



# Die beste Medizin

Münchner Merkur



Anzeigensonderveröffentlichung  
Donnerstag, 20. März 2025

# Mit neuen Zähnen das Leben genießen

## Aktiv bleiben trotz Arthrose



Dr. John erklärt  
sanfte Therapien

SEITE 3

## Einzigartiges Aortenzentrum



Hilfe im Artemed  
Klinikum M-Süd

SEITE 4

## Stoßwellen bei Schmerzen



Was Professor  
Bauermeister rät

SEITE 6

## Einblicke bei den Herzspezialisten



Osyпка-Zentrum  
feiert Jubiläum

SEITE 5



Wie Doris (84)  
in der Implaneo  
Dental Clinic an  
nur einem Tag ihr  
schönstes Lächeln  
zurückbekam

SEITE 2

# Schmerzfremde und sichere Behandlung – Doris (84) genießt das Leben

## „Für schöne neue Zähne ist man nie zu alt“

In ihren Augen funkelt die Zuversicht. „Ich bin froh und sehr dankbar dafür, dass es mir so gut geht in meinem hohen Alter“, erzählt Doris Drexler. Das Credo der 84-Jährigen lautet: „Immer positiv bleiben! Es kommt darauf an, dass man etwas macht aus seinem Leben. Dazu gehört für mich, dass man sich auch mal einen Ruck gibt, um seine Situation zu verbessern.“ So ließ sich die patente Passauerin von dem einen oder anderen gesundheitlichen Problem nie entmutigen – auch nicht von ihren schlechter werdenden Zähnen. Trotz der Angst vor einer vermeintlich schmerzhaften Prozedur fasste sie sich ein Herz und entschied sich für eine Gebissanierung in der Implaneo Dental Clinic in München – „auf sanften Druck meiner Tochter Esther“, wie Doris augenzwinkernd verrät. Von Professor Hannes Wachtel und seinem Team ließ sich die 84-Jährige neue feste Zähne einsetzen. Die schmerzfreie und sichere Behandlung dauerte nur einen Tag (siehe unten). Das Ergebnis sieht man auf den ersten Blick: ein strahlendes, unbeschwertes Lächeln, das Lebensfreude pur vermittelt.

„Ich kann jedem nur raten, nicht zu lange mit der Zahnbehandlung zu warten. Es ist schade um jeden einzelnen Tag, den man verstreichen lässt – etwa aus Angst vor Schmerzen. Sie ist wirklich unbegründet. Durch die neuen Zähne gewinnt man unglaublich viel Lebensqualität zurück. Es fühlt sich an, als wären mir neue Zähne gewachsen“, berichtet Doris überglücklich, während sie sich ein leckeres Wiener Schnitzel schmecken lässt. Auch Tochter Esther freut sich für ihre Mama. Gemeinsam feiern die beiden den erfolgreichen Abschluss der Behandlung bei einem feinen Abendessen im Bogenhauser Hof.

Im Nachhinein ist sie heilfroh, dass sie sich trotz der Kosten von einigen tausend Euro zu der Gebissanierung durchgerungen hat. „Natürlich fragt man sich: Lohnt sich das noch in meinem Alter?“ Heute weiß die 84-Jährige: „Für neue feste Zähne ist man nie zu alt. Sie machen im Alltag den Unterschied aus.“

Vorbei sind die Zeiten, in denen Doris täglich unter ihren schlechten Zähnen litt. „Heute kann ich wieder alles essen und kauen, was ich möchte, habe keine Angst vor Gesprächen



Lebensfreude pur bei einem feinen Abendessen im Bogenhauser Hof: Doris Drexler freut sich mit ihrem Implantologen Professor Hannes Wachtel über das perfekte Ergebnis der Zahnbehandlung.



oder zu lachen. Es ist faszinierend, was heute in der modernen Zahnmedizin alles möglich ist.“ Dass die Behandlung so schnell und reibungslos verlief, hat übrigens nicht nur die 84-Jährige überrascht, sondern auch ihre Freundinnen vom wöchentlichen Damen-Stammtisch. „Sie haben mich schon am Abend nach der Behandlung angerufen und konnten kaum glauben, wie gut es mir ging. Ich hatte weder Schmerzen noch Blutungen oder starke Schwellungen.“

Immerhin waren Doris Drexler, während sie in einer sanften Vollnarkose betreut von einem eigenen Anästhesisten schlummerte, alle neuen festen Zähne in nur einem Eingriff eingesetzt worden. „Um 15 Uhr war ich bereits putzmunter, um 18 Uhr hat mich meine Tochter abgeholt und wir sind schon wieder heim nach Passau gefahren.“ Das Ende einer erfolgreichen Reise nach München – und zugleich der Beginn einer neuen Lebensqualität.



Auf das Wohl der Mama: Gastgeber Stephan Fobo schenkt Doris Drexlers Tochter Esther Braunsperger einen guten Tropfen ein. Fotos: Yannick Thedens

## Das Implaneo-Konzept: Maximale Qualität bis ins Detail

Guter Service mit vielen Informationen und Top-Organisation als Sicherheits-Plus: In der Implaneo Dental Clinic wird nichts dem Zufall überlassen – dafür sorgt ein Behandlungsteam aus mehreren Dutzend Experten. „Ganz entscheidend ist die enge Abstimmung mit unseren Zahntechnikern“, betonen die Chefzahnärzte Dr. Christian

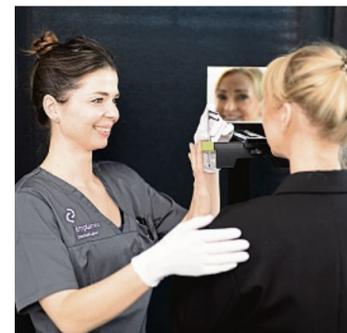
Maischberger und Professor Hannes Wachtel. Sie arbeiten im wahrsten Sinne des Wortes Tür an Tür, denn das klinikeigene Dentallabor befindet sich direkt neben den Behandlungsräumen. Dort fertigen Experten hochwertigen Zahnersatz in den verschiedensten Varianten – von filigranen Inlays und Kronen über aufwendige Implantat-Zähne

auch für den sensiblen Frontzahnbereich, bis hin zu kompletten Gebissen aus neuen festen Zähnen. Diese kleinen und individuellen Kunstwerke entstehen in filigraner Handarbeit. „Dabei verwenden wir langlebige und bruchsichere Keramik, die höchsten funktionellen und ästhe-

tischen Ansprüchen genügt“, erläutern Wachtel und Maischberger.

