

PVS Einblick

Das Magazin der  PVS holding

Fünf Fragen an:

Dr. med. Heidrun Thaiss

Die Leiterin der BZgA in Köln über Prävention und Gesundheitsförderung

Seite 6

Einer, der für Gesundheit kämpft

Robert Kronecker über seine bewegte Geschichte und den Erfolg seines Start-ups HAFERVOLL

Seite 14

Mit kleinen Schritten Großes erreichen

Buchautor und Speaker Patric Heizmann motiviert Menschen gesund zu leben, ohne zu überfordern

Seite 20

Die geheime Macht der Düfte

Robert Müller-Grünow, Pionier der Dufttechnologie, über sein neues Buch

Seite 32

Unser Titelthema

GESUNDE ERNÄHRUNG

Low-Carb, Paleo, Keto, Vegan ... beim Essen scheiden sich die Geister. In dieser Ausgabe kommen medizinische Experten und „Ernährungspioniere“ zu Wort und räumen mit so manchem Mythos rund um das Thema auf.



*Keine Ausgabe
mehr verpassen!*

SCHNELLER, PAPIERLOS, MOBIL

mit dem PVS Einblick E-Paper

www.pvs-einblick.de

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser Ausgabe beschäftigen wir uns mit dem Schwerpunktthema Ernährung. Dass Ernährung mehr ist, als den Körper mit Nährstoffen zu versorgen, drückte Ludwig Feuerbach bereits 1850 aus: „Der Mensch ist, was er isst“.

Wenn man sich in einer größeren Runde zum Essen trifft, kommt spätestens mit Angeboten wie „Pizza mit Salami“, „Frischkäse“ oder „Erdbeereis“ der erste Einwurf: „Das kann ich leider nicht essen, darauf reagiere ich allergisch.“ Viele wissen, wie sich das anfühlt. Sie bezahlen den Genuss mit Bauchkrämpfen, Sodbrennen, Kopfweh, Ausschlägen oder anderen heftigen Reaktionen des Körpers.

Seit Jahrzehnten nehmen diese Beschwerden insbesondere in den Wohlstandsländern deutlich zu. Im Verdacht stehen Umweltfaktoren, aber auch Lifestyle-Glaubenssätze, die Gluten oder Laktose als grundsätzlich problematisch oder ungesund erscheinen lassen.

Wie in vielen Bereichen des Lebens gibt es auch auf dem Gebiet der Ernährung verschiedene Meinungen.

In diesem Heft beleuchten wir das Thema daher aus diversen Richtungen, lassen medizinische Experten und „Ernährungspioniere“ zu Wort kommen und räumen mit so manchem Mythos rund ums Essen auf.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß bei der Lektüre.



Dieter Ludwig
Geschäftsführer der
PVS holding GmbH

Gerd Oelsner
Geschäftsführer der
PVS holding GmbH



Titelthema: Ernährung

5 Fragen an: Dr. med. Heidrun M. Thaiss
Leiterin der BZgA in Köln

Aus der Praxis
Dr. med. Verena Ernst und Prof. Dr. med. Thomas Kurscheid und zum Thema Ernährung

Einer, der für Gesundheit kämpft
Robert Kronecker über seine bewegte Geschichte und den Erfolg seines Start-ups HAFERVOLL

Alle an einem Tisch
Holger Böker, Inhaber des Restaurants „Richard Wagner“, lebt den steigenden Trend zur veganen und gesunden Ernährung

Mit kleinen Schritten Großes erreichen
Buchautor und Speaker Patric Heizmann motiviert Menschen gesund zu leben, und zwar ohne zu überfordern

10 Ernährungsmythen
PVS Einblick klärt auf

Gesundheit und Gemeinschaft stärken
Das Betriebliche Gesundheitsmanagement der PVS

6

10

14

18

20

24

26



Foto: © tirlik - stock.adobe.com

Die geheime Macht der Düfte
Robert Müller-Grünow ist ein Pionier in der Dufttechnologie

32

Foto: © boettcher photographie

Gewinnspiel



Gewinnen Sie eine von drei Alessi Zitronenpressen „Juicy Salif“

Alle Infos auf Seite

58



Foto: © Alessi

Mit dem Motorrad einmal um die Welt
Christian Vogel spricht über seinen Film „Egal Was Kommt“

40

Foto: © Busch Media Group

Fehlentwicklungen in den sozialen Sicherungssystemen Deutschlands



47

Sozialstaat ▶



Foto: © Thomas Reimer - stock.adobe.com

Inhalt

Editorial	3
Titelthema: Ernährung	
5 Fragen an: Dr. med. Heidrun M. Thaiss Leiterin der BZgA in Köln	6
Aus der Praxis Dr. med. Verena Ernst und Prof. Dr. med. Thomas Kurscheid zum Thema Ernährung	10
Einer, der für Gesundheit kämpft Robert Kronekker über seine Geschichte und den Erfolg seines Start-ups HAFERVOLL	14
Alle an einem Tisch Holger Böker, Inhaber des Restaurants „Richard Wagner“, reagiert auf den steigenden Trend zur veganen Ernährung	18
Mit kleinen Schritten Großes erreichen Buchautor und Speaker Patric Heizmann motiviert Menschen gesund zu leben, und zwar ohne zu überfordern	20
10 Ernährungsmythen Die PVS Einblick klärt auf	24
Gesundheit und Gemeinschaft stärken Das Betriebliche Gesundheitsmanagement der PVS	26
Unser Dankeschön für Ihre Empfehlung Jetzt weiterempfehlen und Wunschprämie sichern	28
Recht: Vertretervereinbarung bei Verhinderung des Wahlarztes – neue Wirksamkeitsvoraussetzungen?	30
GOÄ-Tipp: Abrechnung der Akupunktur	31
Die geheime Macht der Düfte Robert Müller-Grünow ist ein Pionier in der Dufttechnologie	32
Bildung für mehr Chancengleichheit Mit seinem Verein „TOGO pro infans e. V.“ fördert Roland Sturm die Ausbildung junger Menschen in Togo	36
Mit dem Motorrad einmal um die Welt Christian Vogel spricht über seinen Film „Egal Was Kommt“	40
3hundert60Grad Erlössicherung – Innovative Erlösstrategien für Kliniken	44
Strukturwandel in der Radiologie – Nachbericht zum Radiologentag in Potsdam	46
Fehlentwicklungen in den sozialen Sicherungssystemen Deutschlands Bundesverband Verrechnungsstellen Gesundheit e. V.	47
PVS forum: Seminare Dezember 2018 bis März 2019	48
Ein Fest für alle Sinne Die 47. Kunstausstellung wurde am 13. September in Mülheim an der Ruhr eingeläutet	50
Teammitglied vom ersten Tag an Wer sich für eine Ausbildung bei der PVS entscheidet, darf sich auf anspruchsvolle und vor allem eigenverantwortliche Tätigkeiten freuen	52
25 Jahre FPZ – Jubiläum auf dem Rhein	54
Compliance im Krankenhaus Deutschlands dritte große Umfrage	55
Jahreshauptversammlung der PVS – Impressionen	56
 PVS kurz + knapp Meldungen aus den Regionen, Gewinnspiel, Jubiläen, Impressum	58

BZgA

Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung



Foto: © Bernd Rosenbaum

Die Zahl der übergewichtigen und adipösen Kinder ist seit den 1980er-Jahren weltweit sehr stark gestiegen. Die BZgA versucht dem Trend durch aktive Prävention und Gesundheitsförderung entgegen zu wirken.



5 Fragen an:

Dr. med. Heidrun M. Thaiss

Leiterin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) in Köln

Dr. Heidrun Thaiss hat Humanmedizin studiert und an der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg im Breisgau zu Fragen der Gerinnungsstörungen bei Kindern mit Diabetes mellitus Typ 1 promoviert. Nach Facharzt- und begleitender wissenschaftlicher Ausbildung folgten Stationen im Öffentlichen Gesundheitsdienst mehrerer Bundesländer. Seit 2008 war sie im schleswig-holsteinischen Ministerium für Soziales, Gesundheit, Wissenschaft und Gleichstellung tätig. Dort hat sie die Leitstelle Prävention und Gesundheitsförderung des Landes Schleswig-Holstein verantwortet. Seit 1. Februar 2015 obliegt ihr die Leitung der BZgA.

Prävention und Gesundheitsförderung sind zentrale Anliegen der BZgA. Das Präventionsgesetz von 2015 will die Zusammenarbeit von Sozialversicherungsträgern, Ländern und Kommunen verbessern: Prävention und Gesundheitsförderung sollen dort greifen, wo Menschen leben, lernen und arbeiten - in der Kita, der Schule, am Arbeitsplatz und im Pflegeheim. Hat das Gesetz die Menschen in der Realität erreicht?

Nicht erst seit Inkrafttreten des Gesetzes zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz PräVG) im Juli 2015 setzt sich die BZgA für diese Themen ein - über alle Altersgruppen hinweg





Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in Köln.

Foto: © BZgA

und in allen Lebensbereichen. Vielmehr ist es seit über 50 Jahren unsere Kernaufgabe, die Motivation und Bereitschaft des Einzelnen zu einem verantwortungsbewussten und gesundheitsgerechten Verhalten zu fördern. Dazu entwickeln wir Strategien, Maßnahmen und Informationsmaterialien zu wichtigen gesundheitsrelevanten und prävenierbaren Themen wie Organspende, Impfen, Hygiene, Nichtrauchen, verantwortungsvollen Medienkonsum, Alkohol- und Drogenprävention, gesundes Aufwachsen und Gesundheitsförderung älterer Menschen, aber auch Laienreanimation und Prävention des Diabetes mit dem Ziel, die Gesundheitskompetenz der Menschen zu erhöhen.

Die BZgA adressiert mit ihren Strategien die Allgemeinbevölkerung sehr zielgruppenspezifisch in den Lebenswelten der Menschen, um sie dort zu erreichen, wo sie leben, arbeiten und ihre Freizeit verbringen. Ein Schwerpunkt der Arbeit liegt dabei in der Ansprache von Menschen, die unter schwierigen Bedingungen leben und in der Regel mit Präventionsmaßnahmen schwer zu erreichen sind, jedoch in besonderem Maße der Gesundheitsförderung bedürfen. Neben der persönlichen Ansprache legen wir gleichzeitig auch Wert auf die Weiterentwicklung dieser Lebenswelten zu gesundheitsförderlichen Einrichtungen, um den Menschen die gesunde Lebenswei-

se nachhaltig zu erleichtern. Wichtig ist dabei auch die Qualitätssicherung der Angebote. Seit 2016 unterstützt die BZgA zusätzlich im Rahmen des GKV-Bündnisses für Gesundheit die gesetzlichen Krankenkassen bei der Präventionsarbeit und Qualitätsentwicklung in Lebenswelten. Das Bündnis fördert Strukturaufbau und Vernetzungsprozesse für sozial und gesundheitlich benachteiligte Zielgruppen in Kommunen, beispielsweise mit dem Interventionsprogramm „Verzahnung von Arbeits- und Gesundheitsförderung in der kommunalen Lebenswelt“. Das Programm, an dem sich der GKV-Spitzenverband, die Bundesagentur für Arbeit, der Deutsche Landkreistag sowie der Deutsche Städte- tag beteiligen, wurde seit Ende 2016 von sechs auf 129 Standorte ausgeweitet. Neben der Unterstützung zur Bewältigung des Stressfaktors „Arbeitslosigkeit“ gibt es vor Ort auch weitere bedarfsorientierte Angebote, beispielsweise zum Thema „Gesunde Ernährung trotz knappem Budget“.

In Deutschland sind 8,7 Prozent der Kinder und Jugendlichen zwischen 3 und 17 Jahren übergewichtig, 6,3 Prozent gelten als adipös. Das Gesundheitsministerium hat einen Förderschwerpunkt im Bereich der Prävention von Übergewicht gesetzt. Welche Maßnahmen sind vor allem bei Jugendlichen zielführend?

Die Zahl der übergewichtigen und adipösen Kinder ist seit den 1980er-Jahren weltweit sehr stark gestiegen. Aktuelle Untersuchungen zeigen allerdings auch, dass in den letzten Jahren der Anteil der Schulanfänger mit Übergewicht oder starkem Übergewicht in fast allen Bundesländern um etwa drei Prozent zurückgegangen ist oder regional wenigstens konstant bleibt. Der stärkere Gewichtsanstieg beginnt mit dem Eintritt in die Schule, gleichzeitig mit der intensiveren Mediennutzung, sitzenden Lebensweise und abnehmenden Bewegungszeit und -intensität. Daher ist es erforderlich, so früh wie möglich Bewegung und ausgewogene Ernährung spielerisch einzüben und auch jenseits des Kleinkindalters diese positiven Gewohnheiten beizubehalten. Die BZgA unterstützt Familien, Kindertagesstätten und Schulen mit gesundheitsfördernden Maßnahmen zu Bewegung, Ernährung und Stressregulation.

Bei Präventionsmaßnahmen speziell für Jugendliche sind ein komplexer Methodenansatz und die Verbindung von Verhaltens- und Verhältnisprävention zielführend. BZgA-Angebote, die sich an ältere Kinder und Jugendliche wenden, berücksichtigen jugendkulturelle Interessen sowie lebensweltbezogene Rahmenbedingungen und beziehen die junge Zielgruppe in die Maßnahmen mit ein. Dies wird zum Beispiel mit dem Programm „GUT

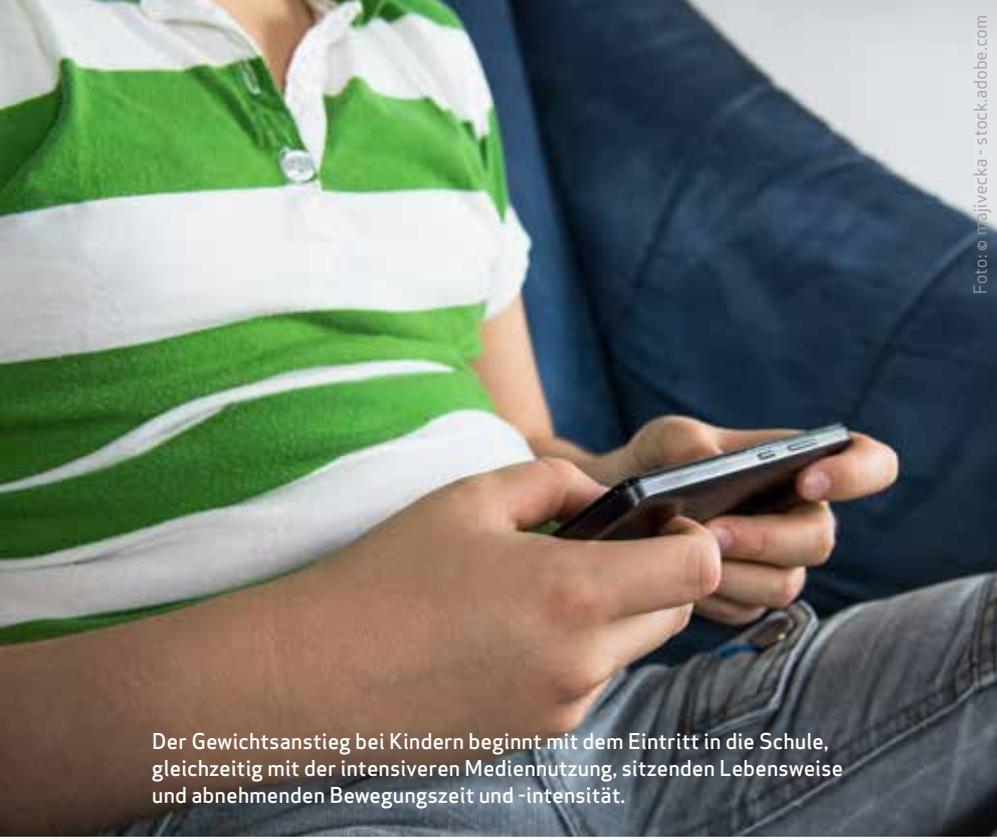


Foto: © majivecka - stock.adobe.com

Der Gewichtsanstieg bei Kindern beginnt mit dem Eintritt in die Schule, gleichzeitig mit der intensiveren Mediennutzung, sitzenden Lebensweise und abnehmenden Bewegungszeit und -intensität.

DRAUF“ in Schulen, Jugendfreizeiteinrichtungen, Sportvereinen oder auch verstärkt in Ausbildungsbetrieben umgesetzt. Ziel ist es, die Lebenskompetenz der jungen Leute zu stärken, vor allem in Zeiten des Übergangs, wie dem Wechsel von der Schule in das Berufsleben. Im Sinne einer nachhaltigen Verhältnisprävention unterstützt die BZgA Maßnahmen und Partner zum Aufbau gesundheitsfördernder Präventionsketten.

Adipositas stellt nicht nur ein gesundheitliches, sondern letztlich auch ein volkswirtschaftliches Problem dar. Werden Sie gegen die steigende Fettleibigkeit ein ganzheitliches Konzept vorlegen?

Aktuelle Studien zu Krankheitskosten von Adipositas für Deutschland zeigen, dass diese Kosten deutlich steigen, wenn Übergewicht schon im Kindesalter besteht. Daher ist die BZgA insbesondere im Bereich der Prävention von Übergewicht bei Kindern aktiv – z. B. mit der Internetseite für Eltern und Multiplikatoren (www.bzga-kinderuebergewicht.de). Unsere Aktivitäten sind eingebettet in den Förderschwerpunkt „Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen“ des Bundesministeriums für Gesundheit: Hierüber sind die Angebote der verschiedenen Akteure im Sinne eines ganzheitlichen Konzepts

miteinander koordiniert und verzahnt. Neben zielgruppengerechter Information geht es darum, Erfolgsfaktoren für nachhaltig wirksame Maßnahmen zu identifizieren und Qualität und Wirksamkeit von Projekten zu verbessern. In der Prävention von Übergewicht sind Maßnahmen entscheidend, die einen gesunden Lebensstil attraktiver machen und fördern – und in diesem Sinne betreibt die BZgA eine zielgerichtete Aufklärung.

Der Zuckergehalt in vielen Nahrungsmitteln, insbesondere in Soft Drinks, ist viel zu hoch. Eine „Zuckersteuer“ könnte eine Bewusstseinsänderung bewirken. Es gab Befürworter und prominente Gegner.

Wasser enthält null Kalorien. Deshalb ist es der beste Durstlöcher. Eltern können Vorbild sein und Wasser zum Familiengetränk Nummer eins machen. Das heißt: Es gibt Wasser zum Trinken – bei den Mahlzeiten und auch zwischendurch. Gesüßte Getränke oder Fruchtnektare enthalten viel Zucker und damit viele Kalorien. Das kann Übergewicht fördern. Außerdem können süße Getränke Appetit auf noch mehr Süßes machen. Wer wissen möchte, wie viel Zucker in Limonade, Eistee oder Apfelsaftchorle enthalten ist, findet diese in den Nährwertangaben auf dem Etikett. Dort ist der Zuckergehalt angegeben.

Wie bewerten Sie die Eigenverantwortung älterer Menschen für ihre Gesundheit? Wie stark ist sie ausgeprägt und was kann die BZgA tun, um die Bereitschaft, eigenverantwortlich etwas für die Gesundheit zu tun, zu stärken?

Vor allem Menschen im höheren Alter fällt es häufig schwerer, sich im Gesundheitswesen zu orientieren, mit den Herausforderungen von Krankheitsbewältigung und Gesunderhaltung umzugehen und die dazu erforderlichen gesundheitsrelevanten Entscheidungen zu treffen. Die BZgA unterstützt mit dem Programm „Älter werden in Balance“ ältere Menschen mit wissenschaftlich fundierten, zielgruppengerechten Angeboten und qualitätsgesicherten Gesundheitsinformationen. Diese bieten wir über die Webseite www.aelter-werden-in-balance.de, über Broschüren und Bewegungsprogramme zur Bewegungsförderung an. Das „AlltagsTrainingsProgramm“ wurde entwickelt, um möglichst viele ältere Menschen in Bewegung zu bringen und deren Alltag nachhaltig aktiver zu gestalten. Ziel des Übungsprogramms ist es, den Alltag drinnen und draußen als Trainingsmöglichkeit zu verstehen und dadurch ein effektives Mehr an Bewegung in das tägliche Leben einzubauen. Das Training ist so angelegt, dass es ohne große Vorbereitung in Alltagsbekleidung und ohne den Einsatz von Fitnessgeräten direkt umgesetzt werden kann. Zielgruppe sind Männer und Frauen ab 60 Jahren, die zuvor sportlich eher inaktiv waren. Darüber hinaus hat die BZgA das „Lübecker Modell Bewegungswelten“ entwickelt – ein evaluiertes Gruppentrainingsprogramm für hochbetagte Menschen mit körperlichen und kognitiven Einschränkungen, welches in Pflegeeinrichtungen bundesweit angeboten wird. Damit erreichen unsere Angebote Demografie übergreifend, bevölkerungsweit und adressatengerecht unsere unterschiedlichen Zielgruppen. ●



Dr. Christine Winkler

Pressereferentin der PVS
cwinkler@ihre-pvs.de



Aus der Praxis – Zwei Experten zum Thema Ernährung

Foto: © Kathleen Friedrich PHOTOGRAPHY

Ernährungsmedizin IM PRAXISALLTAG

Dr. med. Verena Ernst wurde in München geboren und ist Mutter von vier Söhnen. Seit 2002 ist sie glückliche Brandenburgerin. Ihr Medizinstudium absolvierte sie an den Universitäten München, Hamburg und Halle an der Saale. Im Jahre 2003 erlangte sie die ärztliche Approbation, seit 2013 ist sie Fachärztin für Innere Medizin.

In der Arztpraxis von Dr. Verena Ernst in Potsdam werden sehr viele Patienten mit chronischen Erkrankungen behandelt, wie zum Beispiel Bluthochdruck, Diabetes mellitus Typ 2 und Koronare Herzerkrankung. Hauptsächlich betroffen sind Patienten ab dem 50. Lebensjahr, überwiegend natürlich die noch etwas ältere Generation. Neben der Behandlung von frischen Ereignissen wie einem Herzinfarkt oder einem Schlaganfall

liegt ein großes Augenmerk eines jeden Hausarztes in der Vermeidung solch bedrohlicher Erst- oder Wiederholungsereignisse. Hier nimmt neben konsequenter Blutdruckeinstellung die Ernährung und auch die Empfehlung zu körperlicher Fitness einen relativ großen Stellenwert ein.

Um das Fortschreiten einer Arteriosklerose, also auch der koronaren Herzkrankheit, zu vermeiden,

dürfen sowohl die Blutfettwerte als auch der Blutzuckerspiegel nicht dauerhaft erhöht sein. Nach aktueller Studienlage reduziert eine einprozentige Senkung des Langzeitzuckerwertes HBA1c das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko um 18 %, das Risiko für Schlaganfälle um 17 % und das allgemeine Sterberisiko um 35 %. Eine Senkung des LDL-Cholesterins um 40 mg/dl verringert das Risiko für Herzinfarkte um 27 %, für Schlag-

anfall um 22 % und das allgemeine Sterberisiko um 14 %. Daher werden auch in der Praxis von Dr. Verena Ernst viele Patienten mit Diabetes mellitus und koronarer Herzkrankheit über ihr Krankheitsbild und vor allem über die entsprechenden Ernährungsempfehlungen in Form von individuellen Einzel- und Gruppenkursen umfassend informiert. Das genutzte Schulungsmaterial ist zertifiziert und wird nach neuesten Fach- und didaktischen Erkenntnissen weiterentwickelt.

Aus der praktischen Alltagserfahrung berichtet die Internistin, dass sie unter Einhaltung der vorgegebenen Schulungsinhalte stets auch die Individualität der Patienten beachten muss. Es ist eine besondere Herausforderung, in Gruppenschulungen das Informationsangebot und den Austausch an die gegebenen Bedürfnisse der individuellen Teilnehmer anzupassen. Hier hilft auch Anschauungsmaterial, wie z. B. ein Modell-Gefäß mit Plaques, welches aus einem Wasserrohr mit Bauschaum nachgebaut wurde. Oder ein selbstgestaltetes HbA1c-, also Langzeitzucker-Molekül-Modell, bestehend aus weißen (Plastik-)Zucker-Anhaftungen, die auf einem Hämoglobin-Plastikball kleben. Selbst ein „Innerer Schweinehund“ wurde genäht. Zusätzlich gibt es auch zum Thema Ernährung viel Filmmaterial und sehr viel persönlichen Austausch. „Die große Herausforderung ist, dass wir komplett unterschiedliche Menschen in sehr verschiedenen Lebensphasen über aktuelle Ernährungsempfehlungen informieren möchten“, berichtet Dr. Ernst und ergänzt: „Wir passen uns daher auch in der Sprache, im Material, im Umfang und in der Zielsetzung unserer Ernährungsberatung an individuelle Bedürfnisse an. Würden wir nur belehren und einen rein standardisierten Frontalunterricht durchführen, so würden wir mit Sicherheit keinen anhaltenden Erkenntnisgewinn bei unseren Patienten erreichen“. Viel wichtiger ist es daher, dem Patienten die ärztliche Hilfe- und Beratungsfunktion zu verdeutlichen. „Wir sehen uns als unterstützende Berater oder Coaches unserer Patienten, die nach ausreichender Information stets

selbst entscheiden können, welche Ernährungsgewohnheiten sie zugunsten ihrer Gesundheit verbessern können – oder eben auch nicht“, meint die Fachärztin. Sie geht davon aus, dass zu strikte Vorgaben und Ernährungsempfehlungen den Patienten sicherlich das Gefühl vermitteln, dass ihnen Lebensqualität und wesentliche Freiheiten vom Arzt genommen werden.

