

Extra: aktiv & gesund

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

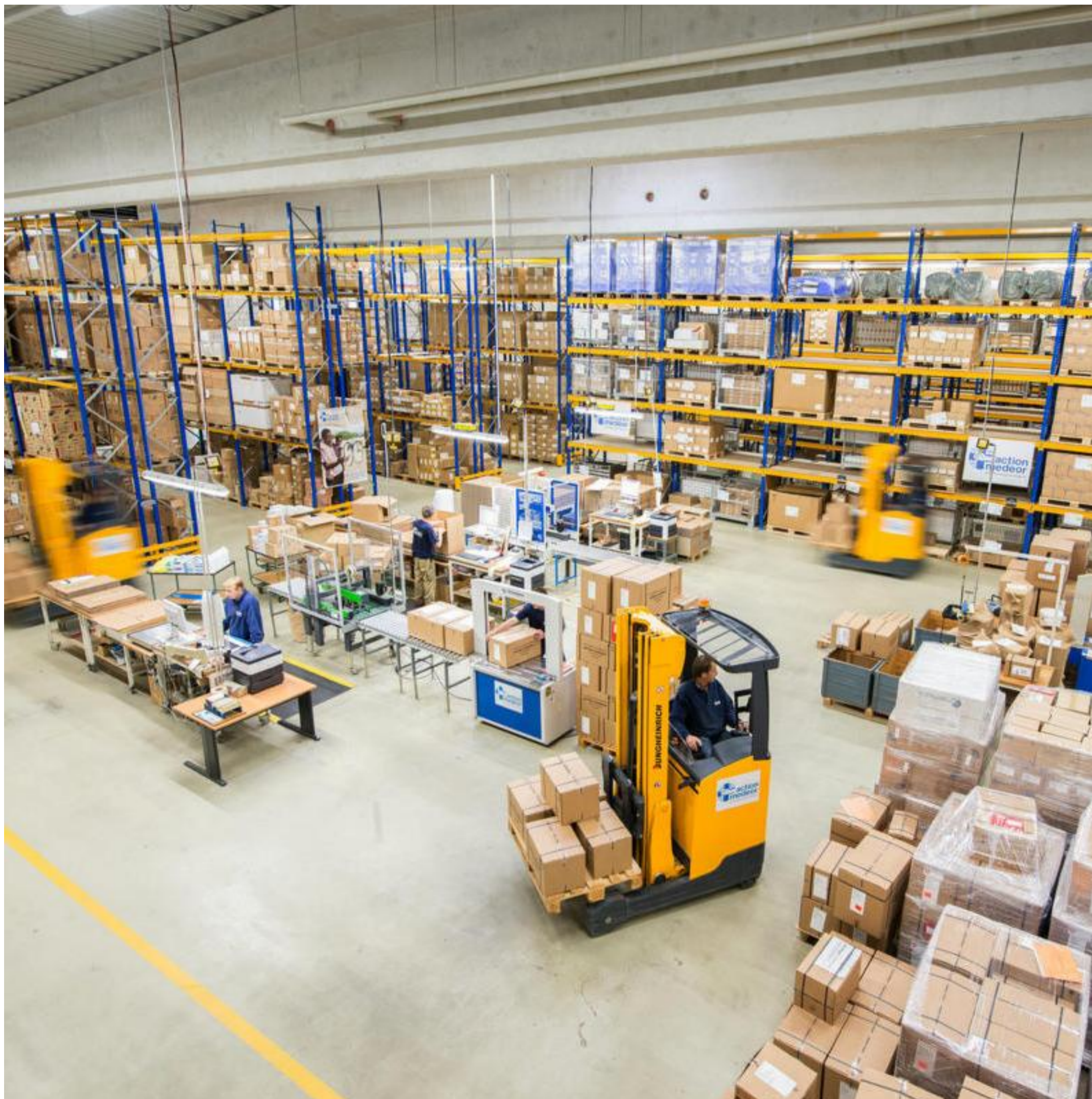
der größte Trump aller Zeiten hat ein Problem entdeckt, mit dem er in seinem Land ausnahmsweise mit der großen Mehrheit auf gleicher Wellenlänge ist. Seit vielen Jahren werden in den Staaten zu schnell abhängig machende Medikamente verschrieben, anscheinend sind seine Wähler, die Zurückgelassenen im Mittleren Westen, besonders betroffen, aber es trifft die gesamten USA. Na ja, irgendwie hat man es ja von Trump-Country nicht anders erwartet - und dabei vergessen, dass sich Vergleichbares auch vor der eigenen Haustür abspielen könnte. Deshalb gibt es in diesem EXTRA den Beitrag zum Thema auf dieser Seite. Zwei Studien werden vorgestellt: Eltern könnten verstärkt als Knochenmarkspender für ihre Kinder in Frage kommen, das Brustkrebsrisiko bei Frauen lässt sich vielleicht exakter bestimmen. Der Blick über den Tellerrand ist der Stiftung action medeor gewidmet. Seit mehr als 50 Jahren versorgt sie Menschen in Not auf der ganzen Welt mit Medikamenten im großen Stil.

