im Alter und im Todesfall. Umfassende und kompetente Beratung in allen Rentenversicherungsangelegenheiten. Besonderer Service in Rehabilitationsfragen, Beratung über alle Rehabilitationsleistungen und Unterstützung bei der unverzüglichen Leistungserbringung.
 Servicestelle für Rehabilitation:

56626 Andernach, Breite Str. 12 (0 26 32) 92 03 52
 Fax (0 62 32) 17-123060

Beratung in Fragen zu berufsfördernden Rehabilitationsleistungen – Reha-Fachberatungsdienst,
 56626 Andernach, Breite Str. 12 (0 26 32) 92 03 52
 Fax (0 62 32) 17-123060

Demenzunterstützung durch



ISA DOMIZIL GmbH

ISA Senioren-domizil Asterstein

Herm-Dienz-Straße 2 (02 61) 9 73 53-0
 Telefax (02 61) 9 73 53-440
 www.ISA-DOMIZIL.de

ISA Seniorenheim Laubenhof

Gulisastraße 122 (02 61) 9639-0
 Telefax (02 61) 9639-111
 www.ISA-DOMIZIL.de

Lebensberatung Koblenz – Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle des Bistums Trier,

Hohenzollernstraße 132 (02 61) 3 75 31
 Fax (02 61) 3 75 32
 b.koblenz@bistum-trier.de · www.lebensberatung.info
Öffnungszeiten: Montag – Donnerstag 8.30– 12.30, und 13.30– 17.30,
 Freitag 8.30 – 15.00

Angebote: Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Trennungs- und Scheidungsberatung

Psycho-soziale Beratungsstelle des Studierendenwerkes**- an der Hochschule**

Standort Konrad-Zuse-Str. 1,
 Andrea Porz, Hu 17 (02 61) 95 28-547
 porz@studierendenwerk-koblenz.de
 Beate Bastian, Hu16 (02 61) 9 52 85 43
 bastian@studierendenwerk-koblenz.de

-an der Universität

Standort Universitätsstraße 1, D-104 (02 61) 2 87-1116
 steffens@studierendenwerk-koblenz.de

Emailberatung

studierendenwerk-koblenz.beranet.info/jindex.php?option=com_beranet&Itemid=2&valid=8f7277fa5367b6dbcbc67775f685ddc9

SoVD - Sozialverband Deutschland e.V. – Sozialberatungsstelle Koblenz

Kurfürstenstraße 54 3 44 75
 Fax 3 43 70, sovd.rheinland@t-online.de

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag, 8.00 – 11.00 Uhr,
 Freitag, 8.00 bis 10.15 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Happ

Der Sozialverband Deutschland e.V. ist eine starke Gemeinschaft mit bundesweit über 500.000 Mitgliedern – auch hier vor Ort stehen wir Ihnen gerne als Ansprechpartner zur Verfügung. Wir bieten: Rat und Unterstützung im Sozialrecht auf den Gebieten Rente, Schwerbehinderung (SGB IX), Grundsicherung, ALG II (sog. Hartz IV), Pflegeversicherung, Krankenversicherung etc.

Wir beraten unsere Mitglieder in sozialen Fragen und helfen Ihnen durch den Dschungel der Bürokratie, bspw. bei Antragstellungen sowie Widerspruchsverfahren und vertreten Sie in sozialgerichtlichen Verfahren.

Sozialpolitische Interessenvertretung

Auf bundes- und landespolitischer Ebene verschaffen wir den Interessen unserer Mitglieder Gehör und nehmen Einfluss auf die Sozial- und Gesellschaftspolitik.

Information

Unsere monatlich erscheinende, kostenlose Mitgliederzeitung informiert Sie über die aktuelle sozialpolitische Entwicklung sowie Neuigkeiten aus dem Verbandsleben und gibt zahlreiche Gesundheits- und Servicetipps. Zudem geben wir Fachbroschüren/Flyer zu speziellen Fragen heraus, so z.B. zum Thema Vorsorgevollmacht/Patientenverfügung.

Hilfen bei Wohnungslosigkeit**AWO-Kreisverband Koblenz-Stadt e. V.****Wohnungslosenhilfe, Übernachtungswohnheim**

Sophie-Schwarzkopf-Haus (SSH)
 Römerstr. 200 (02 61) 1 25 96

Die Schachtel e. V. – Sozialberatung und Treffpunkt für Wohnungslose

Gartenstraße 12 (02 61) 1 69 92

Ämter / Behörden für die Themenbereiche dieses Gesundheitswegweisers**Amt für Jugend, Familie, Senioren und Soziales**

Rathauspassage 2
 (Verwaltungshochhaus Schängel-Center) (02 61) 1 29 22 02
 Fax (02 61) 1 29 22 00, sozialamt@stadt.koblenz.de · www.koblenz.de

Amt für soziale Angelegenheiten

Baedekerstraße 12 - 20 (02 61) 40 41-1 oder -4 00

Gesundheitsamt Koblenz

Neversstraße 4 – 6 91 48 07-0

Spezielle Gruppen & Angebote**ISA KOMPASS Rheinland-Pfalz gemeinnützige GmbH**

Gulisastraße 85 (02 61) 96 39-300
 Telefax (02 61) 96 39-140
 www.ISA-KOMPASS.de

Familienwohngruppe, heilpädagogische Wohngruppe, Intensivwohngruppe, Mutter-Vater-Kind-Wohngruppe, heilpädagogische Tagesgruppe, betreutes Wohnen, begleiteter Umgang, Begleitung von Pflegefamilien, Erziehungsbeistand, Kindertagesstätte, intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung, sozialpädagogische Familienhilfe, Elterntelefon, Entlastungsangebot, Hilfen zur Erziehung an Schulen, tiergestützte Pädagogik

Verband alleinstehender Mütter und Väter e.V. Koblenz

Im Vogelsang 2, 56332 Dieblich (0 26 07) 84 43
 Telefonische Beratung ab 20.00 Uhr
 (vorher ist der Anrufbeantworter geschaltet)
 E-Mail: Joniszus@t-online.de, Internet: www.vamv-koblenz.de

Angebot: Der Verband hilft alleinstehenden Müttern und Vätern, aus der Isolation herauszukommen, um der Alleinerziehenden-Aufgabe gegenüber ihren Kindern gerecht zu werden.

Ein Treffen findet alle zwei Wochen Freitag im Wechsel Soldatenheim, Horchheimer Höhe, Von-Galen-Straße 9, Pizzeria Chianti, Hohenzollernstr. 18, Weinhaus Wagner, Mühlental, statt. Die Daten erfahren Sie telefonisch oder im Internet.

Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.**Ortsverband Koblenz**

Rita Schanz, Alexanderstraße 39 (02 61) 5 69 09
Anmeldung: Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V. Fliethstraße 114,
 41061 Mönchengladbach (0 21 61) 81 49 40
 Fax (0 21 61) 81 49 430, mailto:info@daab.de · www.daab.de

Angebote: Der Deutsche Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB) ist eine Organisation von Betroffenen für Betroffene. Gegenwärtig engagieren sich im DAAB rund 18000 Mitglieder, die sowohl bundesweit – durch die zentrale Geschäftsstelle – als auch regional in Landesverbänden und in mehr als 140 Ortsverbänden betreut werden.

Der DAAB veranstaltet: Arzt-Patienten-Seminare, Ärzte-Fortbildung, jährlich Deutscher Allergie- und Asthmatag, Aktionswochen z.B. Thema „Prävention“.

Alzheimer-Selbsthilfegruppe Koblenz

AOK Regionaldirektion Rizzastraße 11 (02 61) 4 86 51
 Kontaktperson: Alma Fuhrmeister, Lindenstraße 23

Sprechstunde: AOK Koblenz, Rizzastraße 11

jeden 1. Montag im Monat, 13.00 Uhr

Treffen: Altenheim St. Barbara Waisenhausstraße 8

jeden 1. Mittwoch im Monat, 14.00 Uhr

Angebote: Die Alzheimer Selbsthilfegruppe Koblenz trifft sich schon einige Jahre und hilft, Sorgen und Probleme zu bewältigen. Sie versucht zu helfen, indem sie Erfahrungen und Lösungen, die im Zusammenhang mit der Krankheit entstehen, weitergibt. Dazu berät sie über Sozialleistungen, Leistungen der Krankenkassen und Pflegeversicherung. Neben der Hilfe, die man selbst erfährt, kann man auch selbst Helfende/r in der Gruppe werden.

