www.citymed.ch

Kanton BS/BL 08/09

citymed

Der Gesundheitsfinder | Beider Basel

Informieren Sie sich ausführlich über Ärzte, Kliniken, Therapeuten und weitere Dienstleister aus dem Gesundheitswesen.

Gratisexemplar

mit freundlicher Empfehlung von Ihrem Dienstleister im Gesundheitswesen

Ozon schadet der Gesundheit.
Handeln Sie jetzt – fahren Sie mit Erdgas!

erdgas
fahren

www.iwb.ch
www.anti-ozon.ch

Willkommen

bei der Lektüre unseres neuen citymed® Gesundheitsfinders!
Wir freuen uns, Ihnen diese wertvolle Orientierungshilfe anbieten zu können. Das breit gefächerte medizinische Angebot Ihrer Region wird Ihnen hier informativ und übersichtlich präsentiert.
Der citymed® Gesundheitsfinder wurde von uns entwickelt für Patienten, Angehörige und alle, die nicht nur eine Adressenliste, sondern auch Neues und Wissenswertes über die jeweiligen Fachgebiete erfahren wollen.

Gesucht – gefunden! Unser Farbleitsystem führt Sie, angefangen beim Inhaltsverzeichnis, ganz schnell zu der gewünschten Branche.

Auch im Internet können Sie unser Gesundheitsportal besuchen:
www.citymed.ch

Möchten Sie gerne in der nächsten Ausgabe des citymed® Gesundheitsfinders berücksichtigt werden? Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf. Wir informieren Sie gerne.
Auch Ihre Anregungen und Informationen über die neuesten Entwicklungen auf dem Gesundheitsmarkt begrüssen wir jederzeit.

Unser Dank gilt allen hier vorgestellten Unternehmen und Institutionen. Ihr Vertrauen in unser Projekt und ihre Unterstützung haben den citymed® Gesundheitsfinder zu einem populären Nachschlagewerk gemacht.

Allen Lesern wünschen wir beste Gesundheit – find' di gsund!

Ihr

Patrick Magewski, Herausgeber citymed® Gesundheitsfinder

Impressum

Aktuelle Verteilerstellen finden Sie unter
www.citymed.ch

Möchten Sie selber Exemplare auslegen?
Bitte kontaktieren Sie uns!

citymed® Verlag Magewski

Konstanzerstrasse 17
Postfach 143
8274 Tägerwilen

Tel. 071 666 80 90
Fax 071 666 80 91

info@citymed.ch
www.citymed.ch

Copyright © 2007 citymed® Verlag Magewski
Der citymed® Gesundheitsfinder erscheint jährlich neu und ist kostenlos an ausgewählten Stellen in der Region erhältlich. Titel, Umschlagseite, Art und Gestaltung des Inhaltes, sowie die vom Verlag erstellten Inserate und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck, auch auszugsweise, ist nicht gestattet. Der citymed® Gesundheitsfinder ist nicht amtlich und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Der citymed® Verlag Magewski unternimmt alle zumutbaren Schritte, um die Zuverlässigkeit der präsentierten Informationen zu gewährleisten, macht jedoch keinerlei Zusagen über die Korrektheit, Zuverlässigkeit oder Vollständigkeit der enthaltenen Informationen und Ansichten. Für die Richtigkeit dieser Informationen und Ansichten übernimmt der Verlag keine Gewähr, weder ausdrücklich noch impliziert. In keinem Fall, Fahrlässigkeit uneingeschränkt eingeschlossen, haftet der citymed® Verlag Magewski für Verluste oder (Folge-) Schäden jeglicher Art. Der Verlag übernimmt keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos, Rücksendung nur mit frankiertem Rückumschlag.

INHALT

Medizinische Dienstleister

Kliniken / Ärzte
nach Fachgebieten

Augenkrankheiten	6
Orthopädie	8
Sportmedizin	11
Rheumaerkrankungen	12
Interventionelle Schmerztherapie	14
Komplementärmedizin/TCM	16
Bildungseinrichtungen	17
Geriatrie	18
Plastische Chirurgie	20
Anthroposophische Medizin	22
Psychiatrische Kliniken	24
Öffentliche Kliniken	28
Patienten-Transporte	37

Gesundheitswesen

Spitex	60
Alter & Pflege	62
Behinderten-Organisationen	64
Rehabilitation	68
Patienten-Organisationen	72
Prävention und Gesundheitsförderung	78

Bewegungsapparat

Fitness	96
Orthopädie-Schuhtechnik	98
Orthopädie-Technik	100
Podologie	102
Physiotherapie	104

Zahnmedizin

Zahnärzte SSO	38
Zahnpflege	56
Parodontologie	58
Rekonstruktive Zahnmedizin	59

Beratender Handel

Apotheken	89
Ergonomie	92
Anthroposophische Produkte	93
Hörberatungen	94

Therapien

Aus- und Weiterbildungen	114
Therapien	115

citymed

Der Gesundheitsfinder

www.citymed.ch

Besuchen Sie unser Gesundheitsportal im Internet: **www.citymed.ch**

Sie finden ...

> über 30.000 Adressen aus den Regionen Basel, Bern, Mittelland, Ostschweiz, Zentralschweiz und Zürich

...find' di gsund!

Themen im Internet

Allergien
Allergiekarriere · Allergieprävention · Allergietests · Hausstaubmilben · Insektenallergie · Kreuzreaktionen · Nahrungsmittelallergie · Neurodermitis · Pollenallergie

Alles für die Frau
Brustkrebs · Harninkontinenz · Reizblase · Rund um die Schwangerschaft

Bewegungsapparat
Chiropraktik · Ergotherapie · Orthopädie · Osteopathie · Physiotherapie · Rheuma · Schleudertrauma

Dermatologie
Cellulite · Geschlechtskrankheiten · Lippenherpes · Neurodermitis · Pickel · Rosacea · Schuppenflechte

Haare
Behandlung · Das Haar · Die Pflege · Haartransplantation · Haarverlust · Zu viele Haare

Herz und Kreislauf
Bluthochdruck · Cholesterin · Herz-Kreislauferkrankungen · Herz-Kreislaufstillstand · Herzinfarkt · Hirnschlag

Lunge und Rauchen
Asthma · Atmung · Chronische Bronchitis · COPD · Cystische Fibrose · Endlich ohne Rauch · Lungenkrebs · Lungenmedizin · Rauchfrei Essen · Schlafapnoe · Tabakprävention · Tuberkulose

Magen und Darm
Durchfall · Hämorrhoiden · Prostata · Sodbrennen · Verstopfung

Nerven und Psyche
ADHS · Angst und Panik · Dystonie · Logopädie · Neurologie · NLP · Psychiatrie und Psychotherapie · Psychomotorik

Ohren
Das Gehör · Hörprobleme · Hörtest · Pro Audito · Tinnitus · Ursache Lärm

Prävention
Alkohol · Brustkrebs · Herz-Kreislauferkrankungen · Herzinfarkt · Hirnschlag · Krebs-Früherkennung · Rheuma · Aids · Tabakprävention

Rheuma
Medikamente · Morbus Bechterew · Rheuma · Rückenschmerzen · Schmerzen

Schlaf
Der Schlaf · Die Schlaflosigkeit · Der Schlaftest

Sonne und Insekten
Insektenschutz · Sonnenschutz · Zeckenstiche

Venen und Gefässe
Krampfadern · Thrombose

Zahnmedizin
Ganzheitliche Zahnmedizin · Prothetik · Parodontologie · Zahnpflege

Medizin mit Durchblick: die Augenheilkunde

Die Augenheilkunde (Ophthalmologie) gehört zu den ältesten Fachgebieten der Medizin. Vor über 3600 Jahren fanden sich bereits im altbabylonischen «Codex Hammurabi» Richtlinien für Augenoperationen.

Grosses Behandlungsspektrum

Heute beschäftigen sich Augenmediziner mit einer Vielzahl von Erkrankungen an einem der wichtigsten menschlichen Sinnesorgane, denn über 40 Prozent der Bahnen des zentralen Nervensystems sind für das Auge tätig. Die Behandlungen erstrecken sich von der Heilung diverser Verletzungen, Entzündungen oder gar Fehlbildungen z. B. an Augenlid, Bindehaut, Glaskörper, Horn- und Lederhaut bis hin zur Früherkennung und Therapie von Bewegungsstörungen des Auges wie dem Schielen, das zusätzlich den Orthoptisten auf den Plan ruft. Und nicht zu vergessen der Augenoptiker, der Fehlsichtigkeit mit der Anpassung geeigneter Sehhilfen korrigiert.

Weit verbreitet: Linsen- und Netzhauterkrankungen

Manche Beschwerden können bereits mit guten Augentropfen oder einer ausgleichenden Vitaminversorgung angegangen werden. Komplexer wird es bei bislang weit verbreiteten Erkrankungen wie dem Grauen Star (Katarakt), der altersbedingten Makuladegeneration (AMD) oder dem Glaukom (Grüner Star). Alle treten vorwiegend im höheren Lebensalter auf. Der Graue Star, eine fortgeschrittene Linsentrübung sowie das Glaukom, ein Absterben von Nervenzellen der Netzhaut und des Sehnervs, oft infolge eines zu hohen Augeninnendrucks, können zur Erblindung führen. Bei der AMD schwindet die Sehschärfe durch Ablagerungen auf dem Netzhautzentrum.

Methoden der Diagnostik und Heilung

Der Augenarzt kann mit Untersuchungen des Gesichtsfeldes, des Augenhintergrundes (Spiegelung) oder der Blutgefässe von Netz- und Aderhaut (Fluoreszenz-Angiographie) einiges erkennen. Mit der Spaltlampe kann er quer durchs Innere des Auges blicken; Verborgenes wird mit Ultraschall sichtbar.

Laser-Scanning und andere raffinierte bildgebende Verfahren sind heute aus der Diagnostik kaum mehr wegzudenken. Sogar Hirnströme, welche die Lichtreize erzeugen, können gemessen werden. Ist eine Linse nicht mehr zu retten, kann sie durch eine künstliche ersetzt werden – eine der häufigsten, routinierten Operationen, die bei örtlicher Betäubung durchgeführt wird. Bei Netzhauterkrankungen kommt in speziell ausgestatteten Praxen zudem die Lasertherapie zum Einsatz. Auch das Glaukom kann manchmal mit dem Laser behandelt werden; meist werden jedoch Augentropfen eingesetzt, selten ist eine Operation notwendig.

Zunehmend wird der Laser auch zur Korrektur von Fehlsichtigkeit angewandt. Ein weites Feld also, das den Augenspezialisten als hoch qualifizierten Diagnostiker und Therapeuten ausweist.

Prophylaxe und Früherkennung

Bei diesen und anderen vom Laien schwer zu erkennenden, meist schleichenden Erkrankungen gewinnt die Prophylaxe und Früherkennung immer mehr an Bedeutung. Eine Kontrolle des Sehvermögens im Zwei-Jahres-Turnus ab dem 40. Lebensjahr kann Schlimmeres verhindern. Erblich vorbelastete Personen, Diabetiker, Arteriosklerose- und Bluthochdruckpatienten sind im Bereich der Linsen- und Netzhauterkrankungen besonders gefährdet.

Schweizer. Ophthalmologische Gesellschaft
Sekretariat
Fürsprecher Christoph Egli
Berneckerstrasse 26, Postfach 95
9435 Heerbrugg
Tel. 071 727 16 61
Fax 071 727 16 62
sog@erlaw.ch
www.sog-sso.ch

Augentagesklinik

Vista Klinik

Hauptstrasse 55 - 4102 Binningen
Tel. 061 426 60 00 - Fax 061 426 60 01
info@vistaklinik.ch - www.vistaklinik.ch

VISTA KLINIK

Unserem Wissen, unserem Können und unserer Erfahrung können Sie vertrauen – Sie sind bei uns in guten Händen.

In guten Händen

Das Auge ist unser wichtigstes Sinnesorgan. Über 80% unserer Wahrnehmungen beruhen auf Signalen, die wir mit unseren Augen empfangen. Deshalb kümmern wir uns intensiv und kompetent um die Behandlung von Sehstörungen.

In unserer ophthalmologischen Tagesklinik, die auch international einen ausgezeichneten Ruf hat, stehen Ihnen Augenspezialisten für jedes Fachgebiet zur Verfügung. Breite Erfahrung, kontinuierliche Weiterbildung und der Einsatz modernster Technik sind unsere Erfolgsfaktoren. Als Weiterbildungsklinik für Augenärzte sind wir jederzeit mit den neuesten Erkenntnissen der Augenheilkunde vertraut.

Auf die Qualität unserer Arbeit legen wir grössten Wert und die persönliche Betreuung unserer Patientinnen und Patienten ist uns ein besonders wichtiges Anliegen.

Wissen und Erfahrung bedeuten Sicherheit

Unsere Spezialisten bilden sich laufend und umfassend weiter. Von unserer langjährigen Erfahrung können Sie profitieren: pro Jahr konsultieren uns rund 40.000 Patientinnen und Patienten. Wir führen jährlich über 10.000 Operationen durch. Beides gibt uns und Ihnen die grösstmögliche Sicherheit.

In unserer Klinik führen wir folgende Eingriffe durch:

- Operationen des Grünen- und Grauen Stars
- Netzhaut- und Glaskörperchirurgie
- Operationen der Tränenwege
- Hornhauttransplantationen
- Schieloperationen
- kosmetische Eingriffe wie Lidchirurgie
- Wiederherstellungschirurgie und ästhetische Korrekturen

Unter einem Dach

Dank unserer reichen Erfahrung kennen wir die Bedürfnisse unserer Patientinnen und Patienten sehr genau. Unter einem Dach finden Sie deshalb bei uns Augenärzte, Optiker und ausgebildete Fachpersonen, die sich um die Vor- und Nachbehandlung kümmern. Unsere Spezialisten ergänzen sich perfekt, sie arbeiten Hand in Hand als eingespieltes Team.

Augenlaserzentren

LASER VISTA

Hauptstrasse 55 - 4102 Binningen
Tel. 061 426 60 60 - Fax 061 426 60 61
binningen@laservista.ch - www.laservista.ch

Bahnhofstrasse 15 - 8808 Pfäffikon/SZ
Tel. 055 415 00 50 - Fax 055 415 00 51
pfaeffikon@laservista.ch - www.laservista.ch

LASER VISTA

Wir schärfen Ihren Blick

Sie möchten Ihr Leben ohne Brille oder Kontaktlinsen geniessen? Dieser Wunsch kann in Erfüllung gehen.

Die erfahrenen Spezialisten der LASER VISTA wenden die modernsten Behandlungsverfahren mit dem Excimer Laser (Femto-LASIK/LASIK/LASEK) sowie mit Intraokularlinsen an um Kurzsichtigkeit, Weitsichtigkeit sowie Hornhautverkrümmungen zu korrigieren.

Informieren Sie sich in einem persönlichen Beratungsgespräch oder an einem der regelmässig stattfindenden Informationsabende über die verschiedenen Behandlungsverfahren.

Die Orthopädie in der Region Basel

Die Orthopädie befasst sich mit den Schäden am Bewegungsapparat, seien diese angeboren, oder im Laufe des Lebens durch Unfälle oder Abnutzung entstanden.

Dank Frühbehandlung lassen sich Folgen von angeborenen orthopädischen Schäden vermeiden. Sportschäden sind immer häufiger und bedürfen einer differenzierten fachärztlichen Behandlung. Mit zunehmendem Alter nehmen verschleissbedingte Gelenkenschäden zu und die Lebensqualität nimmt dadurch ab. Es ist ein grosser Verdienst der Orthopädie, z. B. durch Einbau von künstlichen Gelenken die Lebensqualität auch sehr betagter Menschen zu verbessern. Schäden an der Wirbelsäule können die Lebensqualität ebenfalls verschlechtern. Dank der technischen Fortschritte können selbst ältere Patienten von den operativen Möglichkeiten an der Wirbelsäule profitieren.

Die Orthopädie in Basel und Umgebung stützt sich auf ein breites Angebot an spezialisierten Spitalabteilungen und erfahrenen Fachärzten.

So betreibt die Orthopädische Universitätsklinik Basel eine orthopädische und eine neuroorthopädische Abteilung im Kinderspital sowie Abteilungen für Wirbelsäulenmedizin, Endoprothetik (= künstliche Gelenke), Fusschirurgie, Schulterchirurgie, Unfallorthopädie etc. am Universitätsspital.
Die anderen öffentlichen Spitäler auf dem Bruderholz, in Liestal, in Riehen, in Dornach, in Laufen und das privat geführte Claraspital haben ihrerseits ihre orthopädischen Abteilungen.

Eine ausreichende Versorgung an orthopädischen Diensten wäre aber undenkbar ohne die frei praktizierenden Fachärzte für Orthopädie. Sie alle sind Belegärzte mit operativer Tätigkeit in den Belegspitälern Merian Iselin-Spital, Hirslanden-Klinik Birshof, und z.T. im Bethesda-Spital (hier nur Tageschirurgie). Alle zusammen und jeder mit seiner Spezialität decken sie die meisten Bereiche der Orthopädie ab. So die Endoprothetik, die Unfall-Orthopädie, die Sport-Orthopädie, die konservative (= gelenkserhaltende) Chirurgie der grossen Gelenke, die Wirbelsäulenchirurgie, die Handchirurgie, die Fusschirurgie etc. Das Schwergewicht der belegärztlichen orthopädischen Tätigkeit liegt im Merian Iselin-Spital. Wirbelsäulenchirurgie wird im Bethesda-Spital und in der Hirslanden-Klinik Birshof angeboten. Die meisten übrigen orthopädischen Eingriffe werden in allen drei Belegspitäler vorgenommen.

C. Mussler

Ärzte Orthopädische Chirurgie Sortiert nach PLZ

Basel Stadt

Brunner Reinald
UKBB Postfach
4005 Basel
Tel. 061 685 65 65

Farkas Gérard
Crossklinik
Föhrenstrasse 2
4009 Basel
Tel. 061 305 10 10

Freuler Franz
Crossklinik
Föhrenstrasse 2
4009 Basel
Tel. 061 305 10 42

Schwamborn Thomas
Crossklinik
Föhrenstrasse 2
4009 Basel
Tel. 061 305 10 10

Zweifel Jürg
Crossklinik
Föhrenstrasse 2
4009 Basel
Tel. 061 305 10 44

Dick Walter
Universitätsspital Basel
4031 Basel
Tel. 061 265 78 00

Jakob Marcel
Universitätsspital Basel
4031 Basel
Tel. 061 265 40 04

Jeanneret Bernhard
Universitätsspital Basel
4031 Basel
Tel. 061 265 78 10

Valderrabano Victor
Universitätsspital Basel
4031 Basel
Tel. 061 265 70 90

Kaelin Lucas
Schützenmattstrasse 41
4051 Basel
Tel. 061 279 98 00

Schulenburg Jörg
Schützenmattstrasse 41
4051 Basel
Tel. 061 279 98 00

Widmer Heinz
Schützenmattstrasse 41
4051 Basel
Tel. 061 436 36 36

Chen Chao
St. Jakobsstrasse 40
4052 Basel
Tel. 061 271 77 89

Csizy Marcel
Peter Merian-Strasse 25
4052 Basel
Tel. 061 272 61 61

Ruetsch Hans
Peter Merian-Strasse 25
4052 Basel
Tel. 061 272 61 61

Staehelin Andreas
St. Alban-Vorstadt 51
4052 Basel
Tel. 061 273 09 09

Stoll Thomas
Bethesda Spital
4052 Basel
Tel. 061 315 23 33

Stählin Peter
J. J. Balmer-Strasse 10
4053 Basel
Tel. 061 331 10 20

Gösele Andreas
Crossklinik
Föhrenstrasse 2
4054 Basel
Tel. 061 301 10 15

Ruckstuhl Jochen
St. Johanns-Vorstadt 86
4056 Basel
Tel. 061 322 50 76

Graf Robert
Clarahofweg 19A
4058 Basel
Tel. 061 681 81 21

Hoch Stefan
Claragraben 78
4058 Basel
Tel. 061 692 69 00

Holenstein Christoph
Clarahofweg 19A
4058 Basel
Tel. 061 681 81 21

Isay Marcel
Clarahofweg 19A
4058 Basel
Tel. 061 681 81 21

Jenny Hans
Clarahofweg 19A
4058 Basel
Tel. 061 681 81 21

Mendelin Roland
St. Claraspital
4058 Basel
Tel. 061 685 85 85

Oeri Andreas
Clarahofweg 19A
4058 Basel
Tel. 061 681 81 21

Skarvan Jiri
St. Claraspital
4058 Basel
Tel. 061 685 85 85

Kernen Rolf
Gemeindespital Riehen
4125 Riehen
Tel. 061 645 25 25

Basel Land

Müller Claude
Kantonsspital Bruderholz
4001 Bruderholz
Tel. 061 436 27 47

Fricker Renato
Kantonsspital Bruderholz
4101 Bruderholz
Tel. 061 436 21 99

Friederich Niklaus F.
Kantonsspital Bruderholz
4101 Bruderholz
Tel. 061 436 27 41

Hefti Fritz
UKBB Postfach
4101 Basel
Tel. 061 685 65 65

Feinstein Richard
Hauptstrasse 90
4102 Binningen
Tel. 061 422 06 44

Segesser Bernhard
Praxisklinik Rennbahn
4132 Muttenz
Tel. 061 465 64 64

Weisskopf Lukas
Rennbahnklinik Muttenz
4132 Muttenz
Tel. 061 465 64 64

Arnold Markus
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münschenstein
Tel. 061 335 26 46

Egloff Thomas
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Kohler Oliver
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Müller Jean-Pierre
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Sebesta Anton
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 28 02

Seelig Walter
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Zehnter Martin
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Rothweiler Markus
Ettingerstrasse 1
4147 Aesch
Tel. 061 756 93 93

Jockers Wolfgang
Kantonsspital Laufen
4242 Laufen
Tel. 061 765 32 32

Hintermann Beat
Kantonsspital Liestal
4410 Liestal
Tel. 061 925 22 20

Ilchmann Thomas
Rheinstrasse 26
4410 Liestal
Tel. 061 925 27 20

Klein Matthias
Arisdörferstrasse 4
4410 Liestal
Tel. 061 921 14 11

Lotz Markus
Arisdörferstrasse 4
4410 Liestal
Tel. 061 921 14 11

Steiger Regula
Kantonsspital Liestal
4410 Liestal
Tel. 061 925 25 28

Tgetgel Jon Duri
Arisdörferstrasse 4
4410 Liestal
Tel. 061 921 14 11

Wullschleger Christoph
Rheinstrasse 26
4410 Liestal
Tel. 061 925 27 20

Aargau

Münch Thierry
Roberstenstrasse 31
4310 Rheinfelden
Tel. 061 836 96 00

Thomann Yves
Roberstenstrasse 31
4310 Rheinfelden
Tel. 061 836 96 00

Solothurn

Fortuna Stanislaw
Klostergasse 23
4143 Dornach
Tel. 061 701 35 24

Wirbelsäulenpraxis Dr. Thomas P. Egloff

Reinacherstrasse 28
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 26 60
Fax 061 335 26 62
www.hirslanden.ch

Dr. med. Thomas P. Egloff ist Mitglied der Schweizerischen Gesellschaft für Orthopädie (SOG) und der Western Pacific Orthopaedic Association (WPOA). Er ist des weiteren Mitglied der Cochrane Back Group, einer internationalen Arbeitsgruppe, welche die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit wirbelsäulenchirurgischer Eingriffe untersucht. Dr. Egloff bietet das gesamte Spektrum der orthopädischen Wirbelsäulenchirurgie, insbesondere auch der Revisionschirurgie an. Er ist der Leiter des Wirbelsäulenzentrums in der Hirslandenklinik Birshof.

Mit der Eröffnung der ersten spezialärztlichen Praxis des Zentrums für Wirbelsäulenmedizin in der Klinik Birshof ist ein wichtiger Schritt für eine umfassende Behandlung von Wirbelsäulenerkrankungen in der Region getan. Langfristiges Ziel ist, eine integrierte Beurteilung und Behandlung aller Wirbelsäulenerkrankungen anzubieten. Durch die enge Zusammenarbeit mit ausgewiesenen Spezialisten verwandter Fachgebiete wie Neurologie, Rheumatologie, Neurochirurgie und orthopädische Wirbelsäulenchirurgie, können Kosten gesenkt und die Qualität der Behandlung gesteigert werden.

Die Praxis im Zentrum für Wirbelsäulenmedizin der Klinik Birshof bietet das gesamte Spektrum der Wirbelsäulenchirurgie wie z. B. die Behandlung von osteoporotischen Wirbelfrakturen, Spinalstenosen, spondylogenen Beschwerden, discogenen Beschwerden, Diskushernien, Skoliosen, Instabilitäten, Folgeerscheinungen der Polyarthritis, posttraumatische Zustände und Schmerzzustände nach Wirbelsäulenoperationen an.
Minimal invasive Verfahren werden besonders berücksichtigt, welche nicht nur die postoperativen Schmerzen geringer halten, sondern auch kürzere Hospitalisationszeiten erlauben.

Sie erfahren eine umfassende Betreuung durch Ihren Spezialisten.

Die Betreuung unserer Patientinnen und Patienten erfolgt persönlich durch den behandelnden Arzt des Wirbelsäulenzentrums. Diese Behandlungskontinuität wird während und nach der Hospitalisation bis zum Abschluß der Behandlung aufrechterhalten. Im Zentrum werden die Patientinnen und Patienten hinsichtlich eines rückengerechten Verhaltens beraten und instruiert. Für die Mitglieder des Zentrums für Wirbelsäulenmedizin ist die enge Zusammenarbeit mit den niedergelassenen Kolleginnen und Kollegen zum Wohl unserer Patienten von herausragender Bedeutung.

