

NWZ-Ärztenspezial: Der Arzt in Ihrer Nähe

Hier finden Sie Ärzte bzw. Arztpraxen sortiert nach fachlichen Schwerpunkten. Weitere Schwerpunkte können jederzeit ergänzt werden

Weltnichtrauchertag: Abschied vom Glimmstängel fällt sehr schwer

Am 31. Mai, dem Weltnichtrauchertag, machen Gesundheitsorganisationen und Initiativen mit zahlreichen Aktionen auf die Gefahren durch Nikotinkonsum sowohl für Aktiv- wie für Passivraucher aufmerksam. In Deutschland koordinieren die Deutsche Krebshilfe und das Aktionsbündnis Nichtraucher die Aktivitäten. Im Vordergrund stehen neben Forderungen nach einem besseren gesetzlichen Schutz der Nichtraucher Kampagnen, die Raucher zum Aufhören motivieren sollen. Doch das ist sehr schwer. Zwar ist der großen Mehrheit der Raucher mittlerweile sehr wohl bewusst, dass Nikotin ein Gift ist, das zu gravierenden gesundheitlichen Problemen führen kann. Doch die Kombination aus erlerntem Rauchverhalten und Entzugssymptomen erschwert den Rauchausstieg enorm. Der Spontanentschluss zum Rauchstopp führt nur bei einem bis fünf Prozent der Raucher zu einer langfristigen Abstinenz.

Das Nikotin als wesentlicher Suchtstoff in der Zigarette entfaltet im Gehirn über die Aktivierung so genannter Nikotinrezeptoren stimulierende Effekte. Eine Studie unter Leitung der Oxford University, an der weltweit 41.000 Men-

schon teilgenommen haben, hat aktuell erstmals nachgewiesen, dass die Zahl der täglich gerauchten Zigaretten durch bestimmte Variationen in den Genen der Nikotinrezeptoren beeinflusst wird. Das heißt: Ob ein Raucher Gelegenheits- oder Kettenraucher ist, wird maßgeblich von diesen Genen bestimmt. Insbesondere starke Raucher sollten sich deshalb ärztliche Unterstützung suchen, wenn sie von ihrer Sucht loskommen wollen. Mit Disziplin und starkem Willen allein haben sie kaum Chancen, ihr Ziel zu erreichen.

Der Arzt kann verschreibungspflichtige Medikamente verordnen, die beim Rauchstopp wirkungsvoll helfen. So gibt es zum Beispiel Tabletten mit dem Wirkstoff Vareniclin (z.B. Champix), die an denselben Rezeptoren im Gehirn andocken, an denen auch das Nikotin bindet. So werden



beispielsweise Entzugssymptome, der Hauptgrund für die extrem hohen Rückfallquoten, durch diesen Wirkmechanismus entscheidend reduziert. Nach ärztlicher Empfehlung sollte mit Vareniclin zwölf Wochen behandelt werden. Eine Behandlung über weitere zwölf Wochen bei Personen, die das Rauchen erfolgreich aufgehört haben, kann die Chance wirklich rauchfrei zu bleiben erhöhen. sup./Bild: Suresp

Wenn der Kopf klemmt – ein Fall für die sanfte Chirotherapie

Viele Störungen im Körper lassen sich genau orten und beschreiben, andere jedoch sind eher diffus und mitunter wechseln die Beschwerden. Zur zweiten Sorte gehört die **Blockierung des Kopfgelenks**. „Eine komische Spannung im Nacken, ein wandernder Kopfschmerz, leichter Schwindel bei bestimmten Kopfhaltungen, Flimmern vor den Augen“ – das alles berichten Patienten.

Das Tückische: alle apparativen Untersuchungen – ob Röntgen oder MRI, Nervennmessungen oder Augenarztbesuch – fallen normal aus. „Aber meine Beschwerden sind doch keine Einbildung!“, so erlebe ich häufig die Reaktion der Patienten.

Zum Glück kann der erfahrene Untersucher die Blockierung des Kopfgelenks mit bloßen Fingern ertasten. Ist die Diagnose bestätigt, so ist die sanfte Chirotherapie bestens geeignet, ohne jedes Risiko die Blockierung zu lösen. Dabei wird der Kopf vom Therapeuten ohne Kraftausübung, sanft und langsam in die Entspannung geführt. Diese sanfte Technik ist an

dieser empfindlichen Stelle des Körpers, wo verletzliche Nerven und Blutgefäße verlaufen, völlig gefahrlos. „Mein Kopf fühlt sich ja viel leichter an“, lautet häufig der spontane Kommentar der Betroffenen nach der Behandlung.