Sollte beispielsweise ein Stück Kuchen mehrmals in der Woche nachmittags ein wichtiger Bestandteil des Tagesablaufes sein, vielleicht auch des sozialen Lebens, so sollte dies zugunsten der Lebensfreude beibehalten werden. Andererseits gibt es vielleicht ein Glas Apfelsaft mit viel Fruchtzucker, welches bisher unbewusst im Laufe des Tages zugeführt wurde. Es gilt stets, ganz genau die Gewohnheiten und die Prioritäten des Patienten zu kennen.

Ein Erfolgsfall: Ein 68-jähriger, zuvor etwas unzufrieden wirkender Patient mit latent depressiver Symptomatik, erhielt in der Arztpraxis die Neudiagnose eines Diabetes mellitus Typ 2. Von den ausführlichen Schulungen konnte er sehr profitieren und fing an, sowohl seine Ernährung umzustellen als auch sich regelmäßig sportlich zu betätigen – dreimal 30 Minuten Jogging pro Woche. Hierunter hat der Patient viel Gewicht verloren und seine Blutzuckerstoffwechsellage hat sich komplett normalisiert – er ist nun kein Diabetiker mehr. Er traf also die bewusste Entscheidung, nach ausführlicher Aufklärung in der Arztpraxis, seinen persönlichen Lebensstil zu verändern.

Umgekehrt muss natürlich, wie Dr. Ernst hinzufügt, stets ärztlicherseits akzeptiert werden, wenn ein Patient nach ausführlicher Aufklärung seine Ernährungsgewohnheiten nicht verändern möchte. Dann wird jeder Arzt natürlich – aufgrund der großen Verantwortung – eine möglichst gute Blutzucker- und Blutfettwert-Einstellung auf Basis der entsprechenden medikamentösen Maßnahmen empfehlen. Zusammenfassend lässt sich aber sagen, dass Patienten bezüglich des Ernährungs-Inforna-

tionsangebotes, auch im Rahmen der offiziellen Schulungsangebote, sehr zugänglich und auch sehr dankbar sind. Jedes Sprechstundengespräch verläuft mit gut informierten Patienten viel zielführender.

Schwierigkeiten ergeben sich durch das grundsätzliche Problem einer Hausarztpraxis im Alltag, dass ausführliche Gespräche in der Praxis nicht zulänglich vergütet werden – noch immer erscheint die apparative Medizin in der Vergütung eines niedergelassenen Arztes wesentlich wertvoller als die sprechende Medizin. Daher können sich viele Ärzte nicht die eigentlich gewünschte und notwendige Gesprächszeit mit ihrem Patienten im Alltag leisten. „Dabei erleben wir jeden Tag, dass die ausführliche Aufklärung zum Krankheitsbild und die Begleitung im Alltag sehr wirkungsvoll in Bezug auf die Erreichung der angestrebten Therapieziele im Bereich des Stoffwechsels und des Blutdrucks sind“, so Dr. Ernst. Hier wird auch deutlich, dass durch „sprechende Medizin“ präventiv sehr effektiv gesundheitlich relevante Folgeerkrankungen vermieden oder aber wenigstens stabilisiert werden können. Daher wünschen sich Hausärzte einerseits zukünftig eine gesundheitspolitische Wertschätzung der ausführlichen Gespräche, welche in der Gewichtung wertvoller als die speziellen apparativen Vorsorgemaßnahmen sein sollten. Denn auch jüngere Patienten besuchen zum Teil immer noch mit Bagatellfragen direkt kardiologische und diabetologische Facharztpraxen, weshalb es zu Terminengpässen bei dringlichen Facharztanfragen kommt. Auch hier würden ausführlichere Gespräche mit den Hausärzten die Frequenz der Facharztbesuche verringern. Andererseits geht bezüglich der allgemeinen Ernährungsempfehlungen natürlich ein deutliches Plädoyer der Ärzteschaft an die Lebensmittelindustrie, verantwortungsvoll mit den Zuckerbeimengungen in unseren alltäglichen Nahrungsmitteln umzugehen und eine entsprechende Kennzeichnung auf den Produkten einzuführen. ●

www.arztpraxis-ernst-potsdam.de



Gesundheit

IST BALANCE

Prof. Dr. med. Thomas Kurscheid (Facharzt für Allgemeinmedizin, Sport- und Ernährungsmedizin, Naturheilverfahren n.e.A, Präventivmediziner DAPM, Master of Public Health) studierte Medizin in Köln, Budapest und London. Aber auch später, während seiner Facharztausbildung, zog es ihn immer wieder ins Ausland und zu anderen Kulturen (Indien, Kolumbien), um seinen Behandlungshorizont zu erweitern.

Der Gesundheitsmarkt explodiert und lockt mit gesunden Trends in Sachen Fitness und Ernährung. Schon seit gut 20 Jahren hat sich Prof. Dr. med. Thomas Kurscheid, Allgemein-, Sport- und Ernährungsmediziner in Köln, dem gesunden Leben verschrieben und den Pfunden den Kampf angesagt. Was aber macht einen wirklich gesunden Lebensstil aus?

Zu den Basics zählt Prof. Kurscheid zunächst einmal eine ausgewogene, möglichst mediterrane Ernährung, also die Reduktion der Kohlenhydrate, zwei bis drei Mahlzeiten am Tag, viel Gemüse und Eiweiß - und Bewegung. Schon 30 Minuten Bewegung am Tag verlängern das Leben um drei gesunde Jahre. Trainiert man dreimal pro Woche bis man außer Atem ist, zeigen Studien, dass sich das Leben um

durchschnittlich sechs gesunde Jahre verlängert. Aber Kalorien zählen reicht nicht, sondern das Essen sollte wieder in den Mittelpunkt gestellt werden. Bewusst essen, d. h. sich Zeit dafür nehmen und nicht durch Smartphone, TV und Zeitung ablenken lassen, rät der Experte. Wichtig seien aber auch der Freundeskreis, soziale Bindungen und soziales Engagement und Freude an dem, was man tut.

Diese Freude hat Prof. Kurscheid offenbar bei seinen vielfältigen Tätigkeiten. Die Praxis, Auftritte im TV, die Gründung der Gesellschaft für Gesundes Gewicht, diverse Buchprojekte und die Vorlesungstätigkeit lasten ihn nun schon seit einigen Jahren sehr aus. Manchmal auch mehr, als ihm lieb ist. Das ließ er in unserem persönlichen Gespräch durchblicken. Denn oft bleibt nur noch der Samstag in der Praxis, um Arztbriefe zu schreiben, die bürokratischen Notwendigkeiten zu erledigen und Sendungen vorzubereiten. Gerade ist er aus Berlin zurück, wo er am Wochenende acht neue Folgen von „Total Gesund“ für Sat1 gedreht hat. Über 600 Fernsehauftritte liegen schon hinter dem 54-Jährigen. Pro Woche findet mindestens ein weiteres Interview mit einem anderen Sender in seiner Praxis statt, die im Kölner Süden liegt. Dort stehen neben der Krankenbehandlung vor allem die Gesundheitsvorsorge (Check-ups) und die Behandlung der Adipositas im Mittelpunkt. Dazu arbeiten in seiner Praxis Psychologen, Internisten, Diätassistenten und Physiotherapeuten nach einem ganzheitlichen Ansatz zusammen.

Für Prof. Kurscheid ist Vorsorge entscheidend: Jeder, der nur versucht, auf seinen Körper zu hören, lebe gefährlich, denn unser Körper habe kein Frühwarnsystem wie ein Auto. Kleine Tumore, Bluthochdruck und Cholesterin machten sich oft erst bemerkbar, wenn es schon zu spät sei. 70 % unserer Gesundheit hätten wir selbst in der Hand. „Dein Körper belügt Dich“, ein bemerkenswertes Buch aus seiner Feder, in dem wir viel über uns selbst erfahren, ist längst zum Bestseller geworden. Die beiden Hauptempfehlungen: Den Körper besser verstehen lernen und alle zwei Jahre einen Gesundheits-Check zur Früherkennung von Krankheiten durchführen lassen. Die moderne Medizin muss und kann die Defizite unseres körpereigenen Frühwarnsystems ausgleichen. Seine Praxis verfügt zudem über die erste elektrische Ganzkörper-Kältekammer Kölns. Der Aufenthalt in der minus 120 Grad kalten begehbbaren Kammer ist auf drei Minuten begrenzt. Neueste Studien zeigen, dass die Kammer dabei helfen kann, den Cholesterinspiegel zu senken, Übergewicht abzu-

bauen, die Glückshormonproduktion (z. B. bei Depressionen) und die Leistungsfähigkeit zu erhöhen. Auch hilft sie bei rheumatischen Erkrankungen, Schmerzen zu lindern. Viele bekannte Sportler, u. a. auch Spieler der Fortuna Köln, nutzen bereits seine Kältekammer.

Prof. Kurscheid hält Vorlesungen an mehreren Universitäten im In- und Ausland und ist Dozent an der Hochschule Fresenius in Köln. Zudem schreibt er Bücher und wissenschaftliche, aber auch populärwissenschaftliche Artikel. Im Dezember erscheint wieder ein Buch von ihm: „Low-Carb – neuester Stand – ballaststoffreich und gesund abnehmen“. Der Begriff Low-Carb oder Kohlenhydratfasten bezeichnet verschiedene Ernährungsformen oder Diäten, bei denen der Anteil der Kohlenhydrate an der täglichen Nahrung reduziert wird. Oft kommen dadurch leider die Ballaststoffe zu kurz. Hier setzt Prof. Kurscheid an und präsentiert erstmalig Low-Carb/High-Fiber Gerichte, die ballaststoffreich trotz weniger Kohlenhydrate sind. Zudem empfiehlt er mindestens einmal im Jahr ein extremeres Kohlenhydratfasten, die Keto-Diät. Diese bewirkt, dass statt einer Zuckerverbrennung Ketone aus Fett produziert werden, was die Leistungsfähigkeit und die Fettverbrennung erhöht. Prof. Kurscheid verdeutlicht die Wirkung am Beispiel der drei Gewinner des Ironman 2016 auf Hawaii. Sie alle sind offenbar hervorragend ohne Zufuhr von Kohlenhydraten ausgekommen. Ihre Glykogenspeicher waren leer und der Körper auf effektivere Fettverbrennung umgestellt. Selbst bei austrainierten Sportlern reichen die Körperfettvorräte locker für mehrere Ironmandistanzen. Für den Ironman trainiert Prof. Kurscheid, der Vizelandesmeister im Rudern war, zwar nicht, aber neben der Familie ist der Sport sein Ausgleich. Laufen, Fitness, Krafttraining und Badminton gehören zu seinem regelmäßigen Programm. Ins Jahr 2018 ist er mit einem neuen Projekt gestartet, das die Versorgung von Patienten mit Adipositas verbessern soll. Gemeinsam mit Dr. Karsten Behle bietet er mit seiner Gesellschaft für Gesundes Gewicht (GGG) eine Fortbildung zum Adipologen an. Der Kurs richtet sich an Mediziner al-



Low Carb – Neuester Stand:
Ballaststoffreich und gesund abnehmen.
Von Prof. Dr. Thomas Kurscheid und
Bettina Matthaei (Rezepte)
Becker Joest Volk Verlag
Gebundene Ausgabe: 200 Seiten
Erscheinungsdatum: 11. Dezember 2018

ler Fachrichtungen, Apotheker sowie Psychologen und umfasst 40 Präsenzstunden sowie 20 Stunden in interdisziplinären Adipositasgruppen. Vermittelt werden den zukünftigen Adipositastherapeuten wichtige Themen der Bereiche Medizin, Psychologie, Sportmedizin und Ernährungswissenschaft. Der nächste 6-tägige Kurs findet vom 18. – 20.01.2019 und vom 01. – 03.02.2019 statt.

Bislang ist die Adipositas in Deutschland nicht als chronische Erkrankung anerkannt, anders als in den meisten anderen Ländern. Deswegen müssen gesetzliche und private Kassen die Therapie bis auf Ausnahmen nicht zahlen. Daher kämpft Prof. Kurscheid mit der GGG und der Deutschen Adipositasgesellschaft für eine Anerkennung der Adipositas als chronische Erkrankung und für eine professionellere, interdisziplinäre Behandlung. Immerhin zahlen zunehmend mehr Kassen inzwischen die Behandlung aus Kulanz, z. B. die Optifast-52-Ganzjahresprogramme und die Nachsorgeprogramme, die die Praxis Kurscheid anbietet. ●

www.dr-kurscheid.de

Dr. Christine Winkler

Pressereferentin der PVS
cwinkler@thre-pvs.de



EINER, DER FÜR Gesundheit kämpft

Robert Kronecker ist 19 Jahre alt, als er vom Arzt eine niederschmetternde Diagnose erhält: Lymphdrüsenkrebs im Endstadium. Träume wie der einer Basketballkarriere zerplatzen – fortan steht der Kampf gegen die Krankheit im Mittelpunkt. Mit unbändigem Willen besiegt Kronecker den Krebs; den neuen Lebensmut setzt er auch für eine brillante Geschäftsidee ein: Mit einem Kompagnon entwickelt der heute 34-Jährige gesunde Müsliriegel auf Haferbasis, auch „Flapjacks“ genannt. Der Ökotrophologe über die eigene Geschichte und den Erfolg seines Start-ups HAFERVOLL.

Viele Menschen nehmen ihr Frühstück hastig vor der Arbeit ein oder verzichten gar komplett darauf – müssen wir es wieder lernen, uns ausgewogen zu ernähren?

Das betrifft nicht nur das Frühstück, denn es gibt Studien, die besagen, dass lediglich rund 28 % aller Berufstätigen überhaupt kochen – und das auch nur am Wochenende. Natürlich ist seit Jahren ein gewisser Gesundheitstrend zu erkennen: Da gibt es entsprechende Snacks und Drinks – Obst und Gemüse konsumieren wir sowieso. Tatsächlich existiert jedoch ein Lernbedarf. Ein Extrembeispiel: Dem Deutschen ist sein Auto sehr wichtig, und er leistet sich mitunter unzählige Pflegegeschwämme für Cockpit, Felgen und Kühlergrill. Kostet der Brokkoli aber 2,99 Euro, wird diskutiert. Essen unter Zeitdruck, das bedeutet einen niedrigen Sättigungsgrad und oft den Griff zu qualitativ schlechteren Produkten. Da muss noch viel in unseren Köpfen passieren.

Schlägst Du da als Ernährungswissenschaftler vor Supermarktregalen schon mal die Hände über dem Kopf zusammen?

Absolut! Ich kaufe in der Regel nichts, ohne zuvor die Zutaten zu checken. Rechnet man die Obst- und Gemüseabteilung raus, frage ich mich manchmal schon, was man im Supermarkt noch guten Gewissens kaufen kann. Ich bin kein Veganer, versuche aber dennoch, Milchprodukte weitgehend zu vermeiden. Ich esse auch Fleisch, wenn ich über die Herkunft Bescheid weiß. Zudem bin ich ein kleiner Kaffee-Junkie – auch da kann man aber auf Nachhaltigkeit achten.

Der Ärger über Zuckerzusätze und billiges Füllmaterial war vor fünf Jahren Startschuss für Eure Geschäftsidee – im Ofen gebackene Müsliriegel, sogenannte „Flapjacks“ ...

Mein Mitgründer und ich, wir haben vorher in einer Firma für Sportnahrung gearbeitet. Als junge Erwachsene fanden wir es cool, in diesem Bereich tätig zu sein. Irgendwann fragten wir uns, was für Produkte wir da eigentlich vertreiben: Es wächst mittlerweile eine Zielgruppe von 17- bis 19-Jährigen heran, die verstärkt in die Fitnessstudios rennt und werblich leicht zu beeinflussen ist. Da suggerieren aufgepumpte Kraftsportler ein Wirkversprechen, das die Produkte gar nicht halten. Dieser Job hat uns nicht mehr erfüllt. Eher zufällig sind wir dann in England über die dort traditionellen Flapjacks gestolpert: Haferriegel gab es in Deutschland – trotz langer Bäckereitradition – bislang nicht.

Wie verlief dann der Weg zum Start-up?

Uns gefiel damals, 2013, dieser „Hand made“-Herstellungsprozess, der für eine gewisse Wertigkeit steht. Eine DIY-Welle schwappte damals ohnehin langsam aus den USA nach Deutschland herüber. Unsere Leitgedanken waren: Wir möchten etwas ehrliches, gesundes und innovatives anbieten. Hinzu kam, dass das Bäckereihandwerk leider zusehends ausstirbt, so dass wir auch einen emotionalen Marketingcharakter bedienen konnten. Das ist übrigens auf jedem HAFERVOLL-Riegel nachzulesen: „Echte Zutaten, echte Menschen, echt wahr.“ Ich möchte aber nicht verschweigen, dass die Gründungsphase auch von Unsicherheiten und Zukunftsängsten geprägt war.

Irgendwann kam dann aber der Punkt, an dem ihr bemerkt habt, dass die HAFERVOLL-Idee ins Rollen kam ...

Das war im März 2015, als unsere Produkte mit einem Schlag von knapp 1.200 Rossmann-Märkten ins Sortiment aufgenommen wurden. Wir haben auch vorher schon einzelne Supermärkte beliefert – das aber war unser erster wirklicher Rollout und somit



HAFERVOLL



HAFERFLOCKEN

KAKAO & HASELNUSS

HAFERVOLL Flapjacks werden schonend im Ofen gebacken und neben den Vollkorn-Haferflocken ausschließlich Naturzutaten wie pflanzliche Öle, Honig, Trockenfrüchte, Nüsse und Samen verwendet. Perfekt als Frühstückersatz - wenn mal keine Zeit ist, als Sattmacher für Zwischendurch oder nach dem Sport.

Neben den vielen verschiedenen „Klassikern“, wie Kakao Haselnuss oder Mohn Aprikose ergänzen Protein-Flapjacks und die vegane Sorte Cranberry Kakao das Sortiment. Aktuell sind auch die Limited Wintersorten Lebkuchen, Chai, Bratapfel und Kürbis zu haben.

www.hafervoll.de

IM OFEN GEBACKEN

HANDMADE

Robert Kronecker gründete 2013 mit einem Kompagnon das erfolgreiche Start-up HAFERVOLL.



Ideal zum Verschenken: die HAFERVOLL Weihnachts-Box. Das gesamtes Sortiment inkl. der vier Limited Wintersorten – mit Wärmefläschchen und Tasse.

STECKBRIEF

ROBERT KRONEKKER

- » Mitgründer von HAFERVOLL
- » B.Sc. Oecotrophologie an der HS Niederrhein
- » Fachmann für Backwaren an der Zentralfachschule der deutschen Süßwarenwirtschaft (ZDS)
- » Ausgebildeter Fitnessfachwirt an der privaten Berufsakademie (BSA, Köln)

ein Schlüsselmoment. Die ersten zwei Jahre waren die härtesten, seitdem gewinnen wir kontinuierlich neue Kunden dazu.

Das lässt sich an Verkaufszahlen und Marktpräsenz messen, aber auch an Feedback, etwa in sozialen Medien.

Wir arbeiten viel mit Influencern und Bloggern zusammen, da erhalten wir stets ungefiltertes Feedback, das uns immer sehr freut und Energie für die Zukunft gibt. Aber auch persönliche Rückmeldungen sind toll – neulich war ich zum Beispiel auf einer Fitnessmesse zu Gast, da wurde ich sehr positiv auf unsere Riegel angesprochen. Ich finde aber auch negative Kritik wichtig, wenn sie konstruktiv ist: Stört sich jemand etwa an unserer Verpackung, leiste ich gerne Aufklärungsarbeit, die letztlich oft für einen Aha-Effekt sorgt.

Du hast noch eine ganze andere Geschichte zu erzählen, nämlich die einer Lymphdrüsenkrebserkrankung im Endstadium mit 19 Jahren. Wie lange dauerte es damals, wieder in den Angriffsmodus zu schalten?

Das ist aus heutiger Sicht schwer zu sagen. Von der ersten Diagnose, über die Chemotherapie bis hin zur Aussage, dass ich wieder gesund sei, ist einfach viel passiert. Eine Lungenentzündung kam dazu; die Krankheit nagte an meinem Selbstwertgefühl. Die Therapie hat mich so stark verändert, dass ich nicht mehr der Mensch werden konnte, der ich einst war. Nachdem ich den Krebs besiegt hatte, stellte sich zudem diese typische Haltung ein: „Das Leben kann so schnell vorbei sein!“. Ich begann ein Japanisch-Studium und war ständig auf der Suche nach dem Besonderen. Ich musste mich neu ordnen.

Wie ging es weiter?

Nach der Chemotherapie bin ich tatsächlich erst mal in ein Loch gefallen, denn jede Gehirnzelle beschäftigte sich zuvor mit der Frage, wie der Krebs bekämpft werden kann. Eine sehr extreme Einstellung. Während der Krankheit bin ich auch mal mit Freunden feiern gegangen – entgegen ärztlicher Ratschläge und auch ohne Mundschutz. Ich wollte mich einfach nicht vom Krebs bändigen lassen. Diese mentale Einstellung hätte natürlich auch in die Hose gehen können.

Du verwendest da gerne den Begriff der „Wut“ – inwiefern lässt sich diese in ein positives Lebensgefühl umwandeln?

Natürlich stellt sich bei solch einer Diagnose die Frage: „Wieso passiert das ausgerechnet mir?“. Alles Mögli-

che habe ich hinterfragt und verteuert. Diese Wut hat sich aber schnell in einen gewissen Ehrgeiz verwandelt – mit Blick auf den Kampf gegen den Krebs und später auch auf billige Nahrungsmittel und Fake-Produkte. Der Gedanke „Ich kann das besser“, der macht auch den Kopf frei. Sich nicht zu lange über gewisse Dinge aufregen, sondern positiv nach vorn zu blicken. Dass wir mittlerweile vom Marktführer nahezu 1:1 kopiert werden, hat uns bei HAFERVOLL ohne Frage erst mal sehr geärgert. Heute sehen wir das aber eher lässig und als Bestätigung unserer guten Arbeit, zumal uns unsere Kunden treu bleiben.

Wohin soll die Reise mit HAFERVOLL noch gehen?

Unsere Produktrange wird kontinuierlich erweitert, es wird limitierte Editionen zu unserem fünfjährigen Jubiläum oder zu Weihnachten geben. Solche Ideen basieren übrigens oftmals auf Wünschen und Anregungen unserer Kunden. Auch personaltechnisch verzeichnen wir ein Wachstum und besitzen mittlerweile eine eigene Entwicklungsküche, in der wie die unterschiedlichen Rezepturen planen. Wir exportieren mittlerweile in 19 Länder, wobei wir den Fokus weiterhin auf Deutschland legen. Wir sind bei Blogger-, Sport- und Handelsevents unterwegs und auch bei Yoga-Veranstaltungen anzutreffen. Für die nächsten Jahre gibt es genügend Aufgaben.

www.hafervoll.de



Robert Targan

Freier Texter,
Autor & Redakteur.
www.roberttargan.de

KURZE VITA

- » Baujahr: 1984
- » Geburtsort: Gelsenkirchen
- » Wohnort: Köln
- » Spitzname: Flocke der Boss
- » Eltern kommen ursprünglich aus Ungarn
- » Japanisch-Studium abgebrochen
- » Hobbys: Kochen, Sport (Fitness, Basketball, Outdoor), Reisen, Musik



Fotos (3): © HAFERVOLL

Verlosung

Gewinnen Sie

- 1 x 1 **Frühstücksset**
inkl. Kaffeebecher 2 Go
- 2 x 1 **18er Mix-Box mit 6 Sorten**
- 2 x 1 **3er HAFERVOLL-
Lunch-Box mit 3 Sorten**

Schicken Sie uns eine E-Mail oder eine Postkarte unter Angabe Ihrer Kundennummer bzw. Ihres Namens und Adresse mit dem Betreff „HAFERVOLL“ bis zum 14. Dezember 2018 an:

Redaktion PVS Einblick
Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr

oder: gewinnspiel@ihre-pvs.de

Die Daten werden ausschließlich für den Zweck der Verlosung verwendet. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der PVS sind von der Verlosung ausgeschlossen.



Fotos (2): © tacheles Werbeagentur GmbH

Holger Böker, Inhaber des Restaurants „Richard Wagner“ in Mönchengladbach, reagierte schon vor sieben Jahren auf den steigenden Trend zur veganen Ernährung.

