

Bemerkungen, andere thematische und organisatorische
Vorschläge



DAS KREUZ MIT DEM KREUZ

**Aktionswoche zum Thema:
Wirbelsäulen- und
Bandscheibenerkrankungen**

**eine Akademie für Betroffene
und die interessierte Öffentlichkeit**

Wissensvermittlung



*Ganzheitliche professionelle Hilfe
und Hilfe zur Selbsthilfe*



**Professionelle Hilfe und Selbsthilfe –
kein Widerspruch**

von Montag, den 05. November
bis Samstag, den 10. November
in Zwickau und Region

Montag: Stadtratssaal Haus 9 VWZ
Dienstag bis Freitag:
Aula der Westsächsischen Hochschule
am Ring / Eingang: Peter-Breuer-Straße

DAS KREUZ MIT DEM KREUZ

eine **Aktionswoche** zum Thema

Akademie zu Wirbelsäulen und Bandscheibenerkrankungen

für Betroffene und die interessierte Öffentlichkeit aus Zwickau und der erweiterten Region

von Montag, den 05. November bis Samstag den 10. November 2007 in Zwickau (Orte: Verwaltungszentrum, Hochschule, Städtisches Klinikum, Paracelsusklinik sowie unter Beteiligung einiger Selbsthilfegruppen, Physiotherapien, Apotheken, Krankenkassen, Schulen, Sportcenter, Sanitätshäuser, öffentlicher Einrichtungen).

mit dem Ziel:

Wissensvermittlung in Wort und Bild unter ganzheitlicher Betrachtung von Krankheiten, die unmittelbar mit der Wirbelsäule in Wechselbeziehung stehen.

Fachärzte sprechen zu medizinischen und alternativen Diagnose- und Behandlungsverfahren unter bewusster Einbeziehung der Selbsthilfe und Eigenverantwortung Betroffener.

Allgemein interessierende Fragen können im Vorfeld der Veranstaltungen bei der Kontakt- und Informationsstelle (KISS) in Zwickau schriftlich eingereicht werden.

Zum Zwecke der Berücksichtigung von Teilnehmerwünschen und der erforderlichen Planung der Örtlichkeiten und zumutbaren Teilnahmezeiten sollte eine Voranmeldung bis zum 12. Oktober 2007 bei der KISS in Zwickau erfolgt sein.

Konkretere Informationen zu den Kernveranstaltungen und speziellen Aktivitäten vieler freiwillig mitwirkender Einrichtungen werden permanent von den wohlwollenden Medien bekannt gemacht.

12:00 – 13:00 Uhr Mittagspause / Mittagessen / persönliche Gespräche

13:00 – 15:00 Uhr Besuch der „Kleinen Messe“ mit Leistungsangeboten von SHG, Apotheken, Krankenkassen, Sanitätshäusern, Geschäfte und Einrichtungen zur Herstellung und Vertrieb von Reha- und Medizintechnik, Hilfsmitteln, Angebote von Schulen zur Aus- und Fortbildung auf den Gebieten der medizinischen und pflegerischen Dienstleistungen.
Ort: Westsächsische Hochschule am Ring, in Vorräumen zur Aula

Sa. 10.11. Tag der offenen Tür

9:00 – 11:00 Uhr Paracelsus Klinik Zwickau - mit speziellen Angeboten der Neurochirurgie, Neurologie, Radiologie und des medizinischen Versorgungszentrums (MVZ)

09:00 – 12:00 Uhr Städtisches Klinikum Heinrich-Braun-Krankenhaus Zwickau / speziell Klinik für Orthopädie, mit dem komplexen Leistungsangebot

Anmerkung: Die sich freiwillig beteiligenden Einrichtungen und Geschäfte in der Stadt und Region übernehmen selbständig die inhaltliche Gestaltung und Veröffentlichung ihrer Aktivitäten im Rahmen der stattfindenden Aktionswoche.

Teilnehmende Einrichtungen sind zum Beispiel

- Apotheken
- Krankenkassen
- Schulen in den 3 Stadtbezirken (Theorie und Schulsport)
- Senioren- und Pflegeeinrichtungen

Den teilnehmenden Einrichtungen gilt bereits im Vorfeld der Aktionswoche ein Dankeschön für ihre Bereitschaft und Mitarbeit im Interesse ihrer Betroffenen und Interessenten.

