

## Liebevolle Grüße ans Krankenbett

Nicht jeder kann seinen Liebsten, die den Valentinstag in einem Krankenhaus verbringen, einen persönlichen Gruß am 14. Februar überbringen. Deswegen hat sich das Helios Klinikum in Lebenstedt eine besondere Aktion überlegt. Angehörige, Freunde, Bekannte sowie Kolleginnen und Kollegen können Patienten und Patientinnen mit einer persönlichen Nachricht überraschen. Diese Botschaften werden mit kleinen Präsenten am Valentinstag den Empfängern überreicht. Die Nachricht sollte in einem Briefumschlag bis zum Montag, 13. Februar 2023, an das Helios Klinikum Salzgitter (Kennwort: Valentinstagsgruß, Kattowitzer Straße 191, 38226 Salzgitter) geschickt oder an der Rezeption abgegeben werden. Auf dem Briefumschlag sollte der Name der Empfängerin oder des Empfängers deutlich zu erkennen sein. Die Botschaften können auch per E-Mail an [sz-ukm@helios-gesundheit.de](mailto:sz-ukm@helios-gesundheit.de) geschickt werden.

# Auf das eigene Herz hören

Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Helios Klinikums setzen mit **roter Kleidung** ein Zeichen

**Salzgitter.** Um auf die Herzgesundheit von Frauen aufmerksam zu machen, haben Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen des Helios Klinikums Salzgitter ein Zeichen mit ihren roten Kasacks gesetzt. Am „Zieh dir was Rotes an-Tag“, der jährlich am ersten Freitag im Februar ansteht, haben sie sichtbar die Unterstützung für das Bewusstsein von Erkrankungen wie Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Schlaganfälle und Erkrankungen der Herzklappen signalisiert. Denn diese zählen zu den häufigsten Todesursachen beim weiblichen Geschlecht.

„Die Frauen unterschätzen schlichtweg oft ihr Risiko für Herz- und Gefäßerkrankungen. Dabei gleicht sich das sogenannte kardiovaskuläre Risiko spätestens nach der Menopause dem der Männer an“, erklärt Dr. med. Stefan Betge, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Angiologie. Deswegen sei Aufklärung und Vorbeugung besonders wichtig.



Sichtbar für jede und jeden: Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen machen am Zieh-etwas-Rotes-an-Tag auf die Herzgesundheit aufmerksam.

FOTO: HELIOS KLINIKUM SALZGITTER

„Im Rahmen der Gesundheitsvorsorge sollten Frauen regelmäßig ihr Herz untersuchen lassen – auch dann, wenn sie keine typischen Symptome aufweisen“, so Dr. med. Wolfgang Schöbel, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Kardiologie. Diese können starke Brustschmerzen, die häufig in die Arme, in Oberbauch und Rücken oder in den Kiefer-Hals-Bereich ausstrahlen, sein. Die Betroffenen fühlen sich plötzlich schwach, schwitzen stark, wer-

den bleich und ihnen wird übel. „Natürlich können die Symptome auch abweichen. So wird beobachtet, dass im hohen Alter, die typischen ausstrahlenden Brustschmerzen nicht so häufig auftreten. Hier muss man wortwörtlich auf das eigene Herz hören“, rät der Kardiologe und empfiehlt, auf eine gesunde Lebensweise zu achten.

Das Portfolio der Kliniken für Kardiologie und Angiologie umfasst ein breites Spektrum diagnostischer und therapeutischer

Maßnahmen bei Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems, inklusive Katheterinterventionen am Herz und an den Gefäßen. Das Ziel ist es, jeder Patientin einen individuellen Behandlungsweg anzubieten. Das Spektrum zur Diagnostik rund um das Herz reicht vom EKG über eine spezielle Ultraschalluntersuchung des Herzens (Echokardiografie) bis hin zur Herzkatheteruntersuchung. Mehr Infos unter [www.helios-gesundheit.de/salzgitter](http://www.helios-gesundheit.de/salzgitter).