Alle an einem Tisch

Dass eine Mahlzeit in Gemeinschaft noch besser schmeckt, ist kein Geheimnis. Holger Böker, Inhaber des Mönchengladbacher Restaurants „Richard Wagner“, führt diesen Gedanken allerdings noch einen Schritt weiter: Unter dem Motto „Gemeinsam gut essen“ bringt er Freunde von klassischer und veganer Küche gekonnt zusammen.

Der Trend zur veganen Ernährung steigt zusehends an, weiß Holger Böker zu berichten, schließlich beobachtet er diese Entwicklung tagtäglich in seinem Restaurant. „Mit Blick auf unsere Küche kann ich von einem rund 50-prozentigen veganen Anteil sprechen – mit durchweg frischen, nachhaltigen und regionalen Produkten.“ Seit mittlerweile sieben Jahren bietet der Koch neben Fleischgerichten auch vegane Speisen an; geht es etwa dienstags auf „Schnitzeljagd“, kann die Jäger-, Hawaii- oder Mailänder-Version auch in Form von Kohlrabi- oder Sojaschnitzel geordert werden. Gleiches gilt für die beliebten Burger im „Richard Wagner“: Hier hat der Gast die Wahl zwischen 200

Gramm Irish Angus Beef oder handgemachten Gemüsepancakes – beide Varianten werden mit hausgemachten Pommes und knackigem Salat serviert. Die Gerichte wechseln täglich und sind saisonal ausgerichtet: „Der Kunde achtet heute zudem verstärkt auf heimische Produkte, daher legen wir viel Wert darauf, mit Anbietern aus Mönchengladbach und der Region zusammenzuarbeiten“, so Holger Böker.

Verzicht auf Ersatzprodukte

Der Leitspruch des Restaurants – „Gemeinsam gut essen“ – darf übrigens aus zweierlei Sicht betrachtet werden: Zum einen unterstreicht Holger Böker, wie wichtig es ist, in der heute oft rastlosen Zeit am Tisch zusammenzufinden. Vor allem aber möchte er niemanden ausschließen und eben carnivore, vegetarische und vegane Ernährung verbinden: „Besucht uns etwa eine Familie, kommen verschiedene Generationen zusammen. Dann geben häufig die Jüngeren vegetarische oder vegane Bestellungen auf.“ Da das „Richard Wagner“ bereits in den Morgenstunden seine Pforten öffnet, gilt der

„zweigleisige“ Weg auch fürs reichhaltige und sehr geschätzte Frühstücksbuffet. Holger Böker betont, dass er gänzlich auf Ersatzprodukte verzichtet: „Bei mir gibt es beispielsweise keinen veganen Käse, der aus Kartoffelstärke oder anderen Produkten zusammengesetzt wird. Mir ist es wichtig, mit natürlichen Rohstoffen bekannte Geschmäcker zu erhalten.“ Wie Leberwurst aus Kidneybohnen und Räuchertofu – alles ist möglich.

Alternativen aufzeigen

Wer die gemütlich-authentische Atmosphäre des „Richard Wagner“ aufsucht, soll keineswegs bekehrt werden. Vielmehr geht es Holger Böker – selbst Fan bodenständiger Küche – darum, vielfältige Möglichkeiten aufzuzeigen. Dies gilt auch für die regelmäßigen Kochkurse, die der Gastronom anbietet: „Da geht es los mit einer Einführung in die vegane Küche und der Vermittlung von Basics – welche Alternativen gibt es zur klassischen Milch? Zur klassischen Butter? Zu Eiern? Ich zeige den Teilnehmern, dass sie mit ähnlichen Kompositionen leckere Gerichte zubereiten können.“ Das Konzept geht auf und trägt zur Sensibilisierung der Gäste bei. „Beim Thema „Veganismus“ würde ich mir von der Gesellschaft allerdings noch mehr Offenheit wünschen“, räumt Böker ein. In seinem Restaurant legt er dafür jedenfalls täglich die Grundsteine. ●

Holger Böker im Richard Wagner
Richard-Wagner-Str. 54
41065 Mönchengladbach
Tel. 02161 2944600
www.holger-boeker.de



Robert Targan

Freier Texter,
Autor & Redakteur.
www.roberttargan.de

Das etwas andere Weihnachtsmenü

Weihnachten vegan – zusammengestellt
von Holger Böker. Viel Spaß beim Nachkochen!



Kürbissuppe mit Süßkartoffelchips

1 kleiner Kürbis (z. B. Hokkaido)
2 dicke Möhren
1 große Zwiebel
1 kleine Süßkartoffel
1-2 (rote) Chilischoten
1 Knoblauchzehe
etwas Ingwer
Kokosmilch
etwas Öl
ca. 1 Liter Gemüsebrühe
Salz, schwarzer Pfeffer, Muskat

Optional: ein frisches Baguette
als Beilage, etwas Pesto

Möhren in dicke Scheiben schneiden, den Kürbis schälen und in Stücke schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Chilischoten klein schneiden und in Öl andünsten. Dann den Ingwer ebenfalls in kleine Stücke schneiden und dazu geben. Wenn die Zwiebeln glasig sind Möhren und Kürbis hinzu geben. Kurz mitdünsten, dann etwa 0,75 - 1 Liter Gemüsebrühe dazu. Aufkochen und anschließend 20 Minuten köcheln lassen. Wenn das Gemüse weich ist, alles mit dem Pürierstab pürieren, würzen und etwas Kokosmilch – je nach Geschmack – dazu geben und verrühren. Ggf. noch Gemüsebrühe zugeben. Zum Schluss die zuvor in ganz dünne Scheiben geschnittenen und gebackenen Süßkartoffeln auflegen und ggf. mit etwas Pesto vollenden.



Vegauer Nussbraten mit Lauch und Pilzen

Nussbraten (Kastenform Ø 30 cm):
1 Handvoll getrocknete Steinpilze
1/2 Stange Lauch
2 1/2 EL Olivenöl
1 Prise Muskat
1 Stange Sellerie
2 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
200 g braune Champignons
100 g gekochte braune Linsen
100 ml veganer Rotwein
100 g Mandeln
100 g geschälte Walnüsse
2 EL gemahlene Leinsamen + 4 EL Wasser
2 EL Flohsamenschalen + 50 ml Wasser
2 EL Kichererbsenmehl
50 g Räuchertofu
1 EL Sojasauce
1 EL Hefeflocken
1 TL getrockneter Thymian
1/2 TL getrockneter Rosmarin
2 TL Ahornsirup
Salz, Pfeffer

Getrocknete Pilze mindestens 20 Minuten in heißem Wasser einweichen. Lauch in Ringe schneiden und in einer heißen Pfanne mit 1/2 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze weich dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und bis zur Weiterverwendung beiseite stellen. Backofen auf 180 °C vorheizen. Sellerie, Zwiebeln und Knoblauch fein hacken. Champignons würfeln. Steinpilze abgießen (50 ml des Pilzsuds auffangen und beiseite stellen) und klein schneiden. Olivenöl in eine heiße Pfanne geben und Zwiebeln, Sellerie und Champignons einige Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Knoblauch, Linsen und Steinpilze hinzufügen und kurz anschwitzen. Gemüsepfanne mit Rotwein ablöschen und kurz bei niedriger Hitze schmoren lassen. Mandeln und Walnüsse in einer Küchenmaschine grob zerkleinern oder mit einem Küchenmesser fein hacken. Leinsamen und Flohsamen mit Wasser und dem beiseite gestellten Pilzsud vermengen und aufquellen lassen. Inhalt der Gemüsepfanne in eine große Schüssel geben und mit dem Kichererbsenmehl vermengen. Räuchertofu mit den Händen fein zerkrümeln und untermengen. Mit Sojasauce, Hefeflocken, Thymian, Rosmarin und Ahornsirup würzen. Nüsse und Leinsamen-, Flohsamenmischung hinzugeben und gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eine

Kastenform mit Backpapier auslegen und den gedünsteten Lauch hineingeben. Gleichmäßig verteilen und leicht andrücken. Die Nussbratenmischung daraufgeben und glatt streichen. Kastenform mit Alufolie abdecken und 45 Minuten backen. Folie nach 45 Minuten entfernen und weitere 15 Minuten fertig backen. Nach dem Backen 5-10 Minuten setzen lassen und anschließend vorsichtig auf einen Teller stürzen.

Bratensauce (300 ml):
1 große rote Zwiebel
150 g Champignons
150 g Lauch
1 1/2 EL Rapsöl
1/4 TL grobes Meersalz
1 EL Pflanzenmargarine
1 Karotte
1 Lorbeerblatt
1 Zweig Thymian
2 TL brauner Zucker
1 gestrichener EL Mehl
350 ml Gemüsebrühe
50 ml Rotwein
1 EL Sojasauce
1 EL Rotweinessig oder dunkler Balsamico
1/2 TL mittelscharfer Senf

Zwiebel und Lauch in feine Streifen, Champignons in Scheiben schneiden. Öl in einen heißen Topf geben, Zwiebel, Champignons und Lauch bei hoher Hitze 1 Minute scharf anbraten. Hitze leicht zurück stellen, Meersalz dazu geben und unter Rühren 5 Minuten weiter braten. Karotte in grobe Stücke schneiden und zusammen mit der Margarine, dem Lorbeerblatt, dem Zucker und dem Thymianzweig in den Topf geben. Unter Rühren weitere 6 Minuten braten. Das Gemüse sollte braune Stellen bekommen, allerdings natürlich nicht verbrennen. Notfalls den Topf kurz vom Herd nehmen. Mehl unterrühren und 2-3 Minuten bei mittlerer Hitze unter Rühren schmoren lassen, bis die Masse goldbraun ist. Mit Gemüsebrühe und Rotwein ablöschen. Sojasauce, Rotweinessig und Senf unterrühren. Bei niedriger bis mittlerer Hitze 20 Minuten ohne Deckel köcheln lassen. Anschließend Lorbeerblatt und Thymianzweig rausnehmen und den Rest sehr fein pürieren und zum Braten servieren. Als Beilage eignen sich hervorragend hausgemachte Kartoffelklöße und Apfelrotkohl.

MIT KLEINEN SCHRITTEN

Großes erreichen

Seine Bücher und Shows tragen Titel wie „Ich bin dann mal schlank“ oder „Essen erlaubt“: Patric Heizmann zeigt seinen Lesern und Fans, dass der Weg zum Wunschgewicht und erfüllten Leben nicht immer per frustrierender Dauerdiät beschränkt werden muss. Vielmehr sind es die Zutaten Humor und Kreativität, die es zum Erreichen eines „Perfekten Tages“ benötigt. Davon berichtet Patric Heizmann auch regelmäßig in seiner E.A.T.-Akademie (www.eat-akademie.de) oder bei Firmenveranstaltungen.

Ihre These lautet: „Abnehmen ist leichter, als man denkt“ – erkennen wir den Spaß an gesunder Ernährung oftmals nicht?

Das liegt an der völligen Überfrachtung bei diesem Thema, denn die Menschen werden permanent verunsichert. Mit meinem Prinzip des „Perfekten Tages“ möchte ich diesen Druck verringern: An einem ausgesuchten Tag halten wir uns dabei an bestimmte Regeln und wiederholen diesen Woche für Woche. Im Vergleich zu einer durchgehenden Dauerdiät durchaus realistisch. Mit diesem einen Tag sammeln wir aber positive Erfahrungen und automatisieren diese Regeln im Unterbewusstsein.

Es werden also schrittweise Geduld und Disziplin geschult?

Genau, denn abnehmen kann erst mal jeder. Sobald jedoch die typischen Diäten beendet sind, kommen die ganzen

weggeschickten Kalorien wieder nach Hause und bringen noch ein paar Kumpels mit – der Jo-Jo-Effekt. Durch die Wiederholung des „Perfekten Tages“ aber bekommen wir eine ernsthafte Chance, unser bisheriges Essverhalten infrage zu stellen. Ich spreche da von einem Referenzerlebnis: Nach drei bis vier Wochen verspüren wir plötzlich, dass wir viel besser schlafen und mehr Power für den Tag haben. Der Druck ist weg und wir können unser begrenztes Maß an Willenskraft für andere Dinge des Alltags einsetzen.

Können Sie da ein Beispiel nennen?

Eine der Regeln für den „Perfekten Tag“ lautet: „Lauf 10.000 Schritte am Tag“. Viele Menschen in meiner Community halten sich begeistert daran und posten etwa Bilder ihrer Erfolge bei Facebook. Erfolge, die sie sich vorher nie zugetraut hätten – nun aber legen sie bewusst und stolz diese Schritte zurück und trauen sich plötzlich auch mal ein 15-minütiges Läuferchen zu. Die Latte niedrig setzen und so das Motivationskonto auffüllen.

Wer möchte, findet natürlich immer Ausreden: Keine Zeit zum Kochen, fürs gemeinsame Essen oder um bewusst einzukaufen ...

Ich denke, das Problem ist ein anderes: Viele Menschen wissen schlichtweg nicht mehr, wie man schnell und einfach kocht. Sie schauen sich Kochshows an, in denen mit riesigem Aufwand Speisen zubereitet werden, und sagen sich: „Das ist mir zu viel.“ Als würde ich einem Marathonläufer zu-





Buchautor und Speaker Patric Heizmann motiviert Menschen gesund zu leben, und zwar ohne zu überfordern. Eine der im Alltag leicht umzusetzenden Regeln für den „Perfekten Tag“ lautet beispielsweise: „Lauf 10.000 Schritte am Tag“.

Viele hilfreiche Tipps und zum Thema Ernährung und Gesundheit gibt Patric Heizmann regelmäßig in seinem Blog: magazin.patric-heizmann.de



Fotos (2): © HealthMedia21

schauen, selbst keinen Sport treiben und von mir erwarten, es ihm gleich zu tun. Schnell kommt der Gedanke auf: „Das fange ich erst gar nicht an.“ In meinen Büchern finden sich daher nur Rezepte, bei denen das Essen ratzfatz auf dem Tisch steht. Mit wenig Aufwand und Zutaten, die man überall im Supermarkt bekommt. Häufig ist die Alternativlosigkeit das Problem, und nicht der Mangel an Zeit.

Welche Rolle spielen heutzutage soziale Netzwerke, die zum stetigen Vergleich verführen?

Am Anfang sollte immer die Frage stehen: „Was möchte ich eigentlich mit einer besseren Ernährung erreichen?“ Machen wir eine Diät wirklich nur für uns? Oder möchten wir damit nicht auch eine Wirkung auf andere Menschen erzielen? Und was passiert bei folgender Rückmeldung: „Oh, Du hast ja ziemlich abgenommen – sieht aber nicht gesund aus!“? Da hat man seinen Körper mit viel Disziplin verändert und bekommt dennoch verbal einen „reingedrückt“. Klar, die Medien erzeugen Druck, denn sie zeigen nur perfekte Menschen – Facebook und Instagram vermitteln ein perfektes Leben mit toller Figur, viel Anerkennung und durchweg Erfolg. Am besten: wegklicken und kleine Erfolgsschritte machen.

Ein Seminar der E.A.T.-Akademie heißt „Zukunftsverantwortung Gesundheit“: Ist uns diese Verantwortung überhaupt bewusst?

Seit dem Jahr 2000 beschäftige ich mich mit dieser Thematik, und ich erkenne schon, dass sich verdammt viel verändert hat. Zum Beispiel machen sich heute viel mehr Männer Gedanken um ihre Gesundheit. Hinzu kommt: Die Rente, wie sie uns heute vorgerechnet wird, ist nicht finanzierbar. Daher ist es so immens wichtig, dass man sich um sich selbst kümmert. Wer als rüstiger Rentner Kraft hat und mit 75 Jahren im Kopf noch frisch ist, verfügt über die beste Vorsorge, die es heutzutage gibt. Auch, weil immer mehr fitte Menschen mit viel Berufserfahrung benötigt werden.

Was für Erfahrungen machen Sie bei Ihren Firmenveranstaltungen?

Zum Beispiel, dass mir ein Manager im Anschluss am Büchertisch erklärt, dass drei Bypässe kein Resultat eines schlechten Lebensstils, sondern ein Leistungsnachweis seien. Diese Erfahrung mache ich sehr häufig: Menschen auf dem Erfolgsweg machen sich in der ersten Hälfte ihres Lebens sehr wenige Gedanken um die Figur und Gesundheit; kommen in der zweiten Hälfte aber die gesundheitlichen

Einschläge näher, werden sie plötzlich hellhörig. Dann mit viel Haut-Ruck Veränderungen zu erzielen, ist aus meiner Sicht der falsche Weg.

Und die Ernährung am Arbeitsplatz?

Oft höre ich vom „Klassiker“: Morgens möglichst lange schlafen nach stressbedingt unruhiger Nacht, auf dem Weg zur Arbeit haut man sich irgendetwas rein und mittags Kantinenfraß. Glücklicherweise gibt es Ausnahmen – doch die typische Betriebsgastronomie bietet völlig zerkochte Speisen, reine Füllstoffe, um möglichst günstig abzufüllen. Das Ergebnis ist, dass viele Angestellte einen „Halbtagsjob“ absolvieren, da sie nach der Mittagspause einen stundenlangen geistigen Verdauungsspaziergang machen. Abends dann giert der Körper nach Vitalstoffen, Mineralien und hoch ungesättigten Fetten, wird aber oftmals zugestopft mit weiterem Industriemüll.

Dabei sind gesunde, stressresistente Arbeitnehmer doch viel wertvoller fürs Unternehmen ...

Ganz genau! Da lohnt auch ein Blick auf den demografischen Wandel: Ältere Arbeitnehmer mit 20 – 30 Jah-

ren Berufserfahrung sind unfassbar wertvoll! Doch gerade denen fehlen oftmals Energie und Leistungsfähigkeit. Fangen diese Arbeitnehmer an, ein paar Dinge zu verändern, haben sie auch wieder mehr Spaß an ihrer Arbeit und einen entspannten Feierabend, den sie nicht fix und fertig auf der Couch verbringen müssen.

Nochmal zum Thema „Verantwortung“ – die trägt ja auch der Konsument, der etwa Hackfleisch für 99 Cent kaufen kann.

Ich nenne das „Fernsteuerung“: Viele Konsumenten reagieren nur noch und hinterfragen solche Tatsachen nicht mehr. Da sage ich gerne: „Eine Dose Katzenfutter wäre gesünder.“ Wir geben heute ca. 15 % unseres Einkommens für Lebensmittel aus, kaufen uns aber regelmäßig die neuesten Smartphones und reisen zweimal pro Jahr in die Ferne. Das Geld landet in anderen Kanälen, also können Lebensmittel nicht günstig genug sein. Das ist tatsächlich die Abgabe von Selbstverantwortung zu einem sehr wichtigen Thema.

Bei Ihren Shows und Vorträgen geht es zum Glück nicht so ernst zu – wie wichtig ist die Zutat „Humor“?



Verlosung

Wir verlosen 3 x 1 Exemplar des Buches „Schlank an einem Tag“! Schicken Sie uns eine E-Mail oder eine Postkarte unter Angabe Ihrer Kundennummer bzw. Ihres Namens und Adresse mit dem Betreff „SCHLANK“ bis zum 14. Dezember 2018 an:

Redaktion PVS Einblick
Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr
oder: gewinnspiel@ihre-pvs.de

Die Daten werden ausschließlich für den Zweck der Verlosung verwendet. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der PVS sind von der Verlosung ausgeschlossen.



Wer mehr erfahren möchte, der sollte in das Buch hineinschauen: „Schlank an einem Tag“ ist beim Südwest Verlag erschienen, 160 Seiten, ISBN 978-3-517-09540-0.

Beim Thema „Ernährung“ wird einfach mit allerlei Verboten gearbeitet, doch der Mensch lacht gerne von Natur aus. Ich habe schnell erkannt, dass meine Botschaften bei den Zuschauern hängen bleiben, wenn sie mit Humor transportiert werden. Das sind Menschen, die sich vielleicht für das Thema erst mal gar nicht interessieren. Aber zwischen den Witzen, da kommen die Botschaften – ich benutze den Humor also als Türöffner. Und während wir lachen, können wir schon mal nichts essen.

Ihre Bücher erobern die Bestsellerlisten, die Shows sind stets ausverkauft – wohin soll der Weg noch gehen?

Ich möchte noch mehr in die Firmen rein, weil ich denke, dass man dort mit dem Thema „Gesundheit“ noch viele Menschen erreichen kann – gerne mit mehrtägigen Seminaren. Auch mein erfolgreiches Online-Coaching

„Leichter als Du denkst“ möchte ich weiter ausbauen. Ende 2018 geht zudem ein Charity-Projekt online, an dem ich seit vier Jahren intensiv arbeite.

Bleibt die Frage nach Ihren Fans: Was bedeutet Ihnen deren Feedback, etwa zu Erfolgsgeschichten?

Das einzige, was mich an meinem Beruf stört: Ich gebe den Leuten etwas mit, das sie umsetzen können, aber ich verliere sie danach aus den Augen. Das ist mit meinem 1:1-Coaching aus früheren Tagen nicht zu vergleichen. Daher sind Erfolgsgeschichten so wertvoll für mich – dass ich mit meiner Arbeit Menschen dazu bewegen kann, ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen. Das ist der Grund, weshalb ich diese Arbeit aus Überzeugung mache. Sinnhaftigkeit und Gänsehaut pur!

www.eat-akademie.de
www.patric-heizmann.de

Von Alltagsstress bis Zuckerreduktion: Patric Heizmann verfolgt mit seiner Methode das Ziel, nachhaltige Gewohnheitsveränderungen zu bewirken.

Robert Targau

Freier Texter,
Autor & Redakteur.
www.roberttargau.de





10 ERNÄHRUNGS- MYTHEN

Ist Fett wirklich ungesund? Sollte man auf Kohlenhydrate verzichten, wenn man abnehmen möchte? Entwässert Kaffee tatsächlich den Körper? Die PVS Einblick klärt zehn große Ernährungsmythen auf.

1. ZUCKER MACHT SÜCHTIG

Forscher haben entdeckt, dass im Gehirn bei dem Verzehr von Zucker die gleichen Areale aktiviert werden wie beim Konsum von Drogen. Von einer Sucht kann jedoch nicht gesprochen werden, da beim Zuckerverzicht keine Entzugserscheinungen im menschlichen Gehirn auftreten. Heißhunger auf Süßes ist vom Blutzuckerspiegel abhängig und somit kein Zeichen für Zuckersucht. Regelmäßige Mahlzeiten und eine Ernährung mit möglichst naturbelassenen Lebensmitteln können positive Auswirkungen auf den Insulinstoffwechsel haben und die Lust auf Zucker regulieren.

2. EIER ERHÖHEN DEN CHOLESTERINSPIEGEL

Eier sind wertvolle Proteinlieferanten. Sie enthalten Vitamin A und E – und viel Cholesterin. Erhöhte Cholesterinwerte bedeuten ein höheres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Studien haben jedoch ergeben, dass Eier aufgrund des körpereigenen Regulationsmechanismus keinen nennenswerten Einfluss auf den Cholesterinspiegel haben. Daher können gesunde Menschen ohne weiteres jeden Tag ein Ei essen.

3. GLUTEN IST GRUNDSÄTZLICH SCHLECHT

Gluten ist das Klebeeiweiß, das in vielen Getreidesorten steckt und für die gleichzeitige Stabilität und Flexibilität von Teig sorgt. Menschen mit Zöliakie, einer genetisch bedingten Autoimmunerkrankung der Dünndarmschleimhaut, vertragen keine glutenhaltigen Lebensmittel. Wer jedoch gesund ist, sollte sich selbst nicht wichtiger Ballaststoffquellen wie z. B. Vollkorngetreide berauben. In industriell hergestellten Produkten muss das Gluten durch Zusätze kompensiert werden. Die Produkte sind häufig stark verarbeitet, enthalten nicht selten zu viel Salz, Zucker oder Fett – von Füllstoffen und Stabilisatoren mal ganz zu schweigen. Gesunde Alternativen sind Lebensmittel, die von Natur aus glutenfrei sind, wie beispielsweise Kartoffeln, Reis, Mais, Hülsenfrüchte, Quinoa, Buchweizen, naturbelassene Nüsse, Kerne und Samen.

4. ZITRONEN ENTHALTEN DAS MEISTE VITAMIN C

Der Vitamin C-Thron gehört – dem Brokkoli. Zitronen enthalten etwa 52 Milligramm Ascorbinsäure pro 100 Gramm, der Brokkoli mit über 115 Milligramm pro 100 Gramm ist der Zitrone daher weit überlegen. Platz Zwei belegt übrigens die Kiwi mit 71 Milligramm pro 100 Gramm, somit landet die Zitrone nur auf dem dritten Platz.

