

# NEWSLETTER



## Überblick

Mit diesem vierten und letzten Newsletter in diesem Jahr möchten wir die vergangenen Monate, in denen sich viel getan hat, noch einmal kurz Revue passieren lassen.

Anschließend folgt ein weiterer Fachbeitrag, für den Prof. Dr. med. Hans Behrbohm der Bild am Sonntag erneut als Experte zur Verfügung stand.

Außerdem präsentieren wir Ihnen mit Freude den spannenden Reisebericht von Dr. Johannes Sommermeier über seine Reise in den Urwald Amazoniens.

Auch im kommenden Jahr werden wir Sie selbstverständlich regelmäßig über alle Neuigkeiten auf dem Laufenden halten.

Ihr Special Doctors Team



## **Die Special Doctors wünschen frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!**

In diesem Jahr ist viel passiert – nachdem die umfangreichen Umbaumaßnahmen im Mai abgeschlossen wurden konnten wir mit der Umsetzung des Konzeptes für die erweiterten Räumlichkeiten beginnen.

Die Praxis besitzt nun ein eigenes digitales Röntgengerät, Medagy Physio verfügt nun über insgesamt drei hochmodern ausgestattete Behandlungszimmer, der Orthopädiefachhandel MHC medagy healthcare hat den Betrieb im Shop aufgenommen und seit kurzem bieten wir auch individuell abgestimmtes Personal Training mit EMS an. Auch im neuen Jahr werden wir stetig weiter daran arbeiten, unseren Service für Sie zu verbessern und unser Leistungsspektrum zu erweitern. Bis dahin wünschen wir Ihnen und Ihren Familien frohe Festtage und einen guten Rutsch ins Jahr 2016!

## **Das Lächeln fängt bei der Nase an**

...denn wenn der Riecher nicht frei ist, wird der Tag zum Gefängnis. Fünf Patienten erzählen, wie sie Polypen, Nebenhöhlenentzündung, schiefe Nasenscheidewand etc. besiegt.

Eine Nase mit markantem Schwung kann schön anzusehen sein. Doch tief im Inneren der Nase und ihres Nebenhöhlenlabyrinths verstecken sich oft hartnäckige Probleme. Experten erklären, was man tun kann und wann eine Operation hilft.

### **Was sind die häufigsten Nasenprobleme?**

Professor Hans Behrbohm, HNO-Chefarzt Parkklinik Weißensee, Berlin: „Die meisten HNO-Patienten bekommen schlecht Luft durch die Nase. Viele haben eine Nasennebenhöhlenentzündung, können schlecht riechen und schnarchen häufig. Bei vielen Probleme droht außerdem die Gefahr eines sogenannten Etagenwechsels, also Bronchitis und Asthma.“

### **Was tun, wenn die Nase läuft und dicht ist?**

Professor Behrbohm: „Bei einem normalen Schnupfen helfen Rotlicht, Inhalationen mit ätherischen Ölen und abschwellende Nasentropfen. Diese sollten aber nicht länger als eine Woche genommen werden, sonst machen sie abhängig.“

### **Wie werden Probleme bei der Nasenatmung untersucht?**

Professor Rainer Weber, HNO-Klinik am Städtischen Klinikum Karlsruhe: „Zunächst werden im Gespräch Beschwerden erfasst, mögliche Ursachen abgefragt. Eine genauere Untersuchung erfolgt per Endoskop, das zum Beispiel Engstellen und Entzündungen entdecken kann. Weitere mögliche Tests untersuchen Nasendurchgängigkeit und Allergien, oder es wird per Computertomografie ein Bild von Nase und Nebenhöhlen erstellt.“

[...weiterlesen](#)

## **Eine Reise durch den Urwald Amazoniens**

Als Arzt sich auf einen Abenteuerurlaub begeben? Das passt doch nicht. Ein Arzt gehört in eine gepflegte 5-Sterne Unterkunft auf den Malediven, mit einem gelben All-inclusive-Band ums Handgelenk, im Lounge-Sessel die Financial Times durchblättern und einen ‚Ice on the Rocks‘ schlürpfend.