Praxisklinik Rennbahn

Praxisklinik

St. Jakobs-Strasse 106
4132 Muttenz
Tel. 061 465 64 64
info@rennbahnklinik.ch
www.rennbahnklinik.ch

Willkommen in Ihrem Kompetenzzentrum

Praxisklinik Rennbahn

- Orthopädie
- Sportmedizin
- Physiotherapie
- Biomechanik

Die Praxisklinik Rennbahn AG ist eine seit nunmehr 25 Jahren führende Privatklinik mit dem Schwerpunkt Orthopädie und Sportmedizin sowohl für den Spitzen- als auch für den Breitensport. Erstklassige medizinische Leistungen und persönliche Atmosphäre sind unser Markenzeichen weit über die Landesgrenzen hinaus.

Swiss Olympic Medical Center (SOMC)

Das in die Praxisklinik Rennbahn integrierte Swiss Olympic Medical Center ist eines von neun von Swiss Olympic offiziell anerkannten sportmedizinischen Referenzzentren der Schweiz. Die in diesem Zentrum durchgeführten sportmedizinischen Massnahmen orientieren sich an den Standards von Swiss Olympic. Das Swiss Olympic Medical Center betreut nicht nur Spitzensportler. Auch Breitensportler und Anfänger können die sportmedizinischen Dienstleistungen nutzen.

Das Angebot richtet sich insbesondere an:

- Sportler der nationalen oder internationalen Spitzenklasse. Im Swiss Olympic Medical Center werden ihnen auf ihre spezifischen Bedürfnisse zugeschnittene sportmedizinische Leistungen angeboten, angefangen von der Leistungsdiagnostik, der Trainingsberatung bis zu ihrer Betreuung vor Ort und bei sportlichen Grossanlässen.
- Nachwuchssportler, die ihre Trainingsbelastung intensivieren wollen. Die sportmedizinischen Untersuchungen werden durchgeführt, damit dynamische oder statische Störungen des Bewegungsapparates oder des Herz-Kreislauf-Systems vorbeugend erkannt werden können.
- Breitensportler, die ihr Training optimieren, Mangelerscheinungen verhindern und ihre Kenntnisse erweitern wollen.
- Junge und ältere Menschen, die mit Sport beginnen wollen. Mit den adäquaten sportmedizinischen Massnahmen können gesundheitliche Probleme frühzeitig erkannt und entsprechende Trainingsempfehlungen gegeben werden.

Die Leistungsdiagnostik umfasst die Bereiche Kraft und Ausdauer mit entsprechenden Messungen. Die Untersuchungen erfolgen sportartenspezifisch.

Schweizerische Gesellschaft
für Sportmedizin SGSM
Sekretariat:
Casa Postale
3000 Bern 25
Tel. 031 333 02 54
Fax 031 332 98 79
barbara.buehlmann@bbscongress.ch
www.sgsm.ch

Schweizerische Gesellschaft für **Sportmedizin SGSM**

Wie verstehen wir Sportmedizin?

Die Sportmedizin umfasst die Prävention, Diagnose und Behandlung von Affektionen, welche durch sportliche Betätigung ausgelöst oder verschlimmert werden können. Sie kümmert sich dabei um die Gesundheit der Sporttreibenden. Die Sportmedizin umfasst aber auch den Einsatz körperlicher Tätigkeit zum Erhalt, oder zur Wiedererlangung der Gesundheit. Sie kümmert sich dabei um die Gesundheit der gesamten Bevölkerung.

Was sind die Ziele der SGSM?

Die Schweizerische Gesellschaft für Sportmedizin hat als wichtigstes Ziel die Förderung der Sportmedizin und ihr verwandter Aktivitäten. Sie tut dies durch Vermittlung von Aus-, Fort- und Weiterbildung sowie durch Unterstützung der Forschung. Die SGSM bekämpft den Gebrauch von Medikamenten zur Leistungssteigerung (Doping).

Wer sind die wichtigsten Partner der SGSM?

FMH

Die SGSM nimmt im Rahmen der FMH (Foederatio Medicorum Helveticae) die Verantwortung für die sportmedizinische Fort-und Weiterbildung in der Schweiz wahr. Sie organisiert Weiterbildungskurse, führt die Fähigkeitsprüfung durch und erteilt den Fähigkeitsausweis «Sportmedizin».

Swiss Olympic

Die SGSM ist eine Partnerorganisation von Swiss Olympics und nimmt in diesem Rahmen die fachliche Verantwortung für die sportmedizinische Betreuung der lizenziierten Schweizer Sportler wahr. Die SGSM beteiligt sich an der Dopingprävention und Dopingbekämpfung.

Fähigkeitsausweis Sportmedizin-SGSM

Voraussetzungen

- Facharzttitel oder 5-jährige Weiterbildung
- Absolvierung der fünf einwöchigen sportmedizinischen Weiterbildungskurse
- Bestehen der schriftlichen und mündlichen Abschlussprüfung
- Praktische sportmedizinische Tätigkeit (z. B. Verbandsarzt, Clubarzt etc.)

Organisation Sportmedizin in der Schweiz

Swiss Olympic Medical Center

- Primär im Spitzensport tätig, gegen Bezahlung aber auch Hobbysportlern offen

Swiss Olympic Medical Base

- Lokale Anlaufstelle für Elite- und Nachwuchssportler, gegen Bezahlung auch Hobbysportlern offen

Niedergelassene Sportmediziner in der Praxis (ca. 350)

Was bietet die Sportmedizin an?

(In den Swiss Olympic medical centers wird die gesamte Palette angeboten, in den Swiss Olympic medical bases und bei den niedergelassenen Ärzten, je nach Spezialisierung nur Teile davon)

- Rasche sportmedizinische Abklärungen/ Behandlung bei Verletzungen oder Krankheit
- Bei Bedarf kurzfristige Überweisung zur Abklärung und Behandlung zu Spezialisten und Kliniken
- Sportmedizinische Routineuntersuchung
- Sportorientierte Physiotherapie
- Leistungsdiagnostische Abklärungen im Ausdauer- und Kraftbereich für Einzelathleten und Mannschaftssportler
- Sportmedizinischer Notfalldienst
- Vermittlung von Sporternährungsberatern, Sportpsychologen etc.

Fachärztegesellschaft für **Rheumatologie-Physikalische Medizin und Rehabilitation**

Die Gesellschaft vereinigt Fachärzte für die Abklärung sowie die konservative, d.h. «nicht-operative» Behandlung des Bewegungs- und Stützapparates.

Dazu gehören Ärztinnen und Ärzte mit Spezialisierung in den Fächern Rheumatologie / Physikalische Medizin und Rehabilitation. Die meisten Mitglieder sind zudem in einem oder mehreren zusätzlichen Bereichen ausgebildet wie: Ultraschall-Diagnostik, Osteoporose-Abklärung, Manueller Medizin, Sportmedizin, medizinischer Kräftigungstherapie, Interventioneller Schmerztherapie, Schmerzmedizin, Neuraltherapie, Akupunktur oder Homöopathie.

Zu den Rheumatologischen Erkrankungen und Verletzungsfolgen gehören:

Degenerative Erkrankungen und Funktionsstörungen:

- Arthrosen der grossen und kleinen Gelenke
- Rückenleiden wie: «Hexenschuss», «Halskehre», Diskushernie, Spinalstenose

Folgen von Verletzungen an Rücken, Muskeln und Gelenken

- z. B. Schleuder-Trauma der Halswirbelsäule
- Folgen von Gelenks- oder Meniskusverletzungen

Entzündliche Erkrankungen der Gelenke und der Wirbelsäule:

- Rheumatoide Arthritis (Chronische Polyarthritis)
- Psoriasis Arthropathie
- Spondarthropathien, wie M. Bechterew
- Borreliose
- Kristall-Arthropathien (Gicht, Pseudo-Gicht)
- Seltene Erkrankungen wie Vaskulitiden und Kollagenosen

Weichteilerkrankungen (Muskeln, Sehnen, Bänder, Bindegewebe)

- Muskel-, Sehnen-Ansatzbeschwerden wie Tennisellenbogen, Impingement der Rotatorenmanschette
- Schleimbeutelentzündung
- Sehnenscheidenentzündung
- Karpaltunnelsyndrom
- Fibromyalgie

Knochenerkrankungen

- Osteoporose
- Osteomalazie
- DISH: Diffuse idiopathische skelettale Hyperostose
- Algodystrophie (Morbus Sudeck)
- Morbus Paget

Weitere Info über diese Krankheitsbilder finden Sie über: www.rheumaportal.ch

Methoden der Abklärung

Anamnese

Wichtig ist die Krankheitsgeschichte der Patientin, des Patienten, insbesondere in Bezug auf die Schmerzen und die Behinderung im Alltag: Was tut weh? Wo tut es weh? Wann und wie oft tut es weh? Warum tut es weh? Was kann man, was kann man nicht mehr durchführen.

Klinische Untersuchung

Durch seine Fachkenntnisse kann der Rheumatologe den Bewegungsapparat gezielt untersuchen und Verformungen, Schwellungen und die Beweglichkeit feststellen. Ebenfalls kann er schmerzhafte Stellen bei der Untersuchung auffinden und in Zusammenhang mit der Erkrankung stellen.

Labor

Entzündliche Erkrankungen und Stoffwechselerkrankungen haben oft typische Laborbefunde. Die Untersuchung von Blut und Urin gehört deshalb oft zu einer rheumatologischen Untersuchung.

Bildgebung

Röntgen, Ultraschall, CT, MRI, Szintigraphie, Densitometrie: Degenerative und entzündliche Veränderungen an den Gelenken und der Wirbelsäule sind mit den konventionellen Röntgenbildern oft bereits gut erkennbar. Mit der Ultraschalluntersuchung können Weichteile beurteilt werden. Untersuchungen wie CT, MRI oder Szintigraphie sind nötig, wenn zusätzliche Details an Knochen oder Weichteilen oder der Knochenstoffwechsel beurteilt werden soll. Zur Abklärung einer Osteoporose wird die Densitometrie eingesetzt. Dies ist ein niedrig dosiertes Röntgenverfahren mit dem die Knochendichte gemessen werden kann.

Behandlungsangebote der Rheumatologie und der ambulanten Rehabilitation

Im Vordergrund steht für den Rheumapatienten sehr häufig der Schmerz. Eine zentrale Aufgabe in der Rheumapraxis ist deshalb die Behandlung von akuten und vor allem chronischen Schmerzen. Rheumatologen sind auch Schmerzspezialisten.

Beratung

Aufklärung über die erhobenen Befunde und die Art der Erkrankung. Hilfe bei der Krankheits- und Schmerzbewältigung. Beratung über die Lebensführung und sportliche Betätigung. Behandlungsplanung.

Interventionelle Rheumatologie/ Injektionsbehandlungen

- Gelenksinjektionen
- Infiltrationen an der Wirbelsäule (Fazettgelenke, Iliosakralgelenke, Nervenwurzeln, Injektionen in den Spinalkanal)
- Infiltrationensbehandlungen von schmerzhaften Stellen an Sehnenansätzen und Muskeln.

Manuelle Behandlung von Gelenken, Wirbelsäule und Muskulatur

- Diagnostik und Behandlung mit Techniken der Manuellen Medizin und Weichteiltechniken (z. B. Triggerpunkt-Behandlung)

Medikamentöse Behandlung

- Einstellung mit Schmerzmitteln und nicht-steroidalen Antirheumatika
- Medikamente zur Arthrose Vorbeugung
- Basistherapie, bei entzündlich rheumatischen Erkrankungen
- Medikamentöse Osteoporosebehandlung
- Medikamentöse Behandlung von Stoffwechselerkrankungen

Rehabilitation

Die Rehabilitation umfasst Methoden, welche bleibende oder drohende Folgen von Organschäden und Funktionsstörungen, die zu Behinderung und Benachteiligung führen, vermindern und damit dem Patienten eine soziale Integration erleichtern. Ziel der Rehabilitation ist eine Wiederherstellung oder eine wesentliche Verbesserung der Funktionsfähigkeit des Bewegungsapparates, und der damit verbundenen Aktivitäten und der Teilnahme im Alltagsleben.

Dazu gehören:

- Koordination einer interdisziplinären Behandlung mit gezielter Verordnung und Begleitung von: Physiotherapie, medizinischer Trainingstherapie, Kräftigungstherapie, Ergotherapie und psychologischer Betreuung.
- Hilfsmittelberatung
- Beurteilung der Arbeitsfähigkeit
- Beratung in der Lebensführung und der sozialen Integration

Frau Dr. Kramers, Zürich

SGR/SGPMR, c/o Rheumaliga Schweiz
Sekretariat
Josefstrasse 92 - 8005 Zürich
Tel. 044 487 40 00 - Fax 044 487 40 19
info@rheuma-net.ch
www.rheuma-net.ch

SchmerzKlinik

Kirschgarten Basel

Hirschgässlein 11-15
Postfach
4010 Basel
Tel. 061 295 89 89
Fax 061 272 75 29
info@schmerzklinik.ch
www.schmerzklinik.ch

Rheumatologie, physikalische und manuelle Medizin

In der Abteilung «Rheumatologie» werden Beschwerden des Bewegungsapparates, wie Rücken-, Gelenk- oder Muskelschmerzen, abgeklärt und behandelt. Die sechs zur Verfügung stehenden Spezialisten lokalisieren und bestimmen Ihre Schmerzen mittels modernster Diagnostik-Methoden und im persönlichen Gespräch mit Ihnen. Individuell stellen wir Ihnen ein Therapiekonzept, wenn nötig in Absprache mit anderen internen Spezialabteilungen zusammen.

Dank modernster Technologie sind wir in der Lage, den vorhandenen Schmerz objektiv nachzuweisen; dies ist sogar möglich, wenn die Ursache des Schmerzes noch nicht nachweisbar ist.

Methoden unserer Rheumatologie

Klassische Rheumatologie in Diagnostik und Behandlung (entzündlich/degenerativ/weichteilrheumatisch) Ultraschalluntersuchungen des Bewegungsapparates manual medizinische Diagnostik und Therapie. Im IMC (Intermediate Care Unit) intensive, medizinisch überwachte TNFα-Infusionen und Venofer-Infusionen u.v.m. Bildwandlergesteuerte Infiltrationen am Bewegungsapparat, im Speziellen der Wirbelsäule und Gelenke sowie Nervenblockaden peripher und peridural. Schultergelenkspülungen.

Interventionelle **Schmerz-Therapie**

Wenn das Nervensystem verrückt spielt

Unser Nervensystem hat verschiedenste Aufgaben. Es reguliert viele Funktionen in unserem Körper und es vermittelt auch Schmerzen als Alarmsystem. Die Regulation des Nervensystems kann aber auch versagen, Schmerzen übermitteln, wo gar keine mehr sein sollten oder Schmerzen unnötig verstärken, wie ein Feuermelder, der dauernd Alarm schlägt, obwohl das Feuer schon lange gelöscht ist.
Was tun wir, wenn der Computer zu Hause oder im Geschäft verrückt spielt und das ganze System blockiert ist? Wir schalten den PC aus und starten ihn neu auf.
Diese Methode wendet die interventionelle Schmerztherapie auch an. Das Nervensystem wird entladen und neu aufgestartet. Die zuvor überreizten Nerven können oft ihre normale Funktion wieder aufnehmen. Bei chronischen Schmerzen werden die Schmerzübertragungen durch spezielle Schmerzpumpen oder Stimmulatoren gehemmt oder moduliert, oder aber durch spezielle Verfahren ausgeschaltet. Oft kann ein Heilungsprozess erst dann beginnen, wenn die Schmerzen beseitigt worden sind.

Was bedeutet «interventionelle Schmerztherapie»?

Durch feinste Nadeltechnik werden nervenberuhigende oder entzündungshemmende Medikamente an die Schmerzfasern oder an den Ort der Schmerzentstehung deponiert. Dabei sind nur geringe Mengen von Medikamenten notwendig, bedeutend weniger als mit herkömmlichen Methoden.
Diese Behandlung wird unter präziser Bildkontrolle (Bildumwandler / Computertomografie / Ultraschall / MRI) ohne grosse Risiken und nur wenig schmerzhaft von Spezialisten durchgeführt. Die Wirkung kann sowohl bei akuten als auch chronischen Schmerzen sehr rasch eintreten. Die Einnahme von Medikamenten kann massiv reduziert werden.
Diese moderne und weitgehend gefahrlose Technik wird nicht nur zur Behandlung, sondern auch zur Diagnose d.h. zur Suche der Schmerzursache eingesetzt.

Bei welchen Erkrankungen eignet sich diese Behandlung?

- akute und chronische Schmerzzustände an der Wirbelsäule mit oder ohne Schmerzausstrahlungen in Arme, Beine und Kopf z. B. verursacht durch Bandscheibenvorfälle oder Abnutzungserscheinungen
- Gelenkschmerzen
- Nervenschmerzen
- Tumorschmerzen
- Schmerzen bei Durchblutungsstörungen
- Weichteilschmerzen

Wann eignen sich solche Behandlungen?

- bei allen Schmerzzuständen, bei denen eine Operation nicht dringend notwenig ist, eine Operation nicht den gewünschten Erfolg gebracht hat oder überhaupt nicht in Frage kommt.
- bei allen Schmerzzuständen, bei denen eine rasche Schmerzlinderung notwenig ist.
- bei allen Schmerzzuständen, die durch andere Therapien nicht genügend oder sogar erfolglos beeinflusst werden konnten.

SchmerzKlinik

Kirschgarten Basel

Hirschgässlein 11-15
Postfach
4010 Basel
Tel. 061 295 89 89
Fax 061 272 75 29
info@schmerzklinik.ch
www.schmerzklinik.ch

Interventionelle Schmerzdiagnostik und -behandlung

Stellenwert

Die interventionelle Schmerztherapie ist eine schonende, sehr effiziente Behandlungstechnik mit sehr guten Ergebnissen bei stärksten akuten, sowie chronischen Schmerzzuständen.
Die Nebenwirkungen sind bedeutend geringer als bei der üblichen Medikamenteneinnahme, die Wirkung kann schon innert Minuten bis Stunden eintreten. Die Behandlung kann mehrfach wiederholt oder durch das Anlegen eines Katheters mit einer Medikamentenpumpe verlängert werden.

Welche ÄRZTE behandeln Patienten mit dieser Technik?

Die interventionelle Schmerztherapie ist eine Grundleistung und wird von den Krankenkassen auch bezahlt.
Sie wird von speziell ausgebildeten Ärzten verschiedenster Fachrichtungen durchgeführt, meistens ambulant, gelegentlich auch stationär. Es sind Fachärzte aus der *Rheumatologie, Physikalischen Medizin, Anästhesie, Radiologie, Neurochirurgie, Neurologie und Orthopädie*, welche sich diesem Gebiet speziell gewidmet haben.
Eine Vereinigung von Ärzten aus den obgenannten Fachgebieten, haben die Schweizerische Gesellschaft für interventionelle Schmerztherapie gegründet:
SSIPM (Swiss Society for Interventional Pain Management).

Links im Internet
www.orthopaede.com

Die sogenannte diagnostische Anästhesie erlaubt es, den Schmerz exakt zu lokalisieren, die Art des Schmerzes zu bestimmen und damit auch seine Ursachen ausfindig zu machen.

Weil es Schmerzen gibt, die sich nicht mit den klassischen physiotherapeutischen, medikamentösen oder anderen konservativen Therapieformen lindern lassen, können Ihnen hier unsere Fachärzte der Abteilung für interventionelle Schmerzdiagnostik und -behandlung mit speziellen Methoden weiterhelfen. Hierbei handelt es sich um Beschwerden, die durch das sogenannte «Schmerzgedächtnis» hervorgerufen werden.

Wenn eine ursächliche Behandlung des chronischen Schmerzes nicht möglich ist, so stehen bei unserer interventionellen Schmerzbehandlung hochwirksame Methoden zur symptomatischen Schmerzbekämpfung zur Verfügung. Diese reichen von gezielten Nervenblockaden bis hin zur Spiegelung des Wirbelkanals (Epiduroskopie) oder zur Implantation von Rückenmarkstimulatoren oder Pumpensystemen, um Medikamente direkt ins Zentralnervensystem zu applizieren; so werden systemische Nebenwirkungen und die Gefahr der Gewöhnung gering gehalten.

Methoden unserer Abteilung für Interventionelle Schmerzdiagnostik und -behandlung

- Injektionen in die grossen Gelenke
- Injektionen in die kleinen Wirbelgelenke und die Gelenke zwischen Rippen und Wirbelsäule
- Blockade der Nervenwurzeln der:
  - Halswirbelsäule
  - Brustwirbelsäule
  - Lendenwirbelsäule
- Behandlung der kleinen Wirbelgelenke mit Strom
- Blockade vegetativer Ganglien
- Blockade periferer Nerven, z. B. an Armen und Beinen
- Discografie
- Epidurografie und -skopie
- Myelografie
- Mobilisation in Narkose
- Neuraltherapie im Aufwachraum
- Nukleoplastie
- Peridural-Anästhesie (PDA)
- Peridural-Katheter (PDK) Katheter an periferen Nerven und Nervengeflechten
- Sacralblock
- Spinalanästhesie
- Implantation von Rückenmark-Stimulatoren zur Behandlung von Schmerzen auch bei Durchblutungsstörungen
- Implantation von Medikamentenpumpen zur Behandlung von Schmerzen

Paramed - Ambulatorium

Zentrum für Komplementärmedizin

Haldenstrasse 1 - 6340 Baar
Tel. 041 768 20 62 - Fax 041 768 20 69
info@paramed.ch - www.paramed.ch

Paramed®
Zentrum für Komplementärmedizin

Die Paramed ist ein komplementärmedizinisches Ambulatorium für Diagnostik und Therapie und ein Bildungszentrum für Naturheilverfahren. Sie steht seit über 10 Jahren als Beweis dafür, dass eine kooperative Zusammenarbeit zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin / Naturheilkunde möglich und erstrebenswert ist.

Im Ambulatorium für Diagnostik und Therapie arbeitet unter der Leitung von Dr. med. Jürg Hess, Arzt für Allgemeinmedizin FMH und dem Naturheilpraktiker Urs Gruber ein 15-köpfiges Team von Ärzten, Heilpraktikern und Therapeuten. Ihr Ziel ist es, dem Patienten die bestmögliche Kombination aus Schul- und Naturmedizin zuteil werden zu lassen.

Das Therapieangebot umfasst Akupunktur, Akupunkt-Massage, Ausleitende Verfahren, Craniosacral Therapie, Ernährungsberatung, YNSA (Schädelakupunktur), Homöopathie, Manuelle Therapien, Phytotherapie, Wickel, Spagyrik, Bioresonanz, Moxibustion, Neuraltherapie, Viscerale Therapien und vieles mehr.

In unserem Bildungszentrum für Naturheilverfahren werden rund 100 verschiedene modular aufgebaute Kurse in den unterschiedlichsten Fachgebieten angeboten.

Fordern Sie unsere detaillierten Broschüren an oder wenden Sie sich direkt an einen der Spezialisten in der Paramed.

Besuchen Sie uns unter www.paramed.ch

SchmerzKlinik

Kirschgarten Basel

Hirschgässlein 11-15
Postfach
4010 Basel
Tel. 061 295 89 89
Fax 061 272 75 29
info@schmerzklinik.ch
www.schmerzklinik.ch

Komplementär- oder Regulationsmedizin

Jedes Leiden wirkt auf den ganzen Menschen. Umgekehrt wirkt der Gesamtzustand des Kranken auf den Leidensverlauf (= «Regulation»). Eine Krankheit oder Verletzung wird chronisch, wenn die Regulation gestört ist. Komplementär- oder Regulationsmedizin versucht, die Regulation zu verbessern.

Aus unserem Angebot

Traditionell chinesische Medizin (TCM)

Die TCM nutzt Jahrtausende alte Erfahrungen, um die gestörte Harmonie im kranken Menschen wieder herzustellen. Eine Aufteilung in Geist und Körper existiert nicht. Der Mensch wird als Ganzes wahrgenommen und behandelt. Verschiedenste Leiden wie Ischias, Migräne, Neuralgien aber auch Allergien und Verdauungskrankheiten und viele andere können mit erstaunlichen Erfolgen behandelt werden.

Behandlungsmethoden:

- Akupunktur und Moxibustion
- Chinesische Arzneimittel
- Akupunktmassage
- Tuina
- Schröpfen

Neuraltherapie

Durch eine örtliche Betäubung löscht man vorübergehend ein falsches (Schmerz-)Programm, so dass der Organismus das richtige (ohne Schmerz) wieder aufbauen kann. Damit kann eine Chronifizierung behoben oder angehalten werden.

Therapie durch Ernährungsumstellung

Die Vielfalt unserer Ernährung kann zu einer Überforderung unserer Abwehrsysteme mit Nahrungsmittelintoleranzen führen. Diese äussern sich in Verdauungsbeschwerden (Reizdarmsyndrom) aber auch in Kopf- und Gliederschmerzen, Ekzemen, Müdigkeit oder anderen Symptomen. Die richtige Nahrungsauswahl erlaubt eine Abheilung oder Besserung der Symptome.

Orthopädische Einlagen und Gesamtstatik

Fuss-, Bein-, Knie-, Hüft- und Rückenschmerzen sind oft Folge von falschen Fussstellungen oder Beinlängenunterschieden. Durch spezielle genau angepasste Schuheinlagen kann dann eine deutliche Besserung erzielt werden.

Ärztliches Eisenzentrum an der Schmerzklinik

Eisenmangel zeigt sich mit Müdigkeit, Kopfweh, Schlafstörungen, Haarausfall und sogar «burn out» oder Depressionen. Die Regulation ist dabei gestört. Eine genügende Eisenzufuhr durch Infusionen ist deshalb bei uns ein wichtiges Element ganzheitlicher Therapie geworden.

