GESUNDHEIT · PRÄVENTION · FITNESS · WELLNESS

HALLO Erding

MESSEAUSGABE

bleibt fit!
erding
DIE REGIONALE GESUNDHEITSMESSE

# 6. GESUNDHEITSMESSE

Eintritt frei

8.+9. Okt. 2022

## 10.00 bis 18.00 Uhr Stadthalle Erding

- Rund 35 regionale Aussteller
- Ausgewogener Branchenmix
- Informatives Vortragsprogramm
- Workshops und Mitmachprogramm

**Schirmherrschaft: Max Gotz, Oberbürgermeister Große Kreisstadt Erding**

**Präsentiert von:**

KLINIKUM LANDKREIS ERDING
Spitzenmedizin ganz nah

SEEßLE
Orthopädie & Sanitätshaus

APOTHEKE
im West Erding Park

Ortho Orange
Orthopädietechnik & Sanitätshaus

**www.gesundheitsmesse-erding.de**

# Grußwort von Schirmherr Oberbürgermeister Max Gotz

## Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Gäste,

der vielleicht schönste Aspekt der Gesundheitsmesse in der Stadthalle ist seine zwanglose Art. Man muss keine Beschwerden haben, um sich dort informieren zu können. Nein, die Messe richtet sich an alle, die auf sich, ihren Körper und ihr seelisches Wohlbefinden aufpassen. Genau für solche Besucher bietet die Veranstaltung viele Anregungen, hat den ein den oder anderen Tipp parat und informiert über die aktuellen Trends im Gesundheitswesen.

Machen wir uns bitte nichts vor: Auf die Gesundheit zu achten, gilt als Gebot der Stunde und stellt kein Symptom mehr dafür dar, nicht älter werden zu wollen. Jeder von uns erlebt diesen Prozess (sofern ihn kein Schicksalsschlag ereilt). Zwei schwerwiegende Entwicklungen sollten uns jedoch zu denken geben. Zum einen altert unsere Gesellschaft rapide. Alter bedingt jedoch in vielen Fällen Krankheiten und Gebrechlichkeit und kann eine intensive medizinische Betreuung erfordern. Sie zu gewährleisten wird zum anderen jedoch zunehmend schwieriger, wenn heute schon viele Allgemeinärzte in Ruhestand gehen, ohne Nachfolger zu finden.

Es liegt mir völlig fern, hier unnötige Befürchtungen zu schüren. Trotzdem rate ich uns allen, sorgfältig mit sich umzugehen. Das Lebensgefühl gewinnt dadurch ungemein. Damit wünsche ich Ihnen alles Gute und einen interessanten Besuch der Gesundheitsmesse.

*Max Gotz*

**Erdings Oberbürgermeister und Schirmherr**


Malteser
…weil Nähe zählt.

- Fahrdienste – mit Sicherheit mobil
- Hausnotruf – zuverlässige Hilfe auf Knopfdruck
- Menüservice – beste Qualität, flexibler Service
- Unterstützung im Alltag – Betreuung und Haushaltshilfen für Pflegebedürftige
- Schul- und Individualbegleitung – bei bestehender oder drohender Behinderung
- Ausbildung in Erster Hilfe – Leben retten lernen
- Besuchs- und Begleitdienst – Zeit schenken

*Herzenswunsch-Krankenwagen | Katastrophenschutz*
*Sanitätsdienst | Auslandshilfe | Schulsanitätsdienst*
*Bundesfreiwilligendienst/Freiwilliges Soziales Jahr | Malteser Jugend*
*Mahlzeiten- und Hausnotrufpatenschaften für Bedürftige*

Kontaktieren Sie uns - wir informieren Sie gerne.

**Ihre Malteser in Erding** ☎ 0 81 22 – 99 55 16

malteser.erding@malteser.org – malteser-erding.de

**Vitalstoffe und Frischekosmetik aus Österreich**

**Das Beste aus der Natur trifft Hightech**

„Man hole aus Früchten und Kräutern das Beste heraus und vereint diese geballte Kraft der Pflanzen zu wirksamen Rezepturen."

Keine Inhaltsstoffe - sondern Wirkstoffe!
Überzeugen Sie sich selber und kommen Sie vorbei.

***Kleiner Saal, Stand K2!***

**www.geyer.ringana.com | geyer@iss-di-gsund.de**

**Die Stadthalle Erding am Alois-Schießl-Platz wird zwei Tage lang Schauplatz der Gesundheitsmesse sein** *Foto: Stadthalle*

„Gesund sein“ &„Gesund bleiben“
Qualität, regionale Besonderheiten und die Liebe zur Heimat.
Ganz nach dem Motto „aus dem Landkreis – für den Landkreis“

echt erding
echt ehrlich. echt regional. echt gut.

„FREIER EINTRITT“ „STAND G6“

**Besuchen Sie uns auf der Gesundheitsmesse am 8. und 9. Oktober 2022**
von 10 bis 18 Uhr • Stadthalle Erding • Alois-Schießl-Platz 1 • 85435 Erding

**Messeprogramm**
• Gesundheit erleben mit regionalen Produkten von echt erding
• Rund 40 regionale Aussteller
• Umfangreiches Vortragsprogramm
• Kostenlose Tests & Untersuchungen
... u.v.m. lassen Sie sich überraschen

Vertrauensvoll • Traditionsbewusst • Nachhaltig • Partnerschaftlich • Bodenständig • Effizient

Fragen Sie uns:
erding-regional@lra-ed.de
www.echterding.de

LANDKREIS ERDING

**Wir vernetzen unsere medizinischen Bereiche.**

Die Gesundheitsregionen plus bemühen sich um die Optimierung der regionalen Gesundheitsvorsorge und -versorgung in Bayern.

Gesundheitsregion plus
Landkreis Erding
gefördert durch Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege

LANDKREIS ERDING

Anzeige

# ORTHO ORANGE GMBH, das etwas andere Sanitätshaus...

## ...das Sanitätshaus für individuelle Patienten-Bedürfnisse, seit mehr als 8 Jahren punktet Ortho Orange mit Meisterhandwerk.

**Meisterliches Handwerkskönnen ist eine der Eigenschaften des eingespielten Führungs-Teams in der Münchener Straße 122, das aus den beiden Orthopädie-Technik-Meistern und Geschäftsführern Franz Wutz und Christian Wosnitza sowie der Orthopädie-Technik- und Bandagisten-Meisterin Andrea Oberhofer besteht.**

Komplettiert wird das Team im handwerklichen Bereich von dem OT Schuhmacher/Facharbeiter Eric Wollschläger, der Auszubildenden im Orthopädietechnik-Mechanikerhandwerk Emilia Czubara, im Laden und im Büro von Petra Szücs, sowie in der Buchhaltung durch Annemarie Müller-Wutz.

Kreativität und ein tiefes Verständnis der gemeinsamen Arbeit im Dienst am Patienten prägten die Farbwahl Orange und die Wahl des Firmennamens. Denn Ortho ORANGE steht in seiner Wortbedeutung für ORthopädie, ANders und GEdacht. Die Farbe selbst jedoch fördert Frohsinn und Humor, macht hell und weit und lässt dem Leben positiv begegnen. Und genau das möchte das Team für jeden seiner Kunden erreichen. Gleich, ob es sich um Patienten handelt, die Bedarf an Hilfsmitteln wie Prothesen, Orthesen, Korsette oder Einlagen haben, die alle von Meisterhand in der modernen, hauseigenen Orthopädie-Technik-Werkstatt gefertigt werden, oder ob es sich um Reha- und Hilfsmittel für Kinder dreht.

Abgerundet wird das umfangreiche Angebot mit dem fachmännischen Vertrieb von Kompressionsartikeln, Bandagen sowie Gesunderhaltungs- und Wellnessartikeln, wie z.B. Novafon/Schallwellengerät, im Sanitätshausbereich. Das Team plädiert für eine frühzeitige Prävention und unterstützt diese mit entsprechenden Angeboten in angenehmem Ambiente. Führende Hersteller sind mit vielen Produkten zu Yoga, Pilates, Faszientraining, Barfußlaufen oder dem Fitnesstraining vertreten.

WOHLerfühlen und WOHLergehen stehen zusammen mit einer wieder zu gewinnenden Selbstständigkeit des Patienten an allererster Stelle. Es ist die Vielfalt der Anforderungen, die das Team begeistert und von denen es sich Tag für Tag mit

großer Freude herausfordern lässt. Regelmäßig werden Einrichtungen wie das Kinderheim „Die Wiege“ oder die Südbayerischen Wohn- und Werkstätten für Blinde und Sehbehinderte (SWW) besucht, und auch örtliche Einrichtungen schätzen die gewissenhafte und einsatzfreudige Zusammenarbeit.

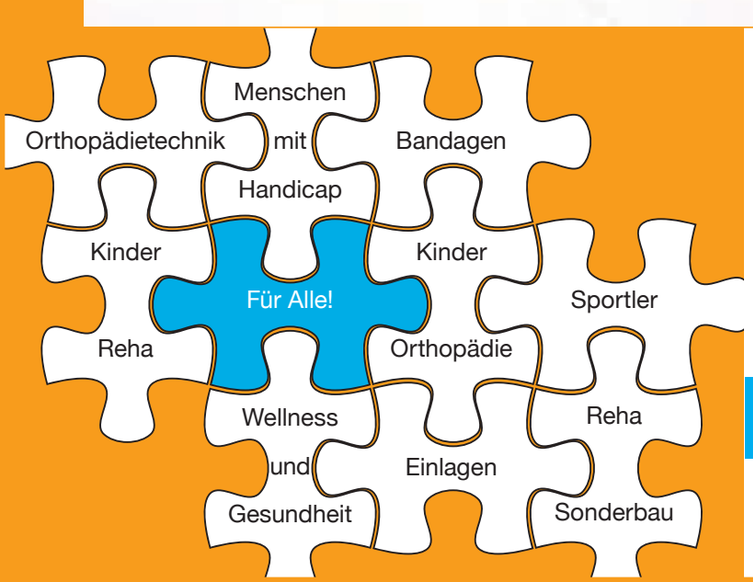
Der Umgang mit Patienten und Kunden ist von Herzlichkeit und meisterlichem Können geprägt. Jeder ist immer willkommen. Die Räumlichkeiten sind ebenerdig und behindertengerecht gestaltet. Vom Parkplatz gelangt man auf kürzestem Weg gemütlich hinein und wird zuvorkommend in Empfang genommen. Neugierig geworden? Ein fröhliches und leistungsstarkes Team erwartet Sie!

**HANDWERK**
**IST DAS WERK VON HAND,**
**BESEELT VOM HERZEN,**
**GELEITET VOM VERSTAND**
*Zitat Goethe*

### Ortho Orange GmbH

**Orthopädiefachgeschäft/Sanitätshaus**

Münchener Str. 122, 85435 Erding
Tel. 08122-9097580
info@ortho-orange.de
www.ortho-orange.de




Das etwas andere Sanitätshaus!