Do. 08. 11. Westsächsische Hochschule Zwickau,
Aula am Ring, Peter-Breuer-Straße

- 10:00 – 10:45 Uhr Standards und Leitlinien für Operationen an der Wirbelsäule, Bandscheiben, Hüft- und Kniegelenken Teil I – Patienteninformation
Refer. Prof. Dr. med. R.A. Venbrocks
- 10:45 – 11:00 Uhr Entspannungspause mit Physiotherapeutin
- 11:00 – 12:00 Uhr Wesentliche Indikationen bei Rücken- und Bandscheibenproblemen
Refer. OÄ Dr. med. Katja Liepold
- 12:00 – 13:00 Uhr Mittag – Mittagessen
- 13:00 – 14:00 Uhr Vortrag: Gesunde Ernährung! – Gesunde Knochen!
(Frau Christine Reim, Diätassistentin / Pleißenklinik Werdau
Rezepte und Menübeispiele
(evt. von Zwickauer Köchinnen/Köchen)
- 14:15 – 15:00 Uhr Akademische Pflegeausbildung – überzogene Erwartungen oder Chancen für die Zukunft?
Refer. Prof. Dr. päd. Ute Rosenbaum
- 16:00 – 17:00 Uhr „Schnupperstunde“ zu speziellen Angeboten von Prävention und Rehabilitation bei verschiedenen Wirbelsäulenerkrankungen
Refer. Therapeuten: Sven Schubert und Mario List
im Ambulanten Reha-Zentrum Zwickau, Schlobigplatz Nr. 20

Fr. 09. 11. Westsächsische Hochschule Zwickau,
Aula am Ring, Peter-Breuer-Straße

- 10:00 – 10:45 Uhr Abschlussveranstaltung im Plenum
Teil 1: Resümee, Schlussfolgerungen für weitere Aktionen
- 10:45 – 11:00 Uhr Entspannungspause / Imbiss
- 11:00 – 12:00 Uhr Teil 2: Beratung und Diskussion eines Konzeptes für ein Netzwerk zur Kooperation der professionellen Hilfe und Selbsthilfe durch Selbsthilfegruppen
bei akuten und chronischen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates, sowie der Gelenke, des Gefäß-, Gewebe und Nervensystems

Schirmherr der Aktionswoche: Oberbürgermeister Dietmar Vettermann

Kontakte/Ansprechpartner/Org.-Team:



FD. em. Dipl.-Ing. Gottfried Heinemann, Vors. des e.V.
„Wirbelsäulen- und Bandscheibenerkrankungen“ in Zwickau u.
Region, Koordinator der Veranstaltungen
Joliot-Curie-Str.23, 08060 Zwickau, Tel. 0375/21 45 23 5,
go.hei@blue-cable.de



**PARACELTUS
KLINIK
ZWICKAU**

ChA. Dr. med. J.P. Warnke, Neurochirurgie der Paracelsusklinik Zwickau,
Tel. 590 1601, dr.jan-peter.warnke@pk-mx.de



ChA. Priv.-Doz. Dr. med. Jochen Machetanz, Neurologie HBK Zwickau,
Tel. 51-2708, neur.@hbk-zwickau.de



Westsächsische Hochschule Zwickau
University of Applied Sciences

Prof. Dr. päd. Ute Rosenbaum, Westsächsische Hochschule Zwickau,
Tel. 0375 / 5 36-32 59, ute.rosenbaum@fh-zwickau.de



Frau Gabriele Bachmann, KISS Zwickau, Tel. 0375/835 357, Fax.
0375 8353 49, zwickau-verein-gesundheit@gmx.de

Eine Akademie – Wirbelsäulen- und Bandscheibenerkrankungen

mit dem Ziel der ganzheitlichen Betrachtung und Behandlung mit medizinischen und alternativen Verfahren unter bewusster Einbeziehung von Betroffenen, die sich zu Selbsthilfegruppen formiert haben und der Erhöhung des Bewusstseins, dass jeder für seine Gesundheit in erster Linie selbst verantwortlich ist

Die Selbsthilfe ist eine der tragenden Säulen des Gesundheitswesens

Professionelle Hilfe und Selbsthilfe – kein Widerspruch!

