



Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

vielen Dank für Ihre durchweg positiven Rückmeldungen zu unserem ersten Newsletter. Dies bestätigt uns darin, dieses Medium auch weiterhin als eine wichtige Kommunikationsform zwischen Ihnen und uns zu nutzen.

Seit dem 01.09.2006 betreibt Frau Karin Buchholtz, Diplom-Psychologin, in unseren Praxisräumen eine eigenständige psychotherapeutische Praxis. Wir freuen uns ganz besonders, dass es uns gelungen ist, eine anerkannt kompetente Psychotherapeutin in unsere Praxis zu integrieren. Ihre Qualifikation als ganzheitliche Partner- und Familientherapeutin erwarb sie in einer dreijährigen Ausbildung beim Schönwalder Institut für Familientherapie. Des Weiteren ist sie ausgebildete Verhaltenstherapeutin. Ihre regelmäßige Teilnahme als Dozentin bei wissenschaftlichen Symposien unterstreicht ihre Kompetenz. Eine kontinuierliche Fortbildung in den Bereichen Partner- und Sexualtherapie, Hypnotherapie, Gestalttherapie und Arbeit mit traumatisierten Menschen ist Grundlage ihres umfangreichen Therapiespektrums. Frau Buchholtz verfügt über eine langjährige Berufserfahrung. Sie ist derzeit u.a. als Psychologin im Epilepsiezentrum Raisdorf sowie als Dozentin für Psychologie an der Krankenpflegeschule und am Hygieneinstitut des Universitätsklinikums S-H Campus Kiel tätig.

Darüber hinaus obliegt ihr die Leitung, Organisation und Supervision der Sendung RSH-Ohr [Seelsorgeberatungsdienst]. Frau Karin Buchholtz besitzt keine Kassenzulassung und kann ihre Leistungen folglich nicht über die Krankenkasse abrechnen. Maßgeblich für ihr Honorar ist die Gebührenordnung für Psychotherapeuten [GOP]. Eine telefonische Terminvereinbarung kann unter der Nummer 04 31.2 60 76 51 erfolgen. Beachten Sie bitte auch den speziellen Flyer, der in unserer Praxis ausliegt.

Auf Einladung des Medicos Center auf Schalke führten Herr Dr. Hecker und Herr Dr. Liebchen in den dortigen Räumen eine Weiterbildung zum Thema Aku-Taping durch, an der über 20 Physiotherapeuten und Sportwissenschaftler teilnahmen. Neben dem 1. FC Kaiserslautern ist dies die zweite Profifußballmannschaft, deren Betreuer in das Verfahren des Aku-Tapings eingeführt wurden. Somit steht nun auch den Spielern des FC Schalke 04 diese Behandlungsmethode als zusätzliches Therapieverfahren zur Verfügung.

Ein Novum ist es, dass beim diesjährigen Treffen innerhalb der Weltgesundheitsorganisation, der 'WHO Akademie', Dr. Kahoun [Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Aku-Taping] dieses neue Verfahren einem interessierten internationalen Publikum vorstellen konnte. Ebenfalls spricht für das große Interesse an der Methode, dass das von Dr. Hecker und Dr. Liebchen verfasste Buch 'Aku-Taping - sanft gegen den Schmerz' schon ein halbes Jahr nach Erscheinen ins Englische übersetzt wird.

Die Stiftung Praxis-Siegel der Bertelsmann-Stiftung vergibt die ersten Akupunktur-Zertifikate. Unsere Praxis erhält als eine der ersten Arztpraxen bundesweit das Qualitätssiegel Akupunktur. Dieses von Dr. Hecker initiierte und federführend entwickelte Qualitätsmanagementsystem zur Akupunktur ist das erste umfassende und internationale dieser Art. In Kooperation mit weiteren Kollegen und Mitarbeitern des AQUA-Institutes in Göttingen erfolgte dann die Adaption auf die indikatorspezifischen Bedingungen des EPA-Systems [European Practice Assessment].

Wir scheuen keinen Vergleich - mehr Transparenz für Ihre Sicherheit  
Alle in unserer Praxis tätigen medizinischen Angestellten sind ausgebildete oder in Ausbildung befindliche Arzthelferinnen. Ihre und unsere Sicherheit ist es uns wert.

