



Blaulicht- und Ehrenamtssprechstunde in der HNO-Praxis im CITTI-PARK

HNO-Praxis
Sönke Asmuss & Dr. Chr. Rehkamp
 Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde und Allergologie

Unsere Schwerpunkte:
 Naturheilverfahren
 Akupunktur
 Audiologie/Neurootologie (BV HNO)
 Schnarchbehandlung
 Schwindelbehandlung
 Tauchmedizin
 Ambulante Eingriffe

Servicezeiten
 Mo, Di, Do 8:00 - 18:00
 Mi und Fr 8:00 - 17:00
 Sa 10:00 - 12:00

Tel: 0461 - 807 908 0
 info@hno-cittipark.de

Termine unter
Tel. 0461 - 807 908 0
oder online
www.hno-cittipark.de



Das Team der HNO-Praxis mit den HNO-Fachärzten Sönke Asmuss (li.) Dr. Christoph Rehkamp

Ab dem **1.12.2016** bieten die HNO-Fachärzte des medicums im CITTI-PARK eine zusätzliche **HNO-Akutsprechstunde für sogenannte Blaulichtberufe und Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren, an.**

Die Wertschätzung und besondere Anerkennung außergewöhnlicher dienstlicher Belastungen wie auch gesellschaftlichen Engagements liegt den HNO-Ärzten am Herzen. „Polizisten, Feuerwehrmänner, aber auch viele Soldaten arbeiten zunehmend unter besonderer dienstlicher Belastung, die

sich oft bis in die Familien hinein übertragen“, so die HNO-Fachärzte Sönke Asmuss und Dr. Christoph Rehkamp, die beide als Schiffs- oder Geschwaderärzte der Bundesmarine und als HNO-Ärzte in verschiedenen NATO-Verbänden selbst mehrfach monatelange Einsätze im Kosovo, im Libanon oder auf Marineeinheiten im Atlantik und Mittelmeer durchgeführt haben. „Diesen und ähnlichen Berufsgruppen möchten wir zumindest im Bedarfsfall einen schnellen Facharzttermin ermöglichen. Und das gleiche Zeichen der Wertschätzung

und Anerkennung möchten wir für Bürger setzen, die aufgrund einer ehrenamtlichen Tätigkeit **das Gemeinwohl und das gesellschaftliche Miteinander** besonders unterstützen.“, so die Fachärzte weiter. „Eine Gesellschaft von zunehmend Hilfsbedürftigen funktioniert vor allem durch diejenigen, die Hilfe engagiert anbieten. Das möchten wir honorieren.“ Die Blaulicht- und Ehrenamtssprechstunde wird jeden Donnerstag im Anschluss an die reguläre Kassensprechstunde ab 11 Uhr angeboten.



Die HNO-Praxisleitung Frau Sonja Wevill begrüßt zusammen mit Frau Lisa Wittgens die kleine Mathilda mit ihrer Mutter und Audiometristin Frau Julia Wölcke aus dem Mutterschutz.

- Augenarzt
- Gynäkologie
- HNO-Arzt
- Orthopädie
- Kosmetische Chirurgie
- Zahnarzt
- Kosmetik

- Apotheke
- Akustiker
- Sanitätsbedarf
- Physiotherapie
- Dermatologie

NEU im medicum: Allgemeinmedizin Präventiv- und Ernährungsmedizin

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

Gesund bleiben
Dr. med Dirk Padberg
Praxis im CITTI-PARK
 medicum
FLENSBURG
Langberger Weg 4
 Tel: 0461 - 21 442
 info@dr-padberg.net
 www.dr-padberg.net



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

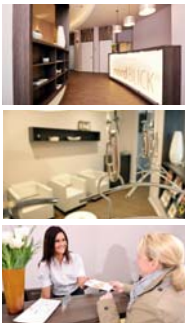
Im Oktober haben wir unsere privatärztliche Allgemeinarztpraxis und das Bodymed-Center Flensburg im medicum eröffnet. Neben dem kompletten Spektrum der Allgemeinmedizin legen wir einen besonderen Schwerpunkt auf die Präventivmedizin: Unser moderner Lebensstil ist häufig gekennzeichnet durch Stress, Bewegungsmangel und falsche Ernährung. Zivilisationserkrankungen wie Übergewicht, Bluthochdruck oder Zuckerkrankheit sind die Folge. Durch unser einzigartiges Konzept aus moderner und ganzheitlicher

