

praxis

Fachinformation für (Zahn-)Medizinische Fachangestellte



**Hitzewallung trifft Wartezimmer:
Wenn Hormone den Alltag plötzlich
umkrepeln**

UMFRAGE

JETZT MITMACHEN!

WELCHES THEMA
INTERESSIERT SIE
BESONDERS?

SIE MÖCHTEN MEHR ZU EINEM BESTIMMTEN THEMA
IM **praxis**-MAGAZIN LESEN? SIE HABEN KONKRETE FRAGEN ODER
WÜRDEN GERNE SELBST ZU WORT KOMMEN UND IM MAGAZIN
ERSCHEINEN?

DANN SCHREIBEN SIE UNS! WIR FREUEN UNS ÜBER EINE E-MAIL AN:
[KOMMUNIKATION@UKAACHEN.DE](mailto:kommunikation@ukaachen.de)

WIR GREIFEN IHRE IDEEN GERNE AUF!

**UNIKLINIK
RWTHAACHEN**



**Hitzewallung
trifft Wartezimmer**



IMPRESSUM

Herausgeber und verantwortlich für den Inhalt: Uniklinik RWTH Aachen, Vorstandsvorsitzender: Univ.-Prof. Dr. med. Joachim Windolf, Stabsstelle Unternehmenskommunikation: Dr. Mathias Brandstädter

Fotos: Uniklinik RWTH Aachen, Adobe Stock, Magnific

Druck: Hausdruckerei Uniklinik RWTH Aachen

Anschrift der Redaktion: Redaktion Uniklinik RWTH Aachen, Pauwelsstraße 30, 52074 Aachen

E-Mail: kommunikation@ukaachen.de

4

Hitzewallung trifft Wartezimmer:

Wenn Hormone den Alltag plötzlich umkrempeln

6

9. Aachener MFA-/ZFA-Tag 2026

Neuer Wochentag. Neue Location. Bewährtes Konzept.

8

Tag der offenen Tür des Robotikzentrums

Einblicke in robotische Chirurgie für 400 Interessierte

10

Fasten

Zwischen Ritual und Reset

12

Gut geschützt unterwegs

Moderne Impfberatung

14

Nichtversicherte Patienten in der Arztpraxis

Was MFA über Kosten und Organisation wissen sollten

16

Ständig KRANK in der KITA?

Die wichtigsten Fragen rund um Kita-Krankheiten

18

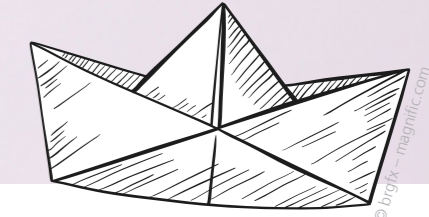
Gesundheitsmagazin *apropos* in neuem Design

Medizinische Themenwelten entdecken

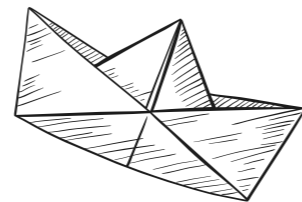
19

Sparpaket für die gesetzliche Krankenversicherung

Was ändert sich?



Hitzewallung trifft Wartezimmer:



Wenn Hormone den Alltag plötzlich umkrempeln

Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen oder Konzentrationsprobleme: Die Wechseljahre betreffen weit mehr als nur den Hormonhaushalt. Für viele Frauen bedeutet diese Lebensphase körperliche und psychische Veränderungen, die den Alltag erheblich beeinflussen können. Gerade im Praxisalltag spielen MFA deshalb eine wichtige Rolle, denn in der Regel sind sie die ersten Ansprechpartnerinnen für betroffene Patientinnen.

Die Wechseljahre beginnen meist zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr. Ursache ist die allmählich nachlassende

Funktion der Eierstöcke. Dadurch sinkt insbesondere die Produktion der Hormone Östrogen und Progesteron. Die letzte spontane Monatsblutung wird als Menopause bezeichnet und tritt in Deutschland durchschnittlich mit etwa 51 Jahren ein. Die hormonelle Umstellung beginnt jedoch häufig bereits mehrere Jahre früher. Fachleute sprechen dann von der sogenannten Perimenopause. „Während der Wechseljahre durchlebt der weibliche Körper ein hormonelles Auf und Ab“, erklärt Dr. med. Nele Freerksen-Kirschner, Oberärztin in der Klinik für Gynäkologie und Geburtsmedizin an der Uniklinik RWTH Aachen. Mit zunehmendem Alter erschöpft sich der Vorrat an Eizellen in den Eierstöcken,

wodurch die Hormonproduktion immer stärker schwankt. Genau diese Veränderungen sind Ursache vieler typischer Beschwerden.