Angehörige psychisch Kranker – Regionalgruppe Koblenz

Roswith Mohr, Koblenz (02 61) 8 14 72
 Jutta Gehring, Bendorf-Sayn (0 26 22) 43 49

Sprechstunde: 1. Donnerstag im Monat, 17 - 18.00 Uhr,

AOK-City-Haus, Rizzastr.11 (02 61) 39 04 – 180
 Anmeldung erforderlich unter (02 61) 8 14 72

Treffen: 2. Mittwoch im Monat, 18.30 Uhr, Pfarrsaal Liebfrauen, Florinspaffengasse 14

4. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr, Gemeindepsychiatrisches Zentrum, Bogenstr. 53a, Koblenz-Goldgrube

Herzgruppen in Rheinland-Pfalz – mit Sport- und Bewegungstherapie gegen die Volkskrankheit Nummer eins



Landesverband als Trägerverband des Rehabilitationssportes für Herz-Kreislaufkrankheiten

1979 wurden in Rheinland-Pfalz die ersten Herzgruppen gegründet mit dem Ziel, den Gesundheitszustand und die Lebensqualität von Herz-Kreislauf-Patienten durch regelmäßige, ärztlich kontrollierte sportliche Betätigung unter Anleitung fachlich qualifizierter Übungsleiter zu verbessern.

Heute existiert in Rheinland-Pfalz unter dem Dach des Landesverbandes für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen Rheinland-Pfalz e.V. mit Sitz in Koblenz ein nahezu flächendeckendes Netz an 130 Standorten mit etwa 350 Herzgruppen und rund 7.000 Teilnehmern. Mehrheitlich angegliedert sind diese Herzgruppen an die rheinland-pfälzischen Sportvereine, darüber hinaus aber auch an institutionelle Träger wie Rehabilitationskliniken und -einrichtungen, Volkshochschulen oder eigens zu diesem Zweck gegründete Herzgruppenvereine.

Eine Herzgruppe trifft sich unter Leitung eines speziell ausgebildeten Übungsleiters und eines kardiologisch erfahrenen Arztes regelmäßig, zumeist ein- oder zweimal wöchentlich, um gemeinsam durch Bewegungstherapie, Entspannungsübungen, Gruppengespräche und andere Maßnahmen (z. B. Ernährungsberatung) die Reduzierung der Herz-Kreislauf-Risikofaktoren anzustreben. Die Bewegungstherapie als wesentlicher Bestandteil dieses interdisziplinären, ganzheitlichen Ansatzes ist dabei die ärztlich verordnete, dosierte, der Leistungseinschränkung des Patienten individuell angepasste und ärztlich überwachte körperliche Aktivität, was die Teilnahme an der Herzgruppe vom Sport mit herzgesunden Menschen unterscheidet. Übungsleiter und Herzgruppen-Arzt sind aber nicht nur für den ordnungsgemäßen Herzgruppen-Betrieb verantwortlich, sondern oft auch als Ratgeber für körperliche Belastungen in Alltag und Freizeit gefragt. Daneben bieten zahlreiche Gruppen Veranstaltungen wie: Besichtigungen, Wanderungen, Tanzfeste, Theaterbesuche und sogar Wander- und Skilanglauf-Urlaube, an denen oft auch die Lebenspartner teilnehmen.

Herzgruppen als bewährte Plattform für die lebenslange und wohnortnahe Rehabilitation

Zur Langzeitsicherung der Therapieerfolge im Akutkrankenhaus und der Rehabilitationsklinik begann Mitte der 1960er Jahre der Aufbau der Herzgruppen in Deutschland, in denen chronisch Herzkrankte im Sinne einer lebenslangen und wohnortnahen Rehabilitation am Heimatort weiterbetreut werden. Heute

werden in Deutschland in über 6.000 Herzgruppen etwa 120.000 Patienten von qualifizierten Übungsleitern und mehr als 7.000 – häufig noch ehrenamtlich tätigen – Ärzten betreut und angeleitet.

Herz-Kreislaufkrankungen sind nach wie vor Volkskrankheit und Todesursache Nummer eins in Deutschland. Noch immer stellt die Überleitung dieser Herzpatienten aus der Akut- oder Reha-Klinik in die Herzgruppen den kritischen „Flaschenhals“ in der kardiologischen Rehabilitationskette dar. Nur etwa 15 bis 25 Prozent der Patienten, die sich aufgrund ihrer chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankung erstmals in Akut-Behandlung begeben, nehmen später auch ein Angebot in der Herzgruppe wahr. Oft aus fehlender Kenntnis oder Zeitmangel der behandelnden Ärzte für die Information der Patienten, teilweise aber auch aus mangelnder Bereitschaft der Patienten, ihren Lebensstil nachhaltig zu ändern.

Herzgruppen von den Krankenkassen gefördert

Der Rehabilitationssport in Herzgruppen ist eine ergänzende Leistung zur medizinischen Rehabilitation nach SGB V 43 in Verbindung mit SGB IX § 44, auf die jeder chronisch kranke Mensch einen Anspruch hat. In Rheinland-Pfalz beispielsweise wird die Herzgruppeneteilnahme von den gesetzlichen Krankenkassen zurzeit mit sieben Euro pro Übungsveranstaltung und Teilnehmer gefördert. Der Leistungsumfang beträgt zunächst 90 Übungseinheiten in einem Zeitraum von 24 Monaten. Weitere Verordnungen sind möglich, wenn dies aus medizinischer Sicht erforderlich ist.

Der Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen Rheinland-Pfalz e.V. –

Der Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen Rheinland-Pfalz e.V. mit Sitz in Koblenz ist ein „Fachverband im Landessportbund (LSB) Rheinland-Pfalz mit besonderer Aufgabenstellung“.

Dachorganisation des Landesverbandes ist die Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen e.V. (DGPR), ebenfalls mit Sitz in Koblenz.

Der Landesverband betreut etwa 350 Herzgruppen sowie Nachfolgegruppen an 130 Standorten in Rheinland-Pfalz mit etwa 7.000 Patienten, rund 600 Herzgruppenärzten und über 300 Fach-Übungsleitern.

Die enge Zusammenarbeit mit dem LSB Rheinland-Pfalz, insbesondere in der Übungsleiteraus- und -fortbildung, besteht seit den Anfängen unverändert fort. Der Landesverband ist Mitglied der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V., Mainz.

Ein wichtiger Förderer zur Umsetzung seiner satzungsgemäßen Ziele ist die Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz in Speyer.

Renommierte Akut- und Rehabilitationskardiologen ehrenamtlich im Landesverband tätig

Im Vorstand und Wissenschaftlichen Beirat des Landesverbandes für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen Rheinland-Pfalz e.V. engagieren sich seit jeher einige der renommiertesten Akut- und Rehabilitationskardiologen aus Rheinland-Pfalz, darunter einige auch in Koblenz.

Seit 1990 an der Verbandsspitze steht Dr. med. Michael Keck, bis zu seinem Ausscheiden 2013 Chefarzt der Drei-Burgen-Klinik der DRV Rheinland-Pfalz in Bad Münster am Stein-Ebernburg. Stellvertretender Vorsitzender ist Prof. Dr. med. Jens Jung, Chefarzt am Klinikum Worms. Komplettiert wird der Vorstand durch Dr. med. Peter Haefner, niedergelassener Kardiologe in Koblenz, Prof. Dr. med. Thomas Eisenhauer, Chefarzt am Klinikum Kemperhof Koblenz, Dr. med. Wolfgang Rudolph, Kardiologie aus Bad Dürkheim (als Vertreter der KV Rheinland-Pfalz), Dr. med. Bernd Haaff (Westpfalz-Klinikum Kaiserslautern), Dr. med. Dietmar Burkhardt (Stiftungsklinikum Mittelrhein, Koblenz) und Lehrwart Holger Jungandreas aus Trier. Ehrenvorsitzender ist der Gründungsvorsitzende Dr. med. Detlev Tamm aus Koblenz.

Kontaktadresse:

Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen Rheinland-Pfalz e.V.
Friedrich-Ebert-Ring 38

56068 Koblenz

Telefon: 0261 – 30 92 33

Telefax: 0261 – 30 92 32

E-Mail: info@rheinland-pfalz.dgpr.de

Internet: www.rheinland-pfalz.dgpr.de

Geschäftszeiten:

Montag bis Donnerstag: 8.30 – 17.00 Uhr

Freitag: 8.30 – 14.00 Uhr



Angebote: In der Gruppe erfährt man, dass es keine Schande ist, einen psychisch Kranken in der Familie zu haben, die Angehörigen nicht Schuld am Entstehen der Krankheit sind, man gemeinsam gegen Ungerechtigkeiten und Missstände angehen kann.