Diagnostik gefolgt von individuellen und langfristigen Maßnahmen zur Lebensstilveränderung können Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität nachhaltig verbessert werden. In ansprechenden Räumlichkeiten mit modernster medizintechnischer Ausstattung bieten wir Ihnen folgende Leistungen an:

- Gesamtes Spektrum der Allgemeinmedizin
- Individuelle Gesundheits-Checks
- Ultraschall Bauch/Schilddrüse/Halschlagadern
- Leistungsdiagnostik (Spiroergometrie)
- Trainingsberatung
- Stress-Diagnostik (HRV-Messung)
- Messung der Körperzusammensetzung
- Ärztlich geleitete Gewichtsreduktionskurse
- Orthomolekulare Medizin
- Leberfasten
- Betriebliches Gesundheitsmanagement



Team Dr. Padberg



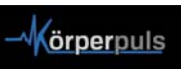
Facharzt Dr. Lothar Bohl, in der neuen Praxis im CITTI PARK.

So sieht man heute!

Wenn es um Ihr Sehvermögen geht, vertrauen wir ausschließlich auf modernste Technik, neueste Untersuchungsmethoden und langjährige Erfahrung. Nur so können wir präzise auf Ihre Bedürfnisse eingehen und beste Ergebnisse erzielen. Und dank der Kooperation mit der nordBLICK Augenklintik Bellevue in Kiel können

wir Ihnen außerdem den eleganten Komfort einer **Privatpatienten- und Selbstzahlerpraxis** bieten. Ihre Vorteile: präzise Terminabsprachen und ausreichend Zeit für Ihre Anliegen. Die Abrechnung erfolgt immer nach Absprache mit Ihnen (nach GOÄ) – Für ein sicheres Gefühl und maximale Transparenz.

nordBLICK®
Augenklinke CITTI-PARK Flensburg
Sichtbar mehr Klasse.
Die erste Adresse für Privatpatienten und Selbstzahler – modern, hochwertig und transparent. Sie finden uns im Medicum (1. OG).
Unsere Sprechzeiten:
Mo, Di & Do: 9-13 u. 14-17 Uhr
Telefonische Erreichbarkeit:
Mo-Fr ab 9 Uhr
Tel.: 00800 77 13 13 13
cittipark@nordblick.de
www.nordblick.de



NEU im medicum: Körperpuls

Körperpuls bietet Ihnen ein hochmodernes EMS-Training (EMS= Elektro-Myo-Stimulation) Nur 20 Min. pro Woche! Minimaler Zeitaufwand und maximale Ergebnisse. Das EMS-Training ist für jedermann, egal ob jung oder alt, untrainiert oder sportlich. Das EMS-Training ist genau das Richtige für diejenigen die Ihren Körper in einer kurzen

Trainingszeit (20 Min. pro Woche) effektiv trainieren wollen ohne lange Zeit im Fitnessstudio zu verbringen. Jedes Training wird unter persönlicher und professioneller Anleitung eines Trainers durchgeführt. Das Körperpuls-Team hilft Ihnen Ihren persönlichen Zielen ein Stück näher zu kommen, egal ob beim Muskelaufbau, Rücken-

schulung/Stärkung bei Rückenbeschwerden, Gewichtsreduktion, Leistungssteigerung oder beim Ausgleich ihrer muskulären Dysbalancen. Ihre persönlichen Ziele stehen bei Körperpuls an oberster Stelle. Wir stimmen mit Ihnen Ihren Trainingsplan und Belastungsparameter ab und gestalten das Training effektiv und abwechslungs-

reich, damit sie Ihren Zielen ein Stück näherkommen und mit einem guten Körperbefinden nach Hause gehen. Lassen Sie sich selbst überzeugen und vereinbaren Sie ihr persönliches **Probetraining für nur 9,95 €!**



Körperpuls
Inh. Tim Wulff
Tel.: 0461 - 5052 8542
info@ems-koerperpuls.de
www.ems-koerperpuls.de