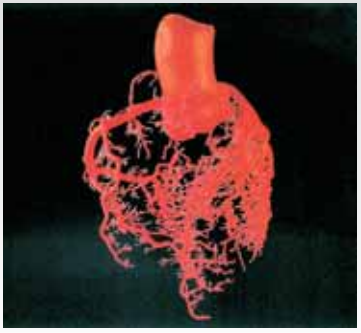
Anatomisches Museum Basel

Pestalozzistrasse 20
4056 Basel
Tel. 061 267 35 35
Fax 061 267 39 39
museum-anatomie@unibas.ch
www.unibas.ch/anatomie/museum

Öffnungszeiten

Sonntag	10.00h bis 16.00h
Montag bis Freitag	14.00h bis 17.00h

Ausguss-Präparat der Herzkranzaterien



Das Anatomische Museum Basel ist eines der ältesten Fachmuseen zur Anatomie des Menschen und besitzt mit seinen aussergewöhnlichen historischen und neuzeitlichen Exponaten besondere internationale Anerkennung beim Fachpersonal und bei der grossen Zahl der Museumsbesucher.

Im Anatomischen Museum Basel werden vor allem Originalpräparate von menschlichen Körperbereichen, Organen und Geweben präsentiert, die systematisch und topographisch geordnet sind und den Aufbau des Körpers darstellen. Ferner wird die vorgeburtliche Entwicklung des Menschen gezeigt. Das Museum wird durch wertvolle historische Exponate ergänzt. Sonderausstellungen erläutern in verständlicher Form besondere Gebiete.

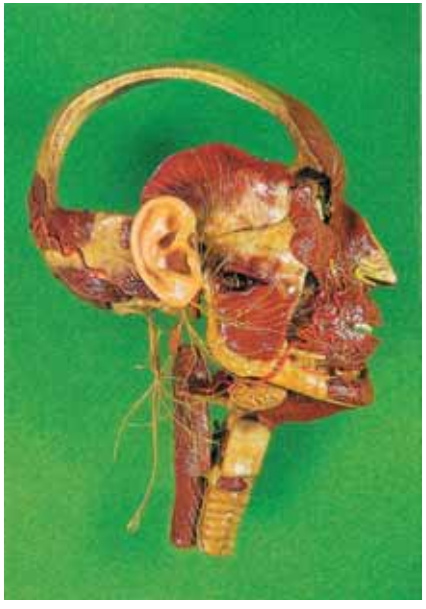
Bis heute erfüllt es zwei Hauptaufgaben:

- Es ist ein öffentliches Museum, das mit seinen zahlreichen Exponaten den Bau des menschlichen Körpers veranschaulicht. In einer Zeit wachsenden Gesundheitsbewusstseins dient es der sachlichen Information interessierter Mitbürger;
- es steht als Lehrsammlung den Studierenden der Medizin zur Verfügung und dient darüber hinaus der Ausbildung in den Krankenpflegeschulen, Samaritervereinen und anderen Institutionen.

Historische Präparate

Das Museum besitzt neben neuzeitlichen Exponaten eine Vielzahl historisch wertvoller Präparate, die mit modernen Methoden restauriert wurden und neu präsentiert werden.
Von besonderer historischer Bedeutung ist das von Andreas Vesal 1543 in Basel präparierte Skelett (ältestes anatomisches Präparat der Welt!) sowie eines, das Felix Platter 1573 hergestellt hat. Aus der Zeit von Carl Gustav Jung um 1850 sind wertvolle Wachsmodelle ausgestellt. Die Ganzkörperschnitte, angefertigt von Hanson Kelly Corning im Jahre 1900, bilden die anatomischen Grundlagen für moderne klinische Bildgebungsverfahren.

Wachspräparat
Aus der Zeit von C. G. Jung um 1850



Skelett
Präpariert 1543
von Andreas Vesal

Skelett
Präpariert 1573
von Felix Platter

Geriatrie – ein Zweig der Medizin

Bild: Pro Senectute Basel Stadt

Die Geriatrie gilt als medizinisches Fachgebiet. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert sie als «Zweig der Medizin, der sich mit der Gesundheit im Alter und den klinischen, präventiven, rehabilitativen und sozialen Aspekten von Krankheiten beim älteren Menschen beschäftigt».

Auch in der Schweiz erfährt die Geriatrie eine rasante Entwicklung. Die Zunahme betagter und insbesondere hochbetagter Menschen hat erhebliche Auswirkungen auf das Gesundheitswesen. Die Schweiz gibt rund 6,6 Milliarden Franken pro Jahr für Langzeitpflege aus. Diese Kosten werden noch steigen, da heute schon jede sechste, bis 2050 gar jede vierte Person in der Schweiz älter als 65 Jahre ist. Alternative Wege zur klassischen Langzeitpflege sind darum dringlich.

Die Geriatrie setzt interdisziplinäres Arbeiten voraus: Mitglieder verschiedener Berufsgruppen arbeiten im geriatrischen Kontext eng zusammen. Alte und hochbetagte Menschen sollen zu einem möglichst langen selbständigen Leben befähigt werden.

Die SFGG – die Schweizer Fachgesellschaft für Geriatrie – formuliert ihr Bestreben wie folgt: «Ziel der geriatrischen Betreuung ist es, alten Menschen ein erfülltes, aktives Leben zu ermöglichen, Krankheiten und deren Folgen vorzubeugen und diese frühzeitig zu diagnostizieren und zu behandeln. Sie hat weiter zum Ziel, alten Menschen, die an akuten oder chronischen Krankheiten leiden, Funktionseinbussen haben oder abhängig sind, ein gelingendes Leben zu ermöglichen sowie Sterbenden die notwendige medizinische und soziale Hilfe zu leisten und ihnen beizustehen.»

In der Regel sind geriatrische Patientinnen und Patienten über 65 Jahre. Oft liegen mehrfache und komplexe Krankheitsbilder vor (Multimorbidität):

- allmählicher Intelligenzabbau (verschiedene Demenzen)
- Wahnvorstellung, insbesondere durch Alzheimer-Demenz,
- Herzinsuffizienz,
- Immobilität,
- Instabilität (vor allem als Folge von Apoplexie), (Schwindel, Stürze)
- Inkontinenz der Blase oder des Darms
- Einschränkung der Wahrnehmungsorgane,
- Der allmähliche Verlust / Abbau an Körperflüssigkeit (Exsikkose)

Typisch dabei ist der schleichende Verlauf, der einerseits zur Gewöhnung an den Zustand beiträgt, zum anderen unterschiedliche Bewältigungsstrategien (Coping) für Teilprobleme hervorbringt. So kommt es nicht zu einer frühzeitigen Therapie, sondern eine kleine Verschlimmerung kann in einer Endphase die vollständige Dekompensation auslösen.

Geriater (Fachärzte für Innere Medizin bzw. Allgemeinmedizin mit einer mindestens dreijährigen Weiterbildung in Geriatrie und (Geronto-) Psychatrie und bestandener geriatischer Fachprüfung) haben Arbeitsmethoden und Betreuungsgrundsätze entwickelt, die dem entgegen steuern:

Das multidimensionale geriatrische Assessment wird mittels eines Fragebogens durchgeführt und ist ein umfassender, interdisziplinärer diagnostischer Prozess (das heisst, ein gründlicher Abklärungsprozess unter Beteiligung verschiedener ärztlicher Berufsgruppen) mit dem Ziel, die medizinischen, funktionellen und psychosozialen Probleme und Ressourcen alter Menschen und deren Umgebung zu erfassen und einen umfassenden Therapieplan für eine weitere Behandlung und Betreuung zu entwickeln – angepasst an die Realitäten und den Bedürfnissen der Patienten.

Das geriatrische Assessement gilt als die wichtigste Arbeitsmethode, denn sowohl die ganzheitliche Betrachtung des Patienten steht im Vordergrund, als auch die Einbindung eines therapeutischen Teams in Diagnostik und Behandlung.

Weitere Schritte nach dem Assessement sind aufbauende Therapieplanung, Behandlung, Pflege von Patienten und Beratung von Angehörigen, sowie die Evaluation von Ergebnissen.

Von zentraler Bedeutung der Leistungen und Massnahmen zur Förderung der Gesundheit und Prävention von Krankheiten ist immer den Gesundheitszustand der betagten Person aufrecht zu erhalten oder zu verbessern – und somit eine rechtzeitige Reaktion auf typische Alterssyndrome zu gewährleisten.

Adullam Geriatriespital

Mittlere Strasse 15
Postfach
4003 Basel
Tel. 061 266 99 11
Fax 061 261 18 47
info@adullam.ch
www.adullam.ch

adullam
ALTER UND GESUNDHEIT

Das Geriatriespital der Adullam-Stiftung nimmt geriatrische Patientinnen und Patienten auf. Die Einweisung erfolgt durch die Hausärztinnen und Hausärzte direkt, über die Notfallstation oder durch die Akutabteilungen des Universitätsspitals Basel und des St. Claraspitals.
Die geriatrischen Patientinnen und Patienten leiden häufig an verschiedenen Krankheiten gleichzeitig, und die gesundheitlichen Beeinträchtigungen betreffen somatische, psychische, soziale und funktionelle Dimensionen. Im Geriatriespital werden die Patientinnen und Patienten in allen diesen Bereichen umfassend abgeklärt, behandelt und betreut.

Das Geriatriespital erfüllt drei Grundaufgaben und leistet damit:

1. Akut - Geriatrie
2. Geriatrie - Rehabilitation
3. Geriatrie - Langzeitbehandlung

Die umfassende medizinsch-geriatrische Betreuung im Geriatriespital mit 100 Betten (inkl. 15 Betten Passerellestation: Übergang vom Spital ins Pflegeheim) und dem Alters- und Pflegeheim mit 200 Betten (siehe Alter & Pflege, S. 62) sind Ausdruck der Philosophie und des Willens der Stiftung, ganzheitliche stationäre Betreuung Betagter anzubieten. Die Adullam-Stiftung ist eine private, gemeinnützige Institution.
Mit ihren 350 Mitarbeitenden leistet sie einen wichtigen Beitrag zur stationären Betreuung betagter Patientinnen und Patienten in Basel-Stadt.

Nicht nur für Schönheitsbewusste:

PLASTISCHE, REKONSTRUKTIVE UND ÄSTHETISCHE CHIRURGIE

Die Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie deckt ein breites Feld ab. Sie leistet für weibliche und männliche Patienten aller Altersstufen unverzichtbare Dienste, denn sie kann sowohl Leben retten als auch die Lebensqualität verbessern. Die Patienten werden aus ganz verschiedenen Abteilungen überwiesen: Von der Notfallstation und von Ärzten chirurgischer und nicht chirurgischer Fachrichtungen.

Fachärzte für plastische, ästhetische und Wiederherstellungschirurgie mit FMH-Titel haben eine anerkannte, fundierte, mindestens 6 jährige Ausbildung und eine spezielle Prüfung absolviert. Sie ergänzen ihre Ausbildung regelmässig durch Kurse und Kongresse.

Die ästhetische / plastische Chirurgie

hat sich seit den späten 40er Jahren enorm entwickelt. Sie behandelt inzwischen immer komplexere Probleme und ist für den Fortschritt in folgenden Gebieten von grosser Bedeutung: Bessere Kenntnisse der Anatomie, Verbesserung der Anästhesie-Techniken, Bekämpfung von Infektionen nach Operationen, Fortschritte in der Mikrochirurgie und Entwicklung neuer Instrumente. Die Erwartungen und Anforderungen an die ästhetische / plastische Chirurgie werden immer grösser – und können immer besser erfüllt werden.

Die Wiederherstellungschirurgie

befasst sich mit äusserlichen Missbildungen, Unfallursachen, Haut- und sonstigen anatomischen Verlusten, die z. B. durch Tumore verursacht wurden. Sie findet ebenfalls Anwendung in der Dermatologie und in der Gefässchirurgie.

Die plastische Chirurgie

beschäftigt Ärzte, so genannte Plastiker, die auch in Forschung und Lehre aktiv sind. Dabei geht es z. B. um Anatomie und Heilungsprozesse.
Plastiker arbeiten oft für humanitäre Programme und Projekte, ebenso in der Schweiz wie in Entwicklungsländern. Behandelt werden beispielsweise Gesichtszerstörungen, Verbrennungen, Entstellungen durch Lepra und andere Krankheiten.

Die Schönheitschirurgie

korrigiert Schönheits«fehler» und individuell als Problem empfundenes Aussehen. Es liegen hier keine Missbildungen oder Verletzungen vor.

Wer bezahlt den Eingriff?

Leistungen, die im KVG vorgesehen sind, werden von den Versicherungen übernommen – es muss also eine anerkannte Therapie der Wiederherstellungschirurgie vorliegen, um eine Krankheit oder die Folgen eines Unfalls zu behandeln. Die IV trägt in der Regel die Behandlung von Missbildungen.

Fragen Sie Ihren behandelnden Facharzt, er informiert Sie über die Möglichkeiten der Kostenübernahme und die nötigen Schritte.
Manche Zusatzversicherungen (halbprivat und privat) schliessen die Kostenübernahme von Eingriffen plastischer, rekonstruktiver und ästhetischer Art aus. Prüfen Sie Ihren Versicherungsvertrag unbedingt vor dem Unterschreiben!

Da die Massnahmen der Schönheitschirurgie nicht krankheitsbedingt sind und auch keine Unfallfolgen behandeln, werden diese Leistungen von keiner Krankenversicherung übernommen.
Lassen Sie sich für einen solchen Eingriff vom betreffenden Arzt oder der betreffenden Klinik einen Kostenvoranschlag erstellen. Dieser beinhaltet den chirurgischen Eingriff, die Nachsorge, den Spitalaufenthalt und die Anästhesie. Die Preisunterschiede können beachtlich sein.

Mögliche Komplikationen

Grundsätzlich bedeuten schönheitschirurgische Eingriffe ein hohes Risiko, denn im Prinzip wird ein an sich gesunder Körper «verletzt». Zudem sind Komplikationen oder zusätzliche Nachoperationen keine Seltenheit. Jeder Eingriff kann anders verlaufen, daraus entstandene Komplikationen bedeuten einen Mehraufwand, der nicht im Kostenvoranschlag enthalten ist. Ihr Facharzt klärt Sie über mögliche Risiken im Vorfeld auf.

Operationen und Eingriffe

der Brust
- Vergrösserung
- Verkleinerung
- Lifting (Mastopexie)

der Silhouette
- Lipoaspiration
- Abdominoplastik
- Lifting der Arme und Oberschenkel
- Fettreduktion am Rücken
- Korrekturen nach grösserem Gewichtsverlust

Gesichtschirurgie
- Korrektur abstehender Ohren
- Rhinoplastie (Nasenkorrektur)
- Korrektur des Kinns
- Lidplastik

Glatzenchirurgie

Verjüngungschirurgie
- Faltenkorrektur
- Facelifting
- Halslifting

Laser und Peelings

Geburtsgebrechen und Missbildungen
- Korrektur von Spalten und deren Folgen
- Kraniofasziale Deformitäten
- Missbildungen der Glieder und der Hand
- Missbildungen der Brust
- Missbildungen der Ohren
- Missbildungen der Haut

Rekonstruktionen nach Tumoren
- Rekonstruktion nach Hauttumoren
- Brustrekonstruktionen
- Rekonstruktionen im Schädelbereich
- Rekonstruktionen im Rumpf-, Glieder- und Nervenbereich

Handchirurgie
Viele plastische Chirurgen sind qualifiziert, auch die äusserst komplexen Eingriffe an der Hand vorzunehmen. Da sie täglich an Weichteilen operieren, beherrschen sie auch die Bearbeitung der feinen Nerven und Gefässe der Hand.

Korrektur nach Unfällen
- Verbrennungschirurgie
- Lappenplastik (Knochen, Nerven, Bänder, Weichteile) bei offenen Wunden
- Rekonstruktion der Nase, der Ohren oder der Lider
- Narbenkorrekturen
- Wiederherstellung zerstörter oder/und unterbrochener Körperfunktionen
- Replantation von abgetrennten Gliedmassen und Körperteilen

Brustwiederherstellung, Brustaufbau
Die von der Schweizerischen Krebsliga herausgegebene Broschüre «Eine neue Brust?» gibt Auskunft über die neuesten Techniken und Materialien. Mailen Sie Ihre Fragen an:
INFO@SWISSCANCER.CH
LIBRARY@SWISSCANCER.CH
HELPLINE@SWISSCANCER.CH
oder rufen Sie an:
Telefon: 0844 85 00 00

Silikon- und andere Implantate
Es gibt verschiedene Techniken – und diese wiederum werden je nach Fall angewendet. Der Facharzt informiert über die Vor- und Nachteile sowie über die Risken.

Informationen zu Implantaten erhalten Sie im «ABC der Brustimplantate» auf der Homepage des Bundesamtes für Gesundheit:
www.swissmedic.ch/md/abc/d/abc-text.htm

Adressen Sortiert nach PLZ

Basel Stadt

Gensheimer Theres
Marktplatz 5
4001 Basel
Tel. 061 261 61 51

Lüscher Nicolas J.
Crossklinik
4009 Basel
Tel. 061 305 10 21

von Känel Oliver
Bethesda-Spital
4020 Basel
Tel. 061 315 24 23

Farhadi J.
Universitätsspital
4031 Basel
Tel. 061 265 25 25

Pierer Gerhard
Universitätsspital
4031 Basel
Tel. 061 265 73 49

Zweifel-Schlatter Mirjam
Universitätsspital
4031 Basel
Tel. 061 265 25 25

Cierpka Kathrin Annette
Picassoplatz 8
4052 Basel
Tel. 061 272 22 77

Herzberg Georg
Picassoplatz 8
4052 Basel
Tel. 061 272 03 34

de Roche Roland
Praxis beim Merian Iselin Spital
4054 Basel
Tel. 061 303 30 70

Nussberger Mark
St. Johanns-Vorstadt 70
4056 Basel
Tel. 061 322 18 18

Basel Land

Feurer Reto
Drosselstrasse 1
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 47 80

Pico Rinaldo
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 22 22

Rometsch Michael
Hirslanden Klinik Birshof
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 22 22

SGPRAC-SSCPRE OFFICE
15, avenue des Planches - 1820 Montreux
Tel. 021 963 21 39 - Fax 021 963 21 49
info@plastic-surgery.ch
www.plastic-surgery.ch

Präsident Schweiz
dknutti@swissonline.ch

Präsidentin beider Basel
praxis_gensheimer@bluewin.ch

Geschäftsführerin/Info
office@cpconsulting.ch

Anthroposophische Medizin

Die anthroposophische Medizin ist ein ganzheitliches und umfassendes Medizinsystem, das sich seit mehr als 80 Jahren auf der ganzen Welt verbreitet und weiterentwickelt. Sie wird von schulmedizinisch ausgebildeten Ärzten/-innen und Krankenschwestern bzw. -pflegern mit qualifizierter Zusatzausbildung, sowie von langjährig geschulten Therapeuten/-innen – sowohl ambulant wie auch stationär in speziell dafür eingerichteten Kliniken und Spitälern – ausgeübt.

Erweiterung der naturwissenschaftlichen Medizin

Die anthroposophische Medizin versteht sich als eine Erweiterung der naturwissenschaftlichen Medizin durch geisteswissenschaftliche Forschungsmethoden. Die Ausrichtung am Wesen des Menschen und seinen seelischen und geistigen Bedürfnissen macht diese Medizin patientenzentriert und menschenfreundlich. Alle Massnahmen werden an den individuellen Bedürfnissen der Kranken orientiert. Das diagnostische- und therapeutische Konzept wird immer am konkreten Einzelfall entwickelt. Es wird grossen Wert darauf gelegt, die Patienten/-innen in umfassender Weise über ihren Zustand zu informieren und aktiv am Gesundungsprozess zu beteiligen. Ebenso wird auf eine möglichst bewusste Lebensführung (Gesundheitsförderung) und Krankheitsvorsorge (Prävention) geachtet.

Unterstützung der Selbstheilungskräfte

Im Vordergrund einer Behandlung steht immer die Anregung und Unterstützung der Selbstheilungskräfte. Diese werden durch die anthroposophische Geisteswissenschaft differenziert beschrieben als Tätigkeiten des Lebens-, Seelen- und Geistorganismus. Mit Hilfe äusserer Anwendungen und homöopathischer oder aus anthroposophischer Erkenntnis stammender Heilmittel wird in der anthroposophischen Medizin ebenso gearbeitet, wie auch mit speziell dafür entwickelten künstlerischen Therapien.

Anthroposophische Heilmittel

Anthroposophische Heilmittel sind ganzheitlich konzipierte Kompositionen aus Grundstoffen mineralischen, pflanzlichen oder tierischen Ursprungs. Aber nicht nur die Inhaltsstoffe, auch die Art der Verarbeitung spielt eine entscheidende Rolle bei der Herstellung: Verschiedene Produktionsverfahren sind auf die Wirkungsweise der vier Wesensglieder abgestimmt. Je nach gewünschter Wirkung wird eine Natursubstanz verfestigt, verflüssigt, destilliert, extrahiert, rhythmisiert oder verbrannt.

Auch die Form des Heilmittels – ob Tablette, Tropfen, Salbe, Pulver oder Injektionslösung – weist eine Beziehung zu demjenigen Wesensglied auf, bei dem die Heilung ansetzen soll. Bekannte anthroposophische Heilmittel sind Mistelpräparate zur Krebsbehandlung, sowie weitere Pflanzenpräparate, Arzneimittelkombinationen aus homöopathischen Präparaten, mit Pflanzen gelöste Metalle, Metallsalben sowie Öle und Tinkturen für Wickel, Einreibungen und Bäder.
Anthroposophische Arzneien sprechen die Selbstheilungskräfte an und unterstützen gezielt natürliche Lebensprozesse. Sie werden daher nicht nur in der ärztlichen Therapie eingesetzt, sondern eignen sich grösstenteils auch für die Selbstmedikation.

Anthroposophische Kunsttherapien

Die anthroposophischen Kunsttherapien setzen das Plastizieren und Malen, die Musik, Sprache und Bewegung ein, um die körpereigenen Regenerationskräfte anzuregen und die Persönlichkeitsentwicklung zu fördern. Lebensvorgänge und Organfunktionen, deren natürlicher Rhythmus aus dem Gleichgewicht geraten ist, werden durch künstlerisches Gestalten ausgeglichen und gekräftigt. Therapeutinnen und Therapeuten entwickeln in Absprache mit den behandelnden Ärzten/-innen individuelle Übungen und Übungsfolgen. Die Patienten/ -innen erfahren sich dabei nicht als passiv Erleidende, als «geduldig auf Wirkung Wartende», sondern tragen durch ihre eigene Aktivität wesentlich zum Heilungsprozess bei.

Adressen

sortiert nach Fachgebieten

Anthroposophische Kliniken

Ita Wegman Klinik
Pfeffingerweg 1
4144 Arlesheim
Tel. 061 705 71 11
Fax 061 705 71 00
info@wegmanklinik.ch
www.wegmanklinik.ch

Lukas Klinik
Brachmattstrasse 19
4144 Arlesheim
Tel. 061 706 71 71
Fax 061 706 71 73
kontakt@lukasklinik.ch
www.lukasklinik.ch

Anthroposophische Produkte

Weleda AG
Dychweg 14
4144 Arlesheim
Tel. 061 705 21 21
Fax 061 705 23 10
www.weleda.ch

Anthroposophische Vereinigung

anthrosana, Verein für anthroposophisch erweitertes Heilwesen
Postplatz 5 - Postfach 828
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 15 14
Fax 061 701 15 03
info@anthrosana.ch
www.anthrosana.ch

Ita Wegman Klinik

Pfeffingerweg 1
4144 Arlesheim
Tel. 061 705 71 11
Fax 061 705 71 00
info@wegmanklinik.ch
www.wegmanklinik.ch

Mensch sein im Spital

Die Klinik

Die Ita Wegman Klinik wurde 1921 von der holländischen Ärztin Ita Wegman im Zusammenwirken mit Rudolf Steiner begründet. Sie ist ein öffentliches Akutspital in privater Trägerschaft (ohne Subventionen) mit 63 Betten.

Das stationäre Angebot

- 24-Stunden-Notfalldienst in der Inneren Medizin
- Spitalbehandlungen in den Bereichen Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geburtshilfe sowie offene Psychiatrie und Psychosomatik
- Schwerpunkte der Inneren Medizin: Kardiologie, Infektionskrankheiten und psychosomatische Erkrankungen
- Familienstation mit Mutter- und Kind-Hospitalisation
- Äussere Anwendungen in der Pflege (Wickel, Auflagen, Einreibungen)
- Sozialdienst

Es werden Patientinnen und Patienten aller Versicherungsklassen behandelt. Für Einwohner des Kantons Baselland reicht die Grundversicherung, Einwohner anderer Kantone benötigen die Zusatzversicherung «Allgemein ganze Schweiz».

Ausserdem in der Ita Wegman Klinik:

- Ambulante Behandlungen in den Bereichen Innere Medizin, Kinderheilkunde, Geburtshilfe sowie Psychiatrie
- Eigene Heilmittelherstellung und öffentliche Apotheke
- Öffentliche Cafeteria mit anerkannter Bio-Küche
- Ernährungsberatung
- Pflegeweiterbildung
- Öffentliche Kurse, Vorträge und Workshops
- Reiches Kulturleben mit Ausstellungen, Konzerten u.v.m.

Als stillfreundliche Klinik zertifiziert durch unicef

Goût Mieux
Natürlich geniessen im Restaurant.

Umfangreiches Therapieangebot – auch ambulant

- Maltherapie/Plastizieren
- Musiktherapie
- Künstlerische Sprachtherapie
- Heileurythmie
- Physiotherapie
- Medizinisches Trainingszentrum Sirius
- Rhythmische Massage nach Dr. med. Ita Wegman
- Medizinische Bäder und Einreibungen
- Praxis für Gesundheitspflege: Wickel und Einreibungen

Sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse bezüglich Kostenübernahme!

Besuchen Sie auch unser Gesundheitsportal www.quinte.ch!

Ita Wegman Klinik Arlesheim

Naturpark

SQS ISO 9001

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel UPK

Wilhelm Klein-Strasse 27
4025 Basel
Tel. 061 325 52 45
Fax 061 325 52 58
alexander.bauch@upkbs.ch
www.upkbs.ch

upk Universitäre Psychiatrische Kliniken Basel

Menschen für Menschen

Die Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel (UPK) sind Teil des öffentlichen Gesundheitswesens des Kantons Basel-Stadt. Sie orientieren sich an ihrem Leistungsauftrag und sind führend in der psychiatrisch-psychotherapeutischen Grund- und ausgewählten Spezialversorgung.