MEHR ALS NUR HITZEWALLUNGEN

Besonders bekannt sind Hitzewallungen und Schweißausbrüche. Rund zwei Drittel aller Frauen erleben diese Symptome zumindest zeitweise. Typisch sind plötzlich auftretende Hitzegefühle mit Gesichtsrötung, Herzklopfen und starkem Schwitzen, häufig auch nachts. Die Folgen reichen von Schlafmangel bis hin zu erheblicher körperlicher Erschöpfung. Doch die Wechseljahre betreffen weit mehr als nur das Temperaturempfinden. Viele Frauen berichten über Konzentrationsprobleme, innere Unruhe, Gelenk- und Muskelschmerzen oder depressive Verstimmungen. Gewichtszunahme, trockene Schleimhäute oder Libidoverlust treten ebenfalls häufig auf. „Die Beschwerden können sich bei jeder Frau ganz unterschiedlich äußern“, betont Dr. Freerksen-Kirschner. Während manche Frauen kaum Einschränkungen erleben, fühlen sich andere über Monate oder Jahre erheblich belastet.

WECHSELJAHRE ALS PRÄVENTIONSTHEMA

Sinkende Östrogenspiegel beeinflussen zahlreiche Organsysteme. Langfristig verändern sich unter anderem Stoffwechsel, Knochenstruktur und Herz-Kreislauf-System. „Mit den hormonellen Veränderungen steigt unter anderem das Risiko für Osteoporose und Herz-Kreislauf-Erkrankungen“, erläutert Dr. Freerksen-Kirschner. Die Wechseljahre gelten deshalb heute nicht nur als gynäkologische, sondern auch als präventivmedizinisch relevante Lebensphase.

WAS MFA BEACHTEN SOLLTEN

Viele Frauen suchen wegen einzelner Beschwerden medizinische Hilfe, ohne selbst einen Zusammenhang mit hormonellen Veränderungen zu vermuten. Schlafproble-

me, Müdigkeit oder Stimmungsschwankungen werden häufig zunächst als Stressfolge interpretiert. Gerade MFA erleben dabei oft den ersten Kontakt mit Patientinnen. Ein sensibler Umgang kann entscheidend sein. Beschwerden sollten ernst genommen und nicht vorschnell bagatellisiert werden. Viele Betroffene berichten, dass sie sich mit ihren Symptomen nicht verstanden fühlen. Hilfreich ist vor allem eine offene und wertschätzende Kommunikation. Ruhige Nachfragen, verständliche Informationen und eine sensible Gesprächsatmosphäre können Hemmschwellen abbauen. Denn viele Frauen empfinden die Wechseljahre noch immer als tabuisiertes Thema. Auch die Sicht auf die Behandlung der Wechseljahre hat sich in den vergangenen Jahren verändert. Lange galt die Hormonersatztherapie als kritisch. Heute wird sie deutlich differenzierter bewertet. Moderne Hormontherapien können Beschwerden wie Hitzewallungen oder Schlafstörungen bei vielen Frauen wirksam lindern. Entscheidend bleibt jedoch immer eine individuelle Risikoabwägung unter Berücksichtigung von Alter, Beschwerden und Vorerkrankungen. Daneben gewinnen nicht medikamentöse Maßnahmen zunehmend an Bedeutung. Regelmäßige Bewegung, Schlafhygiene, Stressreduktion und eine ausgewogene Ernährung können Beschwerden positiv beeinflussen und langfristig Herz, Knochen und Stoffwechsel schützen.

EINE LEBENSPHASE OHNE TABU

Die Wechseljahre sind keine Krankheit, sondern ein natürlicher Lebensabschnitt. Dennoch erleben viele Frauen Scham oder gesellschaftliche Abwertung. Umso wichtiger ist eine offene und respektvolle Kommunikation im medizinischen Alltag. Denn gute Versorgung beginnt bereits dort, wo Frauen erleben, dass ihre Beschwerden ernst genommen werden und dass Wechseljahre weit mehr sind als nur ein paar Hitzewallungen.



Jetzt vormerken!

9. AACHENER MFA-/ZFA-TAG 2026

NEUER WOCHENTAG. NEUE LOCATION. BEWÄHRTES KONZEPT – MIT FRISCHEN IDEEN.

Mittwoch, 25. November 2026

14:30 bis 19:00 Uhr

Kwartier 106

Grüner Weg 106, 52070 Aachen

Der Aachener MFA-/ZFA-Tag geht in die neunte Runde – und 2026 wird einiges anders: Zum ersten Mal findet unsere beliebte Fortbildungsveranstaltung für medizinische und zahnmedizinische Fachangestellte nicht an einem Samstagvormittag, sondern an einem **Mittwochnachmittag** statt. Außerdem begrüßen wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erstmals im **Kwartier 106**, einer der außergewöhnlichsten Event-Locations Aachens.