Deshalb trifft sich die Regionalgruppe regelmäßig, tauscht Erfahrungen aus, lädt Experten ein aus Psychiatrie, Sozialwesen, Recht und Politik, informiert über Hilfsangebote, bemüht sich um bessere Lebenschancen für die Erkrankten, knüpft Freundschaften, feiert auch gelegentlich und hilft zur Selbsthilfe.

Bahnmissionsmission des Caritasverbandes Koblenz e. V.

Hauptbahnhof Koblenz, Gleis 4/5 (02 61) 3 13 26

bbz Betriebliches Beratungszentrum

Beratung und Behandlung suchtmittelgefährdeter und kranker Mitarbeiter,
Im Acker 23 (02 61) 1 24 41
www.bbz-koblenz.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Koblenz und Umgebung e.V.

Bischof-von-Ketteler-Straße 72 (02 61) 9 22 25 06
Info@blind-und-sehbehindert-koblenz.de, www.blind-und-sehbehindert-koblenz.de

Angebote: Beratungsstelle für Blinde und Sehbehinderte, Versammlungen, Sommer- und Weihnachtsfeste, Frauengruppe

Deutsche Hämophiliegesellschaft zur Bekämpfung von Blutungskrankheiten e.V. – DHG

DHG-Bundesgeschäftsstelle
Neumann-Reichardt-Straße 34, 22041 Hamburg (040) 6 72 29 70
Kontaktperson: Gerd Noethen,
Leipziger Straße 45, 56075 Koblenz (02 61) 531 89
(Vertrauensmitglied für Rheinland-Pfalz)

Angebote: Die Deutsche Hämophiliegesellschaft ist eine Interessengemeinschaft der an einer angeborenen oder erworbenen Blutungskrankheit Leidenden, ihrer Angehörigen sowie ihrer medizinischen und sozialen Betreuer.

Treffen: In den Regionen und auch überregional werden Zusammenkünfte durchgeführt, die dem Erfahrungsaustausch auf medizinischem und sozialem Gebiet dienen (z.B. Eltern- Kind-Wochenendfreizeiten, Treffen für HIV-infizierte Hämophile und ihre Angehörigen), außerdem Jugendfreizeiten für blutungskranke Kinder, bei denen diese auch in die Selbstbehandlung mit Präparaten eingeführt werden.

Selbsthilfegruppen „Wolkenschieber“

Kontakt: (01 77) 616 66 15
E-mail: lions69@gmx.de, www.shg-wolkenschieber.de

Gesprächskreise für Menschen, die an Depressionen, Ängsten, Panikattacken, sozialer Phobie, Neurosen, Psychosen, Borderline, und/oder selbstverletzendem Verhalten leiden. Unter Leitung eines selbst betroffenen Mentors wird in momentan 4 Gruppen in erster Linie Erfahrungsaustausch praktiziert.
Telefonisches Vorabgespräch/Anmeldung ist unbedingt erforderlich.

Hilfswerk für Contergangeschädigte Landesverband Rheinland-Pfalz e. V.

In der Laach 52 d (02 61) 40 16 12

Netzwerk Demenz Koblenz

Informationen und Beratungsangebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

Das Netzwerk Demenz Koblenz ist ein Zusammenschluss von Einrichtungen, Diensten, Organisationen und Interessierten in Koblenz.
Das Netzwerk Demenz Koblenz ...

- unterstützt Menschen, die von Demenz betroffen sind, sowie deren Angehörige
- bietet konkrete Hilfen, sowie eine vernetzte Beratung
- verbessert die Angebotsstruktur
- organisiert gemeinsame Veranstaltungen
- tauscht sich regelmäßig fachlich aus
- macht auf das Thema „Demenz“ aufmerksam

Wir unterstützen Sie ...

- im Umgang mit der Erkrankung
- durch eine individuelle, vertrauliche und kostenfreie Beratung

Sie finden bei uns ...

- Verständnis für ihre besondere Situation
- die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen
- Entlastung durch spezielle Angebote

Die Teilnahme am Netzwerk ist offen.

Weitere Interessenten sind herzlich willkommen.

Kontakt:

Jürgen Gerz, AWO Seniorenzentrum „Laubach“
Laubach 20 – 22, 56068 Koblenz..... (02 61) 30 07 - 2 38
juergen.gerz@awo-rheinland.de

Ursula Lang, Stadtverwaltung Koblenz
Rathauspassage 2, 56068 Koblenz (02 61) 1 29 22 38
ursula.lang@stadt.koblenz.de

Beratung zum Thema Demenz

Sprechstunde für Angehörige altersverwirrter Menschen

Gesundheitsamt Koblenz

Neversstr. 4-6, 56068 Koblenz
Jeden 3. Montag im Monat, von 16-17 Uhr
Telefonische Anmeldung und Information
Dr. med. Andreas Korn unter: ..(0 26 32) 4 07 55 37 (Rhein-Mosel-Fachklinik)

„Alzheimer Telefon“

Hilfe bei Fragen im Zusammenhang mit Demenzkrankheit für Betroffene und Angehörige:

Telefon: (0 18 03) 17 10 17 (9 Cent/Minute)
oder Festnetz (030) 2 59 37 95 14 - 16

Deutsche Alzheimergesellschaft mit Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

AWO Beratungsstelle Demenz

- Beratung von demenzerkrankten Menschen und deren Angehörigen
- Hausbesuche, persönliche und telefonische Beratung

Eva Neef, Laubach 20 - 22, 56068 Koblenz (02 61) 30 07 - 2 11
eva.neef@awo-Rheinland.de

Selbsthilfegruppen Demenz

- Für Angehörige
- Für Menschen mit Demenz im Frühstadium
- Jeweils einmal im Monat

Eva Neef, Laubach 20 - 22, 56068 Koblenz (02 61) 30 07 - 2 11
eva.neef@awo-Rheinland.de

Gesprächskreis Demenz

- Für Interessierte und Angehörige

Marion Rödiger/Uwe Baumann
An der Liebfrauenkirche 20, 56068 Koblenz.....0261 - 3 75 23
begegnung@drk-mittelrhein.de

Offener Gesprächskreis mit Angehörigen von Menschen mit Demenz

- Diakonisches Angebot der alt-katholischen Pfarrgemeinde St. Jakobus in Koblenz

Seniorenpflegeheim „Bodelschwingh“

Pfr. Ralf Staymann/Robert Heuser
Bodelschwinghstr. 2, 56073 Koblenz..... (02 61) 9 88 93
koblenz@alt-katholisch.de

Konfliktberatung für Angehörige und demente Menschen

- Moderation in Konflikten, mit dem Ziel, einen Weg für die Zukunft zu finden.
- Beratung für soziale Einrichtungen und Mediation

Jutta Merle, Rheinstr. 15, 56068 Koblenz..... (02 61) 91 46 91 - 47
info@merle-beratung.de

Beratung nach „Marte Meo“ (aus eigener Kraft)

- Beratung und Schulung nach dem „Marte Meo“ Konzept
- Für pflegende Angehörige und am Thema Demenz Interessierte

ISA GmbH, Gerlinde Wehr,
Gulisastr. 85, 56072 Koblenz..... (02 61) 96 39 - 200
g_wehr@t-online.de

Runder Tisch Demenzkrankheiten und regionale Hilfsangebote in Koblenz

Arbeitskreis von ehrenamtlich und professionell Engagierten zum Thema Demenzerkrankungen

Neversstr. 4 - 6 (02 61) 91 48 07-30

Diabetiker 2000

Geschäftsstelle: Peter Zöller,
Markenbildchenweg 6 (02 61) 1 00 53 56

Angebote: Hilfe für Diabetiker/innen Typ I und Typ II, Pumpengruppe und Diabetische Sportgruppe, Austausch von Erfahrungen durch Gruppen- und Einzelgespräche, Info über Einstellung und Diabetesbehandlung, BE-Berechnung, neue Medikamente und Hilfsmittel
(4 x jährlich eigene Info-Zeitung)

Gruppenleitungen, Diabetes-Berater, Pumpen-Berater, Ernährungsberaterin, Dipl. Oecotrophologinnen, Ärzte/Apotheker, Arzt Diabetischer Fuß, Orth. Schuhmachermeister.