In ihren vernetzten Tätigkeitsbereichen

- stationäre, teilstationäre und ambulante psychiatrische Versorgung von Erwachsenen, Kinder und Jugendlichen sowie
- Lehre und Forschung

gelten sie als nationale und internationale Referenz.

Die UPK Basel gewährleisten ihren Patientinnen und Patienten ein fortschrittliches Angebot an Diagnostik, Behandlung und Pflege.

Mit rund 800 Mitarbeitenden der verschiedensten Berufe erfüllen die Kliniken diesen anspruchsvollen Auftrag.

Eine zeitgemässe psychiatrische Versorgung umfasst auch moderne und nach anerkannten Standards eingerichtete Pflegeabteilungen.

Als erste Universitätsklinik der Schweiz wurden die Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel im Februar 2007 nach den europäischen Qualitätsstandards der European Foundation for Quality Management (EFQM) zertifiziert.

COMMITTED TO EXCELLENCE
EFQM

KPD

KANTONALE PSYCHIATRISCHE DIENSTE

Bienentalstrasse 7 - CH-4410 Liestal
Tel. 061 927 70 11 - Fax 061 927 70 05
info@kpd.ch - www.kpd.ch

Kantonale Psychiatrische Klinik, Liestal

Die Kantonalen Psychiatrischen Dienste (KPD) bündeln sämtliche psychiatrischen Leistungen des Kantons sowie jene der stationären Alters- und Behindertenpflege. Sie stehen alle unter einer gemeinsamen Leitung.

Tierpark KPD, Liestal

- Kantonale Psychiatrische Klinik (KPK)
  Sie ist zuständig für die gesamte stationäre psychiatrische Versorgung: Aufnahmen rund um die Uhr, Abklärungen, Akutbehandlungen, Entzüge und Rehabilitationen.
  Im Altersbereich der Klinik erhalten betagte Menschen mit dauernder psychischer Störung und/oder mit schwerem psychosozialem Handicap in einem spezialisierten stationären Umfeld Pflege, Betreuung und ärztliche Behandlung.

- Externe Psychiatrische Dienste (EPD)
  Sie sind zuständig für ambulante und teilstationäre (tagesklinische) Leistungen für Erwachsene: Notfall- und Konsiliardienst, Behandlungen, Gutachten sowie sozialpsychiatrische Versorgung an den Standorten Liestal, Bruderholz und Münchenstein. Via Fachstelle Forensik erfolgen die Durchführung von gerichtlichen Weisungen und Massnahmen sowie die psychiatrische Versorgung der Gefängnisse.

- Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst (KJPD)
  Er ist zuständig für die psychiatrische Versorgung von Kindern und Jugendlichen: Notfall- und Konsiliardienst, Gutachten, Kriseninterventionen, Abklärungen und Therapien.
  Der KJPD führt drei Polikliniken sowie drei stationäre Einrichtungen an den Standorten Liestal, Bruderholz und Laufen.

- Drogenberatung Baselland (DBL)
  Sie ist zuständig für Prävention, ambulante Beratung und Therapie sowie für die kontinuierliche Betreuung und Behandlung von Suchtmittelabhängigen in den Zweigstellen Liestal, Reinach und Laufen. Sie führt überdies im Auftrag des Regierungsrates am Standort Reinach die Heroin gestützte Behandlung (HeGeBe) durch.

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst, Bruderholz

- Fachstelle für Psychiatrische Rehabilitation (FPR)
  Sie ist zuständig für die Entwicklung der rehabilitativen Versorgung sowie für die Entwicklung des rehabilitativen Faches zur Förderung der Integration und Lebensqualität psychisch kranker Menschen.

- Wohnheime
  Das Wohnheim «Windspiel» in Liestal bietet erwachsenen Menschen mit geistiger Behinderung einen angemessenen, die Beherbergung, Betreuung und Förderung umfassenden Lebensraum an.
  Das Wohnheim «Wägwiiser» in Niederdorf bietet psychisch behinderten Erwachsenen eine zeitlich unbefristete und professionell betreute Wohnform an.

Wohnheim Windspiel, Liestal

- Arbeit und Beschäftigung (AuB)
  AuB ist zuständig für die berufliche Integration und vermittelt IV-berenteten Menschen mit psychischer Behinderung in eigene Werkstätten, an integrative Arbeitsplätze der KPD oder in Unternehmen des allgemeinen Arbeitsmarktes und begleitet diese zeitlich unbefristet.

KLINIK SONNENHALDE AG

Psychiatrie und Psychotherapie

Gänshaldenweg 28 - CH-4125 Riehen
Tel. 061 645 46 46 - Fax 061 645 46 00
info@sonnenhalde.ch - www.sonnenhalde.ch

Besuchszeiten: täglich von 10.00h bis 19.00h

SONNENHALDE

menschlich, fachlich, christlich

Die Klinik Sonnenhalde ist eine Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie.

Trägerschaft

Die Klinik Sonnenhalde ist als gemeinnützige Aktiengesellschaft organisiert. Träger sind das Diakonissenhaus Riehen und das Diakonat Bethesda Basel. Mit der Erfüllung unseres diakonischen Grundauftrags wollen wir einen Beitrag zu einer ganzheitlichen Heilung an Körper, Seele und Geist leisten.

Psychiatrie in christlicher Grundhaltung

In der Klinik Sonnenhalde werden Menschen in ihrer Ganzheit wahrgenommen und behandelt. Dazu gehören neben vielen anderen Faktoren auch das Bedürfnis nach Sinnsuche und der oft sehr persönlich gefärbte Glaube eines Menschen.

Das **allgemeine Therapiekonzept** umfasst drei Schwerpunkte, die sich ergänzen und angepasste Therapiemöglichkeiten anbieten:

- **Stationäre Therapieangebote**
  Den Patienten steht ein vielseitiges Angebot aus bewährten Therapieformen und -methoden zur Verfügung: Ärztlich-medikamentöse Therapie, psychotherapeutische und seelsorgliche Gespräche sowie Kreativatelier, Sport und praktische psychosoziale Hilfen.
- **Tagesklinik**
  Die Tagesklinik eignet sich für Patienten im Übergang vom stationären zum ambulanten Setting sowie für solche, die von einem intensiven ambulanten Angebot profitieren möchten.
- **Ambulatorium**
  Psychische Erkrankungen und Krisen können oft ambulant behandelt werden. Unser kompetentes Team von erfahrenen Ärzten und Psychologinnen macht Ihnen gerne ein Angebot.

Zimmer und Gemeinschaftsräume

Die Patienten sind in modern eingerichteten Einzel- und Doppelzimmern untergebracht. Die gemütlich eingerichteten Aufenthaltsräume bieten einen freundlichen Rahmen für Begegnung und Austausch. Auch die helle Veranda mit Blick auf den Park und die Sitzplätze der Häuser sind ein beliebter Aufenthaltsort.

Klinik und ihre Umgebung

Die Klinik Sonnenhalde mit ihren Jugendstilhäusern liegt mitten in einem ruhigen wunderschönen Park. Sie ist nur 500 Meter vom Dorfzentrum Riehen mit seinem historischen Dorfkern, Restaurants, Einkaufsmöglichkeiten und Museen entfernt.

Einweisung

Eine Einweisung muss durch einen Arzt erfolgen. Wenn Sie keinen externen Arzt haben, können Sie sich bei unserem Ambulatorium melden, wo in einem Vorgespräch die Notwendigkeit eines stationären Aufenthaltes geklärt wird.

Kontaktstelle Psychiatrie

Telefon 061 302 07 07
zu folgenden Zeiten:

montags von	13.00h bis 14.00h und
donnerstags von	17.30h bis 19.00h

Die Kontaktstelle richtet sich an Erwachsene und Jugendliche mit akuten oder anhaltenden Sorgen oder Ängsten, mit körperlichen Beschwerden unklarer Herkunft, an Menschen, die sich den Anforderungen in Ausbildung oder Beruf, der Familie oder in der Beziehung nicht mehr gewachsen fühlen. Sie richtet sich an alle, die mit den Methoden der modernen Psychoanalyse zu einem tieferen Verständnis von sich selbst gelangen möchten.

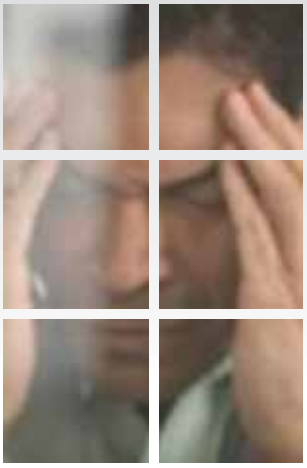
Wir stellen Ihnen einen geschützten Rahmen zur Verfügung, in dem Sie mit erfahrenen Psychoanalytikerinnen und Psychoanalytikern vertraulich sprechen können. Diese ein bis zwei Abklärungsgespräche dienen dazu, gemeinsam mit Ihnen ein erstes Verständnis für die Ihren Problemen zu Grunde liegenden seelischen Konflikte zu erarbeiten. So erhalten Sie Gelegenheit, umittelbare Erfahrung mit der psychoanalytischen Arbeitsweise zu machen. Ist eine psychoanalytische Behandlung angezeigt, helfen wir Ihnen, wenn erwünscht, einen Platz für eine Psychoanalyse oder psychoanalytische Psychotherapie zu finden. Die Abklärungsgespräche dauern jeweils etwa eine bis eineinhalb Stunden, sind unentgeltlich und stellen auch eine Orientierungshilfe bei der Vielfalt der heute angebotenen psychotherapeutischen Verfahren dar.

Wenn Sie uns anrufen, vereinbaren wir mit Ihnen einen Gesprächstermin.

SchmerzKlinik

Kirschgarten Basel

Hirschgässlein 11-15
Postfach
4010 Basel
Tel. 061 295 89 89
Fax 061 272 75 29
info@schmerzklinik.ch
www.schmerzklinik.ch



Psychosomatik, Psychiatrie, Psychologie und Neuropsychologie

Schmerz ist mehr als eine reine Reizempfindung. Er wird durch unser Verhalten und unsere Gefühle, Gedanken sowie früheren Erfahrungen moduliert oder gar initiiert. Der am Körper empfundene Schmerz hat nicht immer eine körperliche Schädigung als Ursache. Vielmehr kann das Gehirn des Menschen – als kreative Leistung – Schmerz einsetzen, um eine seelische Notlage auszudrücken oder kann das Schmerzgedächtnis unter bestimmten Umständen frühere schmerzhafte Erfahrungen aufleben lassen. Andererseits schränken chronische Schmerzen die Betroffenen in allen Lebensbereichen – Arbeit, Freizeit, Partnerschaft, soziale Beziehungen – massiv ein und stellen ein enormes psychisches Problem dar. Schmerzen können die seelischen Ressourcen erschöpfen und zu Hilflosigkeit, Depressionen und Ängsten führen. Gerade solche Befindlichkeiten, aber auch gewisse Gedanken und Verhaltensweisen verstärken sich durch eine veränderte Schmerzverarbeitung der Schmerzen und erschweren eine erfolgreiche Behandlung.

Aus all diesen Gründen berücksichtigen wir bei der Diagnostik und Behandlung chronischer Schmerzen auch die psychische Verfassung und das Umfeld des Patienten. Im Rahmen unseres ganzheitlichen Diagnostik- und Behandlungskonzeptes besteht damit die Möglichkeit, Zusammenhänge zwischen chronischen Schmerzen und psychosozialen Belastungsfaktoren, früheren schmerzlichen Erfahrungen, Gefühlen sowie Gedanken genauer kennen zu lernen. Unsere Aufgabe ist es, Auslöser sowie den Schmerz aufrechterhaltende Faktoren zu identifizieren. Das hilft uns, unsere Patienten gezielt zu behandeln.

Ein weiteres wichtiges Gebiet ist die neuropsychologische Diagnostik. Eine Reihe erprobter und zuverlässiger psychologischer Testverfahren geben Auskunft über den Zustand verschiedener psychischer Funktionen, wie z. B. Konzentrationsfähigkeit, Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Ausdauer und Belastbarkeit unter Zeitdruck, Lösungsstrategien bei praktischen und theoretischen Aufgaben. Mit dieser Diagnostik können psychische Einbussen nach Unfällen mit Kopfverletzungen und bei Schleudertraumen objektiv erfasst werden. Für die Unfallversicherungen können das Ausmass einer psychischen Beeinträchtigung mit konkreten Zahlen belegt werden.

In unserer Abteilung für Psychosomatik, Psychiatrie, Psychologie und Neuropsychologie bieten wir an:

- Abklärung und Behandlung von Patienten/innen mit chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates, mit Kopfschmerzen, Migräne, non-organic chest pain und funktionellen Abdominalschmerzen
- Abklärung und Behandlung von den Schmerz begleitenden komorbiden Störungen (Depression, Angst etc.)
- Verhaltenstherapie (u.a. Erlernen von Schmerzbewältigungstechniken)
- Tiefenpsychologisch orientierte Gesprächstherapie
- Neuropsychologische Abklärungen
- Entspannungsübungen (Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Autogenes Training)
- Biofeedback zur Behandlung von Rücken/Nackenschmerzen, Kopfschmerzen und Migräne
- Hypnose

Universitätsspital Basel

Spitalstrasse 21/Petersgraben 4
4031 Basel
Tel. 061 265 25 25
Fax 061 265 26 50
info@unispital-basel.ch
www.unispital-basel.ch

Universitätsspital Basel

Universitätsspital Basel

Das Universitätsspital Basel gehört zu den grössten und führenden medizinischen Zentren der Schweiz mit hohem international anerkanntem Standard.

700 Ärztinnen und Ärzte und 1500 Pflegende sorgen auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse und mit modernster medizintechnischer Ausstattung für das Wohlergehen, die Sicherheit und die Genesung der Patientinnen und Patienten.
Zu den Verpflichtungen der Mitarbeitenden gehört, fachlich und menschlich kompetent auf die Sorgen und Hoffnungen der Patientinnen und Patienten einzugehen.

Die enge Zusammenarbeit des Universitätsspitals Basel mit der ältesten Universität der Schweiz in Basel sowie der intensive Wissenstransfer zwischen dem Universitätsspital Basel und den global führenden Life Science-Unternehmen in Basel garantieren Behandlungskonzepte und Innovationen in allen medizinischen Fachrichtungen auf höchstem Niveau.

Im Universitätsspital Basel werden pro Jahr 27.000 Menschen stationär und 150.000 ambulant behandelt.

Kantonsspital

Bruderholz

Gemeindeholzweg
4101 Bruderholz
Tel. 061 436 36 36
Fax 061 436 36 50
info@ksbh.ch
www.bruderholzspital.ch

Seit über 30 Jahren ist das Kantonsspital Bruderholz für die erweiterte Grundversorgung von rund 140000 Personen des Einzugsgebietes zuständig. Aufgrund des vom Kanton Basel-Landschaft erteilten Leistungsauftrages bietet es folgende Dienstleistungen an:

Interdisziplinäre Notfallstation

(rund um die Uhr voll einsatzbereit)

Stationärer Bereich

- 430 Betten für alle Versicherungsklassen
- Chirurgie mit Gefäss-, Thorax-, Viszeralchirurgie, Traumatologie, Handchirurgie, rekonstruktive Chirurgie
- Frauenklinik inkl. Präpartale Station
- Medizin mit Angiologie, Gastroenterologie, Kardiologie, Onkologie, Pneumologie, Hämatologie, Diabetologie, Neurologie, Endokrinologie, Nephrologie, Infektiologie und Knochenstoffwechsel
- Orthopädie / Traumatologie mit OSG-, Knie-, Hüft- und Schulterendoprothetik, arthroskopische Schulter- und Kniechirurgie, Fusschirurgie, Korrektureingriffe, Traumatologie des gesamten Bewegungsapparates
- Rehabilitation und Akutgeriatrie inkl. Neurorehabilitation
- Anästhesie und Interdisziplinäre Intensivpflegestation
- Röntgeninstitut und Nuklearmedizin

Ambulatorium

Für alle oben erwähnten Dienstleistungen steht auf Zuweisung hin unser umfassend eingerichtetes Ambulatorium für Abklärungen und Untersuchungen zur Verfügung.

Seit Anbeginn beobachtet das Kantonsspital Bruderholz offen alle Veränderungen im Gesundheitswesen. Es setzt innovativ die wichtigen Erkenntnisse und Errungenschaften der modernen Medizin wirkungsvoll und kostenbewusst zum Nutzen der ihm anvertrauten Menschen um.

Die konsequente Fokussierung auf die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten, die stetige Anpassung der Dienstleistungen sowie der technischen Infrastruktur, ein konsequentes spitalweites Qualitätsmanagement, engagierte und bestausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stellen sicher, dass das Kantonsspital Bruderholz als modernes Akutspital für die Erbringung der definierten Dienstleistungen eine für die Region unverzichtbare Institution ist und bleibt.

Felix Platter-Spital

Burgfelderstrasse 101
Postfach
4012 Basel
Tel. 061 326 41 41
Fax 061 326 41 40
info@fps-basel.ch
www.felixplatterspital.ch

Bewegung steht im Mittelpunkt des Felix Platter-Spitals

Felix Platter-Spital ist und bleibt in Bewegung

Denn die drei Kliniken zielen auf den Erhalt oder die Wiedererlangung der Beweglichkeit von Patientinnen und Patienten ab. Das Geriatrische Kompetenzzentrum mit seinen umfassenden medizinischen Dienstleistungen für die gesundheitlichen Probleme im Alter ist die grösste Klinik. Auch die Rheumatologische Universitätsklinik beschäftigt sich mit dem Bewegungsapparat und hat sich weit über die Grenzen Basels hinaus einen Namen geschaffen. Als dritte Klinik steht den Patientinnen und Patienten die Orthopädische Frührehabilitation zur Verfügung.

Neu in der Spitalmedizin, respektive einmalig ausgebaut, sind sowohl die multidisziplinäre Zusammenarbeit unter Nutzung aller Ressourcen, als auch das System der Behandlungskette. Diese garantiert: Von der Akutmedizin im Universitätsspital über die Rehabilitation im Felix Platter-Spital bis nach Hause behandeln immer die gleichen Personen.

Die individuelle Pflege und der Einbezug der Angehörigen sowie die Berücksichtigung des sozialen Umfeldes haben einen hohen Stellenwert und tragen viel zum familiären Klima bei. Wohltuend wirkt sich auf die Kranken auch der Park mit den romantischen Nischen und verschlungenen Wegen rund um das Spital aus.

Bewegung ist nicht nur das gemeinsame Merkmal der medizinischen und pflegerischen Angebote des Felix Platter-Spitals. Sämtliche Dienstleistungen und die Administration zeichnen sich durch ihre Beweglichkeit aus: Das Felix Platter-Spital ist und bleibt in jeder Beziehung in Bewegung.

Das Felix Platter-Spital besteht aus drei Kliniken. Das Geriatrische Kompetenzzentrum, die Rheumatologische Universitätsklinik und die Orthopädische Frührehabilitation ergänzen sich sinnvoll, sowohl auf verschiedenen medizinischen Gebieten als auch in der Diagnose und der Therapie. Alle drei Kliniken unterhalten enge Beziehungen zum Universitätsspital Basel.

Spitäler Basel-Stadt

Öffentliche

Chrischonaklinik
Hohe Strasse 30
4126 Bettingen
Tel. 061 646 91 11

Felix Platter-Spital
Burgfelderstrasse 101
4012 Basel
Tel. 061 326 41 41
Fax 061 326 41 40
info@fps-basel.ch
www.felixplatterspital.ch

Gemeindespital Riehen
Schützengasse 37
4125 Riehen
Tel. 061 645 25 25
Fax 061 645 25 10
gsr@gsriehen.ch
www.gemeindespital.ch

Universitätsspital Basel
Spitalstrasse 21/Petersgraben 4
4031 Basel
Tel. 061 265 25 25
Fax 061 265 26 50
info@unispital-basel.ch
www.unispital-basel.ch

Universitäre Psychiatrische Kliniken Basek UPK
Wilhelm Klein-Strasse 27
4025 Basel
Tel. 061 325 52 45
Fax 061 325 52 58
alexander.bauch@upkbs.ch
www.upkbs.ch

Universitäts-Augenklinik
Mittlere Strasse 91
4056 Basel
Tel. 061 265 87 87

Universitäts-Frauenklinik
Spitalstrasse 21
4056 Basel
Tel. 061 325 95 95

Universitäts-Kinderspital beider Basel (UKBB)
Postfach
4005 Basel
Tel. 061 685 65 65
Fax 061 685 65 66
info@ukbb.ch
www.ukbb.ch

Private

Adullam Geriatriespital
Mittlere Strasse 15, Postfach
4003 Basel
Tel. 061 266 99 11
Fax 061 261 18 47
info@adullam.ch
www.adullam.ch

Bethesda-Spital
Gellertstrasse 144
4052 Basel
Tel. 061 315 21 21

St. Claraspital
Kleinriehenstrasse 30
4016 Basel
Tel. 061 685 85 85

Hildegard-Hospiz Spital-Stiftung
St. Alban-Ring 151
4020 Basel
Tel. 061 319 75 75

Merian Iselin Spital
Föhrenstrasse 2
4009 Basel
Tel. 061 305 11 11

Klinik Sonnenhalde AG
Psychiatrie und Psychotherapie
Gänsehaldenweg 22 - 32
4125 Riehen
Tel. 061 645 46 46
Fax 061 645 46 00
info@sonnenhalde.ch
www.sonnenhalde.ch

REHAB Basel Zentrum für Querschnittgelähmte und Hirnverletzte
Burgfelderhof 40
4056 Basel
Tel. 061 326 77 77

Schmerzklinik Kirschgarten
Hirschgässlein 11-15
4010 Basel
Tel. 061 295 89 89
Fax 061 272 75 29
info@schmerzklinik.ch
www.schmerzklinik.ch

Gemeindespital Riehen

Schützengasse 37
4125 Riehen
Tel. 061 645 25 25
Fax 061 645 25 10
gsr@gsriehen.ch
www.gemeindespital.ch

GemeindeSpital Riehen
kompetent - persönlich - prompt

Akutspital mit 24h - 7 Tage - Notfall

Willkommen im Gemeindespital Riehen

Das Gemeindespital Riehen ist ein öffentliches Akutspital.

Unser medizinisches und therapeutisches Angebot richtet sich an alle Menschen, die eine medizinische Grundversorgung benötigen.

Wir machen uns stark für eine hohe Dienstleistungsqualität. Langjährige Erfahrung, hohe Fachkompetenz und überschaubare Strukturen unseres kleinen Spitals bieten die besten Vorraussetzungen dafür.

Neben dem Ärzte- und Pflegeteam sorgt unsere Physiotherapie, die Ergotherapie, die Röntgenabteilung und das Labor für eine umfassende Betreuung unserer Patientinnen und Patienten.

Das Spital der kurzen Wege.
kompetent - persönlich - prompt

Unser Leistungsangebot

- Allgemeinchirurgie
- Orthopädie
- Chronische und akute Herz- und Kreislauferkrankungen
- Lungenerkrankungen
- Magen-Darmkrankheiten
- Essstörungen
- Medizinische Suchtbehandlungen
- Akute Baucherkrankungen
- Stoffwechselkrankheiten (Diabetes)
- Geriatrische Erkrankungen
- Orthopädische Erkrankungen
- Gefässerkrankungen
- Rehabilitation
- Terminale Lebensphase

Universitäts-Kinderspital beider Basel (UKBB)

Postfach
4005 Basel
Tel. 061 685 65 65
Fax 061 685 65 66
info@ukbb.ch
www.ukbb.ch

Universitäts-Kinderspital beider Basel (UKBB)

Das oberste Ziel des UKBB ist das Wohl seiner Patientinnen/Patienten und ihrer Angehörigen. Am UKBB erhalten kranke und verletzte Kinder und Jugendliche kindgerechte, umfassende und qualitativ hochstehende medizinische Betreuung.

Am UKBB sind Fachleute für alle wichtigen Belange der Neugeborenen-, Säuglings-, Kinder- und Jugendmedizin vorhanden. Neben den Ärztinnen und Ärzten sorgen die Pflegeteams, das medizinisch-technische, therapeutische und pädagogische Personal, die Dienste der Laboratorien, der Sozialberatung sowie die notwendigen Infrastrukturdienste für eine ganzheitliche Betreuung der jungen Patientinnen und Patienten rund um die Uhr. Die Patientin/der Patient steht immer im Mittelpunkt.
Die medizinische Betreuung der Patienten profitiert auch von der Lehre und der Forschung. Die Lehre garantiert die eigene Weiter- und Fortbildung, währenddem die Forschung die Dienstleistung von morgen bestimmt.

Im Universitäts-Kinderspital beider Basel werden pro Jahr rund 6.000 stationäre und circa 70.000 ambulante Behandlungen durchgeführt.

UKBB-Neubau

Das Uni-Kinderspital beider Basel erhält einen modernen Neubau, der in Basel auf dem Areal Schällemätteli/Altes Frauenspital entsteht. Er wird voraussichtlich im 2. Halbjahr 2010 bezugsbereit sein.