Referenten und Gesprächspartner sind kompetente und erfahrene Ärztinnen und Ärzte die an Universitäten, Kliniken und Ambulanzen tätig sind, sowie Patienten, VertreterInnen aus Hoch- und Fachschulen, Therapieeinrichtungen, Krankenkassen und kommunalen Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens der Stadt und der weiteren Region.

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern sollen einerseits neueste Erkenntnisse zu den sich wechselseitig bedingenden Krankheitsbildern bei WS- und Bandscheibenerkrankungen vermittelt werden und andererseits nach den Grundsätzen von Kooperation, Koordinierung und Subsidiarität Möglichkeiten der bewussten selbständigen Mitwirkung bei den Behandlungen und der täglichen Nutzung wirksamer Präventionsmaßnahmen aufgezeigt werden. Alle Referenten nutzen verständliche bildhafte Darstellungen und erlebbare Informationen via Internet.

Mit Wirbelsäulen- und Bandscheibenerkrankungen können einige typische Krankheitsbilder wie z.B. Osteoporose, Chronischer Schmerz, Skoliose, Spinalkanalstenose, Morbus Bechterew, Morbus Scheuermann, Endogene Osteomyelitis, Hexenschuss, Glasknochenkrankheit, Ganglion, Rheuma, Arthrose, Fibromyalgie, Psychosomatik, Angst und Depression, Tinnitus, Schlaganfall, und andere mehr (siehe Dorntherapie) in Ursache und Wirkung wechselseitig in Verbindung stehen.

Neben Vorträgen, Podiumsdiskussionen und moderierten Diskussionen im großen Forum finden spezielle Gesprächsrunden zu speziellen Themen statt, die bei Bedarf in getrennten Räumen oder schon im Vorfeld oder im Nachgang zur Aktionswoche vertieft werden sollten. Vorgesehen sind ebenfalls Workshops in Therapieeinrichtungen, Besuche in Kliniken, Krankenkassen, der Fachhochschule, Sanitätshäusern, bei Gruppentreffen und anderen Einrichtungen, die freiwillig und eigeninitiiert ihr mögliches Mitwirken öffentlich machen, das somit auch eine sinnvolle Bereicherung der Mithilfe zur Selbsthilfe wäre. Aber auch Schulen, Senioren- und Pflegeheimen, Behinderten-

Mi. 07. 11. Exkursion nach Bad Elster zur Paracelsusklinik am Schillergarten

- 10:00 - 14:00 Uhr Praktische Übungen zu Bewegungsmustern (Trocken- u. Wassergymnastik), Hilfsmitteln, Ernährung u.a.m.
Refer. ChA Dr. med. Uwe Willmann
(Hin- und Rückfahrt mit Vogtlandbahn, Fahrgemeinschaft oder privat)
Abfahrt Vogtlandbahn: 9:00 Uhr ab Stadthalle, andere nach Vereinbarung.
- 15:00 Uhr Rückfahrt nach Zwickau ab 15:00 Uhr

Gleichzeitig finden an diesem Tag spezielle öffentliche Veranstaltungen, Informationen und Angebote von Apotheken, Physiotherapien, Krankenkassen, Schulen und anderen Veranstaltern statt (Näheres siehe Presse und Funk).

- 10:00 – 11:15 Uhr Das „Für und Wider“ von Lebensmitteln für gesunde Knochen
Refer. Frau Ramona Tews, Staatl. anerk. Diätassistentin,
Ort: Medizinisches Versorgungszentrum, MVZ, in der Paracelsusklinik

Veranstaltungsort Westsächsische Hochschule Zwickau, Aula am Ring, Peter-Breuer-Straße

- 13:00 – 14:00 Uhr Gesunde Ernährung für gesunde Knochen, Gelenke und Gefäße
Refer. Frau Christine Reim, Zertifizierte Diätassistentin
- 14:00 – 15:45 Uhr Moderne Schmerztherapie bei akuten und chronischen Rückenschmerzen und der Stellenwert von komplementären Verfahren (Entspannungspause, gegen 14:45 Uhr)
Refer. Dr. med. Jürgen Malchow
- 16:30 – 17:30 Uhr Psychische Erkrankungen – Ursachen und Wirkungen im Wechsel mit Wirbelsäulenerkrankungen
Refer. Dr. rer. Nat. Dipl.-Psychologe Wilfried Freier,
- 18:00 – 19:00 Uhr Telefonforum mit „Profis“ und Betroffenen zum Thema „Was gibt mir eine Selbsthilfegruppe?“
Telefonnummern u. Gesprächspartner aus den öffentlichen Medien