Maximale Qualität beginnt bei Implaneo mit einer perfekten Planung. So werden die neuen Zähne mit einer Spezialsoftware praktisch direkt ins Gesicht des Patienten hineindesignt. Am PC entstehen auch exakte Bohrschablonen, die in Kombination mit dem Know-how und der Erfahrung der Chirurgen minimalinvasive und sehr schonende OP-Techniken ermöglichen. Zum Hintergrund: In der Implaneo Dental Clinic haben die Experten in den vergangenen 30 Jahren bereits mehr als 30 000 Zahnimplantate eingesetzt. Bei allen Behandlungsschritten rund um die OP nutzen die Implaneo-Profis auch Technologien und Strategien, die sie selbst weiterentwickelt haben. Dazu gehören innovative CAD/CAM-Techniken, Implantattypen und spezielle filigrane Instrumente.

Als vorbildlich gelten die Narkosestrategie und das Konzept zur Schmerzvermeidung bei Implaneo. Während der Patient in einer sanften Vollnarkose schläft, kümmert sich ein eigener Anästhesist um ihn. Dadurch können sich die Zahnärzte ganz auf ihre Arbeit im Mund konzentrieren. Auch Risikopatienten beispielsweise mit Herz-



Service-Plus: Bei Implaneo werden die Patienten gut betreut.

Kreislauf-Erkrankungen können sehr sicher operiert werden. Das Einsetzen von festen dritten Zähnen an nur einem Tag haben die Implaneo-Profis über viele Jahre perfektioniert. Dank der hochpräzisen Vorbereitung müssen die Operateure nur vier bis sechs dünne Kanäle bzw. Löcher in den Kieferknochen bohren. „Sie reichen aus, um später alle festen dritten Zähne zu tragen. So können jeweils zwölf Zähne pro Kiefer perfekt ins Gebiss integriert werden“, erklären Maischberger und Wachtel.

### UNSER EXPERTE

#### Implaneo Dental Clinic Implantat-Profis

Know-how, Hightech und viel Herzblut: Das Zahnärzteam der Implaneo Dental Clinic um (v. li.) Dr. Christian Maischberger, Robert Niedermaier, Dr. Isabella Bechstein, Prof. Hannes Wachtel und Dr. Viktor Luft legt Wert auf maximale Qualitätsstandards. Dazu gehört, dass ihre Patienten die Klinik nach jeder Behandlung mit festen Zähnen ver-



lassen – wackelige Provisorien sind für die Zahnärzte keine Option. Zu den Schwerpunkten der Im-

planeo-Profis zählen das Einsetzen von Implantat-Zähnen und große Gebissanierungen, aber auch kleinere Zahnbehandlungen und die Nachsorge durch Dentalhygienikerinnen. Die Spezialisten sind in der Lage, neue feste Zähne an nur einem Tag einzusetzen. Auch die Versorgung mit hochwertigen Kronen, Inlays und Veneers sowie andere ästhetische Behandlungen beherrscht das Implaneo-Team aus dem Effeff.

**E**ndlich Frühling, endlich wieder Sonne und Wärme. Also runter vom Sofa und hinaus in die Natur – in den Garten, auf den Golfplatz oder aufs Fahrrad, in die

Berge und an die Seen. Wenn da nur nicht diese Gelenkschmerzen wären: Millionen Menschen leiden in Deutschland derzeit an Arthrose – der degenerativen Gelenkerkrankung, bei der sich der Knorpel im Gelenk abnutzt und zu schmerzhaften Entzündungen, Steifheit und teils massiven Bewegungseinschränkungen führt. Treffen kann dieser Verschleiß jedes Gelenk. Also nicht nur die großen Gelenke an Hüfte, Knie, Schulter und Sprunggelenk. Sondern auch die kleinen Gelenke in den Händen, Fingern oder dem Daumensattelgelenk, auch in den Zehen und Füßen oder den kleinen Wirbeln entlang der gesamten Wirbelsäule (Spondylarthrose) – wie z. B. an der Halswirbelsäule (Unkarthrose). „Wenn mehrere Gelenke gleichzeitig betroffen sind, sprechen wir von einer Polyarthrose. Und das ist leider gar nicht so selten“, berichten die Münchner Unfallchirurgen und Orthopäden Dr. David John und Manuela Weis, in deren Praxis nahe des Münchner Stachus oft auch aktive Sportler wie Golfer, Tennisspieler oder Läufer Hilfe finden.

Arthrose ist nicht heilbar. Darum war diese Erkrankung in früheren Zeiten für viele Menschen ein unlösbares Problem mit massiven Einschränkungen in Alltag, Beruf und Sport: „Heute jedoch gibt es glücklicherweise eine Reihe hochwirksamer Schmerztherapien, die Arthrosepatienten normale Aktivitäten und damit eine sehr gute Lebensqualität ermöglichen“, so Dr. John. In vielen Fällen gelingt es sogar, operative Eingriffe wie den Gelenkersatz über Jahre hinauszuschieben und manchmal sogar ganz zu verhindern. Diagnostik und fünf Therapien:

### Diagnostik

Zunächst können die Orthopäden mit speziellen Bewegungen testen, wie weit die Einschränkungen durch eine Arthrose schon fortgeschritten sind. In diesem Fall ist zum Beispiel der Bewegungsradius eines Knies, einer Schulter oder Hüfte schon deutlich reduziert. In der Regel folgen dann Röntgenaufnahmen, auf denen man die typischen Zeichen einer fortgeschrittenen Arthrose deutlich sieht. Frühzeitige erste Veränderung des Knorpels und der Weichteile in den Gelenken kann nur eine Magnetresonanztomografie (MRT) detailliert darstellen.