Ihr
Martin Hardt

Inhalt

Arzneimittelmissbrauch ist längst kein »Szene-Problem«	1
Kinderleukämie. Mehr Eltern könnten Spender sein	2
Das EXTRA-Rätsel	2
Weltaidtagmotto 2017: Mit HIV kann man leben	2
Weitere Marker für Brustkrebsrisiko entdeckt	3
Neue »Wissensreihe Männergesundheit«	3
action medeor. Notapotheke für die ganze Welt	4
Rezept Orientalischer Gemüseintopf	4

Das nächste Extra erscheint am 08.12.17
Thema: »Richtig schenken«



Private Hilfe im industriellen Maßstab. Das riesige Lager des Medikamentenhilfswerks action medeor in Tönisvorst (Seite 4).

Foto: action medeor

Arzneimittelmissbrauch ist kein »Szene«-Problem

Millionen sind inzwischen abhängig

Von Martin Hardt

»Ich muss jetzt einen Entzug machen.« Der Satz aus dem Munde eines engeren Familienmitglieds schlug ein. Wie kam es dazu? Monatelange Rückenschmerzen waren mit einem starken, morphinhaltigen, verschriebenen Pflaster gelindert worden. Der Körper hatte sich daran gewöhnt. Er wehrte sich über Wochen gegen das langsame Ausschleichen der Droge. Ein Arztwechsel hatte die Sache ans Licht gebracht.

»Ein Notarzt, der Angst vor Fentanyl hat?« ist der Titel eines Erlebnisberichts auf der Internetseite für Mediziner

www.news.doccheck.com, den ein Mitglied dort veröffentlichte und beschreibt, was ihm als Notarzt bei einem schweren Verkehrsunfall geschehen war. Er wollte dem vor Schmerzen schreienden Motorradfahrer das starke Schmerzmittel verabreichen und kam dabei unter heftigen »Beschuss« eines Rettungsassistenten und eines anderen Notarztes, die von dem hohen Suchtpotenzial dieses Mittels gehört hatte. Es ist viele Male stärker als andere Opioide, also schmerzstillenden Mitteln meist auf Morphinbasis. Zwei Seiten eines Problems, das seit vielen Jahren auch dieses Land beschäftigt.

»Die akute wie auch chronische Schmerzbehandlung mit Opiaten oder Opioiden unter kontrollierten therapeutischen Bedingungen führt in der Regel nicht zu einer Suchtentwicklung. Das Missbrauchs- und Abhängigkeitspotenzial der Opioide sollte deshalb unter keine Umständen dazu führen, dass Schmerzpatienten die notwendige Schmerztherapie vorenthalten wird.« Mit diesem Satz endet eine Einschätzung von Opiaten und Opioiden durch die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). Sie ist der Zusammenschluss der in der Suchtkrankenhilfe bundesweit tätigen Verbände und gemeinnützigen

Vereinen in Deutschland und gibt damit indirekt der Empörung des Notarztes im Einsatz recht. Die DHS kommentiert das Erscheinen ihres Jahrbuchs Sucht 2017 aber auch mit einem Beitrag »Intransparenz als Strategie? Arzneimittelabhängigkeit in Deutschland: ein oft übersehene Problem«. Hier heißt es: »Insgesamt, so die Schätzungen, sind in Deutschland 1,2 - 1,5 Millionen Menschen abhängig von Arzneimitteln, manche sprechen sogar von 1,9 Millionen. Die Zahl derjenigen, die Arzneimittel missbräuchlich nutzen - zum Abnehmen, Wachbleiben oder zur Steigerung der Leistungsfähigkeit - ist wahr-

scheinlich genauso groß. Das Phänomen der Arzneimittelabhängigkeit in Deutschland stehe damit auf Platz zwei aller Abhängigkeiten: nach Tabak, aber vor Alkohol - und es herrsche eine hohe Intransparenz in diesem Bereich. Es ist schwer einzuschätzen, wie groß der Anteil der angesprochenen Schmerzmittel bei diesen Konsumenten ist - wobei es auch einen Drogenmarkt für verschriebene, opiatthaltige Mittel gibt, die in den illegalen Drogenmarkt geraten.