KTK Kindertagesklinik

Liestal AG

Oristalstrasse 87a - 4410 Liestal
Tel. 061 927 94 27 - Fax 061 927 94 29
ktk@kindertagesklinik.ch
www.kindertagesklinik.ch

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag 08.00h bis 19.00h
Samstag, Sonntag und die übrigen Zeiten
nach Vereinbarung

«und abends
wieder zu Hause
bei Mami und Papi»

Alles unter einem Dach

Kindermedizin
Kinderchirurgie
KInderanästhesie
Kinderradiologie
Kinderorthopädie
Kinderzahnmedizin
Hals-Nasen-Ohren HNO

- Kinderfreundlich
- Familienfreundlich
- Altersgemässe Betreuung
- Kurze Aufenthaltsdauer
- Medizinisch fortschrittlich
- «Kindergeprüftes» Ärzte- und Pflegeteam

Langjähriges Netzwerk
Arztpraxis
KTK Kindertagesklinik
Zentrumsspital

Kantonsspital Liestal

Rheinstrasse 26
4410 Liestal
Tel. 061 925 25 25
Fax 061 925 20 90
verwaltung@ksli.ch
www.ksli.ch

Zentrumsspital für den oberen und mittleren Teil des Kantons Basel-Landschaft

KANTONSSPITAL LIESTAL
GEMEINSAM FÜR DIE GESUNDHEIT

Zu unseren Dienstleistungen gehören

- Chirurgische Klinik
- Frauenklinik
- Hals-Nasen-Ohren-Klinik
- Medizinische Uniklinik
- Orthopädische Klinik
- Urologische Uniklinik
- Augenabteilung
- Anästhesie & Intensivmedizin
- Diagnostische Radiologie
  Beratungsstellen, Sanität

Auf das Wohlbefinden unserer Patienten und die Qualität unserer Arbeit setzen wir den Focus. Dafür sorgen wir durch die Bildung von Zentren, ein vernetztes Angebot und eine hohe soziale und fachliche Kompetenz unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

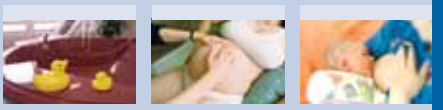
Im Diagnostikzentrum der Inneren Medizin sind alle internistischen Spezialgebiete konzentriert, während im Umfeld der Notfallstation ein kombiniertes Ambulatorium für die chirurgischen Fächer untergebracht ist.

Das Therapiezentrum ermöglicht die Umsetzung neuester medizinischer Erkenntnisse und kombinierter Therapiekonzepte.

Der Geriatriebereich wurde nach aktuellen medizinisch/pflegerischen Erkenntnissen konzipiert und befindet sich in einem infrastrukturell optimalen Umfeld.

Geburtshilfe

am Kantonsspital Liestal



Geborgenheit und Sicherheit –
persönlich und kompetent –
für Eltern und Kind

- Beratung und medizinische Hilfe
  rund um die Uhr
- Unverbindliche Informationsabende
- Hebammensprechstunde
- Wahl aus vielen geburtserleichternden
  Möglichkeiten
- Geburtsvorbereitungskurse
- Beleghebammen
- Alternative Schmerztherapie
- Stillberatung
- Rückbildungsgymnastik

Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse fliessen in unsere Pflege- und Behandlungsmethoden ein. Komplementärmedizinische Angebote erlauben eine noch individuellere Versorgung. Komplexe Probleme lösen und behandeln wir in enger Zusammenarbeit mit den Neonatologen.

Das Kantonsspital Liestal ist ein zertifiziertes stillfreundliches Spital. www.ksli.ch/frauenklinik

Spital Dornach
Spitalweg 11
4143 Dornach
Tel. 061 704 44 44
Fax 061 704 45 97
info@spital-dornach.ch
www.so-h.ch

so H solothurner spitäler ag
spital dornach

Das bekannte und weithin geschätzte Dienstleistungsangebot im medizinischen und auch im chirurgischen Bereich umfasst neben den Schwerpunkten Onkologie und Bauchchirurgie auch eine Vielzahl von konsiliar- und belegärztlichen Leistungen, mit denen wir unser Angebot kompetent erweitern.
Aus folgenden Bereichen sind Ärztinnen und Ärzte in unserem Haus akkreditiert:

Operative Disziplinen
- Allgemeine Chirurgie
- Viszeralchirurgie
- Unfallchirurgie
- Gynäkologie
- Handchirurgie
- Orthopädie
- Kinderchirurgie
- Plast. Chirurgie
- HNO
- Urologie

Medizinische Disziplinen
- Chronische und akute Herz-Kreislauferkrankungen
- Lungenerkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen/ Diabetes
- Magen-, Darm- und akute Baucherkrankungen
- Gefässerkrankungen
- Tumorerkrankungen
- Geriatrische Erkrankungen

Ein Verzeichnis der im Spital tätigen Ärztinnen und Ärzte finden Sie auf unserer Homepage.

Im Jahr 2008 wird ein moderner Computer Tomograph (CT) das Angebot an unseren Möglichkeiten ergänzen.

Aufgrund des bestehenden Freizügigkeitsabkommens zwischen den Kantonen Basel-Land und Solothurn, steht unser Spital auch allen Baselbieter Patientinnen und Patienten ohne Zusatzversicherung sowohl für den chefärztlichen als auch für den belegärztlichen Bereich zur Verfügung.
Die Pflege am Spital Dornach richtet sich grundsätzlich nach den Bedürfnissen der Patientinnen und Patienten. Ein fachlich kompetentes Team begleitet diese professionell auf dem Weg zur Genesung. Dabei sichern gute Informationen und interdisziplinäre Zusammenarbeit eine optimale, patientenorientierte Betreuung.
Hierzu zählt auch das umfassende Angebot von der Physio- über die Ergotherapie bis hin zur Diabetes-, Ernährungs- und Sozialberatung.

Die Hotellerie ist mit 2-Bett-Zimmern und einem ausgeklügelten Wahlkostkonzept auf dem neuesten Stand.

Im ambulanten Bereich bietet das Spital Dornach 365 Tage eine 24-Stunden-Notfallstation, ein Ambulatorium, eine Tagesklinik sowie chef- und konsiliarärztliche Spezialsprechstunden.

Spitäler Basel-Landschaft

Öffentliche

Kantonsspital Bruderholz
Gemeindeholzweg
4101 Bruderholz
Tel. 061 436 36 36
Fax 061 436 36 50
info@ksbh.ch
www.bruderholzspital.ch

Kantonsspital Laufen
Lochbruggstrasse 39
4242 Laufen
Tel. 061 765 32 32
Fax 061 765 33 65
info@ksla.bl.ch
www.ksla.ch

Kantonsspital Liestal
Rheinstrasse 26
4410 Liestal
Tel. 061 925 25 25
Fax 061 925 20 90
info@ksli.ch
www.ksli.ch

Kant. Psychiatrische Klinik
Bienentalstrasse 7
4410 Liestal
Tel. 061 927 70 11
Fax 061 927 70 05
verwaltung@kpd.ch
www.kpd.ch

KTK Kindertagesklinik
Liestal AG
Oristalstrasse 87a
4410 Liestal
Tel. 061 927 94 27
Fax 061 927 94 29
ktk@kindertagesklinik.ch
www.kindertagesklinik.ch

Private

Augenlaserzentrum
Laser Vista
Hauptstrasse 55
4102 Binningen
Tel. 061 426 60 60
Fax 061 426 60 61
info@laservista.ch
www.laservista.ch

Augentagesklinik
Vista Klinik
Hauptstrasse 55
4102 Binningen
Tel. 061 426 60 00
Fax 061 426 60 01
info@vistaklinik.ch
www.vistaklinik.ch

Ergolz-Klinik
Hammerstrasse 5
4410 Liestal
Tel. 061 906 92 92

Ita-Wegman-Klinik
Pfeffingerweg 1
4144 Arlesheim
Tel. 061 705 71 11
Fax 061 705 71 00
info@wegmanklinik.ch
www.wegmanklinik.ch

Lukas-Klinik
Brachmattstrasse 19
4144 Arlesheim
Tel. 061 706 71 71
Fax 061 706 71 73

Praxis-Klinik Birshof
Reinacherstr. 28
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Praxisklinik Rennbahn
St. Jakobs-Strasse 106
4132 Muttenz
Tel. 061 465 64 64
info@rennbahnklinik.ch
www.rennbahnklinik.ch

Solothurn

Spital Dornach
Spitalweg 11
4143 Dornach
Tel. 061 704 44 44
Fax 061 704 45 97
info@spital-dornach.ch
www.so-h.ch

Kantonsspital Laufen

Lochbruggstrasse 39 - CH-4242 Laufen
Tel. 061 765 32 32 - Fax 061 765 33 65
info@ksla.bl.ch - www.ksla.ch

KANTONSSPITAL LAUFEN

Das Kantonsspital Laufen ist ein öffentliches Spital des Kantons Basel-Landschaft. Unser Auftrag ist die Sicherstellung der medizinischen Grundversorgung für die Bevölkerung im Bezirk Laufen, im solothurnischen Bezirk Thierstein sowie weiteren angrenzenden Gebieten.

Über 260 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter setzen sich täglich für die Genesung kranker Menschen ein. Dabei richtet sich ihr Handeln nach Menschlichkeit, Qualität und Wirtschaftlichkeit aus. Als Ausbildungsbetrieb für angehende Ärztinnen und Ärzte, für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Gesundheits-, den administrativen und den handwerklichen Berufen nehmen wir unsere Verantwortung für den Nachwuchs wahr. Und ökologisches Handeln bestimmt unseren Spitalalltag.

Chirurgie ▸ Allgemeine Chirurgie ▸ Orthopädie ▸ Traumatologie ▸ Viszeralchirurgie ▸ HNO (Konsiliardienst KS Liestal) ▸ Urologie (Konsiliardienst KS Liestal)
Frauenheilkunde/Geburtshilfe ▸ Pädiatrie
Medizin ▸ Gastroenterologie ▸ Kardiologie ▸ Hämatologie/Onkologie ▸ Neurologie ▸ Pneumologie ▸ Rheumatologie ▸ Geriatrie
Schmerztherapie

100 Betten (inkl. 4 IMC, 3 RR und 7 Tagesklinik)

Notfallstation 7 x 24 Stunden
Ambulante Beratungsstelle für Patienten auf Zuweisung
Zentrale Untersuchungsdienste (Radiologie, Ultraschall-Diagnostik, Urologie und Endoskopie)
Laboratorien (im Verbund mit den Kantonsspitälern Bruderholz und Liestal)

Therapie und Beratungsangebote ▸ Physiotherapie ▸ Aktivierungstherapie ▸ Ergotherapie (Privatpraxis innerhalb des Spitals) ▸ Diabetesberatung ▸ Stomaberatung

Barmelweid
KLINIK

Klinik Barmelweid
Gepflegt gesund werden in einzigartiger Umgebung

Als Spezialklinik für Pneumologie, medizinische und kardiale Rehabilitation, Schlafmedizin und Psychosomatik behandeln wir Patientinnen und Patienten aller Versicherungsklassen aus der ganzen Schweiz.

Die Klinik Barmelweid verfügt über eine hervorragende medizinisch-technische Infrastruktur, die den neusten Erkenntnissen laufend angepasst wird. Fachleute aus Diagnostik, Medizin, Pflege, Therapie und Hotellerie kümmern sich professionell rund um die Uhr um Sie. Wir begleiten Sie und Ihre Angehörigen kompetent, respektvoll und partnerschaftlich. Wir vermitteln Sicherheit, fördern die Eigenverantwortung und setzen alles daran, dass Sie möglichst rasch wieder in den Familien- und Freundeskreis zurückkehren können.

Hotel Geissflue – Ausspannen, Auftanken, Geniessen. Einladend, gastfreundlich, erholsam, stilvoll und persönlich präsentiert sich Ihnen unser Hotel Geissflue mit Seminarräumlichkeiten für interne und externe Veranstaltungen. Die modernen Hotelzimmer bieten wir auf Wunsch auch den Angehörigen unserer Patientinnen und Patienten an.

Klinik Barmelweid
5017 Barmelweid
Tel. 062 857 21 11 - Fax 062 857 27 37
info@barmelweid.ch - www.barmelweid.ch - www.hotel-geissflue.ch

Leistungsangebot:

Kardiologie. Nach Eingriffen am Herzen finden Sie hier den nahtlosen Übergang zur Rehabilitation. Wir helfen Ihnen, wieder ein gesundes und aktives Leben zu führen.

Schlafmedizin. Eine differenzierte Diagnose und die individuelle Behandlung bei Schlafstörungen haben zum Ziel, die Leistungsfähigkeit und das körperliche Wohlbefinden wieder herzustellen.

Pneumologie. Ein breites Spektrum an Diagnose- und Therapieformen hilft Ihnen bei Atemwegserkrankungen, damit Sie bald wieder in Ihren Alltag zurückkehren können.

Psychosomatik. Hilfe bei Essstörungen, Müdigkeit, Depressionen oder anderen psychosomatischen Störungen. Wir begleiten Sie aktiv auf ihrem Weg zu neuer Lebensqualität.

Notizen

NOTIZEN

IVB Patienten - Transport

Landskronstrasse 26
4056 Basel
24 Std. Bestell-Gratisnummer:
0800 889 998
24 Std. Bestell-Gratisfax:
0800 889 997

Der IVB Patienten- und Verlegungstransport – die kostengünstige Alternative!

Wir führen sämtliche einfachen Kranken- und Verlegungstransporte von medizinisch stabilen Patienten sowohl sitzend als auch liegend durch. Speziell ausgerüstete Fahrzeuge und ausgebildete Transporthelfer IVR/SRK garantieren einen professionellen Transport der Patienten. Dabei legen wir besonderen Wert auf den «Human-touch».

Grundsätzlich werden alle Transporte von einem Transporthelfer durchgeführt; auf Wunsch kann ein zweiter zur Überwachung des Patienten zusätzlich bestellt werden.

Alle Fahrzeuge sind mit Sauerstoff 220V-Anschluss für medizinische Geräte ausgerüstet.
Der IVB Patiententransport steht täglich von 07.00h - 18.00h im Einsatz und steht für Transporte in der ganzen Schweiz sowie im grenznahen Ausland zur Verfügung.

Transporte können kurzfristig (1Stunde vorher) oder längerfristig bestellt werden.
Unsere Telefonzentrale ist jeweils Mo - Fr von 07.00h - 18.00h durchgehend bedient.
Ausserhalb dieser Bürozeiten werden Bestellungen von der MNZ – Medizinische Notrufzentrale entgegengenommen.

IVB PATIENTENTRANSPORT

Die Zahnärzte SSO

Basel-Stadt und Basel-Landschaft

Die Zahnärzte Ihres Vertrauens

Wer sind die Zahnärzte SSO und warum ist es wichtig, auf das SSO Zeichen zu achten?

Die in den offiziellen Zahnärztegesellschaften Basel-Stadt und Basel-Landschaft zusammengeschlossenen Zahnärzte garantieren ihren Patienten eine qualitativ hochstehende, bedürfnisgerechte und kostenmässig faire Behandlung. Nicht jeder Zahnarzt kann Mitglied werden. Die Bewerber müssen sich über ihre Ausbildung ausweisen und sich verpflichten, die von der Gesellschaft festgelegten ethischen und kommerziellen Weisungen einzuhalten. Erst nach einer Probezeit ohne Reklamationen werden die Hospitanten definitiv aufgenommen und dürfen sich Zahnarzt SSO nennen.

Qualitätssicherung und Transparenz liegen in Ihrem Interesse

Die Zahnärzte SSO anerkennen die anspruchsvollen Qualitäts- und Transparenzleitlinien der Schweizerischen Zahnärztegesellschaft SSO, die für die zahnärztlichen Tätigkeiten verbindliche Kriterien festlegen. Sie betreffen die einzelnen Behandlungsschritte und/oder das angestrebte Endresultat einer zahnärztlichen Therapie.

Vor umfangreichen Behandlungen erhalten Sie einen KOSTENVORANSCHLAG.

In Kostenorientierungen und Rechnungen sind Taxpunkte, Taxpunktwert sowie ein Kurztext jedes Behandlungsschrittes detailliert aufgeführt. Das heisst, Sie als Patient wissen, was auf Sie zukommt. Ein Zahnarzt SSO lässt Sie nicht im Dunkeln und präsentiert am Schluss eine überraschend hohe Rechnung, wie dies an anderen Orten schon vorgekommen ist.

Sie profitieren von der Fortbildung der Zahnärzte SSO

Jedes Mitglied ist verpflichtet, sich während mindestens 80 Stunden pro Jahr fortzubilden, sonst verfällt seine Behandlungsberechtigung für Sozialversicherungsfälle. Die Einhaltung dieser Fortbildungsverpflichtung wird regelmässig von der SSO kontrolliert. Dadurch ist gewährleistet, dass die neuesten Methoden in den meisten Praxen angewandt werden können.

Diese zeitigen bessere Ergebnisse und ermöglichen oft eine schnellere Behandlung oder eine mit weniger Schmerzen.

Nützen Sie den offiziellen Notfalldienst

Die Zahnärzte-Gesellschaften beider Basel, SSO, organisieren im Auftrag der kantonalen Behörden den offiziellen zahnärztlichen Tages- und Nachtnotfalldienst. Dieser garantiert während 365 Tagen im Jahr eine permanente Bereitschaft.

Die zahnärztliche Notrufzentrale erreichen Sie unter Tel. 061 261 15 15.

... und sollten Sie einmal unzufrieden sein?

Wenn Sie mit einer Leistung Ihres Zahnarztes nicht zufrieden sind, haben Sie bei einem Zahnarzt SSO die Gewissheit, dass die Zahnärztegesellschaft Ihnen hilft, eine korrekte und faire Lösung des Problems zu finden. Zuerst sollten Sie aber das Gespräch mit Ihrem Zahnarzt suchen. In der Regel können die meisten Differenzen so bereinigt werden. Sollte dies nicht möglich sein, steht Ihnen die Ombudsstelle kostenlos zur Verfügung. Kann diese ihrerseits den Konflikt nicht lösen, können Sie Ihre Beschwerde an die neutrale Begutachtungskommission weiterziehen. Für einen geringen Unkostenbeitrag erarbeitet eine Gruppe von unabhängigen Zahnärzten eine tragfähige Lösung für beide Parteien. Bitte beachten Sie, dass dies nur für Zahnärzte SSO gilt. Bei Nichtmitgliedern müssen Sie den aufwändigen und teuren Weg über die gerichtlichen Instanzen gehen.

Die Ombudsstellen der Zahnärzte Gesellschaften erreichen Sie unter Basel-Stadt Tel. 061 312 02 81 und Basel-Landschaft Tel. 061 763 70 07.

Wählen Sie deshalb auch im Notfall immer zuerst die Telefonnummer eines Zahnarztes SSO. Ausserhalb der Praxisöffnungszeiten wählen Sie die offizielle zahnärztliche Notrufzentrale unter Tel. 061 261 15 15.

Mehr über Zahnmedizin und die Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft (SSO) erfahren Sie auf der Homepage der SSO, www.sso.ch .

Praktizierende Zahnärzte der Zahnärztegesellschaft SSO-Basel

Sortiert nach PLZ

Basel Stadt

Bilgen Erhan
Freie Strasse 52
4001 Basel
Tel. 061 261 07 00

Epting Christoph
Freie Strasse 20
4001 Basel
Tel. 061 269 90 90

Meyer Marc
Rümelinsplatz 14
4001 Basel
Tel. 061 261 25 55
Fax 061 261 23 60
mmdent@bluewin.ch
www.mmdent.ch

Sener Atilla
Falknerstrasse 33
4001 Basel
Tel. 061 261 35 06

Wiehl Peter
Claragraben 95
4005 Basel
Tel. 061 686 52 52

Abels Norbert
Sempacherstrasse 43
4008 Basel
Tel. 061 363 06 06

Adler Andreas
Aeschenvorstadt 21
4051 Basel
Tel. 061 271 03 76

Anner Jürg
Steinenring 21
4051 Basel
Tel. 061 271 70 10

Antic Nenad
Holbeinstrasse 52
4051 Basel
Tel. 061 283 80 20

Boeijinga Berendjan
Steinengraben 67
4051 Basel
Tel. 061 272 50 43

Bolliger Thomas
Holbeinstrasse 19
4051 Basel
Tel. 061 271 61 44

Bossart Markus
Steinenvorstadt 73
4051 Basel
Tel. 061 281 51 57

Cathomen Marianne
Auf der Lyss 16
4051 Basel
Tel. 061 261 51 25

Cseh Andreas
Kornhausgasse 2
4051 Basel
Tel. 061 264 94 00

Dillena Piero
Elisabethenanlage 7
4051 Basel
Tel. 061 271 58 88

Egli Benedict
Spalentorweg 18
4051 Basel
Tel. 061 261 80 90

Engelberger Peter
Stänzlergasse 3
4051 Basel
Tel. 061 281 66 44

Engelberger Thomas
Holbeinstrasse 19
4051 Basel
Tel. 061 271 61 44

Ernst Karin
Schützenmattstrasse 67
4051 Basel
Tel. 061 274 10 30

Felber Peter
Kohlenberg 7
4051 Basel
Tel. 061 281 66 77

Flühler Markus
Aeschenvorstadt 21
4051 Basel
Tel. 061 272 64 34
Fax 061 272 64 34
mfluehler@zahnarzt.cx
www.zahnarzt.cx

Frei Christoph
Steinenvorstadt 19
4051 Basel
Tel. 061 281 81 12

Gloor Theophil
Eisengasse 12
4051 Basel
Tel. 061 261 99 50

Heule Karl
Kohlenberg 7
4051 Basel
Tel. 061 281 66 77

Hongler Alfredo
Eulerstrasse 41
4051 Basel
Tel. 061 271 33 88

Hungerbühler Peter
Henric Petri-Strasse 26
4051 Basel
Tel. 061 271 17 44

Kempf Daniel
Schützenmattstrasse 67
4051 Basel
Tel. 061 272 30 20

Lutgen Alex
Schützenmattstrasse 1
4051 Basel
Tel. 061 261 65 74

Mardi Laura
Steinenvorstadt 53
4051 Basel
Tel. 061 281 81 11

Meier Daniel
Leimenstrasse 57
4051 Basel
Tel. 061 272 97 10

Meier Eric
Aeschenvorstadt 57
4051 Basel
Tel. 061 272 61 31
Fax 061 272 61 80
praxis.emeier@bluewin.ch
www.drmeier.ch

Meier Heidy B.
Steinentorstrasse 13
4051 Basel
Tel. 061 273 40 00

Mindszenty Eva
Petersgraben 21
4051 Basel
Tel. 061 261 09 25

Moser Nicole
Spalenberg 41
4051 Basel
Tel. 061 261 16 15

Müller Rolf
Burgunderstrasse 29
4051 Basel
Tel. 061 272 36 44

Müller Rudolf
Holbeinstrasse 81
4051 Basel
Tel. 061 281 60 05

Müller Wolfgang
Schützenmattstrasse 61
4051 Basel
Tel. 061 272 71 71
Fax 061 273 80 60
dr.w.mueller@dplanet.ch

Ruffo Edoardo
Freie Strasse 74
4051 Basel
Tel. 061 272 32 35

Rüttener Peter
Schützengraben 4
4051 Basel
Tel. 061 261 97 55

Sandmeier Urs
Feierabendstrasse 63
4051 Basel
Tel. 061 271 29 92

Saubermann Gerhard
Schützenmattstrasse 83
4051 Basel
Tel. 061 271 95 45

Schilling Martin
Steinentorstrasse 45
4051 Basel
Tel. 061 283 01 01

Schmidt Roland
Steinenring 3
4051 Basel
Tel. 061 271 16 15

Schneider Hansruedi
Schützenmattstrasse 77
4051 Basel
Tel. 061 272 29 61

Schönholzer Michel
Stänzlergasse 3
4051 Basel
Tel. 061 281 60 20

Sieber Robert
Steinenring 58
4051 Basel
Tel. 061 225 99 66

Sieber-Riesenmey Stéphanie
Steinenring 58
4051 Basel
Tel. 061 225 99 66

Tavor Adar
Steinenvorstadt 62
4051 Basel
Tel. 061 281 47 67

Vock Paul
Auf der Lyss 16
4051 Basel
Tel. 061 261 66 45

Ebner Jean-Pierre
Malzgasse 26
4052 Basel
Tel. 061 272 61 51

Hindermann Robert
Hardstrasse 70
4052 Basel
Tel. 061 312 88 54

Isler Patrick A.
Picassoplatz
4052 Basel
Tel. 061 205 96 96

Kolb Gilles
Sevogelstrasse 60
4052 Basel
Tel. 061 311 60 38

Müller Jeannottat Doris
St. Alban-Vorstadt 78
4052 Basel
Tel. 061 272 72 57

Nikas Boris
St. Albantor-Zahnarzt
Gellertstrasse 2a
4052 Basel
Tel. 061 312 54 44

Snebl Cedina
Nauenstrasse 55
4052 Basel
Tel. 061 271 00 92

Vogel Raymond F.
Malzgasse 12
4052 Basel
Tel. 061 271 37 24
Fax 061 271 37 20
raymond.f.vogel@bluewin.ch
www.zahnarzt-bs.ch

Weber Robert E.
Picassoplatz 8
4052 Basel
Tel. 061 272 50 20

Wiesner Daniel
Sevogelstrasse 60
4052 Basel
Tel. 061 313 72 74

Debrunner Markus
Dornacherstrasse 8
4053 Basel
Tel. 061 271 06 55
Fax 061 271 06 82
debrunner.markus@bluewin.ch
www.debrunnerdent.ch

Fasciglione Daniele
Margarethenstrasse 45
4053 Basel
Tel. 061 271 91 88

Hoch Roger
Margarethenstrasse 45
4053 Basel
Tel. 061 271 91 88

Kalla Robert
Margarethenstrasse 59
4053 Basel
Tel. 061 272 63 63

Kraus Josef
Dornacherstrasse 159
4053 Basel
Tel. 061 331 49 49
Fax 061 331 40 07

Oberholzer Beat
Thiersteinerallee 19
4053 Basel
Tel. 061 331 31 10

Philippe Andreas
Liesbergerstrasse 23
4053 Basel
Tel. 061 331 88 44
Fax 061 331 80 91
dr.philippe@bluewin.ch