### Magnetfeld

Die Durchblutung in den Gelenken ist von Natur aus nicht sonderlich ausgeprägt. Das verlangsamt den Heilungsprozess und den Abtransport schädlicher Stoffe. An diesem Punkt kommt das Magnetfeld ins Spiel: Dr. John und seine Kollegin verwenden dafür die neueste Technologie des Super Inductive System BTL\_6000 (SIS). Die hohe Stimulationsfrequenz dieser Weiterentwicklung der herkömmlichen Magnetfeldtherapie setzt eine ganze Reihe regenerativer Prozesse für den Heilungsprozess in Gang. Die gezielt steuerbare magnetische Spannung nimmt der Patient – wenn überhaupt – nur als Kribbeln wahr. Tatsächlich wird gerade die Durchblutung und damit der Stoffwechsel in den geschädigten Zellen kräftig angeregt. Sauerstoffgehalt und Nährstoffversorgung steigen. „Diesen

# Aktiv trotz Arthrose: Sanfte Therapien

Magnetfeld, Eigenblut, Hyaluron und Akupunktur für gute Lebensqualität



Manuela Weis und Dr. David John an der Zentrifuge der Eigenbluttherapie – eine von mehreren sanften Therapien, die vielen Arthrose-Patienten wieder die Freude an Bewegung wie z.B. dem Wandern ermöglicht. Fotos: Jantz, privat, Mauritius Images



Effekt schätzen auch viele Sportler unter unseren Patienten“, so Dr. John, der das Magnetfeld häufig auch mit der Eigenblutbehandlung für noch bessere Ergebnisse kombiniert (siehe Eigenblut). Die Behandlung ist risikofrei und eine sehr gute Lösung bei der Behandlung von Hüfte, Knie und Schulter. Sie funktioniert genauso an kleinen Gelenken wie Füße, Hände oder den Facettengelenken der Wirbelsäule: „Mit dem Magnetfeld ersparen wir Patienten mit Polyarthrose zahlreiche Spritzen und Einzelbehandlungen. Denn es ist kein Problem, die ganze Hand, den Fuß oder Wirbelsäulenabschnitte unter dem Schwenkarm des Magnetfelds zu platzieren“, so Dr. John. Den besten Effekt erzielt die Behandlung dreimal in der Woche bei insgesamt zehn Sitzungen, die jeweils nur zehn Minuten dauern. Und: „Die heilende Wirkung setzt sich noch Wochen nach der letzten Behandlung fort.“

## 7

Millionen Menschen leiden hierzulande unter Arthrose, einige Schätzungen gehen sogar von zehn Mio. aus.

### Cortison

Wenn ein Arthrose-Patient extrem starke Schmerzen hat und sich kaum noch rühren kann, helfen die Orthopäden ausnahmsweise mit einer Cortison-Injektion. „Cortison ist ein schnell wirkendes, stark entzündungshemmendes und schmerzlinderndes Medikament, das wir aber nur im Notfall einsetzen“, erklärt Dr. John. Wegen der rasch einsetzenden Wirkung ist dieses Medikament bei Patienten mit großen Schmerzen sehr beliebt. Aber: „Cortison wirkt nicht nachhaltig und hat eben auch keinerlei regenerierende Effekte“, so Dr. John.

### Eigenblut

Die biologische Eigenbluttherapie (auch PRP oder ACP genannt) gehört heute zum festen Repertoire der Orthopädie gegen Arthrose. „Sie schützt den Knorpel, lindert Schmerzen, wirkt entzündungshemmend und regenerativ,

und das alles ohne Risiko, denn es wird nur das Blut des Patienten ohne jegliche Zusätze verwendet“, beruhigt Dr. John. Die wissenschaftlich erwiesene Wirkung hat in einigen Bereichen bereits den Einsatz starker Medikamente wie Cortison abgelöst. Eine wesentliche Rolle spielen dabei die Thrombozyten (Blutplättchen), die entzündungshemmende Wachstumsfaktoren zur Zellregeneration und Beschleunigung der Heilung freisetzen. Dem Patienten wird dafür nur ein wenig Blut abgenommen. In der Zentrifuge wird daraus hochkonzentriertes Plasma erzeugt, das nun die zwei- bis dreifache Konzentration an Blutplättchen, Enzymen und Proteinen enthält. Direkt ins Gelenk zurückgespritzt kann es dort jetzt seine heilenden Kräfte entfalten. Die Orthopäden können diese Technik auf Wunsch der Patienten auch zusammen mit dem Magnetfeld anwenden, das die für die Regeneration so wichtige Durchblutung anregt – in dieser Kombination ein echter Selbstheilungs-Booster.

### Hyaluron

Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Gelenkflüssigkeit und des Knorpels, zuständig für die Schmierung und Stoßdämpfung der Gelenke. Bei einer Arthrose nehmen Konzentration und auch Qualität der Säure ab. Durch Injektionen von Hyaluronsäure kann dieser Mangel ausgeglichen und damit die Pufferfunktion des Knorpels wieder deutlich verbessert werden – speziell im akuten Stadium.

### Akupunktur und Co.

Wo die Schulmedizin manchmal keine Lösung mehr hat, können winzige Nadeln und das jahrtausendealte Wissen über die Zusammenhänge der Energiebahnen im Körper für Linderung sorgen. Manuela Weis und Dr. John beherrschen nämlich



Dr. John richtet das Magnetfeld auf das Knie seiner Arthrose-Patientin.

dank ihrer Zusatzausbildungen auch die klassische Körper-Akupunktur, die Triggerpunkt-Akupunktur und das Dry Needling – ebenso wie Kinesio-Tapes und Chirotherapie. Anfangs kritische Patienten sind zuweilen sehr überrascht vom Erfolg dieser Therapien, von denen Dr. John und Manuela Weis schon immer überzeugt waren: „Die Wirksamkeit ist wissenschaftlich erwiesen.“ Die Akupunktur wird mittlerweile auch von der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie als Ergänzung offiziell empfohlen. Und sie hat noch einen weiteren Vorteil, den Patienten sehr schätzen. Manuela Weis: „Akupunktur unterstützt sehr gut die Behandlung von Arthrose-Patienten, die Schmerzmittel schlecht vertragen.“

DORITA PLANGE

## UNSERE EXPERTEN

### Orthopädie & Unfallchirurgie Dr. David John & Manuela Weis

Dr. David John und Manuela Weis haben langjährige Klinikerfahrungen im In- und Ausland gesammelt. 2021 eröffnete Dr. John seine Praxis, 2022 verstärkte Manuela Weis das Team. Beide beherrschen das gesamte Fachgebiet der Orthopädie mit den neuesten Technologien und Thera-



pien. Falls eine OP notwendig sein sollte, verfügen die Orthopäden über ein Netz von erfahrenen Ope-

rateuren, die auch für heikle Fälle fachlich und technisch optimal ausgerüstet sind.

**Kontakt:**  
Praxis Dr. John und Weis  
Sonnenstr. 16  
80331 München  
Telefon 089 / 59 21 27  
**Homepage:**  
www.orthopaede-muc.de  
**E-Mail:**  
info@orthopaede-muc.de

**Terminbuchung** telefonisch oder über die Online-Terminvereinbarung auf der Homepage.

# So profitieren Patienten im Aortenzentrum Artemed München Süd

**F**ast fünf Liter Blut fließen bei einem Erwachsenen pro Minute durch die Aorta. Gibt es dort Probleme, beheben diese im Idealfall Herz- und Gefäßchirurgen gemeinsam Hand in Hand. Im Aortenzentrum im Artemed Klinikum München Süd ist das Standard. Durch die Verzahnung der zwei Disziplinen sind auch höchst komplexe Operationen möglich.