Pavel Hörgeräte
Fachgeschäft für Hörgeräteakustik im Citti-Park Flensburg

Unsere Schwerpunkte:
Hörtests
individuelle Anpassung von Hörsystemen
Sonderanfertigung
Reparatur
HörGlück für Kinder
www.hoergeraete-pavel.de



v.l.n.r.
Carina Petersen, Julia Popke
Lena Theuer

Pavel Hörgeräte im Citti-Park Medicum, 1. OG, Langberger Weg 4 24941 Flensburg
Tel: 0461 - 16 82 268

Pavel Hörgeräte
Wiesharder Markt 5
24983 Handewitt
Tel: 04608 - 972 730

Testhörer für Siemens und Signia Hörgeräte gesucht!

Jetzt am Hörgeräte-Praxistest teilnehmen und die neuesten **Im-Ohr-Hörgeräte** testen.

Ein beeindruckend natürliches Hören und weniger Höranstrengung – die jüngsten Siemens und Signia Hörgeräte leisten mit ihrer innovativen Hörerichtechnologie Erstaunliches. Als Testhörer haben Sie jetzt die Chance, diese Vorzüge selbst zu erleben und mit Ihren Erfahrungen zur kontinuierlichen Optimierung unserer Technik beizutragen. Lassen Sie Ihr Gehör testen und tragen Sie die neuesten Signia Hörgeräte Probe - kostenfrei und unverbindlich.



IHR SIEMENS und SIGNIA PARTNER VOR ORT!

Ihre Teilnahme am Hörgeräte-Praxistest - so einfach geht's:
1. Nehmen Sie Kontakt mit der unten stehenden Pavel Filiale auf.
2. Vereinbaren Sie einen Termin.
3. Machen Sie einen kostenlosen Hörtest.
Bei Fragen hilft Ihnen Ihr Hörgeräteakustiker von Pavel gerne weiter.

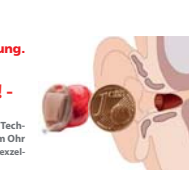
Eine Durchsage an einem belebten Bahnhof, ein Telefonat bei schlechter Verbindung, ein Gespräch in einem voll besetzten Café: Es gibt Situationen, in denen selbst das Gehör von Normalhörenden stark gefordert ist. Noch anstrengender sind diese Situationen mit lauten Störgeräuschen für Menschen mit Hörminderung. Genau hier setzen die neuen Signia Hörgeräte mit ihrer wegweisenden Chip-Technologie an. **Entspanntes Hören – in jeder Situation:** Die Hörgeräte erleichtern das Hören in einer Vielzahl unterschiedlicher Hörsituationen und

können sogar die Höranstrengung verringern – das wurde nun durch eine objektive Gehirnmesung bei Hörgeräteträgern bewiesen. Die modernen Geräte stellen sich automatisch auf verschiedene Hörsituationen ein, indem sie die Hörumgebung analysieren und die jeweils passenden Funktionen aktivieren. Der Zieldetektor zum Beispiel hebt den Gesprächspartner aus der Geräuschumgebung hervor, während er andere Sprecher und Störgeräusche in den Hintergrund rückt. Das Hören wird so deutlich entspannter, die Höranstrengung reduziert.

Das neue Insigno: Überzeugen Sie sich jetzt selbst von dieser innovativen Technologie und testen Sie das neue Insigno. Dieses für Sie maßgefertigte Hörgerät erfüllt die höchsten Ansprüche an Diskretion: Es sitzt tief im Gehörgang und ist damit nahezu unsichtbar. Und trotz des Miniaturformates bietet das Im-Ohr-Modell eine exzellente Klangqualität und ein natürliches Hörgefühl.

Melden Sie sich jetzt an! Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne jegliche Verpflichtung.

Neugierig? So nehmen Sie teil:
Für unseren Hörgeräte-Praxistest werden sowohl erfahrene Hörgeräteträger als auch Teilnehmer gesucht, die bisher keine Hörgeräte tragen. Für Ihre Teilnahme wenden Sie sich bitte an **Pavel Hörsysteme in Flensburg oder Handewitt**. Die Teilnahme am Praxistest ist kostenfrei und unverbindlich. www.signia-hoergeraete.de



Nackenschmerzen erfolgreich behandeln!