Nach vielen erfolgreichen Jahren war klar: Es ist Zeit für neue Impulse. Der MFA-/ZFA-Tag hat sich längst als feste Größe in der Region etabliert. Nun möchten wir neue Wege gehen, neue Möglichkeiten schaffen und die Veranstaltung weiterentwickeln. Mit dem neuen Zeitformat am Nachmittag möchten wir den Austausch noch entspannter gestalten und gleichzeitig Raum für moderne Formate schaffen.

Auch die Wahl der neuen Location passt perfekt zu diesem Gedanken. Das Kwartier 106 verbindet urbanen Industriecharme mit einer offenen, modernen Atmosphäre und

bietet damit den idealen Rahmen für einen inspirierenden Fortbildungsnachmittag. Die besondere Architektur, großzügige Räume und das kreative Ambiente machen den Veranstaltungsort zu etwas ganz Besonderem – weit entfernt vom klassischen Tagungscharakter.


Natürlich bleibt dabei das Wichtigste erhalten: Der Aachener MFA-/ZFA-Tag bleibt auch 2026 kostenlos und richtet sich weiterhin gezielt an die Bedürfnisse von (zahn-)medizinischen Fachangestellten im Praxisalltag.

Die Besucherinnen und Besucher dürfen sich erneut auf ein abwechslungsreiches und praxisnahes Programm freuen. Geplant sind vielfältige Workshops, spannende Vorträge und zahlreiche Möglichkeiten zum fachlichen Austausch.

Neben der fachlichen Fortbildung soll auch das persönliche Miteinander nicht zu kurz kommen. Der MFA-/ZFA-Tag lebt seit Jahren von seiner besonderen Atmosphäre, den Begegnungen und dem Austausch unter Kolleginnen und Kollegen aus der gesamten Region. Genau das möchten wir mit dem neuen Konzept weiter stärken.



**Mittwoch,
25. November 2026**
14:30 bis 19:00 Uhr

 Kwartier 106
Grüner Weg 106,
52070 Aachen

Weitere Informationen zum Programm folgen in Kürze unter:
www.mfa-tag.ukaachen.de





Tag der offenen Tür des Robotikzentrums lockte 400 Interessierte an

Am 18. April 2026 öffnete das Euregionale Zentrum für Robotische Chirurgie, kurz EuRoSA, seine Türen für die Öffentlichkeit. Unter dem Motto „Robotische Chirurgie und moderne Endoskopie – Medizin der Zukunft zum Anfassen“ erhielten die circa 400 Besucherinnen und Besucher Einblicke in die moderne Medizin.

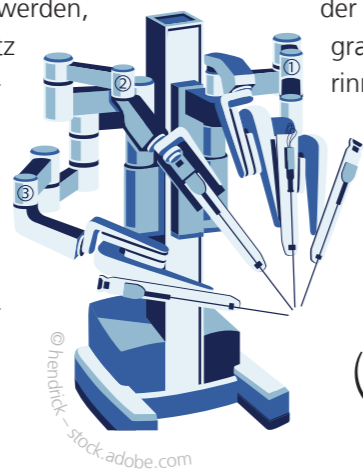
Von jung bis alt, medizinische Laien bis hin zu Expertinnen und Experten – alle Interessierten hatten die Möglichkeit, sich umfassend über die robotische Chirurgie zu informieren. OP-Roboter konnten selbst ausprobiert werden, ergänzt durch Informationen zu ihrem Einsatz in der medizinischen Praxis. Begleitende Vorträge zur robotischen Chirurgie und modernen Endoskopie schenkten einen Ausblick auf die Medizin von morgen.

Darüber hinaus erwartete die Besucherinnen und Besucher ein Angebot an Vorsorgeuntersuchungen und Check-ups, unter anderem für Leber, Schilddrüse, im Bereich Hals-Nasen-Ohren sowie der Urologie. Mit

machstationen und begehbare Organmodelle luden dazu ein, medizinische Zusammenhänge auf eine neue Weise zu entdecken und besser zu verstehen.

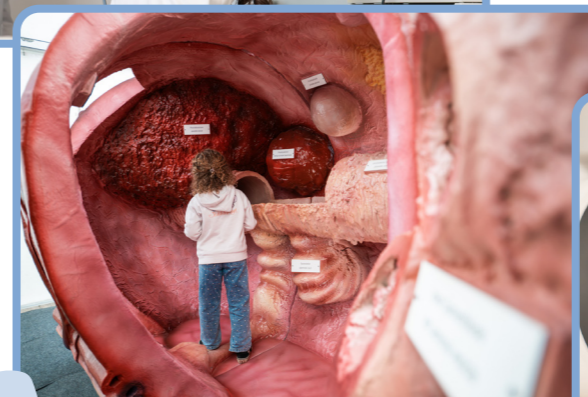
Ein besonderes Highlight für die jüngsten Gäste war das Teddybärenkrankenhaus der Fachschaft Medizin: Hier wurden Kuscheltiere fachgerecht untersucht und behandelt.