Außer den monatlichen Treffen: Ernährungsstammtisch, Pumpenstammtisch, Diabetes- und Fußüberprüfungen, Sportgruppe

Treffen: Jeden dritten Dienstag im Monat um 20.00 Uhr, Telefon 48654, KE-VAG 6/6A, Haltestelle Kirche Rauental, Altdeutsche Bierstube, Moselweißer Str. 30a

Diabetiker Gruppe Koblenz e.V. 1985

Marlene Westenberg (1. Vorsitzende)
Untere Görgengasse 3, 56566 Neuwied (0 26 22) 8 01 05
Fax (0 26 22) 90 38 61

Angebote: Information für Betroffene, Erfahrungsaustausch, Hilfe zur Selbsthilfe.

Treffen: Jeden 1. Donnerstag im Monat um 18.00 Uhr im Haus Horchheimer Höhe Koblenz, von-Galen-Straße 1.

Diabetikerselbsthilfegruppe Boppard

Kontaktperson: Wolfgang Berg
Waldstr. 7, 56281 Emmelshausen (0 67 47) 71 74

Angebote: Informationen, Gedankenaustausch, gegenseitige Hilfe, Hilfe zur Selbsthilfe nach dem Motto „Gemeinsam sind wir stärker“.

Treffen: Jeden letzten Dienstag im Monat um 19.00 Uhr im Evangelischen Altenzentrum „Mühlbad“,
Koblenzer Str. 250, Boppard.

Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod (GEPS)**Landesverband Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz, Saarland e.V.**

GEPS Geschäftsstelle
Postgrabenstr. 35, 76756 Bellheim (07 00) 01 00 05 22
GEPS-Elterngruppe Koblenz:
Gabriele Luy, Nahlkammer 26 (02 61) 4 69 80
kontakt@geps-suedwest.de, www.geps-suedwest.de

Angebote: Landesweite Elternselbsthilfeinitiative mit regionalen Elterngruppen für vom Plötzlichen Säuglingstod betroffene Familien sowie für Familien, deren Kind als kindstodgefährdet gilt. Außerdem Anlaufstelle für an der Thematik interessierte Personen und mit dem Kindstod konfrontierte Berufsgruppenangehörige. Hilfe wird angeboten in Form von: Vermittlung von Kontaktadressen anderer betroffener Familien, Telefonkontakt, Gesprächskreisen, Elterntreffen, Informationsbroschüren/Präventionsmaterialien/regelmäßige Rundbriefe, Beratung bei der Monitorüberwachung von Folgekindern/gefährdeten Kindern, Schulung/Beratung von Kripobeamten, Rettungsdienstlern, Kriseninterventionsmitarbeitern, Bestattern usw.

Treffen: Alle 4 Monate mit wechselnden Veranstaltungsorten in Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und dem angrenzenden Saarland.

Frauennotruf Koblenz

Fach- und Beratungsstelle für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V.
Neustadt 19, 56068 Koblenz (02 61) 35 000
Fax (02 61) 30 024 17, mail@frauennotruf-koblenz.de
www.frauennotruf-koblenz.de, www.justforgirls-koblenz.de

Wir beraten

- jugendliche Mädchen und Frauen, die sexuelle Übergriffe erlebt haben oder befürchten
- Freundinnen, Angehörige und nahestehende Bezugsperson einer Betroffenen
- (pädagogische) Fachkräfte im Rahmen einer kollegialen Supervision
- persönlich, telefonisch oder online
- kostenlos und auf Wunsch anonym

Wir informieren

- über das Ausmaß, die Folgen und die Ursachen von sexualisierter Gewalt gegen Frauen und Mädchen
- gezielt Fachgruppen und Kolleginnen und Kollegen aus anderen Einrichtungen, um eine gute Versorgung von Frauen und Mädchen nach erlebter sexualisierter Gewalt zu ermöglichen

Unsere Prävention

- ermutigt und unterstützt Mädchen und Frauen, sich sicher, stark und selbstbewusst zu bewegen (zum Beispiel durch das Angebot von Selbstverteidigungskursen, Ganztagserschulungsprojekten oder Workshops für Berufsgruppen).

Landesverband für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufkrankungen Rheinland-Pfalz e.V.

Friedrich-Ebert-Ring 38, 56068 Koblenz (02 61) 30 92 33
siehe Anzeige Seite 92

Angebot:

Der Landesverband versteht sich als kardiologischer Fachverband für Prävention und Rehabilitation. Das Angebot umfasst u.a. neben einem flächendeckenden Netz von rund 340 Übungsgruppen (Herzgruppen am Wohnort) mit über 7.000 Patienten auch zahlreiche Kongresse, Publikationen und Informationsangebote.

Verein für Hirn-Aneurysma und Hirn-Angiome-Erkrankte – Der Lebenszweig e.V.

Egerländer Str. 40 c, 86368 Gersthofen (08 21) 47 30 23
www.hirn-aneurysma.de

Patienteninitiative „Klassische Homöopathie“**Regionalgruppe Rhein-Mosel des Homöopathie Forum e.V. Gauting**

Hannelore Ihrlich, Im Paradies 24
56220 Kettig / Koblenz (0 26 37) 71 28

Angebote: Patientenkurse, Infoabende, Wochenendseminare, Vorträge von Homöopathen, Patienten berichten über ihren Heilerfolg, Mitwirken „Naturheilstage“ in Koblenz und vieles mehr. Ziel ist es, dass möglichst viele Menschen diese schonende und wirkungsvolle Heilmethode kennen und schätzen lernen und die klassische Homöopathie im Sinne ihres Begründers Samuel Hahnemann pflegen und verbreiten, damit die Klassische Homöopathie fester Bestandteil unseres Gesundheitssystems werden kann.

Deutsche ILCO (Ileostomie-Colostomie-Urostomie) Vereinigung e.V.

Region Rhein-Mosel-Lahn, Gruppe Koblenz, Hohenzollerstraße 156/158
Kontaktperson: Inge Rösner (ab 17:00 Uhr) (02 61) 1 53 70

Angebote: Die Deutsche ILCO e.V. ist eine Selbsthilfevereinigung für Stomaträger (Menschen mit künstlichem Darmausgang oder künstlicher Harnableitung) und Menschen mit Darmkrebs. Sie trifft sich monatlich zu einer Gesprächsrunde zwecks Erfahrungsaustausch und bietet außerdem an: Information durch Vorträge (Ärzte, Stomafachleute, Krebsgesellschaft, Krankenkassen, Sozialeinrichtungen), Aus- und Vorstellung aktueller Stomaversorgungsartikel und vieles mehr. Alle Angebote sind kostenlos.

Bei den Gruppentreffen finden Sie geselliges Beisammensein im Rahmen gemeinsamer Veranstaltungen und Ausflüge. Bei Bedarf und auf Anfrage wird ein Besucherdienst im Krankenhaus und zu Hause durchgeführt und für die seelische Unterstützung und persönliche Beratung vor und nach der Operation gesorgt. Mitglieder erhalten die jährlich erscheinende, alle Problembereiche ansprechende Zeitschrift „ILCO-Praxis“ sowie viele, die jeweilige Behinderung betreffende Informationen in Form von Broschüren und Faltblättern.

Treffen: Jeden 2. Dienstag im Monat (außer in den Sommerferien und Dezember) im DRK- Haus der Begegnung, An der Liebfrauenkirche 20.

Gesundheitspark in der Coblenzer Turngesellschaft 1880 e.V.

Schartwiesenweg 2 (02 61) 9 82 32 83
Fax (02 61) 9 82 32 84, ctg-koblenz@t-online.de · www.ctg-koblenz.de

Öffnungszeiten: Mo. – Do. von 9.00 Uhr – 12.00 Uhr

Angebote: Die Coblenzer Turngesellschaft bietet in ihrem Gesundheitspark:

- Herzsport nach Infarkt oder Operation,
- Wirbelsäulengymnastik,
- Sport in der Prävention für Rücken und Kreislauf,
- Yoga.

Der Gesundheitspark der CTG ist eine Einrichtung, in der sich Menschen, die durch Krankheit in ihrer Bewegungsfähigkeit eingeschränkt sind, sportlich und körperlich fit halten können. Fachärzte und Krankenkassen unterstützen die therapeutischen Maßnahmen. Alle Angebote gibt es in festen Gruppen zeitlich unbegrenzt und auch in zeitlich begrenzten Kursen. Einstieg und Anmeldung sind jederzeit möglich.

Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Beratung und Unterstützung für Tumorkranke und Angehörige in Koblenz und Umgebung

Löhrstraße 119, 56068 Koblenz (02 61) 9 88 65-0
Telefax (02 61) 9 88 65-29

www.krebsgesellschaft-rlp.de, info@krebsgesellschaft-rlp.de

Sie erreichen uns täglich im Informations- und Beratungszentrum Psychoonkologie für Tumorkranke und Angehörige in Koblenz, Löhrstraße 119

Terminvereinbarung unter Telefon (02 61) 9 88 65-0

Montag bis Donnerstag von 9.00 – 16.00 Uhr

Freitag von 9.00 - 13.00 Uhr

- Alle Beratungsangebote sind kostenfrei
- Alle Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.
- Wir unterstützen Sie aktiv
- Wir bieten Ihnen individuelle Gespräche
- Wir informieren Sie umfassend zu allen Fragen

Arbeitskreis gegen Mobbing e.V. (AKM)

Mobbingtelefon: (02 61) 80 81 76

Fax: (0 26 07) 9 63 02 12, KMe.V@web.de · mobbing-koblenz.info

Postanschrift: Erste Anwend 26, 56332 Dieblich.

Ansprechpartner: 1. Vorsitzender Werner Henrich (0 26 07) 66 09

Angebote: Ehrenamtlich tätig seit über 17 Jahren.

Ziel des AKM: Betroffenen umfassend aktive Hilfe zu leisten.

Monatliche Treffen: Der AKM trifft sich jeden 4. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr im Haus der IKK Südwest, Wilhelm-Stöppler-Platz 2, 56076 Koblenz.

Die Hilfe ist kostenlos und kann zeitlich uneingeschränkt in Anspruch genommen werden.

Multiple Sklerose**Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft****Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.**

Hindenburgstr. 32, 55118 Mainz (0 61 31) 60 47 04

Fax (0 61 31) 60 49 30,

info@dmsg-rlp.de · www.dmsg-rlp.de

MS-Beratungsstelle:

Petra Neust-Schönberger (Dipl.-Sozialpädagogin)

Am Hammelberg 13; 56242 Quirnbach

Tel.: (0 26 26) 12 72; Fax: (0 26 26) 92 59 52

E-mail: p.neust-schoenberger@dmsg-rlp.de

Kontaktstellen für den Bereich Koblenz:**MS-Selbsthilfegruppe Koblenz „Edfive“**

Helena Schmidt (02 61) 39 05 72 76

Treffen: Jeden 3. Freitag im Monat ab 18.30 Uhr

www.edfive-koblenz.de

Angebote: Persönliche Gespräche, Erfahrungs- und Informationsaustausch in der Gruppe, Fachvorträge, gemeinsame Aktivitäten.

Arbeitskreis der Pankreatektomierten e. V. – Regionalgruppe 56

Hohenzollernstr. 64

(Radiologisches Institut) (0 26 28) 21 99

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V. – Regionalgruppe Koblenz

Hannelore Lenz, Jahnstr. 96, 56218 Mülheim-Kärlich (0 26 30) 13 93

Fax (0 26 30) 95 83 31, Hannelore.Lenz@t-online.de

Angebote: Gymnastik in der Gruppe jeden Donnerstag von 16.00-16.45 Uhr im Kath. Klinikum St. Josef (Brüderhaus) Koblenz, Kardinal-Krementsz-Str. 1-5., Bewegungsbad auf Anfrage.

Jeden 1. Montag im Monat trifft sich die Gruppe in Koblenz im Altenheim der de Hayschen Stiftung, Karl-Härle-Str. 1. Gemütliches Beisammensein, Erfahrungsaustausch, Kontakte, Neues aus Forschung und Medizin, auch Arztvorträge und Busfahrten stehen auf dem Programm.

PRO RETINA DEUTSCHLAND e. V. – Regionalgruppe Koblenz

Regionalgruppenleiter: Jürgen Brämigk (02 61) 9 73 85 05

Weitere Details und Ansprechpartner siehe www.pro-retina.de/koblenz

Die PRO RETINA DEUTSCHLAND e.V. ist eine bundesweit tätige Selbsthilfvereinigung von Menschen mit Netzhautdegenerationen wie Retina Pigmentosa, Makuladegeneration und AMD und andere Formen der Netzhautdegeneration. Hauptziele der PRO RETINA sind: Patientenberatung – Hilfsmittelinformation – Forschungsförderung. Aber auch der persönliche Erfahrungsaustausch unter den Betroffenen und die privaten Gespräche sollen in unserer Gruppe neben Arzt- und Informationsvorträgen nicht zu kurz kommen. Wir treffen uns i. a. alle 3 Monate in Koblenz, siehe Ankündigungen im Internet unter www.pro-retina.de/koblenz

Deutscher Psoriasis Bund e.V – Selbsthilfe für Schuppenflechte

Seewartenstraße 10, 20459 Hamburg (040) 22 33 99 0

Fax (040) 22 33 99 22

info@psoriasis-bund.de · www.psoriasis-bund.de

Regionalgruppe Koblenz:

Ingrid Kröwerath, Trierer Straße 90, 56072 Koblenz (02 61) 21 07 75

Fax (0261) 8897979 E-Mail: rg-koblenz@psoriasis-bund.de

Treffen:

Begegnungsstätte DRK Koblenz, An der Liebfrauenkirche 20, 56028 Koblenz, jeder 3. Dienstag im Monat nach Bekanntgabe um 19.00 Uhr. Nichtmitglieder bitte telefonisch anmelden.

Rad-Touristik-Freunde Koblenz e.V

Ansprechpartner: Falko Trapp, 1. Vorsitzender

In der Mühlhöl 11, 56332 Dieblich (026 07) 97 45 92

www.rtf-koblenz.de

Angebot:

Wir haben Spaß am Rennradfahren, ohne Rennen fahren zu wollen. Die Möglichkeit hierzu besteht in der Teilnahme an Radtourenfahrten und Radmarathons. Hierzu zählen auch Radtouristikfahrten.

In erster Linie geht es um den Spaß an der Bewegung und Radfahren ohne Leistungsdruck. Hierzu werden diverse Veranstaltungen angeboten. Mitfahren bei den Radtourenfahrten kann jedermann; auch Nichtmitglieder sind bei uns jederzeit willkommen. Für alle Teilnehmer an Trainingsfahrten besteht Helmpflicht! Unser Verein ist Mitglied im Sportbund Rheinland, im Landessportbund Rheinland-Pfalz sowie im Bund Deutscher Radfahrer (BDR). Eine Möglichkeit, uns und unseren Verein „zwanglos“ kennenzulernen, bieten unsere Trainingstage: jeden Dienstagabend 18:00 Uhr Parkplatz unter der Kurt-Schumacher-Brücke, Koblenz-Metternich, jeden Donnerstag 18:00 Uhr, Parkplatz „Niederwerth“ in Vallendar. Treffpunkt ist von Anfang April bis Ende September, von Oktober bis März gibt es Samstags ein Wintertraining. Näheres finden Sie auf unserer Homepage.

Deutsche Rheuma-Liga – Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.

Schloßstr, 1, 55543 Bad Kreuznach (06 71) 83 40 44

www.rheuma-liga-rp.de

Roxanne - Beratung und Hilfe für Prostituierte**Counseling for sex workers – pro familia Koblenz e.V.**

Schenkendorfstr. 24 (02 61) 3 48 12

www.profamilia-koblenz.de

Seit dem 1. April 2009 gibt es in Trägerschaft der pro familia eine neue Beratungsstelle in Koblenz: ROXANNE ist ein Beratungsangebot für Prostituierte und die erste Anlaufstelle in dieser Form in Rheinland-Pfalz.

Während in anderen Bundesländern bereits verschiedene Beratungsstellen, Selbsthilfeorganisationen und Vereine das Thema Prostitution zum Mittelpunkt ihrer Arbeit gemacht haben, gab es in Rheinland-Pfalz bisher kein Angebot für betroffene Frauen, das sich ausschließlich, akzeptierend und umfassend mit diesem Bereich befasste.

Durch einen Beschluss des Landtages hat sich die Situation geändert und somit wurde auch dem „neuen“ Prostitutionsgesetz Rechnung getragen. Prostitution ist nunmehr eine legale Dienstleistung mit Rechten und Pflichten für die ausübenden Personen.