Riva Marc
Gundeldingerstrasse 57
4053 Basel
Tel. 061 271 88 20

Schiel Harald
Sempacherstrasse 43
4053 Basel
Tel. 061 363 44 44

Schöpflin Hanspeter
Güterstrasse 91
4053 Basel
Tel. 061 271 71 61

Stern Myriam
Güterstrasse 265
4053 Basel
Tel. 061 331 80 55

Boenzli Beat
Oberwilerstrasse 133
4054 Basel
Tel. 061 281 33 11

Frehner Gerhard
Birsigstrasse 50
4054 Basel
Tel. 061 281 64 37

Hänggi Daniel
Birsigstrasse 105
4054 Basel
Tel. 061 281 33 66

Jaquiéry Claude
Kluserstrasse 37
4054 Basel
Tel. 061 281 03 77

Moor Beat
Neuweilerstrasse 88
4054 Basel
Tel. 061 301 62 62

Roth Markus
Realpstrasse 81
4054 Basel
Tel. 061 301 24 24

Siegenthaler Thomas
Neubadstrasse 150
4054 Basel
Tel. 061 302 18 00
Fax 061 303 18 03
dr-siegenthaler@bluewin.ch

Wardak Daoud
Weiherweg 64
4054 Basel
Tel. 061 302 00 39

Zahnarztpraxis Miolin
Ines Miolin, Dr. med. dent.
Oberwilerstrasse 133
4054 Basel
Tel. 061 281 15 16
Fax 061 281 15 16
i.miolin@bluewin.ch

Zingg Markus
Steinenring 58
4054 Basel
Tel. 061 272 40 70

Bobbià Rebecca
Palmenstrasse 1
4055 Basel
Tel. 061 301 30 39

Borer Thomas
Missionsstrasse 1
4055 Basel
Tel. 061 261 10 01

Cahen Jean-Pierre
Allschwilerstrasse 2
4055 Basel
Tel. 061 301 38 77

Eldevik Lars
Türkheimerstrasse 4
4055 Basel
Tel. 061 301 13 13

Huber Felix K.R.
Missionsstrasse 1a
4055 Basel
Tel. 061 261 46 33
info@praxishuber.ch
www.praxishuber.ch

Kaiser Walter
Missionsstrasse 32
4055 Basel
Tel. 061 381 42 50

Pfeffer Roland
Burgfelderstrasse 204
4055 Basel
Tel. 061 321 77 21

Schwander Christian
Birmannsgasse 30
4055 Basel
Tel. 061 272 93 24

Senn Christoph
Spalenring 19
4055 Basel
Tel. 061 381 80 80

Breitenstein Jürg
St. Johanns-Vorstadt 66
4056 Basel
Tel. 061 322 04 47

Gall Erich
St. Johanns-Vorstadt 30
4056 Basel
Tel. 061 261 11 85

Lambrecht J. Thomas
Hebelstrasse 3
4056 Basel
Tel. 061 267 26 06

Marinello Carlo P.
Hebelstrasse 3
4056 Basel
Tel. 061 267 26 30

Fortsetzung nächste Seite

...Praktizierende Zahnärzte der Zahnärztegesellschaft SSO-Basel

Meyer Jürg
Hebelstrasse 3
4056 Basel
Tel. 061 267 26 00

Pico-Knuchel Helena
St. Johanns-Vorstadt 30
4056 Basel
Tel. 061 322 10 21

Ruckstuhl Elke
St. Johanns-Vorstadt 86
4056 Basel
Tel. 061 322 50 77

Stern Peter
St. Johanns-Vorstadt 66
4056 Basel
Tel. 061 322 04 47

Tinner Daniel
Bernoullistrasse 8
4056 Basel
Tel. 061 261 10 00

Universitätsklinken für Zahnmedizin der Universität Basel
Hebelstrasse 3
4056 Basel
Tel. 061 267 25 80
Fax 061 267 25 81
Brigitte.Kaiser@unibas.ch
www.unibas.ch/zfz

Weiger Roland
Hebelstrasse 3
4056 Basel
Tel. 061 267 26 180

Wichelhaus Andrea
Hebelstrasse 3
4056 Basel
Tel. 061 267 26 41

Dervisoglu Karahan
Klybeckstrasse 20
4057 Basel
Tel. 061 681 63 66

Kallenberger Christian
Klybeckstrasse 20
4057 Basel
Tel. 061 681 63 66

Rebmann Ronald
Wiesendamm 16
4057 Basel
Tel. 061 638 80 70

Jörgensen Jan
Greifengasse 17
4058 Basel
Tel. 061 681 11 32

Kernen Peter
Clarastrasse 13
4058 Basel
Tel. 061 681 32 42

Marti Brigitte
Untere Rebgasse 4
4058 Basel
Tel. 061 681 42 15

Müller Alexander
Greifengasse 1
4058 Basel
Tel. 061 681 00 10

Radics Josef
Clarastrasse 19
4058 Basel
Tel. 061 681 21 09

Radics Peter
Clarastrasse 19
4058 Basel
Tel. 061 681 21 09

Rigo-Gabory Margit
Claraplatz 1
4058 Basel
Tel. 061 681 66 10

Sochaczewski Christian
Rosengartenweg 6
4058 Basel
Tel. 061 691 76 66

Zaborsky Jan
Greifengasse 17
4058 Basel
Tel. 061 681 11 32

De Paoli Giuseppe
Hohe Windestrasse 38
4059 Basel
Tel. 061 361 25 05

Borbely Stefan
Rössligasse 32
4125 Riehen
Tel. 061 641 27 27

Borner Andreas
Schützengasse 26
4125 Riehen
Tel. 061 641 44 50

Grisa Nikolaus
Gatternweg 57
4125 Riehen
Tel. 061 641 53 59
Fax 061 641 44 92
grisa@datacomm.ch

Gysin-Krause Diana
Schulzahnklinik
Wettsteinstrasse 1
4125 Riehen
Tel. 061 641 35 45

Schulze Stefan
Rauracherstrasse 33
4125 Riehen
Tel. 061 601 64 62

Scollo-Lavizzari Fiorella
Schmiedgasse 7
4125 Riehen
Tel. 061 641 34 76

Bei Fragen oder Problemen:
Zahnärztegesellschaft SSO-Basel
Sekretariat und Ombudsstelle:
Birsigstrasse 2 - 4054 Basel
Tel. 061 312 02 81 (08.00h bis 10.00h)
Fax 061 312 40 72
www.sso-basel.ch
Präsident:
Dr. med. dent. Christoph Epting

Praktizierende Zahnärzte der Zahnärztegesellschaft SSO Basel Land

Sortiert nach PLZ

Basel Land

Bumann Roland
Hauptstrasse 69
4102 Binningen
Tel. 061 422 07 70

Cairoli Franklin
Baselstrasse 3
4102 Binningen
Tel. 061 421 50 50

Iff Marcel
Hauptstrasse 95
4102 Binningen
Tel. 061 271 35 72

Mall Dieter
Kirchstrasse 4
4102 Birsfelden
Tel. 061 311 24 24

Praxis-Team St. Margarethen
Stöcklin Alfons
Bottmingerstrasse 75
4102 Binningen
Tel. 061 426 90 50
Fax 061 421 77 42
praxis.bl@margarethen.ch
www.margarethen.ch

Puhar Gabriele
Oberwilerstrasse 23
4102 Binningen
Tel. 061 421 05 00

Puhar Michael
Oberwilerstrasse 23
4102 Binningen
Tel. 061 421 85 85

Weiss Thomas
Hauptstrasse 34
4102 Binningen
Tel. 061 421 40 45

Wespi Markus
Baslerstrasse 3
4102 Binningen
Tel. 061 421 50 50

Bruder Almut
Kreuzackerweg 15
4103 Bottmingen
Tel. 061 421 96 96

Decrue Alexandre
Kreuzackerweg 15
4103 Bottmingen
Tel. 061 421 96 96

Hack Alfred
Fuchshagweg 6
4103 Bottmingen
Tel. 061 421 66 71

Müller Christian
Therwilerstrasse 2
4103 Bottmingen
Tel. 061 426 97 97

Flaig Dominik
Langegasse 22
4104 Oberwil
Tel. 061 401 28 48

Merz-Asal Sebnem
Bottmingerstrasse 62
4104 Oberwil
Tel. 061 401 42 52

Mlodzik Filip
Bottmingerstrasse 75
4104 Oberwil
Tel. 061 401 03 55

Steenblock Zwantje
Stellenmattstrasse 71
4104 Oberwil
Tel. 061 401 34 40

Borer Iwan
Mühleweg 21a,
Obere Mühle
4106 Therwil
Tel. 061 721 11 55
el-ari@bluewin.ch

Kilchherr Heidi
Bahnhofstrasse 2
4106 Therwil
Tel. 061 301 35 84

Rathgeb Peter
Mittlerer Kreis 2
4106 Therwil
Tel. 061 721 81 00
Fax 061 721 81 85
adslrathgeb@bluewin.ch

Vogt Hans-Peter
Bahnhofstrasse 26
4106 Therwil
Tel. 061 721 11 14

Heggendorn Rudolf
Im Winkel 19
4107 Ettingen
Tel. 061 721 37 38
praxis@heggendorn.com
www.heggendorn.com

Jaggi Daniel
Hauptstrasse 30
4107 Ettingen
Tel. 061 722 07 07

Bandi Marc
Ulmenstrasse 11
4123 Allschwil
Tel. 061 481 77 55

Früh Claudine
Baslerstrasse 176
4123 Allschwil
Tel. 061 482 23 00

Gsell Walo
Gartenstrasse 15
4123 Allschwil
Tel. 061 481 42 00

Hoffmann Marc
Baslerstrasse 96
4123 Allschwil
Tel. 061 481 41 41

Howald Stephan
Baselstrasse 337
4123 Allschwil
Tel. 061 481 44 77

Keller Markus
Grabenring 1
4123 Allschwil
Tel. 061 486 91 91

Kouril Anita
Baslerstrasse 310
4123 Allschwil
Tel. 061 481 75 10

Maurer Felix
Baslerstrasse 310
4123 Allschwil
Tel. 061 481 63 03

Meier Laurent
Schönenbuchstrasse 15
4123 Allschwil
Tel. 061 481 14 14

Schönenberger Pascal
Grabenring 1
4123 Allschwil
Tel. 061 486 91 91

Steinle Regula
Schönenbuchstrasse 15
4123 Allschwil
Tel. 061 481 88 11

Stjepanovic Poldan Ljiljana
Baselstrasse 252
4123 Allschwil
Tel. 061 481 25 15

Praxis Marcel Chevillat
Mitglied SSO
Rheinstrasse 1
4127 Birsfelden
Tel. 061 311 20 41
Fax 061 373 92 42
m.chevillat@bluewin.ch

Zovko Franjo
Hauptstrasse 8
4127 Birsfelden
Tel. 061 311 55 50

Cramm-Bodenschatz Virginie
Gründenstrasse 60
4132 Muttenz
Tel. 061 463 05 55

Meyrat Pierre D.
Prattelerstrasse 10
4132 Muttenz
Tel. 061 462 44 44

Müller-Türk Francesca
Hauptstrasse 80
4132 Muttenz
Tel. 061 461 52 51

Schätzle Hansjörg
Heissgländstrasse 32
4132 Muttenz
Tel. 061 461 64 33

Schultheiss Jacques
Bahnhofstrasse 12
4132 Muttenz
Tel. 061 461 30 90

Weisskopf Niklaus
Hauptstrasse 85
4132 Muttenz
Tel. 061 461 20 22

Zumbrunn Hanna
Hauptstrasse 80
4132 Muttenz
Tel. 061 461 52 51

Brunner Hansruedi
Bruggartenstrasse 24
4133 Pratteln
Tel. 061 821 97 97

Huber Brigitte
Bruggartenstrasse 14
4133 Pratteln
Tel. 061 826 91 81

Schwarz Jean-Pierre
Bruggartenstrasse 14
4133 Pratteln
Tel. 061 826 91 81

Schweizer Bernhard
Schlossstrasse 8
4133 Pratteln
Tel. 061 821 77 68

Thomi Christian
Grabenmattstrasse 34
4133 Pratteln
Tel. 061 821 65 90

Weidmann Renatus
Bahnhofstrasse 1
4133 Pratteln
Tel. 061 821 55 88

Aebi Francois
Baselstrasse 71
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 10 77

Dornfeld Thomas
Grellingerstrasse 7
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 31 32

Erhardt Andreas
Baselstrasse 71
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 13 17

Ettlin Dieter
Reinacherstrasse 28
4142 Münchenstein
Tel. 061 335 23 23

Fischer Christoph
Grellingerstrasse 5
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 45 31

Harsch Markus
Drosselstrasse 1
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 48 48

Jakobi Andreas
Hauptstrasse 42
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 25 50

Nebiker-Baeriswyl Eliane
Parkweg 15
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 90 53

Schild Samuel
Grellingerstrasse 7
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 31 32

Widmer-Schramm Andrea
Palmenstrasse 6
4142 Münchenstein
Tel. 061 711 76 37

Futterknecht Norbert
Baselstrasse 11a
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 55 44

Hatz Tobias
Birseckstrasse 99
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 84 00

Köhler Melanie
Postplatz 7
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 52 77

Krebs Tilo
Ermitagestrasse 9
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 20 21

Schnyder Christoph
Baselstrasse 9
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 11 77

D'Allessio-Jimenez Claudia Lucia
Ettingerstrasse 27 b
4147 Aesch
Tel. 061 751 49 39

Graepel Rudi
Saalweg 8
4147 Aesch
Tel. 061 751 66 00

Leuenberger Martin
Ettingerstrasse 3
4147 Aesch
Tel. 061 751 11 90

Urwyler Hanspeter
Hauptstrasse 63
4147 Aesch
Tel. 061 751 60 66

Borer Konrad
Therwilerstrasse 11
4153 Reinach
Tel. 061 711 34 00

Hockenjos Claude
Habshagstrasse 29
4153 Reinach
Tel. 061 711 44 30

Hunkeler Rainer
Hauptstrasse 39
4153 Reinach
Tel. 061 712 09 09

Karp Monika
Wachtweg 3
4153 Reinach
Tel. 061 711 21 10

Kohler Jürg
Brunngasse 1
4153 Reinach
Tel. 061 711 26 36

Küng Walter
Burgunderstrasse 15
4153 Reinach
Tel. 061 711 84 60

Balmelli Ricardo
Hofgarten 2
4225 Brislach
Tel. 061 781 39 59

Dodevski Trajko
Bahnhofstrasse 4
4242 Laufen
Tel. 061 761 15 16

Eiselin Claudio
Hinterfeldstrasse 26
4242 Laufen
Tel. 061 761 64 00

Imhof Thomas
Bauerngasse 6
4242 Laufen
Tel. 061 761 19 89

implakom Laufen
Ingold Willi
Birs-Center,
Bahnhofstrasse 6
4242 Laufen
Tel. 0800 73 73 73
info@implakom.ch
www.implakom.ch

Jeker Stephan
Baselstrasse 51
4242 Laufen
Tel. 061 761 61 61

Weber-Dürr Catherine
Röschenzstrasse 6-8
4242 Laufen
Tel. 061 763 70 00

Weber-Dürr Marc
Röschenzstrasse 6-8
4242 Laufen
Tel. 061 763 70 00

Hersberger Urs
Mühlackerstrasse 13/2
4402 Frenkendorf
Tel. 061 905 85 85

Jaeggy André
Parkstrasse 6
4402 Frenkendorf
Tel. 061 901 63 61
Fax 061 901 64 86

Baltzer Thomas
Poststrasse 13
4410 Liestal
Tel. 061 927 93 93

Bichweiler Ursula
Fichtenstrasse 14
4410 Liestal
Tel. 061 901 11 64

Böhringer Peter
Gartenstrasse 10
4410 Liestal
Tel. 061 921 33 33

Felder Patric
Wasserturmpaltz 5
4410 Liestal
Tel. 061 921 66 44

Isaak Monika
Fichtenstrasse 14
4410 Liestal
Tel. 061 901 11 64

Leupin Thomas
Arisdörferstrasse 4
4410 Liestal
Tel. 061 921 91 00

Perren Raphael
Rathausstrasse 45
4410 Liestal
Tel. 061 921 46 66

Röthlisberger Urs
Kasernenstrasse 22a
4410 Liestal
Tel. 061 921 67 91

Tobler Jürg
Rebgasse 2
4410 Liestal
Tel. 061 921 43 91

Wyss Claudio
Poststrasse 13
4410 Liestal
Tel. 061 927 93 93

Oechsli Urs
EKZ Schönthal
4414 Füllinsdorf
Tel. 061 901 34 66

Tschan Anton
Mühlerainstrasse
4414 Füllinsdorf
Tel. 061 901 34 66

Huber Martin
Wolfgasse 2
4415 Lausen
Tel. 061 921 90 22

Schenk Jürg
Hauptstrasse 80
4416 Bubendorf
Tel. 061 931 21 22

Dornfeld Bozena
Unterbiel 22
4418 Reigoldswil
Tel. 061 941 23 00

Güdel Markus
Unterbiel 22
4418 Reigoldswil
Tel. 061 941 23 00

Harr Roger
Hauptstrasse 49
4435 Niederdorf
Tel. 061 961 85 77

Naegeli Pascal
Hauptstrasse 49
4435 Niederdorf
Tel. 061 961 85 77

Fiechter Simon
Postgasse 4
4450 Sissach
Tel. 061 971 61 11

Gürtler Christian
Iltingerstrasse 4
4450 Sissach
Tel. 061 971 48 90

Gysin Ralph
Hauptstrasse 48
4450 Sissach
Tel. 061 975 82 82

Kolb Peter
Hauptstrasse 93
4450 Sissach
Tel. 061 971 18 59

Stark Markus
Hauptstrasse 48
4450 Sissach
Tel. 061 975 82 82

Wyser Philipp
Reuslistrasse 34
4450 Sissach
Tel. 061 971 99 00

Fuchs Andreas
Allmendstrasse 6
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 12 55

Fuchs Monika
Allmendstrasse 6
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 12 55

Magliozzi Flavio
Allmendstrasse 6
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 12 55

Rinne Jaan
Ergolzstrasse 14
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 30 30

Rohrbach Jaan
Ergolzstrasse 14
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 30 30

Seitz Andreas
Ergolzstrasse 14
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 30 30

Zehnder Regula
Bohnygasse 10
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 16 66

Zehnder René
Bohnygasse 10
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 16 66

Bei Fragen oder Problemen:
Zahnärztegesellschaft SSO Basel Land
Sekretariat
Röschenzstrasse 6-8
4242 Laufen
Tel. 061 763 70 07
Fax 061 763 70 01

Notfalldienst
der Zahnärztegesellschaften
Basel-Stadt und **Basel-Landschaft, SSO**
Tel. 061 261 15 15

Wenn Zahnweh unerträglich wird oder die Prothese zerbrochen ist, ist schnelle Hilfe gefragt. Alle Zahnärzte der schweizerischen Zahnärztegesellschaft SSO behandeln tagsüber Notfälle ihrer eigenen Patienten umgehend. Die Schmerzen kommen aber oft in der Nacht oder am Wochenende. Auch Unfälle halten sich nicht an Praxisöffnungszeiten. Um in diesen Situationen jedermann helfen zu können, bieten die Zahnärztegesellschaften beider Basel im Auftrag der Behörden und in Zusammenarbeit mit den Ärzten einen offiziellen Notfalldienst. Sie richten sich dabei nach den Normen der Schweizerischen Zahnärztegesellschaft (SSO) bezüglich Qualität, Transparenz und Kosten.

Die beiden Zahnärztegesellschaften haben wie die Ärzte und Apotheker einen Vertrag mit der Medizinischen Notrufzentrale Basel. Diese vermittelt anrufende Patienten an die diensthabende Praxis. Die Nummer ist rund um die Uhr an jedem Tag im Jahr erreichbar. Für diese Gratisdienstleistung an den Patienten kommen die Zahnärztegesellschaften auf. Notieren Sie sich diese wichtige Telefonnummer für alle ärztlichen oder zahnärztlichen Notfälle:
Medizinische Notrufzentrale Tel. 061 261 15 15

Mit einem Netzwerk aus über 200 Privatpraxen bewältigen die Zahnärzte-Gesellschaften einen permanenten Notfalldienst für die ganze Region; Tag und Nacht und an 365 Tagen im Jahr, auch an Weihnachten, Ostern und Silvester.
Dass dies einem Bedürfnis entspricht, zeigt die Statistik. Jährlich werden rund 1500 Patienten notfallmässig behandelt, davon etwa 2/3 am Tag und 1/3 in der Nacht.

Der Notfalldienst steht allen Personen offen, welche akute Zahnschmerzen haben oder an den Folgen eines Zahnunfalls leiden; auch solchen Patienten, die sich sonst nicht bei einem Zahnarzt SSO der Region Basel behandeln lassen. Über die Telefonnummer 061 261 15 15, welche auch für Ärzte gilt, werden die Notleidenden an die diensthabende Praxis vermittelt; dort werden sie schnell und unbürokratisch aufgenommen. Die Bezahlung erfolgt gleich nach der Behandlung bar zum regulären Taxpunkt der jeweiligen Praxis. Es erfolgt kein Zuschlag. Röntgenbilder und ein kleiner Bericht werden mitgegeben.
Das Ziel ist, die Patienten so schnell wie möglich von Schmerz zu befreien und defekte Zähne so weit zu versorgen, dass keine zusätzlichen Schäden auftreten und eine Weiterbehandlung beim Hauszahnarzt angetreten werden kann.
Die Zahnarztgesellschaften beider Basel legen grossen Wert darauf, dass auch bei Notfällen die Behandlung in jeder Beziehung einwandfrei und kulant erfolgt, so wie dies von den Richtlinien der Schweizerischen Zahnarztgesellschaft SSO verlangt wird. Falls Sie aber den Eindruck haben, man habe Sie in Ihrer Notlage nicht ganz korrekt behandelt oder gar die Situation ausgenützt, bitten wir Sie um eine kurze Mitteilung an nachstehende Adresse, damit wir der Sache nachgehen können. Zu den Zahnärzten SSO muss man Vertrauen haben können. Andererseits freuen wir uns auch über Lob für eine besonders effektive und freundliche Lösung Ihres Problems.

Verhalten bei Zahnschmerzen

Erste Anlaufstelle für Patientinnen und Patienten mit Zahnschmerzen sollte die Hauszahnärztin oder der Hauszahnarzt sein. Diese haben Ihre Unterlagen zur Hand und können Sie schnell und wirkungsvoll behandeln. Wenn Sie bereits morgens anrufen, erhöhen Sie die Chance, am gleichen Tag noch behandelt zu werden. Vergessen Sie nicht, dass neben Ihnen auch andere Patienten mit regulären Terminen versorgt werden müssen und deshalb die Terminwahl eingeschränkt sein kann. Ihr Zahnarzt und sein Praxisteam werden sich Mühe geben, Ihnen so weit als möglich entgegenzukommen.

Ist Ihre Hauspraxis geschlossen, werden Sie meist per Tonband an einen Stellvertreter weitergeleitet. Wird Ihnen keine vertretende Praxis angeboten, wenden Sie sich an die Zahnärztliche Notrufzentrale mit der Nummer 061 261 15 15. Dort werden Sie an die Dienstpraxis verwiesen, mit der Sie Kontakt aufnehmen können.

Vermeiden von Notfallbehandlungen

Der regelmässige Besuch beim Zahnarzt dient nicht der Gewährleistung eines regelmässigen Einkommens der Zahnärzte, sondern der Früherkennung von Karies oder Zahnfleischschwund. Meist lässt sich Karies schon Jahre vor dem Auftreten von Schmerzen erkennen und behandeln. Das Beheben von kleinen Zahnschäden ist verständlicherweise wesentlich kostengünstiger und auch weniger schmerzhaft als Grosssanierungen. Deshalb ist die alljährliche zahnärztliche Kontrolle nicht nur kostengünstig sondern auch der beste Schutz vor Zahnschmerzen und bringt Sie gar nicht in die unangenehme Lage, an einem Sonntag oder gar an Weihnachten einen Zahnarzt suchen zu müssen, der Sie von Ihren Schmerzen befreien kann.

Das **Zahnmännchen** seit über **25 Jahren** Wegweiser für gesunde Zähne

Schöne Zähne sind die Visitenkarte des Menschen. Leider wird häufig zu wenig Sorge zu dieser Visitenkarte getragen. Damit Karies auch in Zukunft wenig Chancen hat, weitet die Aktion Zahnfreundlich ihre Präventionsmassnahmen neben der zahnfreundlichen Ernährung auf die Zahn- und Mundhygiene sowie auf die Prophylaxe aus. Gesunde Zähne sind ein wichtiger Beitrag zur Gesundheit jedes Einzelnen.

Damit die Zähne vom Milchzahn bis ins hohe Alter gesund bleiben, steht der Verein Aktion Zahnfreundlich seit 25 Jahren der Schweizer Bevölkerung mit Rat und Tat zur Seite. Alle Aktivitäten und Informationskampagnen werden mit dem roten «Zahnmännchen» gekennzeichnet. Die Aktion Zahnfreundlich gibt auf Informationsmaterial und auf ihrer Homepage www.zahnfreundlich.ch Tipps zur richtigen Ernährung und Pflege der Zähne, denn die erfolgreiche Kariesprävention basiert auf den drei Säulen:

- zahnfreundliche Ernährung
- gute Zahn- und Mundhygiene
- regelmässige Kontrolle durch zahnmedizinisches Fachpersonal.

Um dies zu erreichen arbeitet die Aktion Zahnfreundlich mit den wichtigsten Herstellern und Händlern von Mund- und Zahnhygieneprodukten zusammen. Ausserdem lacht das Zahnmännchen von Packungen garantiert zahnfreundlicher Süssigkeiten, denn Naschen gehört zum Wohlbefinden des Menschen. Zahnärztinnen und Zahnärzte, die nicht nur Löcher flicken, sondern den Patientinnen und Patienten wertvolle Informationen über zahnfreundliches Verhalten vermitteln, werden mit dem Zahnmännchen ausgezeichnet und sind auf der Homepage aufgeführt.