Beratungsangebote der AOK sowie die Beiträge der Selbsthilfegruppen ILCO Region Aachen–Düren–Heinsberg, der Prostatakrebs-Selbsthilfe Aachen und der Gesundheitskiosk der StädteRegion Aachen ergänzten das Programm. Gemeinsam mit vielen weiteren Akteurinnen und Akteuren ermöglichten sie einen Tag voller Einblicke, Information und Austausch rund um die robotische Chirurgie.



©hendrick - stock.adobe.com

Weitere Informationen
zum Zentrum finden Sie
unter:
www.ukaachen.de/eurosa



Impressionen vom Tag der offenen Tür im Video





Zwischen Ritual und Reset

FASTEN

Fasten gilt als beliebter Neustart für Körper und Geist. Von religiösen bis zu gesundheitlichen Beweggründen verspricht der bewusste Verzicht auf Nahrung neue Energie und Linderung für entzündliche Krankheiten. praxis zeigt, was wissenschaftlich belegt ist und wo Mythen liegen.

Aschermittwoch, Ramadan oder der Wunsch nach einem Neustart: Für einen bestimmten Zeitraum verzichten viele Menschen beim Fasten auf Nahrung oder bestimmte Lebensmittel. Dieses einfache Prinzip findet sich in verschiedenen Formen der Umsetzung wieder, wie etwa dem Intervallfasten oder dem Heilfasten nach Otto Buchinger. Aufgrund der einfachen Umsetzung im Alltag ist vor allem das Intervallfasten besonders weit verbreitet. Dabei wechseln sich Essens- und Fastenzeiten innerhalb eines Tages oder einer Woche ab. Beim Heilfasten wird hingegen für ein bis zwei Wochen komplett auf feste Nahrung verzichtet; erlaubt sind Wasser, ungesüßte Tees oder Gemüsebrühe.

MYTHOS DETOX

Im Zusammenhang mit Fasten liest man häufig von Entschlackung. Vor allem auf Social-Media sprechen Influencerinnen und Influencer von Giftstoffen, die sie mittels Fasten aus ihrem Organismus ausleiten würden. Diese sogenannten „Schlacken“ sind allerdings nur ein Mythos: „Der Körper verfügt mit Leber, Nieren und Darm bereits über effektive Entgiftungssysteme. Was beim Fasten tatsächlich angeregt wird, sind die Zellreinigungsprozesse, wodurch sich diese natürliche Reinigung beschleunigt“, erklärt Univ.-Prof. Dr. med. Thorsten Cramer, Leiter des Lehr- und Forschungsgebietes Molekulare Tumorbologie an der Klinik für Allgemein-, Viszeral-, Kinder-

und Transplantationschirurgie an der Uniklinik RWTH Aachen. „Von Detox hört man aktuell vor allem in Zusammenhang mit Saftkuren, welche im Grunde genommen nur eine weitere Form des Fastens sind.“

FORSCHUNG

Die Fastenforschung gibt Hinweise darauf, dass Fasten entzündliche Krankheiten beeinflussen kann. So entstand das Heilfasten nach Buchinger aus der Motivation heraus, das Rheuma des Namensgebers zu lindern. Einzelne Studien deuten auf reduzierte Entzündungsmarker bei entzündlichen Krankheiten hin und auch in der Krebsforschung gibt es Hinweise darauf, dass etwa Fatigue-Symptome nach Chemotherapien durch Fasten vermindert sind. „Forschungsergebnisse zeigen ein verringertes Tumorstadium während des Fastens. Viele dieser Erkenntnisse stammen jedoch noch aus Tiermodellen können noch nicht vollständig auf den Menschen übertragen werden“, so Prof. Cramer. Auch Menschen mit Erkrankungen des Stoffwechsels (zum Beispiel Zuckerkrankheit, Fettlebererkrankung) und mit Bluthochdruck können unter Umständen von regelmäßigen Fastenperioden profitieren. Patientinnen und Patienten mit diesen Krankheiten sollten allerdings ausschließlich unter ärztlicher Anleitung fasten, denn hier muss im Verlauf möglicherweise die Dosis der eingenommenen Medikamente angepasst werden. Am Ende ist Fasten weder ein Wundermittel beim Abnehmen noch ein gefährlicher Trend. Sofern Motivation und Rahmen stimmen, kann es ein bewusster Impuls sein, Routinen zu hinterfragen und bei entzündlichen und metabolischen Krankheiten helfen. Fasten Sie in jedem Fall nur so, wie Sie sich damit körperlich und mental wohlfühlen.