Ortho Orange
Orthopädietechnik & Sanitätshaus

*... denn wir bieten Ihnen Alternativen!*

*Besuchen Sie uns am Stand G8*
*und lassen Sie sich von unseren Aktionen überraschen!*

**Ortho Orange GmbH**
Münchener Str. 122 · 85435 Erding · Telefon 0 81 22/9 09 75 80
Fax 0 81 22/9 09 75 84 · info@ortho-orange.de · www.ortho-orange.de

# Alles für die Gesundheit

## Am Wochenende 8. und 9. Oktober findet in der Stadthalle Erding wieder die Gesundheitsmesse mit regionalen Ausstellern und einem vielfältigen Vortragsprogramm statt. Der Eintritt ist frei.

**Erding** – Wenn uns die Pandemie eines gelehrt hat, dann die Tatsache, dass Gesundheit den höchsten Stellenwert hat. Fehlt es an ihr, funktioniert nichts. Ein Thema, das so umfassend wie vielfältig ist und nun ein ganzes Wochenende lang in der Stadthalle Erding im Vordergrund steht.

Gesundheit bedeutet nicht nur, beschwerdefrei zu sein. Von der Hygiene zum Konfort im Alltag bis zur Prävention und der richtigen Ernährung arbeiten viele kleine Zahnräder zusammen, die uns Tag für Tag begleiten.

So versammeln sich am Wochenende 8. und 9. Oktober jeweils von 10–18 Uhr über 35 Aussteller aus dem Erdinger Land, um über sämtliche Gesundheitsthemen zu informieren. Wo bekommt man schon einmal die Möglichkeit, mit einem Chefarzt zu sprechen, einem Orthopäden oder einem Ernährungs- oder Fitness-Experten – und das alles innerhalb von zehn Minuten? Der Eintritt zur Gesundheitsmesse ist dabei wie immer frei. Ergänzt wird die Messe von einem praxisnahen Vortragsprogramm, das verschiedenste Themen abdeckt. Zum Beispiel, wie Sie immunstark durch den Herbst kommen, wie wir unser Stresssystem entlasten, wie wichtig gesundes Wohnen und Schlafen ist, was die richtige Ernährung ausmacht (brauchen wir Nahrungsergänzungsmittel?) oder alles über gesundes Herzkreislauftraining. Einen Übersichtsplan über die Vortragszeiten sowie den Messeplan mit allen Ständen finden Sie in der Mitte dieser Beilage.

**Die Organisatoren von Hallo Erding, der Stadthalle sowie unsere Premiumpartner von Ortho Orange, Seeßle Fußgesund, Klinikum Landkreis Erding und der Apotheke im West Erding Park heißen Sie auf dier diesjährigen Gesundheitsmesse herzlich willkommen.** *Foto: Heggmair*

Die Gesundheitsmesse Erding steht unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeister Max Gotz. Neben kompetenter Beratung stehen vor allem der persönliche Austausch zwischen Aussteller und Besucher im Vordergrund. So können Sie sich zum Beispiel Blutzucker-Werte oder den Blutdruck messen lassen oder einmal Barfuß-Schuhe ausprobieren. Lassen Sie sich überraschen und lernen Sie interessante Aspekte zum Thema Gesundheit kennen und verstehen. Die Messe ist an beiden Tagen für alle Altersgruppen bei freiem Eintritt geöffnet, inklusive der Vorträge. Die Teams von Hallo Erding und der Stadthalle freuen sich auf Ihren Besuch!

Auf den kommenden Seiten finden Sie alle Infos zur Messe, angefangen mit der Vorstellung unserer Premiumpartner Ortho Orange, Seeßle Fußgesund, Klinikum Landkreis Erding und der Apotheke im West Erding Park. *phi*

MEHR HÖREN. MEHR LEBENSQUALITÄT.
Wir kümmern uns um Ihren Hörgenuss!

Jetzt vorbeikommen!
**Kostenlose** Beratung und Hörtest

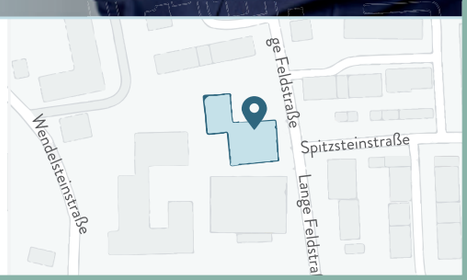
Gutes Hören ist Lebensqualität.
Aus diesem Grund möchten wir uns gerne ausreichend Zeit für Sie und Ihr Gehör nehmen.

**Wir überprüfen GRATIS die aktuelle Leistungsfähigkeit Ihres Gehörs** und zeigen Ihnen bei Bedarf, wie Sie Ihr Hörvermögen verbessern. Profitieren Sie von unserer großen Auswahl an Hörsystemen.

MARINA HÖLZLWIMMER
Hörakustikmeisterin & Inhaberin

AKUSTIK STÜBERL
HÖLZLWIMMER
www.akustik-stueberl.de

Inh.: Marina Hölzlwimmer
Lange Feldstraße 28 • 85435 Erding
Tel.: 0 81 22 . 2 27 79 58
info@akustik-stueberl.de



Premiumpartner Apotheke im West Erding Park

# Service rund um die Uhr

Service und Beratung, diese beiden Kompetenzen rangieren für Apotheker Dr. Bernd Grünberg, Inhaber der Apotheke im West Erding Park, neben vielen weiteren Vorzügen, die seine moderne, hell und großzügig gestaltete Apotheke zu etwas ganz Besonderem für seine Kunden machen, ganz oben.

Selbst im Fachbereich Medizin promoviert und langjährig als Angestellter der Pharma-Industrie tätig, hat Dr. Grünberg den idealen Hintergrund, seine Kunden mit viel Grundwissen sehr kompetent zu beraten. Die Apotheke im West Erding Park ist eine von seinen drei Apotheken. Eine davon findet man im e-EinZ in Ebersberg und die andere im Forum Schwanthalerhöhe in München. Inzwischen besteht das ganze Team aus rund 55 „Super-Mitarbeiterinnen“, die genauso beratungsfreudig sind wie ihr Chef. Eine ganz besondere Service-Einrichtung, die die Apotheke im West Erding Park an der Johann-Auer-Straße 4 auszeichnet, ist die Bestellsäule, die sich, am Behindertenparkplatz vor der Apotheke befindet. Durch das Drücken der Klingel werden die Mitarbeiter in der Apotheke auf den Kunden im Auto aufmerksam und können die Bestellung direkt entgegennehmen.

**Apotheker Dr. Bernd Grünberg von der Apotheke im West Erding Park.** *Foto: phi*

Auch außerhalb der wöchentlich 72-stündigen Öffnungszeiten der Apotheke im West Erding Park können Medikamente mittels einer durch die Apotheke vergebenen Nummer rund um die Uhr aus einem Abholfach entnommen werden. Eine Kinderspielecke lässt Eltern in Begleitung ihrer Kinder entspannt das Beratungsgespräch genießen, gleich ob es um die Auswahl aus dem breit gefächerten Kosmetikangebot geht, oder um die Entscheidung für ein dem allopathischen Arzneimittel gleichwertig zur Seite stehendem pflanzlichen oder homöopathischen Mittel, wie u.a. den Schüssler-Salzen. Nicht zuletzt deswegen und aufgrund der hohen Beratungskompetenz, die sich zunehmend in und um Erding herumspricht, ist die Apotheke immer wieder so gut besucht, dass sie im Jahr 2016 umgebaut und um einen zusätzlichen Arbeitsplatz sowie einem Kommissionierautomaten erweitert wurde.

Davon und vielen weiteren Vorzügen wie zum Beispiel dem kostenlosen Lieferservice soll der Kunde tagtäglich neu profitieren. Probieren Sie es einfach aus. Das freundliche Team der Apotheke im Wert Erding Park steht Ihnen mit all seinem Können und Kompetenzen gerne zur Verfügung.

APOTHEKE im West Erding Park

Johann-Auer-Straße 4 | 85435 Erding | Telefon 0 81 22/22 73 60
info@apotheke-im-wep.de | www.apotheke-im-wep.de
Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 08:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Premiumpartner Klinikum Landkreis Erding

# Spitzenmedizin ganz nah

Das Klinikum Landkreis Erding ist ein fachlich weit ausdifferenziertes kommunales Krankenhaus der gehobenen Grund- und Regelversorgung mit 330 akut-stationären Betten sowie zwölf tagesklinischen Plätzen an zwei Standorten in Erding und Dorfen. Das Klinikum, seit 2008 Akademisches Lehrkrankenhaus der TU München, bietet ein überdurchschnittliches Leistungsspektrum sowie zahlreiche Beratungs- und Service-Angebote.

So finden sich im Krankenhaus nicht nur die Allgemein- und die Unfallchirurgie, die Gastroenterologie sowie die Gynäkologie und Geburtshilfe, sondern auch Abteilungen, die an einem Krankenhaus der Grund- und Regelversorgung nicht selbstverständlich sind: die Kardiologie mit einem hochmodern ausgestatteten Herzkatheterlabor; die Pneumologie, die interdisziplinär mit der ebenfalls am Haus etablierten Thoraxchirurgie zusammenarbeitet; die Gefäß-, die Wirbelsäulen- Chirurgie; die Interdisziplinäre Schmerztherapie; die Schlafmedizin; sowie die Hämatologie und Onkologie sowie die beiden neuen Abteilungen der Urologie und Akut-Geriatrie. Daneben verfügt das Haus selbstverständlich über eine Anästhesie sowie eine Radiologie und Nuklearmedizin.

Neben den medizinischen Abteilungen gibt es im Klinikum Landkreis Erding eine Vielzahl weiterer Bereiche, die für die Patienten da sind: die moderne Zentrale Notaufnahme und Notfallambulanz; die Zentrale Sterilgut-Versorgungsabteilung; der Klinik-Sozialdienst; das Hygiene-Expertenteam; das Meinungsmanagement im Rahmen unseres weit gefächerten Qualitätsmanagements; und nicht zuletzt das Bildungszentrum für Gesundheitsberufe.

**Erleben Sie:**

- Beratung rund um den Klinik-Aufenthalt
- Gesundheitstests wie z.B. Blutzucker- und Blutdruckmessungen
- Vorführung minimal-invasives Operieren am OP-Turm
- Vorführung von Bronchoskopie und Endoskopie am Untersuchungsturm
- Beratung zur Ausbildung im Gesundheitswesen
- Informationen rund um die Hygiene
- und vieles mehr!

**Am Stand des Klinikums gibt‘s jede Menge Infos und Anschauungsmaterial.** *Foto: phi*

**Besuchen Sie unseren MAGNETIX-Stand F-5 auf der Gesundheitsmesse Erding 2022!**

Es gibt viel zu entdecken: Freuen Sie sich auf eine große Auswahl an wunderschönem Magnetschmuck und auf eine große Vielfalt an wohltuenden Wellness-Produkten.

Lernen Sie unsere exklusiven Schmuck-Designs mit individuellen Kombinationsmöglichkeiten kennen und lassen Sie sich ausführlich und kostenlos beraten.