Dennoch ist der Beruf „Hure“ weit entfernt von anderen, so genannten soliden Berufen. Die Dienstleistung wird in der Bundesrepublik täglich von etwa 1,2 Millionen Männern in Anspruch genommen, doch die Dienstleisterinnen selbst stehen im gesellschaftlichen Abseits.

Oftmals führen sie ein Doppelleben, damit außerhalb des Milieus niemand etwas von ihrer Arbeit bemerkt. Die Gründe, warum eine Frau sexuelle Dienste anbietet, sind vielfältig, ebenso die Gründe, warum sie im Gewerbe bleiben will oder aussteigen möchte.

ROXANNE möchte hier ansetzen und einen individuellen Zugang zu den Frauen und verschiedenen Problemlagen finden. ROXANNE bietet Beratung und Hilfe für Frauen, die aussteigen wollen, aber auch für Frauen, die in ihrem Beruf bleiben wollen zu den möglichst „besten Bedingungen“ Hierzu stehen psychosoziale Beratung, rechtliche Informationen, Ausstiegshilfen, Gesundheitsaufklärung, Vernetzung mit anderen Beratungseinrichtungen und aufsuchende Arbeit zur Verfügung. Wer Interesse an der Arbeit von ROXANNE hat, kann die Einrichtung gern kontaktieren.

Koblenzer Ruderclub Rhenania 1877/1921 e.V.

Am Moselstausee 16, 56073 Koblenz (02 61) 94 2 21 28
 Fax (02 61) 4 65 45,
 geschaeftsfuehrer@krc-rhenania.de · www.krc-rhenania.de

Angebote:

Der Koblenzer Ruderclub Rhenania bietet neben Rudern und Drachenboot paddeln an: Herzgruppen (2 Gruppen), Fitness mit Wirbelsäulengymnastik, Fitness für Frauen mit Wirbelsäulengymnastik, Rudern für Senioren und Behinderte.

Selbsthilfe Schlafapnoe Koblenz & Umland e.V.

Ansprechpartner: Reinhard Brand, 1. Vorsitzender
 Bienhornhöhe 9, 56076 Koblenz (02 61) 7 78 83
 E-Mail: schlafapnoe-koblenz@gmx.de · www.schlafapnoe-koblenz.de

Angebote:

Wir sind ein Verein von Betroffenen, der durch gezielte Informationen seine Mitglieder unterstützt und Schlafapnoe als Krankheit bekannter machen möchte. Gegenüber Krankenkassen, Ärzten, Politikern und Medien vertreten wir die Interessen unserer Mitglieder als Patienten und wirken auf eine Verbesserung von Behandlung, Therapiegeräten und deren Kostenübernahme hin.

Wir bieten den Betroffenen und Angehörigen regelmäßige Treffen mit intensivem Erfahrungsaustausch. Durch Vorträge von Ärzten und anderen Fachleuten sowie Krankenkassen und Geräteherstellern bieten wir Informationen und Hilfe. Unsere Veranstaltungen werden in der örtlichen Presse bekanntgegeben.

Deutscher Schwerhörigenbund e. V.

Landesverband Rheinland-Pfalz, Schlossstraße 25 (02 61) 3 50 50

Solwodi Koblenz –

Solidarity with women in distress – Solidarität mit Frauen in Not

Postfach 20 14 46, 56014 Koblenz (02 61) 3 37 19

Arbeitskreis Spina bifida und Hydrocephalus

Bereich Koblenz-Neuwied e.V.

Bernd Eberz, 1. Vorsitzender, Waldstr. 35,
 56414 Herschbach/Oww. (0 64 35) 32 44
 bernd_eberz@onlinehome.de

Angebote: Spina bifida ist eine komplexe angeborene Fehlbildung. Es handelt sich um eine Fehlbildung der Wirbelsäule und des Rückenmarks. Seine Aufgaben sieht der Verein in der Förderung des Erfahrungsaustausches unter allen Betroffenen, der Förderung der engen Zusammenarbeit von Eltern und allen beteiligten Therapeuten, der Förderung von betroffenen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, Einübung von lebenspraktischen Fähigkeiten, wie z. B. Rollstuhltraining, Schwimmen etc. und Entfaltung ihrer Kreativität, Beratung von Familien und Betroffenen, Fort- und Weiterbildung von Eltern (Fachvorträge), Ausrichtung von Wochenendseminaren, Förderung und Hilfestellung der Kindergarten-, Schul- und Berufsintegration, Förderung von Bemühungen zur sozialen und gesellschaftlichen Integration der Betroffenen, Kontaktaufnahme und Hilfestellung für überforderte Eltern und Betroffene.

Stotterer-Selbsthilfegruppe Neuwied, Koblenz, Westerwald

Engerser Landstr. 46a, 56564 Neuwied (0 26 31) 89 36 33
 neuwied@stotterer-selbsthilfgruppen.de
 www.stotterer-selbsthilfgruppen.de/neuwied

Treffen: An Donnerstagen gerader Kalenderwochen von 19:00 - 21:00 Uhr
 Caritas, Heddesdorfer Straße 5, (im Hinterhof), 56564 Neuwied

Angebote: Wir klären auf über das Wesen, die Ursache und die verschiedenen Therapieangebote des Stotterns. Desweiteren verstehen wir uns als Sprechtrainingsgruppe für stotternde Menschen. Bei unseren Treffen trainieren wir die unterschiedlichen Sprechhilfen der verschiedenen Therapieansätze. Außerdem trainieren wir unsere Sprechgeschicklichkeit anhand von Übungen zur freien Rede.

TECUM e.V. – Verein zur Betreuung suizidgefährdeter Menschen

Ansprechpartner: Uschi Baurenschmidt und Petra Borgmeier
 Hohenzollernstr. 118 (02 61) 30 90 77
 www.tecum-koblenz.de

DSB-Treffpunkt Ohr – Verein für besseres Hören e.V.

Schloßstraße 25
 info@treffpunkttohr.de · www.treffpunkttohr.de

Kontaktpersonen:

Brigitte Hilgert-Becker (1. Vorsitzende), Schloßstraße 25 (02 61) 3 50 50
 Hannelore Reichert, Arenberger Str. 178 (02 61) 6 91 58

Öffnungszeiten: Die Geschäftsstelle in der Schloßstraße 25, Koblenz (Hör-Haus) ist täglich geöffnet: Montag – Freitag von 9.00-18.00

Angebote: Interessenvertretung für Schwerhörige und Ertaubte. Hilfe für den o. g. Personenkreis durch hörbehindertengerechte Veranstaltungen wie Wanderungen, Kegeln, Vorträge. Durchführung von Mundablese-Kursen und Gymnastik-Kursen für Menière-Erkrankte. Selbsthilfe-Gruppe der CI-Träger, Beratung in sozialrechtlichen Fragen, Rundschreiben alle 3 Monate. Mitgliedschaft im Deutschen Schwerhörigen Bund und im Paritätischen Wohlfahrtsverband.

Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (WeKISS)

Neustraße 34, 56457 Westerburg..... (0 26 63) 25 40
 Fax (0 26 63) 26 67, www.wekiss.de · wekiss@gmx.de

Selbsthilfekontaktstelle mit Betreuungsgebiet Stadt Koblenz, Landkreise Mayen-Koblenz, Ahrweiler, Altkirchen, Neuwied, Rhein-Lahn-Kreis, Westerwaldkreis.

Träger: Paritätischer Wohlfahrtsverband Landesverband Rheinland-Pfalz/Saarland e.V.

Für wen sind wir da?

- Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen
- Menschen, die Unterstützung bei einer Gruppengründung wünschen
- Selbsthilfegruppen, die Unterstützung bei ihrer Arbeit wünschen
- Professionelle, die Berührungen mit Selbsthilfearbeit haben
- Menschen, die sich allgemein über Selbsthilfe informieren möchten

Wir sind Ihr kompetenter Ansprechpartner für sämtliche Selbsthilfegruppen-Themen von A – Z.

Wichtige bundesweite Adressen

Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe

Carstennstraße 58, 12205 Berlin (0 30) 85 40 43 67
 Fax: (0 30) 85 40 44 83, www.bageh.de

Bundesarbeitsgemeinschaft der PatientInnenstellen (BAGP)

Geschäftsstelle der BAGP
 Waltherstraße 16 a, 80337 München..... (0 89) 76 75 51 31

Sozialverband VdK Deutschland e.V.

