

Gesundheitsorganisation



Region Ingolstadt e.V.



Einführung der elektronischen Gesundheitskarte in der Modellregion Ingolstadt



Gesetzliche Grundlagen:

Durch das Gesetz zur Modernisierung der gesetzlichen Krankenkassen (GMG) sind diese verpflichtet, die bisherige Krankenkassenkarte zu einer elektronischen Gesundheitskarte (eGK) zu erweitern. Die Umsetzung des Gesamtprojektes zur elektronischen Gesundheitskarte (eGK), der dazu gehörenden Telematik – Infrastruktur und der Anwendung-

Dr. med. Siegfried Jedamzik
1. Vorsitzender GO IN e.V.

gen erfolgt in mehreren Stufen.

Stand des Projekts in der Modellregion:

Seit Vertragsunterzeichnung mit der gematik am 21. März 2006 laufen bei der Baymatik – Bayerische Modellregion für Telematik – die Vorbereitungen zur Einführung der elektronischen Gesundheitskarte in der Modellregion Ingolstadt auf Hochtouren. Das Projektbüro des Baymatik e. V., mit Sitz im Medi – In – Park am Westpark 1 in Ingolstadt ist nicht nur Leitstelle der Projekte, sondern

auch Ansprechstelle für Zielgruppen, Öffentlichkeit, Medien, etc. und stellt das Koordinationszentrum zwischen der gematik und der Testregion dar. Neben zwei Büroräumen und einem Sitzungsraum, der regelmäßig als Tagungsort genutzt wird, verfügt das Projektbüro zudem über einen Showroom, in dem die Musterumgebung erprobt wird.

Aber nicht nur auf technischer Ebene konnte die Baymatik einige Fortschritte verzeichnen. Die Auswahl der Testteilnehmer (Ärzte, Apo-

theker und Krankenhäuser) ist abgeschlossen. 30 Ärzte, 15 Apotheken und 2 Krankenhäuser nehmen derzeit am Test zur

Einführung der elektronischen Gesundheitskarte in der Modellregion teil. Zudem wurden alle

teilnehmenden Ärzte und Apotheken mit einem Heilberufsausweis (HBA) durch die

Bayerische Landesärztekammer ausgestattet. Nur in Verbindung mit diesem Ausweis, können die Daten auf der

elektronischen Gesundheitskarte vom Arzt gelesen werden. Weitere Informationen über den aktuellen Stand des

Projekts finden Sie unter www.baymatik.de.

Quelle: Baymatik e. V.



Alzheimer ist Schicksal

Da kann man doch nicht vorbeugen!

Das Risiko, im Verlauf seines Lebens an Alzheimer zu erkranken liegt bei 65-jährigen Männern bei 20 %, bei 65-jährigen Frauen jedoch bei 40%. Dieser auffällige Geschlechtsunterschied hat die Alzheimerforscher lange beschäftigt. Man könnte doch auf den Gedanken kommen, Frauen sind von Haus aus weniger intelligent als Männer.

Oder es liegt an den Hormonen: Der Östrogen-Hormonabfall bei Frauen im Alter ist dafür verantwortlich. Dann bräuckte man nur Östrogen schlucken und Alzheimer tritt gar nicht auf.

Aber sie vermuten schon richtig: Beide Annahmen sind falsch. Hauptgrund, weshalb Frauen häufiger an Alzheimer erkranken, ist ihre höhere Lebenserwartung. Und da Alzheimer in erster Linie eine Alterskrankheit ist, erkranken mehr Menschen aus der Gruppe, die älter ist.

In Zahlen: Von 100 Menschen die 75 Jahre alt sind, erkranken im kommenden Jahr 2 % (zwei) neu an Alzheimer. Von 100 Personen, die 85 Jahre alt sind erkranken im kommenden Jahr 8 % (acht) neu, also 4 mal so viel. Da aber sehr viel mehr Frauen 85 und älter werden als Männer sind allein in Bayern derzeit 2000 Männer mit 85 an Demenz erkrankt, aber 4500 Frauen.