Die DHS kritisiert die große Intransparenz, insbesondere die Verwaltungspraxis von Schlafmitteln und Beruhigungsmitteln

und fordert zum Beispiel eine engere Zusammenarbeit von Ärzten und Apothekern. »Zwar werden bestimmte Mittel aus der »Benzodiazepin-Familie« (Valium und Co.) zahlenmäßig weniger verordnet, es kommt aber gleichzeitig zu einem deutlichen Verordnungsanstieg bei Schlafmitteln aus der Gruppe der Zolpidem und Zopiclon. 50 Prozent und mehr dieser Mittel würden auf Privatrezept verordnet, vor allem für Versicherte der gesetzlichen Krankenkassen. Dies schein vor allem eine Strategie zu sein, als Verordner unentdeckt in den Statistiken der Krankenkassen zu bleiben, da-

mit weder unangenehme Diskussionen mit den Kassen noch mögliche Regresse durch die Patienten auf die jeweiligen Ärzte zukommen.

Betroffen von diesen Verordnungen seien vor allem ältere Menschen über 65 Jahre und davon zwei Drittel Frauen. Umso mehr wundere es, dass die vom Bundesministerium für Gesundheit geförderten Surveys zum Arzneimittelkonsum bei den 64-Jährigen aufhören. Dabei fange das Problem der Arzneimittelabhängigkeit in diesem Alter erst richtig an. *mwb*

www.news.doccheck.com
www.dhs.de

ANZEIGEN

SACHSEN

Ihre Ferienpension in der Sächsischen Schweiz www.gohrisch.net

Sächsische Schweiz Schöne FeWo ab 40 € (bis 4 Pers.)

Jetzt helfen! www.wwf.de

NIEDERSACHSEN

Hotel Waldfrieden L. Lohoff, 37441 Bad Sachsa, Waldstraße 3

Satt ist gut. Saatgut ist besser. www.brot-fuer-die-welt.de

MECKLENBURG-VORPOMMERN

Winterurlaub am Meer auf der schönen Insel Usedom. Komfort & Service zum Verwöhnen. Strandhotel Seerose Köpelnsee

Hotel Borstel-Treff. KUREN IN MECKLENBURG - STRESS ABBAUEN - 70 ab 408 € p.P. im DZ

SACHSEN-ANHALT

Eisenmoorbad Bad Schmiedeberg. Wir machen Sie fit! MOOR MINERALWASSER RADON

LESERREISE

200 JAHRE KARL MARX JUBILÄUMSFAHRT. Termine 27.05. - 30.05.2018, 11.10. - 14.10.2018. Preis € 599,-

Man muss Glück teilen, um es zu multiplizieren. SOS KINDERDÖRFER

Studie zu Kinderleukämie

Mehr Eltern könnten Spender sein

Die Internetseite www.beipress.de ist ein geschlossenes Gesundheitsportal für Journalisten und Fachkreise. Sie fasst aktuelle Studien kurz zusammen.

Eine effektive Therapiemöglichkeit für Kinder mit akuter Leukämie, die schwer behandelbar oder krankheitsrückfällig sind und nicht auf übliche Chemotherapien ansprechen, ist die Stammzelltransplantation.

Eine Stammzelltransplantation ist eine risikoreiche Behandlung, denn es besteht die Gefahr, dass die übertragenen

Blutstammzellen vom Körper des Patienten abgestoßen werden oder dass sie eine Abwehrreaktion im Patienten auslösen. Deshalb müssen die Gewebeeigenschaften, die sogenannten humanen Leukozyten-Antigene (HLA), auf der Oberfläche der Blutzellen von Spender und Patient übereinstimmen oder sich zumindest sehr stark ähneln.