Wurzerstraße 4 a, 53175 Bonn, (02 28) 82 09 30
 Fax: (02 28) 8 20 93 43, www.vdk.de

Bundesarbeitsgemeinschaft

Mehr Sicherheit für Kinder e.V.

Heilbachstraße 13, 53123 Bonn, (02 28) 68 83 40
 Fax: (02 28) 6 88 34 88, www.kindersicherheit.de

Allgemeiner Patienten-Verband e.V.

Bundespatientenstelle
 Deutschhaus-Straße 28, 35037 Marburg (0 64 21) 6 47 35
 www.patienten-verband.de, (Mo – Fr von 10 – 12 Uhr)

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Friedrichstraße 28, 35392 Gießen (06 41) 9 94 56 12
 Fax: (06 41) 9 94 56 19, www.dag-selbsthilfgruppen.de

Deutsches Grünes Kreuz e.V.

Im Kilian – Schuhmarkt 4, 35037 Marburg (0 64 21) 29 30
 Fax: (0 64 21) 2 29 10, www.dgk.de

Bundesarbeitsgemeinschaft SELBSTHILFE e.V. (BAG Selbsthilfe)

Kirchfeldstraße 149, 40215 Düsseldorf (02 11) 31 00 60
 Fax: (02 11) 3 10 06 48, www.bagh.de

Sozialverband Deutschland e.V. (SoVD)

Stralauer Straße 63, 10179 Berlin (0 30) 7 26 22 20
 Fax: (0 30) | 7 26 22 23 11, www.sovd-bv.de

Deutsches Rotes Kreuz e.V. (DRK)

Generalsekretariat Carstennstraße 58, 12205 Berlin (0 30) 85 40 40
 Fax: (0 30) | 85 40 44 50, www.drk.de

Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland e.V.

Hebelstraße 6, 60316 Frankfurt am Main (0 69) 9 44 37 10
 Fax: (0 69) 49 48 17, www.zwst.org

AWO Arbeiterwohlfahrt Bundesverband e.V.

Heinrich-Albertz-Haus, Blücherstr. 62/63, 10961 Berlin (0 30) 26 30 9 - 0
 Telefax: (0 30) 26 30 9 - 32 59 9, www.awo.org

Diakonisches Werk der evangelischen Kirchen Deutschlands (EKD) e.V.

Dienststelle Berlin, Reichensteiner Weg 24, 14195 Berlin (0 30) 83 00 10
 Fax: (0 30) 83 00 12 22, www.diakonie.de

Deutscher Caritasverband e.V.

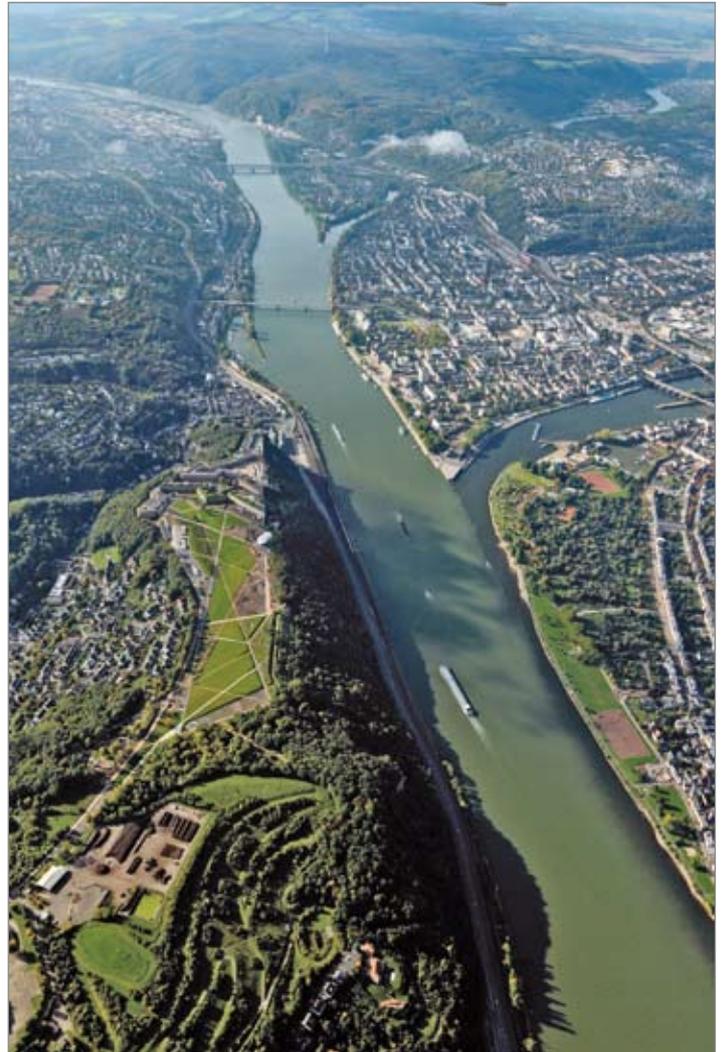
Karlstraße 40, 79104 Freiburg (07 61) 20 00
 Fax: (07 61) 20 05 72, www.caritas.de

Der Paritätische Wohlfahrtsverband

Gesamtverband
 Oranienburger Straße 13 –14, 10178 Berlin (0 30) 24 63 60
 Fax: (0 30) 24 63 61 10, www.der-paritaetische.de

Deutscher Olympischer Sportbund

Ressort Präventionspolitik und Gesundheitsmanagement
 Otto-Fleck-Schneise 12, 60528 Frankfurt am Main (0 69) 6 70 00
 Fax: (0 69) 67 49 06, Angebotsverzeichnis unter: www.sportprogesundheit.de

**IMPRESSUM:**

VBS-MEDIEN Verlagsbüro Jürgen Steigerwald
 Fach- und Sonderpublikationen
 Gesundheit und Pflege

Diezer Straße 4
 D-56368 Klingelbach

Tel. 0 64 86/90 34 40
 Fax 0 64 86/90 34 42
info@vbs-medien.de
www.vbs-medien.de

Herausgeber:

Stadtverwaltung Koblenz (Amt für Jugend, Familie, Senioren und Soziales) in Zusammenarbeit mit VBS-MEDIEN Verlagsbüro Jürgen Steigerwald, Verwaltungshochhaus Schängel Center, Rathauspassage 2, 56075 Koblenz

Alle Rechte vorbehalten. Titel, Umschlaggestaltung, Aufbau, Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, Übersetzungen und Reproduktion, gleich welcher Art, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlages.

Kein Anspruch auf Vollständigkeit der aufgeführten Adressen und Einrichtungen.

Alle Angaben nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr oder Haftung für die Richtigkeit der gemachten Angaben und Inhalte, da diese sich ständig ändern können. Irrtum vorbehalten

56068003/ 4. Auflage / 2014
 © 2014 VBS-MEDIEN

Redaktion:

VBS-Medien und Gisbert Morgenroth
 Tel. 0261 / 129 - 23 19
 Fax 0261 / 129 - 22 66
gisbert.morgenroth@stadt.koblenz.de

Mitarbeit:

Jürgen Steigerwald, Sabine Bohnsack, Annemarie Machmer, Yvonne Stegmair (Verlagsbüro Steigerwald)
 Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V.

Fotos:

fotolia, Koblenz-Touristik, pixelio, VBS-Medien
 Titelseite: P!ELmedia

Neueintragungen für die nächste Ausgabe, Änderungswünsche, Ergänzungen und Anregungen richten Sie bitte an die Verwaltung oder an VBS-MEDIEN.

Index / Stichwortverzeichnis der Selbsthilfegruppen u.a.