Allein die Tatsache, dass Frauen deutlich älter werden als Männer, erklärt den Häufigkeitsunterschied. Aber auch noch eine andere Ursache wird von den Alzheimerforschern

angegeben: Frauen, die heute 75 und älter sind, haben wegen ihres Lebenslaufs (man sagt „lebensbiographisch bedingt“) einen niedrigeren Bildungsstand als Männer. Damals hieß es: Was braucht denn das Mädel was lernen, sie heiratet ja doch! Und nach der Volksschule war meist Schluss. Ein Mädchen konnte häufig an mittlere Reife oder an das Gymnasium oder an eine Berufsausbildung gar nicht denken.

Heute weiß man, dass eine Schuldauer die kürzer als 8 Jahre ist, mit einem 4x so hohen Risiko verbunden ist, an Alzheimer zu erkranken (Friedland 2001). Auf dieser Erkenntnis baut meine Initiative gegen Alzheimer auf. Sie wird von der Schrobenshausener Zeitung und GO IN unterstützt. Weit über 100 Schrobenshausener nehmen seit 10 Monaten daran teil. Im Unterschied zu anderen Trainingsprogrammen und „Gehirnjogging“ wird streng darauf geachtet etwas „Neues“ zu lernen, da nur dadurch die Hirnaktivität und die Umgebung der Hirnzellen ausreichend gefördert wird, um Alzheimer zu verzögern. Dies wurde kürzlich auch durch eine Londoner und Magdeburger Forschergruppe bestätigt: Nur „Neues“ lernen fördert das Gehirn ausreichend. Lesen, Kreuzworträtsel, oder z.B. Schach reichen nicht aus.

Wann soll man mit der Lernübung beginnen?

Die richtungweisende Lernstörung beginnt meist 10 bis 15 Jahre vor den ersten deutlichen Gedächtniseinschränkungen. Mit 45, spätestens mit 55

sollte mit der Lernübung begonnen werden. Beginnt man zu spät, ist nach bisherigem Wissensstand keine zufriedenstellende Besserung mehr möglich.

Rechtzeitig begonnen zeigt sich das Ergebnis wie in der oberen Grafik dargestellt. Dieser Teilnehmer hat 7 Monate einen „NEUEN“ Lernbogen gelernt; und dabei hat sich die Lernkurve wesentlich verbessert (untere Linie=1. Lernübung, obere Linie=letzte Lernübung). Auch kann sich dieser Teilnehmer vieles leichter merken als vorher.

Der Aufwand ist gering, der Erfolg riesig: Täglich 5–10 Minuten für das eigene Gehirn, das dürften auch sie schaffen.

Einen Lernbogen erhalten sie bei der Praxis Dr. Mahl in Schrobenshausen gegen eine Schutzgebühr von 3 Euro. Nach einem Monat erhalten sie einen neuen Lernbogen und der alte wird ausgewertet. Die nächste Einführungsveranstaltung findet am 14. September in Schrobenshausen statt. Näheres ist in meiner Praxis zu erfragen. *Anfordern des Lernbogens bei: Dr. med. Georg Mahl, Lenbachstraße 15, 86529 Schrobenshausen, Tel: 08252/2131, Fax: 08252/7026*

Durchs Auge ins Herz schauen

GO IN und Dr. Hein starten Telemedizinprojekt

Ein niedergelassener Arzt in Ingolstadt untersucht die Mitarbeiter eines Konzerns in Nordrhein-Westfalen? Dank moderner Telemedizin ist das ohne weite Wege zurücklegen zu müssen problemlos möglich, wie Dr. Gero Sand bestätigen kann. Der GO IN Augenarzt stellt in seiner Praxis in Ingolstadt Befunde für Führungskräfte bei Thyssen Krupp in Essen aus, um Hinweise auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen feststellen zu können: „Ich untersuche die Gefäße des Augenhintergrunds, die mir eine Aussage über Risiken ermöglichen. Anhand digitalisierter Daten, die mir aus Essen zugesandt werden, kann ich eine Befundung vornehmen“, erklärt der Mediziner.

Doch warum spielt gerade die Netzhaut eine so große Rolle bei den Untersuchungen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen? Dr. Gero Sand erklärt: „An der Netzhaut kann man die kleins-

Aufhören – Aufatmen – Aufleben

Mit dem Rauchen aufhören

Laut Statistik rauchen in der Bundesrepublik Deutschland 35% der Männer und 22% aller Frauen, obwohl die gesundheitlichen Risiken hinreichend bekannt sind.

