

medicum

ZU IHREM WOHL. AUF IHREM WEG.

HNO-Praxis Sönke Asmuss & Dr. Chr. Rehkamp

Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde
und Allergologie

Unsere Schwerpunkte

- + Naturheilverfahren
- + Akupunktur
- + Audiologie/Neurotologie (BV HNO)
- + Schnarchbehandlung
- + Schwindelbehandlung
- + Tauchmedizin
- + Ambulante Eingriffe

Unsere Servicezeiten

Mo., Di., Do. 08.00-18.00
Mi. und Fr. 08.00-17.00
Samstag 10.00-12.00

Termine unter

☎ 0461 8079080
✉ info@hno-cittipark.de
📍 hno-cittipark.de

ALLE KASSEN



HNO-Chirurg Sönke Asmuss favorisiert minimalinvasive, ambulante Eingriffe.

**HNO
PRAXIS**
IM CITTI-PARK



Die beste Operation ist eine verhinderte Operation.

Welche Klinik bei welcher Erkrankung voraussichtlich die besten Ergebnisse erzielt, weiß der unabhängige niedergelassene HNO-Facharzt.

Ziel in der Therapie von Patienten muss es zunächst immer sein, eine Operation überflüssig zu machen. Viele moderne konservative, aber auch naturheilkundliche Behandlungsmethoden machen das heute möglich. Ist eine Operationsempfehlung nach Ausschöpfung alternativer Behandlungsmethoden dennoch auszusprechen, so bieten modernste chirurgische Behandlungsmethoden sehr häufig einen unverkennbar minimalinvasiveren Behandlungsansatz als noch vor wenigen Jahrzehnten.

Darüber hinaus sind in der Kopf-/Hals- und HNO-Chirurgie durch die Weiterentwicklung der laser-, thermo- oder plasma-chirurgischen Verfahren deutlich minimalinvasive Techniken eingeführt worden.

Dies bedeutet, dass wesentlich schonendere Eingriffe mit demselben Erfolg möglich geworden sind. Und es sind auch – bspw. in der NNH-Chirurgie sowie in der Schnarchchirurgie – neue Zugangswege entwickelt worden, die die Invasivität eines Eingriffes ebenfalls deutlich reduzieren. Diese müssen nur angewandt werden. Der gute, niedergelassene HNO-Facharzt sollte diese Methoden kennen und mehr noch: **Er sollte wissen, welche Klinik mit gutem Erfolg welche Methoden anbietet.**

Nur dann ist er in der Lage – wenn er nicht selbst operiert – für den Patienten das beste Ergebnis zu erreichen. Die beiden HNO-Fachärzte Sönke Asmuss und Dr. Christoph Reh-

kamp sehen darin eine wichtige Aufgabe ihrer HNO-fachärztlichen Kompetenz: **dem Patienten dort eine OP-Möglichkeit aufzuzeigen, wo voraussichtlich das beste Ergebnis für den Betroffenen erzielt werden kann.**

Das ist eine Aufgabe, welche der Hausarzt aufgrund der heutigen Komplexität operativer Zugangswege und Techniken in der Regel nicht übernehmen kann. Nur der HNO-Facharzt kann aufgrund seines Fachwissens die optimale Indikation stellen und, durch seine Unabhängigkeit, die Notwendigkeit einer stationären Versorgung sowie Art und Ausmaße eines operativen Eingriffes im Vorwege minimieren.

Gesund bleiben

Ihr Weg zu einem
gesunden Lebensstil

Hätte ich nur und wieso war ich nicht schon viel früher ...? Wir alle haben uns diese Frage schon häufiger in unserem Leben gestellt und so manchen Vorsatz zur Besserung gefasst. Wissen wir doch: Vorsorge ist besser als Nachsorge. Was kann ich bewegen, um ein ganzes Leben lang gesund, vital und leistungsfähig zu bleiben? Durch einen maßgeschneiderten Gesundheits-Check mit modernster Medizintechnik lassen sich Risiken und Erkrankungen früh

erkennen. So ist es möglich, einen individuellen Gesundheitsplan mit gezielten Maßnahmen zur nachhaltigen Verbesserung der Gesundheit zu erstellen. Wir begleiten Sie langfristig auf Ihrem Weg hin zu einem gesunden Lebensstil für ein hohes Maß an Lebensqualität.