MAGNETIX WELLNESS

Devid Platzgummer | 85354 Freising
Mobil: +39 335 6444007 nur WhatsApp
E-Mail: pladev96@gmail.com
http://vitalmix.magnetix-wellness.com/

ORTHOPÄDIE TECHNIK
GRAF GmbH
Haus der Gesundheit

Erding · Am Rätschenbach 2 · Tel. 0 81 22/4 29 47
Erding MCE · Bajuwarenstr. 7 · Tel. 0 81 22/9 55 35 46
Dorfen · Unterer Markt 33 · Tel. 0 80 81/95 81 85

Seit 44 Jahren Ihr Spezialist, wenn es um Ihre Gesundheit geht.

www.ot-graf.de · info@ ot-graf.de

MCE Erding: Mo.–Do., 8–13 und 14–18 Uhr / Fr., 9–13 Uhr
Dorfen: Mo.–Fr., 9–12.30 Uhr / Mo., Di., Do., 14.30–18 Uhr
Achtung neue Öffnungszeiten!
Erding, Am Rätschenbach: Mo.–Fr., 10–12 Uhr / Mo.–Do., 15–17 Uhr

Bilder: Bauerfeind AG Zeulenroda

## BEWEGUNG IST LEBENSQUALITÄT

**SEEßLE**
*Orthopädie & Sanitätshaus*

- Einlagen
- Kompressionsstrümpfe
- Bandagen & Orthesen
- Arthrose Beratung
- Orthopädische Maßschuhe
- Schuhzurichtung
- Markenschuhe

## KNIEARTHROSE? JETZT KOSTENLOS TESTEN

AKTIV-BERATER ARTHROSE

Orthese zur Entlastung und Stabilisierung des Kniegelenks

**Kommen Sie vorbei – Sie finden uns am Stand G12**

Außerdem finden Sie alles rund um die orthopädische Hilfsmittelversorgung bei Fußproblemen wie Hallux valgus, Fersensporn & Co.

85435 Erding, Santnerstr. 1 | 08122 / 880270 www.fussgesund.info

Premiumpartner Seeßle Fußgesund GmbH

# Qualität aus Tradition, Gesundheit aus Überzeugung

**Das gesunde Fußwerk finden Sie bei Seeßle.** *Foto: Seeßle Fußgesund GmbH*

Bewegung hilft uns Menschen, fit und gesund zu bleiben. Unsere Füße spielen dabei eine „tragende Rolle“ in unserer Bewegung. Jeden Tag legen wir zu Fuß mal mehr und mal weniger lange Strecken zurück und erreichen so bis zu 10.000 Schritte pro Tag. Unsere Füße tragen unser gesamtes Körpergewicht und sind daher ständig hohen Belastungen ausgesetzt. Allgemeine Beschwerden wie Rücken-, Fuß- oder Knieschmerzen sowie auch Muskelverspannungen, können die Folge von einseitiger und falscher Belastung sein und uns Menschen im Leben einschränken.

Seit über 35 Jahren unterstützt das Orthopädie- und Sanitätshaus Seeßle Menschen mit Einlagen, gesunden Schuhwerk und modernen orthopädischen Hilfsmitteln. Sie nehmen sich jeden Tag zum Ziel: „Schmerzen zu reduzieren, Mobilität zu steigern und die Lebensqualität unserer Kunden zu verbessern!“ Von Anfang an lag der Fokus auf dem Verkauf von gesunden Schuhen, individuell angefertigten Einlagen, Maßschuhen, und Diabetikerschuhen.

Die zunehmenden Volkskrankheiten wie Rückenschmerzen oder auch Arthrose haben Seeßle dazu bewegt, die Dienstleistungen und Produkte im Sanitätshaus weiter auszubauen und damit ihre Kunden ein noch breiteres Sortiment an orthopädischen Hilfsmitteln anzubieten. Ein umfassendes Spektrum an Bandagen, Orthesen, Kompressionsstrümpfen und einer kompetenten Arthrose Aktiv-Beratung (Gonarthrose) runden das Angebot im Hause ab.

Zur Erhaltung Ihrer Gesundheit und zur optimalen Prävention schafft Seeßle die passenden Lösungen für Sie. Sie nehmen sich Zeit und beraten Sie kompetent, persönlich und zuverlässig.Ein fröhliches und leistungsstarkes Team erwartet Sie!

**Das Team von Seeßle Fußgesund GmbH.** *Foto: Seeßle Fußgesund GmbH*

Klinik Wartenberg
kompetent. engagiert. herzlich.

**Akutgeriatrie – Geriatrische Reha – Palliativmedizin**

Badstraße 43 85456 Wartenberg Tel.: 08762 / 91-0
www.klinik-wartenberg.de info@klinik-wartenberg.de

Home Instead
Zuhause umsorgt

**FÜR DIE MEISTEN MENSCHEN STEHT FEST:
SIE WOLLEN SO LANGE WIE MÖGLICH IM EIGENEN ZUHAUSE LEBEN.**

Home Instead bietet Menschen mit Unterstützungs- und Pflegebedarf in Erding, Ebersberg und Umgebung **stundenweise Hilfe im Alltag** und maßgeschneiderte **Lösungen gegen das Alleinsein:** Demenzbetreuung, gemeinsam Einkaufen und Kochen, Unternehmungen machen und Unterstützung bei der Grundpflege.

**WIR MACHEN BETREUUNG ZUHAUSE EINFACH PERSÖNLICHER**

Denn bei uns steht der **Mensch** im **Mittelpunkt**, nicht der Pflegefall. Zusammen mit Ihnen finden wir eine **individuell passende Betreuungsleistung** – mit **kostenloser Beratung** und möglicher **Kostenübernahme durch alle Pflegekassen.**

Kontaktieren Sie uns unter
Tel. 0 81 22/5 53 79 30.

**Mehr unter: homeinstead.de/erding-ebersberg
Tel. 08122/553793-0 oder erding-ebersberg@homeinstead.de**

**EINFACH PERSÖNLICHER
EINFACH ANDERS
EINFACH WECHSELN**

Home Instead sucht für Erding eine
**Pflegedienstleitung**
**m/w/d in Vollzeit**

Schwerpunkte Ihrer Tätigkeit:
- Beratung und Begleitung unserer Kunden
- Schulung unserer Betreuungskräfte

Wir bieten Ihnen geregelte AZ (Mo.–Fr. 8–17 Uhr)

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben. © 2022 Home Instead GmbH & Co. KG

Premiumpartner Ortho Orange GmbH

# Das etwas andere Sanitätshaus...

Meisterliches Handwerkskönnen ist eine der Eigenschaften des eingespielten Führungs-Teams an der Münchener Straße 122 in Erding, das aus den beiden Orthopädie-Technik-Meistern und Geschäftsführern Franz Wutz und Christian Wosnitza sowie der Orthopädie-Technik- und Bandagisten-Meisterin Andrea Oberhofer besteht.
Komplettiert wird das Team im handwerklichen Bereich von dem OT Schuhmacher/Facharbeiter Eric Wollschläger, der Auszubildenden im Orthopädietechnik-Mechanikerhandwerk Emilia Czubara, im Laden und im Büro von Petra Szücs, sowie in der Buchhaltung durch Annemarie Müller-Wutz. Kreativität und ein tiefes Verständnis der gemeinsamen Arbeit im Dienst am Patienten prägten die Farbwahl Orange und die Wahl des Firmennamens. Denn Ortho Orange steht in seiner Wortbedeutung für ORthopädie, ANders und GEdacht. Die Farbe selbst jedoch fördert Frohsinn und Humor, macht hell und weit und lässt dem Leben positiv begegnen. Und genau das möchte das Team für jeden seiner Kunden erreichen. Gleich, ob es sich um Patienten handelt, die Bedarf an Hilfsmitteln wie Prothesen, Orthesen, Korsette oder Einlagen haben, die alle von Meisterhand in der modernen, hauseigenen Orthopädie-Technik-Werkstatt gefertigt werden, oder ob es sich um Reha- und Hilfsmittel für Kinder dreht.
Abgerundet wird das umfangreiche Angebot mit dem fachmännischen Vertrieb von Kompressionsartikeln, Bandagen sowie Gesunderhaltungs- und Wellnessartikeln im Sanitätshausbereich. Das Team plädiert für eine frühzeitige Prävention und unterstützt diese mit entsprechenden Angeboten in angenehmem Ambiente. Führende Hersteller sind mit vielen Produkten zu Yoga, Pilates, Faszientraining, Barfußlaufen oder dem Fitnesstraining vertreten.
WOHLerfühlen und WOHLergehen stehen zusammen mit einer wieder zu gewinnenden Selbstständigkeit des Patienten an allererster Stelle. Es ist die Vielfalt der Anforderungen, die das Team begeistert und vom dem es sich Tag für Tag mit großer Freude herausfordern lässt. Regelmäßig werden Einrichtungen wie das Kinderheim „Die Wiege“ oder die Südbayerischen Wohn- und Werkstätten für Blinde und Sehbehinderte (SWW) besucht und auch örtliche Einrichtungen schätzen die gewissenhafte und einsatzfreudige Zusammenarbeit.
Der Umgang mit Patienten und Kunden ist von Herzlichkeit und meisterlichem Können geprägt. Jeder ist immer willkommen. Die Räumlichkeiten sind ebenerdig und behindertengerecht gestaltet. Vom Parkplatz gelangt man auf kürzestem Weg gemütlich hinein und wird zuvorkommend in Empfang genommen. Neugierig geworden? Ein fröhliches und leistungsstarkes Team erwartet Sie!