Aber es geht auch anders. Schon als Teenager habe ich das Buch ‚Ansichten der Natur‘ von Alexander von Humboldt verschlungen. Seine Reisen durch Südamerika, seine Entdeckungen und Abenteuer haben in mir ein Fernweh reifen lassen, was auch noch in mir brannte, als ich meinen Facharzt in der Tasche hatte. Und heute nehme ich euch mit in den Regenwald Amazoniens.

Gerade übermüdet in Manaus gelandet, weil ich eingeeengt zwischen zwei selbstbewussten Passagieren mit meinen langen Beinen einfach wieder mal nicht die richtige Schlafposition gefunden hatte, fixierten meine Augen nun lethargisch die Gepäckausgabe die schwallartig ein Gepäckstück nach dem anderen auf das quietschende Förderband spuckte. Mit einem Zustand bei dem man sich im Tagtraum schon in ein Bett fallen sieht und nur der nackte Anstand einen davor bewahrt sich nicht auf den Boden zu legen, kämpften meine Augenlider mit der Schwerkraft bis alle Gepäckstücke vergriffen waren und ich begriff,

dass mein Rucksack nicht mitgekommen war. Ich stand unmittelbar vor der größten Dschungelexpedition meines bisherigen Lebens und hatte bereits Monate vorher akribisch mein Equipment zusammengestellt, immer kritisch nach Gewicht und Priorität triagierend, denn du musst das ganze Zeug bei 40 C° durch den Urwald schleppen, aber ganz allein auf dich gestellt kann vergessenes Antibiotikum dein Ende bedeuten. Mit meinem spärlichen Handgepäck trat ich aus dem Flughafen in die tropisch-warme Nacht und schaute in den wolkenlosen mit unzähligen fremden Sternbildern geschmückten Himmel.

Ich verließ die letzte mit dem Auto erreichbare Siedlung, nur mit einer Hängematte und einer Machete und je tiefer ich in den Urwald wanderte umso mehr erfüllte mich eine innere Leichtigkeit des Seins. Aus Europa mitgeschleppte Probleme und Sorgen verloren nun endgültig an Bedeutung und ich ergab mich ganz der schöpferischen Vielfalt, lauschte dem eindringlichen Geschrei der Brüllaffen die neugierig auf mich aus schwindelnder Höhe herabschauten, sah einer Schar Kapuziner Äffchen beim Plündern eines Cashewnussbaums zu und jagte mit meiner Kamera einen zwei Handflächen großen blauen Schmetterling.



Ich wanderte auf den Rio Negro zu, einem Schwarzwasserfluss, der diesen Namen seiner dunkelbraunen Farbe verdankt, die durch die Gerbsäuren der unzähligen in ihm treibenden Blätter und durch den hohen Mineralgehalt entstand. Letzteres verhinderte die Vermehrung der Mücken, so dass kaum ein Risiko auf Malaria oder Dengue-Fieber besteht und macht das Wasser so parasitenfeindlich, dass man es bedenkenlos auch ungefiltert fast überall trinken kann.

Als ich mich abends nach dem Genuss einer wilden Papaya, von dem langen Fußmarsch ermüdet, aber doch tief befriedigt in meine Hängematte legte, kletterte plötzlich eine Vogelspinne neben mir den Baum hinauf. Ich nahm sie in meine Hände und war von dem Anblick fasziniert. Was für ein wunderschönes Tier, mit einer derartigen Sensibilität, dass sie schon bei dem geringsten Lufthauch meiner Atmung die Haare aufrichtete. Was für eine Angst musste sie wohl bei dem Anblick eines Riesen wie mir haben. Mit langen Sprüngen verschwand sie in einer Bananenpalme.



Von dem Lärm zwei streitender Papageien geweckt machte ich mich auf die Suche nach etwas Essbarem. Wenn man ganz auf die Natur angewiesen ist fängt man an sich ausgelassen über jede essbare Kleinigkeit zu freuen. Im Unterholz fand ich eine wilde Ananas und einen Kaucuk-Baum, dessen süßer cremiger weißer Saft es mit jedem Nachtisch der Welt aufnehmen kann.