Mehr zum Thema „Vorsorge und ihre Möglichkeiten“ während der Gesundheitstage im CITTI-Park: **Fachvortrag des Präventivmediziners Dr. med. Dirk Padberg am Samstag, 4. März 2017, 14 Uhr in den Praxisräumen im medicum.** Es besteht die Möglichkeit, an diesem Tag in der Zeit von 12 bis 14 Uhr einen kurzen Check mit

Cholesterinmessung kostenfrei durchführen zu lassen.

Bodymed-Center: Die Ernährungskurse finden jeweils dienstags und donnerstags um 18 Uhr statt. Quereinsteiger sind herzlich willkommen! Gerne informieren wir Sie zudem über unser Leberfasten-Konzept (besonders geeignet bei Diabetes, Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörung).

Ganzheitlich gesund:

Über das medicum

Von Kopf bis Fuß bestens versorgt: Das medicum ist das Gesundheitszentrum im CITTI-PARK. Neben erfahrenen Ärzten sorgen verschiedene Fachhändler für ein breites Angebot an medizinischer Kompetenz. Profitieren Sie im medicum von freundlichem Service, kurzen Wegen, rund 2.000 kostenfreien Parkplätzen und modernsten Technologien.

- Augenarzt
- Gynäkologie
- HNO-Arzt
- Orthopädie
- Zahnarzt
- Kosmetische Chirurgie
- Kosmetik
- Apotheke
- Akustiker
- Sanitätsbedarf
- Physiotherapie
- Dermatologie

medicum
DAS GESUNDHEITSCENTRUM IM

CITTI-PARK
EINKAUFSCENTRUM

Gesund bleiben
Dr. med. Dirk Padberg
Allgemein- und Präventionsmedizin

Gesund bleiben Dr. med. Dirk Padberg Praxis im CITTI-PARK

medicum Flensburg
Langberger Weg 4
0461 - 21 442
info@dr-padberg.net
www.dr-padberg.net

Bodymed-Center
0461 - 430 54 904
info@bodymed-flensburg.de
www.bodymed.com/
center/flensburg



Schritt für Schritt schmerzfrei

Effiziente Heilung für Fersensporn mittels Stoßwellentherapie

Vom Gefühl, einen Stein im Schuhe zu haben, bis zu bohrendem Schmerz – ein Fersensporn ist eine unangenehme Erfahrung. Der Begriff beschreibt einen knöchernen Fortsatz am Fersenknochen. Dieser entsteht durch übermäßige Beanspruchung der Sehnen in der Fußsohle. Der Körper versucht, diese zu stabilisieren und lagert hierfür Kalk an den Sehnenansätzen ab: Der dornenartige Fortsatz bildet sich und wächst. An sich ist dieser Dorn selten ein Problem. Schmerzhaft wird es, wenn sich das Gewebe um ihn herum entzündet. Das geschieht durch Überbelastung, die aufgrund von Fehlstellungen des Fußes, Übergewicht, Muskelschwäche oder falschem Schuhwerk auftreten kann.

Was können Betroffene tun?

Um Schmerzen zu reduzieren, ist vor allem eine Entlastung wichtig. Kurzfristig können gepolstertes Schuhwerk und Ruhe helfen. Auf längere Sicht gehören individuelle Schuheinlagen und Physiotherapie zu den wichtigsten Behandlungsschritten. Darüber hinaus bieten wir Ihnen in unseren Praxen Stoßwellentherapie an. Dabei wird die betroffene Stelle mit Druckwellen behandelt. So lässt sich die Reiz-Reaktion des Nerves und damit einhergehend die Schmerzen verringern. Wir verfügen bei dieser Art der Beschwerden über langjährige Erfahrung und finden gemeinsam mit Ihnen den besten Weg zur Heilung. Vereinbaren Sie einfach einen Termin.