TIPPS RUND UM DAS FASTEN

- Fasten ist keine Crash-Diät, Gewichtsschwankungen sind normal
- Langsam ins Fasten einsteigen und ebenso langsam wieder beenden
- Zu Beginn können Schwindel und Kopfschmerzen auftreten, die sich durch salzhaltige Getränke (idealerweise Gemüsebrühe) bessern lassen
- Bei körperlicher Schwäche oder starken Stimmungsschwankungen abbrechen
- Nicht ohne ärztliche Begleitung bei Diabetes, Essstörungen und chronischen Erkrankungen
- Bei Schwangerschaft oder Untergewicht nicht fasten



Univ.-Prof. Dr. med.
Thorsten Cramer

PROF. CRAMER EMPFIEHLT ALLEN, DIE MEHR ZUM THEMA WISSEN MÖCHTEN, FOLGENDE BÜCHER:

- Lütznert, Hellmut: *Wie neugeboren durch Fasten*. München: Graefe und Unzer Verlag, Jahr. ISBN 9783833873560
↳ Ein sehr guter und kompakter Ratgeber zum Einstieg
- Jason Fung und Jimmy Moore: *Fasten – Das große Handbuch: Heilen Sie Ihren Körper mit kurzem, langem und intermittierendem Fasten*. Riva, 2017. ISBN 978-3742303578
↳ Ein ausführlicheres Buch mit vielen Informationen zur Wirksamkeit des Fastens bei chronischen Krankheiten

Gut geschützt unterwegs: Moderne Impfberatung

Für viele MFA ist es das tägliche Brot: Orientiert an den Empfehlungen der Ständigen Impfkommission (STIKO) führen sie in Hausarztpraxen Standard-Impfungen sowie Auffrischungen durch. Die genauen Empfehlungen variieren dabei je nach Alter und allgemeinem Gesundheitszustand der Patientin oder des Patienten. Prinzipiell gilt jedoch: Alle von der STIKO empfohlenen Standard-Impfungen werden im dazugehörigen zeitlichen Rahmen (bspw. Tetanus alle zehn Jahre) von gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Doch wie sieht es mit zusätzlichen Leistungen aus?

Eine persönliche Impfberatung wird nicht in allen Hausarztpraxen angeboten. Insbesondere vor einer anstehenden Reise sollten sich Betroffene also frühzeitig informieren, welche umliegenden Praxen konsultiert werden können. Denn für den Aufenthalt in bestimmten Ländern gelten jeweils spezifische Impfempfehlungen. Diese sollten bestenfalls mehrere Monate und spätestens sechs Wochen vor Reiseantritt mit einem Mediziner oder einer Medizinerin abgeklärt werden. Was viele nicht wissen: Die Reiseberatung ist Teil eines eigenen medizinischen Fachgebiets, oft Reisemedizin oder Tropenmedizin genannt. Die Uniklinik Düsseldorf führt sogar eine eigene Tropenmedizinische Ambulanz.

ERSTATTUNG UNTERSCHIEDLICH GEREGLT

Gesetzlich sind Krankenkassen nicht verpflichtet, spezifische Reiseimpfungen als Leistung anzubieten. Von der STIKO empfohlene Schutzmaßnahmen sind jedoch bei

vielen Kassen inbegriffen, beispielsweise Impfungen gegen Gelbfieber, Hepatitis oder Typhus. Dies variiert jedoch stark nach Reiseziel und Kasse. Weltenbummler sollten sich also vorab bei ihrem Kundenbetreuer erkundigen, welche Leistungen übernommen werden und welche selbst getragen werden müssen.

INDIVIDUELLE BERATUNG ALS BESTER SCHUTZ

Auch in der Campus Praxis, einem medizinischen Versorgungszentrum der Uniklinik RWTH Aachen, führen Dr. med. Ivo G. Grebe und seine Kolleginnen Impfberatungen durch. „Es gibt hier einiges zu beachten“, betont Dr. Grebe. „Bei bevorstehenden Reisen schauen wir uns neben der Reiseroute und der jeweiligen medizinischen Versorgung vor Ort auch bestehende Vorerkrankungen und individuelle Risiken der Patientin oder des Patienten an. Auf Basis dessen können wir dann die nötigen Impfungen planen und durchführen. Aber auch ohne Reisepläne ist eine Impfberatung bei vielen Patientinnen und Patienten sinnvoll, beispielsweise, wenn eine chronische Erkrankung vorliegt oder in der Schwangerschaft“. Als Fazit bedeutet das: An die eigene Gesundheit denken, Impfstatus prüfen, Impfungen auffrischen und vor dem Urlaub umfassend informieren – damit sind Sie auf der sicheren Seite.



