

---

**03.02.2021      Der kleinste Schrittmacher der Welt - die Micra-Kardiokapsel**

Unter der Leitung von Chefarzt PD Dr. med. Oliver Koeth wurde im Oktober 2020 in der II. Medizinischen Klinik des GPR Klinikums erstmals der kleinste Herzschrittmacher der Welt, die Micra Kardiokapsel, bei einer 88-jährigen Patientin eingesetzt. Die Kardiokapsel ist das weltweit erste kabellose Schrittmachersystem. Sie trägt eine Batterie, einen Herzmesser und einen Taktgeber in sich und kann dadurch auf Drähte verzichten. Dabei hält die integrierte Batterie genauso lang wie die von Schrittmachern, die 10-mal so groß sind. Wie der Micra-Schrittmacher implantiert wird und welche andere interessante Interventionen in der II. Medizinischen durchgeführt werden, erläutert **Herr PD Dr. med. Oliver Koeth, Chefarzt der II. Medizinischen Klinik am GPR Klinikum, in einem spannenden Vortrag.**

---

**03.03.2021      Fette, Eiweiße, Kohlehydrate und Sublimente  
Auslöser einer Krankheit oder Unterstützer der Gesundheit?**

Kohlenhydrate, Eiweiß und Fette machen etwa 90 % des Trockengewichtes der Nahrung und 100 % ihrer Energie aus. Alle drei Nährstoffe liefern Energie, die in Kalorien gemessen werden und im Darm aufgenommen und in ihre einzelnen Bausteine zerlegt werden.

Die täglich aufgenommenen Kalorien sollten zu ca. 50% aus Kohlenhydraten bestehen.

Es wird von einer „Gesunden Ernährung“ gesprochen, wenn der Grundbedarf an Nahrungsbestandteilen abgedeckt wird.

Welche mögliche Erkrankungen u.a.im Zusammenhang durch die Ernährung resultieren können und wie Sie sich entsprechend Ihrem Alter gesund ernähren können, darüber informiert **Sie Frau Gülfen Kaplan, Oberärztin und Diabetologin der I. Medizinischen Klinik am GPR Klinikum.**

---

**07.04.2021      Polyneuropathie – ein Buch mit sieben Siegeln?**

Polyneuropathie ist der Oberbegriff für bestimmte Erkrankungen des peripheren Nervensystems, die mehrere Nerven betreffen. Es gibt über 300 bekannte Ursachen. Abhängig von der jeweiligen Ursache können motorische, sensible oder auch vegetative Nerven gemeinsam oder auch schwerpunktmäßig betroffen sein. Die Symptome können je nach betroffenem Nervenfasertyp in verschiedenen Körperregionen sehr vielfältig sein. Welche die häufigsten Ursachen sind und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt, erläutert Ihnen **Frau Dr. med. Inge Alice Kelm-Kahl, Neurologin im Medizinischen Versorgungszentrum für Neurologie, Psychiatrie, Psychotherapie am GPR Klinikum**

---

**05.05.2021      Technische Hilfsmittel – Unterstützung für eine längere  
Selbstständigkeit zuhause.**

Eigenständigkeit bewahren schafft im Alter eine hohe Lebensqualität. Strümpfe anziehen, Schuhe zubinden, ein Glas Eingemachtes öffnen wird mit zunehmendem Alter immer schwieriger. Sie müssen nachts auf die Toilette und es ist stockdunkel?

Frau Gisela Mink, Leiterin des Ambulanten Pflegedienstes am GPR Klinikum wird Ihnen Alltagsschwierigkeiten aufzeigen und wichtige Tipps und Tricks zum weiterhin selbstständigen Leben in der eigenen Wohnung erläutern. Unterstützt wird **Frau Mink von Herrn Roland Glenz Geschäftsführer von SSG - Seniorensicherheit & Service Glenz sowie von Herrn Hühnergarth, Sanitätshaus Lammert**, die Ihnen Hilfsmittel vor Ort demonstrieren und zum „Selbst ausprobieren“ einladen.