Dr. Christoph Garlepp
10
Facharzt für Orthopädie
und Unfallchirurgie

Termine unter
0461 - 13 505
dr-garlepp.de

Dr. Schulz-Leupelt
11
Facharzt für Orthopädie
und Rheumatologie

Termine unter
0461 - 23 617
schulz-leupelt.de



Unsere Schwerpunkte
+ Akupunktur, Chirotherapie,
Elektrotherapie, KinesioTaping,
Knochendichtemessung,
Knorpelschutz, Neuraltherapie,
Rückenschule, spezielle
Schmerztherapie, Stoßwellen-
therapie, Trekkingtherapie,
Überwässerungsmassage, Ultra-
schalldiagnostik, Rheumatologie,
spezielle Unfallchirurgie,
Röntgendiagnostik, Wirbel-
säulenspezialist

Unsere Sprechzeiten
Montag 08.00-12.30
14.30-17.30
Dienstag 08.00-12.30
14.30-17.30
Mittwoch 08.00-12.30
Donnerstag 08.00-12.30
14.30-18.00
Freitag 08.00-12.30

ALLE KASSEN



Facharzt Dr. med. Lothar Bohl

Implantate – geht das bei mir?

Häufig stellen wir eine Verunsicherung fest, sobald es um das Thema Zahnimplantate geht: Was ist ein Implantat? Wie funktioniert das? Geht das auch bei mir? Was kostet es? Um es in Kurzform darzustellen: Ein Implantat ist eine künstliche Zahnwurzel, die in den Kieferknochen eingeschraubt wird und dort festwächst. Man kann Implantate benutzen, um einen einzelnen Zahn zu ersetzen, z. B. nach einem Sportunfall. Es können aber auch zahnlose Kiefer oder Kieferhälften mit Implantaten versorgt werden, um dann einen festen oder herausnehmbaren Zahnersatz an den Implantaten zu befestigen. Oder man verwendet strategisch platzierte Implantate, um vorhandene Prothesen zu stabilisieren. Die Möglichkeiten sind also vielfältig. Es ist natürlich erforderlich, im Vorfeld abzuklären, ob die medizinischen Voraussetzungen für eine Implantation gegeben sind. Es müssen ebenso die Kosten für jeden Patienten ganz individuell ermittelt werden. Wir sind zertifiziertes Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Implantologie und verfügen über eine langjährige implantologische Erfahrung. Wir informieren Sie gerne in einem persönlichen Beratungsgespräch.

Dr. Johannes Aurich
8
Ihr Experte für
strahlende Zähne

Unsere Sprechzeiten
Mo., Di., Do. 09.00-12.00
15.00-18.00
Mittwoch 09.00-12.00
Freitag 08.00-14.00

0461 - 41 515
draurich.de

ALLE KASSEN



Dr. Johannes Aurich

Zahnärztliche Praxis
Dr. Johannes Aurich

5 So sieht man heute!

nordBLICK®
Augenheilkunde

Unsere Sprechzeiten
Mo., Di., Do. 09.00-13.00
14.00-17.00

Telefonische Erreichbarkeit
Mo.-Fr. ab 09.00

Termine unter
00800 77 13 13 13
cittipark@nordblick.de
nordblick.de

nordBLICK
PRAXIS CITTI-PARK FLENSBURG
PRIVAT- & SELBSTZAHLERPRAXIS
DR. MED. LOTHAR BOHL



Sanitätshaus Schiebler:

Viel Neues im Jahr 2017

Zusammen mit unseren Kunden möchten wir schon jetzt auf ein ereignisreiches Jahr 2017 blicken: Besonders freuen wir uns über die Neueröffnung unserer Zweigstelle in Leck, Am Stadion 1, die vom 31. März bis 2. April zur großen Eröffnungsfeier im Reha-Sportzentrum einlädt und fortan tgl. von Mo. bis Fr. die Türen für sie öffnet. Auch hier erwartet Sie unser kompletter Rundum-Service. Doch bereits am 3.-4. März begrüßen wir Sie während der Gesundheitstage im Citti Park, die wir in diesem Jahr nutzen möchten, Ihnen neben unseren zahlreichen Serviceleistungen und Angeboten auch unseren Preis-Leistungs-Sieger unter den Rollatoren, das Leichtgewicht „Capero“, vorzustellen, mit dem es uns erstmals gelingt, ein geringes Gewicht, robuste, gute Qualität und einen niedrigen Preis miteinander zu vereinbaren. Vielleicht erspielen Sie sich ja noch ein paar Procente an unserem Glücksrad? Oder Sie machen Ihren Rollator-Führerschein bei uns und sammeln damit wertvolle Flensburg Rabatt-Punkte beim Kauf eines Modells Ihrer Wahl.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und stehen Ihnen gern beratend zur Seite! Ihr Team vom Sanitätshaus Till Schiebler

Sanitätshaus Till Schiebler
Orthopädie- & Reha-technik
Inh. Lars Knothe

Unsere Schwerpunkte

- + Prothetik
- + Orthetik
- + Rollstuhlverkauf, -verleih und -wartung
- + Rollatoren
- + Einlagen nach Maß
- + sensorische Sporteinlagen
- + Leibbinden und Osteopore-Korsette
- + Kompressionsstrümpfe
- + Gesundheitsschuhe
- + Bandagen
- + Brustprothesen

Robert-Koch-Straße 56
24937 Flensburg
0461 - 5 94 10
info@sanaithaus-schiebler.de
sanaithaus-schiebler.de



Innovative Messeneuheiten bei Pavel Hörsysteme!

Praktisch unsichtbar zu tragen!

Testen Sie jetzt die neuen Im-Ohr-Hörgeräte Silk.

Nie mehr Batterien wechseln!

Die neuen Cellion-Hörgeräte: Schnell wiederaufladbar.



Hervorragender Tragekomfort.

Sie gehören zu den kleinsten Hörgeräten der Welt: die neuen **Im-Ohr-Hörgeräte Silk**. Dank ihrer weichen Silikon-Aufsätze und der ausgeklügelten Gehäuseform passen sie praktisch in jedes Ohr. Das Material ist rutschhemmend, sodass der Sitz auch über den Tag hinweg gewährleistet ist und bietet ein angenehmes Tragegefühl. Die neuen Silk Hörgeräte sind mit herausragenden Funktionen ausgestattet, die eine ausgezeichnete Hörqualität liefern, denn: Ihr Richtmikrofonsystem ermöglicht eine hervorragende Richtwirkung. Das bedeutet leichtes und müheloses Hören aus der Richtung, der man sich zuwendet - vor allem in lauter Umgebung.

Ein Klick und fertig.

Die Silikon-Aufsätze Click Sleeves sind weich und seidig zu tragen. Die Aufsätze sind aus flexiblem Silikon. Ein angenehmes Tragegefühl und fast unsichtbar.



Vereinfachen Sie Ihr Leben.

Eine innovative Weiterentwicklung der Hörgeräte- Ladetechnologie: Die Cellion Hörgeräte sind **extrem kleine Hinter-dem-Ohr-Hörgeräte**, die sich in der Ladestation ab- und außerhalb der Ladestation selbständig anschalten. Die spezielle Lithium Ionen Akkutechnologie erzielt eine Betriebsdauer von bis zu 24 Stunden.

Schnell wieder aufladbar.

In nur vier Stunden sind die Hörgeräte komplett geladen. Nach einem 30-minütigen Nachladen können sie bereits sieben Stunden lang genutzt werden. Da Cellion-Hörgeräte per Induktion geladen werden, benötigen sie weder Öffnungen für Ladekontakte noch ein Batteriefach. Das bedeutet für Sie: Nie mehr Batterien wechseln und eine hervorragende Feuchtigkeitsresistenz.

Sie wollen die neuesten Siemens, Signia und Silk Hörgeräte

kostenlos und unverbindlich zur Probe tragen?