**Anmerkung:
Im Zusammenhang mit Themen der Aktionswoche führt die Ärztekammer um 18:00 Uhr in Zwickau eine Fortbildungsveranstaltung für Ärzte durch.**

**Di. 06.11. Westsächsische Hochschule Zwickau,
Aula am Ring, Peter Breuer Str.**

- 09:00 – 09:45 Uhr Klinische und elektrophysiologische Diagnostik bei Wirbelsäulensyndromen
Refer. PD. Dr. med. Jochen Machetanz
- 09:45 - 10:00 Uhr Entspannungspause (persönlich oder mit Physiotherapeutin)
- 10:00 - 10:45 Uhr Bildgebende Diagnostik mit Erläuterungen typischer Begriffsinhalte zu den Bildberichten
Refer. OA Dr. med. Jörg Thalwitzer
- 10:45 - 11:00 Uhr Entspannungspause (persönlich oder mit Physiotherapeutin)
- 11:00 – 12:15 Uhr Optimale Strategien bei der Behandlung von Rückenschmerzen, speziell bei Wirbelsäulen-, Bandscheiben- und Gelenkerkrankungen sowie die anteilige Selbsthilfe des Patienten für seine eigene Gesundheit
Refer. ChA Dr. med. Lutz Engelmann
- 12:15 – 13:15 Uhr Mittagspause / Mittagessen
- 13:15 – 14:00 Uhr Einführung in die ganzheitliche sanfte Wirbeltherapie nach Dorn (Teil I)
- 14:00 – 14:15 Uhr Entspannungspause
- 14:15 – 15:00 Uhr Ausgewählte Beispiele der Dorntherapie (Teil II)
Refer. Heilpraktikerin Simone Müller
- 15:00 – 16:00 Uhr Spezielle Rehabilitationsmaßnahmen bei Lumbago und Vorbereitung der Exkursion am nächsten Tag zur Paracelsusklinik nach Bad Elster (Anmeldungen bei der KISS Zwickau).
- 16:30 – 18.00 Uhr Informationen zu Gesundheit u. Krankheit aus dem Internet so wie Beantwortung und Klärung medizinischer Fachbegriffe via Internet – durch kompetente Fachkräfte (Ausdrucke möglich)
Prof. Ludwig Krauß, Studenten der Fachgruppe Informatik
Ort: W.S. Hochschule am Ring, Agricola-Bau, Raum 233
- 16:00 - 17:30 Uhr Seniorinnen und Senioren lernen am PC aus dem Internet Informationen zu Gesundheit oder Krankheit zu erhalten
Benedict-School, Reichenbacher Str. 2
und anderen Anbietern, auch zu anderen Tagen und Zeiten
(siehe öffentliche Medien)

werkstätten. Deren Veranstaltungen sowie Telefonforen und öffentliche Internet-Nutzungen sind der öffentlichen Presse, dem mdr-radio-Sachsen und dem Internet www.selbsthilfe-zwickau.de zu entnehmen.

Besonders angesprochen und eingeladen sind einige Selbsthilfegruppen deren Krankheitsbilder sich partiell und wechselwirkend mit denen der Wirbelsäulen- und Bandscheibenerkrankungen bedingen.

Zum Abschluss der Aktionswoche soll der Entwurf eines Konzeptes für ein Netzwerk diskutiert werden, welches strukturell und funktionell sinnvolle kooperative Partnerschaften in und mit den medizinischen Bereichen, Einrichtungen des Gesundheitswesens, Reha-Zentren, Krankenkassen, spez. Kliniken und Ambulanzen, Forschungseinrichtungen, Spitzenverbänden, Hochschulen, staatlichen und privaten Fach und Berufsschulen, Senioren- und Pflegeheimen und besonders mit betroffenen mündigen Patienten und Erkrankten, speziell in SHGn umfasst.