5. KAFFEE ENTWÄSSERT DEN KÖRPER

Es schadet nicht, zum Kaffee auch ein Glas Wasser zu trinken, doch aus gesundheitlichen Gründen ist es nicht erforderlich. Die tägliche Flüssigkeitszufuhr sollte nicht ausschließlich durch koffeinhaltige Getränke erfolgen, Kaffee kann aber ohne weiteres in die Flüssigkeitsbilanz miteinbezogen werden. Dass das im Kaffee enthaltene Koffein einen harntreibenden Effekt hat, ist zwar erwiesen, der Einfluss auf den Wasserhaushalt ist dabei jedoch minimal.

6. DURCH LIGHT-PRODUKTE WIRD MAN SCHLANK

Light-Produkte enthalten zwar weniger Fett als „normale“ Lebensmittel, machen allerdings auch weniger satt. Die Gefahr ist groß, dass man mehr isst, um das Hungergefühl auszugleichen. Fett ist ein natürlicher Geschmacksträger, das merkt man im Vergleich an der „Fadheit“ von fettreduzierten Produkten besonders stark. Noch dazu wird der Fettverzicht oft mit Salz, Zucker und Süßstoffen ausgeglichen – das ist sowohl ungesünder als auch teurer.

7. KOHLENHYDRATE MACHEN DICK

Kohlenhydrate haben einen schlechten Ruf, weil sie dick und krank machen sollen – nicht zuletzt liegt das am Boom der Low-Carb-Ernährung. Jedoch sollte man bei Kohlenhydraten nicht pauschalisieren, sondern zwischen „Guten“ und „Schlechten“ unterscheiden: Zu den guten bzw. vollwertigen Kohlenhydraten gehören alle (relativ) unverarbeiteten kohlenhydratreichen Lebensmittel, die noch über ihren ursprünglichen Ballaststoffgehalt verfügen, z. B. Vollkornprodukte, Kartoffeln, brauner Reis, Haferflocken oder stärkehaltiges Gemüse. Vollwertige kohlenhydratreiche Lebensmittel enthalten zudem zahlreiche Vitalstoffe. Der Verzehr führt zu einer Verbesserung der Stoffwechselfundheit und reduziert das Krankheitsrisiko. Weißmehlprodukte, wie helles Brot und Gebäck, zuckerhaltige Säfte und Limonaden sowie Süßigkeiten und Pommes hingegen gehören zu den schlechten, bzw. raffinierten/isolierten Kohlenhydraten. Sie wirken sich negativ auf den Insulinspiegel aus, was zu Heißhunger, Übergewicht und auf Dauer schlimmstenfalls zu Diabetes führen kann.

8. FRUCHTZUCKER IST GESÜNDER

Fructozucker ist hauptsächlich in Obst enthalten – daher stammt das gesündere Image. Er enthält allerdings genauso viele Kalorien wie herkömmlicher Zucker und kann bei Überdosierung sogar Übelkeit und Durchfall verursachen. Auf die tägliche Portion Obst für die zusätzlichen Vitamine und Nährstoffe sollte man dennoch nicht verzichten.

9. FETT IST UNGESUND

Wie bei den Kohlenhydraten, lässt sich diese Aussage nicht einfach pauschalisieren. Der Körper braucht Fett, um Vitamine binden und richtig verwerten zu können, aber auch für den Zellstoffwechsel sowie als Energiequelle. Fett ist nicht gleich Fett – auch hier gibt es „die Guten“ und „die Bösen“. Schlechte Fette sind aus sogenannten gesättigten Fettsäuren aufgebaut, wie sie in Fleisch, Wurst und fettreichen Milchprodukten vorhanden sind. Noch ungesünder sind sogenannte Transfettsäuren, wie in Pommes oder Chips. In Maßen kommt der Körper mit den gesättigten Fettsäuren zurecht, eine unausgewogene Ernährung kann auf längere Sicht jedoch zu ernsthaften Herz-Kreislauf-Erkrankungen führen. Einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren hingegen sind leicht verdaulich und gut bekömmlich. Sie helfen, die fettlöslichen Vitamine A, D, E und K aufzunehmen, schützen die Organe und wirken sich positiv auf den Cholesterinspiegel aus. Olivenöl, Nüsse, Avocados und Lachs sind beispielsweise gute Lieferanten für die gesunde Fette.

10. MAN SOLLTE TÄGLICH 3 LITER WASSER TRINKEN

Wer viel trinkt, bleibt schlank und gesund – die Drei-Liter-Empfehlung ist jedoch veraltet. Der Flüssigkeitsbedarf ist abhängig vom Körpergewicht und kann somit individuell bestimmt werden. Dafür muss man sein Körpergewicht mal 0,03 nehmen. Wiegt ein gesunder Mensch 60 Kilo, entspricht dies einem Bedarf von 1,8 Litern. Bei großer Hitze, extremer Kälte, Fieber, Erbrechen und Durchfall, wie auch bei körperlich anstrengender Arbeit oder Sport benötigt der Körper besonders viel Flüssigkeit – dann können schon mal zusätzlich 0,5 – 1,0 Liter getrunken werden.



Gesundheit und Gemeinschaft stärken

Chefkoch Christian Ständeke (li.) setzt auf „regional und saisonal“. Mit seinem Team sorgt er täglich für gesunde Abwechslung auf den Tellern der Mülheimer PVS Mitarbeiter.

Persönliche Ressourcen festigen, optimale Arbeitsbedingungen bieten und so die Motivation der Beschäftigten steigern: Die Vorteile eines erfolgreichen Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) liegen auf der Hand. Bei der PVS hat man dies längst erkannt – eine ausgewogene Kantinenverpflegung sowie Sport- und Gesundheitsangebote gehören hier zur Norm. Ein Besuch am Standort Mülheim an der Ruhr.

Im Idealfall ist Kantinenessen sättigend, günstig und gleichzeitig schmackhaft. Dass dies durchaus eine Herausforderung darstellt, daraus macht Christian Ständeke, Chefkoch in der Mülheimer PVS-Kantine, keinen Hehl: „Ich muss allerdings gestehen, dass ich hier das große Glück habe, kalkulatorisch über einen großen Spielraum zu verfügen.

Das gibt mir die Möglichkeit, die Ware so frisch und so zeitnah wie möglich zu verarbeiten.“

Ein stärkeres Bewusstsein für Bioprodukte sowie regionale und nachhaltige Zutaten ist hierzulande seit Jahren zu verzeichnen. Christian Ständeke weiß aber auch, dass es z. B. in großen Werkskantinen schon mal anders aussieht: „Da lautet der Leitsatz tatsächlich »Masse ist Klasse«. Die Menschen, die dort beschäftigt sind, benötigen eine stabile Ernährung, um ihr Tagwerk zu absolvieren. Bei Bürotätigkeiten allerdings wird vornehmlich sitzend gearbeitet, daher achten wir hier sehr darauf, dass die Mitarbeiter durch ihre Ernährung keine Nachteile erfahren.“ Bei der Speisenauswahl orientieren sich Christian Ständeke und sein Team vor allem an regionalen Lieferanten, saisonalen Lebensmitteln

(etwa Spargel, Pilze) aber auch gern an Vorschlägen ihrer Kundschaft. Dauerbrenner wie Currywurst und Rahmschnitzel gehen in Mülheim natürlich auch mal über die Theke. Deftige Speisen zwar, die mit Blick auf eine achtsame Einnahme aber nicht unbedingt verteufelt werden müssen: Bei einer halbstündigen Pause sollten demnach 25 Minuten dem Mittagessen gelten; ein anschließender Gang ums Bürogebäude rundet die Auszeit ab.

Ideale Lösung für mehr Aktivität

Mehr als nur fünf Minuten Bewegung halten die vielfältigen Gesundheitskurse bereit, die allen Beschäftigten der PVS angeboten werden: Aqua Fitness, Autogenes Training, Ernährungsberatung, Nordic Walking und Pilates sind nur einige Beispiele für Aktivitätä-



Robert Targan

Freier Texter,
Autor & Redakteur.

www.roberttargan.de

ten, die zur Buchung bereitstehen. Wer da nicht fündig wird, kann darüber hinaus auch eine 3-4-tägige Gesundheitsreise buchen. Alle Angebote basieren auf der marktführenden BGM-Plattform machtfit.de, ein Gesundheitsnetzwerk mit über 5.500 Partnern. Die Buchung ist denkbar einfach: Jeder Mitarbeiter kann sich auf der [machtfit](http://machtfit.de)-Seite einloggen und dank eigenem Profil sein Guthaben verwalten, das er per Bezuschussung vom Arbeitgeber zugewiesen bekommt. Dieses Angebot gilt deutschlandweit für alle PVS-Standorte und kann auch bequem daheim vom Smartphone aus genutzt werden.

Max Kazenwadel ist Marketingleiter bei machtfit.de und kennt die Hürden, die sich für interessierte Arbeitnehmer schon mal auftun: „Oft wissen diese gar nicht, welche Möglichkeiten der Arbeitgeber anbietet. Da werden Maßnahmen eingeführt, die in der Informationsflut untergehen oder den Beschäftigten gar nicht bekannt sind.“ Genau hier setzt die Plattform an, indem sie eine zentrale Anlaufstelle für sämtliche Gesundheitsthemen innerhalb eines Betriebs darstellt. So werden externe Angebote von Fitnessclubs, Physiotherapiepraxen oder Yogastudios mit allen vom Arbeitgeber angebotenen Maßnahmen kombiniert. „Hinzu kommt unser Wissensbereich, in dem wir wöchentlich neue Artikel, Rezepte und Infos rund ums Thema „Gesundheit“ veröffentlichen“,

so Max Kazenwadel. „Das trägt zur Sensibilisierung und letztlich auch zur Motivation der Mitarbeiter bei.“

Das Gemeinschaftsgefühl stärken

Zurück in der Mülheimer Kantinenküche: Auch Christian Ständeke betont, dass neben einer ausgewogenen Ernährung regelmäßige Bewegung die Arbeitsleistung steigert: „Manchmal hilft es bereits, sich kurz vom Rechner zu erheben und kleine Fitness- und Entspannungsübungen zu machen.“ Für die Sportangebote findet er zudem lobende Worte: „Es gibt nicht viele Unternehmen, die solch ein breites Spektrum bieten – da ist die PVS ganz weit vorne.“ Fußballturniere, gemeinsame Bowling-Abende sowie die Teilnahme am Mülheimer Drachenbootrennen und dem Ruhrauenlauf fördern darüber hinaus das Gemeinschaftsgefühl.

Apropos „Gemeinschaft“: Ohne sein Team, so macht der Koch klar, würde in seiner Küche nichts laufen. Zumal er den Gegenentwurf kennt: „Ich komme ursprünglich aus der Hotelgastroonomie – Stress pur mit hohem Kaffeekonsum und Arbeitszeiten von bis zu 13 Stunden am Tag. Da kam es früher leider oft vor, dass ich meine Mahlzeiten eher beiläufig und zwischendurch einnahm.“ Die Gesundheit litt stark; Ständeke zog die Reißleine. Wer also könnte besser beurteilen, welch hohen

Wert ein gut aufgestelltes Gesundheitsmanagement besitzt? Wie dieses in der Praxis aussieht, erleben er und all seine Kollegen bei der PVS Tag für Tag.



Foto: © Felix Oberhage

Der machtfit.de-Mitbegründer Max Kazenwadel ist Leiter im B2C Marketing des Berliner Unternehmens.

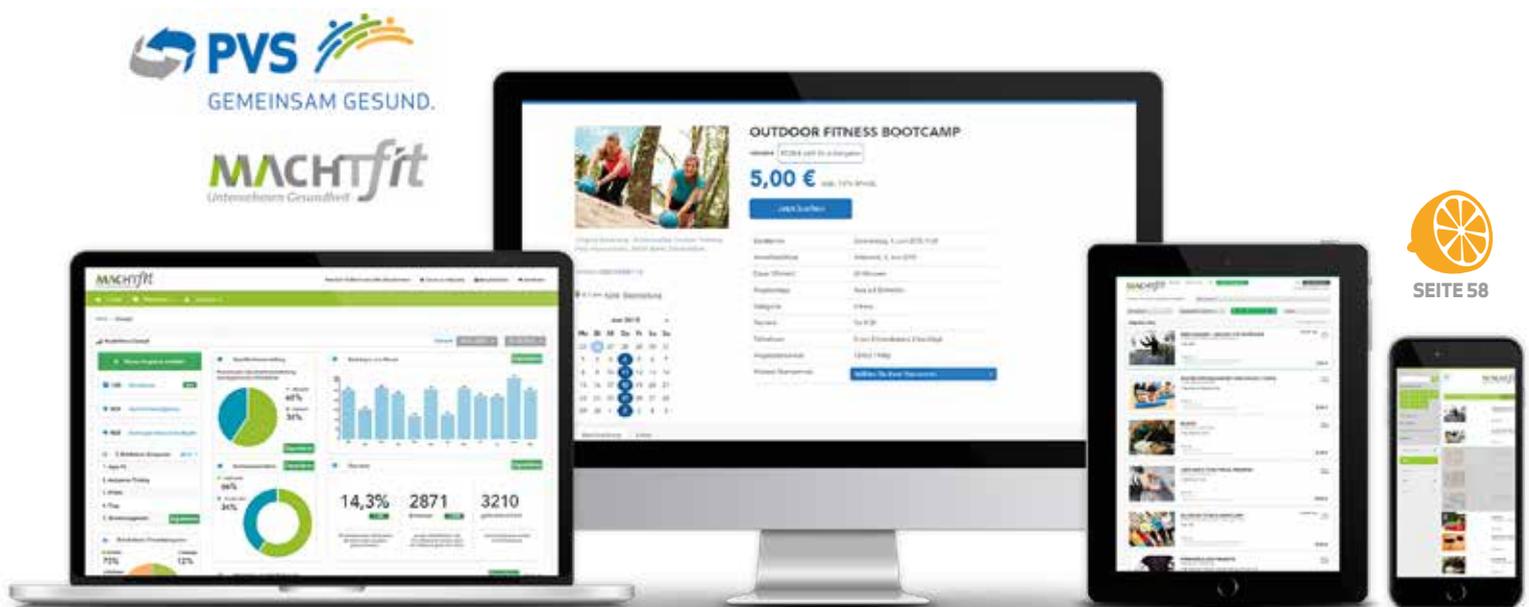




Foto: © Dada Lin - stock.adobe.com

Jetzt weiterempfehlen und Wunschprämie sicheru!

Unsere Kunden schätzen die Leistung der PVS und empfehlen uns gerne weiter.

So funktioniert's:

- » gute Erfahrung weitergeben
- » Wunschprämie aussuchen
- » Namen und Anschrift des Interessenten mitteilen

Wir werden uns mit Ihrem Kollegen in Verbindung setzen. Sobald dieser zum ersten Mal über die PVS abgerechnet hat, senden wir Ihnen Ihre Wunschprämie* zu.

Formular ausfüllen und zurückfaxen!



Philips Kaffeeautomat „Senseo Latte Duo“



Wesco „Pushboy“



Topstar ergonomische Sitzalternative „Sitness Bob“



Philips Saugroboter „SmartPro Easy“

User Dankeschön

für Ihre erfolgreiche Empfehlung

Einblick 04/2018

Premium-Prämie

Artemide Alu-Tischleuchte „Demetra“

Body + Tischfuß, Spektrum A++ bis E, anthrazit

Nur bis 31.12.2018 verfügbar!

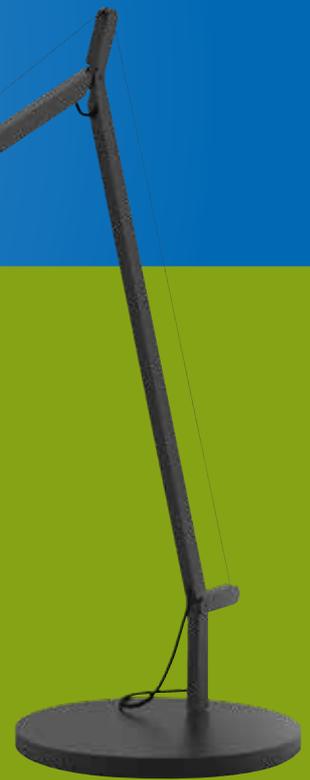


Foto: © IPO Prämien-Services GmbH

Antwortfax 0208 4847-399

Ja, ich habe meine guten Erfahrungen weitergegeben:

Bitte nehmen Sie Kontakt auf mit:

PVS-Kundennummer

Titel/Vorname/Name

Titel/Vorname/Name

Straße

Straße

PLZ/Ort

PLZ/Ort

Telefon

Bitte senden Sie mir folgende Prämie* zu,
wenn meine Empfehlung erfolgreich war:

- Philips Kaffeeautomat „Senseo Latte Duo“ HD 6574, schwarz
- Wesco „Pushboy“, neusilber
- Topstar ergonomische Sitzalternative „Sitness Bob“, schwarz
- Philips Saugroboter „SmartPro Easy“ FC 8792, schwarz
- Artemide Alu-Tischleuchte „Demetra“

Weitere attraktive Prämien
finden Sie auf
www.ihre-pvs.de/praemien

*Bitte beachten Sie:
Der Anspruch auf eine Prämie besteht nur, wenn die Erstkontaktaufnahme zu dem genannten Interessenten aufgrund des von Ihnen eingesandten Coupons stattgefunden hat und erst dann, wenn dieser erstmalig über die PVS abgerechnet hat. Der Beitritt eines weiteren Arztes in eine bestehende Praxis löst einen solchen Prämienanspruch nicht aus. Barauszahlungen der Prämien sind nicht möglich. Ist eine Prämie im Einzelfall nicht mehr verfügbar, wird die PVS ein vergleichbares Produkt stellen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

 **PVS holding**
GEMEINSAM BESSER.



Vertretervereinbarung bei Verhinderung des Wahlarztes – neue Wirksamkeitsvoraussetzungen?

OLG Hamburg, Beschlüsse vom 15.01.2018 und 27.03.2018

26 stationäre Operationen einer Patientin binnen ca. drei Monaten, von denen der Wahlarzt nur an dreien mitwirkt; 23 Operationen von 6 Oberärzten und 3 Fachärzten, denen 23 Vertretervereinbarungen mit vielen Formfehlern zugrunde liegen. Das sind die Eckdaten, mit denen sich das OLG Hamburg in einem Fall der Extreme auseinandersetzen musste. Die Rede ist von den Beschlüssen des OLG Hamburg vom 15.01.2018 und 27.03.2018 (Az. 3 U 220/16).

Was hat das OLG entschieden?

Das Gericht sieht in den 23 Vertretervereinbarungen mit einer Patientin keine Individualvereinbarungen, sondern Formularverträge, die strengen Anforderungen unterliegen. Diese seien nicht erfüllt, sodass alle Vereinbarungen unwirksam seien. Außerdem sei die Durchsetzung der Honorarforderung rechtmisbräuchlich. Der Wahlarzt müsse nämlich bei Abschluss der Wahlleistungsvereinbarung gewusst haben, dass er sich nur an wenigen Operationen der Patientin beteiligen könne. Daher hatte er im Prozess das Nachsehen.

Erhöht das OLG damit die Anforderungen an Vertretervereinbarungen?

Liest man Reaktionen hierauf, könnte man dies meinen. Der ChefärzteBrief 08/2018 leitet aus den Beschlüssen ab, dass in einer Vertretervereinbarung stets Grund und Dauer der Verhinderung angegeben werden müsse. Außerdem seien mehrere Vertretervereinbarungen mit einem Patienten während seines stationären Krankenhausaufenthalts nur dann zulässig, wenn der Wahlarzt in der Zeit aus verschiedenen Gründen verhindert sei. Des Weiteren stellt sich die Fra-

ge, ob das OLG Vertretervereinbarungen stets als Formularverträge sieht, die aufgrund erhöhter Anforderungen einem größeren Risiko der Unwirksamkeit ausgesetzt sind. Diese Interpretationsansätze der OLG-Beschlüsse würden bedeuten, dass aus einem Ausnahmefall neue Regeln abgeleitet werden.

Doch sagt das OLG das wirklich?

Das OLG sagt nicht, dass Dauer und Grund der Verhinderung des Wahlarztes zwingend in eine Vertretervereinbarung gehören. Zwar sieht das Gericht den Umstand, dass in keiner der 23 Vereinbarungen ein Verhinderungsgrund genannt wird, als ein Indiz für das Bewusstsein des Wahlarztes, die Patientin nicht höchstpersönlich behandeln zu können. Allerdings ist dies nur ein Indiz unter vielen – und das überhaupt nur, weil in den Vereinbarungen Felder für diese Angaben vorhanden waren („in der Zeit vom ... bis ...“, „wegen ...“), die in allen 23 (!) Fällen leer blieben. Es ist etwas anderes, wenn Felder für Dauer und Grund der Verhinderung vorhanden sind, die stets freigelassen werden, als wenn keine Felder für diese Angaben da sind. In letzterem Fall erwarten die Patienten auch keine Angaben zu Dauer und Grund der Verhinderung des Wahlarztes, zumal sie insbesondere für den Grund kein berechtigtes Interesse haben.

Das OLG argumentiert, dass die Vielzahl der Vertretervereinbarungen in Verbindung mit deren immer gleichem Aufbau und den leeren Feldern den Eindruck erwecke, dass der Wahlarzt stets unvorhergesehen nicht verfügbar sei. Die immer wieder aufs Neue vorgelegten Vertretervereinbarungen suggerierten der Patientin, dass der Wahlarzt nur ausnahmsweise nicht operieren könne, was bei einem Anteil der ohne ihn durchgeführten Operationen von ca. 90 % im Nachhinein widerlegt werde. Das Gericht sagt indes nichts dazu, dass nur dann mehr als eine Vertretervereinbarung während des stationären Aufenthalts eines Patienten zulässig sein soll, wenn der Wahlarzt in dieser Zeit

aus verschiedenen Gründen verhindert ist. Es überrascht nicht, dass das OLG im konkreten Fall in den Vertretervereinbarungen Formularverträge sieht. Schließlich bestritt die Patientenseite das Vorliegen einer wesentlichen Voraussetzung für eine Individualvereinbarung: das Aushandeln. Dies liegt nur vor, wenn die Regelungen inhaltlich ernsthaft zur Disposition gestellt werden. Der Wahlarzt widersprach der Behauptung nicht hinreichend, sodass das Gericht zu dem Schluss kam, dass keine Individualvereinbarungen vorliegen – dies aber nur in diesem Fall und nicht als Regel für Vertretervereinbarungen!

Vertretervereinbarungen sind im Normalfall also weiterhin als Individualverträge und nicht als Formularverträge anzusehen. Dies gilt jedenfalls dann, wenn sich der Patient auf einem Schriftstück zwischen den vom BGH verlangten Optionen frei entscheidet. Der Patient darf wählen, ob er von einem bestimmten Arzt zu den Konditionen der Wahlarztvereinbarung oder von dem diensthabenden Stationsarzt operiert werden möchte (als allgemeine Krankenhausleistung) oder er die Operation – sofern möglich – verschieben möchte. Die Würdigung aller Umstände des Einzelfalls hat das OLG zu einer vom Normalfall abweichenden Einschätzung bewegt – nicht mehr und nicht weniger.

Fazit:

Neue Regeln lassen sich aus der Ausnahme des hanseatischen Extremfalls nicht gewinnen. Vielmehr gilt: Die Ausnahme bestätigt die Regel. Das OLG Hamburg fährt im bekannten Fahrwasser der BGH-Rechtsprechung zu Vertretervereinbarungen für vorhersehbare Verhinderungen des Wahlarztes. Es weicht nicht davon ab, sondern bewertet einen Fall, der durch viele Besonderheiten eine Ausnahme darstellt, mit dem juristischen Instrumentarium, das Gesetze und höchstrichterliche Rechtsprechung hierfür an die Hand geben. Neue Wirksamkeitsvoraussetzungen lassen sich den Beschlüssen nicht entnehmen. ●



Tobias Kraft

studierte Rechtswissenschaften in Bochum und war zwölf Jahre selbstständig als Rechtsanwalt in Dortmund und Bochum, unter anderem im Medizinrecht tätig. Seit Juni 2018 verstärkt er die Rechtsabteilung der PVS holding GmbH.

Tel. 0208 4847-194 | tkraft@ihre-pvs.de

GOÄ-Tipp

Abrechnung der Akupunktur



Foto: © Bjoern Wylezich - stock.adobe.com

Die Akupunktur wird in der GOÄ mit den Nummern 269 oder 269 a abgerechnet. Die Leistungslegende stellt auf die Nadelstich-Technik zur Behandlung von Schmerzen ab. Der Unterschied beider Leistungen besteht in der Zeitvorgabe. Die Nummer 269 wird bei einer Dauer bis zur 20. Minute, die Nummer 269 a ab der 21. Minute angesetzt.

Der Verordnungsgeber hat die Berechnung auf den einmaligen Ansatz je Behandlungssitzung unabhängig von der Zahl der gesetzten Nadeln eingeschränkt, sodass eine Mehrfachabrechnung im Rahmen einer Sitzung nicht möglich ist.