**Das Team von Ortho Orange.** *Foto: ma*

VITERMA ZAUBERT
AUS IHRER ALTEN WANNE
**IHRE WOHLFÜHLDUSCHE!**

GARANTIE 10 JAHRE AUF VITERMA-PRODUKTE
ZUFRIEDENE ★★★★★ 98% ★★★★★ KUNDEN
KOMPLETT- ODER TEILSANIERUNG

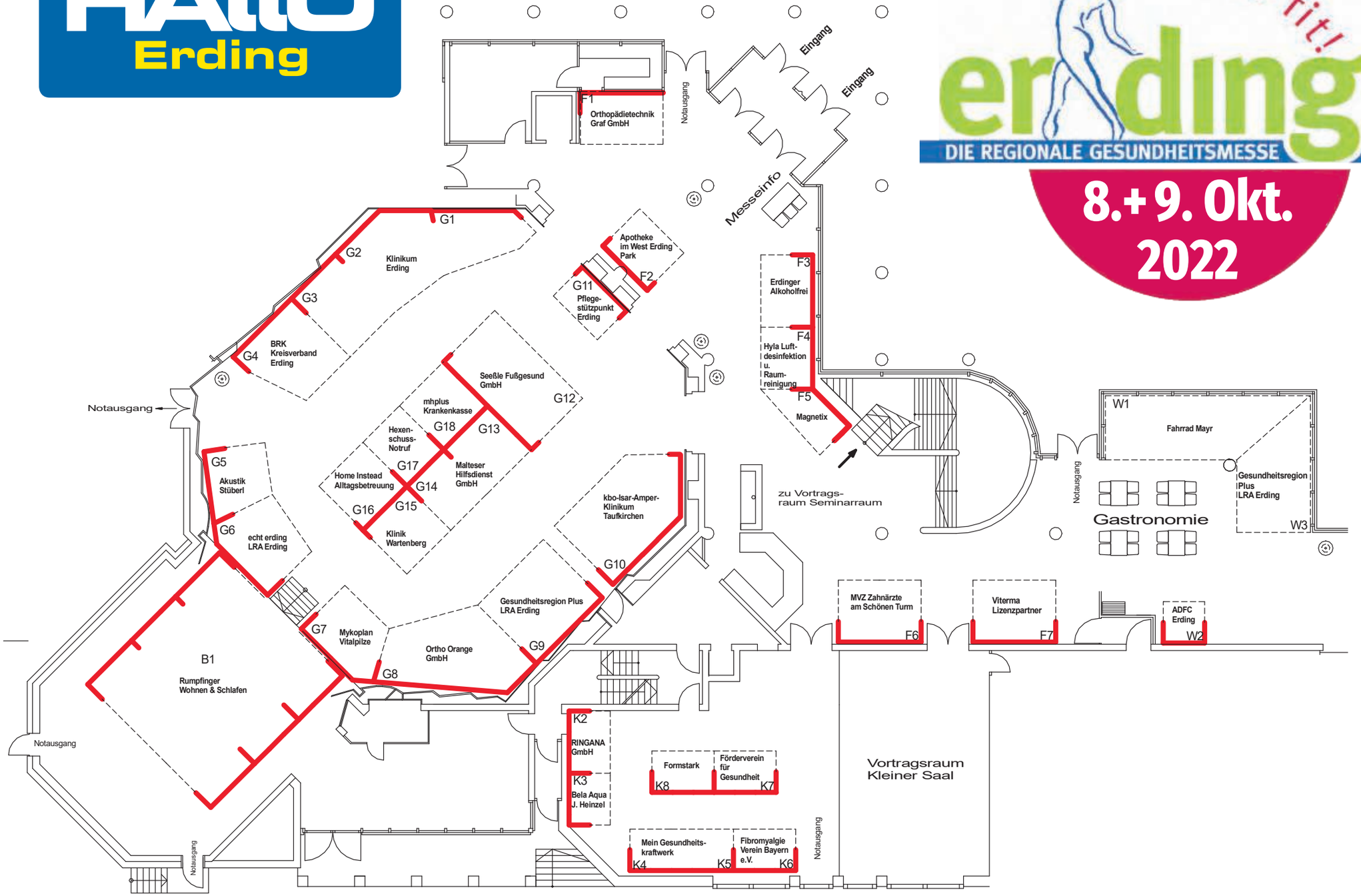
viterma
zaubert Wohlfühlbäder

- Wanne raus, Dusche rein oder Komplettbadrenovierung
- Individuelle Maßanfertigung für bodenebene Duschen
- Schimmelfreie, langlebige, pflegeleichte Materialien

Ihr Fachbetrieb im Kreis Erding
Infos & Beratungstermin:
Rudolf Altmann
85457 Hörlkofen
Tel. 08122 179 36 50
www.viterma.com

HALLO Erding

bleibt fit!
erding
DIE REGIONALE GESUNDHEITSMESSE
8.+9. Okt. 2022



# – VORTRAGSPROGRAMM –

## SAMSTAG, 8.10.2022

| Uhrzeit | Raum | Titel | Referent | Aussteller / Stand |
|---|---|---|---|---|
| 10.30 Uhr | Kleiner Saal | **Hausnotruf: Hilfe auf Knopfdruck**<br>*Zuhause sicher und selbstständig – schnelle Hilfe, wenn Sie benötigt wird* | **Claudia Schweiger**<br>Malteser Hilfsdienst | Malteser Hilfsdienst<br>**Stand: G13 + G14** |
| 11.15 Uhr | Kleiner Saal | **Stark und gesund zu Fuß – Hallux valgus, Fersensporn & Co.**<br>*Wir zeigen Ihnen, wie die orthopädische Hilfsmittelversorgung bei Fußproblemen wie Fersensporn, Hallux valgus & Co. helfen kann* | **Lukas Voll**<br>Orthopädieschuhmachermeister | Seeßle Fußgesund GmbH<br>**Stand: G12** |
| 12.00 Uhr | Kleiner Saal | **Demenz - Anzeichen erkennen und Behandlung** | **Alexandra Unterreitmeier** | kbo-Isar-Amper-Klinikum<br>**Stand: G10** |
| 12.45 Uhr | Kleiner Saal | **Vorstellung Pilotprojekt Pflegekrisendienst**<br>*Pflegekrisendienst gibt es seit 2021, wer kann ihn in Anspruch nehmen und welche Leistungen werden erbracht* | **Sybille Müller**<br>Pflegedienstleitung BRK Erding | Bayerisches Rotes Kreuz<br>**Stand: G4** |
| 13.15 Uhr | Seminarraum OG | **Pharmazeutische Dienstleistungen für Ihre Arzneimittelsicherheit**<br>*Ihr neuer Anspruch auf Beratung bei Bluthochdruck, Inhalten und Einnahme vieler Arzneimittel* | **Dr. Markus Zieglmeier**<br>Apotheker | Apotheke im West Erding Park<br>**Stand: F2** |
| 13.30 Uhr | Kleiner Saal | **Bleiben Sie aktiv auch mit Kniegelenksarthrose**<br>*Erfahren Sie mehr über die effektive Wirkung von orthopädischen Hilfsmitteln bei Kniegelenksarthrose* | **Markus Seeßle**<br>Orthopädietechniker / Ingenieur für Technische Orthopädie | Seeßle Fußgesund GmbH<br>**Stand: G12** |
| 14.00 Uhr | Seminarraum OG | **„Fit und Immunstark durch den Herbst“**<br>*Wir zeigen Ihnen „Helferlein“ auf natürlicher Basis, die Sie einfach in den Alltag integrieren können* | **Claudia Geyer**<br>**Mirjana Zurak-Klingler** | Ringana Partner<br>**Stand: K2** |
| 14.15 Uhr | Kleiner Saal | **Novafon Schallwellengerät, effektiv gegen Schmerzen und Muskelverspannungen**<br>*Kann Schmerzen lindern, z.B. bei Arthrose, Sehnenerkrankungen und Narben, hilft die Lebensqualität zu steigern, für Selbstanwender, Therapeuten, Sportler und Tierfreunde* | **Milos Zivkovic**<br>Sportwissenschaftler<br>**Franz Wutz**<br>Orthopädiemechaniker Meister und Geschäftsführer Ortho Orange | Ortho Orange GmbH<br>**Stand: G8** |
| 14.45 Uhr | Seminarraum OG | **Neue Erkenntnisse zu Ursachen von körperlichen, mentalen und emotionalen Problemen**<br>**Gesundheit in jedem Alter durch die F&W Reflexintegration** | **Dr. Matthias Welker**<br>Arzt und Entwickler<br>**Markus Friedrich**<br>Diplom-Sportwissenschaftler | |
| 15.00 Uhr | Kleiner Saal | **Erkrankung Fibromyalgiesyndrom und Selbsthilfe** | **Claudia Dexl**<br>Vorsitzende Fibromyalgie Verein Bayern | Fibromyalgie Verein Bayern e.V.<br>**Stand: K6** |
| 15.30 Uhr | Seminarraum OG | **Stress lass nach - Natürliche Entlastung des Immun- und Stresssystems mit CBD und Gesundheitsmanagement**<br>*CBD ist ein äußerst wertvolles Cannabinoid und gewinnt aufgrund seines Potentials immer mehr an Bedeutung* | **Tanja Benz-Horneborg**<br>**Stefan Horneborg** | Mein Gesundheitskraftwerk<br>**Stand: K 4** |
| 15.45 Uhr | Kleiner Saal | **Wir im Quartier / Gesundheitskompetenz in der Nachbarschaft - Marktplatz der Gesundheit**<br>*Hier geht es um Themen wie z.B. Gesundheitskioske und Prävention, Entstigmatisierung psychischer Erkrankungen und Zusammenarbeit in den Kommunen* | **Markus Laurenz** | Mein Gesundheitskraftwerk<br>**Stand: K 4** |

## SONNTAG, 9.10.2022

| Uhrzeit | Raum | Titel | Referent | Aussteller / Stand |
|---|---|---|---|---|
| 11.00 Uhr | Seminarraum OG | **Zukunft der Chirurgie: Robotik und Künstliche Intelligenz** | **Prof. Dr. Jörg Theisen**<br>stellvertretender ärztlicher Direktor Klinikum Landkreis Erding | Klinikum Landkreis Erding<br>**Stand: G 1–3** |
| 11.15 Uhr | Kleiner Saal | **Stark und gesund zu Fuß – Hallux valgus, Fersensporn & Co.**<br>*Wir zeigen Ihnen, wie die orthopädische Hilfsmittelversorgung bei Fußproblemen wie Fersensporn, Hallux valgus & Co. helfen kann* | **Lukas Voll**<br>Orthopädieschuhmachermeister | Seeßle Fußgesund GmbH<br>**Stand: G12** |
| 11.45 Uhr | Seminarraum OG | **Neue Erkenntnisse zu Ursachen von körperlichen, mentalen und emotionalen Problemen**<br>**Gesundheit in jedem Alter durch die F&W Reflexintegration** | **Dr. Matthias Welker**<br>Arzt und Entwickler<br>**Markus Friedrich**<br>Diplom-Sportwissenschaftler | |
| 12.45 Uhr | Kleiner Saal | **Vorstellung Pilotprojekt Pflegekrisendienst**<br>*Pflegekrisendienst gibt es seit 2021, wer kann ihn in Anspruch nehmen und welche Leistungen werden erbracht* | **Sybille Müller**<br>Pflegedienstleitung BRK Erding | Bayerisches Rotes Kreuz<br>**Stand: G4** |
| 13.15 Uhr | Seminarraum OG | **Pharmazeutische Dienstleistungen für Ihre Arzneimittelsicherheit**<br>*Ihr neuer Anspruch auf Beratung bei Bluthochdruck, Inhalten und Einnahme vieler Arzneimittel* | **Dr. Markus Zieglmeier**<br>Apotheker | Apotheke im West Erding Park<br>**Stand: F2** |
| 13.30 Uhr | Kleiner Saal | **Bleiben Sie aktiv auch mit Kniegelenksarthrose**<br>*Erfahren Sie mehr über die effektive Wirkung von orthopädischen Hilfsmitteln bei Kniegelenksarthrose* | **Markus Seeßle**<br>Orthopädietechniker / Ingenieur für Technische Orthopädie | Seeßle Fußgesund GmbH<br>**Stand: G12** |
| 14.00 Uhr | Seminarraum OG | **Novafon Schallwellengerät, effektiv gegen Schmerzen und Muskelverspannungen**<br>*Kann Schmerzen lindern, z.B. bei Arthrose, Sehnenerkrankungen und Narben, hilft die Lebensqualität zu steigern, für Selbstanwender, Therapeuten, Sportler und Tierfreunde* | **Milos Zivkovic**<br>Sportwissenschaftler<br>**Franz Wutz**<br>Orthopädiemechaniker Meister und Geschäftsführer Ortho Orange | Ortho Orange GmbH<br>**Stand: G8** |
| 14.15 Uhr | Kleiner Saal | **Ästhetik beginnt im Mund**<br>*Natürlich schöne Zähne mit Veneers* | **Abawi Shahir**<br>Zahnarzt | MVZ Zahnärzte am Schönen Turm<br>**Stand: F 6** |
| 14.45 Uhr | Seminarraum OG | **Hausnotruf: Hilfe auf Knopfdruck**<br>*Zuhause sicher und selbstständig – schnelle Hilfe, wenn Sie benötigt wird* | **Claudia Schweiger**<br>Hausnotruf | Malteser Hilfsdienst<br>**Stand: G13 + G14** |
| 15.00 Uhr | Kleiner Saal | **Demenz - Anzeichen erkennen und Behandlung** | **Alexandra Unterreitmeier** | kbo-Isar-Amper-Klinikum<br>**Stand: G10** |
| 15.30 Uhr | Seminarraum OG | **Gesundheit als Lebenseinstellung**<br>*Wir zeigen Ihnen wie Sie mit Sport und Ernährung und gesundem „Mindset“ ihre Gesundheit erhalten und vorbeugen können. Manchmal darf man auch etwas nachhelfen!* | **Zsanett Pimpl**<br>**Julia Geretshauser** | Ringana Partner<br>**Stand: K 2** |
| 15.45 Uhr | Kleiner Saal | **Hexenschuss was tun?**<br>*Behandlungsmöglichkeiten im Überblick und Soforthilfe bei akutem Rückenschmerz* | **Bernhard Schwarz**<br>Gründer Hexenschuss-Notruf | Hexenschuss-Notruf<br>**Stand: G 17** |