## Hand in Hand für die Hauptschlagader

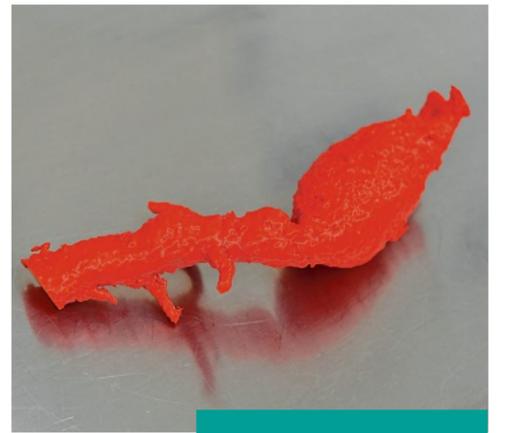
### Einzigartige Kooperation

„Unsere enge Kooperation von Herz- und Gefäßchirurgie ist einzigartig“, sagt PD Dr. Peter Lamm, Chefarzt der Herzchirurgie im Artemed Klinikum München Süd. Dort kooperiert der renommierte Herzchirurg eng mit Dr. Jörg Hawlitzky, der dort die Gefäßchirurgie leitet. So arbeitet der Herzchirurg bei einer OP am Herzen in diesem Bereich, während der Gefäßchirurg alles andere überwacht. Die Patienten profitieren in vielerlei Hinsicht von der Kooperation der Herz- und der Gefäßchirurgie im Aortenzentrum, beginnend mit der fachübergreifenden Früherkennung, der gemeinsamen Sprechstunde, der interdisziplinären Fallbesprechung und Operation bis hin zur gemeinsamen Nachsorge.

Im Klinikum wird das gesamte Spektrum der Herz- und Gefäßchirurgie abgedeckt: Von Herzbybässen über Klappenersatz bis hin zu Halschlagaderoperationen, Bybässen und der Behebung von Durchblutungsstörungen in den Beinen. Auch schwierige Fälle mit mehreren Erkrankungen können die Experten dort erfolgreich behandeln.

### Behandlung eines Aortenaneurysma

Eine Aussackung an der Aorta, ein sogenanntes Bauchaortenaneurysma, kann am Herzen auftreten, häufiger noch ist es im Bauchraum zu finden. Die Aorta transportiert als größte Schlagader sauerstoffreiches Blut vom Herzen in den gesamten Körper. Dabei fließen pro Minute bei einem Erwachsenen fast fünf Liter Blut durch die Aorta. Bei gesunden Menschen hat sie in der Regel einen Durchmesser



Herzchirurg PD Dr. Peter Lamm (li.) und Gefäßchirurg Dr. Jörg Hawlitzky (rechtes Bild) oft gemeinsam.  
Marcus Schlaf (2)

örtlicher Narkose ohne Vollnarkose gesetzt werden kann.

### So wichtig ist Vorsorge

Ein Aneurysma an der Hauptschlagader am Bauch ist häufig: Von den Männern über 75 Jahre sind acht Prozent betroffen, insgesamt wird es bei 1,7 Prozent der Bevölkerung entdeckt. Deshalb ist die Vorsorge wichtig. Dank der Vorsorgeuntersuchungen sind geplante Hauptschlagadern heute selten geworden. Anders ist dies bei aufsteigenden Hauptschlagadern am Herzen. Hier rät PD Dr. Lamm, Anzeichen ernst zu nehmen: stechende Schmerzen wie Nadelstiche an der Brust oder Häufungen in Familien. Eine gesicherte Diagnose ist meist erst mit Hilfe der Computertomografie möglich. Im Aortenzentrum der Artemed Klinik München Süd steht ein solches CT rund um die Uhr zur Verfügung.

Auch bei Durchblutungsstörungen in den Beinen – der sogenannten Schaufensterkrankheit oder periphere arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK) – ist es wichtig, die Symptome nicht auf die leichte Schulter zu nehmen, rät Dr. Hawlitzky. Eine OP ist indiziert, wenn Betroffene nach 200 Metern zügigem Gehen starke Schmerzen in den Unterschenkeln spüren. Behandelt wird je nach Fall mit minimalinvasiven Eingriffen bis zu komplexen Bypassoperationen bis zu den Füßen. SVS

### UNSER EXPERTE

Chefarzt der Herzchirurgie

#### PD Dr. Peter Lamm

Priv.-Doz. Dr. Peter Lamm leitet seit 2009 die Herzchirurgie im Artemed Klinikum München Süd. Er zählt zu den erfahrensten Operateuren in Deutschland.

**Kontakt:**

Tel.: 089/724 40-224 oder -215  
www.artemed-muenchen-sued.de  
E-Mail: herzchirurgie-akms@artemed.de



### UNSER EXPERTE

Chefarzt der Gefäßchirurgie

#### Dr. Jörg Hawlitzky

Seit 2016 leitet Dr. Jörg Hawlitzky die Gefäßchirurgie im Artemed Klinikum München Süd. Im Zentrum der Behandlungen steht eine möglichst schonende Therapie.

**Kontakt:**

Tel.: 089/724 40-224 oder -215  
www.artemed-muenchen-sued.de  
E-Mail: gefaesschirurgie-akms@artemed.de



von 1,2 bis 3,5 Zentimeter. Bildet sich eine Aussackung, kann diese gefährlich werden. Wächst diese innerhalb von sechs Monaten um mehr als 5

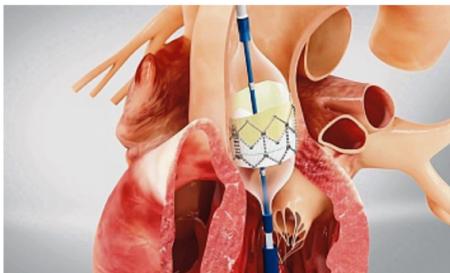
Millimeter oder hat sie einen Durchmesser von 5,5 Zentimetern, empfiehlt man eine OP. Ein Bauchaortenaneurysma kann auf zwei Arten operiert

werden: Durch einen Bauchschnitt oder, wie das in 90 Prozent der Fälle geschieht, durch eine schonende Stent-OP, bei der eine innere Gefäßstütze einge-

führt wird, die das Aneurysma von innen schient. Nach einer Stent-OP sind Patienten schnell wieder fit, sagt Dr. Hawlitzky und fügt an, dass der Stent sogar in