Um auch für Patienten ohne passende Spender eine lebensrettende Stammzelltransplantation zu ermöglichen, wurde die sogenannte haploidentische Transplantation entwickelt, bei der Blutstammzellen aus dem Knochenmark oder Blut der Eltern gewonnen und speziell aufbereinigt werden.

In einer Studie haben Forscher eine neuartige Methode entwickelt, mit der sie die Blutstammzellen von haploidentischen Verwandten der an aku-

ter Leukämie erkrankten Kinder speziell aufbereiteten, bevor sie übertragen werden. Sie entfernten dabei die sogenannten alpha-T- und B-Zellen, die eine große Rolle im menschlichen Abwehrsystem spielen.

Alle Kinder wurden mit einer Chemotherapie vorbehandelt, die die Knochenmarkszellen abtötete, um die bösartigen Krebszellen zu entfernen und Platz für die neuen, gesunden Stammzellen des Spenders zu schaffen.

Keines der Kinder entwickelte umfangreiche, langanhaltende Abwehrreaktionen. Insgesamt trat bei 24 Prozent der Kinder ein Krankheitsrückfall

auf, wobei 5 Prozent starben. Nach der Behandlung lag die Überlebensrate ohne Auftreten von Abwehrreaktionen oder Krankheitsrückfällen bei 71 Prozent.

Die Wissenschaftler haben ihre Studienergebnisse mit zwei Gruppen von jeweils 41 bzw. 51 an Leukämie erkrankten Kindern verglichen, denen im gleichen Zeitraum Stammzellen von HLA-identischen Geschwistern bzw. von passenden HLA-identischen Fremdspendern übertragen wurden.

Mit dieser Behandlung können Kinder therapiert werden, die eine Stammzelltransplantation benötigen, denen aber kein HLA-identischer Spender zur Verfügung steht.

www.beipress.de www.bloodjournal.org/content/bloodjournal/130/5/677.full.pdf

Web-Tipp

Digitale Apotheke

Jeder zweite Patient nimmt seine Arzneimittel nicht wie vom Arzt verordnet ein, so die ABDA Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände e. V.

Nach dem Scannen der Arzneimittelpackung und dem Eingeben des individuellen Einnahmeplans generiert die App einen Medikationsplan.

www.digitale-hausapotheke.de

Kampagne zum Weltaidstag 2017

»Mit HIV kann man leben. Weitersagen!«

Es gibt noch viel zu tun, wenn es um den Umgang mit HIV-infizierten Menschen geht. Anlässlich des Beginns der diesjährigen Öffentlichkeitskampagne im Vorfeld des Weltaidstages, er fällt in diesem Jahr auf den 1. Dezember, sagte Björn Beck vom Vorstand der Deutschen AIDS-Hilfe: »Es wird Zeit, dass in der Öffentlichkeit deutlich wird: Menschen mit HIV können heute bei rechtzeitiger Diagnose und Therapie leben wie andere Menschen auch.«

Das gilt für alle Lebensbereiche: Es gibt keine Einschränkungen im Beruf oder in

der Freizeit. Dank der Schutzwirkung der HIV-Medikamente können HIV-Positive und ihre Partnerinnen und Partner ohne Angst ihre Sexualität genießen und sogar auf natürlichem Wege Kinder zeugen und zur Welt bringen.

Noch immer wüssten viele Menschen nicht, dass dank einer verbesserten medizinischen Versorgungslage ein weitge-

hend normales Leben mit HIV möglich ist. Viele hätten aus Unkenntnis Ängste und wüssten nicht, dass HIV im normalen Umgang von Menschen im Beruf, im Alltag und in der Freizeit nicht übertragen wird.

Ziel der gemeinsamen Informationskampagne des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG), der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), der Deutschen AIDS-Hilfe (DAH) und der Deutschen Aids-Stiftung (DAS) sei es daher, Unsicherheiten gegenüber Menschen mit HIV abzubauen, so eine Pressemeldung.

Auf der Internetseite www.welt-aids-tag.de gibt es neben vielen Informationen auch Aktionsmaterialien wie Flyer, Plakate, Anzeigen und Webbanner, die man kostenlos für eigene Aktionen bestellen und downloaden kann.

www.welt-aids-tag.de www.aidshilfe.de www.bzga.de

Impressum

Extra Verlagsbeilage der Tageszeitung neues deutschland

Redaktion und Gestaltung: Martin Hardt: V.i.S.d.P. E-Mail: m.hardt@nd-online.de

Autoren und Quellen Martin Hardt (mhw), Quellen wie am Text angegeben

Bildquellen Seite 1: action medeo; Seite 3: Lutz Langbein/DKFZ; DRÄXLMAIER Group, Seite 4: action medeo (2 Fotos, Martin Hardt

Anzeigenverkauf Dr. Friedrun Hardt (Leitung) (030) 2978 -1841 Sabine Weigelt -1842 Telefax: -1840 E-Mail: anzeigen@nd-online.de

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 27 vom 1. Januar 2017 www.neues-deutschland.de

Und das können Sie gewinnen

- 1. Preis: Eine Übernachtung mit Candle-Light-Dinner für 2 Personen im DZ im HOTEL AM WALD in Elgersburg/Thüringer Wald
- 2. Preis: 2 Tickets für die TRÄNENPALAST-Reihe »Missverstehen Sie mich richtig!« in der Berliner Distel am 23. Dezember, 20 Uhr mit Gregor Gysi und Winfried Glatzeder
- 3. Preis: eine LED-Standlupe (gesponsert von Fielmann)

Schreiben Sie einfach das Lösungswort auf eine Postkarte und schicken sie an:

Neues Deutschland Anzeigen Geschäftskunden Franz-Mehring-Platz 1, 10243 Berlin

Einsendeschluss: 17.11.2017 Die Gewinner werden im nächsten EXTRA bekanntgegeben.

Lösungswort des letzten Rätsels: Zusammenhalt

- Die Gewinner: 1. Preis: Angelika Teschner, Leipzig 2. Preis: Friedrich Syri, Berlin 3. Preis: Helmut Besser, Suhl

Das Extra Rätsel

Word search puzzle grid with 11 numbered clues. Includes an advertisement for HOTEL AM WALD in the center.

Lösungswort

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Deutsches Medikamenten-Hilfswerk action medeor

Eine Notapotheke für die ganze Welt

Von Martin Hardt

Verraten und vertrieben. Mehr als zehn Millionen Menschen auf diesem Planeten haben keine Staatsangehörigkeit. Sie sind damit, spätestens im Krisenfall, der Willkür jener ausgesetzt, auf deren Territorium sie leben oder von dem sie, unter fadenscheinigen Gründen, vertrieben werden. Seit 2014 versucht die UNHCR, die Flüchtlingsorganisation der Vereinten Nationen, mit der #IBelong-Kampagne darauf aufmerksam zu machen und bis 2024 das Problem zu lösen.

Es ist ein widerliches Spiel, wenn Staaten, die doch sonst so darauf achten, möglichst viel Territorium und der auf ihm lebenden Menschen »national« zu beanspruchen, mit Ausgrenzung die eigenen internen Probleme zu kaschieren. Für Europa ist das Schicksal vieler Roma und Romani ein gutes Beispiel, wie Herkunftstaaten mit der Verweigerung von Papieren versuchen,

aus der Verantwortung für Menschen aus ihrem Staatsgebiet zu flüchten. Und deutsche Behörden gehen, zum Beispiel bei Roma und Sinti mit Papieren aus dem ehemaligen Jugoslawien, davon aus, dass sie irgendwie doch eine Staatsangehörigkeit hätten, auch wenn es dieses Land schon lange nicht mehr gibt. Dies, nur um das Problem nicht allein auf scheinbar weit entfernte Regionen zu verschieben.

Aktuell ist die Vertreibung der Rohingya aus Myanmar in das benachbarte bitterarme Bangladesch das wohl bekannteste Beispiel, wie unter dem Deckmantel des Nationalismus Menschen als Rechtlose »abgestempelt« werden. Dies geschieht nicht nur durch die Herrschenden in Myanmar. Politische Kräfte innerhalb der Rohingya setzen auch auf die nationale Karte, um sich zu kaschieren. Für Europa ist das Schicksal vieler Roma und Romani ein gutes Beispiel, wie Herkunftstaaten mit der Verweigerung von Papieren versuchen,

Perspektiven, wie nicht nur die UNHCR-Kampagne beweist. In Deutschland zählt das Deutsche Medikamenten-Hilfswerk action medeor dazu. Derzeit wirbt es unter anderem für Spenden zur Versorgung der Rohingya. Der Dachverband Aktion Deutschland hilft e.V., Bündnis deutscher Hilfsorganisationen beschreibt sein Mitglied wie folgt:

Im 4.000 Quadratmeter großen Medikamentenlager in Tönisvorst stehen permanent große Mengen an Notfallpaketen bereit, die innerhalb von 24 Stunden in die betroffenen Länder verschickt werden können. Die Pakete enthalten unter anderem viele Basismedikamente wie Schmerzmittel, Antibiotika, Infusionslösungen und Wasserentkeimungstabletten sowie Verbandsmaterialien.