DIE ZUKUNFT DES IMPFPASSES

Nicht wegzudenken beim Thema Impfung: Der kleine gelbe Impfpass aus Papier, in dem Ärztinnen und Ärzte alle durchgeführten Impfungen eintragen. Bei einem Verlust des Dokuments wird es oft schwierig, nachzuvollziehen, welche Impfungen der Patient oder die Patientin bereits bekommen hat. Alternativ werden heutzutage elektronische Varianten angeboten. Durch Apps wie ImpfPassDE oder CovPass können Impfungen eingetragen und verwaltet werden. Der Vorteil: Die eigenen Impfdaten sind von jedem Gerät jederzeit abrufbar und viele Apps erinnern die Nutzenden sogar, wann die nächste Impfung oder Auffrischung ansteht. Zukünftig soll dieser Service auch Teil der elektronischen Patientenakte (ePA) sein.



Nichtversicherte Patienten in der Arztpraxis

Was MFA über Kosten und Organisation wissen sollten

Patientinnen und Patienten ohne Krankenversicherung gehören auch in Deutschland zum Praxisalltag. Für medizinische Fachangestellte stellt sich dabei oft die Frage: Wer übernimmt die Kosten und wie geht man organisatorisch richtig vor? praxis hat Antworten.

Wichtig ist zunächst: Nicht jede Patientin oder Patient ohne elektronische Gesundheitskarte ist tatsächlich komplett unversichert.

Häufig liegen andere Gründe vor, etwa:

- Versicherungskarte vergessen
- ruhender Versicherungsschutz wegen Beitragsrückständen
- Asylbewerber mit Behandlungsschein
- EU-Bürger mit Europäischer Krankenversicherungskarte (EHIC)
- ungeklärter Versicherungsstatus

Deshalb sollte der Versicherungsstatus immer zuerst geprüft werden, zum Beispiel durch Nachfrage bei der Krankenkasse oder über eine Ersatzbescheinigung.

BEHANDLUNGSPFLICHT BEI NOTFÄLLEN

Wie Arztpraxen mit akuten Notfällen umgehen müssen, haben wir bereits ausführlich in Ausgabe 01/2026 erklärt.

Auch bei nichtversicherten Patienten gilt: Die medizinische Versorgung akuter Notfälle steht immer im Vordergrund.

WER ÜBERNIMMT DIE KOSTEN? KRANKENKASSE ODER SOZIALAMT?

Oft lässt sich ein Versicherungsschutz nachträglich klären. In manchen Fällen übernimmt auch das Sozialamt die Kosten, etwa bei Asylbewerbern oder Menschen in besonderen sozialen Notlagen. Dafür wird häufig ein Behandlungsschein benötigt.

Für MFA gilt: Liegt kein akuter Notfall vor, sollte möglichst vor der Behandlung geklärt werden, wer Kostenträger ist.

SELBSTZAHLER OHNE VERSICHERUNG

Besteht tatsächlich kein Versicherungsschutz, gilt der Patient als Selbstzahler. Die Praxis kann dann nach GOÄ privat abrechnen oder – sofern es sich nicht um einen akuten Notfall handelt – im Einzelfall entscheiden, ob eine Behandlung durchgeführt wird.

Folgendes sollten MFA beachten:

- möglichst vorab über Kosten informieren
- schriftliche Vereinbarungen treffen
- realistische Zahlungsfähigkeit berücksichtigen

Denn gerade bei sozial schwachen Patientinnen oder Patienten bleibt die Rechnung nicht selten offen.

REGIONALE HILFSANGEBOTE KENNEN

Viele nichtversicherte Patientinnen oder Patienten vermeiden Arztbesuche aus Angst vor hohen Kosten. MFA können daher wichtige Ansprechpartner sein und auf regionale Unterstützungsangebote hinweisen.

In Aachen und der StädteRegion gibt es unter anderem folgende Anlaufstellen:

- **MediNetz Aachen e.V.** (www.medinetzaachen.de) Vermittelt medizinische Versorgung für Menschen ohne Krankenversicherung und unterstützt bei der Rückkehr in die Regelversorgung.
- **Café Zuflucht Aachen** (www.cafe-zuflucht.de) Kooperationspartner des MediNetz Aachen mit offener Sprechstunde für Betroffene.
- **Malteser Medizin für Menschen ohne Krankenversicherung Düren** (www.malteser.de/menschen-ohne-krankenversicherung.html) Bietet Erstuntersuchungen und Notfallversorgung für Menschen ohne Krankenversicherung an.

Diese Angebote helfen Betroffenen häufig anonym und niedrigschwellig weiter.

AUF EINEN BLICK

Nichtversicherte Patienten bringen organisatorische und menschliche Herausforderungen mit sich. Mit einem strukturierten Vorgehen lassen sich auch schwierige Situationen professionell bewältigen.

Für MFA sind hierbei vor allem drei Punkte wichtig:

- **Versicherungsstatus** immer zuerst prüfen
- **Kostenübernahme** möglichst früh klären
- Respektvoll und sachlich **kommunizieren**

TAG DER OFFENEN TÜR in der interdisziplinären Endoskopie

Der interdisziplinäre Funktionsbereich der Endoskopie an der Uniklinik RWTH Aachen lädt am 24. Juni um 15:00 Uhr zum Tag der offenen Tür ein. In zehn Räumen stehen Ihnen verschiedene Modelle, neueste Endoskope und Instrumente zum Ausprobieren zur Verfügung. Parallel dazu finden im Aufwachraum Vorträge zu innovativen endoskopischen und sonographischen Techniken statt.