## OP-Risiken minimieren

Etwa einmal pro Minute pumpt das menschliche Herz die gesamte Blutmenge durch den Körper. Das sensible System bis ins kleinste Detail zu kennen und jede komplizierte OP-Situation perfekt einzuschätzen, dazu braucht es enorme Erfahrung. Diese hat Priv.-Doz. Dr. Peter Lamm, davor seinem Wirken als Chefarzt am Artemed Klinikum München Süd langjähriger leitender Oberarzt und Stellvertreter von Prof. Bruno Reichert an der Herzchirurgischen Klinik der Ludwig-Maximilians-Universität war. Durch seine einzigartige Kompetenz und Erfahrung beherrscht PD Dr. Lamm äußerst anspruchsvolle OP-Techniken. So etwa Bypass-Operationen ohne Herz-Lungen-Maschine bei Engstellen an Herzkranz-



Eine Herzklappenprothese über die Leiste einzusetzen minimiert das Risiko für Patienten. Panther

gefäßen, die der Kardiologe nicht mit einem Stent beheben kann. Diese Technik ist hochkomplex, aber bietet in geübter Hand diverse Vorteile für den Patienten, da dessen Herz während der OP weiter schlägt. Da keine Herz-Lungen-Maschine zum Einsatz kommt, kann auf Blutverdünner verzichtet werden. Das minimiert Risiken für den Patienten, etwa das einer Embolie, neurologischer Komplikatio-

nen oder die Gefahr eines Schlaganfalls. Wann immer möglich, werden Bypass-Operationen im Artemed Klinikum München Süd mit der OPCAB- (Off-Pump Coronary Artery Bypass) oder kurz Off-Pump-Technik durchgeführt.

Ein weiterer Schwerpunkt der Herzchirurgie am Artemed Klinikum München Süd ist die kathetergestützte Aortenklappenimplantation, kurz TAVI (Transcatheter Aortic Valve Implantation). Bei dieser wird Patienten minimalinvasiv über die Leiste eine Herzklappenprothese eingesetzt. „Das war früher nur mit einer offenen OP möglich“, sagt Dr. Lamm und erklärt: „Durch die minimalinvasive TAVI-Methode können wir auch den Patienten helfen, für die eine offene Operation zu riskant wäre.“

## Hochkomplexe Operation

Die Zusammenarbeit von Herz- und Gefäßchirurgie ermöglicht Operationen, die ohne Top-Experten in ihrem jeweiligen Gebiet so nicht denkbar wären. Als Beispiel eignet sich hier die OP eines Patienten, bei dem die Aorta ersetzt worden war. Jahre später war eine Nahtreihe undicht geworden. „Wir haben in der aufsteigenden Hauptschlagader einen Stent impliziert“, sagt Herzchirurg Lamm und erklärt: „Da es nicht anders möglich war, haben wir den Stent über die Herzspitze und die Aortenklappe eingeführt und ausgelöst.“ Zur Erklärung: Es handelt sich um eine sogenannte Stentgraftprothese. Sie enthält einen selbstexpandierenden Stent, also ein Metallgeflecht, das eine Ader offen hält. Ein Graft ist eine flexible Kunststoffummantelung. In dem Fall, den PD Dr. Lamm schildert, wurde sie in der aufsteigenden Haupt-



schlagader (Aorta ascendens) eingesetzt. Es handelt sich um eine äußerst komplexe Behandlung. Über die Herzspitze war dieser Eingriff damals höchst selten. „So eine Operation geht eben nur in einer guten Kooperation zwischen Herz- und Gefäßchirurgie“, sagt Dr. Hawlitzky und fügt an: „Dank der Kooperation können wir die Patienten von der Aortenklappe bis zu den Bauchschlagadern komplett behandeln, sowohl offenchirurgisch als auch minimalin-



vasiv.“ Die Kooperation diene auch bei großen Notfällen wie etwa einer lebensgefährlichen Aortendissektion, einem Riss in der Hauptschlagader, dem Wohl der Patienten: Bei der OP versorgt der Herzchirurg die Hauptschlagader, der Gefäßchirurg die anderen Gefäße.

# Waldbaden: So viel mehr als nur ein Spaziergang

Weniger Stress, guter Schlaf: Wie die Natur Körper & Seele hilft

**B**enoît Marchal kennt die heilsame Kraft des Waldes aus eigener Erfahrung. Nach einem Schlaganfall änderte er sein Leben – heute hilft er anderen, im Wald Ruhe zu finden.

Das Laub auf dem Waldboden raschelt, Vogelgezwitscher in allen Bäumen an diesem sonnigen Frühlingstag. Der zertifizierte Waldgesundheitstrainer Benoît Marchal (63) ist mit einer kleinen Gruppe für den Schnupperkurs Waldbaden in einem Wald bei Köln unterwegs. „Die Menschen sollen merken, dass man den Wald ganz anders erleben kann. Sie sollen in einen Zustand tiefer Naturverbundenheit kommen und dabei von Alltag und Stress abschalten“, sagt Marchal. Helfen sollen dabei Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen. Die Teilnehmer laufen z. B. ganz langsam und bewusst in ausholenden Schritten. Sie suchen sich einen Ast – betrachten ihn, fühlen und schnuppern daran. Mit geschlossenen Augen sollen die sieben Waldbadenden rekapitulieren: Wie sah der Ast genau aus? Fühlt sich die Hülse der Buchecker wirklich stachelig an? Und wie unterscheidet sich Erinnerung von Realität?

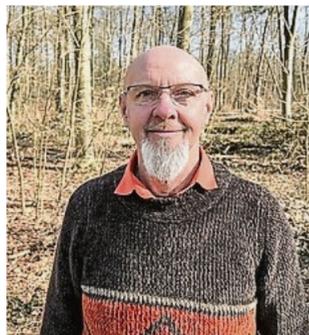
Der Begriff Waldbaden (Shinrin Yoku) kommt aus Japan. In Deutschland hat sich der Trend seit 2017 stetig entwickelt, berichtet Jasmin Schlimm-Thierjung, Geschäftsführerin der Akademie für Waldbaden und Gesundheit in Rheinland-Pfalz. Die Akademie hat seit ihrer Gründung 2018 mehr als 5000 Kursleiter ausgebildet. „Darunter sind Hausfrauen genauso wie Konzernmanager, Pflegekräfte genauso wie Rentner“, sagt Schlimm-Thierjung. Sie alle eint, dass sie auf der Suche nach Regeneration seien; manche hätten auch einen Burnout hinter sich.