## DER VERANSTALTUNGSORT

**Stadthalle Erding**
**Alois-Schießl-Platz 1**
**85435 Erding**
**www.stadthalle-erding.de**

* alle Vorträge kostenfrei und ohne Anmeldung möglich
* barrierefreier Zugang zu den Veranstaltungsräumen ***(Ausnahme: Vortragsraum Seminarraum OG und Bühne)***
* Lift zu behindertengerechtem WC
* Behindertenparkplätze in anliegender Tiefgarage

Stand: 16. September 2022, Änderungen und Irrtümer vorbehalten

# Die Aussteller der Gesundheitsmesse

## Von A bis Z – Diese Firmen sind auf der Messe in der Stadthalle dabei

**Erding** – Diese Ansprechpartner stehen auf der Messe am 8. und 9. Oktober mit ihrem gebündelten Wissen für Sie bereit:

### Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club

Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club Kreisverband Erding wurde 1992 als gemeinnütziger Verein gegründet, um die Fahrradinfrastruktur in und um Erding zu verbessern und Radfahren sicherer zu machen. Er ist die Interessenvertretung der Alltags- und Freizeitradler und arbeitet in den Schwerpunkten Verkehrsplanung, Verkehrspolitik und Tourismus.
Im Landkreis kümmert er sich darum, dass die touristischen Radwege gut erkennbar und befahrbar bleiben, hält pro Jahr ca. 70 geführte Radtouren ab, bei denen sich weit über 1000 Teilnehmer den ausgebildeten Tourenleitern anvertrauen. Er ist damit einer der größeren Kreisverbände in Bayern.

### Das Akustik Stüberl

Für Marina Hölzlwimmer, Inhaberin des Akustik Stüberl in Erding, ist mit der Eröffnung ihres Fachgeschäfts 2021 ein echter Traum in Erfüllung gegangen. Denn Hörsysteme sind für sie mehr als nur kleine technische Helfer. Sie sind „Lebensqualitäts-Verbesserer", die den persönlichen Alltag akustisch (wieder) mehr erlebbar machen.
„Es war mir eine Herzensangelegenheit, das Thema „Hörakustik" vom Muff des Altbackenen zu befreien und als etwas Positives für mehr Lebensqualität in den Fokus der Aufmerksamkeit zu rücken", erklärt Hölzlwimmer. Hörakustik müsse praxisnah sein und die Lebensrealität der Menschen berücksichtigen, so das Motto der Jung-Unternehmerin.

### Apotheke im West Erding Park

Service und Beratung, diese beiden Kompetenzen rangieren für Apotheker Dr. Bernd Grünberg, Inhaber der APOTHEKE im West Erding Park, neben vielen weiteren Vorzügen, die seine moderne, hell und großzügig gestaltete Apotheke zu etwas ganz Besonderem für seine Kunden machen, ganz oben.

### Der BRK-Kreisverband: Helfer in der Not

Ob für Kinder, Jugendliche oder ältere Menschen. Der BRK Kreisverband Erding hat Angebote für jede Altersklasse. Die Arbeit des Roten Kreuzes reicht von der medizinischen Hilfeleistung bis zur sinnvollen Freizeitgestaltung für Kinder und Jugendliche. Besonders am Herzen liegen dem BRK ältere Menschen. Schön ist es, wenn man im Alter lange in den vertrauten „vier Wänden" leben kann. Wenn die Beine nicht mehr so wollen, das Kochen für sich alleine keine Spaß macht und die Angst wächst in der Wohnung zu stürzen und nicht gefunden zu werden, greifen die Dienstleistungen des Roten Kreuzes.

## Fibromyalgie Verein Bayern e. V.

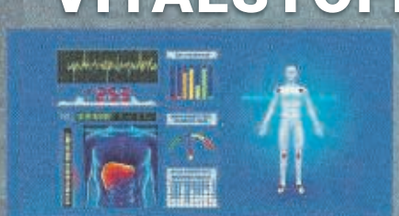
**E-Mail: info@fibromyalgie-bayern.de**
**Homepage: www.fibromyalgie-bayern.de**

Der Fibromyalgie Verein Bayern e.V. ist eine Interessenvertretung der Patienten für das Krankheitsbild „Fibromyalgie", um mehr Akzeptanz in der Öffentlichkeit zu erreichen. Mit chronischen Muskel-Faser-Schmerzen, Begleitsymptomen und altersbedingten Erkrankungen benötigt der Betroffene eine bedarfsgerechte Behandlung nach medizinischer Notwendigkeit und der persönlichen Situation. Die Selbsthilfearbeit ist uns eine Herzensangelegenheit, um Betroffenen in Gruppentreffen den Erfahrungsaustausch zu ermöglichen und Unterstützung im Umgang mit der Erkrankung anzubieten.

Wir wollen eine verbesserte medizinische Versorgung für die Betroffenen in Bayern erreichen und mit diesem vielschichtigen Krankheitsbild zur Mitgestaltung im Gesundheitswesen beitragen.

**Kommen Sie zum Vortrag unserer Vorsitzenden Claudia Dexl am Samstag, 08.10.2022 um 15.00 Uhr und besuchen Sie unseren Stand: K 6**

GUTSCHEIN
VITALSTOFFMESSUNG



LASSEN SIE SICH TESTEN!

MIT DEM BODY SCAN VITAL CHECK ERSTELLEN WIR IHNEN ANHAND IHRER PERSÖNLICHEN MESSDATEN EINE VITALSTOFFANALYSE INNERHALB VON EINER MINUTE, OHNE BLUTABNAHME!

Sie erfahren, welche Vitalstoffe Sie dringend benötigen, damit sich Ihre Lebensqualität & Vitalität überhaupt verbessern kann.

Sie finden uns auf der 6. Erdinger Gesundheitsmesse auf dem Stand K4 + K5

Wissen – Erkennen – Systemisch lösen

„Mein Gesundheitskraftwerk"
betrachtet viele Aspekte zum Wohle der Verbesserung von Lebensqualität und Gesundheit der Menschen.
Nachhaltigkeit ist hierbei ein wichtiges Thema für uns.

MEIN GESUNDHEITS KRAFTWERK
WWW.MEIN-GESUNDHEITSKRAFTWERK.DE
M: 0151 - 171 63 802

Beratung nach § 37 ABs.6 BpersVG Gesundheits Präventionsgesetz und SGB V § 20a

Unsere individuellen Beratungen, Coachings und die Gesundheitsmoderation zwischen den kommunalen Akteuren tragen zur Gesundheitsförderung mit einem systemischen Ansatz bei.

# Die Aussteller der Gesundheitsmesse

## Von A bis Z – Diese Firmen sind auf der Messe in der Stadthalle dabei

### Ca-Treppenlifte und Dienstleistungen

Der Kauf eines Treppenliftes setzt ein Vertrauensverhältnis voraus welches wir als ortsansässiges Unternehmen (Ldkr. ED, FS, EBE) mitbringen. Wir verfügen über langjährige Erfahrung und bieten Ihnen nicht nur eine kostenlose Erstberatung, sondern begleiten Sie auch bei der Zusammenstellung der notwendigen Unterlagen zur staatlichen Förderung. Auch die Berücksichtigung Ihrer Privatsphäre spielt bei uns eine große Rolle. Vertrauen Sie uns als Ihren Partner an Ihrer Seite bei allen Fragen rund um Ihre persönliche Mobilität und Sicherheit.

### Echt Erding

Durch die Einführung der regionalen Landkreismarke „echt erding“ ergeben sich sowohl Vorteile für die Verbraucher, wie etwa die Wahrnehmung für regionale Besonderheiten und die Liebe zur Heimat, als auch werden die lokalen Anbieter beim Absatz ihrer Waren und Dienstleistungen unterstützt und profitieren von der regionalen Wertschöpfungskette. Die Website www.echterding.de bildet das Herzstück als regionales Portal für alle Waren und Dienstleistungen aus dem Landkreis und dient als individuelle Verkaufs-/ Leistungs- und Informationsplattform. Ganz nach dem Motto „aus dem Landkreis – für den Landkreis“ setzt die Landkreismarke „echt erding“ auf regionale Qualität.

### Erdinger Alkoholfrei

Für zahlreiche Sportbegeisterte ist ERDINGER Alkoholfrei bereits seit langer Zeit das Ritual nach dem Sport. Tatsächlich überzeugt ERDINGER Alkoholfrei als Ritual nach dem Sport sowohl aus sportpsychologischer als auch aus sportphysischer Sicht. Denn ob klassisch oder fruchtig mit Zitrone oder Grapefruit, die drei Alkoholfreien von ERDINGER sind erfrischende Durstlöscher, isotonisch und vitaminhaltig. Für alle drei gilt: Sie bestehen aus rein natürlichen Zutaten, verfügen über gerade einmal 25 Kalorien pro 100 ml und sind perfekt zur Unterstützung der Regeneration.