Dann melden Sie sich einfach bis zum **15.03.2017** bei uns.

pavel
Hörsysteme

Citti-Park
Langberger Weg 4,
24941 Flensburg
Tel.: 0461-1682268

Handewitt
Wiesharder Markt 5,
24983 Handewitt
Tel.: 04608-972730

www.hoergeraete-pavel.de

Hörsysteme

SIEMENS

signia
Life sounds brilliant.



Pavel Hörgeräte
Fachgeschäft für
Hörgerateakustik

Unsere Schwerpunkte

- + Hörtests
- + individuelle Anpassung von Hörsystemen
- + Sonderanfertigung
- + Reparatur
- + maßgefertigter Gehörschutz

Unsere Filialen

Citti-Park
Langberger Weg 4,
24941 Flensburg
Tel. 0461-1682268

Handewitt
Wiesharder Markt 5,
24983 Handewitt
Tel. 04608-972730

Termine telefonisch
oder online unter
hoergeraete-pavel.de

Unser besonderer Service

- + St. Michael Kundenkarte
- + Vorbestellung von Arzneimitteln
- + Lieferung an die Haustür
- + Verleih und Vermietung von Spezialgeräten

Unsere Öffnungszeiten

Mo.-Fr. 08.00-20.00
Sa. 09.00-20.00

☎ 0461 - 99 577 860
☎ 0461 - 97 899 436
✉ citti@apotheke-st-michael.de
🌐 apotheke-st-michael.de



Bleiben Sie gesund und aktiv!

Beraten und verwöhnen lassen
Unsere Veranstaltungen

- 03.02.17 Avène Hautberatungstag
- 17.02.17 Ernährungsberatungstag mit einer Klim-Verkostung
- 24.02.17 Eucerin Hautberatungstag
- 03.03.17 Gesundheitstage im CITTI-PARK
- 04.03.17 Gesundheitstage im CITTI-PARK
- 10.03.17 la mer Kurzbehandlungstag
- 22.03.17 Homöopathievortrag von Bärbel Freund, Thema: Reisevorbereitung mit Schüssler Salzen
- 12.05.17 Avène Hautberatungstag
- 09.06.17 la mer Kurzbehandlungstag
- 14.06.17 Homöopathievortrag von Bärbel Freund, Thema: Schüssler Salze für Senioren
- 04.08.17 Avène Hautberatungstag
- 06.10.17 Avène Hautberatungstag
- 11.10.17 Homöopathievortrag von Bärbel Freund, Thema: Energiekur der Schüssler Salze
- 01.12.17 la mer Veranstaltung

... mit unseren Angeboten.

Erstklassige Beratung und schnelle Hilfe im Krankheitsfall – das dürfen Sie selbstverständlich von unseren Apotheken erwarten. Aber damit ist unser Motto „Ihre Gesundheit ist unsere Stärke“ noch lange nicht erschöpft. Über Arzneimittel, Nahrungsergänzung und hochwertige Pflegeprodukte hinaus, möchten wir Sie herzlich zu unseren Veranstaltungen einladen. Besonders hervorzuheben ist unsere Vortragsreihe zu Schüssler Salzen. Expertin vor Ort ist Bärbel Freund. Die passionierte Fachapothekerin ist seit der Gründung 2013

für unsere Kunden da und hat sich auf die Gebiete Naturheilverfahren, Offizinpharmazie, Ernährungsberatung und jüngst Antlitzanalyse nach Dr. Schüssler spezialisiert.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihre Kerstin Tomberger und Christiane Kühl
Die Vorträge von Frau Freund finden direkt in der St. Michael-Apotheke im CITTI-PARK statt und beginnen jeweils um 18.30 Uhr. Um eine telefonische Anmeldung wird gebeten.