So wie der gebürtige Franzose Benoît Marchal, der in jungen Jahren Förster werden wollte und stattdessen Sprachlehrer für die Deutsche Bahn wurde. Druck und Stress waren zu groß. Er erlitt einen Schlaganfall und entschied sich, etwas zu ändern. So ließ er sich zum Waldgesundheitstrainer ausbilden, zertifiziert vom Kneippärztebund e.V. und der LMU in München. Für ihn die richtige Entscheidung: „Sobald ich im Wald bin, fühle ich mich so wohl.“



Ein sehr alter Baum lädt ein zum Anfassen, Fühlen, Schnuppern.

Foto: Mauritius Images



Benoît Marchal ist zertifizierter Waldgesundheitstrainer. Foto: kna

Die positive Wirkung des Waldbadens ist durch medizinische Studien belegt, erklärt Anika Gaggermeier, die sich bei der Bayerischen Landesanstalt für Wald und Forstwirtschaft mit der gesundheitli-

chen Wirkung des Waldes auf den Menschen befasst. „Es hat positive Effekte auf das psychische Wohlbefinden“, sagt die Forstwissenschaftlerin. Depressionen und Angstzustände könnten abgemildert, das Stresslevel gesenkt werden. Forschungsbedarf gebe es aber noch bei physiologischen Effekten, wie zum Beispiel auf den Blutdruck oder das Immunsystem.

Laut Gaggermeier wirken beim Waldbaden viele Faktoren auf den Menschen wie etwa persönliche Erfahrungen aus der Kindheit. Der Wald unterscheide sich erheblich von anderen Naturräumen wie zum Beispiel einer Wiese. Es gibt etwa ein eigenes Waldinnenklima, eine ganz andere Hitze-Kälte-Verteilung, Windgeschwindigkeit und Luftfeuchtigkeit. Auch der Duft eines Waldes ist sehr speziell: „Bäume stoßen Terpene aus, dabei han-

delt es sich um flüchtige organische Verbindungen. Es gibt Hinweise darauf, dass sie gesundheitliche Effekte haben.“ Auch Benoît Marchal ist überzeugt, dass das Waldbaden die Regenerationskräfte von Menschen stärkt: „Wer frisch aus dem Wald kommt, hat ein niedrigeres Level an Stresshormonen, fühlt sich tiefenentspannt und wird in der Nacht danach so gut wie lange nicht mehr schlafen.“

Die Sache mit dem Umarmen von Bäumen hebt sich Kursleiter Benoît Marchal diesmal lieber für den Folgekurs auf, „weil es mehr Zeit in Anspruch nimmt und ich die Teilnehmer im Schnupperkurs nicht abschrecken möchte. Schließlich ist das ein ziemliches Klischee.“ Aus der Gruppe scheinen trotzdem viele dafür offen zu sein. Teilnehmerin Lisa (63) jedenfalls freut sich schon darauf. KNA

## GESUNDHEITSTIPPS

Schonend und ohne Nebenwirkungen  
**Laser bei Zahnarzt-Angst**



Etwa 75 Prozent der Menschen in Deutschland haben Angst vor dem Zahnarztbesuch. „Eine verständnisvolle, einfühlsame Beratung ist der erste Schritt, um Ängste abzubauen“, sagt Dr. Christian Cantemir. In seiner Schwabinger Zahnarztpraxis nahe der Münchner Freiheit (www.zahnarztpraxis-muc.de) bietet er gemeinsam mit Dr. Beatrix Lenz modernste Verfahren wie die Lasertechnologie an. „Laser verbessern Zahn- und Zahnfleischbehandlungen erheblich. Laserbehandlungen sind sanfter, gut für das Immunsystem, minimal-invasiv, nachhaltig und schmerzarm – und damit ideal für Patienten, die Angst vor Zahnbehandlungen haben.“

Zwei Beispiele: „Karies kann per Laser steril, ohne Spritze, ohne Berührung und ohne unangenehme Geräusche behandelt werden. Bei einer Parodontitisbehandlung per Laser sind keine Antibiotika erforderlich.“ Sanft und ohne Nebenwirkungen werden dabei die schädlichen Bakterien und Ablagerungen aus den Zahnfleischtaschen entfernt, ohne gesundes Gewebe zu zerstören. „Auch die Neubildung des Zahnknochens wird angeregt. Das entzündete Zahnfleisch heilt durch die Laserbehandlung aus und die Allgemeingesundheit verbessert sich“, informiert Dr. Beatrix Lenz.



Wissenschaftliche Studie bestätigt  
**Lesen hält geistig fit**



Die Lese- und Mathematikfähigkeiten des Menschen müssen einer aktuellen Studie zufolge nicht zwangsläufig mit höherem Alter abnehmen. Wer sie kontinuierlich nutze, sei in der Lage, diese nicht nur stabil zu halten, sondern sogar zu steigern. Zu dieser Erkenntnis kommt eine neue Studie, wie das ifo-Institut mitteilte. Daran hatten Forscher der Einrichtung zusammen mit Kollegen der amerikanischen Stanford University und des Deutschen Instituts für Wirtschaftsforschung (DIW) Berlin teilgenommen.

Die Ergebnisse machten deutlich, dass Lernangebote für Erwachsene einen hohen Nutzen haben können, um die kognitive Leistungsfähigkeit in Unternehmen und in der Gesellschaft als Ganzes zu erhalten, sagte ifo-Bildungsexperte Ludger Wößmann. Laut der Studie nehmen kognitive Fähigkeiten im Durchschnitt bis Mitte 40 zu und bleiben bei aktiver Nutzung auch bis zum Alter von 65 Jahren stabil. Besonders Akademiker und Büroangestellte hätten nach Einschätzung der Forscher auch nach dem 40. Lebensjahr noch anhaltende Verbesserungen gezeigt. Ein Rückgang der Fähigkeiten tritt der Untersuchung nach hauptsächlich bei Personen auf, die ihre Lese- und Rechenfähigkeiten unterdurchschnittlich nutzen. „Es ist also hilfreich, die eigenen kognitiven Fähigkeiten regelmäßig zu fordern, sei es durch komplexe berufliche Aufgaben oder geistig anspruchsvolle Aktivitäten im Alltag“, rät Wößmann.

# Herzspezialisten feiern rundes Jubiläum



Prof. Dr. Thorsten Lewalter



Prof. Dr. Peter Osypka

Das Internistische Klinikum München Süd mit dem Peter Osypka Herzzentrum kann heuer auf eine erfolgreiche zehnjährige Geschichte zurückblicken. Am 12. März 2015 gründeten die heutigen Gesellschafter die OHC (Osypka Herz Centrum) Betriebsgesellschaft mbH und leiteten damit grundlegende inhaltliche medizinische Veränderungen ein, die das Klinikum in eine neue Dimension führten.