Aus den Schilderungen meiner Patienten ist zu entnehmen, dass die Beschwerden einer Kopfgelenk-Blockierung Wochen, Monate, manchmal sogar Jahre bestanden haben, ohne dass die Ursache gefunden wurde. Zum Glück gelingt es fast in allen Fällen, auch nach Jahren noch, diese Blockierungen mit der sanften Chirotherapie zu lösen. Dafür sind meist nur eine bis drei Behandlungen notwendig. Durch den Verzicht auf jeglichen Zug oder Ruck gibt es keine Einschränkung bei Begleiterkrankungen wie Arthrose oder Rheuma.



Autorin dieses Beitrags:
Dr. Nicole Etavard-Gorris
Chirotherapie
www.docgorris.de

BILD: PRIVAT

Die sanfte Chirotherapie ist an der gesamten Wirbelsäule zur Lösung von Blockaden geeignet, vom Hals bis zum Steißbein, allerdings mit speziellen Techniken für jeden Wirbelsäulenabschnitt.

Allgemeinmedizin und Praktische Ärzte

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Facharzt für Allgemeinmedizin/ Rettungsmedizin Dr. med. Robert Villis	Lerchenstr. 4 26939 Ovelgönne	Tel. 04480/948761 Fax 04480/948762	Sprechstunden: Mo.–Fr.: Dienstagabend Spätsprechstunde von 17–21 Uhr

Chirotherapie (Heilmethode mit Handgrifftechniken)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Hilke Lüder, Ärztin u. Physioth. Manuelle Medizin / Chirotherapie / Atlastherapie für Erw., Kinder u. Säuglinge	Scheideweg 278 26127 Oldenburg	0441 / 361 48 48 4 www.pfg-ol.de	Nach Vereinbarung
Dr. Nicole Etavard-Gorris Allgemeinmedizin-Chirotherapie	Waffenplatz 1 26122 Oldenburg	0441-25419 0441-26896	Mo-Fr 8:00-14:00 Uhr, Mo/Di/Do 16:00-18:00 Uhr

Chirurgie

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
W. Stöver Facharzt f. Chirurgie / Unfallchirurgie	Zwischenbrücken 17 27793 Wildeshausen	04431-918555 / Amb. OP (z.B. auch in Vollnarkose), Röntgen, handchir. OP	falls mögl. bitte telefon. Terminabsprache

Gastroenterologie (Magen- und Darmheilkunde)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. Jens Buckisch Internist und Gastroenterologe	Kuhlenstraße 53d 26655 Westerstede	04488 521888-11 04488 521888-8	Mo-Fr 8.00-12.00 Uhr und Mo, Di, Do von 14.00-17.00 Uhr

HNO-Heilkunde

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dres. med Carola Walter-Leirich, Sebastian Walter, Jan-Dirk Geerken, Carola Willamson, Fachärzte f. HNO- Heilkunde, Naturheil-verfahren, Akupunktur, ambul. OPs, Schnarchdiagnostik, Allergologie	Neue Donnerschweer Str 30 Im Zentrum Gesundheit	0441/ 5949646 www.HNOoldenburg .de	Mo. – Do. 8.00 – 19.00 Uhr, Fr. 8.00 – 12.00 Uhr
R. Dirks R. Rudkoffsky Dr. med. Gemeinschaftspraxis Fachärzte für HNO-Heilkunde (amb. - belegärztl. Operationen)	Hauptstr.21 26215 Wiefelstede Bleichenpfad 9 26316 Varel	04402-60863 Wiefelstede 04451-2211 Varel	Termine nach telefonischer Vereinbarung

Handchirurgie

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Hand- und Plastische Chirurgie Oldenburg. Dr. med. R. Hoffmann, Dr. med. M. Wrobel und Dr. med. A. Settje. Gesamte Handchirurgie. Schwerpunkt Minimalinvasive Handchirurgie, endoskopische Nerven Chirurgie	Marienstr. 1 26121 Oldenburg www.hpc- oldenburg.de	Tel./Fax: 0441/4086855 info@hpc- oldenburg.de	Termine nach Vereinbarung