Ein höherer Aufwand kann gemäß § 5 Abs. 2 über den Gebührenrahmen geltend gemacht werden. Falls jedoch zwei Sitzungen am gleichen Tag medizinisch erforderlich sein sollten (z. B. vor- und nachmittags), kann die Leistung auch zweimal berechnet werden. Es empfiehlt sich in diesem Fall eine Uhrzeitangabe in der Rechnung.

Andere Akupunkturformen analog berechnen

Wird eine andere Akupunkturform (z. B. Laserakupunktur) durchgeführt und/oder werden andere Erkrankungen (z. B. Allergien) behandelt, ist der originäre Leistungsinhalt nicht erfüllt. Gemäß § 6 Abs. 2 in Verbindung mit § 12 Abs. 4 GOÄ können die Nummern 269 oder 269 a analog berechnet werden. In der Rechnung müssen sowohl der Text der Originalleistung als auch die tatsächlich erbrachte Leistung aufgeführt werden und ein Hinweis auf die Analogabrechnung mit „Paragraf 6 entsprechend“ erfolgen.

Akupunkturnadeln als Auslagen berechenbar

Die Akupunkturnadeln können gemäß § 10 Abs. 1 GOÄ als Auslage berechnet werden (vgl. Deutscher Ärzteverlag, Kommentar zur Gebührenordnung für Ärzte, 3. Auflage, 28. Ergänzungslieferung, 01.11.2014, Seite 381).

Weitere GOÄ-Tipps unter:
www.ihre-pvs.de/goae

Anzahl der Akupunktursitzungen nicht eingeschränkt

Die GOÄ schränkt die Anzahl der Sitzungen einer Behandlung nicht ein. Sie richtet sich nach der medizinischen Notwendigkeit im Rahmen des Behandlungskonzeptes.



Martin Knauf

Nach seiner Ausbildung bei der PVS übernahm er die Teamleitung der Korrespondenzabteilung. Seit 2013 leitet er das Gebührenreferat und hält regelmäßig GOÄ-Seminare.
mknau@ihre-pvs.de

Die geheime Macht der Düfte

**Warum wir
unserem
Geruchssinn
mehr vertrauen
sollten**

Robert Müller-Grünow ist kein Parfümeur und kein Chemiker, aber ein Pionier in der Dufttechnologie. Als Inhaber der Firma Scentcommunication entwirft er seit zwanzig Jahren Duftkonzepte und stattet Autos, Bäckereien oder Arztpraxen mit Wohlgeruch aus – auch mal die Westminster Abbey, wenn dort ein britischer Thronfolger heiratet.

Wir kennen ihn alle, den Geruch von frischem Brot oder den feinen Duft von Rosen. Oft lassen wir uns beim Shopping von der Nase statt vom Verstand leiten. Nicht nur in der Parfümerie, auch im Supermarkt, Restaurant oder sogar in der Bank werden Gerüche gezielt eingesetzt, um Kunden zu einem Kauf zu verleiten. Immer mehr Firmen versuchen, einen eigenen Duft zu schaffen, der für sie charakteristisch ist. Duftmarketing ist heute zu einer wichtigen Disziplin des Verkaufs geworden, denn der Geruch spielt bei jeder Kaufentscheidung eine große Rolle.

Die Deutsche Telekom will Kunden mit einem Duft passend zu ihrer offiziellen Konzernfarbe Magenta für sich gewinnen. Die Geruchsmarke soll „zart, weich und nach menschlicher Haut“ riechen. Auch für diesen speziellen Raumduft, der auf rosa Pfeffer und Bergamotte basiert, ist Robert Müller-Grünow verantwortlich. In einer Pilotphase konnte man bereits beobachten, dass Kunden länger im Laden blieben, wenn der Duft eingesetzt wurde, daher sollen Telekom-Filialen in Österreich, Albanien und Mazedonien ab sofort entsprechend ausgestattet werden. Hintergrund für die Geruchsoffensive sind Studien, die belegen, dass Kaufentscheidun-

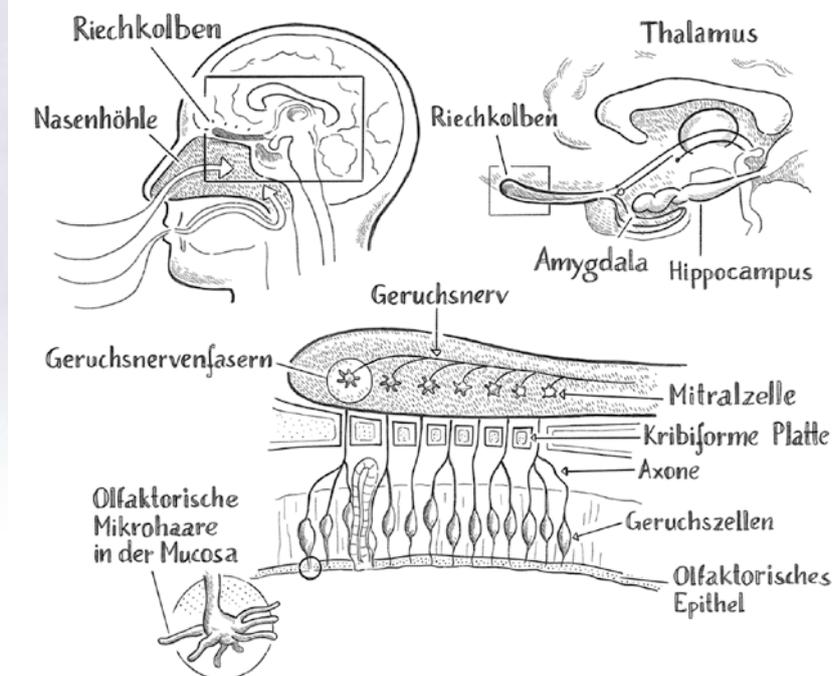
gen nach dem Sehen auch vom Riechen, Hören und Fühlen beeinflusst werden – und zwar genau in dieser Reihenfolge. Im Normalfall denken die Kunden über die Gerüche gar nicht nach, sie bemerken sie wahrscheinlich nicht einmal.

Robert Müller-Grünow ist davon überzeugt, dass Duft als Medium in Zukunft völlig selbstverständlich sein wird. Seit seinem BWL-Diplom 1997 arbeitet er in Köln im Bereich Duftmarketing und beschäftigt sich mit Duftkonzepten und -technologien – dafür gründete er das Unternehmen Scentcommunication. Seine Kunden stammen aus unterschiedlichsten Branchen: Vom Getränkehersteller Coca-Cola bis zum Luftfahrtkonzern Lufthansa oder dem Sportartikelhersteller adidas. Für seine Firma steht Duft als Medium der weltweiten Markenkommunikation im Vordergrund. Wir wissen, wie Bilder, Musik oder Geschmäcke auf uns wirken. Nur beim Riechen sind wir vergleichsweise unwissend, obwohl dieser Sinn den größten Einfluss auf unsere Emotionen hat. Mit seinem Buch „Die geheime Macht der Düfte: Warum wir unserem Geruchssinn mehr vertrauen sollten“ entführt uns der Duftexperte Robert Müller-Grünow auf höchst unterhaltsame und gleichzeitig wissenschaftlich fundierte Weise in die faszinierende Welt des Riechens. Er zeigt uns, wie wir Gerüche wahrnehmen und was sie, bewusst oder unbewusst, für uns und unser Leben bedeuten, wie sie unsere Gefühle beeinflussen und auf welche Weise sie unsere Partnerwahl bestimmen.

Wir durften mit Robert Müller-Grünow zu diesen Themen ein interessantes Gespräch führen.

Herr Müller-Grünow, wann und wie reifte die Idee für die Gründung Ihres Unternehmens?

Der Ursprung war ein Zufall. Als wir mit dem Gedanken spielten, ein neues Kommunikationsmedium einzuführen wurde uns ein Patentrecht angeboten, das die Möglichkeit von Duftkommunikation bot. In den ersten Jahren haben wir sehr viel über Düfte, deren Komplexität und Sensibilität gelernt, über Technologien und die authentische, steuerbare Erlebbarkeit. Als ich das



Unternehmen dann 2002 übernahm, haben wir angefangen, selber Düfte für Marken und spezielle Anwendungen zu entwickeln. Anstoß gab die Firma Samsung, die uns beauftragte, ihren Markenduft zu entwickeln.

Und wie sind Sie ursprünglich auf das Thema Duft gekommen?

Audiovisuelle Reize in der Kommunikation führten insbesondere im Handel zu einer Reizüberflutung. Menschen unmittelbar und rein sinnlich zu erreichen, wurde in den 90er Jahren immer schwieriger und da haben wir an das neue Medium „Duft“ geglaubt, das – eigentlich bis heute – unterschätzt wird.

Können Sie kurz zusammenfassen, warum wir unserem Geruchssinn mehr vertrauen sollten?

Wir nehmen immer mit allen Sinnen wahr. Unser Handeln und Denken wird von allen Sinnen beeinflusst. Und es gibt keine duftneutrale Räume, Gegenstände oder Menschen. Somit spielt Duft immer eine Rolle! Duft stiftet Identität, vermittelt komplexe Informationen auf sinnliche Weise, erreicht uns unmittelbar und rein emotional. Darüber hinaus ist er nachhaltiger als jeder andere Sinnesreiz. Wir sollten mit offener Nase durch die Welt laufen und versuchen, Düfte wahrzunehmen, einzuordnen und zu beschreiben. Dann sind wir in der Lage, uns nicht „mani-

puliert“ zu fühlen, sondern diesen Sinneskanal viel weitgehend zu nutzen. Wir können Produkte über die Nase beurteilen, die Sympathie zu Menschen über deren Duft entscheiden und das Wohlbefinden in Räumen auf olfaktorische Eigenschaften zurückführen.

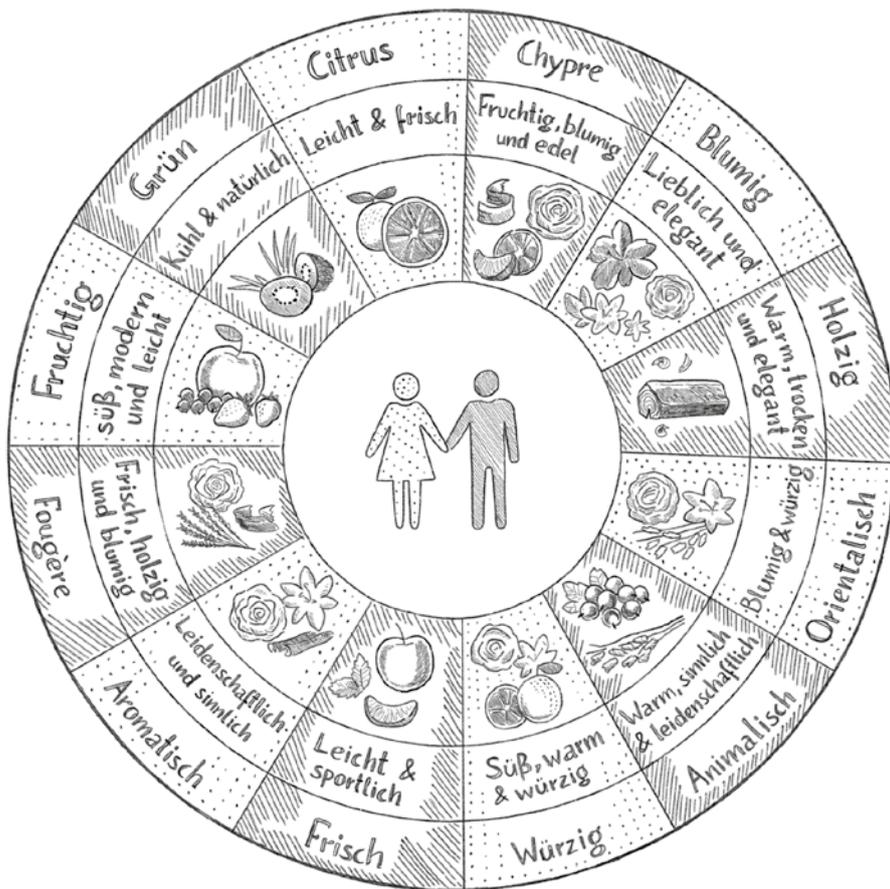
Wie ist es möglich, dass uns Gerüche zum Kauf verführen können?

Natürlich kaufen wir lieber, wenn wir uns wohl fühlen und/oder das Produkt angenehm oder den gewünschten Eigenschaften entsprechend duftet. Wo wir uns wohlfühlen, da bleiben wir länger und setzen uns intensiver mit den dort vorhandenen Produkten auseinander – und damit steigt die Wahrscheinlichkeit, dass man etwas kauft. Dabei ist Duft ein Gestaltungsmittel wie jedes andere auch. Licht wird bewusst gesetzt und schafft Atmosphäre. Farben, Materialien und vielleicht auch der Sound werden gezielt ausgewählt. Ein guter Duft lässt Räume und Produkte ebenfalls attraktiver erscheinen.

Wird der Bedarf für Duftmarketing zukünftig wachsen?

Es wird künftig keine bedeutende Marke mehr geben, die nicht auch einen eigenen Duft hat. Unabhängig von der Branche müssen sich Marken differenzieren und Menschen ansprechen, Werte und Persönlichkeit vermitteln und ein holistisches Bild erzeugen. Dazu ist Duft notwendig. Darüber hinaus

Duftfamilien



werden neue Technologien ganz neue Möglichkeiten zum Einsatz von Düften in der Kommunikation eröffnen – z. B. in Virtual Reality Anwendungen, die Duft als weitere Dimension haben werden.

In welche Richtung geht die weitere Entwicklung?

Neue Technologien werden es Marken ermöglichen, bei allen Kontaktpunkten zwischen Mensch und Marke auch den richtigen Duft zu vermitteln.

Menschen nehmen mit allen Sinnen wahr. „Duft ist der einzige Sinnesreiz, der unmittelbar Emotionen auslöst“, haben Sie einmal gesagt. Sind die Augen da nicht noch viel intensiver beteiligt?

Das Sehen ist sicher der wichtigste Sinnesreiz. Wir sind visuell geprägte Lebewesen. Aber wir unterschätzen das Riechen: Duft ist der unmittelbarste Reiz, der am schnellsten im Gehirn verarbeitet und der einzige, der nicht rational gefiltert wird, der rein emotional wirkt und zudem der nachhaltigste ist. Wir können uns durch Düfte besser

erinnern als durch jeden anderen Sinnesreiz. Über Duft sind wir in der Lage, verschollen geglaubte Erinnerungen als Film vor das innere Auge zu holen.

Wie kommunizieren wir bewusst und unbewusst über Geruch?

Das Bewusstsein für Düfte ist in unserer Gesellschaft nicht sonderlich ausgeprägt. Frauen sind dabei in der Regel sensibler als Männer. Für unser Denken und Handeln spielt es nicht unbedingt eine Rolle, ob wir Düfte bewusst wahrnehmen oder nicht. Denn die Duftinformationen können im Gehirn nicht rational gefiltert werden, sie beeinflussen uns also in jedem Fall.

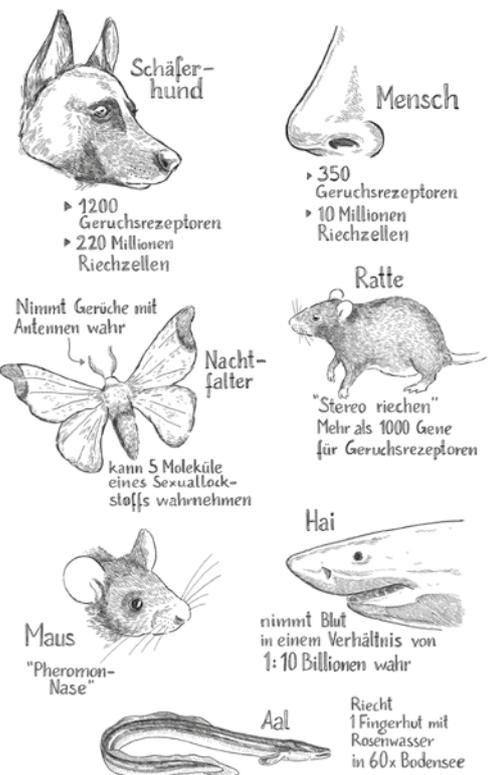
Weshalb haben Sie im Frühjahr ein Buch über die geheime Macht der Düfte veröffentlicht?

Genau, um dieses Bewusstsein zu schaffen, dem Duft eine höhere Aufmerksamkeit zu geben. Düfte haben eine so wichtige Rolle im täglichen Leben, im Umgang mit Menschen. Ich möchte zeigen, welche spannenden und überraschende Wirkungen Düfte

haben. Düfte beeinflussen unser Leben ganz wesentlich – das haben wir mit unseren Kunden ermittelt oder durch Universitäts-Forschungen bewiesen.

Das Buch ist mit Insideranekdoten und Branchengeheimnissen gespickt. Eine Kostprobe?

Nehmen wir eine Bank, die Hedion in ihrem Raumduft haben möchte. Die im Labor hergestellte Substanz Hedion riecht nach Jasmin und erinnert an blühende Magnolien. In vielen Parfümen ist sie auch enthalten, um dem Duftbouquet eine ganz besondere Note zu geben. Doch Hedion kann noch viel mehr, als nur einen Wohlgeruch zu verbreiten. Forscher haben herausgefunden, dass der Stoff unser Verhalten gegenüber einer anderen Person verändert, indem er sie vertrauenswürdiger macht. Er beeinflusst unsere Entscheidungen und ist mehr als nur ein gewöhnlicher Duftstoff. In einer Studie wurde nachgewiesen, dass diese künstlich hergestellte Substanz in unserer Riechschleimhaut den Pheromonrezeptor VN1R1 aktiviert, der sich stark von einem gewöhnlichen Duftrezeptor unterscheidet. Insgesamt hat der Mensch nur noch 5 funktionsfähige Pheromonrezeptoren. Pheromone sind Botenstoffe, die der chemischen Kommunikation zwischen Lebewesen der



gleichen Art dienen. Der Duftstoff Hedion, der nach dem griechischen Wort „hedone“ für Vergnügen, Genuss, Lust benannt wurde, hat es tatsächlich in sich. Ein spezieller Bereich des Hypothalamus bei Frauen spricht auf Hedion sogar zehnmal stärker an als bei Männern. Das löst vor allem im weiblichen Gehirn Aktivitäten aus, die typisch für die Regelung der Hormon-Ausschüttung sind und im Zusammenhang mit Empathie, Nähe und Vertrauen stehen. Die Bank will so attraktiv wirken, eine Atmosphäre schaffen, in der man Lust hat, sich aufzuhalten. Sie will nahbar und nicht technokratisch sein.

Verraten Sie uns ein Beispiel, wie Düfte auch Ihr Leben beeinflussen?

Ich liebe Düfte aus der Natur und von Orten, an denen ich einmal gelebt habe. Der Duft, den man in Rio oder São Paulo erlebt, sobald man aus dem Flugzeug steigt, ist wunderbar und erinnert mich an schöne Zeiten dort. Besonders sind Düfte, die man das letzte Mal in der Kindheit erlebt hat und mit bestimmten Erlebnissen verbindet. Plötzlich und überraschend erlebt man sie irgendwo wieder – sie versetzen einen in die Lage, ganze Filme vor das innere Auge zu holen – mit Erinnerungen, die sonst für immer vergessen wären.

Welcher ist der schlimmste Duft, den Sie kennen?

Der Geruch von Verwesung und Fäkalien. Und extremer Schweiß-Geruch (nicht zu verwechseln mit ganz frischem Sportschweiß).

Umgangssprachlich heißt es ja, man kann jemanden gut riechen. Gemeint ist, dass man ihn gern mag. Kann Duft auch Liebe und Partnerschaft beeinflussen?

Duft ist für Beziehungen entscheidend. Wenn wir einen Partner nicht riechen können, ist eine Beziehung undenkbar. Der eigene Duft kommuniziert komplexe Informationen über unser Immunsystem bzw. alle relevanten genetischen Informationen. Damit wird vermittelt, ob ein Mann und eine Frau gesunde Kinder zeugen können.

Die geheime Macht der Düfte:
Warum wir unserem Geruchssinn
mehr vertrauen sollten

Autoren: Robert Müller-Grünow,
Peter Käfferlein, Olaf Köhne

Broschiert: 304 Seiten
Verlag: Edel Books
1. Auflage: 2018
ISBN: 978-3-8419-0601-4



Ein Kapitel in Ihrem Buch widmet sich der Frage, wie Düfte unser Leben verändern. Können sie das wirklich?

Absolut. Düfte haben immer eine Wirkung auf uns. Aktuelle Forschung zeigt, dass Duftmoleküle aber noch weitere Wirkungsebenen und z. B. direkten Einfluss auf Neurotransmitter im Gehirn haben oder den Herzmuskel beeinflussen. Hinzu kommt, dass ein zweites Riechsystem existiert, das mit dem Schmerznerve (Trigeminus) gekoppelt ist und uns über Duft Wärme oder Kühle suggeriert (Chili oder Pfefferminz). Wir fühlen uns bei bestimmten Düften wohler als bei anderen. Düfte geben Orientierung und Untersuchungen zeigen, dass wir gut duftende Räume eher betreten als nicht gut duftende. Jede Entscheidung, die wir treffen, wird auch maßgeblich durch Düfte bestimmt.

Als ich von Ihnen und Ihrem Buch erfuhr, dachte ich spontan an den Roman „Das Parfum“ von Patrick Süskind. Er handelt von dem Parfümeur Jean-Baptiste Grenouille, der mit einer außergewöhnlichen Gabe, nämlich einem intensiven Geruchssinn geboren wird. In Grasse begegnet er einem neuem Duft, dem eines Mädchens und nimmt sich vor, ihn für sich festzuhalten. Er beginnt daraufhin mit dem Töten einiger Mädchen, um das beste Parfüm der Welt herzustellen. In diesem etwas makabrem Zusammenhang lassen Sie mich die Frage stellen, wie findet man seinen perfekten Duft?

Seinen eigenen Duft findet man glücklicherweise auf andere Art und Weise. Er muss natürlich zur Persönlichkeit passen. Ich rate, nicht nach Marken zu gehen, sondern sich erst einmal mit Duftfamilien und den eigenen Präferenzen zu beschäftigen. Und zu über-

legen, welche Charakteristika zu einem passen. Ist man eher sportlich? Elegant? Welcher Stil gefällt mir? Wenn einem z. B. florale oder fruchtige Düfte gefallen, würde ich speziell hier ansetzen und sehen, welche Düfte es im Handel aus diesen Duftfamilien gibt. Vielleicht schaut man sich als Referenz die ganz großen Klassiker an, die wegweisend in der Parfümerie waren und bis heute als Basis vieler neuer Duftentwicklungen dienen. Parallel dazu dann ganz neue Konzepte einiger Nischenanbieter, die mutig neue Wege gehen (Comme des Garçons, Escentric, etc.).

In Ihrem Buch machen Sie sich auch auf die Suche nach dem Duft von morgen. Haben Sie ihn gefunden?

Es werden jedes Jahr neue Duftmoleküle entwickelt. Dafür wird sehr viel technischer Aufwand getrieben und es ist kein Ende abzusehen. In der Natur hingegen wird es immer schwieriger, seltene Pflanzen zu finden, die besondere Duftlieferanten sein könnten.

Danke für das Gespräch, Herr Müller-Grünow. Ihnen ist ein hochinteressantes Buch zu einem faszinierenden Thema gelungen!

Mehr Infos zum Buch:
scentcommunication.com/das-buch/



*Dr. Christine
Winkler*

Pressereferentin der PVS
cwinkler@ihre-pvs.de

Bildung für mehr Chauceugleichheit

„Bildung hilft Menschen aus der Armut und eröffnet ihnen Perspektiven für die Zukunft.“ Davon ist Roland Sturm, der Begründer des Vereins „TOGO pro infans e. V.“ überzeugt. Mit seinem Schulzentrum „Mission Tové“ fördert er die Ausbildung junger Menschen in Togo.

Durch die verhinderte Abschiebung eines Afrikaners in Ellwangen ist dessen Heimatland Togo kurzfristig in den Fokus des öffentlichen Interesses gerückt. Togo liegt in Westafrika und grenzt an Ghana, Burkina Faso und Benin. Die Hauptstadt Lomé hat 1,9 Millionen Einwohner. Von 1884 bis 1916 war das Gebiet eine deutsche Kolonie. Mit rund 7,7 Millionen Einwohnern und einer Fläche von 56.785 Quadratkilometern gehört das Land heute zu den ärmsten Staaten der Welt. Mehr als 50 Prozent der Bevölkerung – im ländlichen Bereich sogar 80 Prozent – leben unterhalb der Armutsgrenze.

Korruption und Repression stehen auf der Tagesordnung. Das Land wird seit fast 50 Jahren von der Familiendiktatur Gnassingbé beherrscht, die

die aufbegehrende togolesische Zivilbevölkerung unterdrückt. Im Februar 2018 begann ein innenpolitischer Dialog zwischen Regierung und Opposition unter Vermittlung des ghanaischen Staatspräsidenten Nana Akufo-Addo. Das Auswärtige Amt erkennt eine vorsichtige demokratische Öffnung, sieht aber weiterhin erhebliche Defizite bei Meinungs-, Presse- und Versammlungsfreiheit.