Aus der ehemaligen Klinik Dr. Müller wurde das Internistische Klinikum München Süd mit dem Peter Osypka Herzzentrum. Es wuchs von einem allgemein-internalistisch orientierten Krankenhaus mit Belegabteilung Kardiologie zu einem international anerkannten Zentrum für Kardiologie und Innere Medizin. Es blieb den Werten eines Familienunternehmens treu und bietet dabei ein erweitertes Spektrum medizinischer Leistungen mit hochmoderner Geräteausstattung (ambulant und stationär) in einer wissenschaftlichen, internationalen und gemeinnützigen Ausrichtung.



Das Internistische Klinikum München Süd liegt direkt am Isarkanal. Fotos: Intern. Klinikum München Süd

Dank der wegweisenden Ansätze der Gesellschafter, die exzellente medizinische Versorgung und Forschung fördern, hat sich die Klinik als führende Adresse für innovative kardiologische Behandlungen etabliert. Ein Erfolg, an dem der Namensgeber des Herzzentrums – Ehrensenator Prof. Dr. Ing. Dr. e.H. Peter Osypka – einen wesentlichen Anteil hat. Er engagierte sich jahrzehntelang unermüdlich

in der Herzforschung und der Entwicklung von medizinischen Innovationen und trug damit maßgeblich zur Konzeption des Münchner Zentrums bei.

„Wir sind stolz darauf, in den letzten zehn Jahren so viele Meilensteine erreicht zu haben“, erklärt Prof. Dr. Thorsten Lewalter, Geschäftsführender Gesellschafter und Ärztlicher Direktor der Internistischen Klinikum München Süd GmbH in Thalkirchen. „Wir bieten unseren Patienten die bestmögliche Versorgung und treiben weiterhin die Forschung voran, die die Zukunft der Kardiologie prägen wird.“

Das Jubiläum wird am 24. Mai 2025 mit einem Tag der offenen Tür begangen. Besucher der Klinik (Am Isarkanal 36, 81379 München) bekommen spannende Einblicke in das Herzkatheterlabor, in die Bildgebung (Herz-CT, Herz-MRT) sowie in weitere medizinische Angebote der Klinik inklusive der Gastroenterologie. Abends feiern dann alle Mitarbeiter zusammen ein großes Sommerfest, um den Anlass gebührend zu würdigen.

# Neue Therapien gegen Schmerzen, Alzheimer, Parkinson & Depression

## Der einfühlsame Technologie-Pionier

**N**euere Wege in der Medizin zu gehen, um Patienten zu helfen, die als austerapiert gelten, ist das Ziel von Prof. Wolfgang Bauermeister. Mit modernsten Methoden wie Ultraschall-, Stoß- und Magnetwellen erzielt er Erfolge. So setzt er Ultraschallwellen zur diagnostischen Elastografie ein, um Triggerpunkte in Muskeln und Faszien aufzuspüren – eine der häufigsten Ursachen chronischer Schmerzen. Zur Behandlung dieser Triggerpunkte verwendet er fokussierte Stoßwellen und Induktionswellen (Magnetwellen) mit dem Super Induktiven System (SIS). Die Transkranielle Pulsstimulation (TPS), basierend auf Stoßwellen, nutzt Prof. Bauermeister zur Behandlung von Alzheimer, Parkinson und Depressionen.

### Ultraschall-Elastografie gegen Schmerzen

Die von Prof. Bauermeister entwickelte Ultraschall-Elastografie macht Probleme in Muskeln und Faszien sichtbar, die mit einer Kernspintomografie nicht erkannt werden. Durch diese innovative Methode konnte Prof. Bauermeister die Erfolgsquote seiner Behandlungen auf über 90 % steigern.

Ein Patient litt jahrelang an chronischen Rückenschmerzen. „Die Ursache waren Triggerpunkte, die bei zwei Kernspintomografien nicht gefunden worden waren“, erzählt er. Gefunden hat diese erst Prof. Bauermeister mit der Ultraschall-Elastografie. Durch dauerhafte Überbelastung beim Sport strahlten die Triggerpunkte in den Muskeln seiner Beine, der Hüfte und dem Rücken Schmerzen aus. „Durch die gezielte Behandlung der Triggerpunkte mittels Stoßwellen und Magnetwellen war ich nach zehn Behandlungen vollständig schmerzfrei“, freute sich der Patient.

### Mit Stoßwellen gegen Triggerpunkte

Vor 25 Jahren begann Prof. Bauermeister, bei Schmerzen des Bewegungsapparates die Triggerpunkt-Stoßwellen-Therapie (TST) zunächst als Erfahrungsmedizin einzusetzen. Mittlerweile haben Studien den Erfolg der TST belegt. TST ist besonders bei Kopf-, Schulter-, Nacken- und Rückenschmerzen sowie Ischiasbeschwerden hochwirksam. Ebenso ließen sich Bandscheibenprobleme behandeln und sogar Operationen vermeiden. Klinische Untersuchungen bestätigten Schmerzlinderung und nachhaltige Langzeiteffekte.

### Neuartige Fibromyalgie-Therapie

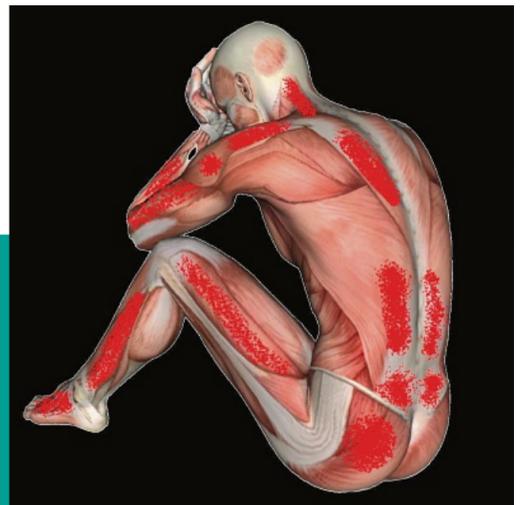
In einer weltweit erstmaligen Studie, die auf dem Süddeutschen Orthopädenkongress ausgezeichnet wurde, konnte Prof. Bauermeister zeigen, dass die bisher als unheilbar geltende Fibromyalgie mit repetitiver peripherer Magnetstimulation (rPMS) therapiert werden kann. Grundlage der Behandlung war die Ultraschall-Elastografie, mit deren Hilfe Triggerpunkte als Ursache der Schmerzen nachgewiesen wurden. Mittels der rPMS wird die Entzündung der Triggerpunkte durch Magnetimpulse beseitigt. Die Ergebnisse beeindruckten: Nahezu alle Patienten zeigten dauerhafte Verbesserungen ihrer Beschwerden, obwohl sie zuvor als unheilbar galten.