Das Zigarettenrauchen ist der Killer Nr. 1 unter den Zivilisationskrankheiten. Viele Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems, wie Schlaganfall, Herzinfarkt, Durchblutungsstörungen der Beine werden durch das Zigarettenrauchen ausgelöst. Zum überwiegendsten Teil (99 %) ist Zigarettenrauchen für Lungenkrebs verantwortlich zu machen und die häufigste Krebsart heutzutage. Zigarettenrauchen verursacht bei einem Drittel der Raucher eine chronisch obstruktive Bronchitis, d.h., eine dem Asthma bronchiale sehr ähnliche Erkrankung, die allerdings auf die typischen Asthma-Medikamente nur sehr schlecht anspricht und die praktisch nicht heilbar ist. Als Spätfolge kommt es zu einem sog. Lungenemphysem, d.h., einer allmählichen Zerstörung der Lunge, damit einhergehend zu zunehmender Atemnot, später Abhängigkeit von zusätzlicher Sauerstoffgabe und später Tod.

Neben dem Nikotin sind im Zigarettenrauch eine Vielzahl von



Carsten Helbig: Internist, Lungen- und Bronchialheilkunde.

verschiedenen Stoffen enthalten. Diese Mischung verschiedener Stoffe führt zu einer körperlichen und seelischen Abhängigkeit, aber auch zu einer Vielzahl von weiteren Gesundheitsstörungen, wie z.B. Blasenkarzinomen.

Es ist daher für jeden vernunftbegabten Menschen einsichtig, besser jetzt, als morgen mit dem Zigarettenrauchen aufzuhören.

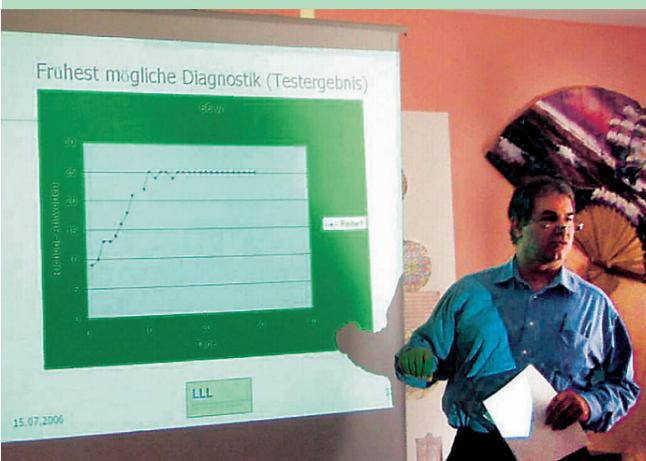
Und dauerhaft aufhören ist möglich: Millionen Ex-Raucher haben es geschafft. Allein in Deutschland hören jedes Jahr eine Million Menschen mit dem Rauchen auf. Das Wichtigste dabei sind ein freier Entschluss

und die Erkenntnis, dass es nicht um Verzicht geht, sondern um Befreiung.

Allerdings spielen beim Zigarettenrauchen auch viele emotionale, gefühlsmäßige Faktoren eine Rolle. Wir haben ja nicht mit dem Rauchen begonnen, um uns und andere zu ärgern, sondern aus sehr vielfältigen und auch sehr persönlichen Gründen. Zur Raucherentwöhnung werden eine Vielzahl verschiedener Maßnahmen angeboten. All diese Maßnahmen, Tipps und Tricks dienen der Unterstützung Ihres Willens. Dabei besteht die erfolgreichste Methode zur Raucherentwöhnung in einer Kombination aus Verhaltenstherapie und pharmakologischer Therapie.

Die Erfahrung hat gezeigt, dass geteiltes Leid halbes Leid ist. Vielen Menschen fällt es leichter, wenn sie zusammen mit anderen ein gemeinsames Ziel verfolgen. Es ist deshalb besser, gemeinsam mit dem Rauchen aufzuhören, als dies einzeln für sich selber zu versuchen.

Pharmakologische Unterstützungsmethoden wie Nikotin-pflaster, aber auch andere Medikamente, können als zusätzliche Maßnahme bei der Raucherentwöhnung eingesetzt werden.



Dr. med. Georg Mahl: Diplom Psychogerontologe.