Stärken Sie Ihr Immunsystem für den Winter  
Viele Sportler nutzen naturheilkundliche Therapieverfahren, um Ihre Leistungsfähigkeit zu stärken. Häufig wird dieses als legales Doping bezeichnet.

Die modifizierte Eigenbluttherapie ist eines dieser anerkannten Therapieverfahren. Dabei wird dem Sportler eine geringe Menge Blut abgenommen [1-5 ml], dieses dann mit UVA Licht bestrahlt und anschließend wieder zurück in den Muskel gespritzt. Die Steigerung der Leistungsfähigkeit und die Stärkung des Immunsystems sind die beiden wichtigsten Indikationen. Nutzen Sie die Erfahrungen der Naturheilkunde und der Sportmedizin, um Ihren Körper fit zu halten. Sprechen Sie uns an, wir informieren Sie gerne.

Mit gesunder Ernährung fit durch die kalte Jahreszeit

Um Erkältungskrankheiten vorzubeugen, sollten Sie besonders auf den Vitamin-C-Gehalt der Nahrungsmittel achten. Besonders reichhaltig an Vitamin C sind Fliederbeeren, Zitrusfrüchte, Äpfel, Petersilie und Paprika. Geben Sie Ihrem Tee gerne den Saft einer frisch gepressten Zitrone hinzu, bereiten Sie sich einen saftigen Salat aus geliebten Äpfeln, Karotten und Zitronensaft oder genießen Sie einen warmen Teller Fliederbeersuppe!

Rezept für eine Schleswig-Holsteiner Fliederbeersuppe:

Zutaten: 2 l Fliederbeersaft, 6 Äpfel [z.B. Boskop], 1 l Milch, 2 Päckchen Grieß [für je 500 ml Milch], 1 Stange Zimt, 2 Esslöffel Zucker, Honig oder Süßstoff, 400 g Mehl, 1 Ei

Zubereitung der Grießklößchen: Den Grieß mit 1 l Milch kochen und anschließend etwas abkühlen lassen. Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde formen, das Ei und den Grieß dazugeben und alles gut verkneten. Der Teig muss von leicht klebriger Beschaffenheit sein. Äpfel schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Den Fliederbeersaft aufkochen und die mit einem Esslöffel portionierten Grießklößchen dazugeben. Die Zimtstange und die geschnittenen Äpfel hinzugeben. Alles bei niedriger Temperatur ca. 20 Minuten ziehen lassen. Zum Schluss süßen Sie je nach Geschmack mit Zucker, Honig oder Süßstoff.

Guten Appetit!

Hätten Sie es gewusst?!

Notfallbesuch samstagnachts - Erstattung durch die Krankenkasse: 25,00 €

Rechnungsbetrag eines Schlüsseldienstes samstagnachts: 150,00 €

Wir hoffen, dass Ihnen dieser Praxisnewsletter wieder viel Spaß und Freude gemacht hat. Über eine Rückmeldung Ihrerseits würden wir uns freuen.

Ihr Praxisteam der Gemeinschaftspraxis

Übrigens –

Besuchen Sie doch mal unsere Website: [www.go3docs.de](http://www.go3docs.de)

## Gemeinschaftspraxis

**Iris Hanopulos-Neumann**

Ärztin für Innere Medizin

**Dr. med. Hans-Ulrich Hecker**

Arzt für Allgemeinmedizin

**Dr. med. Karen Spiegel**

Praktische Ärztin

Lehrauftrag für Akupunktur  
und Naturheilverfahren  
am Universitätsklinikum S-H  
Campus Kiel

Akademische Lehrpraxis  
für Allgemeinmedizin  
am Universitätsklinikum S-H  
Campus Kiel

Segeberger Landstr. 81

24145 Kiel

Tel: 04 31.71 11 66

Fax: 04 31.71 47 18

[praxis@go3docs.de](mailto:praxis@go3docs.de)

[www.go3docs.de](http://www.go3docs.de)

Zertifiziert nach EPA  
European Practice Assessment  
Stiftung Praxissiegel e. V.  
der Bertelsmann-Stiftung