### Fibromylagie

Der Fibromyalgie Verein Bayern ist eine Interessenvertretung der Patienten für das Krankheitsbild „Fibromyalgie“, um mehr Akzeptanz in der Öffentlichkeit zu erreichen. Mit chronischen Muskel-Faser-Schmerzen, Begleitsymptomen und altersbedingten Erkrankungen benötigt der Betroffene eine bedarfsgerechte Behandlung nach medizinischer Notwendigkeit und der persönlichen Situation. Die Selbsthilfearbeit ist dem Verein eine Herzensangelegenheit, um Betroffenen in Gruppentreffen den Erfahrungsaustausch zu ermöglichen und Unterstützung im Umgang mit der Erkrankung anzubieten.

### Förderverein für Gesundheit

Vitalstoffmessung – Lassen Sie sich testen! Mit dem Body Scan Vital Check erstellen wir Ihnen anhand Ihrer persönlichen Messdaten eine Vitalstoffanalyse innerhalb einer Minute, ohne Blutentnahme. Sie erfahren, welche Vitalstoffe Sie dringend benötigen, damit sich Ihre Lebensqualität & Vitalität überhaupt verbessern kann.

### Formstark: Ein stärkeres Ich

Formstark bietet Fitnesskurse wie z.B. buggyFit für Mütter mit Baby oder Kind in verschiedenen Stadtparks in der Region an. Das Workout ist speziell auf die Bedürfnisse von Frauen nach einer Schwangerschaft abgestimmt und besteht aus einem effektiven Mix aus Kraft- und Ausdauertraining, Rückbildungsgymnastik sowie Dehnungsübungen. Bei regelmäßiger Teilnahme kann die junge Mutter spielend leicht ihre alte Figur wieder erlangen.

### Hexenschuss-Notruf

Soforthilfe bei Hexenschuss ohne Schmerzmittel; Hexenschuss-Notruf ist Deutschlands erster Notdienst bei akuten muskulären Rückenschmerzen, der speziell am Wochenende und an Feiertagen einen

## Pflegestützpunkt Landkreis Erding – Ihre Anlaufstelle für alle Fragen zum Thema Pflege

Der Pflegestützpunkt Landkreis Erding bietet Beratung zu folgenden Themen an:

- Sämtliche Themen der Pflege und des Älterwerdens
- Mögliche Sozialleistungen
- Informationen zu ambulanten, teilstationären und stationären Angeboten
- Beratung zu Hilfsangeboten im Landkreis
- Entlastung von pflegenden Angehörigen und Pflegepersonen
- Pflegeberatung nach § 7a SGB XI

Landratsamt Erding, Alois-Schießl-Platz 6 • 85435 Erding
Tanja Endres, Anita Herz & Stephanie Ahlgrim • Tel. 08122/58-1800
E-Mail: pflegestuetzpunkt@lra-ed.de • https://www.landkreis-erding.de/psp

**Wir freuen uns über Ihren Besuch an Stand G 11!**

gefördert durch Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege

## Hexenschuss-Notruf

### *Soforthilfe bei Hexenschuss – ohne Schmerzmittel*

Hexenschuss-Notruf ist Deutschlands erster Notdienst bei akuten muskulären Rückenschmerzen, der speziell am Wochenende und an Feiertagen einen Hausbesuch in Erding & Umgebung anbietet.

**Weitere Infos unter www.hexenschuss-notruf.de**

# Die Aussteller der Gesundheitsmesse

## Von A bis Z – Diese Firmen sind auf der Messe in der Stadthalle dabei

Hausbesuch in Erding & Umgebung anbietet.

### Home Instead Erding-Ebersberg

Mit mehr als 10 Jahren Erfahrung in der Seniorenbetreuung zuhause und über 150 Betrieben deutschlandweit, bietet Home Instead Menschen mit Unterstützungs- und Pflegebedarf in Erding, Ebersberg und Umgebung Hilfe im Alltag und maßgeschneiderte Lösungen gegen das Alleinsein im Alter.
Das Serviceangebot von Home Instead umfasst die stundenweise Betreuung zuhause, Betreuung außer Haus und Hilfe bei der Grundpflege. Die Demenzbetreuung sowie die Entlastung pflegender Angehöriger runden das Leistungsspektrum ab. Dabei gewährleistet die Pflegekassenzulassung nicht nur eine qualitätsgesicherte Betreuung, sondern ermöglicht auch, die Gelder der Pflegegrade 1-5 sowie die zusätzlichen Budgets zu nutzen.

### Hyla

Die Reinigung der Zukunft mit der Kraft des Wassers: Die Luftdesinfektions- und Raumreinigungsfachberater dieser innovativen Technik stehen auf der Messe für Sie bereit!

### KBO Isar-Amper-Klinikum

Das kbo-Isar-Amper-Klinikum Taufkirchen (Vils) ist ein Fachkrankenhaus für Psychiatrie, Psychotherapie und psychosomatische Medizin und darüber hinaus akademische Lehreinrichtung der TU München (Medizinische Fakultät). Das kbo-Isar-Amper-Klinikum hat beim Bayerischen Psychiatrie-Pflegepreis 2009 und 2011 jeweils den ersten Platz belegt.

### Klinik Wartenberg

Die Klinik Wartenberg mit ca. 200 Betten ist eine der größte Einrichtungen für Geriatrie (Akutgeriatrie, geriatrische Rehabilitation) in Bayern. Das Haus bietet orthopädische, gastroenterologische und kardiologische Anschlussheilbehandlungen sowie berufsgenossenschaftliche Heilverfahren bei chronischen Lebererkrankungen an und hat eine Palliativstation mit 12 Betten. Das Gebäude liegt malerisch eingebettet in ein großzügiges Park- und Waldgelände, das der Ruhe und Erholung dient.

### Klinikum Landkreis Erding

Das Klinikum Landkreis Erding ist ein fachlich weit ausdifferenziertes kommunales Krankenhaus der gehobenen Grund- und Regelversorgung mit 330 akut-stationären Betten sowie 12 tagesklinischen Plätzen an zwei Standorten in Erding und Dorfen. Das Klinikum, seit 2008 Akademisches Lehrkrankenhaus der TU München, bietet ein überdurchschnittliches Leistungsspektrum sowie zahlreiche Beratungs- und Service-Angebote.

### Magnetix Wellness

Magnete und ihre Wirkung sind ein Phänomen, mit dem sich seit Jahrhunderten Wissenschaftler aus der ganzen Welt beschäftigen. Freuen Sie sich auf vielfältige Designs und individuelle Kombinationsmöglichkeiten unserer Schmuckstücke, die zu jeder Stimmungslage und zu jedem Anlass passen. Entdecken Sie an unseren MAGNETIX-Stand auf der Gesundheitsmesse Erding 2020 Ihr ganz persönliches Lieblingsstück und lassen Sie sich magnetisch anziehen!

### Malteser Hilfsdienst

RADFAHREN HÄLT FIT

LANDKREIS ERDING

Die abwechslungsreichen Radtouren im Landkreis Erding führen vorbei an vielen Sehenswürdigkeiten oder durch einmalige Naturlandschaften bis hin zur gastronomischen Vielfalt und lassen jedes „Radlerherz" höherschlagen. 28 beschilderte Erlebnistouren mit unterschiedlichen Streckenlängen und Schwierigkeitsgrade führen Sie auf gut ausgebauten Radwegen durch den Landkreis.

adfc Erding

www.landkreis-erding.de

Foto: Carolin Thiersch

Rumpfinger
NATÜRLICH WOHNEN & SCHLAFEN

Massivholzmöbel | Naturmatratzen

Wir freuen uns auf Sie: Stand B1-B6

Oder besuchen Sie unsere Ausstellung in Hohenlinden.
Öffnungszeiten & Infos: www.rumpfinger-moebel.de

Altstockach 6c | 85664 Hohenlinden | Tel. 0 81 24 / 53 23 0

* Gültig auf der Gesundheitsmesse Erding 2022.
Kein Mindestbestellwert. Keine Barauszahlung.

# Die Aussteller der Gesundheitsmesse

## Von A bis Z – Diese Firmen sind auf der Messe in der Stadthalle dabei

Gesundheit ist ein hoher Wert – sie zu erhalten oder trotz gesundheits- oder altersbedingter Einschränkungen möglichst selbstbestimmt und aktiv am Leben teilzuhaben ein wichtiges Ziel. Dazu tragen die Malteser Erding Freising Ebersberg mit verschiedenen Diensten bei. Dazu gehören Menüservice, Hausnotruf, Fahrdienst, Besuchsdienste, Schulbegleitung und viele mehr.

### Mein Gesundheitskraftwerk

„Mein Gesundheitskraftwerk" betrachtet viele Aspekte zum Wohle der Verbesserung von Lebensqualität und Gesundheit der Menschen. Nachhaltigkeit ist hierbei ein wichtiges Thema für uns. Gesundheit und persönliche Lebensqualität ist dem stetigen digitalen als auch analogen Lebensfluss ausgesetzt. Nicht nur das persönliche Verhalten in Bezug auf Körper, Kopf und Geist (Verhaltensprävention) spielt hierbei eine Rolle, sondern auch die sozialen privaten als auch gesamtgesellschaftlichen Rahmenbedingungen (Verhältnisprävention).

### mhplus Krankenkasse

Die mhplus Krankenkasse versichert weit über 500.000 Menschen in Deutschland. Davon mehr als 185.000 Menschen in Bayern. Der Erfolg der mhplus basiert auf Leistungsfähigkeit, umfassenden Serviceangeboten und soliden Finanzen. Dies belegen immer wieder Tests in Verbrauchermagazinen. Mit unserer starken Position im Wettbewerb geben wir unseren Kunden Sicherheit und machen die mhplus gleichzeitig zu einem starken Fusionspartner: Seit dem Jahr 2000 haben sich acht Betriebskrankenkasse mit der mhplus zusammengeschlossen und damit die Position der mhplus im Wettbewerb weiter gestärkt.

### Mykoplan Vitalpilze Deutschland

Vitalpilze gehören zu den interessantesten Naturheilmitteln der heutigen Zeit. Ihre Anwendungen beruhen auf einer langen Tradition, die Wirkung ist erprobt und ausreichend durch wissenschaftliche Studien belegt. Die Firma Mykoplan Vitalpilze Deutschland wurde gegründet, damit Mykotherapie gelingt! Petra Scharl ist Inhaberin und zusammen mit ihrer Tochter Ramona-Marie Pitsch Geschäftsführerin der Firma.

### Orthopädietechnik Graf

Das Sanitätshaus hat vom Zehenkeil bis zur Halskrause alles, was den Körper unterstützt. Verschiedenste Bandagen gehören ebenso dazu wie Kompressionsstrümpfe in modischen Farben. Das Haus der Gesundheit bietet, was der Körper braucht, bevor es weh tut. Das sind spezielle Kopfkissen, BlackRoll, Gymnastikbälle, Sitzkissen und vieles mehr. Hinzu kommen Massageartikel, Rotlichtlampen oder schadstofffreie DUX-Schuhe.

