

GESUNDHEITSNEWS

Die **Hamburger Blindenstiftung** gibt mit der Ausstellung „Gelebte Inklusion“ einen Rückblick auf die Kulturwoche 2010 im Senator-Ernst-Weiß-Haus. Bis zum 31. Januar 2011 sind die Musik- und Konzertfotos in den Räumen der Blindenstiftung in Wandsbek zu sehen. Ihren Auftakt feierte die Werkschau am 28. November 2010, geöffnet hat sie täglich von 9 bis 18.30 Uhr. Der Eintritt ist kostenfrei.

Seine **Internetseite überarbeitet** hat der **Hamburger Krankenhausspiegel**. Unter www.hamburger-krankhausspiegel.de können die neuesten Behandlungsergebnisse zum Beispiel beim Hüftgelenkersatz, bei Brustkrebs- oder Gallenblasenoperationen eingesehen werden. Neu aufgenommen in dem Internetportal sind die Bereiche „Vermeidung von Druckgeschwüren“ und „Verbesserung der Durchblutung in den Beinen“. Auch eine neue Suchfunktion, mit der Patienten spezielle Fachabteilungen der Kliniken finden, ist integriert.

An einer **Therapie für Alpha-Mannosidose**, einer seltenen Kinderkrankheit, arbeitet ein europäisches Forschungsteam unter Leitung des Biochemikers Paul Saftig von der Universität Kiel. Die nächste Teststufe fördert die EU mit sechs Millionen Euro und mache so klinische Tests am Menschen möglich, teilte die Uni Kiel mit. Die unheilbare Erbkrankheit stört die Geistesentwicklung oder löst Hörverlust aus und ist mit geringer Lebenserwartung verbunden. „Die Therapie, die wir entwickeln, kann die Lebenserwartung und Lebensqualität entscheidend erhöhen“, sagte Saftig.

Niedersachsens **Ärzte** verschreiben immer mehr **Antibiotika**. Dies teilt die Techniker Krankenkasse (TK) mit. Seit 2004 haben TK-Versicherte demnach 26 Prozent mehr Antibiotika verordnet bekommen. Laut TK erhielten deren Versicherte in Niedersachsen im vergangenen Jahr durchschnittlich 5,7 Tagesdosen Antibiotika, im Jahr 2004 lag der Verbrauch bei 4,5 Tagesdosen. Zwar seien gezielt eingesetzte Antibiotika beim Kampf gegen bakterielle Infektionen wichtig, ein ungezielter Einsatz könne aber dazu führen, dass diese Medikamente bei manchen Krankheitserregern nutzlos werden.

Untersuchen lassen will die **Kräuterdroge „Lava Red“** Niedersachsens Gesundheitsministerin Aygül Özkan (CDU). Mitte der Woche erwarte sie das Ergebnis. Erst dann könne entschieden werden, ob die Stoffe der umstrittenen, aber legalen Droge gesundheitsschädigend seien und verboten werden könnten, sagte Özkan. Polizei, Ärzte und Psychologen warnen vor „Lava Red“. Jugendliche rauchen die als Raumduftmischung angebotenen Kräuter, die mit künstlichem Cannabis besprüht werden. Unter anderem könnten schwere Kreislaufstörungen die Folge sein.

Wenn der Alltag zu reizvoll wird

HOCHSENSIBILITÄT Als erstes Institut in Deutschland behandelt „Aurum Cordis“ Reizempfindlichkeit. Das Angebot mischt Medizin, Psychologie und Spiritualität. Doch wissenschaftliche Unterstützung fehlt bislang

VON NORA LASSAHH

Lärm, Abgase, Streit – fast jedem wird der Alltag manchmal zu stressig. Aber einige Menschen reagieren sensibler als andere auf diese Reize. Sie bekommen von aggressiven Farben Kopfschmerzen, müssen sich von einem Diskobesuch tagelang erholen, können sich dafür aber so gut in andere hineinversetzen, dass sie Probleme früher als ihre Mitmenschen erkennen. Hochsensibilität – in der Wissenschaft unter „sensory-processing sensitivity“ bekannt – wird seit den Siebzigern untersucht. Doch erst seit zwei Jahren gibt es in Buxtehude bei Hamburg das deutschlandweit erste Institut, das Hochsensiblen Diagnose und Therapie anbietet.

„Wir sind ein lernendes Institut“, sagt Jutta Böttcher, Gründerin und Geschäftsführerin des Zentrums „Aurum Cordis“. Da Hochsensibilität noch nicht zu Genüge erforscht ist, hat sie ihr Angebot entlang den Bedürfnissen ihrer Kunden entwickelt. Seit diesem Jahr gibt es neben Beratungen auch medizinische, psychologische und spirituelle Kurse, unter anderem Yoga, Klangmassagen und Meditation.