Die Veranstaltung wird über die Ärztekammer zertifiziert (4 CME-Punkte avisiert). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kommen Sie gerne vorbei, Begleitpersonen sind ebenfalls herzlich eingeladen.



Uniklinik RWTH Aachen
Pauwelsstraße 30
52074 Aachen
Etage 3, Flur 27

Mittwoch, 24.06.2026
15:00 bis 19:00 Uhr
Workshops, Vorträge, Getränke und Imbiss



Ständig KRANK in der KITA?

Kaum startet die Kita, beginnt bei vielen Familien ein neuer Alltag. In der Wahrnehmung mancher Eltern bringt das Kind ständig neue Infekte mit Schnupfen, Husten oder Fieber aus der Kita nach Hause. praxis beantwortet die wichtigsten Fragen rund um Kita-Krankheiten.

WIE GEHE ICH MIT LAUFENDER NASE ODER HUSTEN UM?

Kleine Kinder haben häufig eine Schniefnase. Ein einfacher Schnupfen oder leichter Husten ist meist harmlos. Entscheidend ist der Allgemeinzustand: Ist das Kind munter, spielt und isst normal, kann es in der Regel in die Kita gehen.

WIE VIELE INFEKTE SIND „NORMAL“?

Im Kita-Alter gelten acht bis zwölf Infekte pro Jahr als üblich. Das Immunsystem befindet sich im Training und lernt, Erreger gezielt zu bekämpfen. In Gemeinschaftseinrichtungen treffen viele noch „unerfahrene“ Immunsysteme aufeinander und Viren haben leichtes Spiel. Alarmzeichen sind ungewöhnlich schwere oder sehr langwierige Verläufe, wiederholte Lungenentzündungen, mangelnde Gewichts-

zunahme oder Infektionen mit seltenen Erregern. In diesen Fällen sollte eine weiterführende ärztliche Abklärung erfolgen.

DARF DIE KITA MEDIKAMENTE VERABREICHEN?

Grundsätzlich liegt die Medikamentengabe in der Verantwortung der Eltern. Eine Kita kann nur unterstützen, wenn eine ärztliche Verordnung vorliegt und die Eltern schriftlich zustimmen. Dabei müssen Medikament, Dosierung, Indikation und Zeitpunkt der Gabe klar festgehalten sein. Das ist besonders wichtig bei chronischen Erkrankungen wie Asthma, Diabetes oder Epilepsie.

WIE LANGE DARF HUSTEN DAUERN?

Husten kann nach einem Infekt noch zwei bis drei Wochen anhalten. Treten Atemgeräusche, Luftnot oder nächtliche Hustenanfälle auf, sollte kinderärztlich abgeklärt werden, ob eine obstruktive Atemwegserkrankung, etwa eine obstruktive Bronchitis, vorliegt.

WANN DARF MEIN KIND ZURÜCK IN DIE KITA?

Entscheidend ist der Allgemeinzustand des Kindes. Es sollte

mindestens 24 Stunden fieberfrei sein und sich wieder fit fühlen. Nach Magen-Darm-Infekten gilt: mindestens 48 Stunden ohne Erbrechen oder Durchfall. Bei bestimmten Erkrankungen bestehen besondere Vorgaben; zudem haben viele Kitas eigene Regelungen.

AB WANN IST FIEBER GEFÄHRLICH?

Fieber ist zunächst eine sinnvolle Abwehrreaktion des Körpers. Wirkt das Kind apathisch, trinkt schlecht oder hat Atemnot, sollte ärztlicher Rat eingeholt werden. Säuglinge unter drei Monaten sollten bei Fieber grundsätzlich kinderärztlich untersucht werden. Auch bei Kindern unter einem Jahr ist bei anhaltendem Fieber eine ärztliche Einschätzung sinnvoll, insbesondere wenn sich der Allgemeinzustand verschlechtert.

BRAUCHT MEIN KIND ANTIBIOTIKA?

Die meisten Infekte bei Kita-Kindern, etwa Erkältungen, Hand-Fuß-Mund-Erkrankung oder viele Magen-Darm-Infekte, werden durch Viren verursacht. Gegen Viren helfen keine Antibiotika. Diese sind nur bei bakteriellen Infektionen sinnvoll, zum Beispiel bei bestimmten Mittelohr- oder

Lungenentzündungen. Eine ärztliche Untersuchung schafft Klarheit und verhindert unnötige Medikamentengaben.