Fluchtursachen begegnen

Die Debatten zur Bekämpfung von Fluchtursachen beherrschen aktuell unsere Nachrichten. Man sucht nach einer schnellen und einfachen Lösung, um dieser globalen Herausforderung zu begegnen. Dabei liegt der effektivste Lösungsansatz längst auf der Hand – Bildung als Grundvoraussetzung für die Entwicklung des Einzel-

nen und der Gesellschaft. Dort wo Bildung gefördert wird, verbessert sich der Lebensstandard, die Menschen sind gesünder, die Einkommen der Familien steigen, Frauen haben mehr Wahlmöglichkeiten und die Kinder sind besser ernährt. Bildung ist auch ein wirksames Mittel bei Konflikten. Dort wo Menschen lesen und schreiben können, bringen sie sich eher in demokratische Prozesse ein.

„Bildung hilft Menschen aus der Armut und eröffnet ihnen Perspektiven für die Zukunft.“ Davon war Roland Sturm, der im niedersächsischen Ronnenberg lebt, überzeugt, als er „TOGO pro infans e. V.“ gründete. Der Verein fördert die Bildung und Ausbildung junger Menschen in Afrika – und der Bedarf steigt rasant, denn gerade in Entwicklungsländern wächst die junge Generation mit atemberaubender Ge-

Das Schulzentrum erlebt kontinuierliches Wachstum. Mittlerweile gibt es in Mission Tové ein viertes Gebäude und einen Kindergarten.





1.200 Kinder und 120 Vorschulkinder besuchen die Schule in Mission Tové.

schwindigkeit. Gemeinsam mit seiner Tochter Simone Bahrs führt Roland Sturm den Verein – auch mit der Hoffnung, durch Bildung einem Teil der Fluchtursachen zu begegnen.

Spenden für ihre Arbeit kommen aus dem Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis und aus eigenen Mitteln. Auch die „BINGO Umweltstiftung“ und die international aktive Hilfsorganisation „Ein Herz für Kinder“ unterstützen „TOGO pro infans e. V.“ finanziell. Da sich Roland Sturm und Simone Bahrs ehrenamtlich einsetzen, fallen keine Kosten für die Verwaltung an und die Mittel fließen direkt in die Förderung. „Es macht Spaß, wenn man etwas gestalten kann, was vor Ort einen großen Nutzen hat“, begründet Sturm seinen Einsatz für die Kinder in dem westafrikanischen Land.

Die beiden hoffen auch auf Unterstützung durch das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung, zumal Entwicklungsminister Gerd Müller aktuell dafür eintritt, die Fluchtursachen durch eine

Verdreifachung der Maßnahmen in der Zusammenarbeit von Europa und Afrika zu bekämpfen. Die Probleme seien lösbar und eine Welt ohne Hunger machbar, erklärte der Minister. Mit zehn Milliarden Euro sei es möglich weltweit alle Krisen zu beherrschen und somit allen Menschen, die sich in Boote flüchteten, ein Überleben zu sichern.

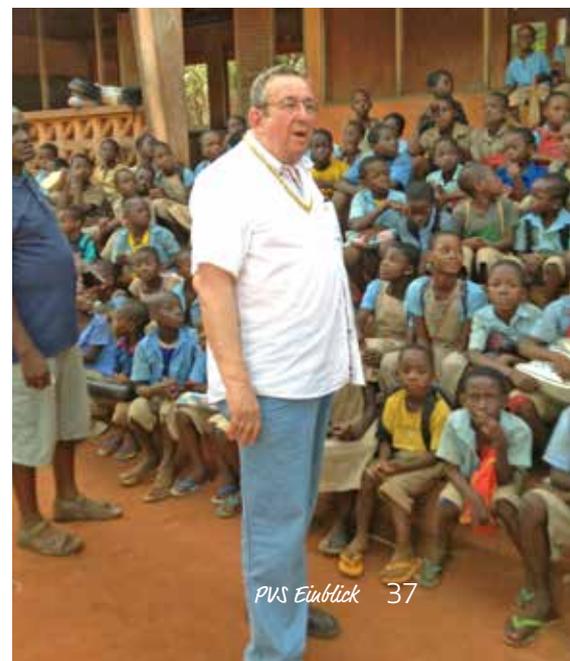
Die Armut ist beschämend

Diese Option war Roland Sturm schon in den Sechzigerjahren bewusst, als er mit seiner inzwischen verstorbenen Frau vier Jahre in Gabun lebte und dort als Geschäftsführer einer großen deutschen Konzern-Niederlassung arbeitete. Als frisch verheiratetes Paar bestimmte der Umgang mit einer neuen Sprache, einer unbekannteren Kultur und ungewohnten klimatischen Verhältnissen ihr Leben auf dem fremden Kontinent.

Sie waren beeindruckt von den Lebensumständen in der Region. „Die Armut, die man dort erlebt, ist be-

schämend“, sagt er. Diese Zeit hat ihn nachhaltig geprägt – auch das dortige Werk von Albert Schweitzer. Oft war das Ehepaar in Lambarene und bewunderte, was Menschen aus Europa für Afrikaner dort leisteten. Aufgrund der gemeinsamen Erfahrungen, hat Roland Sturm das Schulzentrum

Roland Sturm in seinem Element – durch das Schulzentrum begegnet er den Problemen dort, wo es am Effektivsten ist – vor Ort.





Auf dem Schulgelände wurden Toiletten mit fließendem Wasser und einer Handwaschanlage installiert sowie ein medizinisches Zentrum eingerichtet.

in Togo seiner Frau gewidmet, die als Kinderpsychologin davon überzeugt war, man müsse vor Ort etwas tun. Die UNO hat errechnet, dass weltweit ca. 250 Millionen Kinder keine Möglichkeit haben, eine Schule zu besuchen. Sie leben entweder in unterentwickelten Ländern oder in Kriegsgebieten. „Hier sind wir alle gefordert, direkt oder indirekt einen Beitrag zu leisten, damit sich die Lage für die heranwachsende Generation verbessert“, meint Sturm und ergänzt: „Die Lösung kann nicht darin bestehen, dass diese Menschen ihr Land verlassen und meinen, hier wäre alles besser, schon gar nicht, wenn man keine Schulbildung besitzt. Diesem Irrtum kann man nur entgegenwirken, indem man ihnen eine Chance auf Bildung verschafft, damit sie in ihrem Land bleiben und ihren Lebensunterhalt dort verdienen können.“

Großer Ansporn für gute Leistungen: Die Klassenbesten eines Jahrgangs erhalten zur Belohnung ein Fahrrad.



Im Gespräch mit Roland Sturm merkt man schnell, dass er das Herz von „TOGO pro infans“ ist und sich unglaublich für dieses Projekt engagiert. Fast möchte man sagen, es ist sein Leben. „Kindern und Jugendlichen mit viel Zuneigung, gesundem Essen, einem eigenen Bett und einer guten Ausbildung zu besseren Zukunftschancen zu verhelfen und in ihnen Verständnis und Toleranz für andere zu wecken, ist unsere Vision für eine friedlichere Welt“, sagt er. Dieses Engagement machte aus den 60 Kindern seit Gründung des Vereins im Jahr 2013 aktuell 1.200 Kinder und 120 Vorschulkinder, die in seiner von der Norddeutschen Mission geführten Schule in Mission Tové unterrichtet werden.

„Die Dankbarkeit der Kinder ist enorm“, erzählt Sturm. Und auch wenn einige Eltern ihre Kinder lieber auf den Feldern als in der Schule sehen würden, sei der Zuspruch in der Bevölkerung bemerkenswert. Der nächste Schritt der Hilfe zur Selbsthilfe besteht nach Meinung des Vereinsvorsitzenden darin, die Einheimischen zur richtigen Bewirtschaftung der Schulgebäude anzuhalten. Ein Sicherheitsdienst ist auf dem Gelände inzwischen eingerichtet.

Zeitgemäße Unterrichtsangebote

Anstelle des alten Kindergartengebäudes entsteht gerade ein modernes Gebäude mit Bibliothek und Unterrichtsraum für neue Medien. Da der Raumbedarf durch die starke Zunahme an Schülern immer größer wurde, besitzt das neue Gebäude ein oberes Stockwerk mit 3 Klassenräumen für 180 Kinder. Zeitgemäße Unterrichts-

Schulmaterial - keine Selbstverständlichkeit in Entwicklungsländern. Umso mehr freuen sich die Kinder über die Utensilien.



angebote, wie Kurse in IT-/EDV-Technik stehen auf dem Programm, um die Berufschancen der Schüler zu vergrößern. Zudem wurden auf dem Schulgelände Toiletten mit fließendem Wasser und einer Handwaschanlage installiert und ein medizinisches Zentrum eingerichtet. Die bisherige Versorgung mit Frischwasser aus der Gemeinde wird derzeit durch eine Brunnenbohrung mit Solarpumpe ersetzt, womit wertvolle Ressourcen geschont werden.

Dr. Frank Nordhausen, Arzt und Projektkollege, den Sturm 2013 in Togo kennenlernte, berät ihn in medizinischen Angelegenheiten und hilft beim Aufbau einer Erste-Hilfe-Station im Schulzentrum und bei den Hygieneeinrichtungen, um Krankheiten vorzubeugen. Dazu gehört auch die Anleitung des Lehrkörpers im Hinblick auf Unterricht in Hygiene und Gesundheit. Darüber hinaus unterstützt Dr. Nordhausen in eigener Sache eine Waisenstation und spendet Medikamente für Gefängnisinsassen, um die medizinische Versorgung in Lomés größtem Gefängnis zu verbessern. Kürzlich war Dr. Nordhausen wieder in Togo. Bei dem zweiwöchigen Aufenthalt stellte er große Fortschritte an der Schule fest. „Inzwischen wurden in Mission Tové ein viertes Gebäude und ein Kindergarten eingeweiht“, schildert der engagierte Mediziner.

Ein weiterer Unterstützer des Vereins ist der Instrumentenbauer Thomas Urban aus Bremen. Er besorgte Instrumente und etablierte am Schulzentrum einen Posaunenchor. Durch die großzügige Spende eines japanischen Freundes konnte der Verein die Anschaffung finanzieren und zusammen mit der evangelischen Kirchenleitung wird der Unterricht organisiert. Denn Musik ist ein wichtiger Faktor für die schulische Erziehung und fördert die soziale Kompetenz.

Schulabbrüchen wird mit Prämien entgegengewirkt

Das Schulzentrum in Mission Tové verzeichnet - vor allem bei Mädchen - eine große Anzahl an Schulabbrüchen, im Schnitt verlassen 25 Prozent die Schule wieder. Ohnehin überwiegen die männlichen Schüler mit 60 Prozent.



Schon in der Vorschule wird der Grundstein für die Entwicklung eines selbstständigen Lebens gelegt.

Fotos (4): © privat

Das hängt im Wesentlichen damit zusammen, dass Mädchen in ländlichen Gebieten häufig zur Ernährung der Familie beitragen müssen und zur Feld- und Hausarbeit herangezogen werden. Bei den männlichen Schülern hingegen sieht man den potenziellen „Ernährer“ und lässt ihnen eine gute Schulbildung zukommen. Abhängig vom Einkommen der Eltern wiederum, verschiebt sich das Verhältnis. So ist die Unterstützung des Schulbesuchs bei begüterten Familien für Mädchen ähnlich hoch wie für Jungen. In der Oberstufe allerdings stellen die Mädchen nur noch einen Anteil von 28 % dar, der in den wissenschaftlichen Fächern drastisch sinkt und in 2017 mit leicht zunehmender Tendenz bei ca. 6,5 % lag. Um insbesondere die Mädchen zu fördern ist die Schule bereit, den Eltern das Schulgeld zu erlassen. Hat ein Mädchen aufgrund ihrer schulischen Leistungen die Voraussetzung, eine weiterführende Schule besuchen zu können, wird den Eltern sogar eine Prämie gezahlt, wenn sie die Tochter in der Schule lassen.

Eine allgemeine, leistungsbezogene Prämie wird bereits seit zwei Jahren für alle Schülerinnen und Schü-

ler ausgelobt. So haben jeweils zehn Mädchen und Jungen als Klassenbeste eines Jahrgangs im letzten Schuljahr zur Belohnung ein Fahrrad erhalten. „Der eingetretene Erfolg ermutigt uns, dieses Incentive fortzusetzen, da ein Fahrrad für die Schülerinnen und Schüler einen großen Ansporn für gute Leistungen darstellt“, ist Sturm überzeugt. Dieser Leistungsanreiz sei ein wichtiger Baustein für die weitere Entwicklung der Kinder zu einem selbstständigen Leben und somit ein Beitrag zur Fluchtursachenbekämpfung. Diese muss möglichst früh ansetzen, da sie nur mit Verzögerung ihre Wirkung zeigt.

Im Rahmen der Entwicklungszusammenarbeit und des globalen Lernens hat Roland Sturm für das Engagement mit seinem Verein „Togo pro infans e. V.“ den Niedersächsischen Ehrenamtspreis 2017 erhalten. Bei einem Empfang der togoischen Botschaft in Berlin hat der Botschafter Komi Bayédzè Dagoh das Schulprojekt als besondere Leistung für Togo hervorgehoben. „Schulbildung sei die wichtigste Voraussetzung für eine Zukunftsperspektive der jungen Afrikanerinnen und Afrikaner“, so Dagoh.

Er überreichte dem Projektinitiator als Dank eine Urkunde.

Wer sich für „TOGO pro infans e. V.“ engagieren und helfen will, dass die Bemühungen weiterhin erfolgreich sind, kann per E-Mail unter rstorm.rbg@t-online.de Kontakt aufnehmen oder das Spendenkonto nutzen:
Hannoversche Volksbank
IBAN: DE66251900010680385700
 Spendenquittungen werden erstellt.

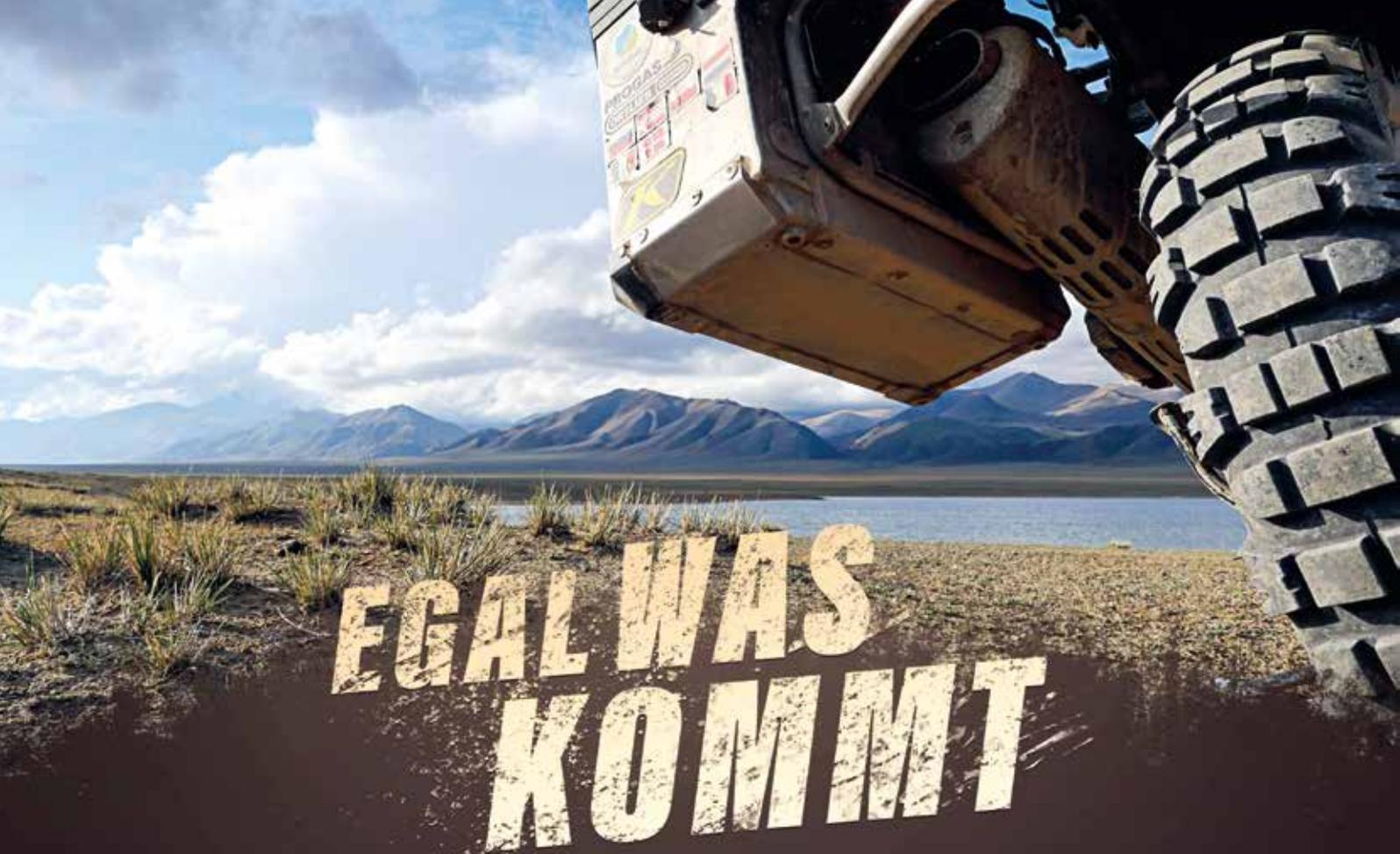
Informationen sind auch auf der Internetseite des Vereins zugänglich:

www.togo-pro-infans.de



Dr. Christine Winkler

Pressereferentin der PVS
cwinkler@ihre-pvs.de



EGAL WAS KOMMT



„Plötzlich wird
man mit dieser
großen Freiheit
konfrontiert“

Die Erde einmal auf dem Motorrad zu umrunden, das war Christian Vogels großer Wunsch. Angetrieben von dieser Sehnsucht und der Unterstützung durch Familie und Freunde, begibt sich der damals 34-Jährige auf die Reise – unter anderem durch die USA, Kanada, Russland, China, die Mongolei, Indien und den Iran. Heute, über drei Jahre später, weiß der Fernsehredakteur für sich, was im Leben wirklich wichtig ist, und erzählt davon in seinem Film „Egal Was Kommt“.

Die Erde auf dem Motorrad einmal zu umrunden – darf man das als „mutig“ bezeichnen?

Ich glaube, es war eine logische Schlussfolgerung. Vielleicht war das mutig; vielmehr war es aber eine große Sehnsucht, die mich vorangetrieben hat. Die Idee, raus in die Welt zu gehen, die gab es schon lange – irgendwann gepaart mit einer großen Unzufriedenheit. Und die war letztlich ausschlaggebend.

Wann kam der Punkt, an dem Du das Projekt tatsächlich verwirklichen wolltest?

Der angesprochene innerliche Druck war sehr hoch. Ich hatte Sorge, den richtigen Moment zu verpassen. Als freier Mitarbeiter beim Hessischen Rundfunk bot sich mir plötzlich die Möglichkeit, für ein Jahr auszusteigen. Da war mir klar: Wenn ich es jetzt nicht tue, dann wird es wohl niemals funktionieren. Für mich sozusagen der Startpunkt für mein Vorhaben.

Job, Familie, Gesundheit – wie schwer war es, gewisse Bedenken abzulegen?

Nach meinem Entschluss folgte eine Art Kette von weiteren Entscheidungen: Natürlich gab es da mal Bauchschmerzen oder ein Zögern an bestimmten Stellen. Meine Sehnsucht und meine Unzufriedenheit waren jedoch größer als alle Bedenken (lacht).

Trotz aller Vorbereitungen: Den Startpunkt USA hast Du ganz klassisch per Finger auf dem Globus gewählt.

Von vorherigen Reisen wusste ich, dass es keinen Sinn ergibt, sich im Vorfeld einen detaillierten Ablauf zu überlegen. Klar, in Mitteleuropa kann man sich auf einen gewissen Service verlassen. Mir war aber bewusst, dass das in vielen Ländern dieser Erde zum Problem werden könnte: Gesperrte Straßen oder unberechenbares Wetter. Und manchmal sind es auch einfach nur Menschen, die deinen Weg verändern. Menschen, die man trifft, und die einem ganz neue Wege aufzeigen.



„Egal Was Kommt“ ist bundesweit aktuell noch in ausgewählten Kinos zu sehen und ab dem 07.12. auf DVD und Blu-ray offiziell im Handel erhältlich.

Erstens kommt es anders, und zweitens als man denkt?

Das trifft es ganz gut und äußerte sich von Beginn an durch viele Kleinigkeiten, denn jeder hat ja gewisse Vorstellungen von bestimmten Ländern. Auch mit Blick aufs Motorradfahren kam es anders, denn gefühlt legst du in den USA, in diesem riesigen Land, am Tag zwei Millimeter auf der Landkarte zurück. Dir tut der Hintern weh. Der Rücken. Das hat mich am Anfang ziemlich überfordert. Das wird im Film ja auch thematisiert: Plötzlich wird man mit dieser großen Freiheit konfrontiert, doch es fällt schwer, sich darauf einzulassen. Weil man doch noch zu sehr mit sich selbst beschäftigt ist.

Also kann man sich auf solch ein Projekt gar nicht umfassend vorbereiten?

Ich glaube, dass das sehr wohl geht – dies aber der Grund ist, weshalb sich viele Menschen erst gar nicht auf den Weg machen. Mit Blick auf meine damalige Vorbereitung kann ich heute sagen: Das meiste hätte ich mir schenken können. Diese Zeit war auch mit vielen Sorgen und Gedanken verbunden, doch kaum etwas davon trat ein.

Auch, weil es – wie Du sagst – zum Beispiel überall Snickers und VISA-Karten gibt?

Snickers gibt es paradoxerweise tatsächlich überall, eine kleine Konstante. Zudem wächst die Welt im digitalen Zeitalter einfach zusehends zusammen. Wenn man möchte, hat man auf solch einer Reise dank Internet auch immer Kontakt zur Heimat, daher fühlt man sich nie komplett allein.

HELMIGHAUSEN
KLOBENSTEIN
CABO DA ROCA

CABO DA ROCA

NOWOSIBIRSK

HELMIGHAUSEN
KLOBENSTEIN

ISTANBUL

URMIA

OSCH

KAXGAR

WLADIVOSTOK

SEOUL



In China warteten dann allerdings allerlei Restriktionen ...

Das war tatsächlich ein Ort, an dem ich in meiner Kommunikation sehr eingeschränkt war. Ein Ort, an dem ich gemerkt habe, dass nicht ich selbst, sondern andere die Regeln aufstellen. Und nach denen musste ich mich dann richten. Für mich war es eine wirklich neue Erfahrung, das so hautnah zu erleben. Natürlich hatte ich zuvor eine Idee davon, dass es schwierig werden könnte und dass man permanent durchgecheckt wird - letztendlich war ich auf die örtlichen Gegebenheiten aber nicht ausreichend vorbereitet.

Mit Blick auf die Zeit in der Mongolei sagst Du im Film: „Selten hat es sich so gut angefühlt, allein zu sein.“ Müs-sen wir das erst wieder erlernen?

Ich kann für mich sagen, dass ich das tatsächlich ein wenig „lernen“ musste. Allerdings befinde ich mich ja auch in einer gewissen Extremsituation: Als Medienschaffender erlebe ich eine Art Dauerkommunikation; im privaten Bereich kommen dann noch die sozialen Netzwerke dazu. All das führte damals dazu, dass ich mich nie richtig alleine fühlen konnte. Ob „wir“, also die Gesellschaft, das Alleinsein wieder erlernen müssen? Vorsichtig prognostiziert würde ich das mit „Ja“ beantworten. Ich denke, dass sich viele Menschen nur noch selten mit sich selbst befassen.

In Indien musstest Du einen schweren Motorradunfall samt gebrochenem Handgelenk erleben - Deine Erinnerungen?

Direkt nach diesem Unfall kam ich in ein Krankenhaus, falls man das überhaupt so nennen darf. Dort fand eine

Art Erstversorgung statt - mit Gerätschaften von gefühlt 1602. Für mich ein einschneidendes Erlebnis, das ich auch erst Monate später verarbeiten konnte. Da wurde mir bewusst, was ich doch für ein wahnsinniges Glück hatte. Bei inneren Verletzungen hätte es durchaus sein können, dass ich die Sache nicht überlebt hätte. Es gab kein richtiges Fachpersonal; auf dem Boden liefen Ratten umher.

Auch das Motorrad hat gelitten - Du musstest lange auf importierte Ersatzteile warten: Kamen nicht spätestens da Zweifel auf?