Nackenschmerzen sind sehr verbreitet und treffen jeden Menschen mindestens einmal im Leben! In den meisten Fällen sind sie nicht gefährlich, können aber schnell stören, regelmäßig wieder auftreten und auch chronisch werden. Schlechte Haltung, mangelnder Trainingszustand, Stress, falsche Arbeitsbelastung/Arbeitsplatzgestaltung und vor allem eine ausbleibende rasche Behandlung führen

oft zu chronischen Beschwerden. Durch die entsprechende fachärztliche Untersuchung können gefährliche Ursachen ausgeschlossen werden. Oft gehören Röntgen und gelegentlich eine Blutuntersuchung dazu. Glücklicherweise handelt es sich in den meisten Fällen um sogenannte unspezifische, also eigentlich ungefährliche Beschwerden, die sehr gut behandelt

werden können. In unseren Praxen sind wir spezialisiert auf die konservative, somit Operation-vermeidende Vorgehensweise. Das komplette Spektrum wird angeboten: Laser- und physikalische Therapie, Fango, Akupunktur, Chiropraktik, Physiotherapie, Tracking-Behandlung aber auch gezielte Infiltrationen/Spritzen und die moderne Triggerpunktstoßwellentherapie

werden erfolgreich angewendet, Atteste zur Arbeitsplatzanpassung können ausgestellt werden. Also zögern Sie nicht und vereinbaren einen Termin in einer unserer erfolgreichen orthopädischen Praxen telefonisch oder nutzen Sie den Online-Terminservice!

Unsere Leistungen:
Akupunktur, Chiropraktik, Elektrotherapie, KinesioTaping, Knochendichtemessung, Knorpelschutz, Neuraltherapie, Rückenschule, spezielle Schmerztherapie, Stoßwellentherapie, Trekkingtherapie, Überwässerungsmassage, Ultraschalldiagnostik, Rheumatologie, spezielle Unfallchirurgie, Röntgendiagnostik, Wirbelsäulenspezialist.



Orthopädisches Praxis-Team Dr. Schulz-Leupelt



Orthopädisches Praxis-Team Dr. Christoph Garlepp

Orthopädische Praxis
Dr. Schulz-Leupelt
Facharzt für Orthopädie und Rheumatologie



www.schulz-leupelt.de
Tel: 0461 - 23 617

Orthopädische Praxis
Dr. Christoph Garlepp
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie



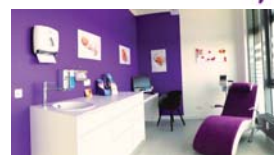
www.dr-garlepp.de
Tel: 0461 - 13 505

Unsere Sprechzeiten:
Montag + Dienstag
8:00 – 16:00 Uhr
Mittwoch
Privat- und Selbstzahler-sprechstunde
Donnerstag
8:00 – 16:00 Uhr
Freitag 8:00 – 12:30 Uhr
Bitte nutzen Sie auch unsere Online-Terminvergabe.

Unsere Praxis – eine Wohlfühloase!



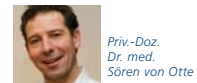
Die Entscheidung eine gute gynäkologische Praxis zu wählen, ist nicht einfach und man möchte doch in guten Händen sein. In unserer Praxis ist Ihnen genau dieses gesichert. Außer intensiven und persönlichen Betreuung bieten wir Ihnen: eine kurzfristige Terminvergabe, kurze Wartezeiten in angenehmer Atmosphäre und eine gute Erreichbarkeit außerhalb der Sprechstunden. „Wir geben unser Bestes, um unseren Patientinnen einen möglichst angenehmen Aufenthalt zu ermöglichen“, bestätigt Dr. med. Ralph Puhlmann. Auch eine umfangreiche Liste an Behandlungsangeboten spricht für unsere Praxis. Für die allgemeine und operative gynäkologische Betreuung und die Endokrinologie stehen Ihnen hier Dr. med. Ralph Puhl-



mann, Dr. med. Tim Callsen und Dr. med. Christa Lehmann-Petersen und ein Team aus Hebammen zur Seite. Es wird in jedem Fall für einen guten, qualitativ hochwertigen und angenehm entspannten **Komfort** gesorgt. Nicht nur für die gute **Mamma-sonographie** (Degumil) und gynäkologische **Sonographie** sind wir bekannt, auch im Bereich der **Pränataldiagnostik** (Degumil) sind wir modern und fortgeschritten. Mit den Angeboten von **I. Trimesterscreening** (Nackenfaltenmessung) **Fein-**