### Transkranielle Puls-Stimulation – TPS

Prof. Bauermeister behandelt mit der Transkraniellen Puls-Stimulation (TPS) erfolgreich Morbus Alzheimer, Parkinson sowie neuerdings Depressionen.



Schmerzen, aber auch Alzheimer und sogar Parkinson behandelt Prof. Wolfgang Bauermeister mit neuartigen Technologien, deren Wirksamkeit auch Studien bestätigen.



Die mit der Elastografie gefundenen roten Triggerpunkte behandelt Prof. Bauermeister mit fokussierten Stoßwellen oder der repetitiven peripheren Magnetstimulation.

Mit der TPS werden erstmals tiefere Hirnregionen gezielt erreicht, die bislang therapeutisch nicht zugänglich waren. Dabei werden kurze, hochpräzise Stoßwellen schmerzfrei durch die Schädeldecke bis zu acht Zentimeter tief ins Gehirn übertragen. Seit 2018 ist

die TPS in Deutschland CE-zertifiziert und zur Behandlung von Morbus Alzheimer anerkannt.

### Wirksamkeit bei Alzheimer

Die Wirksamkeit der TPS-Therapie bei beginnender Alzheimer-Erkrankung wurde nachgewiesen, sagt Prof. Bauermeister: „Eine aktuelle randomisierte, doppelblinde und placebo-kontrollierte klinische Studie konnte dies eindrucksvoll belegen.“ Besonders Patienten unter 70 Jahren profitierten von signifikanten Verbesserungen ihrer kognitiven Fähigkeiten. Doch seine Erfahrung zeige, dass auch ältere Patienten in fortgeschrittenen Stadien positive Effekte erzielen können, sagt Prof. Bauermeister.

Die Ehefrau eines Patienten berichtet: „Seit mein Mann regelmäßig mit TPS behandelt wird, hat sich unser Alltag deutlich verbessert. Er ist wacher, aktiver und nimmt viel stärker am Familienleben teil.“ Die sanfte TPS-Therapie habe ihrem Mann „ein großes Stück Lebensqualität zurückgegeben“.

Wichtig zu wissen: TPS wirkt nicht gezielt gegen Gedächtnisverlust. Laut Prof. Bauermeister kann TPS den kognitiven Abbau bei Alzheimer-Patienten insgesamt verlangsamen. Positive Effekte zeigen sich auch auf neuropsychiatrische Symptome wie Depression, Unruhe usw. sowie bei der Bewältigung der Aktivitäten des täglichen Lebens.

### Verbesserung von Parkinson-Symptomen

Auch bei Morbus Parkinson setzt Prof. Bauermeister die TPS-Therapie erfolgreich ein. „In einer Studie der Fachzeitschrift ‚Brain Research‘ zeigte sich bereits nach einer einzigen Behandlung eine deutliche Verbesserung des Ruhetremors bei Parkinson“, sagt Prof. Bauermeister.

Dies beobachtete er auch in seiner Praxis: Patienten, die er wegen Alzheimer behandelte und die auch an Parkinson litten, zeigten Verbesserungen ihrer kognitiven Symptome und der motorischen Fähigkeiten.

Bisher wurden bei TPS auch keine Nebenwirkungen beobachtet. Prof.

➤ Dank TPS werden tiefere Hirnregionen erreicht, die bislang therapeutisch nicht zugänglich waren. <

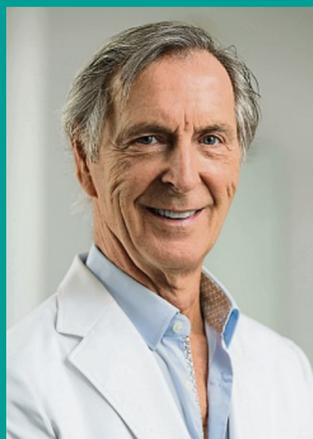
PROF. WOLFGANG BAUERMEISTER

Bauermeister sieht die Therapie bei Parkinson als sinnvolle Ergänzung zur medikamentösen Therapie.

### Sanfte Therapie bei Depression

Die innovative Technologie der Transkraniellen Pulsstimulation (TPS) zeigt auch bei der Behandlung von Depressionen vielversprechende Ergebnisse. In einer kontrollierten klinischen Studie der Polytechnischen Universität Hongkong wurde die Wirksamkeit von TPS bei Erwachsenen mit starken depressiven Symptomen untersucht. „30 Patienten wurden auf zwei Gruppen verteilt: Eine Gruppe erhielt die TPS-Behandlung, die andere Gruppe blieb zunächst unbehandelt“, erläutert Prof. Bauermeister. Die Ergebnisse: „Patienten, die mit TPS behandelt wurden, zeigten eine signifikante und anhaltende Verbesserung ihrer Symptome – selbst drei Monate nach Abschluss der Therapie waren positive Effekte sichtbar“, betont Bauermeister. Darüber hinaus überzeugte die gute Verträglichkeit der TPS-Behandlung: Nebenwirkungen waren selten, mild und lediglich vorübergehend – etwa leichte Kopfschmerzen.

## UNSER EXPERTE



### Prof. Wolfgang Bauermeister Technologien und Menschlichkeit

Prof. Wolfgang Bauermeister gilt als Pionier bei der Weiterentwicklung einer speziellen Stoßwellen-Strategie im Kampf gegen chronische Schmerzen. Mit Stoßwellen und fokussierten elektromagnetischen Wellen schaltet der erfahrene Schmerztherapeut die Schmerzen gezielt aus. Seine Behandlungserfolge haben ihn er-

mutigt, sich auch bei der Behandlung von Alzheimer und Parkinson zu engagieren. Prof. Bauermeister, der sich in den USA auf Physikalische Medizin, Rehabilitation und Sportmedizin spezialisierte, betreut verschiedene Forschungsprojekte in Kooperation mit diversen Universitäten, darunter die TU München. Besonderen Wert legt er auf eine ausführliche Beratung seiner Patienten in Gesprächen auf Augenhöhe. Das menschliche Miteinander ist Prof. Bauermeister sehr wichtig.

**Kontakt**  
Neuroinstitut München  
Prof. Dr. Wolfgang Bauermeister  
Toni-Schmid-Straße 45, München  
Telefon: 089/42 61 12  
kontakt@neuroinstitut-muenchen.de  
www.neuroinstitut-muenchen.de