Die kamen natürlich auf. Es gab diesen Moment, an dem für mich die Reise eigentlich vorbei war, an dem ich gemerkt habe, dass ich mir vielleicht doch zu viel zugetraut hatte. Trotz aller Zuversicht und auch Sturheit, die es für



Fotos (4) © Christian Vogel, Busch Media Group

Die Route führt unter anderem durch die USA, Kanada und Russland. Auch China, die Mongolei, Pakistan, Indien und der Iran werden von Christian Vogel durchquert.



solch ein Unterfangen benötigt. Und dann gab es in dieser Situation aber auch Menschen, die mir signalisiert haben, dass diese Reise eben noch nicht vorbei ist.

Tatsächlich erzählt der Film auch eine Liebesgeschichte, denn daheim wartete die ja eigentlich noch neue Freundin.

Das war wirklich eine unweigerliche Feuerprobe für die Beziehung. Da lernt man sich gerade erst kennen, und schon geht dieser Typ erst mal auf Weltreise (lacht). Die Geschichte unseres Kennenlernens ist allerdings sehr interessant: Ich kannte Miriam damals bereits seit gut 20 Jahren, da wir in etwa den selben Freundeskreis hatten. Als ich bei meinen Reisevorbereitungen über Impfungen und Medikamente nachdachte, kam mir Miriam in den Sinn, denn sie ist Anästhesistin. Da ich viele Fragen hatte,

schlug sie ein Treffen vor – wie es dann weiterging, ist im Film zu sehen.

Wer solch eine Reise erlebt hat, sieht die Welt fortan mit anderen Augen. Mit welchen Augen aber haben Dich anschließend Freunde und Familie gesehen?

Eine Frage, die schwer zu beantworten ist. Meine Mutter würde sagen, dass ich ein bisschen gelassener geworden bin. Ich glaube, vom Musiker Santana stammt das Zitat: „Glücklichsein ist etwas für Idioten.“ Daher trifft es das Wort „zufrieden“ ganz gut. Früher war ich manchmal ein Hitzkopf: Immer nach vorne, mit dem Kopf stur durch die Wand. So bin ich heute nicht mehr. Ich habe da etwas für mich ganz persönlich gemacht; ich bin dadurch tatsächlich gelassener geworden. Der große Druck – die große Sehnsucht – ist weg.

„Egal Was Kommt“, so der Filmtitel. Inwiefern gilt dieses Motto jetzt für Deine Zukunft?

Der Titel hat ja mehrere Bedeutungen: Zum einen zielt er auf diese bedingungslose Unterstützung von Familie und Freundin ab; zum anderen geht es aber auch um diese Zuversicht, die es benötigt, solch eine Reise zu unternehmen. Und ja, man schaut auch in die Zukunft – nach der Reise ist auch vor der Reise. ●

www.egalwaskommt-derfilm.de



Robert Targau

Freier Texter,
Autor & Redakteur.

www.roberttargau.de

„ INNOVATIVE
ERLÖSSICHERUNG
FÜR KLINIKEN – GKV
UND PKV: VON DER
ABRECHNUNG BIS
ZUR ANWALTlichen
BEITREIBUNG ALLE
DIENSTLEISTUNGEN
AUS EINEM GUSS. “

INNOVATIVE ERLÖSSTRATEGIEN FÜR KLINIKEN

GEBÜNDELTE KOMPETENZ ZU IHREM
VORTEIL – IHRE PARTNER

3hundert60Grad Erlössicherung steht für höchste Qualitätsansprüche im Gesundheitsbereich. Dank der gebündelten Marktexpertise der Kooperationspartner erhalten Sie eine innovative Erlössicherung für Kliniken – von der Abrechnung bis zur anwaltlichen Beitreibung aus einem Guss. 3hundert60Grad Erlössicherung bündelt die jeweiligen Kompetenzen führender Unternehmen der Gesundheitswirtschaft auf den Gebieten Kodierrevision, MDK-Management, Privatabrechnung und Forderungsbeitreibung unter einem Dach.



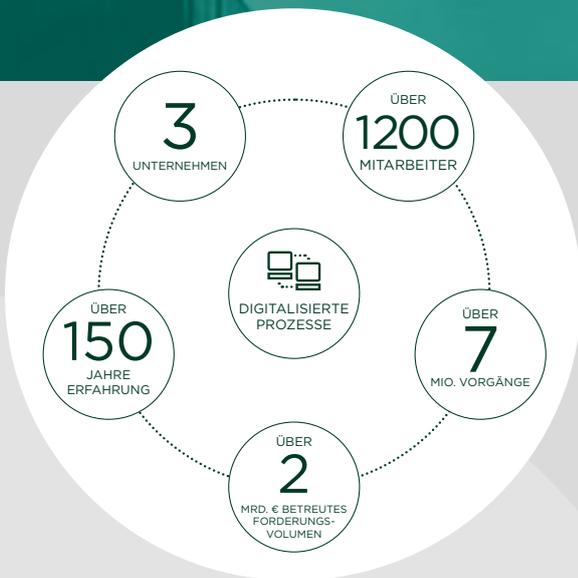
Seit mehr als 90 Jahren erbringt die PVS Dienstleistungen mit nunmehr rund 700 Mitarbeitern im Bereich der Privatabrechnung und der gesetzlichen Honorarabrechnung für Ärzte und Kliniken. Der Abrechnungsservice umfasst ambulante und stationäre Leistungen. Durch moderne Technologien werden Abrechnungsprozesse digitalisiert und dadurch transparent. Kennzahlen und Reports optimieren über Schnittstellen sowohl die Finanzbuchhaltung als auch das Controlling der Kunden und bilden somit einen Mehrwert zur eigentlichen Abrechnungsdienstleistung.



Unter dem Dach der REDCOM Group werden seit über 15 Jahren die Kompetenzen zu den Themengebieten Erlössicherung, Kosten und Leistungsrechnung sowie Umsetzung von Restrukturierungsmaßnahmen gebündelt. Mit seinen knapp 60 Mitarbeitern an den Standorten Mannheim, Hamburg und Berlin begleitet die REDCOM Group Kliniken bei der Durchsetzung Ihrer Forderungen gegenüber Kostenträgern. Der Fokus des Erlösmanagements liegt in der Kodierrevision, dem MDK-Management sowie der anwaltlichen Durchsetzung von Forderungen gegenüber Kostenträgern. Die REDCOM Group erzielt ein maximales Ergebnis über die direkte Verhandlung mit den einzelnen Kostenträgern durch Vergleichsabschlüsse oder der individuellen Klagedurchsetzung.



KSP Rechtsanwälte wurde 1959 in Hamburg gegründet und ist heute mit rund 500 Mitarbeitern Deutschlands führender konzernunabhängiger Dienstleister im Anwaltsinkasso für die Gesundheitsbranche. Eine Vielzahl von Kliniken, Laboren, Krankenversicherer, Abrechnungsdienstleistern und Unternehmen des 2. Gesundheitsmarktes vertrauen KSP zur Durchsetzung ihrer Forderungen gegen Selbstzahler/Privatpatienten im In- und Ausland.



OPTIMIEREN SIE IHRE ERLÖSE

Die Finanzsituation vieler Kliniken ist angespannt. Gründe hierfür liegen oftmals auch im Bereich der Abrechnung gegenüber Kostenträgern und Selbstzahlern/Privatpatienten sowie der notwendigen und abgewogenen Forderungsgeltendmachung. 3hundert60Grad Erlössicherung hilft Ihnen, hier Optimierungspotenziale auszuschöpfen.

3hundert60Grad Erlössicherung ist eine Rundum-Lösung für Kliniken, die das Thema Erlösoptimierung in einem bis dato einzigartigen Umfang für GKV und PKV anbietet – bei höchster Qualität und Leistungsfähigkeit.

3hundert60Grad Erlössicherung bündelt die Kernkompetenzen führender Unternehmen, u. a. für die Bereiche Kodierrevision, MDK-Management, Privatabrechnung und Forderungsbeitreibung. **Ihre Vorteile: weniger Aufwand – mehr Ertrag.**

1) AMBULANTE LEISTUNGEN

Das Spektrum der professionellen Abrechnung reicht von ambulanten Operationen über KV-Notfallscheine und Leistungen der ermächtigten Ärzte bis hin zu physiotherapeutischen Leistungen. Auch Hochschulambulanzen, im Sinne von § 117 SGB V, profitieren von diesem Service.

2) PRIMÄRKODIERUNG

Erfahrene Kodierfachkräfte kompensieren personelle Engpässe und übernehmen die Primärkodierung von Patientenakten im Haus. Die Experten bringen umfangreiche klinische Erfahrung mit und sind mit allen gängigen Klinik-Informationssystemen vertraut. Aktenberge werden vermieden und der Cash-Flow bleibt gewährleistet.

3) KODIERREVISION

Die smarte Kombination aus IT-gestützter Fallanalyse und Experten-Auslese überprüft, ob alle erbrachten Leistungen erlösoptimal berechnet wurden, deckt Fehlkodierungen auf, identifiziert systematische Fehler in der Primärkodierung sowie Dokumentationslücken. Alle Fälle mit Erlössteigerungspotenzial werden nachvollziehbar mit Änderungsvorschlägen versehen und elektronisch dokumentiert.

4) MDK-MANAGEMENT

Erfahrene ärztliche Medizincontroller und Kodierfachkräfte begutachten alle Fälle unter der Prämisse der Erfolgswahrscheinlichkeit, verfassen tragfähige Stellungnahmen und diskutieren Fälle vor Ort mit dem MDK. Darüber hinaus evaluieren die Experten die Stichhaltigkeit möglicher Forderungen und sprechen Klageempfehlungen aus.

5) MEDIZIN-JURISTISCHES FORDERUNGSMANAGEMENT GEGENÜBER KRANKENKASSEN

Sämtliche einredebehafteten, sozialrechtlich nicht verjährten Forderungen werden durch erfahrene Medizincontroller und Rechtsanwälte ausgewertet. Es wird ein optimales Ergebnis auf dem Weg der direkten Verhandlung mit den einzelnen Kostenträgern durch Vergleichsabschlüsse über Fallpakete oder der individuellen Klagedurchsetzung erzielt.

1) RECHNUNGSLEGUNG UND KORRESPONDENZ

Für die Erstellung von Rechnungen an Patienten werden die von der Klinik entweder in Papier- oder digital übermittelten Patientenunterlagen und Behandlungsdokumentationen durch Fachpersonal ausgewertet und in Gebührenschemata der entsprechenden Gebührenordnung umgesetzt. Alternativ können Leistungspositionen über ein eigenes Webportal übermittelt werden. Druck und Versand der Rechnungen erfolgt datenschutzkonform. Zu den Korrespondenzaktivitäten gehören die gebührenrechtliche Auseinandersetzung mit den Kostenträgern und die Bearbeitung von Fragen oder Wünschen der Patienten. Die Versendung von Rechnungsduplikaten, die Adress- und Erbenermittlung sowie der Abschluss von Ratenzahlungsvereinbarungen sind selbstverständlich. Den Patienten stehen hierzu telefonisch ein Servicecenter und ein Patientenportal im Internet zur Verfügung.

2) KAUFMÄNNISCHES MAHNWESEN

Es wird ein mehrstufiges Mahnverfahren durchgeführt. Kennzahlen zum Mahnstatus werden jeden Tag aktuell über ein eigenes Webportal bereitgestellt.

3) ANWÄLTICHE AUSSERGERICHTLICHE BEITREIBUNG

Die außergerichtliche Beitreibung offener Forderungen gegen Selbstzahler wird durch erfahrene Rechtsanwälte vorgenommen, die mit den Prozessen und Fallkonstellationen einer Klinik bestens vertraut sind. Der Fokus liegt dabei auf einer außergerichtlichen Beitreibung der Forderungen. Dadurch werden Forderungslaufzeiten verkürzt, Auslagen vermieden und die Erlösquote gesteigert. Der vertrauensvolle und für die Klinik imagewahrende Umgang mit dem Patienten steht immer im Vordergrund.

4) ANWÄLTICHE GERICHTLICHE BEITREIBUNG MIT ZWANGSVOLLSTRECKUNG

Der Klinik steht das volle rechtliche Instrumentarium einer Rechtsanwaltskanzlei zur gerichtlichen Geltendmachung der Forderung und nach Titulierung ggf. zur Einleitung von Zwangsvollstreckungsmaßnahmen zur Verfügung. Der Umfang der durchzuführenden Maßnahmen erfolgt streng nach Abwägung der rechtlichen und wirtschaftlichen Risiken für das Klinikum.

5) LANGZEITÜBERWACHUNG TITULIERTER FORDERUNGEN

Sollten die gerichtlichen Maßnahmen zunächst noch nicht zur Realisierung geführt haben, werden die Forderungen in die Langzeitüberwachung überführt. Die etablierten Prozesse in diesem Bereich führen für weitere 30 Jahre zu zusätzlichen Erträgen für die Klinik.



Sprechen Sie uns gerne an!

3Hundert60Grad Erlössicherung ist eine Kooperation von

**3HUNDERT
60GRAD®**
ERLÖSSICHERUNG

PVS holding GmbH

Remscheider Straße 16
45481 Mülheim an der Ruhr

Kerstin Heckmann

+49 208 4847-185
kheckmann@ihre-pvs.de
www.ihre-pvs.de

REDCOM Group

Große Bleichen 12-14
20354 Hamburg

Thomas Myschker

+49 40 3070 69 62
thomas.myschker@redcom-group.com
www.redcom-group.com

KSP Rechtsanwälte

Kaiser-Wilhelm-Straße 40
20355 Hamburg

Dr. Birgit Rase

+49 40 450 65 550
birgit.rase@ksp.de
www.ksp.de



2. Radiologentag der PVS

Strukturwandel in der Radiologie

Foto: © inito - stock.adobe.com

Am 22. September 2018 fand im Haus der Ärzte in Potsdam der 2. Radiologentag statt

Insgesamt 40 Radiologen hörten Vorträge zum Thema „Strukturwandel in der Radiologie“. Den Einstieg machte Präsident und 1. Vorsitzender des Berufsverbandes der Radiologen Dr. Detlef Wujciak. Anschließend konzentrierte sich Frank Pfeilsticker auf das Thema „Betriebsprüfung“.

Mit einem Erfahrungsbericht aus seinem radiologischen Zentrum bereicherte Dipl.-Med. Dietmar Handro die Vortragsreihe und Rechtsanwalt Dietmar Sedlaczek beleuchtete das umfangreiche Feld „MVZ“ aus verschiedenen Blickwinkeln. Bei dem Thema „Novellierung der Gebührenordnung für Ärzte – Zukunft der privaten Krankenver-



Foto: © Annette Irret

Präsident und 1. Vorsitzender des Berufsverbandes der Radiologen Dr. Detlef Wujciak referierte über das Thema „Strukturwandel in der Radiologie“.

sicherung“ wurde es politisch. Frank Rudolph, Geschäftsführer des Bundesverbandes Verrechnungsstellen Gesundheit e. V. und Geschäftsstellenleiter in Hamburg stieß mit seinen Ausführungen einige Diskussionen bei den Teilnehmern an. Einen kurzen Überblick über die aktuelle GOÄ gab Daniela Bartz, Geschäftsstellenleiterin in Cottbus und Potsdam. Moderiert wurde der Radiologentag von

Jürgen Möller, Geschäftsführer der PVS berlin-brandenburg-hamburg.

Kleine Pausen zwischendurch, ein gutes Mittagessen sowie ein Get-together mit intensiven Gesprächen am Nachmittag lockerten den Tagesablauf in angenehmer Weise auf und machten den Radiologentag insgesamt zu einer rundum gelungenen Veranstaltung. ●



Daniela Bartz

Geschäftsstellenleiterin
der PVS berlin-brandenburg-
hamburg in Cottbus und
Potsdam, Referentin, u. a.
für GOÄ-Seminare
dbartz@ihre-pvs.de

Sozialstaat ▶



Foto: © Thomas Reimer - stockadobe.com

Fehlentwicklungen in den sozialen Sicherungssystemen Deutschlands

In Deutschland sind wir zu Recht stolz auf gut ausgebaute soziale Sicherungssysteme: Bei Krankheit, Arbeitslosigkeit, im Alter und bei unverschuldeter Armut lässt die Gemeinschaft niemanden im Stich. Zunehmend sehen wir aber, dass Missbrauch, Forderungen nach immer weiteren Wohltaten und der massenhafte Zuzug in unsere Sozialsysteme diese Errungenschaften an ihre Grenzen zwingt. Diese falsch verstandene soziale Gerechtigkeit droht inzwischen unsere Gesellschaft zu spalten. Wir müssen deshalb mit aller Kraft darauf hinwirken, dass unsere Sozialsysteme nicht überdehnt werden und damit zu neuen Ungerechtigkeiten führen.

Um nur einige Fehlentwicklungen zu nennen:

» Flüchtlinge erhalten in aller Regel mit ihrer Registrierung in Deutschland den gleichen sozialen Mindestschutz wie Menschen, die dafür ihr Leben lang gearbeitet und in die Sozialsysteme eingezahlt

haben. Und sie stehen sich oft besser als diejenigen, die noch aktiv im Arbeitsleben stehen und ihre Familien versorgen müssen. Ich kann die Menschen gut verstehen, die das ungerecht finden.

» Angesichts des sozialen und wirtschaftlichen Gefälles in der EU wird die Freizügigkeit in der Union zunehmend zu einem Problem. Wir beobachten, dass immer mehr Menschen aus Bulgarien oder Rumänien absolut legal in unsere sozialen Sicherungssysteme drängen. Sie profitieren dann von Vorteilen bei der Gesundheitsversorgung bis hin zum Kindergeld, ohne dafür jemals adäquate Leistungen erbracht zu haben.

» Die jüngsten Forderungen der SPD bei der Rente führen in die gleiche Richtung. Solange die Frage nicht beantwortet wird (und übrigens auch nicht beantwortet werden kann), wie eine langfristige Ga-

rantie des Rentenniveaus bezahlt werden soll, wird durch solch einen puren Populismus die Lunte an unsere Sozialsysteme gelegt.

Diese wie andere Beispiele, etwa im Gesundheitswesen, zeigen, dass wir uns vor falschen Gerechtigkeitsdebatten hüten sollten. Was wir brauchen, ist vor allem ein gerechter Ausgleich zwischen Leistungserbringern und Transferempfängern. Unsere Gesellschaft hält es auf Dauer nicht aus, wenn Fleiß und Verantwortungsbewusstsein nicht mehr hinreichend honoriert werden. ●



*Dr. Mathias
Höschel*

1. Vorsitzender
Bundesverband Verrechnungsstellen
Gesundheit e.V.

Die Bausteine für Ihr Know-how



Seminare: November 2018 bis März 2019

November

8	Mi. 14.	Personal Power IV: Schlagfertigkeitstraining – Gelassen bei Ärger & Zeitnot	Mülheim	Dr. Gabriele Brieden
	Mi. 14.	GOÄ – Radiologie	Berlin	Daniela Bartz
	Mi. 21.	Stressbewältigung	Mülheim	Dr. med. Birgit Hickey
4	Mi. 21.	Berufsgenossenschaftliche Leistungen (BG) korrekt abrechnen	Potsdam	Daniela Bartz
	Mi. 21.	Rechtssicherheit in der Medizin	München	Konstantin Theodoridis, Tobias Wiedemann
	Do. 22.	GOÄ-Update	München	Tiffany Bruck, Martin Knauf
	Fr. 23.	GOÄ – Urologie	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
15	Fr. 23./ Sa. 24.	Team Power IV: Raus aus dem Hamsterrad – Stärken Sie Ihre eigene Widerstandskraft	Mülheim	Dr. Gabriele Brieden
	Mi. 28.	GOÄ-Grundlagen	Mülheim	Silke Leven
4	Mi. 28.	GOÄ – Chirurgie (ohne BG-Abrechnung)	Potsdam	Daniela Bartz
	Fr. 30.	GOÄ-Grundlagen – offen für alle Fachrichtungen	Berlin	Daniela Bartz
	Fr. 30.	GOÄ – Allgemeinmedizin/Innere Medizin (Hausärzte)	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken

Dezember

8	Mi. 05.	Personal Power III: Wirkungsvoll kommunizieren – Starke Worte	Mülheim	Dr. Gabriele Brieden
	Mi. 05.	GOÄ – Anästhesie	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Mi. 05.	GOÄ – Orthopädie	Berlin	Daniela Bartz
7	Sa. 08.	Meine Praxis 2020: Vorbereitung einer erfolgreichen Praxisübernahme/Praxisübergabe	Potsdam	Karin Rettkowski (KVBB), Frank Pfeilsticker (KONZEPT Steuerberatungsgesellschaft), Daniela Bartz (PVS), Michael Brüne (Beratung für Heilberufe), Jan Dennerlein (Kanzlei Dr. Pürschel & Partner), Dr. Verena Ernst (Fachärztin für Innere Medizin)
	Mi. 12.	GOÄ – Radiologie	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Mi. 12.	Perfekt am Telefon – und alles spricht für Sie	Mülheim	Dr. med. Birgit Hickey

Januar

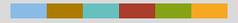
beantragt	Mi. 16.	GOÄ-Grundlagen	Mülheim	Silke Leven
	Fr. 18./ Sa. 19.	Team Power I: Fit zum Führen – Werkzeugkoffer für Führungskräfte	Mülheim	Dr. Gabriele Brieden
	Mi. 23.	GOÄ – HNO-Heilkunde	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Mi. 30.	Fit am Empfang	Mülheim	Dr. med. Birgit Hickey

Februar

beantragt	Fr. 08.	GOÄ – Gynäkologie	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Mi. 20.	GOÄ – Augenheilkunde	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Mi. 27.	Personal Power I: Souveräne Gesprächsführung	Mülheim	Dr. Gabriele Brieden

März

beantragt	Mi. 13.	GOÄ – Dermatologie	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Mi. 27.	GOÄ – Anästhesie	Mülheim	Dr. med. Bernhard Kleinken
	Fr. 15./ Sa. 16.	Team Power II: Topteam statt Troubleteam – Mehr-Generationen-Teams erfolgreich führen	Mülheim	Dr. Gabriele Brieden
	Mi. 27.	Einfach mehr Erfolg – Digitales Praxismarketing	Mülheim	Nadja Alin Jung



Fortbildungsinstitut des
PVS Rhein-Ruhr/Berlin-Brandenburg e. V.
für die Ärzteschaft

Unsere Veranstaltungsorte

Berlin

PVS berlin-brandenburg-hamburg
Invalidenstr. 92
10115 Berlin

Bonn

Marriott World Conference Hotel
Platz der Vereinten Nationen 4
53113 Bonn

Hamburg

Hamburger Sparkasse
Adolphsplatz 3
20457 Hamburg

Köln

Technologiepark Köln
CTP Conference Services
Eupener Str. 161
50933 Köln

Mülheim

PVS rhein-ruhr
Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr

München

PVS bayern
Arnulfstr. 31
80636 München

Potsdam

PVS berlin-brandenburg-hamburg
Pappelallee 5
14469 Potsdam

*Bauen Sie auf
Expertenwissen!*

- ✓ **professionell**
- ✓ **praxisnah**
- ✓ **individuell**



Ihre Ansprechpartnerin



Ursula Apitzsch

Tel. 0208 4847-344
uapitzsch@ihre-pvs.de

Unsere Referenten



Daniela Bartz
Mitarbeiterin der PVS,
Geschäftsstellenleiterin
der GS Potsdam und Cottbus



Dr. Gabriele Brieden
Ärztin, Kommunikations- und
NLP-Trainerin, systemischer
Coach



Tiffany Bruck
Referentin der PVS bayern,
GOÄ-Expertein der Geschäfts-
stelle München



**Dr. med. Dipl.-Biol.
Birgit Hickey**
Fachärztin für Allgemein-
medizin, systemische
Kommunikation/Mediation



Nadja Alin Jung
Geschäftsführerin „m2c medical
concepts & consulting“



**Dr. med.
Bernhard Kleinken**
Experte im Bereich Anwendung/
Weiterentwicklung der GOÄ



Martin Knauf
Betriebswirt (VWA),
Mitarbeiter der PVS, Leiter
des Gebührenreferates



Silke Leven
Mitarbeiterin der PVS,
stv. Teamleiterin im
Forderungsmanagement



**RA Konstantin
Theodoridis**
Fachanwalt für Medizin-
und Sozialrecht, Leiter der
PVS holding-Rechtsabteilung



RA Tobias Wiedemann
Rechtsanwalt, Mitarbeiter
der der PVS holding-
Rechtsabteilung

**Anmeldung und weitere Informationen unter:
www.pvs-forum.de**

➤ Jetzt abonnieren: Verpassen Sie kein Seminar mit unserem Newsletter!



Für gekennzeichnete Seminare erhalten Sie Fortbildungspunkte.





Die gut besuchte Vernissage im Foyer des PVS Hauptsitzes in Mülheim war nicht nur visuell ein Genuss.



Die beiden Künstlerinnen im Austausch:
Monika Kirsch (li.) und Ulrike Kröll (re.)