(weitere Stichworte, Untergliederungen, Rubriken: siehe Inhaltsverzeichnis Seiten 4-5)

- A**
ADS / ADHS 89
 Aging brain, Hirntraining 69
 Aids 84
 Alkohol- und medikamentenabhängige Menschen 89
 Alleinstehende Mütter und Väter 91
 Allergie- und Asthmabund 91
 Alltagsbegleiter in der Altenhilfe 63
 Alten- und Pflegeheime 63
 Alzheimer Selbsthilfegruppe 91
 Ambulante Pflegedienste 71
 Amt für soziale Angelegenheiten 84, 91
 Anonyme Esssüchtige 89
 Anonyme Spieler 89
 Apothekennotdienst 7
 Arbeiterwohlfahrt 77, 91
 Ärztlicher Notdienst 7
 Asthma 91
 Augenärztlicher Notdienst 7
 AWO 77, 91
- B**
Bahnhoftsmission 93
 bbz Beriebles Beratungszentrum 93
 BDH-Klinik Vallendar 47, 50
 Behinderte, Einrichtungen für 50
 Behindertenbeauftragter 84
 Behindertenhilfe 84
 Behindertensport 84
 Behinderten- und Seniorenfahrdienst 71
 Behinderter, Integration 85
 Beratung für Selbsthilfegruppen 96
 Beratungsstelle für Mütter- und Mutter-Kind-Kuren 77
 Beratung und Hilfen für Senioren 84
 Bethesda 65, 83
 Betreutes Wohnen 83
 Betreuung suizidgefährdeter Menschen 96
 Bewegung im Alter 68
 Bewegung, Kinder 88
 Blinden- und Sehbehindertenverein 84, 93
 Blutungskrankheit 93
 Brüderkrankenhaus St. Josef 47
 Bundeswehrzentral Krankenhaus 46, 47
- C**
Caritasverband Koblenz 71, 77
 Club Behinderter und ihrer Freunde 84
 Coblenzer Turngesellschaft 94
 Computerarbeit 79
 Contergangeschädigte, Hilfswerk für 93
- D**
Demenz 74, 90, 93
 Depressionen 93
 Der Kreis – Club Behinderter und ihrer Freunde 84
 Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft 95
 Deutsches Rotes Kreuz 2, 71, 73, 77
 Diabetes 94
 Diabetiker 2000 94
 Diabetiker Gruppe Koblenz 94
 Diabetikerselbsthilfegruppe Boppard 94
 Diakonisches Werk 77, 85
 Diätetik 85
- E**
Ernährungs- und Gesundheitsberatung 85
 Ertaubte 96
 Essen auf Rädern, Menüservice 73
 Essstörungen 89
- F**
Forum Diätetik und Ernährung 85
 Frauenhaus 7
 Frauennotruf 7, 94
 Frühförderung 87
 Frühvorsorge 87
- G**
Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH 47, 100
 Gesundheitsamt 77, 91
 Gesundheitspark 94
 Gewalt gegen Frauen 7, 76, 95, 96
 Giftnotruf 7
 Guttempler 89
- H**
Hämophiliegesellschaft, Deutsche 93
 Hausnotruf 2, 73
 Hauswirtschaftliche Hilfen 2, 71
 Hebammen 53
 Herz-Kreislauf-Erkrankungen 92, 94
 Herzsportgruppe 94, 96
 Hilfsorganisationen, Wohlfahrtsverbände 77
 Hirn-Aneurysma, Hirn-Angiom 94
 Hirntraining 69
 Homöopathie, Patienteninitiative 94
 Hörbehinderte 96
 Hospize, Palliativpflege 86, 87
 Hydrocephalus, Arbeitskreis 96
- I**
Inkontinenz 44
 Integration Behinderter 85
- J**
Johanniter-Unfall-Hilfe 73, 74
 Jugendamt Koblenz 87
 Jugend-Gefährdeten-Hilfe 89
 Jugend- und Drogenberatung 89
 Jugendzahnpflege, Arbeitsgemeinschaft 87
 Juvemus 89
- K**
Katholische Familienbildungsstätte 82
 Katholisches Klinikum Marienhof 47
 Kemperhof, Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein gGmbH 47, 100
 Kinder, Haus für 89
 Kinderschutzbund 89
 Kinderschutzdienst 89
 KISS 96
 Koblenzer Ruderclub 96
 Körperbehinderte, Selbsthilfe 84
 Krankentransport, Krankenfahrten 71
 Krebsgesellschaft Rheinland-Pfalz 95
 Kreis – Club Behinderter und ihrer Freunde 84
 Kreuzbund 90
 Kurberatungsstelle 77
 Kuren für Mütter und Kinder 77
 Kurzzeitpflege 71
- L**
Landeskrankenhaus Andernach 47, 49
 Lärm 60
 Lebensberatung Koblenz 91
 Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung 50, 77, 80, 81, 83, 84, 87
 Ileostomie-Colostomie-Urostomie, Deutsche ILCO 94
- M**
Malteser Hilfsdienst 77
 Marienhaus Klinikum Neuwied 47, 48, 50
 Marienhof, Katholisches Klinikum 47
 Medizinrecht 28, 29
 Mehrgenerationenhaus 82, 84
 Menschen ohne Wohnung 91
 Menüservice, Essen auf Rädern 73
 Methadonambulanz 47, 49
 Mobbing, Arbeitskreis gegen 95
 Mobbingtelefon 95
 Mobiler Sozialer Dienst 84
 Multiple Sklerose 75, 95
 Mütterberatung 77, 91
- N**
Narcotics Anonymus 90
 Naturheilkunde 58, 59
 Netzhautdegeneration 95
 Neurologische Klinik, BDH Vallendar 47, 50
 Notrufe 7
Online-Hilfen 87
- P**
Palliativpflege, Hospize 86, 87
 Pankreatektomierten, Arbeitskreis der 95
 Parkinson Vereinigung, Deutsche 95
 Patientenrechte, Patientenschutz 28, 29
 Pflegestützpunkte 73
 Plötzlicher Säuglingstod 94
 pro familia 85, 95
 Pro Retina 95
 Psoriasis Bund, Deutscher 95
 Psychisch Behinderte, Tagesstätte für 83
 Psychisch Kranker, Angehörige 83, 91
 Psychosoziale Beratung 91
- R**
Rad-Touristik-Freunde 95
 Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach 47, 49
 Rhein-Mosel-Werkstatt 85
 Rheuma-Liga, Deutsche 95
 Rollstuhltransporte 71
 Rotes Kreuz 2, 71, 73, 77
 Roxanne 95
 Ruderclub, Koblenzer 96
- S**
Schlafapnoe, Selbsthilfe 96
 Schulpsychologische Beratung 89
 Schuppenflechte 95
 Schwangeren- und Schwangerenkonfliktberatung 85
 Schwerbehindertenbetreuung 84
 Schwerhörigenbund, Deutscher 96
 Sehbehinderte 93
 selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen 84
 Selbsthilfegruppen, Informationsstelle 96
 Selbsthilfe Körperbehinderter 84
 Seniorenbeirat der Stadt Koblenz 84
 Senioren, Beratung und Hilfen 84
 Seniorenwerk Koblenz 85
 Sexueller Mißbrauch 7, 95, 96
 Solwodi 96
 Sozialberatung 77, 90
 Sozialdienst katholischer Frauen 7, 76, 77
 Sozialstationen 73
 Sozialverband Deutschland, SoVD 77, 91
 Spielsüchtige 89
 Spina bifida, Arbeitskreis 96
 Sportangebote 84, 92, 94, 95, 96
 St. Elisabeth Neuwied 47, 48
 Stiftung Bethesda-St. Martin 65, 83
 Stotterer-Selbsthilfegruppe 96
 Suchtberatung 89, 90, 93
 Suizidgefährdete, Betreuung 7, 96
- T**
Tageskliniken 47
 Tecum 96
 Traumaambulanz 90
 Treffpunkt Ohr, DSB 96
- V**
VdK 78
- W**
WeKISS 96
 Wohlfahrtsverbände, Hilfsorganisationen 77
 Wohnheime 63
 Wohnungslosigkeit 91
- Z**
Zahnärztlicher Notdienst 7



w w w . d e b e k a . d e

Eine große Gemeinschaft bietet Schutz

Sie suchen eine optimale Vorsorge für den Krankheitsfall?
Kostengünstig, leistungsstark, individuell, zuverlässig? Dann
werden auch Sie Mitglied bei Deutschlands größtem
privaten Krankenversicherer. Mehr als 2,1 Millionen
Vollversicherte profitieren bereits von den hervorra-
genden Leistungen der Debeka.



Debeka-Hauptverwaltung
Ferdinand-Sauerbruch-Straße 18
56058 Koblenz
Telefon (02 61) 4 98-0

anders als andere

Debeka



Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen

Das Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein mit seinen fünf Krankenhäusern, Altenpflegeeinrichtungen und ambulanten Versorgungsstrukturen ist ein verlässlicher, von Verantwortung und starken Werten getragener Versorgungspartner in der Region.



Heilig Geist
Boppard



Ev. Stift St. Martin
Koblenz



Kemperhof
Koblenz



St. Elisabeth
Mayen



Paulinenstift
Nastätten

Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein GmbH
Koblenzer Straße 115-155
56073 Koblenz
E-Mail: info@gk.de
Telefon: 0261 499-0