## Medizin

## ANZEIGE

### Jetzt bei Haarausfall testen!



#### Begeisterte Frauen berichten von Revitensin

„Nach jahrelanger Verzweiflung und dem Ausprobieren aller möglichen Produkte ist Revitensin für mich das Einzige, was wirklich geholfen hat. Ich kann mich an meinen Haaren wieder erfreuen.“ (Anja H.)



„Mein Haarausfall wurde deutlich reduziert! Alleine zu sehen, dass die Haare nicht mehr in der Bürste oder im Abflusssieb hängen, beruhigt mich.“ (Maria L.)

Sie haben auch schon vieles ausprobiert, doch bisher ohne Erfolg? Testen auch Sie das natürliche Arzneimittel Revitensin bei den ersten Anzeichen von Haarausfall. Es wirkt von innen gegen verschiedene Formen von Haarausfall! Keine gerötete Kopfhaut, keine fettigen Haare.

Für Ihre Apotheke:  
**Revitensin**  
(PZN 17386423)

REZEPTFREI AUS DER APOTHEKE!

[www.revitensin.de](http://www.revitensin.de)



Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

## Gelenkschmerzen

### Was hilft, wenn jeder Schritt schmerzt?

Eine Nation leidet – etwa 90 % der Deutschen klagen über Gelenkschmerzen, vor allem im fortgeschrittenen Alter. Doch woher kommen die Schmerzen und was kann helfen, um den Alltag wieder unbeschwert genießen zu können?

#### Wenn Gelenkschmerzen den Alltag belasten

Gesunde Gelenke sind der Motor für ein aktives Leben! Doch gerade mit zunehmendem Alter kommt es vermehrt zu Beschwerden. Kein Wunder, schließlich werden unsere Gelenke täglich gebeugt, gestreckt und gedreht. Vor allem die großen

Gelenke wie das Knie- oder Hüftgelenk bereiten dann oft Schmerzen.

#### Was Gelenkschmerzen begünstigt

Hinter Gelenkschmerzen können viele verschiedene Ursachen stecken. Neben dem fortschreitenden Alter können z. B. auch Übergewicht, Fehlstellungen oder Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen Auslöser sein – v. a. für Knieschmerzen. Schmerzen in der Hüfte entstehen meist als Folge jahrelanger Belastung durch unser Körpergewicht. Schulterschmerzen wiederum können vom Gelenk ausgehen, aber auch geschädigte Sehnen oder Muskelfraktionen als Ursache haben.



### Rubaxx: rezeptfreie Hilfe aus der Apotheke

Wissenschaftler haben ein wirksames Arzneimittel bei Gelenkschmerzen entwickelt: Rubaxx (Apotheke). Die Arzneitropfen enthalten den speziellen Wirkstoff T. quercifolium, der schmerzlindernd wirkt sowie bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen Linderung verschafft.

#### Einfache Dosierung, gute Verträglichkeit

Dank der Tropfenform wird der Wirkstoff direkt über die Mundschleimhäute aufgenommen und kann seine Wirkung ohne Umwege entfalten. Betroffene können die Tropfen zudem je nach Stärke ihrer

Schmerzen individuell dosieren. Das Beste: Rubaxx vereint Wirksamkeit mit guter Verträglichkeit: Schwere Nebenwirkungen wie Herzbeschwerden sind bei Rubaxx nicht bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht.

Für Ihre Apotheke:  
**Rubaxx**  
(PZN 13588561)



[www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de)

RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. [www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

REVITENSIN. Wirkstoffe: Acidum hydrofluoricum Dil. D12, Graphites Dil. D8, Pel talpae Dil. D8, Selenium Dil. D12, Thallium metallicum Dil. D12. Homöopathisches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Haarausfall. [www.revitensin.de](http://www.revitensin.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing