

VentalNews

Ausgabe 29

Ihr Magazin für Gesundheit, Sport und Vitalität

Mitnehmen
und
Weitergeben
erwünscht

Das
**Gesundheits-
zentrum
Lichtenberg**
hat seit dem
12. Juli wieder
geöffnet!

Rehasport
für Krebs-
patienten im
Gesundheits-
zentrum
Schöneberg

Skoliose-
therapie nach
Katharina Schroth
im Therapie-
zentrum am
Schloss

NEU im
**Gesundheits-
zentrum Zehlen-
dorf**: Ergotherapie
für alle Alters-
gruppen!

Der Sommer 2021 lässt hoffen und fordert uns alle heraus

Editorial von Pia Drauschke und Stefan Drauschke

Diese VentalNews ist etwas ganz besonderes und Besonderes ist in diesem Jahr geschehen. Wir beginnen mit dem, was uns alle betrifft. Und ja, auch wenn wir das Wort „Corona“ nicht mehr so recht hören wollen, so begleitet uns dieses Miniaturhalblebewesen, auch Virus genannt, noch immer in unserem privaten und beruflichen Alltag. Das Infektionsgeschehen ist jetzt im Sommer noch relativ niedrig, was auch Ihrem verantwortungsvollen Verhalten zu verdanken ist: Abstand halten, Masken tragen, Lüften etc. Doch die neuen Virusvarianten werden immer einfallreicher und leichter übertragbar, so dass man in Zukunft wahrscheinlich nur noch die Wahl hat zwischen geimpft oder infiziert. Viele sagen, dass man mit diesem Virus leben lernen muss und vielleicht passt er sich so gut an den Menschen als Wirt an wie die anderen Coronavirustypen, die hier schon seit langem endemisch sind und in der Regel nur noch einfache Erkältungen hervorrufen.

Doch so lange noch alles unklar ist, bleibt eigentlich nur, bestmöglich und eigenverantwortlich für sich zu sorgen. Wir haben in unseren Gesundheitszentren über die ganze Covidzeit hinweg alles für Sie ermöglicht, was statthaft und zu verantworten war. Unsere Therapeuten testen sich regelmäßig und sind inzwischen geimpft, um Sie und sich zu schützen. Der Mehraufwand ist immens, doch wir sind als Gesundheitsunternehmer angetreten, um in Berlin für Sie hochwertige und verlässliche therapeutische und rehasportliche Möglichkeiten zu schaffen – auch in solchen besonderen Zeiten. Ganz besonders freuen wir uns darüber, dass auch unser Gesundheitszentrum Lichtenberg nach über 6 Monaten Sanierungszeit jetzt wieder für Sie geöffnet hat, dabei im neuen Glanz erstrahlt und auch viele neue Angebote für Sie bereithält.

Nutzen Sie die Möglichkeiten in unserem Therapiezentrum am Schloss Charlottenburg sowie in den Gesundheitszentren Lichtenberg, Schöneberg und Zehlendorf - und bleiben Sie dabei gesund und zuversichtlich!



Ihre Gesundheitsunternehmer
im Sommer 2021

Pia Drauschke und
Stefan Drauschke
pia.drauschke@vivalental.de
stefan.drauschke@vivalental.de

Dipl. Vw. Pia Drauschke und
Dr. med. Stefan Drauschke, er-
fahrene Unternehmer und Füh-
rungskräfte mit fundierter Aus-
bildung und Praxiserfahrung als
systemische Coaches sowie Kom-
munikations- und Mentaltrainer.



Haben Sie Schmerzen in den Gelenken? Können Sie sich nicht konzentrieren? Sind Sie vergesslich geworden, ängstlich oder betrübt? Haben Sie Ihr inneres Gleichgewicht verloren? Ergotherapie kann helfen! Wir freuen uns, Ihnen hiermit unsere neue Abteilung für Ergotherapie im Gesundheitszentrum Zehlendorf vorstellen zu dürfen. Seit Januar 2021 sind die Türen für Sie geöffnet und wir freuen uns auf Sie.

Die Ergotherapie ist ein staatlich anerkannter medizinischer Beruf, der sich vielen verschiedenen Krankheitsbildern widmet. Ergotherapeutische Behandlungen sind zumeist erforderlich im Bereich der Pädiatrie, Neurologie, Orthopädie, Psychologie und Geriatrie. Dort werden Krankheiten wie beispielsweise Autismus, AD(H)S, Parkinson, Schlaganfall, Multiple Sklerose, rheumatoide Arthritis, Arthrose, aber auch Depression und Demenzerkrankungen behandelt.

Unsere Ergotherapeuten bieten diese Fachbereiche an und unterstützen Kinder, Erwachsene sowie ältere Menschen darin, ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im täglichen Leben zu entwickeln, wiederzuerlangen oder zu erhalten.

Was erwartet Sie? Ergotherapie ist Hilfe zur Selbsthilfe. Wir werden Sie mit viel Einfühlungsvermö-

gen und Transparenz in den Behandlungsplan aktiv einbinden. Je nach Krankheitsbild findet zunächst ein ausführliches Kennenlernen statt. Nach dem Anamnesegespräch und einer intensiven Befundaufnahme, können wir gemeinsam Ziele für Sie festlegen, um Sie dann mit geeigneten ergotherapeutischen Methoden und Ansätzen fachlich entsprechend darin zu begleiten.

Wir bieten auch Hausbesuche an, behandeln in Pflegeheimen und betreuten Wohneinrichtungen. Darüber hinaus bieten wir eine Zusammenarbeit im betrieblichen Gesundheitsmanagement für Unternehmen an (Morgengymnastik, Entspannungstechniken, Arbeitsplatzgestaltung). Falls Sie Fragen haben, ob auch bei Ihrem Anliegen die Ergotherapie das Richtige ist, kontaktieren Sie uns einfach und wir besprechen alles weitere. Wir begleiten Sie gern von Anfang an! Unsere Leistungen aus dem Bereich der Ergotherapie richten sich an Kassenversicherte (mit Verordnung Ihres Arztes) sowie an Privatpatienten oder Selbstzahler.

Herzliche Grüße,
Ihr Gesundheitszentrum Zehlendorf

Wiedereröffnung

Das Gesundheitszentrum Lichtenberg ist seit dem 12. Juli wieder für Sie da!



Nach langer Phase des Umbaus erstrahlt das Gesundheitszentrum Lichtenberg in neuem Design und Glanz. Durch den Umbau stehen jetzt 7 Behandlungsräume zur Verfügung, um Sie best möglich versorgen zu können.

Wir konnten 2 neue Physiotherapeuten für uns gewinnen, die unser Behandlungsangebot für Sie erweitern. Auch im Sportbereich konnten wir eine Sporttherapeutin zu unserem Team holen, dadurch können wir Ihnen nun auch Zumba Gold, Qi Gong Mobility-Kurse und vieles mehr anbieten.

Lassen Sie sich von uns überzeugen. Wir heißen Sie herzlich willkommen bei uns, um sich ein eigenes Bild von unserem wunderschönen Gesundheitszentrum Lichtenberg zu machen.

Das gesamte Team freut sich auf ihren Besuch!



Onkologische Trainingstherapie (OTT)

Krebs gehört zu den häufigsten Erkrankungen weltweit und ist damit eine der Hauptherausforderungen für die Gesellschaft. Die medizinischen Fortschritte in den letzten Jahren führen dazu, dass immer mehr an Krebs betroffene Menschen geheilt werden können.

Jedoch können die gewonnenen Lebensjahre noch immer durch zahlreiche negative physische und psychische Auswirkungen der Erkrankung und Therapie beeinträchtigt sein und die Lebensqualität sinkt rapide. So gewinnt die Bewegungstherapie im Rahmen der Komplementärmedizin vermehrt an Bedeutung.

Die Wirksamkeit von gezieltem Training während und nach einer Krebserkrankung und dessen positiver Einfluss auf die Nebenwirkungen der Erkrankung und der Therapie ist durch zahlreiche Studien bekannt. Standardisierte und flächendeckende Trainingsangebote fehlten jedoch bislang, insbesondere in der Nachsorge.

Das Gesundheitszentrum Lichtenberg hat sich

nun auf diese Trainingsform spezialisiert und kann Patienten ein standardisiertes Training anbieten.

Sie besprechen mit einem ausgebildeten OTT-Therapeuten während eines kostenfreien Termins alle Fragen zur Diagnostik, Anamnese, Therapieplan und Abrechnung. Dadurch erhalten Sie einen umfassenden Eindruck über das OTT-Konzept und die Arbeitsweise unserer Einrichtung, und können, wenn gewünscht, mit der Onkologischen Trainingstherapie beginnen.

In der Regel entstehen für den Patienten finanzielle Eigenbeteiligungen, welche vor Beginn der Therapie genau besprochen werden.

Es wird ein auf Sie angepasstes Trainingsprogramm erstellt, Sie trainieren mit einem zertifizierten Trainer und werden dadurch perfekt betreut.

Informieren Sie sich bei uns im Gesundheitszentrum Lichtenberg und lassen Sie sich ein Angebot erstellen.



Atmung ist nicht nur auf den Gasaustausch reduziert zu betrachten, sondern steht im Zusammenhang mit dem körperlichen und geistigen Befinden.

Die Reflektorische Atemtherapie nutzt innerhalb des Körpers sämtliche Strukturen, z.B. Faszien und neuronale Verbindungen. Diese Therapie wird bei vielfältigen Beschwerden oder Erkrankungen eingesetzt:

- Störungen des Atmungssystems (Asthma, COPD)
- Erkrankungen des Bewegungsapparates
- neurologische Erkrankungen
- in der Onkologie
- bei psychischen Störungen oder Erkrankungen
- in der Schmerztherapie
- in der Intensivmedizin
- in der Palliativmedizin

Mit gezielten Griffen, die auf die Situation und das individuelle Atemverhalten des Patienten angepasst sind, werden die Spannungen der Muskulatur neu angeregt. Danach beobachtet der Therapeut die Reaktion des Körpers und gibt ihm Zeit und Raum zur Verarbeitung.

Anhand dieser Beobachtung wird der nächste Griff sorgfältig ausgewählt und immer wieder die

Intensität der Behandlung angepasst. Gewebswiderstände werden vermindert und muskuläre Dysbalancen, insbesondere der Atemmuskulatur positiv beeinflusst.

Covid-19-Erkrankungen

Bei Covid-19-Erkrankungen kann es zu einem Befall der Lunge kommen. Dieser äußert sich als schwere virale Lungenentzündung. Dabei können mehrere Lungenabschnitte betroffen sein. Diese Entzündungen führen dazu, dass nicht genügend Sauerstoff in die Lunge gelangt. Der Patient leidet unter Atemnot. Atemtherapie ist dann ein wichtiger Bestandteil auf dem Weg der Genesung. Dazu kommt die Mobilisation, diese wird auf den Patienten abgestimmt und hängt von seinem Allgemeinzustand ab. Um die Belastungsfähigkeit wiederherzustellen, empfiehlt sich Atemtherapie in Kombination mit Yoga. Im Gesundheitszentrum Lichtenberg bieten wir die Reflektorische Atemtherapie in Kombination mit Yoga an und wir freuen uns auf Sie!!!!

Caroline Zabel
Physiotherapeutin / Standortleitung

Mitarbeiter-Steckbrief



Vorname: Sergej

Standort: Gesundheitszentrum Lichtenberg

Was mache ich da?
Physiotherapeut

Deshalb arbeite ich so gerne hier:
Das weiß ich noch nicht, da ich hier erst angefangen habe

Lieblingsübung:
Keine besondere

Lebensmotto: Immer nach vorne schauen

Mein persönlicher Gesundheits-Tipp:
Glücklich sein

Ich esse am liebsten:
Alles

Ohne Spaß kann ich nicht leben

Mitarbeiter-Steckbrief



Vorname: Kathleen

Standort: Gesundheitszentrum Lichtenberg

Was mache ich da?
Sporttherapeutin

Deshalb arbeite ich so gerne hier:
Weil mein neuer Arbeitsplatz frisch renoviert ist

Lieblingsübung: Von Zumba über Qigong, Flexi-Stab-Übungen zu Pezzi-Ball-Übungen, die Vielfalt macht's

Lebensmotto: Mit Spaß an der Sache

Mein persönlicher Gesundheits-Tipp:
Alles in Maßen, aber mit viel Freude und Spaß

Ich esse am liebsten:
Gummibärchen

Ohne Bewegung kann und will ich nicht leben

Mitarbeiter-Steckbrief



Vorname: Frank

Standort: Gesundheitszentrum Lichtenberg

Was mache ich da?
Physiotherapeut

Deshalb arbeite ich so gerne hier:
Wegen des tollen Teamworks

Lieblingsübung: Herabschauender Hund

Lebensmotto: In einem Haufen Probleme steckt ein Berg voller Möglichkeiten

Mein persönlicher Gesundheits-Tipp:
Bewegen, bewegen, bewegen

Ich esse am liebsten:
Broiler

Ohne Eis kann ich nicht leben

Mitarbeiter-Steckbrief



Vorname: Jacqueline

Standort: Gesundheitszentrum Schöneberg

Was mache ich da?
Empfangsmitarbeiterin

Deshalb arbeite ich so gerne hier:
Weil ich ein nettes Miteinander sehr zu schätzen weiß und das hier mit den Kollegen und Patienten habe

Lebensmotto:
Geh deinen eigenen Weg, egal was andere über dich denken

Mein persönlicher Gesundheits-Tipp:
Gönn dir zwischendurch auch mal kleine Auszeiten

Ich esse am liebsten:
Spinat mit Kartoffeln und Spiegelei

Ohne ein gutes Buch kann ich nicht leben

Skoliosetherapie nach Katharina Schroth

Die Skoliose ist definiert als eine teilstrukturelle, chronische dreidimensionale Verdrehung und Seitverbiegung der Wirbelsäule. Da eine Skoliose meist im Wachstumsalter auftritt, sind vor allem Kinder und Jugendliche davon betroffen. Ohne eine entsprechende Behandlung kann sich die Verkrümmung mit zunehmendem Wachstum ungehindert entwickeln und weiter ausprägen. Dies kann zu einer eingeschränkten Beweglichkeit des Oberkörpers oder aber zu dauerhaft bestehenden Schmerzen im Rücken führen.

Bei stark ausgeprägten Skoliosen kann neben einer adäquaten Therapie auch mit einem individuell angefertigten, orthopädischen Hilfsmittel gearbeitet werden. In diesem Falle wäre ein Korsett die Lösung, da bei einer starken Ausprägung der Skoliose Funktion und Lage der Organe durch die Verschiebung des Oberkörpers beeinträchtigt werden können.

Die Skoliosetherapie nach Katharina Schroth richtet sich gezielt nach Krümmungsgrad und Verschiebungsrichtung der Wirbelsäule des Patienten. Individuell darauf abgestimmte Übungen sowie Hausübungsprogramme, die durch den Therapeuten passend für den Patienten

zugeschnitten werden, helfen eine aktive Haltungskorrektur der Wirbelsäule zu erzielen. Die durchgeführten Übungen werden zum großen Teil mit einer Atemtechnik kombiniert, um eine Intensivierung zu erzielen. Insbesondere bei der Skoliosetherapie ist es wichtig, dass betroffene Patienten die individuell zugeschnittenen Hausübungsprogramme auch regelmäßig allein durchführen, um eine weitere Verschiebung der Wirbelsäule und eine Verschlechterung des Allgemeinzustands vorbeugend zu verhindern.

Für diese spezielle Therapieform bedarf es eine separate Fortbildung des Physiotherapeuten, die wir im Therapiezentrum am Schloss über Herrn U. Szafranski vorweisen können. Herr Szafranski ist ein routinierter und erstklassiger Therapeut auf dem Gebiet der Skoliosetherapie nach Schroth. Um unsere Skoliose-Patienten bestmögliche Erfolge erzielen zu lassen, begleiten wir sie interdisziplinär über eine physiotherapeutische Behandlung und über eine mögliche motorisch ergotherapeutische Behandlung. Unser Ziel ist es, den Patienten glücklich zu machen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch bei uns und stehen Ihnen immer gern beratend und therapeutisch zur Seite.

Unsere frisch ausgebildeten betrieblichen Ersthelfer



Susann Friedrich
Therapiezentrum am Schloss



Michaela Claußner
Verwaltung



Christina Lang
Therapiezentrum am Schloss



Erik Pudel
Gesundheitszentrum Schöneberg



Steven Schilling
Gesundheitszentrum Schöneberg



Steve Wehle
Gesundheitszentrum Schöneberg



Markus Korepkat
Verwaltung



Thomas Bildstein
Gesundheitszentrum Zehlendorf



Bengt Krüger
Gesundheitszentrum Lichtenberg



Dario Zindler
Gesundheitszentrum Lichtenberg

Neben vielen Modernisierungen, Fortbildungen und Erneuerungen, haben wir die letzten Wochen genutzt, um uns auch in Punkto Schutz und Sicherheit neu aufzustellen. 10 unserer Mitarbeiter haben nach erfolgreich bestandener Fortbildung Ihre Ernennungsur-

kunde zum betrieblichen Ersthelfer erhalten und können nun mit Ihrem neu erlangten bzw. aufgefrischem Wissen im Notfall sofort und an erster Stelle helfen. Für dieses Engagement möchten wir uns herzlich bei unseren Mitarbeitern bedanken.

Zu guter Letzt

Gewinnspiel, Impressum und Sonstiges

		2				4		
9			8			7	2	
1		7		9				3
		1					6	2
		9	3	1	6	8		
6	3					1		
2				7		6		4
	4	8			1			5
		6				2		

Sudoku-Gewinnspiel

Losrätseln und gewinnen!

Sie haben das Sudoku lösen können? Dann schnell noch die Zahlen der farbig markierten Felder addieren und die Lösung per Mail an **gewinnspiel@viventat.de** schicken oder in Ihrem Gesundheitszentrum an der Anmeldung abgeben. Zu Gewinnen gibt es zwei Gymnastikbänder.

Einsendeschluss ist der 15.11.2021.
Viel Glück!

Die richtige Lösung des Sudoku-Gewinnspiels der Ausgabe 28 lautet: **48**
Die Gewinner sind: Dagmar K. und Ralf S.

Herzlichen Glückwunsch!

STANDORTE



Ihr Partner für Physiotherapie, Ergotherapie,
Rehasport und Herzsport

Therapiezentrum am Schloss Charlottenburg

Mierendorffstr. 2, 10589 Berlin, Tel.: 030 35199-800

Gesundheitszentrum Lichtenberg

Ruschestraße 104, Haus 21 (Eingang neben der Sparda-Bank), 10365 Berlin, Tel.: 030 35199-500

Gesundheitszentrum Schöneberg

Kaiser-Wilhelm-Platz 1, 10827 Berlin, Tel.: 030 35199-600

Gesundheitszentrum Zehlendorf

Spanische Allee 16, Haus B, 14129 Berlin (im Ev. Krankenhaus Hubertus), Tel.: 030 35199-700

IMPRESSUM

VentalNews - Kundenmagazin der ViVental GmbH, Pascalstraße 10, 10587 Berlin, Website: www.vental.de

Verantwortlich: Dr. med. Stefan Drauschke, Danny Lang | **Redaktion und Layout:** Martin Sältzer | **Druck:** WirmachenDruck.de