In einem sumpfigen Dickicht entdeckte ich eine 3m lange Python-Schlange. Man fängt sie am besten in dem man mit dem ausgestreckten Arm das Schwanzende langsam gegen ihre Laufrichtung zieht und erst wenn sie sich zielstrebig von einem weg bewegt blitzschnell im Nacken packt. Erst dann ist man vor ihrem infektiösen Biss sicher und kann erleben mit welcher erstaunlichen Kraft sie sich um den Arm schlingt.

Plötzlich zogen sich dunkle Wolken wie ein Vorhang über den hellblauen Himmel und bereits wenige Minuten später schüttete es wie aus Kannen. Mein Zelt war im

verschollenen Hauptgepäck und so zog ich mir mein Hemd vom Leib und ließ den warmen Regen auf mich herab prasseln. Gewaltiges Donnernrollen schallte und Blitze feuerten hochfrequent wie aus einer Kamera Licht durch den verdunkelten Wald. Jetzt merkte ich erst wie klein und einsam ich doch in den Weiten des Amazonas Regenwaldes war. Mir war klar wie unwahrscheinlich es ist, dass wenn hier etwas passierte mich jemand rechtzeitig finden würde.

Wenn man ohne Kompass durch den Dschungel läuft, ist es wichtig jeden Richtungswechsel an Bäumen zu markieren um im schlimmsten Fall wenigstens zum Ausgangspunkt zurück zu finden. Ich hatte am Vortag eine Menge wilder Früchte gegessen und danach reichlich Wasser getrunken und nun brodelte es schmerzlich in meinem Bauch. Bei einer Markierung lief plötzlich eine rote Flüssigkeit aus dem Baumstamm, welchen die Eingeborenen auch Sangria nennen, was so viel bedeutet wie Blut. Kocht man die Rinde dieser sogenannten „Aspirinbäume“ entsteht ein magenberuhigender und schmerzlindernder Tee. Bereits 30 Minuten nach dem



Saugen an einem Rindenstück spürte ich, wie meine krampfartigen Magenschmerzen mehr und mehr verschwanden. Dieses Harz strich ich mir auch auf die brennenden Wundflächen die ich durch das an den Bäumen herabhängende Feuergras erlitten hatte, eine der gefährlichsten Nesselpflanzen in dieser Region, mit dem Ergebnis einer unerwartet schnellen Rückläufigkeit der Entzündungszeichen.

Jeden Morgen tauchte im Fluß eine Gruppe von rosaroten Flußdelphinen auf. Die sonst als extrem scheu geltenden Tiere schienen sich immer mehr an mich zu gewöhnen und schwammen immer dichter an mich heran und ließen sich sogar streicheln.

Als ich nach 10 Tagen den Rio Negro erreichte traf ich am Ufer auf die Hütte eines baptistischen Missionars der mich warmherzig aufnahm. Seine Frau, schaute mich mitleidig an und kochte mir einen riesigen Topf Maniok-Brei mit Kochbananen.

Als ich 2 Wochen später wieder Manaus erreichte, war es schön wieder mit Menschen zu sprechen und zu lachen. Aber irgendetwas hatte sich verändert. Das Hupen der Autos, die Rufe der Marktschreier und die laute Musik auf den Straßen wirkten auf mich beunruhigend. Vor dem Flughafen rannten zwei Polizisten einem Taschendieb hinterher und ein Motorradfahrer fuhr mit 40 km/h so dicht an mir vorbei, dass mir mein Einkaufsbeutel zerriss. Aus dem Flugzeugfenster schaute ich ein letztes Mal auf die unüberschaubaren Wälder des Amazonas und merkte schmerzhaft, wie sehr wir uns als Zivilisation von der Ruhe und Harmonie der Natur entfernt haben.

*von Dr. Johannes Sommermeier*

  
MEDICAL AGENCY  
**SPECIAL DOCTORS**

**Special Doctors**

Friedrichstraße 58

10117 Berlin

phone: +49 30 2260 53000

fax: +49 30 2260 53001

[www.special-doctors.com](http://www.special-doctors.com)