Bärbel Freund, Expertin für Schüssler Salze

3. Gesundheitstage im Citti Park

3.-4. März 2017 in Flensburg

Das Thema Gesundheit und Wohlbefinden ist allgegenwärtig. Meist schenken wir ihr jedoch erst Beachtung und beginnen, über sie nachzudenken, wenn etwas nicht stimmt. Jeder von uns hat es selbst in der Hand und kann maßgeblich bestimmen und dafür Sorge tragen, dass es lange so bleibt. Das Schlüsselwort heißt Prävention und oft sind es sogar nur die kleinen Dinge, die Großes bewirken können. Zu den diesjährigen Gesundheitstagen 2017, am 3. und 4. März, lädt Sie der Citti-Park Flensburg und das medicum herzlich ein, berät und unterhält von A wie Anfassen und Ausprobieren bis Z wie Zeigen und Zuhören. Dabei stehen Ihnen nicht nur zahlreiche, qualifizierte und erfahrene Berater und Therapeuten zur Seite, auch ein Teil des Ärzteteams der **Gemeinschaftspraxis um Dr. med. Clemens Berndt** möchte sich vorstellen, bevor sie ab September diesen Jahres Ihre Türen im medicum Flensburg für Sie neu öffnen. Die Fachbereiche sind dabei mindestens so breit gefächert, wie die Möglichkeiten, die Ihnen zur individuellen Prävention für Körper, Geist und Seele offen stehen: Neben dem fachkundigen Personal der **hauseigenen Apotheke**, bringt auch das Sanitätshaus **Till Schiebler** jede Menge zum Mitmachen und Lernen mit. Wer

mag, kann seinen **Rollator-Führerschein** machen und beim Kauf einige Prozente sparen. Auch können Sie sich dort über die neuesten Modelle der Einlagenversorgung informieren. Wer direkt durchstarten möchte, dürfte bei der **Flensburg Akademie, dem Handball-Leistungszentrum im Norden** oder auch bei **Trias**, einem der größten Triathlonvereine Schleswig-Holsteins, an der richtigen Adresse sein. Wer es gemütlich mag, kann sich mit einem der zahlreichen Massageprodukte von **Casada health & beauty** verwöhnen. Sicher wird Sie auch die gelenkschonende und Elektromuskelstimulations-Therapie (kurz: EMS) von Tim Wulff interessieren, der vor wenigen Jahren Flensburgs erstes **EMS-Studio „Körperpuls“** eröffnet hat. Auch wenn Sie oder Ihre Angehörigen dauerhaft oder zeitweise Unterstützung im Alltag brauchen, können Sie sich am Stand der **AWO** und der **Rheuma-Liga Schleswig-Holstein** informieren. Hier erfahren Sie, welche Hilfe Sie bekommen und wie sie dabei trotzdem ein eigenständiges Leben führen können.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ein Bericht von Maïke Petersen, Sanitätshaus Till Schiebler



- | | |
|---|---|
| 1 M. HAUSS
Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten | 8 DR. MED. DENT. J. AURICH
Zahnheilkunde |
| 2 DR. MED. A. RAETZ
Frauenheilkunde | 9 SANITÄTSHAUS TILL SCHIEBLER
Orthopädie- und Reha-technik |
| 3 CYNAEKOLOGICUM
Frauenheilkunde | 10 DR. MED. CHR. GARLEPP
Orthopädie und Unfallchirurgie |
| 4 DR. MED. D. PADBERG
Privatärztliche Allgemein- arztpraxis und Bodymed-Center | 11 DR. MED. J. SCHULZ-LEUPELT
Orthopädie |
| 5 NORDBLICK
Augenheilkunde | 12 FEELWELL
Fachkosmetik und med. Fußpflege |
| 6 PAVEL HÖRGERÄTE
Hörgerätekustik | 13 PROF. DR. MED. DR. HABIL. F.-R. GIEBLER
Privatpraxis für kosm. Chirurgie |
| 7 HNO-PRAXIS S. ASMUSS & DR. MED. CHR. REHKAMP
Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde und Allergologie | 14 M. SAKNUS
Physiotherapie und Massage |
| | 15 ST. MICHAEL
Apotheke |

Impressum

Herausgeber
„medicum im CITTI PARK“
vertreten durch
Sönke Asmuss
Gestaltung:
HOCHZWEI, www.hochz2.de
Druck:
Druckhaus Leupelt GmbH,
Flensburg