Darüber hinaus sorgt das Medikamentenhilfswerk gemeinsam mit Partnerorganisationen vor Ort für die bedarfsgerechte Verteilung der Medikamente. Sobald das Überleben gesichert ist, unterstützt action medeor den Wiederaufbau der zerstörten Gesundheitsstrukturen und hilft, künftige Krisensituationen besser zu bewältigen.

Neben der Not- und Katastrophenhilfe führt action medeor gemeinsam mit lokalen Partnern nachhaltige Gesundheitsprojekte in Asien, Afrika und Lateinamerika durch. Schwerpunkte der Projektarbeit sind der Aufbau einer stabilen Basisgesundheitsversorgung, die Bekämpfung von gefährlichen Infektionskrankheiten wie Malaria und HIV/Aids, die Verbesserung der Mutter-Kind-Gesundheit und Aufklärung im Bereich Wasser und Hygiene. Außerdem berät action medeor seine Partner in pharmazeutischen und medizi-



Bangladesch. Es trifft immer die verletzlichsten. Frauen warten auf medizinische Hilfe, nachdem sie als Rohingya aus Myanmar vertrieben wurden.

nischen Fragen, um die Qualität lokal produzierter medizinischer Produkte zu gewährleisten.

action medeor ist seit 2001 eine Stiftung und konnte 2014 ihr 50. Jubiläum begehen. Sie begann 1963 mit einem Zusammenschluss von Menschen aus dem Raum Krefeld und Vorst und sieht sich selbst als Ausdruck der Aufbruchstimmung jener Jahre, als klar wurde, dass

das sogenannte Wirtschaftswunder auch Verpflichtung gegenüber weiten Teilen der Welt bedeutete, die mit ganz anderen Schwierigkeiten zu kämpfen hatten und haben. 1967 stellte sich heraus, dass bei medeor viele Medikamente ankamen, die dem Bedarf der Gesundheitsstationen in den Entwicklungsländern nicht entsprechen. Wichtige Medikamente, die vor Ort

dringend gebraucht werden, fehlen hingegen in den Hilfslieferungen. Deshalb entschied medeor, Generika selbst herstellen zu lassen. Das sind Medikamente, deren Grundstoffe lizenzfrei sind. Bis heute sind die braunen, lichtundurchlässigen und bruchsensiblen Kunststoffdosen ein Markenzeichen des Hilfswerks. Seit 2005 hat action medeor eine Niederlassung in

Tansania, wo etwa 400 Produkte der action medeor an Krankenhäuser im ganzen Land ausgeliefert und von dort aus an kleinere medizinische Einrichtungen weiter verteilt werden. 2015 folgte eine weitere Niederlassung in Malawi.

www.anti-ziganismus.de
www.aktion-deutschland-hilft.de
www.medeor.de



Fließbandarbeit ohne Sinnfragen.

Fotos (2): action medeor

Rezept - nicht nur für kalte Tage

Orientalischer Gemüseintopf

Von Martin Hardt

Zutaten:

- 2 Auberginen
- 2 Zucchini
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 Zwiebeln
- 1 Sardelle
- 1 kleine, getrocknete Chilischote
- 1 Dose 250 g gehackte Tomaten
- Kardamom
- Tomatenmark
- Pinienkerne, Rosinen
- Salz, Pfeffer, Zucker

Streifen in ca. 2 Zentimeter dicke Stücke schneiden. Zwiebeln grob würfeln. Alles in eine Schale. Auberginen nach dem gleichen Verfahren teilen. Die Stücke können ruhig mal 4 Zentimeter dick sein. Alles in eine zweite Schale. Dann die Knoblauchzehen schälen und auf einem Brettchen fein schneiden. Die Sardelle, die kleine (oder sehr kleine) Chilischote und etwas Salz dazu und alles mit einer Gabel zu einem Mus zerdrücken. Zur Seite stellen.