Wohlbefinden bis ins hohe Alter

Gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Bestandteil zahnfreundlichen Verhaltens. Nicht nur den Zähnen geht es dadurch besser. Auch die Risiken für Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes und Übergewicht können vermindert werden. Mittlerweile ist anerkannt, dass durch eine gute Mundhygiene und eine angepasste Ernährung nicht nur hohe Folgekosten durch Zahnverlust oder Karies vermieden werden, sondern dass sich dadurch die Lebensqualität und Lebenserwartung erhöhen lassen. Wer für sich und seinen Zähnen Sorge tragen will, folgt dem lachenden Zahnmännchen. Es ist der Wegweiser zu zahnfreundlichem Verhalten und steht überall dort, wo es den Zähnen gut geht.

Aktion Zahnfreundlich
Bundesstrasse 29 - 4054 Basel
Tel. 061 273 77 05 - Fax 061 273 77 03
info@zahnfreundlich.ch
www.zahnfreundlich.ch

Universitätskliniken für Zahnmedizin der Universität Basel

Direktor: Prof. Dr. Dr. J. Th. Lambrecht
Hebelstrasse 3
4056 Basel

Die Universitätskliniken für Zahnmedizin der Universität Basel sind eines der vier Zahnmedizinischen universitären Zentren der Schweiz und umfassen vier Kliniken sowie zwei Forschungsinstitute.

Patientenaufnahme-/Beratung

Montag bis Freitag	07.30h bis 09.30h

Patientenbehandlung

nach Terminvereinbarung

Montag bis Freitag	07.30h bis 18.00h

Notfalldienst

Montag bis Freitag	07.30h bis 18.00h
Samstag	09.00h bis 10.00h
Nachtnotfall/ Wochenende	Telefon 061 261 15 15

Lehre

Benedikt Maeglin Bibliothek

Der Lehrauftrag besteht in der klinischen Ausbildung der Studierenden der Zahnmedizin auf den Gebieten der zahnärztlichen Chirurgie und Radiologie sowie der oralen Medizin (Mund- und Kieferkrankheiten), der Parodontologie, Endodontologie, Kariologie, der rekonstruktiven Zahnmedizin, Myoarthropathien, der Kieferorthopädie und Kinderzahnmedizin, der Präventivzahnmedizin und Oralen Mikrobiologie sowie der Werkstoffwissenschaft, Technologie und Propädeutik. Der Stoff wird in Form von praktischen Kursen, Seminaren und Vorträgen vermittelt. Zur Fortbildung der niedergelassenen ZahnärztInnen wird ein ausführliches Programm angeboten.

Forschung

Forschungslabor

Die Grundlagenforschung beinhaltet Arbeiten verschiedenster wissenschaftlicher Aspekte. Hier werden vor allem fachübergreifende Kooperationsprojekte mit anderen Fachgebieten, Universitäten und den Partnern in der Industrie gefördert.
Die klinische Forschung umfasst die Nachuntersuchung, Dokumentation und Therapieüberwachung behandelter Patienten. Dabei werden vorwiegend EDV-gestützte Verfahren verwendet.

Patientenversorgung

Behandlung im Kurs

An den Kliniken werden ständig Patienten behandelt, um die praktische Ausbildung der Studierenden und die Weiterbildung von AssistentInnen zu ermöglichen.

Jedem ist der Zugang offen.

Jährlich werden rund 2300 neue Patienten aufgenommen. Die UZM beschäftigen rund 150 MitarbeiterInnen in mehr als 20 Berufen.

Telefon 061 267 25 80
Telefax 061 267 25 81
www.unibas.ch/zfz

Zahnarztpraxis Miolin

Dr. med. dent. Ines Miolin

Oberwilerstrasse 133
(beim Zoo-Dorenbach)
4054 Basel
Tel. 061 281 15 16
Fax 061 281 15 16

Öffnungszeiten

Mo/Di/Mi u. Fr	8.00h bis 16.00h durchgehend
Donnerstag	8.00h bis 12.00h

Anfahrt

Tram	Nr. 2
Bus	Nr. 34 und 36

- Prophylaxe orientiert. Praxis mit erfahrener Dentalhygienikerin
- Zahnfarbene Füllungen
- Festsitzende Kronen und Brücken-prothetik mit und ohne Implantate
- Abnehmbare Prothetik mit und ohne Implantate
- Bleaching
- Ästhetische Korrekturen, z. B. mit Keramikschalen oder Kunststoff
- Zahnschmuck
- Mehrsprachige Praxis: Deutsch, englisch, französisch, schwedisch, italienisch, spanisch, kroatisch
- Durchgehend geöffnet

Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Wolfgang Müller

Eidg. dipl. Zahnarzt, Fachzahnarzt für orale Chirurgie, Mitglied SSO

Schützenmattstrasse 61
4051 Basel
Tel. 061 272 71 71
Fax 061 273 80 60
info@zahnarzt-basel-stadt.ch
www.zahnarzt-basel-stadt.ch

Unsere moderne und geräumige Praxis befindet sich nahe dem Schützenmattpark in Basel, verfügt über einen eigenen Patientenparkplatz und ist mit den ÖV Nr. 1, 6, 8, 33, 34 direkt erreichbar.

Unser Leistungs-Angebot:

Diagnostik
Ihren individuellen Bedürfnissen angepasste modernste Diagnostik, Beratung und Behandlungsplanung.

Zahnreinigung / Prophylaxe
Professionelle Zahnreinigung, Ernährungs- und Mundhygieneberatung. Betreuung durch langjährig erfahrene Prophylaxe-Assistentin.

Ästhetische und restaurative Zahnmedizin
Bleaching, zahnfarbene Füllungen aus Kunstoff oder Keramik (kein Amalgam), Keramik-Schalen, kosmetische Korrekturen, Zahnschmuck.

Parodontologie
Behandlung und Nachsorge von Zahnbetterkrankungen.

Oralchirurgie
Weisheitszahn-Entfernung, Knochenaufbau, kosmetische Korrekturen am Zahnfleisch, Implantate.

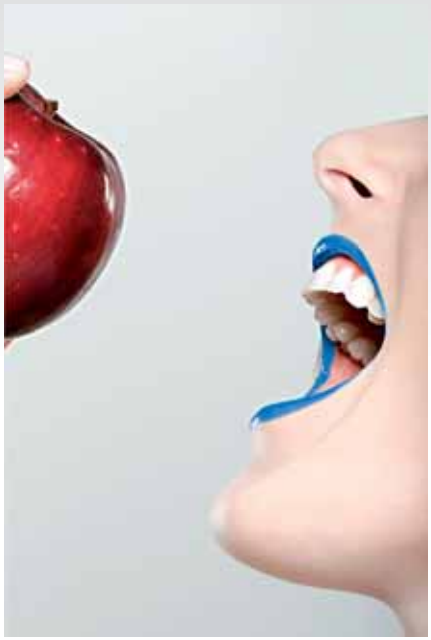
Implantologie
Fachgerechtes Einbringen von künstlichen Zahnwurzeln und deren Versorgung mit Kronen, Brücken oder als Prothesenverankerung.

Endodontologie
Erhaltung devitaler Zähne durch modernste Wurzelbehandlungstechniken.

Kronen- und Brückenprothetik (festsitzend)
Rekonstruktion stark zerstörter und / oder fehlender Zähne durch festsitzende, ästhetisch vollendete Kronen und Brücken, auf Wunsch auch metallfrei (Vollkeramik).

Teil-, Hybrid-, Vollprothetik (abnehmbar)
Zahn- und / oder implantatgetragen.

Ganzheitliche Zahnmedizin
Einbezug ganzheitlicher Aspekte in die Diagnostik, Planung und Therapie. Zusammenarbeit mit lokalen Spezialisten.



Fachliche Kompetenz durch längjährige Aus- und Weiterbildung sowie modernste Behandlungsmethoden bilden die Grundlage für die nachhaltige Gesundheit Ihrer Zähne.

Von der Notfallbehandlung über die Behandlung einfacher Zahn- und Mundhöhlenerkrankungen bis hin zur Lösung von komplexen, anspruchsvollen Problemen und individuellen Wünschen werden Sie in unserer Zahnarztpraxis kompetent und nach den anerkannten Qualitäts- und Transparenzrichtlinien der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft SSO betreut.

Möchten Sie mehr über uns erfahren?
Auf unserer Internetseite finden Sie weitere Informationen. www.zahnarzt-basel-stadt.ch

Zahnarztpraxis Dr. Raymond F. Vogel

Eidg. dipl. med. dent. SSO

Malzgasse 12
4052 Basel
Tel. 061 271 37 24
Fax 061 271 37 20
info@zahnarzt-bs.ch
www.zahnarzt-bs.ch

Wir möchten, dass Sie sich bei uns **wohl fühlen**!

Wir sind eine stark Prophylaxe orientierte Praxis mit Dentalhygienikerin und Prophylaxeassistentin zur vorausschauenden Pflege ihres Kauorganes.

Selbstverständlich pflegen wir auch die klassischen und neuen anerkannten rekonstruktiven Methoden. Vollkeramiksysteme, Implantate, Bleichen und vieles mehr zählen zu unserem täglichen Arbeitsgebiet. Wir legen grossen Wert auf individuelle Lösungen. Für besondere Fälle arbeiten wir mit anerkannten Spezialisten zusammen.

Wir anerkennen die Qualitätsleitlinien der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft.

Möchten sie mehr über uns erfahren?
Dann sehen sie doch auf unserer Website auf www.zahnarzt-bs.ch nach oder fordern sie einen Praxisprospekt an.

Unsere Praxis befindet sich zwischen Aeschenplatz und St. Alban-Vorstadt.

Praxis Marcel Chevillat

Eidg. dipl. med. dent. Mitglied SSO/ZGBL

Rheinstrasse 1
4127 Birsfelden
Tel. 061 311 20 41
Fax 061 373 92 42

Unsere fachlichen Angebote

- Prophylaxe/Dentalhygiene/Recall
- Parodontalprophylaxe
- Parodontitis- und Kariesbehandlungen
- Zahnfarbene Füllungen
- Aesthetische Korrekturen/Bleaching
- Kinderzahnmedizin
- Kleinchirurgische Eingriffe
- Implantat Rekonstruktionen
- Kronen- und Brückenversorgungen
- Teil- und Vollprothesen

Ihr Wohlbefinden ist uns ein Anliegen.

PRAXIS OBERE MÜHLE

Dr. med. dent. Iwan Borer
Eidg. dipl. Zahnarzt SSO

Mühleweg 21 A - 4106 Therwil
Tel. 061 721 11 55

Die familienfreundliche Praxis mit angenehm ruhiger Atmosphäre. Es wird besonderer Wert auf Vorbeugung, ausführliche Information der Patienten und qualitativ hochwertige Resultate gelegt, bei gleichzeitig moderaten Preisen. Jugendliche in Ausbildung werden zum SUVA-Tarif behandelt. Die hygienische Betreuung liegt in den Händen von zwei erfahrenen Dentalhygienikerinnen.

Was tun, wenn Ihre Zähne nicht mehr alles mitmachen?

Wenn einer oder mehrere Zähne wackeln oder auszufallen drohen, oder schon ausgefallen sind, dann sind Implantate mit Kronen ein idealer, naturnaher und dauerhafter Zahnersatz.
Und erst noch kostengünstig. Damit Sie wieder herzhaft lachen und zubeissen können.

Gratis-Telefon: 0800 73 73 73
www.implakom.ch

Hochwertiger Zahnersatz auf Implantaten mit Festpreis-Garantie.

Zum Beispiel:

1 Implantat plus Krone	Fr. 2800.–
Unterkiefer-Prothese auf 4 Implantaten mit Druckknopfsystem	Fr. 9000.–

Basel: Steinenvorstadt 79
(Hochhaus an der Heuwaage)

Laufen: Bahnhofstrasse 6
(Birs-Center)

implakom

Implantations-Kompetenzzentrum

Ausschliesslich Implantate. Dafür aber kompetent.

Zahnarztpraxis Dr. Felix K.R. Huber

Eidg. dipl. med. dent. SSO/ZGB

Missionsstrasse 1a - 4055 Basel
Tel. 061 261 46 33 - Fax 061 261 48 23
info@praxishuber.ch - www.praxishuber.ch

Zahnarzt!!
Zahnarzt!!
Zahnarzt!!!

Bei uns vergessen Sie den Mythos von
Angst und **Schrecken**.

In einer ruhigen, stressfreien Atmosphäre bieten wir Ihnen zahnärztliche Beratung, Betreuung und Behandlung auf höchstem Niveau.

Mit optimaler Prophylaxe durch die Dentalhygienikerin oder die Prophylaxeassistentin und mit klassischen, zahnerhaltenden als auch mit anerkannten, modernen, rekonstruktiven Methoden sorgen wir dafür, dass Sie Ihre Zähne jederzeit aller Welt zeigen können.

Es liegt uns viel daran, im Gespräch eine individuelle Lösung zu finden und diese zu realisieren um Ihnen den bestmöglichen Kaukomfort zu gewährleisten.
Komplexe Probleme werden in Zusammenarbeit mit anerkannten Fachspezialisten gelöst.

Wir arbeiten nach den von der Schweizerischen Zahnärztegesellschaft erarbeiteten Qualitätslinien und die Angestellten in unserer Praxis haben alle ein eidgenössisches Fähigkeitszeugnis.

Wenn Sie mehr über uns erfahren möchten, dann besuchen Sie doch unsere Homepage www.praxishuber.ch

Die Praxis befindet sich schräg gegenüber vom Spalentor und ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Tram 3/Bus 30 und 33) bequem zu erreichen.

Nationale Fachgesellschaften

SGK Schweizerische Gesellschaft
für Kieferorthopädie
Moosstrasse 2
3073 Gümligen-Bern
Tel. 031 952 76 79
Fax 031 952 76 83
info@swissortho.ch
www.swissortho.ch

SSOS Schweizerische Gesellschaft für
Oralchirurgie und Stomatologie
Marktgasse 7
3011 Bern
Tel. 031 312 43 15
Fax 031 312 43 14
www.ssos.ch

SSP Schweizerische Gesellschaft für
Parodontologie
Furkastrasse 32
3900 Brig
Tel. 027 923 66 12
Fax 027 923 66 34
info@parodontologie.ch
www.parodontologie.ch

SSRD Schweizerische Gesellschaft für
rekonstrukive Zahnmedizin
Sekretariat - Dr. Borgis Serge
25 rue Daubin - 1203 Genève
Tel. 022 345 51 55
serge.borgis@bluewin.ch
www.ssrd.ch

SVK Schweizerische Gesellschaft für
Kinderzahnmedizin
St. Gallerstrasse 10
8400 Winterthur
Tel. 052 269 10 85
Fax 052 269 10 88
www.kinderzahn.ch

SSO Schweizerische
Zahnärztegesellschaft
Münzgraben 2 - Postfach 664
3000 Bern 7
Tel. 031 311 76 28
Fax 031 311 74 70
sekretariat@sso.ch
www.sso.ch

Willkommen bei Dr. med. dent. Nikolaus Grisa

in der High-Tech-Praxis in Riehen. Wir sind auf dem neuesten Stand der Zahnmedizin.

Gatternweg 57 - 4125 Riehen
Tel. 061 641 53 59 - Fax 061 641 44 92
grisa@datacomm.ch

Parkplätze auf Anfrage
Die Praxis ist rollstuhlgängig.

Lage in Riehen
gegenüber der St. Franziskuskirche (Pfaffenloh)
- Tram Nr. 6 Haltestelle Pfaffenloh

Parkplatzmöglichkeiten
- Blaue Zone vor der Praxis
- Weisse Zone in Seitenstrassen gegenüber der Praxis

Für längere Behandlungen und für gehbehinderte Patienten stehen 2 Parkplätze zur Verfügung.

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 08.00h bis 18.00h
(Abendsprechstunde nach Absprache)

Am Samstagmorgen geöffnet (nach Vereinbarung)

Fachliche Schwerpunkte
Neben den allgemeinen Tätigkeiten der klassischen Zahnmedizin liegen unsere Schwerpunkte in folgenden Bereichen: Implantologie, Orale Chirurgie, Kronen-und Brückenprothetik, Parodontologie, Endodontie , Kinderzahnmedizin, Soziale Zahnmedizin.

Unser Team besteht aus
- 2 Zahnärzten/-innen
- 2 Prophylaxeassistentinnen
- 3 Zahnmedizinische Assistentinnen

Behandlungsspektrum
- Zahnreinigung und Prophylaxe
- Zahnfarbene Füllungen
- Ästhetische Korrekturen
- Bleaching
- Notfallbehandlung
- Parodontalbehandlungen
- Kronen und Brücken
- Total- und Teilprothesen
- Beseitigung von Kaufunktionsstörungen (Schienen- und Einschleifftherapie)
- Wurzelbehandlungen
- Implantologie
- Zahnärztliche Chirurgie
- Kinderzahnmedizin
- Digitales Röntgen

Schwerpunkte
Neben den allgemeinen Tätigkeiten der klassischen Zahnmedizin liegen unsere Schwerpunkte in folgenden Bereichen:

Implantologie
Ein Zahnimplantat entspricht dem Einsetzen und Fixieren künstlichen Zahnersatzes in den Kieferknochen. Es können damit Einzelzähne sowie Brückenkonstruktionen und ganze Prothesen abnehmbar oder fest eingegliedert werden. Das Vorgehen wird mit Ihnen ausführlich besprochen und geplant. Ein schriftlicher Kostenvoranschlag ist selbstverständlich.

Orale Chirurgie
Umfasst einfache Eingriffe wie Zahnextraktionen bis komplizierte Fälle von Operationen von retinierten Zähnen, Abszess- oder Zystenoperationen, Wurzelspitzenresektionen, Plastische Korrekturen an Weichteilen und Knochen, Traumatologie (Zahnunfälle mit umgebendem Alveolarknochen)

Prothetik
Prothesen sind Ersatzstücke zur Wiederherstellung und Ergänzung der Bezahnung in Form und Funktion.
Wir unterscheiden einerseits zwischen partiellen (teilweisen) und totalen Prothesen und andererseits zwischen fest-fixierten Prothesen (Kronen und Brücken) und abnehmbarem Zahnersatz.

Kinderzahnmedizin
Beinhaltet die regelmässige prophylaktische Überwachung der Mundhygiene mit Ernährungs- und Putzinstruktion unserer kleinen Patienten bis hin zur Therapie wie Milchzahnfüllungen, Milchzahnamputationen, Zahnextraktionen und Lückenplatzhalter, weisse Füllungen in bleibenden Zähnen, Wurzelbehandlungen, Versiegelungen, Zahnunfälle, individuell angepasste Sportmundschutzherstellung.

Soziale Zahnmedizin
Wir helfen auch gerne Patienten, die einen Sozialtarif beanspruchen. Nach vorausgegangenem genehmigten Kostenvoranschlag vom Amt für Sozialbeiträge oder anderen Fürsorgeämtern, können wir diesen Patienten eine einfache, wirksame und zweckmässige Versorgung der Zähne zum SUVA Tarif anbieten. Notfallbehandlungen dürfen auch ohne Kostenvoranschlag jederzeit durchgeführt werden.

Dr. med. dent. Andreas Philippe

eidg. dipl. Zahnarzt Mitglied SSO

Liesbergerstrasse 23
4053 Basel
Tel. 061 331 88 44
Fax 061 331 80 91
mydent@bluewin.ch

Dr. A. Philippe
Praxis für Implantologie
und aesthetische Zahnmedizin

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag	07.30h bis 17.30h
Freitag	07.30h bis 16.30h

Anfahrt

Tram und Bus:	Nr. 10, 11, 15, 16, 36
Auto:	Einstellhalle in unmittelbarer Nähe

Herzlich willkommen in unserer Praxis

Fachkompetent, prophylaxeorientiert und mit modernsten Behandlungsmethoden steht Ihnen mein Team und ich zu Ihrem Wohl zur Verfügung.

Fachliche Angebote

- Implantate (Ankylos Implantatsystem)
- Ästhetische Zahnmedizin (Bleichen, Verblendschalen, Zahnfarbene Füllungen)
- Parodontitis: Behandlung und Prophylaxe
- Zahnreinigung durch erfahrene Dentalhygienikerinnen
- Amalgamsanierung inkl. Ausleitung (falls erwünscht)
- Wurzelbehandlungen
- Chirurgie (Weisheitszahnoperationen, Wurzelspitzenresektionen, etc.)
- Kronen- und Brückenversorgungen (Vollkeramik, Gold, Titan)
- Prothetische Rekonstruktionen (einfache und aufwändige, mit und ohne Implantate)
- Zahnstellungskorrektur bei Erwachsenen mit der «unsichtbaren Zahnspange» (Invisalign)
- Migräne- und Bruxismusbehandlung mit dem NTI-tss System
- Faltenkorrektur mit Restylane (Füller) und Vistabel (Botox)

Mitglied von

MITGLIED SSO BASEL

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

citymed

Informieren Sie sich über weitere Therapieangebote bei www.citymed.ch

Zahnpflege und Vorbeugung

Schöne Zähne
Zahnprophylaxe
Zahnpflege und Mundhygiene
Zahngesunde Ernährung
Kontrolluntersuchung beim Zahnarzt
Fluoridierung
Schwangerschaft und Zähne
Zahnprophylaxe beim Kind

Kranke Zähne

Frontzahnschäden
Kiefer- und Zahnfehlstellungen
Kieferzysten
Mundgeruch
Parodontose und Parodontitis
Zähneknirschen
Zahnfleischbluten
Zahngranulome
Zahnkaries
Zahnschmerzen
Zahnungsprobleme
Zahnverfärbungen
Zungenbrennen

Zahnbehandlung

Amalgam in aller Munde...
Zahnärztliche Chirurgie
Zahnentfernung
Zahnerhaltung, Zahnersatz
Zahnimplantate
Hypnose in der Zahnmedizin

Dr. med. dent. Josef Kraus

Dornacherstrasse 159 - 4053 Basel
Tel. 061 331 49 49 - Fax 061 331 40 07
drjosefkraus@bluewin.ch

Mitglied in:

- Schweiz. Zahnärzte-Gesellschaft SSO
- Zahnärzte-Gesellschaft Basel SSO-Basel
- Schweiz. Gesell. für orale Laserapplikation SGOLA
- Schweiz. Gesellschaft für Implantologie SGI
- Schweiz. Gesellschaft für Parodontologie SSP
- Schweiz. Gesellschaft für Endodontologie SSE

Unsere Praxis ist seit 15 Jahren für Sie da, jetzt in neuen Räumen an der Dornacherstrasse.
Wir bieten klassische Behandlungen wie Kariesbehandlung mit weissen Füllungen, Zahnersatz fest oder abnehmbar, Wurzelbehandlungen, Implantate, parodontale und chirurgische Behandlungen. Viele dieser Therapien werden mit Laser oder laserunterstützt ausgeführt.
Die Laserbehandlung ist schonend, schmerzarm, drucklos, ohne Vibrationen und ohne Bohrgeräusche. So entstehen weniger Blutungen und Schwellungen. Die Heilungszeit ist verkürzt. Je nach Behandlung werden verschiedene Lasertypen verwendet:

- Kariesentfernung / Füllungstherapie mit Erbium-Laser
- Chirurgie an Weichteilen, Druckstellen, Aphten, Fieberbläschen, Warzen mit CO2-Laser
- Implantatfreilegung mit CO2-Laser
- Parodontologie mit Erbium- und Dioden-Laser
- Kariesfrüherkennung mit Dioden-Laser
- Wurzelbehandlungen mit Dioden-Laser
- Biostimulation und Akupunktur mit Soft-Laser

Laser Zahnarzt

Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Marc Meyer

Rümelinsplatz 14 - 4001 Basel
Tel. 061 261 25 55
Fax 061 261 23 60
mmdent@bluewin.ch

Die charmante, topmoderne Praxis im Herzen der Stadt Basel!

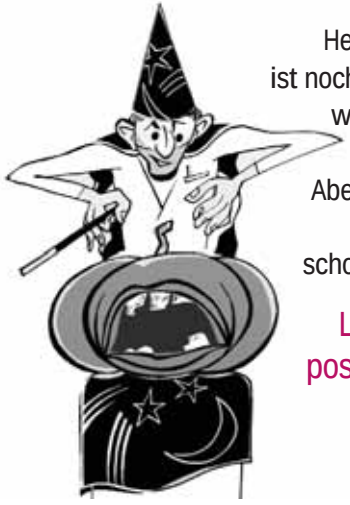
Die «Kompetenzzentren» spriessen nur so aus dem Boden. Aber Grösse ist kein Synonym für Qualität.

Wir sind ein kleines Team und Sie werden ausschliesslich vom Chef betreut (oder von der DH), zusammen mit Assistentinnen, die Ihrer Berufsbezeichnung auch gerecht werden.

Die Praxis ist voll klimatisiert und auf dem neuesten technischen Stand.

- Computer-Röntgen, OPT
- Chirurgischer Laser
- Cerec-3 System für Keramik in einer Sitzung
- Brite Smile Bleaching
- Verschiedene Implantatsysteme mit 10jähriger Erfahrung, etc.

In Zusammenarbeit mit einem hervorragenden Zahntechniker können wir Sie zahnmedizinisch vollumfänglich betreuen (ausser Orthopädie).



Heutige Zahnmedizin
ist noch immer nicht Zauberei,
wie es die Werbung
oft verspricht.
Aber vieles ist möglich,
das der Magie
schon sehr nahe kommt.

Lassen Sie sich
positiv überraschen!

Dr. med. dent. Markus Debrunner

Dornacherstrasse 8
4053 Basel
Tel. 061 271 06 55
Fax 061 271 06 82
debrunner.markus@bluewin.ch
www.debrunnerdent.ch

Öffnungszeiten
Nach Absprache
Montags bis Freitag 7.30h bis 18.00h
Donnerstagnachmittag geschlossen
1 x im Monat am Samstagmorgen
geöffnet oder nach Absprache

Parkplätze
In Tiefgarage vorhanden,
Einfahrt: Ecke Margarethenstrasse/Dornacherstrasse

Fachliche **Schwerpunkte**

Neben den Tätigkeiten der allgemeinen / klassischen Zahnmedizin liegen unsere Schwerpunkte bei folgenden Themen:

- Implantologie
- Kieferorthopädie
- Kronen und Brückenprothetik
- Parodontologie
- New Technologies, CEREC
- Kinderzahnmedizin
- CO2 Laserbehandlungen

Wir arbeiten mit der Zahntechnik-Firma Cera-Tech AG in Liestal zusammen.