Referenten / Autoren:

Prof. Dr. päd. Ute Rosenbaum

Dekanin des Fachbereiches Gesundheits- und Pflegewissenschaften,
Westsächsische Hochschule Zwickau (FH)

Univ. Prof. Dr. med. R.-A. Venbrocks

Lehrstuhl für Orthopädie der Friedrich-Schiller-Universität Jena
und ChA. der Klinik für Orthopädie im Waldkrankenhaus Eisenberg

Frau Oberärztin Dr. med. Katja Liepold

Klinik für Orthopädie im Waldkrankenhaus Eisenberg

ChA. Dr. med. Jan-Peter Warnke

Facharzt für Neurochirurgie der Paracelsus-Klinik Zwickau

ChA. Priv. Doz. Dr. med. Jochen Machetanz

Ärztlicher Direktor im Städtischen Klinikum, HBK, Zwickau
und ChA. der Klinik für Neurologie

Oberarzt Dr. med. Jörg Thalwitzer

Institut für Radiologie im HBK, Neuroradiologie

ChA. Dr. med. Lutz Engelmann

Facharzt für Orthopädie, Klinik für Orthopädie im HBK

Dr. med. Jürgen Malchow

Facharzt für Anästhesiologie / Spez. Schmerztherapie, Chirotherapie
Leiter des Regionalen Schmerzzentrums Zwickau

Dr. med. Uwe Willmann

ChA. Fachbereich Orthopädie, Paracelsusklinik Bad Elster

Dr. rer.-nat. Dipl. Psychologe Wilfried Freier

Facharzt für Psychiatrie und Neurologie, Sächs. Krankenhaus Rodewisch

Frau Simone Müller, Heilpraktikerin Naturheilpraxis in Jena

von Dieter Dorn persönlich autorisierte Naturheilpraktikerin

Zertifizierte Diätassistentin Frau Christine Reim

Pleißenklinik Werdau, Mitglied des Berufsverbandes der DDG

Frau Ing.-Ök. Gabriele Bachmann

Leiterin der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen
in Zwickau und Mitglied der LAG Selbsthilfe Sachsen

Fachschuldozent em. Dipl.-Ing. Gottfried Heinemann

Ansprechpartner der SHG „Wirbelsäulen- und Bandscheibenerkrankungen“ e.V.
und Sprecher der SHGn in Zwickau und Region

Staatlich anerkannte Diätassistentin, Frau Ramona Tews

MVZ der Paracelsusklinik Zwickau

Physiotherapeut Sven Schubert

Stellvertretender Leiter des Ambulanten Reha-Zentrums Zwickau

Dipl.-Sporttherapeut Mario List

Ambulantes Reha-Zentrum Zwickau

Programmablauf

Mo. 05.11. Verwaltungszentrum der Stadt Zwickau, Haus 9

- 10:00 Uhr Eröffnung und Begrüßung, Organisatorisches, Grußworte
- Eröffnung: G. Heinemann Vors. der SHG, Wirbelsäulen- und Bandscheibenerkrankungen e.V. in Zwickau und Region, Mitglied des Sprecherrates in der KISS
- Grußworte: OB Vettermann Schirmherr der Aktionswoche, Vertreter Krankenkassen, Vertreter des HBK und der Paracelsusklinik, der Hochschule Zwickau, der KISS Zwickau und andere bei Bedarf
- 10:30 – 11:15 Uhr Anatomisch-morphologische Aspekte der lumbalen Wirbelsäule
Refer.: ChA. Dr. med. Jan-Peter Warnke, FA. Für Neurochirurgie
- 11:15 – 11:30 Uhr Entspannungspause (persönlich oder mit Physiotherapeutin)
- 11:30 – 12:15 Uhr Anatomisch-funktionelle Aspekte der lumbalen Wirbelsäule
Refer.: ChA. Dr. med. Jan-Peter Warnke, FA. Für Neurochirurgie
- 12:15 – 13:00 Uhr Mittagspause / Mittagessen
- 13:00 – 14:00 Uhr Begehung und Betrachtung der Ausstellungstafeln einzelner SHG zum entsprechenden Krankheitsbild unter dem Aspekt des Wissensstandes Betroffener sowie der Verantwortlichkeit jedes einzelnen für die eigene Gesundheit
verantwortlich: Ansprechpartner der beteiligten SHG
- 14:00 – 14:30 Uhr Diskussion / Erfahrungsaustausch / Einschätzung der bisherigen Darlegungen / Schlussfolgerungen für die weiteren Vorträge
Moderator: Herr Gottfried Heinemann
- 14:30 – 17:00 Uhr Persönliche Gespräche mit prominenten Gastrednern und Gästen (am Kaffee-Tisch und/oder an den Ausstellungsgegenständen)