diagnostik, Organdiagnostik bis 3D/4D-Ultraschall bieten wir Ihnen eine umfangreiche Behandlung. Individuelle Schwangerschaftsbetreuung, regelmäßige Krebsvorsorge und die Beratung und Durchführung von gynäkologischen Operationen zeichnen uns aus. **Unser spezielles Angebot: Die Kinderwunsch-sprechstunde (Fertilitätsmedizin) mit Priv.-Doz. Dr. med. Sören von Otte vom Kinderwunschzentrum der Universitätsklinik in Kiel.**

SIE sollen sich wohlfühlen bei uns, das ist uns wichtig! Deshalb setzen Sie sich gerne zum Termin in den gemütlichen Wartebereich, lassen Sie den entspannten Klängen der Musik und genießen Sie eine Tasse Café oder ein erfrischendes Glas Wasser.



Priv.-Doz.
Dr. med.
Sören von Otte



Wir sind eine Privatpraxis und haben hohe Ansprüche an eine individuelle Betreuung mit moderner Medizin auf dem Stand der medizinischen Wissenschaft und aktuellen Technik.

Ihre Vorteile:
- modernste Ausstattung
- kurzfristige Terminvergabe
- Termine auf Wunsch auch an Samstagen
- Kurze Wartezeiten in angenehmer Atmosphäre
- Intensive persönliche Betreuung
- Erreichbarkeit auch außerhalb der Sprechzeiten

Wir sind für Sie da:
Montag bis Freitag
8:00 bis 12:00
Montag bis Donnerstag
14:00 bis 18:00
Freitag 14:00 bis 16:00
Samstag 10:00 bis 12:00
Individuelle Termine nach Vereinbarung.
Tel: 0461 – 90 415 444
facebook.com/gynaekologikum
www.gynaekologikum-flensburg.de





ST. MICHAEL
APOTHEKE

Am Ochsenmarkt & im CITTI-PARK

Unser besonderer Service:
St. Michael Kundenkarte, Vorbestellung von Arzneimitteln, Lieferung an die Haustür, Verleih und Vermietung von Spezialgeräten.

Öffnungszeiten

Mo-Fr: 8:00 – 20:00 Uhr
Sa: 9:00 – 20:00 Uhr

Sie finden uns im CITTI-Park im, Erdgeschoss.

Tel: 0461 – 99 577 860
Fax: 0461 – 97 899 436

E-Mail: citti@apotheke-st-michael.de

Homepage: www.apotheke-st-michael.de



Filialleiterin Christiane Kühl und Inhaberin Kerstin Tomberger

Schon wieder ist ein Jahr vorbei!

Es war ein schönes Jahr 2016! Mit vielen Aktionen hier im CITTI-PARK und natürlich hier bei uns in der St. Michael-Apotheke im CITTI-PARK.

Seit Mitte des Jahres haben wir unseren Schwerpunkt: „Mutter und Kind“ ausgebaut und viel positiven Zuspruch bekommen! Natürlich haben wir uns für Sie, unsere Kunden fortgebildet. Dabei legten wir einen besonderen Fokus auf die Homöopathie. Bärbel Freund, Fachapothekerin für Naturheilverfahren und Homöopathie und Claudia Fischer sind hier unsere Experten!



Claudia Fischer Bärbel Freund
Expertinnen für Homöopathie und Naturheilverfahren

Das ganze Jahr über gab es bei uns in der St. Michael-Apotheke viele Aktionen rund um das Thema Hautgesundheit. Reinigung und Pflege sollten auf den individuellen Hauttyp abgestimmt werden, um das für Sie passende Produkt herauszusuchen, können wir aus unserem großen Kosmetik-Sortiment wählen: **la mer®, an.mut®, Avène®, La Roche-Posay® und Eucerin®.** Neu hinzugekommen ist **L'Occitane® en provence**, die Pflegeexperten aus Frankreich! Wenn das eine Jahr zu Ende geht, dann schaut das neue Jahr schon mit Vorfreude um die Ecke...