### Ortho Orange

Meisterliches Handwerkskönnen ist eine der Eigenschaften des eingespielten Führungs-Teams in der Münchener Straße 122, das aus den beiden Orthopädie-Technik-Meistern und Geschäftsführern Franz Wutz und Christian Wosnitza sowie der Orthopädie-Technik- und Bandagisten-Meisterin Andrea Oberhofer besteht. Komplettiert wird das Team im handwerklichen Bereich von dem OT Schuhmacher/Facharbeiter Eric Wollschläger, der Auszubildenden im Orthopädietechnik-Mechanikerhandwerk Emilia Czubara, im Laden und im Büro von Petra Szücs, sowie in der Buchhaltung durch Annemarie Müller-Wutz.


Bayerisches Rotes Kreuz

Für alle. Menschlich. Professionell.

Rufen Sie uns an!
0 81 22 / 9 76 20

**Ehrenamtliches Engagement**
Einbringen kann sich bei uns jeder. Egal welchen Alters oder welcher Profession.
**Gebiete:**
+ Gliederungen + Frauenhaus + Haus der Begegnung
+ Breitenausbildung + Kitas + Rettungsdienst + BRK-Shops

**Ehrenamtliche Gliederungen**

**Bereitschaften**
Sanitätsdienst, Rettungsdienst, Katatstrophenschutz, Betreuung, Feldkoch, Motorradstreife, technische Bereiche, Jugendarbeit Schnelleinsatzgruppen, Krisenintervention

**Jugendrotkreuz**
Erste Hilfe, sinnvolle Freizeitgestaltung, humanitäre Bildung, gewaltfreie Kommunikation, Schularbeit, Notfalldarstellung

**Wasserwacht**
Wasserrettung, Rettungsschwimmen, Wasserrettungsdienst, Rettungstauchen, Naturschutz, Gewässerschutz, Schwimmkurse, Jugendarbeit, Prävention

**Wohlfahrts- und Sozialarbeit**
Soziale Arbeit, Unterstützung, Seniorenarbeit, Nähgruppe, soziale Kontakte, Besuchshunde, Kleiderläden, Frauenhaus

**Spenden**
Sie wollen uns finanziell unterstützen? Dies ist in Form einer Fördermitgliedschaft oder mit einer einmaligen Spende, z.B. zweckgebunden möglich. Spendenkonto: Sparkasse Erding/Dorfen, IBAN: DE48 7005 1995 0000 0160 55

**Dienstleistungen**

**Soziale Dienste**
Betreuter Fahrdienst, Hausnotruf, Essen auf Rädern, Menüservice, Menschen mit Behinderung, Kranke, Senioren, Hilfe, Unterstützung

**Kindertagesstätten**
Multikulturell, integrativ, inclusiv, Menschlichkeit, Würde, kindgerecht, fördernd, Akzeptanz, Tolleranz, Wertschätzung, Hort, Krippe, Schulkindergarten

**Frauenhaus / Hilfe- und Notruftelefon**
Häusliche Gewalt, Hilfe, Unterstützung, Beratung, Unterkunft, Schutz, Zuflucht, körperliche Gewalt, seelische Gewalt, soziale Gewalt, Stalking

**Pflege**
Fachstelle für pflegende Angehörige, Regionales Netzwerk Pflege, Beratung, Pflegekrisendienst, Tagespflege (ab 2024), Betroffene, Angehörige

**Haus der Begegnung**
Soziale Kontakte, Bildung, Unterstützung, gegen soziale Benachteiligung, Treffen, Verpflegung, Senioren, Familien, Selbsthilfegruppen, Sport, Entspannung, Hobby

**Rettungsdienst**
Notfallrettung, Leben retten, Rettungswagen, Krankenwagen, Erding, Dorfen, Taufkirchen/Vils, Adipositas-Rettungswagen, Neugeborene

Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Erding • Wilhelm-Bachmair-Str. 2 • 85435 Erding • info@kverding.brk.de • www.brk-erding.de

# Die Aussteller der Gesundheitsmesse

## Von A bis Z – Diese Firmen sind auf der Messe in der Stadthalle dabei

### Pflegestützpunkt Landkreis Erding

Beim Pflegestützpunkt handelt es sich um ein wohnortnahes, neutrales und kostenloses Angebot zu allen Themen der Pflege und des Alters bzw. Älterwerdens. Sowohl pflegebedürftige Personen, deren Angehörige als auch interessierte Bürger können sich an den Pflegestützpunkt wenden.

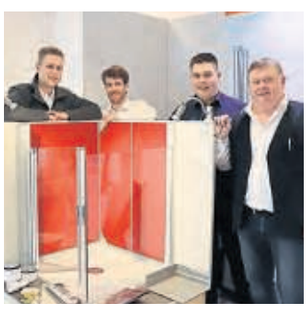
### Seeßle Fußgesund

Bewegung ist Lebensqualität! Bewegung hilft uns Menschen, fit und gesund zu bleiben. Unsere Füße spielen dabei eine „tragende Rolle“ in unserer Bewegung. Jeden Tag legen wir zu Fuß mal mehr und mal weniger lange Strecken zurück und erreichen so bis zu 10.000 Schritte pro Tag. Unsere Füße tragen unser gesamtes Körpergewicht und sind daher ständig hohen Belastungen ausgesetzt. Allgemeine Beschwerden wie Rücken-, Fuß- oder Knieschmerzen sowie auch Muskelverspannungen, können die Folge von einseitiger und falscher Belastung sein und uns Menschen im Leben einschränken. Seit über 35 Jahren unterstützen wir – das Orthopädie und Sanitätshaus Seeßle – Menschen mit Einlagen, gesunden Schuhwerk und modernen orthopädischen Hilfsmitteln.

### Schreinerei Rumpfinger

Kaum etwas ist wertvoller, als sich in den eigenen vier Wänden richtig wohlzufühlen. Als Experte für gesundes Wohnen & Schlafen bieten wir Ihnen eine persönliche und ausführliche Beratung. Unsere Aufmerksamkeit liegt dabei immer auf den Bedürfnissen und Ansprüchen unserer Kunden. Bei unseren Massivholzmöbel und Naturbettwaren ist uns Nachhaltigkeit, Regionalität und höchste Qualität sehr wichtig, damit Sie sich lange an Ihrer Einrichtung erfreuen können.

### Viterma Rudolf Altmann



Sanierungsbedürftige und alte Bäder werden von Installationsmeister Rudolf Altmann, viterma-Lizenzpartner, modernisiert und strahlen in neuem Glanz. Zu den Kernkompetenzen gehören bedarfsgerechte Badgestaltungen in einzigartiger Geschwindigkeit. Ein Ansprechpartner, alles aus einer Hand und eine auf den Kunden perfekt abgestimmte Lösung sind nur ein kleiner Teil des einzigartigen Angebotes von viterma. Für den Umbau einer Badewanne in eine moderne Komfortdusche benötigen Altmann und sein Team gerade einmal 24 Arbeitsstunden.

### MVZ Zahnärzte am Schönen Turm

Die Zahnärzte am Schönen Turm sind ein inhabergeführtes medizinisches Versorgungszentrum (MVZ) für Erwachsenenzahnheilkunde, Kinderzahnmedizin, Kieferorthopädie und eigenem Implantat- & Ästhetik Zentrum. Jeder unserer Zahnärzte und Kieferorthopäden ist auf ganz bestimmte Fachgebiete spezialisiert. Gemeinsam decken wir alle Bereiche der Zahnheilkunde für Erwachsene und Kinder ab.
Unser Partnerzahnlabor Dental Care fertigt und repariert im gleichen Gebäude modernste zahntechnische und kieferorthopädische Erzeugnisse.

### Hallo Erding Infostand

Das Team von Hallo Erding ist mit einem eigenen Stand vor Ort und steht Ihnen, liebe Besucher, mit Rat und Tat zur Seite.

*red/Fotos: Heggmair*

# STAND F6

## Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Kids und Teens Club
ZAHNÄRZTE AM SCHÖNEN TURM
STARKE KINDERZÄHNE

ZAHNÄRZTE AM SCHÖNEN TURM
KIEFERORTHOPÄDIE

# DAS GANZE SPEKTRUM DER ZAHNHEILKUNDE

## AN EINEM MESSESTAND

DENTAL CARE GmbH
Labor für Zahntechnik und Zahnkosmetik

ZAHNÄRZTE AM SCHÖNEN TURM
PROPHYLAXE

Informieren Sie sich über modernste Zahnmedizin und Zahntechnik.

Unsere Spezialisten-Teams freuen sich auf Ihre individuellen Fragen.

## Unser Fachvortrag
## Sonntag, 09.10.22 um 14:15 Uhr

Ästhetik beginnt im Mund –
Natürlich schöne Zähne mit Veneers

Referent: Zahnarzt Shahir Abawi

www.die-zahnaerzte-erding.de

ZAHNÄRZTE AM SCHÖNEN TURM
ZAHNHEILKUNDE FÜR ERWACHSENE

ZAHNÄRZTE AM SCHÖNEN TURM
IMPLANTAT ÄSTHETIK ZENTRUM ERDING

# Ohren auf!

## Mythos oder Wahrheit: Was wir über unser Gehör wissen sollten

Werden nur alte Leute irgendwann schwerhörig? Hören wir wirklich ausschließlich mit den Ohren? Und verschlimmert das Tragen eines Hörgeräts ein schlechtes Gehör? Es sind eine Menge Halbwahrheiten und Vorurteile rund um das Thema Hören im Umlauf. Was aber stimmt nun, und was gehört in das Reich der Mythen verbannt? Richtig ist zum Beispiel, dass wir mit den Ohren hören - sie erfassen die Klänge. Doch es ist unser Gehirn, das sie verarbeitet und dem Gehörten einen Sinn gibt. Hingegen betrifft Schwerhörigkeit nicht nur Senioren. Auch junge Menschen können aufgrund von Lärmbelastung, Tinnitus, Erkrankungen oder Verletzungen unter einer Hörminderung oder einem Hörverlust leiden. Es stimmt jedoch, dass die Funktion der Haarzellen im Innenohr mit zunehmendem Alter abnimmt. Wie stark sich das bemerkbar macht, ist meist genetisch bedingt.

### Gutes Hören macht jugendlich

Weit verbreitet ist zudem nach wie vor die Annahme, Hörsysteme ließen Menschen älter wirken - dabei ist das Gegenteil der Fall. Wer gut lauschen kann, ist entspannt und wirkt damit jünger als Menschen, die mit angestrengter Miene immer wieder „Wie bitte?“ fragen müssen. Und falsch ist auch die Befürchtung, das Tragen eines Hörgeräts würde den Hörverlust verschlimmern. Vielmehr verhindert so ein System sogar, dass unser Gehirn die Verarbeitung bestimmter Frequenzen verlernt.

### Anzeichen für Hörverlust

Die Leistungsfähigkeit der Ohren lässt meist schleichend nach und wird daher oft erst spät bemerkt. Typische Anzeichen sind etwa Schwierigkeiten, in einer lebhaften Gruppe der Unterhaltung zu folgen. Auch wenn der Lautstärkeregler von TV, Computer oder Musikanlage stetig lauter gedreht werden muss, ist das ein Indiz - dann sollte man zügig handeln.

