

Verstärkung im Team seit 16. August

Das gesamte Praxisteam freut sich, dass wir zum 16. August eine neue Mitarbeiterin gewinnen konnten: Sie heißt **Frau Träger, ist Diabetesberaterin DDG und Hebamme und unterstützt uns im Diabetesteam. Bei ihrer Ausbildung und in mehreren Praxiseinsätzen** konnte sie bereits vielfältige Erfahrungen bei der Behandlung von Menschen mit Diabetes sammeln. Wir wünschen Fr. Träger einen guten Start bei uns in der Praxis !

Wegen unserer Quartalsabrechnung schließt unsere Praxis am Donnerstag, 30.09., bereits um 12.00 Uhr.

Ferner ist die Praxis wegen Urlaub geschlossen vom Freitag, 15. Oktober bis Freitag 22. Oktober! Sie erfahren per Ausgang und Anrufbeantworter, welche Praxen uns vertreten.

Corona-Impfung - was gibt es Neues ?

Wie Sie vielleicht den Medien entnommen haben, ist vorgesehen, dass die niedergelassenen Ärzte ab sofort **Corona-Auffrischungsimpfungen** anbieten.

Voraussetzung ist, dass die Zweitimpfung mindestens sechs Monate zurückliegt. Das ist meist der Fall bei Senioren über 80 Jahren, Bewohnern von Pflegeheimen, Menschen mit Immunschwächeerkrankungen oder Immunsuppression und Pflegebedürftigen, die zu Hause leben. Sie wurden zu Beginn der Impfkampagne als erste geimpft, daher liegt bei vielen von ihnen die Zweitimpfung bereits ein halbes Jahr zurück.

Wenn Sie also zu diesem Personenkreis gehören, können Sie ab sofort bei unserem Praxisteam einen Impftermin vereinbaren. Aufgrund der 2 Wochen währenden Lieferzeit des Impfstoffes beginnen wir mit den Auffrischungsimpfungen frühestens am 29. September. Ferner ist weiterhin die Anmeldung für Erst- und Zweitimpfungen möglich. Derzeit verwenden wir ausschließlich den **Biontech**-Impfstoff.

Medikamentenentsorgung: Verbraucherwissen nicht optimal!

Arzneimittelrückstände im Wasser sind ein weltweites Umweltproblem. Oft ist uns Verbrauchern gar nicht bewusst, dass wir selbst die Verursacher dieses Problems sind. Die Stoffe aus Tabletten oder Tropfen stammen nämlich meist aus häuslichen Abwässern und gelangen so in den Wasserkreislauf. Dadurch können sie der Tier- und Pflanzenwelt gefährlich werden: Hormonreste der „Anti-Baby-Pille“ haben nachweislich zur Verweiblichung männlicher Fische geführt. Auch sind bei Fischen Nierenschäden durch das Schmerzmittel Diclofenac ausgelöst worden. Bei verschiedenen Wassertieren wurden Verhaltensauffälligkeiten infolge von Psychopharmaka-Rückständen beobachtet.

Einerseits werden Abbauprodukte der Arzneimittel mit dem Urin ausgeschieden; dies ist leider unvermeidlich. Jedoch werden (flüssige) Arzneimittel, deren Verfallsdatum überschritten ist oder die vom Anwender nicht vertragen wurden, in vielen Haushalten in Deutschland über die Spüle oder die Toilette entsorgt. Das müsste

nicht sein! Eine Umfrage des Instituts für sozial-ökologische Forschung (ISOE) hat ergeben, dass diesbezüglich in der Bevölkerung noch immer Wissenslücken bestehen. Nach Informationen der Arzneimittelkommission der Apotheker können Restbestände von Arzneimitteln seit einigen Jahren im **normalen Hausmüll („Restmüll“)** entsorgt werden, da eine Lagerung von Hausmüll in Mülldeponien nicht mehr zulässig ist. Der gesamte Hausmüll wird in Deutschland mittlerweile in Verbrennungsanlagen entsorgt. Dadurch ist die vollständige Zerstörung der Wirkstoffe gewährleistet. Lösungen oder Tropfen können im Hausmüll in aufsaugende Materialien wie Zellstoff oder Streu geschüttet werden, sollen aber keinesfalls in den Abfluss oder die Toilette geleert werden. Auch abgelaufene Tabletten sollen mit dem normalen Restmüll entsorgt werden. Nur 4 von 5 vom Arzt verordnete Tabletten werden in Deutschland tatsächlich eingenommen - es resultiert also eine gigantische Menge von nicht eingenommenen Tabletten, die letztlich entsorgt werden müssen. Eine Rückgabe abgelaufener oder nicht verwendeter Arzneimittel in der Apotheke ist nicht notwendig. Besondere Vorsicht ist selbstverständlich vonnöten, falls kleine Kinder Zugang zum Mülleimer haben. Wenn Verbraucher sich in Zukunft besser an die Entsorgungsregeln für Medikamente halten, stellt dies für viele Gewässer und Fische, aber auch für das Trinkwasser eine enorme Verringerung der Schadstoffkonzentration dar. Für weitergehende Informationen steht das Institut für sozial-ökologische Forschung Frankfurt zur Verfügung (www.isoe.de).



Diabeteszentrum DDG
Dr. med. Jens Braun
Margot Siebein

Fachärzte für Innere Medizin, Diabetologen DDG
Ernährungsmediziner, Akademische Lehrpraxis der
J.W. Goethe-Universität FFM

Dr. med. Martina Joswig

Angestellte Fachärztin für Innere Medizin

Wilhelmstraße 1

64646 Heppenheim

Telefon 06252-3095, Telefax 06252-910015

www.praxis-braun-siebein.de

Termine nach Vereinbarung

Öffnungszeiten

Mo, Do 8.00-12.00 und 15.00-18.00 Uhr.

Di 8.00-12.00 und 15.00-18.30 Uhr

Mi, Fr 8.00-12.00 Uhr.

Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt (Mahatma Ghandi)