Einer Studie der amerikanischen Psychotherapeutin Elaine Aron zufolge sind 15 bis 20 Prozent aller Menschen hochsensibel. Alex Bertrams, Juniorprofessor für Pädagogische Psychologie an der Universität Mannheim, sieht diese Zahlen kritisch. „Davon bin ich nicht überzeugt.“ Er bezweifle zwar nicht, dass Menschen unterschiedlich sensibel auf Reize reagieren. „Es ist aber nicht klar, ob man diese



Reizüberflutung: Die einen finden sie lästig, für hochsensible Menschen ist sie eine Qual Foto: dpa

nische Erkrankungen oder Depressionen sind und Stress verursachen. „Die Besucher des Instituts werden deshalb auch nicht Patienten, sondern Klienten genannt“, sagt Böttcher.

Einer Studie der amerikanischen Psychotherapeutin Elaine Aron zufolge sind 15 bis 20 Prozent aller Menschen hochsensibel. Alex Bertrams, Juniorprofessor für Pädagogische Psychologie an der Universität Mannheim, sieht diese Zahlen kritisch. „Davon bin ich nicht überzeugt.“ Er bezweifle zwar nicht, dass Menschen unterschiedlich sensibel auf Reize reagieren. „Es ist aber nicht klar, ob man diese

Menschen wirklich in zwei Kategorien einteilen kann oder ob es eher ein Kontinuum mit vielen Abstufungen ist“, sagt Bertrams. „Aurum Cordis“ versucht deshalb wissenschaftliche Aufmerksamkeit auf das Thema zu lenken und strebt bisher erfolglos eine Kooperation mit der Leuphana Universität in Lüneburg an. Die ehemalige Diplomkauffrau Jutta Böttcher ist selbst hochsensibel und will das Phänomen bekannter machen, um ähnlich fühlenden Menschen zu helfen. „Nur sehr wenige Betroffene wissen von ihrem Zustand. Darum ist das, was wir hier im Zentrum erleben, tief berüh-

rend. Die Menschen, die sich in unserer Beschreibung wiederfinden, sind total erleichtert, sich endlich wieder zu erkennen.“

Insgesamt hat „Aurum Cordis“ seit Bestehen über 150 Klienten behandelt. Viele davon seien Kinder, sagt Böttcher. Denn Hochsensibilität falle oft in der Schule auf. „Unser Alltag wird immer komplexer, zum Beispiel das Schulsystem. Hochsensibilität fällt stärker auf, weil Leute immer früher aus dem System rauskippen. Sie haben eine Signalfunktion und zeigen: Das System an sich ist überfordernd.“

Doch nicht nur die Klienten von „Aurum Cordis“ sind hoch-

sensibel, sondern auch die Therapeuten. Laut Böttcher macht das die Einzigartigkeit des Instituts aus. „Hochsensible reagieren oft stärker oder schneller auf Medikamente und haben ungewöhnlichere Nebenwirkungen“, erläutert sie. Ein Arzt, der sich mit dem Thema nicht befasst habe, könne denken, sein Patient sei ein Hypochonder.

Momentan bleiben die Behandlungen allerdings denen

Sie bekommen von aggressiven Farben Kopfschmerzen, müssen sich nach der Disko tagelang erholen

vorbehalten, die es sich leisten können. Für eine Einzelbehandlung mit zwölf Stunden veranschlagt „Aurum Cordis“ 1.338 Euro. Dass das Angebot trotz Förderung durch die EU noch so teuer ist, liegt auch daran, dass das Institut ein auf Gewinn ausgerichtetes Dienstleistungsunternehmen ist. Um auch weniger beachteten Klienten eine Behandlung zu ermöglichen, sucht das Institut nach weiteren Sponsoren. „Hochsensibilität ist nicht in den Leistungskatalogen der Krankenkassen verzeichnet. Ich würde mir wünschen, dass sich das ändert“, sagt Jutta Böttcher. Auch Alex Bertrams hält es nicht für ausgeschlossen, dass Angebote für Hochsensible irgendwann in dem ein oder anderen Katalog einer Krankenkasse auftauchen könnten. Eine grundsätzliche Aufnahme hält er aber für unwahrscheinlich.

Barbara Goltz
Heilpraktikerin für Psychotherapie
dipl. Ayurvedatherapeutin
Spezialgebiet: Stress und Burnout
Deichreihe 1
25377 Kollmar
04128 - 94 20 48
www.ayurveda.leber.de

Ulrike Meyer
Heilpraktikerin
Kinesiologie
Im Gesundheitszentrum St. Pauli
Haus 4, Naturheil-Etage
Seewartenstr. 10, 20459 Hamburg
Tel.: 23 49 43 07

OASE-Heilhaus
zur Rekulivierung der Heilkunst
Ein umfangreiches Spektrum
an naturheilkundlichen
Therapieformen
Gästezimmer mit
biologischer Vollpension
Pflegebereich
Scharowweg 70 • 23730 Neustadt-Redden
Telefon (04561) 525 360
www.oaseheilhaus.de

PST
Betrachten Wochen
Psychosozialer Trägerverein
Eppendorfer/Eimsbüttel e.V.
Mitglied im Deutschen
Paritätischen Wohlfahrtsverband

**Ayurvedische Massagen
Gesundheitscoaching**
Gertrud Maria Steinbach
Max-Bräuer-Allee 45
22765 Hamburg
Tcl 040 - 87 33 96
www.ayurvede-massage-dilona.de



Ohrakupunktur
ein Angebot nach dem
NADA-Protokoll
jeden Dienstag
18:30 – 20:00 Uhr
in den Räumen des PST e.V.
Goebenstrasse 11 /
Ecke Tresckowstraße
20253 Hamburg
Kosten 3,00 € (ermäßigt 1,50 €)

Shiatsu
Schule für Shiatsu Hamburg
Shiatsu berührt den Körper und die Seele
Shiatsu-Ausbildung*
Der nächste Basiskurs:
4.-, 6. und 25.-27. Februar 2011
*unter ärztlicher Leitung sowie anerkannt
nach den Richtlinien der Gesellschaft für Shiatsu in Deutschland GSD
Tag der offenen Tür am Samstag 22. Januar 15 - 19 Uhr
Fordern Sie unsere Broschüre an: Tel. 040/43 01 88 55
Fax 040/43 40 61 - E-Mail: schule-fuer-shiatsu.de
www.schule-fuer-shiatsu.de

MARIEN KRANKENHAUS
**ENTSPANNT
INS NEUE JAHR**
Entspannungstraining nach Jacobsen
Ab 11.01.11, 8 x dienstags von 15:00 – 16:00 Uhr
Stressbewältigung mit dem „Stress-Impfungs-Training“
Ab 12.01.11, 8 x mittwochs von 17:30 – 19:00 Uhr
Autogenes Training
Ab 24.02.11, 8 x donnerstags von 16:45 – 17:45 Uhr
Anmeldungen: 040 / 25 46 - 22 27
(montags bis freitags, 9:00 bis 12:00 Uhr)
Eingige Krankenkassen unterstützen die Teilnahme
an den Präventionskursen.
Kath. Marienkrankenhaus GmbH
Alfredstraße 9 • 22087 Hamburg
E-Mail info@marienkrankenhaus.org
Internet www.marienkrankenhaus.org

SCHANZENRESIDENZ
ELISABETH ALTEN- UND PFLEGEHEIM DER FREIMAUER VON 1795 e.V.
KLEINER SCHÄFFERKAMP 43 • 20357 HAMBURG
DAS HAUS MIT HERZ IM SCHANZENPARK
Pflege und Betreuung
im eigenen Apartment
mit hotelähnlichem Service
alle Pflegestufen
alle Kassen
kein Einstand
Keine Mitgliedschaft
Kontakt:
Telefon 0 40 / 44 18 08 525
Fax 0 40 / 44 18 08 547
Unser Bewohnerbüro - Frau Buch -
verabredet gern einen Termin mit Ihnen!
Info@schanzenresidenz.de
www.schanzenresidenz.de
Kleiner Schäferkamp 43 • 20357 Hamburg • ☎ 040 / 44 18 08 525 • Fax 040 / 44 18 08 547

taz thema
Gesundheit
nächste Termine
22. Januar, 19. März, 21. Mai, 9. Juli,
13. August, 22. Oktober, 19. November
2011
Anzeigen: Martina Fraedrich
040 - 38 90 17 14
anzeigen@taz-hamburg.de

Elke Röhl
www.heilpraktikerin-roehl.de
Op dan Brink 4 • 21400 Holtenau
Tel. +49 (0) 41 37) 80 84 58

Lüneburger Heide
1. homöopathische Behandlung nach den „Regeln der Kunst“ (Hahnemann), wenn Sie sich so richtig ausgepowert oder chronisch krank fühlen und eine fundamentale Unterstützung benötigen
2. buddhistische Meditation dienstags von 19 bis 20 Uhr
3. regelmäßig Filmabende über kritische Themen wie z.B. Impfen, AIDS, Krebs etc. (Video-Übertragung des Stuttgarter Impfsymposiums 2010, Interviews mit der Ärztin Juliane Sacher, Dr. Claus Köhnlein)