Zubereitung:

1. Schritt. 2 gute Esslöffel Olivenöl im Wok nicht zu heiß werden lassen. Zucchini-Zwiebelmischung dazu und einen guten Esslöffel Rosinen. Die Zwiebeln sollten leicht glasig werden, die Zucchini müssen etwas braun werden, die Rosinen nicht anbrennen - wer hätte es gedacht.
2. Schritt. Die Auberginen dazu und rühren, bis auch sie hier und dort etwas Farbe haben.



Auberginen, Tomaten, Zucchini und Knoblauch. Herz, was willst du mehr!

Foto: Martin Hardt

Das ist reichlich, aber wir schaffen das zu zweit. Kochzeit insgesamt eine gute Stunde. Es macht sich im Wok sehr gut. Rühren ist ein Muss, die Reihenfolge auch.

Vorbereitung:

Die Vorbereitung ist das A und O. Also: Zucchini zweimal längs schneiden, die jeweils vier

2a. Nun etwas Salz, groben Pfeffer und eine Prise Zucker dazu und rühren. Eventuell die Pinienkerne dazu (s.u.).

3. Schritt. Die Dose gehackte Tomaten wie zum Ablöschen dazu. Jetzt drei Messerspitzen Kardamompulver, die Sardellen-Knoblauch-Chili-Mischung einen guten Esslöffel Tomatenmark. Es folgt ein ebenso guter Esslöffel Pinienkerne. Besser wäre letzteres bei Schritt 2a, aber die Pinienkerne brennen schnell an und sollen doch nur leicht angebräunt sein! Schwarze verderben die ganze Sache.

Schritt 4. Circa 30-40 Minuten auf kleiner Flamme, abgedeckt köcheln lassen. Die Rührei ist nun vorbei. Eventuell mal etwas Wasser nachgießen.

Dazu passen Reis und Fladenbrot. Kartoffeln gehen auch. Ein fruchtiger, trockener Rotwein wie ein 6-Euro-Nero d'Avola runden die Sache ab.

Nachrichten

Topthema Landwirtschaft

Der Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft fordert von den Parteien bei ihren Verhandlungen zur möglichen Jamaika-Koalition: Wichtig ist, dass nicht nur Änderungsbedarf anerkannt wird, sondern Union, FDP und Grüne auch die Wege zu einer zukunftsfähigen Landwirtschaft und Ernährung aufzeigen. Insektensterben, Klimakrise und die hohe Zahl der aufgegebenen Höfe beweisen, dass die neue Regierung beim Topthema Landwirtschaft nicht nur »diskutieren«, »evaluieren« und »prüfen«, sondern handeln müsse. Es brauche neue Rahmenbedingungen für Bauern und Lebensmittelunternehmen für mehr Nachhaltigkeit. Mit Bio-Lebensmitteln und würden jährlich von 40.000 Betrieben 9,48 Mrd. Euro umgesetzt. bölmw

www.boelw.de

Kerstin Wolf
 Fachärztin für Allgemeinmedizin
 Ärztin für Naturheilkunde
 Ärztin für Homöopathie
 Ernährungsmedizin | Akupunktur

Smetanastraße 7 · 13088 Berlin
 Telefon 030-91 14 75 82 · Mobil 0176-34 52 41 37
 www.naturheilkunde-in-weissensee.de

ARZTPRAXIS FÜR NATURHEILKUNDE

Wohlbefinden und Leistungssteigerung durch
Personalisierte Ernährung

Stoffwechselanalyse mit dem CRS® (www.mevitec.com)

Individuelle Ernährungsempfehlung und Gewichtsmanagement nach Gen-Test

In Erfurt, Mühlhausen, Quedlinburg und Vermittlung deutschlandweit

Kontakt: annemarie-brueckner@web.de 01714222712

MECOSO
 Medizin- und Reha-technik
 Sanitätshaus

Zertifiziert nach ISO 13485

... rundum gut beraten!

Elektrorollstühle • manuelle Rollstühle aller Art • Scooter
 Schiebehilfen • Pflegebetten • Kommunikationshilfen
 Badhilfen • Hilfen für den Alltag • Bandagen u.v.m.

Mecraner Str. 21 · 12681 Berlin · www.mecoso.de · Tel. 030 - 55 397 999