Frau Kühl und Frau Bender beraten Sie gern!

- **Es wird wieder viele Aktionen und Beratungstage zum Thema Hautgesundheit geben, mit tollen Angeboten und vielen Informationen.**
- **Wir planen eine Homöopathievortragsreihe in unserer St. Michael-Apotheke im CITTI-PARK, diese wird von Frau Bärbel Freund durchgeführt.** Frau Freund, Fachapothekerin für Naturheilverfahren und Homöopathie, Fachapothekerin für Ernährungsberatung und Fachapothekerin für Offizinpharmazie, beschäftigt sich schon seit Jahren mit der Homöopathie und seit geraumer Zeit mit der Antlitzanalyse nach Dr. Schüssler.



Bärbel Freund

Und natürlich sind wir, wie bisher, jeden Tag da, wenn es um Ihr Rezept, Ihr Arzneimittel und Ihre Fragen rund um das Thema Gesundheit geht! Wir freuen uns auf Sie und wünschen Ihnen einen schönen Advent und einen gesunden Start ins neue Jahr!

Ihr Team der St. Michael-Apotheke im CITTI-PARK mit Kerstin Tomberger, Inhaberin und Christiane Kühl, Filialleiterin

Auch im Jahr 2017 wird es bei uns in der St. Michael-Apotheke wieder viel zu entdecken geben: ▶▶▶

Das Bild „Farbenfroh“ im medicum

Ein voller Erfolg: Über 1200,- € Spendengelder können dem Kinderhospiz übergeben werden.

6 Praxen und Geschäfte des medicum's Gesundheitszentrums im CITTI-PARK hatten das Bild „Farbenfroh“ über jeweils eine Woche in ihren Räumen ausgestellt.

Sylvi Hand, Sonderpädagogin am Förderzentrum Flensburg erstellte dieses wunderbare Bild zusammen mit 12 Kindern. Ziel ist es, das Bild gegen eine Spende für das Katharinen-Hospiz an möglichst vielen Orten im Großraum Flensburg auszustellen.

Gleich sechs Praxen des Gesundheitszentrums im CITTI-PARK waren von dieser Idee begeistert und stellten das Bild in Ihren Räumen aus.

„Wir bekamen sehr sehr positive Rückmeldungen von unseren Kunden“, so Akustikmeisterin Julia Popke von Hörgeräte Pavel. „Auch unser Personal hat das farbenfrohe Bild im Empfangsbereich unse-



Im Vordergrund des Bildes „FARBENFROH“ v.l.n.r. Sönke Asmuss (HNO-Facharzt), Sylvi Hand (Sonderpädagogin), Julia Popke (Akustikmeisterin) und Christoph Garlepp (Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie)

rer Praxis genossen. Dass das medicum jetzt über 1000,-€ an das Katharinenhospiz spenden kann und das Bild dann noch zusätzlich dort verbleiben wird, ist eine ganz tolle Sache und verdient weiterhin vollste Unterstützung.

„Mein Dank gilt der Künstlerin Sylvi Hand für die Idee und die Durchführung dieser Spenden-Aktion“, so der HNO-Facharzt Sönke Asmuss.

Das medicum ist das Gesundheitszentrum im CITTI-PARK.

Alles unter einem Dach im CITTI-PARK!

Hier finden Sie Ihren: Augenarzt, Zahnarzt, Gynäkologen, Hals-, Nasen- Ohrenärzte, Allergologen, Hautarzt, Orthopäden, Kosmetische Chirurgie, Physiotherapeuten, Akustiker, Kosmetik, einen Fachhandel für Sanitätsbedarf und eine Apotheke.

IMPRESSUM

„medicum“ wird herausgegeben durch „medicum im CITTI PARK“ vertreten durch Sönke Asmuss

Gesamtkonzept: RAINER PRÜSS wirtschafts- und kulturkonzepte

Umsetzung: SIE Design, Norgard Siegmund

Druck: Druckhaus Leupelt GmbH, Flensburg
Alle Angaben ohne Gewähr.

medicum
das Gesundheitszentrum im



Langberger Weg 4
24941 Flensburg

2000 Parkplätze kostenlos



facebook.com/CITTI-PARK.Flensburg

www.citti-park.de/medicum