Die 47. Kunstausstellung wurde am 13. September
in Mülheim an der Ruhr eingeläutet

Ein Fest für alle Sinne

Ulrike Kröll und Monika Kirsch präsentieren
noch bis zum 17. Januar ausgesuchte Werke

Ulrike Kröll

Ihre Themen der Malerei sind vielfältig, inspiriert von der Fantasie und spontanen Ideen. Für Ulrike Kröll ist Kreativität Lebensfreude, die sie in ihren Werken mit verschiedenen Maltechniken wie Pastellkreide, Öl, Encaustic, Zeichnung und Aquarell zum Ausdruck bringt. Die Technik der Encaustic gab es schon in der Antike. Dabei dient das Wachs als Bindemittel für Farbpigmente, die unter Hitzeeinwirkung vermalt werden. Neben der Malerei beschäftigt sich Ulrike Kröll mit der Digital-ART. Dies sind einzigartige Kunstwerke – neue und moderne Digitale Kunst der besonderen Art. Bei der Vernissage gab es ihre Kunst zusätzlich auf hochwertigen Tüchern zu sehen.

Weitere Informationen:
www.ulrike-kroell.de

Monika Kirsch

Seit 1998 lebt und arbeitet die gebürtige Norddeutsche in Bottrop-Kirchellen. Sie ist 2. Vorsitzende der Kunstgemeinschaft Bottrop 1969 e. V. und war seit ihrem 2001 erfolgreich abgeschlossenen Malerestudium viele Jahre als Dozentin an der VHS Bottrop tätig. Von sich selbst sagt sie: „Ich will mich nicht in eine Schublade stecken lassen und male daher nur, was mir Spaß macht und eine Herausforderung darstellt“. Für ihre Werke bedient sie sich unterschiedlichster Techniken und die Themen reichen von der Landschaft, über Architektur bis hin zu Akt und Porträt. Der Stil bewegt sich zwischen fast fotografischer bis angedeuteter Gegenständlichkeit und assoziativer Abstraktion. ●

Weitere Informationen:
www.monikakirsch.de

Ausstellungsdauer:
13. September 2018 bis 17. Januar 2019

Öffnungszeiten:
Mo – Do 7:30 – 16:45 Uhr
Fr 7:30 – 12:30 Uhr

Besichtigung während der
Öffnungszeiten nur nach
Vereinbarung.

Ort:
Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr

Anmeldung unter:
www.ihre-pvs.de/kunstaussstellung
oder kunst@ihre-pvs.de



Jetzt schon vormerken!

Vernissage zur
48. Kunstausstellung
am 24. Januar 2019

Unser Newsletter „PVS Kunstausstellung“
hält Sie auf dem Laufenden.

Jetzt kostenlos anmelden unter:

www.ihre-pvs.de/kunstaussstellung



Teammitglied

vom ersten Tag an

Wer sich für eine Ausbildung bei der PVS entscheidet, darf sich auf anspruchsvolle und vor allem eigenverantwortliche Tätigkeiten freuen, schließlich agiert die Unternehmensgruppe seit 90 Jahren zukunfts- und wachstumsorientiert. Nadine Pangritz (20 Jahre) und Liam Eaux (21 Jahre) profitieren davon Tag für Tag; von Beginn an wurden die beiden Azubis am Standort Mülheim in ganz verschiedene Arbeitsprozesse eingebunden.



Liam Eaux (21 Jahre) befindet sich im letzten Jahr seiner zweieinhalbjährigen Ausbildung zum Kaufmann im Gesundheitswesen.

» Egal, in welcher Abteilung ich bislang arbeiten durfte – überall wurde ich sofort toll aufgenommen und konnte direkt mit anpacken“, weiß Liam Eaux zu berichten. Damit spricht der angehende Kaufmann im Gesundheitswesen einen großen Pluspunkt an: „Learning by doing“ heißt die Devise, denn bei der PVS schauen die Auszubildenden nicht nur zu, sie sind direkt ein Teil des Teams. Mittlerweile befindet sich Liam Eaux im letzten Jahr seiner zweieinhalbjährigen Ausbildung und blickt daher auf jede Menge Erfahrung zurück.

Nadine Pangritz hingegen hat ihre Karriere bei der PVS gerade erst begonnen – sie lässt sich zur Kauffrau für Büromanagement ausbilden. Auch ihre ersten Eindrücke fallen durchweg positiv aus: „Ich habe hier eine sehr offene und freundliche Atmosphäre vorgefunden und wurde direkt in die Arbeit involviert.“ Bereits auf der weiterführenden Schule stellte sich für Nadine Pangritz heraus, dass es im Anschluss eine kaufmännische Laufbahn sein sollte – entsprechende Praktika im Gesundheitswesen gaben dieser Entscheidung das notwendige Fundament. Als Kauffrau für Büromanagement wird die Auszubildende sämtliche Verwaltungsbereiche kennenlernen, viel Verantwortung übernehmen und bei der Koordination von Terminen, Telefonaten und Schriftverkehr stets die Übersicht behalten. „Man muss einfach dranbleiben, darf die Aufgaben nicht auf die leichte Schulter nehmen und sollte seinen Job einfach mögen“, bringt es Nadine Pangritz treffend auf den Punkt.

Kommunikationsstärke beweisen

In der Berufsschule beschäftigt sich Liam Eaux im Zuge seiner Ausbildung zum Kaufmann im Gesundheitswesen mit den verschiedenen Unternehmensformen der Branche, etwa mit der Finanzierung von Krankenhäusern oder Pflegeheimen. Bei der PVS erkennt er mehrere Berührungspunkte: „Nach meiner Ausbildung werde ich hier im Forderungsmanagement tätig sein. Neben dem

Rechnungswesen und der Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ) gehört eben auch viel medizinisches Know-how dazu.“ Mathematische Fertigkeiten sollte jeder interessierte Schüler ebenfalls mitbringen, wobei Liam Eaux schmunzelnd relativiert: „Ein gewisses Verständnis benötigt es schon – Vektorrechnung und Stochastik, wie man es aus der Oberstufe kennt, sind aber keine Grundlage für die Ausbildung.“ Das sieht im Falle von Kontaktfreudigkeit allerdings anders aus: Dank täglichem, hauptsächlich telefonischem Kundenkontakt sind in beiden Berufen Selbstbewusstsein und Kommunikationsstärke unerlässlich. Nadine Pangritz: „Bei mir kommt hier noch der Empfang in der Mülheimer Ge-

Nadine Pangritz (20 Jahre) begann ihre Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement im September.





Fotos (3): © PVS holding

Am 3. September wurden 17 neue Auszubildende der PVS holding-Gruppe in der Hauptverwaltung in Mülheim an der Ruhr begrüßt: oben (v.l.n.r.): Dominik Hillmann, Markus Morawietz, Steffen Siepmann, Nico Depczynski, Joel Huestegge, Astrid Weiland unten (v.l.n.r.): Laura Jane Barvinek, Catalina Uphoff, Nele Walther, Nicole Kozacki, Nadine Pangritz, Lea Jacob, Jana Terlau, Verena Buskies, Chiara Izzo, Sabrina Nagel, Vanessa Kelling

schäftsstelle dazu. Findet z. B. ein Seminar statt, begrüße ich die Gäste.“

Volle Unterstützung durch die PVS

Bei den beiden Berufszweigen handelt es sich um eine klassisch-duale Ausbildung; der dazugehörige Unterricht findet in fünf Blöcken à zwei Monate statt. Die Vorteile: Voller Fokus auf die Berufsschule und ein freier Kopf für Klausurvorbereitungen. Im Betrieb hingegen durchlaufen die Azubis auch Abteilungen, die auf den ersten Blick nicht ausbildungsrelevant sind: „Aktuell werde ich z. B. sechs Wochen im Druck- und Versandzentrum eingesetzt“, erzählt Nadine Pangritz, „ein interessanter Blick über den Tellerrand hinaus.“ Unverzichtbar hingegen sind die von der

PVS organisierten Schulungen und das E-Learning zu Themen wie „GOÄ“, „Datenschutz“ oder „Arbeitssicherheit“ – Fachbereiche, die von der Berufsschule nicht abgedeckt werden können.

Auch wenn sich die Voraussetzungen und Arbeitsabläufe ihrer Ausbildungsberufe unterscheiden, in einem sind sich Liam Eaux als alter Hase und auch Nadine Pangritz als Neustarterin einig: Der Team-Gedanke wird bei der PVS jederzeit großgeschrieben. Das spiegelt sich in Sportangeboten, Betriebsausflügen und vor allem der fortlaufenden Unterstützung bei sämtlichen Fragen zum Arbeitsalltag wider. Kein Wunder also, dass beide zuversichtlich nach vorn schauen. „Das Forderungsmanagement war immer schon meine Wunschabteilung“, verdeutlicht Liam

Eaux. Entsprechend groß war die Freude, als er genau dieses Stellenangebot von der PVS erhielt. Auch Nadine Pangritz wurde bereits nach bestandem Einstellungstest signalisiert, dass das Unternehmen in die eigene Zukunft investiert. Ein absoluter Gewinn für beide Seiten also. ●

www.ihre-pvs.de/unternehmen/arbeitgeber/ausbildung

Robert Targau

Freier Texter,
Autor & Redakteur.

www.roberttargau.de





Foto: © FPZ

FPZ Geschäftsführer Dr. Frank Schifferdecker-Hoch mit Referenten und Markenbotschafter (v.l.n.r.: Armin Nagel, Dr. Frank Schifferdecker-Hoch, Jürgen Hingsen, Prof. Klemens Skibicki, Sven Gábor Jánzszy, Jens Uhlhorn)

25 Jahre FPZ – Jubiläum auf dem Rhein

Grußwort von Kölner Oberbürgermeisterin
Henriette Reker

Feierlicher Anlass im Hause FPZ: Seit 25 Jahren sind die Gesundheitsexperten im Auftrag starker Muskulatur und damit im Dienst der menschlichen Gesundheit bundesweit aktiv. Aus diesem Anlass wurde am 13. Oktober mal nicht gearbeitet, sondern kräftig gefeiert.

Das Team und seine Gäste trafen sich auf der MS Loreley an der Landebrücke 3 am Kölner Altstadtufer. Anschließend ließ man das Festland für rund sieben Stunden hinter sich. Unter den Gästen befanden sich prominente Namen wie Markenbotschafter und Zehnkampflegende Jür-

gen Hingsen sowie Siebenkämpferin Mareike Arndt. Das Grußwort kam im Vorfeld aus der Feder von Oberbürgermeisterin Henriette Reker. Zu den Gratulanten zählte unter anderem der bekannte Sportwissenschaftler und Gesundheitsexperte Prof. Dr. Ingo Froböse von der Sporthochschule Köln. Er schickte im Vorhinein eine emotionale und motivierende Videobotschaft an das FPZ-Team.

Zukunft im Mittelpunkt

Sie wurde zusammen mit anderen Videobotschaften auf der Veranstaltung präsentiert. Die rund 120 Pas-

sagiere, mehrheitlich Therapeuten und Inhaber von FPZ Therapiezentren, erlebten ein buntes Programm inkl. Zukunftskonferenz. Bei leckerem Fingerfood hörten die Teilnehmer beispielsweise einen spannenden Vortrag von Prof. Dr. Klemens Skibicki zum Thema Digitale Transformation. Die Inhalte passten perfekt zur aktuellen Unternehmensausrichtung, zählt FPZ doch dank seiner Hybriden Therapien – einem Mix aus Präsenztraining und digitaler Betreuung der Patienten – zu den Technologie-Treibern der Gesundheitsbranche. Anschließend durften die Teilnehmer einen Blick in die sprichwörtliche Glaskugel werfen. Sie durchlebten zusammen mit Deutschlands bekanntestem Zukunftsforscher, Sven Garbor Jánzszy, einen imaginären Tag im Jahr 2030 und erfuhren so beispielsweise, dass die großen Herausforderungen der Menschheit wie Hunger und Zugang zu Trinkwasser bis dahin gelöst sein werden.

Weitere spannende Inhalte lieferte Jens Uhlhorn, Physiotherapeut, Dozent, Unternehmensberater sowie Mitinhaber von vier Rehazentren, der zudem Mitinitiator der bekannten „Therapeuten am Limit“ Kampagne ist.

Fazit: Kein Wunder, dass sich FPZ Geschäftsführer Dr. Frank Schifferdecker-Hoch noch am gleichen Abend hochzufrieden mit der gesamten Veranstaltung zeigte: „Die Teilnehmer haben FPZ 2.0 jetzt live erlebt und tragen unsere begonnene Neuausrichtung nach Kräften mit. So wie die Konferenz und die Feier ganz im Zeichen der Zukunft und Digitalisierung stand, so wird auch das gesamte FPZ-Team weiterhin die Weichen für die nahe und ferne Zukunft stellen.“

Das Unternehmen FPZ erforscht, entwickelt und vermarktet wirksame Präventions- und Therapieprogramme zur individuellen Verbesserung der durch Bewegungsmangel verursachten Funktionsverluste und zur Steigerung der Lebensqualität von Menschen mit Rückenschmerzen. Mit ihren kooperierenden Ärzten, Rückenzentren und Kostenträgern bildet die FPZ GmbH mit Zentralsitz in Köln ein bundesweites

Netzwerk der Rückenexperten unter der Leitung des Sozialwissenschaftlers Dr. Frank Schifferdecker-Hoch. Bereits 1990 wurde mit der Entwicklung der analyse- und gerätegestützten Rückenschmerztherapie – FPZ Therapie – für Patienten mit chronischen oder wiederkehrenden Rücken- und/oder Nackenschmerzen begonnen. 1993 wurde das damalige Forschungs- und Präventionszentrum (FPZ) gegründet. Die dort

entwickelte, individuelle Therapie wird von Ärzten verordnet, von Therapeuten in FPZ Rückenzentren persönlich betreut und von aktuell mehr als 50 Kostenträgern erstattet. Das FPZ unterhält inzwischen eine einmalige Datenbank wissenschaftlicher Auswertungen zum Thema Rückenschmerz.

www.fpz.de



Compliance im Krankenhaus – Deutschlands 3. große Umfrage

Die Kanzlei WEIMER | BORK, das Institute for Health Care Business GmbH (hcb), Health&Care Management (HCM) und – erstmals dabei – die Fachagentur für Krisenkommunikation Gloria Mundi wiederholen die in den Jahren 2015 und 2017 durchgeführte Umfrage zur Compliance im Krankenhaus.

Auch dieses Mal wird das Ergebnis im Krankenhaus Rating Report 2019 veröffentlicht. Eine umfassende Analyse wird im Health&Care Management Magazin erscheinen. 2017 schätzten 58,3 % der Befragten die Bedeutung von Compliance-Management für Krankenhäuser als hoch ein, 37,5 % maßen ihm eine mittlere und 4% eine niedrige Bedeutung zu. Die zukünftige Bedeutung von Compliance-Management für Krankenhäuser wurde mit 75 % weiterhin als hoch, mit 22,9 % als mittel und lediglich mit 2,1 % als niedrig eingeschätzt. Damit wurde zum Jahr 2015 (84 %) eine abnehmende Tendenz in der Bedeutung festgestellt.

Inzwischen wurden Anklagen gegen ehemalige Kliniken-Geschäftsführer wegen Compliance-Verstößen erhoben. Ein Geschäftsführer entging der Anklage, indem er sich in seiner Zelle das Leben nahm. Wie wirken sich derartige Ereignisse auf das Bewusstsein der Manager und Klinikangehörigen aus? Wie ist es um das Compliance-Management in den Einrichtungen bestellt? Hat sich etwas verändert oder nicht? Weiterhin ist das Thema Compliance und die Verantwortung



Das Ergebnis der Umfrage wird im Krankenhaus Rating Report 2019 veröffentlicht, im Health&Care Management Magazin erscheint eine ausführliche Analyse.

patientenferner Entscheider hoch aktuell. Das Thema Antikorruption hat mit Inkrafttreten des Antikorruptionsgesetzes im Gesundheitswesen neue Aufmerksamkeit gewonnen und die Schonfrist dürfte 2,5 Jahre später vorbei sein. Vor diesem Hintergrund hat die grundsätzliche und nachhaltige Verbesserung der Compliance für Krankenhausträger inklusive einer präventiven und bei Bedarf akuten Krisenkommunikationsstrategie erhebliche Bedeutung. Aus diesem Grund ist das Krisenmanagement erstmals Bestandteil der Umfrage.

bogens mit 100 Fragen zu folgenden Schwerpunktbereichen durchgeführt:

- » Compliance-Management-System
- » Krisenprävention, -management und -kommunikation
- » Compliancesensible Geschäftsprozesse und -bereiche
- » von der Beschaffung bis zum Zahlungseingang
- » Korruptionsprävention
- » Vertrags- und Dokumentenmanagement
- » Medizinproduktesicherheit
- » Krisenmanagement

Umfragedesign und Teilnehmerstruktur

Die Umfrage wird anonymisiert mittels eines standardisierten Frage-

Hier geht es zur Umfrage:
<https://www.umfrageonline.com/s/b77ea75>



Dr. Tobias Weimer, Fachanwalt für Medizinrecht und Gründer von WEIMER | BORK, initiierte mit Udo Lavendel (GF Klinikum Heidenheim), Christian Dietzel (Gloria Mundi) und Prof. Boris Augurzky (RWI/hcb) die Umfrage Compliance im Krankenhaus.

Impressionen der Jahreshauptversammlung 2018

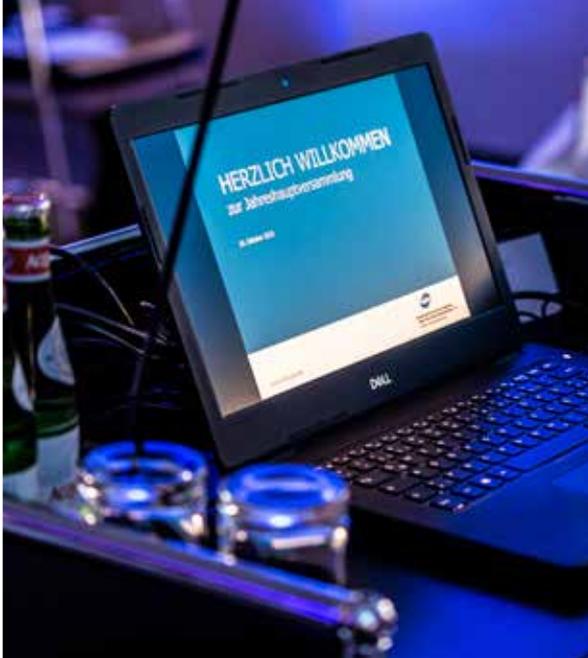
des PVS Rhein-Ruhr/Berlin-Brandenburg e. V.
am 10. Oktober in Mülheim an der Ruhr

Vereinsmitglieder können das Protokoll zur
Jahreshauptversammlung 2018 per E-Mail anfordern:
esterzenbach@ihre-pvs.de



SEITE 58





WIR GRATULIEREN

zum PVS- Firmenjubiläum

10 Jahre

Sylvia Bodynek
Gülizar Cokal
Lisa-Marie Dreyer
Linda Ebbers
Jasmin Fleischer
Melanie Hartwig
Nadine Mittag
Verena Müller
Isabel Schmal
Andrea Seroka
Jennifer Thomas

20 Jahre

Sabine Brandt
Ulrike Eichholz
Veronika Kalaschinskij
Nicole Kneisel
Petra Kube
Annett Mangiameli
Arzu Schneider
Oktay Uzun

25 Jahre

Monika Biermann
Tanja Kamp
Nicole Maue
Sandra Wysocki

30 Jahre

Beate Franz
Sylvia Possin

35 Jahre

Marina Reppenhagen

Ausgezeichnete Prüfungsleistung

Ronja Granz, Auszubildende der PVS rhein-ruhr-Geschäftsstelle Düsseldorf, hat ihre Abschlussprüfung zur



Foto: © PVS holding

Kauffrau im Gesundheitswesen im Januar 2018 mit der Gesamtnote „sehr gut“ absolviert. Seit Beendigung ihrer Ausbildung ist sie im Abrechnungsmanagement in Düsseldorf tätig. Die Auszeichnung „Die Besten“ der IHK zu Düsseldorf wurde am 9. Oktober von Yvonne Gebauer (Ministerin für Schule und Bildung NRW), Andreas Schmitz (Präsident der IHK zu Düsseldorf) sowie Michael Becker (Intendant der Tonhalle) in einem festlichen Akt in der Tonhalle Düsseldorf übergeben. Für die musikalische Begleitung sorgten die Akademisten der Düsseldorfer Symphoniker.

Die PVS gratuliert Frau Granz herzlich zu ihrer ausgezeichneten Leistung und wünscht ihr auch weiterhin viel Erfolg.

www.ihre-pvs.de/unternehmen/arbeitgeber/ausbildung

Gewinnspiel

Gewinnen Sie eine von drei

Alessi Zitronenpressen „Juicy Salif“

Beantworten Sie folgende Frage:

Wie viele Zitronen haben wir in dieser Ausgabe versteckt?



Schicken Sie uns die Lösung unter Angabe Ihrer Kundennummer bzw. Ihres Namens und Adresse bis zum 14. Dezember 2018 an:

Redaktion PVS Einblick
Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr
oder: gewinnspiel@ihre-pvs.de

Die Gewinner der Bosch Laubsauger ALS 25 sind:
Dr. med Freimut Gilbert, Potsdam
Dr. med Björn Hoffmann, Hückeswagen
Brigitta Schrapp, Achern
Die Gewinner der Verlosung „Wertschätzung“ sind:
Dr. med. Christian Müller, Gröbenzell
Dipl.-Med. Rita Röhke, Eberswalde
Dr. Nicole Schmitt, Frankfurt

Die Daten werden ausschließlich für die Zwecke des Gewinnspiels verwendet. Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe veröffentlicht und schriftlich benachrichtigt. Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der PVS sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen.



Nicole Schreiber, Kirsten Eßer, Adelheid Pier-Jabakhanji, Tobias Wiedemann, Robin Witkowski und Torsten Knops (v.l.n.r.) absolvierten erfolgreich den Aachener Firmenlauf – und hatten viel Spaß dabei.

7. Aachener Firmenlauf

Der Aachener Firmenlauf am 28. September war wieder ein voller Erfolg – 540 teilnehmende Firmen bzw. 7.777 Starter liefen wieder für den guten Zweck. Das Mixed Team der PVS rhein-ruhr konnte auf der 4,8 km-Strecke einen sehr guten 300. Platz von über 480 bewerteten Teams belegen.

Hier die Ergebnisse

Mixed Team PVS rhein ruhr:

300. Platz, 01:57:24.9

Kirsten Eßer in 00:24:19.6

Tobias Wiedemann in 00:25:36.2

Adelheid Pier-Jabakhanji in

00:30:13.4

Robin Witkowski in 00:37:15.7

Einzelwertungen

Kirsten Eßer: 00:24:19.0 über 4,8 km, 70. Platz in der Gesamtwertung,

8. Platz in der Altersklasse W45

Torsten Knops: 00:39:28.3 über 7,2 km, 473. Platz in der Gesamtwertung, 43. Platz in der Altersklasse M45

Adelheid Pier-Jabakhanji: 00:30:13.0 über 4,8 km, 516. Platz in der Gesamtwertung, 3. Platz in der Altersklasse W60

Nicole Schreiber: 00:40:55.6 über 7,2 km, 166. Platz in der Gesamtwertung, 25. Platz in der Altersklasse W35

Tobias Wiedemann: 00:25:36.0 über 4,8 km, 644. Platz in der Gesamtwertung, 81. Platz in der Altersklasse M35

Robin Witkowski: 00:37:15.0 über 4,8 km, 503. Platz in der Gesamtwertung, 398. Platz in der Altersklasse M ●

Weitere Infos und Fotos unter www.aachener-firmenlauf.de



Impressum

PVS holding GmbH
v. i. S. d. P.:
Gerd Oelsner
Dieter Ludwig
Monika Heckert

Titelbild

© Andrey Kiselev
(stock.adobe.com)

Redaktion

Dr. Christine Winkler
Robert Targan

Grafik

Esther Zisch

Druck

Königsdruck Berlin

Auflage

20.000
auch als E-Paper

Erscheinungsintervall

Vierteljährlich

Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr

Tel. 0208 4847-281
Fax 0208 4847-399

pvs-einblick@ihre-pvs.de
www.ihre-pvs.de

Unternehmensstruktur
GESELLSCHAFTER



Privatärztliche Verrechnungsstelle
Rhein-Ruhr/Berlin-Brandenburg e. V.
Ärztliche Gemeinschaftseinrichtung

DACHGESELLSCHAFT

PVS holding
GEMEINSAM BESSER.

Mitglied im



OPERATIVE GESELLSCHAFTEN

PVS rhein-ruhr

PVS berlin-brandenburg-hamburg

PVS bayern

PVS pria

PVS ra

 Wir geben Ihnen die Sicherheit,
die es braucht, wenn es um
Ihr ärztliches Honorar geht.

Mit einem Höchstmaß an Qualität,
Kompetenz und Durchsetzungskraft.

Ganz nah, ganz sicher.

IHRE PERFEKTE ABRECHNUNG

Wir machen das!

www.ihre-pvs.de