---

**02.06.2021      Schaufensterkrankheit – schmerzende Beine – mangelnde Durchblutung?**

Von der Schaufensterkrankheit spricht man, wenn jemand beim Gehen so starke Beinschmerzen bekommt, dass er häufig stehen bleiben muss. Das Verweilen vor einem Schaufenster, wird von vielen Betroffenen favorisiert, damit es nicht auffällt, dass sie Probleme beim Gehen haben. Doch diese Probleme können gravierend sein. Welche vorbeugenden Maßnahmen helfen, diese Durchblutungsstörungen der Beine zu vermeiden, bzw. wie ein dauerhafter Erfolg erzielt werden kann, aber auch welche Untersuchungen und Therapien bei bestehender Schaufensterkrankheit möglich sind, erläutert Ihnen **das Team der Gefäß- und Endovascularchirurgie unter der Leitung des Chefarztes Dr. Jaroslav Nakonieczny.**

---

# GPR Gesundheitscafé

## Februar bis Juni 2021

Herzlich willkommen zum „GPR Gesundheitscafé“ im GPR Klinikum!



Wir begrüßen Sie zu einer neuen Runde im GPR Gesundheitscafé und halten wieder interessante Themen für Sie bereit.

Die „alten Hasen“ unter Ihnen kennen sich schon gut aus, für Neueinsteiger hier einige Informationen:

Jeden ersten Mittwoch im Monat findet in der hellen und freundlich eingerichteten Personalcafeteria des GPR Klinikums das GPR Gesundheitscafé statt. Hier können Sie gemütlich bei Kaffee und Kuchen zusammensitzen und unseren Gesundheitsvorträgen lauschen. Zum Kaffee sowie Kuchen sind Sie herzlich eingeladen.

Jede Veranstaltung bezieht sich auf ein Hauptthema (aktuelle Themen finden Sie auf der Rückseite), zu dem Ihnen „Fachfrauen“ und „Fachmänner“ aus unserem GPR Gesundheits- und Pflegezentrum kompetent Informationen vermitteln. Selbstverständlich können Sie auch Fragen stellen oder aber Sie genießen einfach die gesellige Runde.

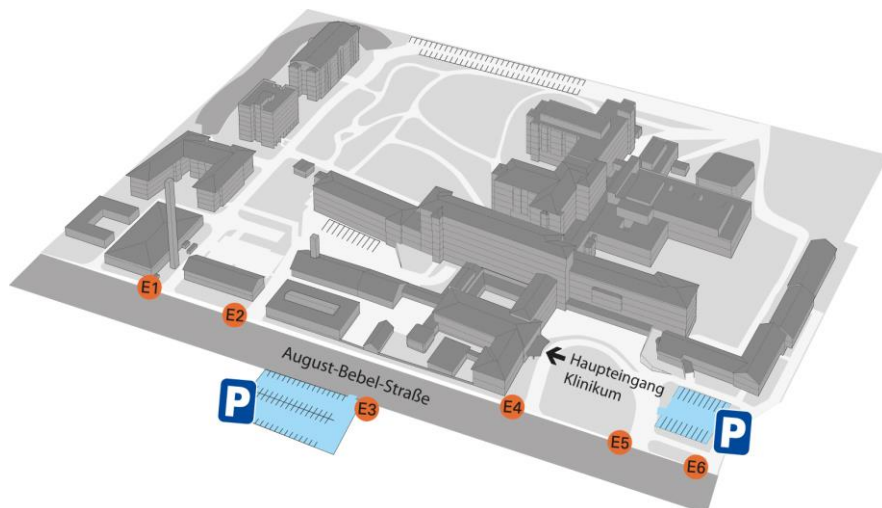
**Wir freuen uns auf Sie!**

### Wann und wo?

Die Veranstaltung findet jeden ersten Mittwoch im Monat um 15:30 Uhr in der Personalcafeteria hinter der Information direkt am Haupteingang des GPR Klinikums statt. Der Veranstaltungsraum ist bereits ab 15:00 Uhr geöffnet.

Mit den Buslinien 11 / 31 / 32 erreichen Sie das GPR Klinikum. Die Haltestellen befinden sich direkt vor der Tür.

**Parkmöglichkeiten** - kostenpflichtig - gibt es u. a. auf unserem Parkplatz am Haupteingang (Einfahrt E 5) oder gegenüber des GPR Klinikums vor der Hochschule RheinMain (Einfahrt E 3).



**GPR Klinikum**  
65428 Rüsselsheim  
Telefon: 06142 88-0  
Telefax: 06142 88-1371  
E-Mail: [info@GP-Ruesselsheim.de](mailto:info@GP-Ruesselsheim.de)