In Deutschland leidet etwa jeder siebte Erwachsene unter Schwerhörigkeit, in der Altersgruppe ab dem 65. Lebensjahr sogar ungefähr jeder zweite, so der Deutsche Berufsverband der Hals-Nasen-Ohrenärzte.

**Wenn man Schwierigkeiten hat, einer Unterhaltung in geselliger Runde zu folgen, weist das auf Hörverlust hin. Sprechen Sie mit unseren Hör-Experten auf der Gesundheitsmesse.**

*Foto: djd/www.oticon.de*

Seit 35 Jahren
Fahrradhandel G. Mayr

begrüßt Sie zum 4. Mal
auf der Gesundheitsmesse

- Ihr Fahrrad als Gesundheitsförderer
- Ergonomie & Fahrspaß im Einklang
- Helme – Schlösser – Neuheiten 2022
- Neue E-Bike-Kollektion 2022

Wir freuen uns auf
Ihren Besuch

Fahrradhandel G. Mayr ~ Mais 2 ~ 84424 Isen
Tel./Fax: 0 80 83/5 41 24 ~ www.fahrradmayr-isen.de

Hier.

Wir sind immer in Ihrer Nähe und kümmern uns um Sie. Wir sind: Offen fürs Leben.

Bahnhofstr. 6–8, 84163 Marklkofen
Fon 08732 93 99-0
Fax 08732 93 99-516
E-Mail: info-marklkofen@mhplus.de
www.mhplus.de

mhplus Krankenkasse.

# Tipps für einen gesunden Rücken

## Der Mix machts: Bewegung und richtige Ernährung

Volksleiden Rückenschmerzen: Jeder und jede fünfte gesetzlich Versicherte geht mindestens einmal im Jahr deswegen zum Arzt, 27 Prozent davon sogar viermal oder häufiger. Jährlich sind das somit über 38 Millionen Arztbesuche aufgrund von Rückenschmerzen. Das gibt die Techniker Krankenkasse bekannt. Durch ausreichend Bewegung, Entspannung und eine gute Ernährung können Menschen die Rückenmuskulatur stärken und ihre Rückengesundheit insgesamt unterstützen - und sich so den ein oder anderen Gang zu Arzt und Apotheke möglicherweise sparen. Einige einfache Tipps für die Rückengesundheit.

**„Autsch, mein Rücken!“ Wenn die Lendenwirbelsäule schmerzt, sollte man schnellstmöglich gegensteuern. Tipps bekommen Sie bei unseren Ausstellern auf der Gesundheitsmesse.**
*Foto: djd/Lebensmittelverband Deutschland/Getty Images/fizkes*

### Bewegung, bitte!

Zudem bedürfen nicht nur die Muskeln, sondern alle Bestandteile unseres Bewegungsapparats – also auch Knochen, Sehnen, Knorpel und Gelenke - einer guten Versorgung mit allen wichtigen Nährstoffen, um dauerhaft verlässlich und einwandfrei arbeiten zu können. Unter www.nahrungsergaenzungsmittel.org sind Informationen zu den Mikronährstoffen zusammengestellt, die besonders dem Bewegungsapparat zugutekommen. Dazu gehören unter anderem Kalzium, Vitamin D und Magnesium für die normale Muskelfunktion und für gesunde Knochen. Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung bei und ist daher ebenfalls wichtig für die Funktion von Knochen, aber auch Knorpeln. Wichtig ist es auch, jeden Tag mindestens zwei Liter Mineralwasser oder ungesüßte Kräuter- und Früchtetees zu trinken.

### Nährstoffe sind notwendig

Eine gute Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen ist in jedem Alter wichtig. Davon profitiert auch der Rücken. Ernährungswissenschaftlerin Antje Preußker vom Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel im Lebensmittelverband Deutschland erklärt: „Neben den Vitaminen und Mineralstoffen gibt es Stoffe wie Kollagen oder Glucosamin, die Teil des Bewegungsapparats sind und vom Körper selbst gebildet werden, deren Produktion aber im Alter deutlich abnimmt.“ Als Teil einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung können auch Nahrungsergänzungsmittel helfen, die Versorgung mit wichtigen Stoffen sicherzustellen – und so zur Rückengesundheit beitragen.

## Josef Heinzel –

### Selbstständiger Vertriebspartner der

## Bela Aqua GmbH

An diesem Stand dreht sich alles um die Möglichkeit sich zu informieren, wie es um unsere Wässer (Leitungs- und Mineralwässer) so steht.

**Welche Grenzwerte werden geprüft und eingehalten?**
**Wie verhält es sich mit Mikroplastik im Wasser?**
**Sind Chemikalien oder Medikamente im Wasser?**
**Was ist nun besser – Leitungswasser oder Mineralwasser?**

Außerdem haben Sie hier die Chance zu sehen, wie einfach man die Qualität des Wasser selber überprüfen kann.

Desweiteren werden einfache Lösungen vorgestellt, wie man die Trinkwasserqualität so optimieren kann, so dass man sicher sein kann, reinstes, schadstofffreies Wasser aus dem eigenen Wasserhahn zu erhalten.

**Josef Heinzel**

# Hilfe bei Kniebeschwerden

## Gesundheit: Spezielle Orthesen können die Knie entlasten und den Schmerz lindern

Ohne Schmerzen morgens aus dem Bett steigen, die Treppe problemlos rauf und wieder runterlaufen, sich bücken und strecken: Das alles gelingt nur mit voll funktionsfähigen Knien, den größten Gelenken des Körpers. Wie wichtig sie sind, merkt man meist erst dann, wenn sie ihren Dienst nicht mehr einwandfrei verrichten. Weil jeder Knieschmerz anders ist, sollte er individuell behandelt werden. Moderne, leicht anzulegende Knieorthesen können bei zwei Arten von Beschwerden entlasten und den Schmerz lindern.

### 1. Knieorthesen zur Linderung des Pes anserinus-Syndroms

Beim sogenannten Pes anserinus-Syndrom treten die Schmerzen unterhalb des Kniegelenks an der Innenseite des Unterschenkels auf. Die Beschwerden verschlimmern sich beim Treppensteigen, in der Hockstellung, nach dem Laufen oder Springen. Vom Pes anserinus-Syndrom sind oft Frauen betroffen, die eine Beinachsen-Fehlstellung - sogenannte X-Beine - aufweisen. Auch überflüssige Pfunde und Begleiterscheinungen wie eine Gonarthrose können ältere Frauen dafür anfälliger machen. Eine Knieorthese etwa kann den betroffenen Sehnenansatz entlasten und Schmerzen lindern. Um die gereizte Sehne dauerhaft zu entlasten, sind gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen ein zusätzlicher, wichtiger Therapiebaustein.

### 2. Wenn der Bandapparat „erschlafft“: Orthese kann für mehr Stabilität sorgen

Das Kniegelenk ist verschiedensten Belastungen ausgesetzt, die im Laufe der Zeit zu einer Überlastung führen können. Vor allem bei Männern ab 40 treten Knie-Instabilitäten gehäuft auf, aber auch Frauen können darunter leiden. Oft liegt die Ursache in einer früheren Knieverletzung, etwa beim Sport. Die Bänder können nicht mehr ihre Funktion erfüllen, das Gelenk zu stabilisieren. Daher spricht man auch von der „Erschlaffung“ des Bandapparates mit Instabilität und Knieschmerzen. Hier können Orthesen helfen. Auch hier kann die Therapie durch ein Übungsprogramm begleitet werden, vielen Orthesen liegen Anleitungen und Tools für das Training zu Hause bei. Wichtig: Alle Übungen sollten mit dem Arzt abgestimmt werden.

**Beim sogenannten Pes anserinus-Syndrom treten die Schmerzen unterhalb des Kniegelenks an der Innenseite des Unterschenkels auf. Spezielle Orthesen können entlasten und den Schmerz lindern. Unsere Orthopäden vor Ort beraten Sie gerne.**

*Foto: djd/medi*

**Treppenlifte und Dienstleistungen**

Inh. Christian Alex

Schillerstraße 13
85368 Moosburg a. d. Isar
Tel. 01 79/5 32 41 33

E-Mail: christian.alex@ca-treppenlifte-dienstleistungen.de
HP: www.ca-treppenlifte-diensstleistungen.de

# Das war die Messe 2020

## Zum Abschluss noch einige Eindrücke der letzten Gesundheitsmesse im März 2020

# *Spitzenmedizin ganz nah - das Klinikum Landkreis Erding stellt sich vor*

KLINIKUM LANDKREIS ERDING

Das Klinikum Landkreis Erding ist ein fachlich weit ausdifferenziertes kommunales Krankenhaus der gehobenen Grund- und Regelversorgung mit 330 akut-stationären Betten, sowie 12 Tagesklinischen Plätzen an zwei Standorten in Erding und Dorfen. Das Klinikum, seit 2008 Akademisches Lehrkrankenhaus der TU München, bietet ein überdurchschnittliches Leistungsspektrum sowie zahlreiche Beratungs- und Service-Angebote.

So finden sich in unserem Krankenhaus nicht nur die Allgemeinund die Unfallchirurgie, die Gastroenterologie sowie die Gynäkologie und Geburtshilfe, sondern auch Abteilungen, die an einem Krankenhaus der Grund- und Regelversorgung nicht selbstverständlich sind: die Kardiologie mit einem hochmodern ausgestatteten Herzkatheterlabor; die Pneumologie, die interdisziplinär mit der ebenfalls am Haus etablierten Thoraxchirurgie zusammenarbeitet; die Gefäß-, die Wirbelsäulen- und die Plastische und Ästhetische Chirurgie; die Interdisziplinäre Schmerztherapie; die Schlafmedizin; sowie die Hämatologie und Onkologie, sowie die beiden neuen Abteilungen der Urologie und Geriatrie. Daneben verfügt das Haus selbstverständlich über eine Anästhesie sowie eine Radiologie und Nuklearmedizin.

Neben den medizinischen Abteilungen gibt es im Klinikum Landkreis Erding eine Vielzahl weiterer Bereiche, die für unsere Patienten da sind: die moderne Zentrale Notaufnahme und Notfallambulanz; die Zentrale Sterilgut-Versorgungsabteilung; der Klinik-Sozialdienst; das Hygiene-Expertenteam; das Meinungsmanagement im Rahmen unseres weit gefächerten Quaitätsmanagements; und nicht zuletzt das Bildungszentrum für Gesundheitsberufe.

## Erleben Sie bei uns:

- Beratung rund um den Klinik-Aufenthalt
- Gesundheitstests wie z.B. Blutzucker- und Blutdruckmessungen
- Vorführung von Bronchoskopie und Endoskopie am Untersuchungsturm
- Vorführung minimal-invasives Operieren am OP-Turm
- Beratung zur Ausbildung im Gesundheitswesen
- Informationen rund um die Hygiene
- und vieles mehr!

## Wir freuen uns auf Ihren Besuch an unserem Messestand G01

Bajuwarenstraße 5 | 85435 Erding | 08122 59-0 | info@klinikum-erding.de | www.klinikum-erding.de