Akupunktur

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Ines Blischke Akup., Kräutertherapie, 5-Elemente- Ernährg., Gesichtsdeutung	Lustgarten 13 26135 Oldenburg	0441-1811225 Mobil 0176- 21800148	Abrechnung privat
Ralph Reck, Arzt Krampfaderverödung, Ozontherapie für Gelenke, Bindegewebe u. Blut, Chinesische Medizin, Akupunktur	Gartenstraße 4 26122 Oldenburg	0441-25844 0441-2488165; tcm-praxis@ralph- reck.de; www.ralph-reck.de	Mo.-Do. 9.00-12.00 Uhr und 15.00-17.00 Uhr nach Vereinbarung
Beatrix Rüger-de Barse Fachärztin für Anästhesie, Akupunktur, Trad. chin. Med., Chirotherapie	Oldenburger Str. 257 26180 Rastede	04402/ 84040 04402/ 2650	nach Vereinbarung alle Kassen

Naturheilverfahren (Heilverfahren mit Methoden der natürlichen Umwelt)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Radu Spermezan, Allgemein- mediziner, Tätigkeitsschwerpunkte: Nahrungsmittelunverträgl., Darmsanie- rung/Symbioselenkung, Regenerations- /Vitalisierungskuren, Ozoneigenblutbhd.	Lange Straße 18 26160 Bad Zwischenahh	04403/2248 o. 0170/8049352 04403/949110 s.spermezan@t- online.de	Mo., Di., Fr. 8-15 Uhr, Mi. 8-13 Uhr, Do. 8-18 Uhr und hausärztliche Versorgung
Dr. med. Carola Walter-Leirich Fachärztin für HNO-Heilkunde, Akupunktur, ambulante Operationen, Naturheilverfahren	Neue Donnerschweer Str. 30 Im Zentrum Gesundheit	0441/ 5949646 www.HNOoldenburg .de	Mo. – Do. 8.00 – 19.00 Uhr, Fr. 8.00 – 12.00 Uhr
Dr. med. Joachim Czieslik Allgemeinmedizin-Naturheilverfahren- Akupunktur-Psychotherapie	Staustraße 1 26122 Oldenburg	0441-925670 0441-925677	Mo-Do 8.30 -12; Mo,Di,Do, 15.30-18; Fr.8-14; und nach Vereinbarung
Dr. med. Ulrich Teschke Allgemeinmedizin Privatpraxis, Bioresonanztherapie, Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Sauerstoffbehandlungen, Homöopathie	Bloherfelder Str. 279 D 26129 Oldenburg	0441-55690 www.naturheilpra- xis-dr-teschke.de	Mo. -Do. 8:30 - 11:00 Mo., Di., Do. 15:30-18:00 und nach Vereinbarung
Dr.med. Ines Tiedemann FÄ für Kinderheilkunde-und Jugendmedizin, Naturheilverfahren	Hauptstr. 15b 26215 Wiefelstede	04402-69199	Mo. -Fr. 8. 30-12. 00, Mo., Di., Do., Fr. 14. 30-17. 00, Sa. 10- 11. 00

Neurologie (Nervensystemerkrankungen)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Dr. med. Joachim Springub, Wolfgang Schwarz, Fachübergreifende Gemeinschaftspraxis u. Med. Begutachtung, Neurologie-Psychiatrie/ Psychotherapie -- Verkehrsmedizin	Lange Str. 25 (Ärztel.WST/Nähe Krankenhaus) 26655 WST (Olbg)	Tel. 04488 72999 Fax 04488 859935 Telefondienst v. 8- 13 u. 15-18 Mo.-Fr.	auch alle Privat- u. Beamtenkassen/ Beihilfe u. Berufsgenossensch. weitere Infos im Internet www.praxis- springub-schwarz.de

Orthopädie (Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates)

Arztpraxis	Adresse	Tel.-Nr./Fax	Sprechstunde
Rainer de Barse Facharzt für Orthopädie, Chirotherapie, Osteologie (DXA- Knochendichtemessung), Arbeitsunfälle	Oldenburger Str. 257 26180 Rastede	04402/ 84040 04402/ 2650	Mo,Die, Do 8-12 u.15-18 Uhr, Mi+Fr 8-13 Uhr und nach Vereinbarung
Dres. F.Cramer, S-O Meyer, R. Heimbürger, M. Kauss Orthopädie, Sportmed., ESWT, Osteoporose DXA, Akupunktur, Stat. OP	Lange Strasse 23 26655 Westerstede	04488-523550 www.orthopaedie- wst.de	Montag-Donnerstag 7-18 Uhr, Freitag 7-17 Uhr