HOW TO: STARKES IMMUNSYSTEM

Eine ausgewogene Ernährung mit viel Obst, Gemüse und ausreichend Nährstoffen unterstützt die Abwehrkräfte deutlich. Tägliche Bewegung an der frischen Luft fördert die Durchblutung der Schleimhäute und stärkt das Immunsystem nachhaltig. Auch ausreichender Schlaf ist entscheidend, weil der Körper dabei wichtige Immunstoffe bildet. Jedes Kind sollte gemäß den Empfehlungen vollständig geimpft werden, um es wirksam vor schweren Infektionskrankheiten zu schützen.

Richtig oder falsch? Kita-Mythen im Faktencheck





Gesundheitsmagazin *apropos* in neuem Design

Mit der aktuellen Ausgabe zeigt sich das Gesundheitsmagazin *apropos* in einem frischen, modernen und noch lesefreundlicheren Look. Das neue Design soll medizinische Inhalte nicht nur verständlicher erklären, sondern sie auch visuell aufbereiten und näher an den Bedürfnissen der Leserinnen und Leser ausrichten. Dafür setzt das neue Layout auf starke Bildwelten und eine offene Gestaltung, die dazu einlädt, die Themenwelten der Medizin aus neuen visuellen Perspektiven zu entdecken. Trotz der überarbeiteten Aufmachung bleibt das Magazin seinem

Anspruch treu, Inhalte aus Klinik, Forschung und Alltag laienverständlich abzubilden. In der ersten Ausgabe des Jahres 2026 widmen wir uns unter anderem dem Thema Longevity und zeigen, welche Rolle moderne Forschung, medizinischer Fortschritt und der eigene Lebensstil dabei spielen. Zudem erwarten Sie viele weitere Themen rund um Schlaf, Migräne, Prävention, Kita-Krankheiten, Brandverletzungen im Haushalt und vieles mehr.



JETZT REINLESEN
UND ABONNIEREN



Sparpaket für die gesetzliche Krankenversicherung

Was ändert sich?

Gemeinsam mit dem Bundeskabinett hat Gesundheitsministerin Nina Warken (CDU) am 29. April 2026 ein Sparpaket zur Stabilisierung der gesetzlichen Krankenkassen auf den Weg gebracht. Der Gesetzesentwurf soll 16,3 Milliarden Euro einsparen, um die Finanzierungslücke von 15,3 Milliarden Euro zu schließen, die in den kommenden Jahren voraussichtlich größer wird. *praxis* zeigt, was sich konkret ändert.

Die vorgesehenen Maßnahmen betreffen überwiegend gesetzlich Versicherte. So ist eine Neuregelung der Mitversicherung von Ehepartnern und eine höhere Beitragsbemessungsgrenze vorgesehen. Darüber hinaus fallen Zuzahlungen bei rezeptpflichtigen Medikamenten in Zukunft höher aus. Konkrete Einschnitte gibt es auch im Leistungskatalog der Krankenkassen. Bestimmte Leistungen sollen künftig nicht mehr Teil des regulären Angebots sein, wie das Hautkrebs-Screening und Homöopathie. Über Zusatzleistungen haben Krankenkassen jedoch weiterhin die Möglichkeit, solche Leistungen anzubieten.

Für bestimmte operative Eingriffe gilt nach der Reform eine verpflichtende Zweitmeinung. Konkret geht es dabei um planbare Eingriffe, bei denen nach Einschätzung des Ge-

setzgebers die Gefahr einer Indikationsausweitung besteht; so sollen unnötige Operationen vermieden werden. Welche und wie viele Behandlungen unter die Regelung fallen, legt der Gemeinsame Bundesausschuss in den kommenden Jahren fest, wobei die Zahl der benannten Eingriffe kontinuierlich steigen soll. Zudem bestimmt der Bundesausschuss, wer unter welchen Voraussetzungen eine Zweitmeinung abgeben darf.

Im ambulanten Bereich und damit vor allem in Arztpraxen werden Leistungsvergütungen nach dem Gesetzesentwurf gedeckelt. Dies betrifft auch bislang extrabudgetäre Leistungen. Vergütungen für kurzfristig vermittelte Termine über die Terminservicestelle 116117, Zuschläge nach dem Terminservice- und Versorgungsgesetz (TSVG), psychotherapeutische Kurzzeittherapien, Organspendeberatung sowie die Verwaltung der elektronischen Patientenakte entfallen.



Das Gesetz durchläuft nun das parlamentarische Verfahren, Änderungen im weiteren Verfahren sind möglich. (Stand 30.04.2026)

**jetzt
anmelden!**

9. Aachener
MFA-/ZFA-Tag

**Mittwoch
25. November 2026**

14:30 bis 19:00 Uhr

ZEIT FÜR VERÄNDERUNG



**Neue Location:
Kwartier 106**

Grüner Weg 106
52070 Aachen



Informationen auf: www.mfa-zfa-aachen.de