Parkplätze auf Anfrage
Die Praxis ist rollstuhlgängig

Möchten Sie einen Termin oder haben Sie Fragen? Während der Sprechstunde stehen wir Ihnen jederzeit mit Auskünften zur Verfügung.

Dr. med. dent. M. Flühler

eidgenössisch diplomierter Zahnarzt SSO

Aeschenvorstadt 21 - 4051 Basel
Tel. 061 272 64 34 - Fax 061 272 64 34
mfluehler@zahnarzt.cx - www.zahnarzt.cx

Unser Praxisteam, bestehend aus Dr. M. Flühler (bis zur Praxiseröffnung 1995 neun Jahre sog. post graduate Ausbildung in einer Privatpraxis, an der Kieferchirurgie Zürich und als Assistent und Oberarzt an der Abteilung für Prothetik und Kaufunktionslehre des Zahnärztlichen Instituts der Universität Basel) einer Assistenz-Zahnärztin, einer Dentalhygienikerin, einer Prophylaxe-Assistentin und dreier Assistentinnen bietet Ihnen modernste Behandlungsmethoden. Auf eine individuelle, persönliche Beratung und Betreuung legen wir unser besonderes Augenmerk.

- Umfassende, gründliche Abklärungen, Diagnostik
- Prophylaxe in Zusammenarbeit mit unserer erfahrenen Dentalhygienikerin
- Behandlung und Gesunderhaltung des Zahnhalteapparates (Parodont)
- Aesthetische Zahnheilkunde inklusive Bleichen der Zähne, Veneers etc.
- Weisse Füllungen in Kunststoff und Keramik
- Wurzelbehandlungen
- Zahnersatz (Prothetik) festsitzend mit Kronen und Brücken und abnehmbar mit und ohne Implantate
- Diagnostik und Behandlung von Kiefergelenkserkrankungen
- Kleinchirurgische Eingriffe
- Transparente Kostenvoranschläge

Selbstverständlich sind auch Kinder herzlich willkommen.

Dr. med. dent. Eric Meier

Eidgenössisch diplomierter Zahnarzt
Mitglied SSO und Zahnärztegesellschaft Basel

Aeschenvorstadt 57
(zwischen Aeschenplatz und Bankverein)
gegenüber Anfos-Parkhaus,
4051 Basel
Tel. 061 272 61 31
Fax 061 272 61 80
praxis.emeier@bluewin.ch
www.drmeier.ch

Öffnungszeiten

Montag/Mittwoch	07.45h bis 12.00h
und	13.00h bis 18.00h
Dienstag/Freitag	08.00h bis 15.00h
Donnerstag	07.45h bis 13.30h
Samstag nach Absprache	

Termine nach telefonischer Absprache

Wir bieten Ihnen folgende Behandlungen an:

- **Dentalhygiene** durch unsere einfühlsame Dentalhygienikerin und unsere Prophylaxeassistentin
- **Zahnfleischbehandlungen und Korrekturen**, auch mit Laserunterstützung
- **Zahnfarbene Füllungen**, auch in Zusammenhang mit begleitender Amalgamsanierung, Wurzelbehandlungen
- **Festsitzende Kronen und Brücken**, sowohl mit als auch ohne Implantate, auf Wunsch metallfrei
- **Abnehmbare Prothetik mit und ohne Implantate**
- **Ästhetische Korrekturen** mit Kunstoff und Keramik, Keramikschalen, Zahnschmuck, Bleaching
- **Behandlung von Kiefergelenksbeschwerden**
- **Chirurgische Eingriffe**, Entfernung von Weisheitszähnen, Implantate
- **Bei Bedarf Zusammenarbeit mit ausgewiesenen Spezialisten**

Dr. med. dent. R. Heggendorn

eidg. dipl. Zahnarzt SSO

Im Winkel 19
4107 Ettingen
Tel. 061 721 37 38
Fax 061 721 37 03
praxis@heggendorn.com
www.heggendorn.com

Lebensqualität
hat viel mit herzhaftem Lachen und gesunder Ernährung zu tun. Die Pflege Ihrer Zähne hilft Ihnen, ein unbeschwertes Lachen zu behalten oder zu erreichen.

Zusammen mit meinem freundlichen Team werde ich alles tun, damit ihre Zähne gesund bleiben.

Ihre Wünsche und der Gesundheitszustand Ihrer Zähne sind Ausgangspunkt, um mit Ihnen zusammen ein Vorbeugungs- und Behandlungskonzept zu erstellen. Dabei soll Ihr Ziel erkannt und erreicht werden.

Wir können viel für Sie tun. Die Zusammenarbeit mit spezialisierten Kieferchirurgen und Kieferorthopäden soll Ihnen auf alle Fälle eine optimale Behandlung bieten.

Zahnarztpraxis Dr. Peter Rathgeb

Eidg. dipl. Zahnarzt SSO/ZGBL

Mittlerer Kreis 2
4106 Therwil
Tel. 061 721 81 00
Fax 061 721 81 85
adslrathgeb@bluewin.ch

Mittlerer Kreis 2

Wir sind eine modern eingerichtete Zahnarztpraxis in Therwil und behandeln Sie kompetent und nach wissenschaftlich anerkannten Methoden.

Empfang

Unser Team besteht aus den allgemein tätigen Zahnärzten Dr. P. Rathgeb und Dr. C. Husi, Dr. H. Schiel als Kieferchirurg, Dr. N. Abels als Kieferorthopäde, einer Dentalhygienikerin, einer Prophylaxeassistentin, zwei Dentalassistentinnen und zwei Lehrtöchtern.

Dr. C. Husi *Dr. P. Rathgeb*

Behandlungszimmer

Mit diesem Team können wir Ihnen ein umfassendes Spektrum der Zahnmedizin in unserer Praxis anbieten:

- Abklärung im Team für spezielle Lösungen
- Professionelle Zahnreinigung durch unsere Dentalhygienikerin und Prophylaxeassistentin

Frau E. Gisler *Frau Y. Posch*

- Digitales Röntgen, dadurch kleinere Strahlenbelastung
- Zahnfarbene Füllungen (Keramik, Kunststoff)
- Behandlung von Zahnfleischerkrankungen (Parodontitis)
- Bleichen von Zähnen, Porzellanschalen
- Versorgung fehlender Zähne mit Implantaten, Brücken oder Prothesen
- Entfernung von Weisheitszähnen und Einsetzen von Implantaten durch den Spezialisten
- Korrektur von Zahnfehlstellungen bei Kindern und Erwachsenen durch den Kieferorthopäden
- Als Schulzahnärzte betreuen wir selbstverständlich auch Ihre Kinder.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder Ihren Besuch!

Dr. André Jaeggy

Eidg. Dipl. Zahnarzt SSO/ZGBL

Parkstrasse 6
Danfosshaus
4402 Frenkendorf
Tel. 061 901 63 61
Fax 061 901 64 86

Praxis

Wir sind eine Allgemeinpraxis mit Spezialgebiet Zahnsanierungen in Vollnarkose an

- geistig und körperlich retardierten Menschen
- Kleinkindern sowie
- Erwachsenen

mit einem mobilen Anästhesieteam.

Räumlichkeiten

Unsere Räume befinden sich im 4. Stock, sind rollstuhlgängig und mit Invalidentoiletten ausgestattet. Vor dem Haus gebührenfreie Parkplätze, Bushaltestellen und Bahnhof.

Ein seit Jahren eingespieltes Team
freut sich auf Ihren Besuch.

Fotos: Eugen Leu + Partner, Riehen

Praxis-Team St. Margarethen

Prof. Dr. med. dent. Kurt Jäger, Dr. med. dent. Alfons Stöcklin, Dr. med. dent. Sascha Ruggli

Praxis Aarburg
Feldstrasse 6
4663 Aarburg
Tel. 062 791 44 88
Fax 062 791 46 23
www.margarethen.ch
praxis.aarburg@margarethen.ch

Prof. Dr. med. dent. Kurt Jäger

Praxis Binningen
Bottmingerstrasse 75
4102 Binningen
Tel. 061 426 90 50
Fax 061 426 90 51
www.margarethen.ch
praxis.binningen@margarethen.ch

Dr. med. dent. Alfons Stöcklin

Praxis Frick
Im Winkel 1
5070 Frick
Tel. 062 871 19 61
Fax 062 871 91 24
www.margarethen.ch
praxis.frick@margarethen.ch

Dr. med. dent. Sascha Ruggli

«Unsichtbare» Brackets

Unser Leistungsprofil

Unsere Gemeinschaftspraxen in Aarburg/AG, Binningen/BL und Frick/AG bieten Ihnen eine umfassende Beratung und Behandlung nach neuesten Standards.

Wir gewährleisten eine langjährige Nachsorge auf hohem Niveau und betreuen sie kompetent in allen zahnärztlichen Fragen und Problemen.

Wir stehen ein für die Prophylaxe und Gesunderhaltung der Mundhöhle sowie für die ästhetisch-funktionelle Wiederherstellung der beschädigten Hart- und Weichgewebe des Kauorgans.
Unser qualitätsbewusstes Team arbeitet mit grossem Engagement und setzt sich aus spezialisierten Zahnärzten mit überdurchschnittlicher Ausbildung sowie Dentalhygienikerinnen, zahnmedizinischen Assistentinnen und kaufmännischen Angestellten zusammen.

Wir führen ein eigenes Schulungszentrum für Zahnmedizin in der Praxis Aarburg. Auf unserer Homepage **www.margarethen.ch** finden Sie weitere detaillierte Informationen.

Wir freuen uns sehr über Ihre Kontaktaufnahme.

Prophylaxe und Dentalhygiene
Individuelles Hygienekonzept, Ernährungs- und Hygieneberatung

Ästhetische Zahnmedizin
Keramikversorgungen, Bleaching, kosmetische Korrekturen, zahnfarbene Füllungen und Restaurationen, Schwerpunktfach

Prothetische Versorgung
Festsitzende und abnehmbare Prothetik, Schwerpunktfach

Implantologie
langjährige Erfahrung, ITI-System, SPI-System, Schwerpunktfach

Kieferorthopädie
für alle Alterskategorien, Orale nicht sichtbare Brackets, Glasbrackets, noninvasives Vorgehen insbesondere bei Kindern, Schwerpunktfach

Oralchirurgie / Kieferchirurgie
Mundhöhlenchirurgie, Implantologie, Knochenaufbau, Weisheitszahnentfernung, Schwerpunktfach

Parodontologie / Endodontologie
Behandlung von Erkrankungen der Zahnnerven und des Zahnhalteapparates

Kaufunktionsstörungen
Diagnostik und Therapie der Myoarthropathien, Gelenkknacken, Schwerpunktfach

Implantatbeispiel

Implantat: Schluss

Rekonstruktionsbeispiel

Rekonstruktion: Schluss

Thema mit **Biss:** Die **richtige Zahnpflege**

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr. Das gilt auch für den Schutz unserer Zähne. Bereits in der Kindheit lernen wir die richtige Pflege und stellen somit die Weichen für die Funktionstüchtigkeit unserer Esswerkzeuge im Alter. Was wir über Zahnerkrankungen und Prophylaxe wissen sollten, ist wahrlich nicht viel, aber äusserst wichtig.

Zahnproblem Nr. 1: Karies und Parodontose

«Der Nächste bitte!» – wer folgt schon gerne dieser Aufforderung ins ärztliche Sprechzimmer, wenn eine unangenehme Behandlung bevorsteht. Dabei sollte die Zahnärztin oder der Zahnarzt nicht erst aufgesucht werden, wenn es bereits zu spät ist.

Entzündungen entstehen, wenn sich bestimmte Bakterien in der so genannten «Plaque», dem zähen, klebrigen Zahnbelag aus Speiseresten und Speichel, in Scharen vermehren. Durch ihren Stoffwechsel vergären sie in kurzer Zeit Zucker zu Säuren, die den Zahnschmelz angreifen und entkalken. Wiederholt sich dies sehr oft, bricht die aufgeweichte Oberfläche ein und es entsteht ein Loch (Karies). Auch Entzündungen des Zahnfleisches (Gingivitis) können dann entstehen sowie Zahnfleischtaschen, in denen sich Bakterien weiter vermehren (Parodontitis). Fortgeschritten greift der Krankheitsherd auf das knöcherne Zahnbett über (Parodontose). Im späteren Verlauf bilden sich Zahnfleisch sowie Knochen zurück und die Zähne können schlussendlich ausfallen. Karies tritt anfangs oft am Zahnhals auf, dem Übergang vom Zahn zum Zahnfleisch. Weiter unten an der Grenze zwischen hartem Schmelz und weichem Zahnbein haben Bakterien besonders leichtes Spiel. Auch die so genannten «Fissuren», tiefe und enge Furchen der Kauflächen unserer Backenzähne, bilden an jenen Stellen, an denen sie sich kreuzen, für Bakterien besonders anfällige Grübchen.

Woran erkennt man Mundfäule?

In der Regel werden Speisereste im Mund durch bis zu eineinhalb Liter Speichel pro Tag hinweggespült. Dieser enthält zudem Mineralsalze, die zusammen mit Fluorid im Zahnschmelz schützend und härtend eingelagert werden. Diese chemische Gegenmassnahme setzt aber regelmässig etwa erst eine halbe Stunde nach Ende der Nahrungsaufnahme ein. Von Karies bedrohte, da entkalkte Stellen, erkennt man an kleinen weissen oder braunen Flecken. Befall in den Zahnzwischenräumen ist sehr häufig bei jungen Leuten anzutreffen und kann vom Zahnarzt oder der Zahnärztin nur mit einer Röntgenaufnahme sichtbar gemacht werden. Mit dem Kauen spezieller Tabletten wird die Plaque eingefärbt und dadurch erkennbar.

Mindestens einmal, besser zweimal pro Jahr sollte der Mensch deshalb zur ärztlichen Kontrolle, um Schlimmeres zu verhindern. Gerade im Fall einer Parodontitis treten anfangs nur selten Schmerzen auf und eine Entzündung kann deshalb lange unbemerkt bleiben. Erste Anzeichen wie z. B. zurückweichendes, häufig blutendes Zahnfleisch, Schmerz an den Zähnen beim Genuss sehr kalter bzw. heisser Speisen oder gar gelockerte Zähne sind bereits Alarmzeichen, die nicht mehr zu übersehen sind.

Vorbeugen durch gründliche Mundhygiene

Gut geputzt, ist halb gewonnen – das sollten Erwachsene nicht nur bei ihren Kindern, sondern vor allem auch bei sich selbst beherzigen. Denn ein gesundes Gebiss sieht nicht nur schön aus, sondern bleibt auch länger erhalten. Bei gezielter Mundhygiene kommt es aber nicht nur auf die Kunst des richtigen Putzens an, sondern ebenso auf die Wahl der geeigneten Zahnputzmittel und Werkzeuge.

Zähneputzen leicht gemacht

Die richtige Zahnputztechnik ist schnell erklärt. Die Kauflächen oben und unten, sowie die Aussen- und Innenflächen sollten mindestens drei Minuten Zahn für Zahn gründlich gebürstet werden. Handzahnbürsten erzielen dabei genauso gute Ergebnisse wie Elektrische. Spätestens alle drei Monate sollte ein neuer Putzkopf her. Nach der Reinigung empfiehlt es sich, die fluoridhaltige Paste nur auszuspucken, aber nicht mit Wasser auszuspülen; so kommt sie in ihrer Funktion als Zahnhärter besonders zur Geltung. Mindestens zweimal täglich, besser aber nach jeder Mahlzeit, sollte eine Zahnreinigung erfolgen, einmal pro Tag sogar etwas intensiver zur gründlichen Plaqueentfernung. Die Bürste braucht nach Gebrauch lediglich mit Wasser abgespült und an der Luft zum nächsten Einsatz getrocknet werden.

Als Ergänzung dient das wöchentliche Putzen mit fluoridkonzentriertem Gel oder die tägliche Spülung mit einer fluoridhaltigen Lösung ausserhalb der gewöhnlichen Reinigungszeiten. Mit der Zahnseide oder Zahnhölzern werden einmal täglich, vorzugsweise abends, auch die Zwischenräume im Gebiss, die immerhin fast ein Drittel der Zahnfläche im Mund ausmachen, angegangen. Dazu muss ein etwas längerer Faden um die beiden Mittelfinger gewickelt und mit leichten Auf- und Abwärtsbewegungen durch die einzelnen Zwischenräume gezogen werden. Ist dies mit Schmerz und Blutung verbunden, liegt bereits eine Zahnfleischentzündung vor.

Auf den Internetseiten der Schweizerischen Zahnärztegesellschaft SSO (www.sso.ch) finden sich übrigens weitere brauchbare Tipps für eine gesunde Mundhygiene.

Spezielle Prophylaxe beim Arzt

Wem die Eigenbehandlung nicht genügt, kann sich bei seiner Zahnärztin oder bei seinem Zahnarzt einer Versiegelung von Zahnoberfläche und Fissuren unterziehen. Dabei werden die Zähne nach einer gründlichen Reinigung durch ein Säuregel angeätzt, um dem danach aufgetragenen dünnflüssigen Kunststoff einen Halt zu geben. Anschliessend wird das Material mit dem Licht einer Speziallampe ausgehärtet. Auch mit Fluoridlack kann auf diese Weise Karies im Anfangsstadium sehr erfolgreich gestoppt werden.

Ernährungstipps für gesunde Zähne

Mineralstoffe, Vitamine, Spurenelemente braucht jeder Mensch auch zum Erhalt seiner Esswerkzeuge. Fluoridiertes Speisesalz sollte auf keinem Teller fehlen, ebenso Vitamin D und Kalzium zum Aufbau und Erhalt von Kieferknochen und Hartsubstanz der Zähne. Etwa 800 bis 1000 Milligramm pro Tag reichen aus, um den Bedarf zu decken. Sie stecken z. B. in einigen Gemüsearten, in Fisch und auch in Milchprodukten.
Wahrhafte Kalziumräuber dagegen sind phosphat- (z. B. Wurst) sowie koffeinhaltige Nahrungsmittel, da sie die Aufnahme von Kalzium aus der Nahrung sowie im Darm behindern.
Zuckerhaltige Speisen sollten nur zu den Hauptmahlzeiten genossen werden. Und zwischendurch empfehlen sich keineswegs die allseits beliebten Milch- oder Fruchtschnitten, da sie zu viel Zucker enthalten. Kernige und knackige Naschereien wie etwa rohes Gemüse oder Getreide sind viel besser, denn sie regen die Speichelproduktion an.

Frische feste Früchte tun dies ebenfalls, denn sie müssen gut gekaut werden und enthalten etwas Säure.

Aber Vorsicht: einige Obstsorten wie auch frucht- und zuckerhaltige Getränke haben zu viel Säure, das den Zahnschmelz wiederum schneller angreift. Und es dauert in der Regel Stunden, bis der Speichel diese Ätzungen wieder repariert hat. Deshalb ist von einem übermässigen, in kurzen Abständen wiederholten Verzehr abzuraten. Auch sollten die Zähne danach nicht gleich kräftig gebürstet werden, da deren Oberfläche durch die Fruchtsäuren kurzfristig etwas stärker aufgeweicht ist. Allenfalls eine leichte Spülung mit einem Schluck Wasser ist angebracht.

TIPPS

Gesund im Mund – Wichtige Prophylaxemittel

- Zahnpasten, Reinigungsgels, Spülungen: Sie sollten Fluorid sowie antibakterielle und entzündungshemmende Stoffe enthalten. Das erhöht die Widerstandskraft gegen Säuren, verlangsamt Entkalkung und fördert die Remineralisierung entkalkter Stellen.
- Zahnbürsten sind vorzugsweise aus Kunststoffborsten, da Naturborsten durch Aufquellen ein bakterielles Klima begünstigen und häufig auch zu Zahnfleischverletzungen führen. Ein kleiner, abgerundeter Kopf mit weichen bis mittelfesten gerundeten Borsten, in vielen kleinen Büscheln unterschiedlicher Länge angeordnet, erzielt eine gute Reinigung.
- Zahnfaden oder -seide, Interdentalbürstchen, Zahnhölzer sind für die Reinigung jener Zwischenräume gedacht, die mit einer Bürste nicht mehr so leicht zu erreichen sind.
- Mundduschen entfernen hartnäckige Speisereste mit einem pulsierenden Wasserstrahl.
- Zahnpflege-Kaugummis regen den zahnregenerierenden Speichelfluss an und sind zur Pflege nach Zwischenmahlzeiten gedacht. Bitte das «Zahnmännchen» auf der Verpackung beachten. Dieses garantiert für Süss- und Zuckeraustauschstoffe im Produkt.

Schweizerische Gesellschaft für

Parodontologie

Was ist Parodontitis?

Behandlung und Prophylaxe von Parodontitis

Wenn die Gewebe erkranken, die den Zahn im Kiefer halten, spricht man von Parodontitis. Blutendes Zahnfleisch ist der erste und oft einzige für den Patienten wahrnehmbare Hinweis darauf. Eines Tages stellt der Zahnarzt Veränderungen an den zahntragenden Geweben, dem Parodont, fest. Das Röntgenbild zeigt, dass sich um den Zahn herum der Knochen auflöst.

Die Parodontitis, eine entzündliche Erkrankung des Parodonts, hat die Fasern, die den Zahn im Knochen verankern, zerstört. An deren Stelle ist eine «Tasche» entstanden, die mit Bakterien und eventuell auch mit Eiter gefüllt ist. Falls diese Krankheit zu spät oder gar nicht behandelt wird, kann sich der Schwundprozess fortsetzen, bis der Zahn sich lockert und schliesslich ausfällt.

Etwa drei von vier Menschen leiden irgendwann in ihrem Leben an Parodontitis. 70% des Zahnverlusts bei Erwachsenen sind schätzungsweise auf diese Krankheit zurückzuführen. In den meisten Fällen schreitet die Parodontitis allerdings relativ langsam voran. Hier ist die Behandlung meist einfach und das Risiko für ein späteres Wiederaufflammen der Krankheit gering. Dagegen leiden etwa 7-15% der Bevölkerung an schweren Formen der Parodontitis. Bei ihnen können grosse Schäden am Zahnhalteapparat in relativ kurzer Zeit entstehen. Viele dieser Patienten brauchen schon als junge Erwachsene eine aufwendige Behandlung und leider ist bei ihnen das Risiko für ein späteres Wiederauftreten der Krankheit höher.

Parodontitis wird durch Bakterien verursacht, die sich auf den Zähnen ablagern und bei schlechter Mundhygiene stark vermehren. Nicht alle Bakterien im Mund sind gleich gefährlich und nicht jeder Mensch ist immer gleich anfällig. Wichtige Faktoren, die das Parodont auf diese Bakterien empfindlicher machen, sind starkes Rauchen sowie Diabetes und andere allgemeine Erkrankungen.

Seit einigen Jahren verfügt der Zahnarzt über neue Tests, die besonders schädliche Bakterien im Mund nachweisen. Bei schlechtem Ansprechen auf eine Behandlung, oder bei einem Wiederaufflammen der Krankheit, können sie wichtige Informationen für eine zielgerichtete Nachbehandlung liefern.
Ohne Bakterien gibt es keine Parodontitis. Damit eine Parodontitis heilt, müssen daher sämtliche Bakterienbeläge von den erkrankten Zähnen entfernt werden. Diese Arbeit ist umso aufwendiger, je tiefer die Taschen sind. Bei fortgeschrittenen Fällen muss der Zahnarzt einen chirurgischen Zugang schaffen, damit auch die Bakterienansammlungen am Taschengrund entfernt werden können. Je nach Situation werden zusätzlich antibakterielle Substanzen eingesetzt. In gewissen Fällen wird versucht, die verlorenen Gewebe mittels eines chirurgischen Eingriffs wieder aufzubauen. Ein dauerhafter Erfolg ist jedoch nur dann gewährleistet, wenn der Patient zuhause mit täglicher gründlicher Zahnreinigung verhindert, dass sich neue Bakterienbeläge bilden. Die systematische Reinigung aller Zahnoberflächen ist nicht einfach und muss vom Zahnarzt oder dem DentalhygienikerIn instruiert werden. Für die schwer zugänglichen Stellen z. B. an den Zahnzwischenräumen gibt es spezielle Hilfsmittel wie Zwischenraumbürsten, Zahnhölzchen oder Zahnseide. Sie werden individuell ausgewählt. Ihren richtigen Gebrauch trainieren und kontrollieren Patient und DentalhygienikerIn gemeinsam.

Die Parodontalbehandlung minder schwerer Fälle kann jeder Zahnarzt durchführen. Schwierige Fälle wie die rasch fortschreitenden Zahnbetterkrankungen bei jüngeren Patienten erfordern Spezialkenntnisse und eine lückenlose Langzeitbetreuung.
Solche Patienten kann der Familienzahnarzt an einen Parodontologen überweisen. Parodontologen sind Zahnärzte mit einer mehrjährigen Spezialausbildung. Sie betreuen in ihrer Praxis hauptsächlich Parodontalpatienten und stehen den Allgemeinpraktikern in beratender Funktion zur Seite.
Der Sieg über die Parodontitis fordert die Teamarbeit von Zahnarzt, Dentalhygienikerin und Patient und evtl. einem Spezialisten. Nur mit vereinten Kräften ist der Sieg über diese Krankheit und auch deren Verhinderung im Vorfeld möglich.

Zeigen sich bei mir Anzeichen einer Parodontitis?

Die Beantwortung folgender Fragen kann Ihnen helfen, mögliche Anzeichen einer Parodontitis zu erkennen: Blutet Ihr Zahnfleisch beim Zähneputzen, bei Berührung oder beim Essen harter Nahrung? Fühlt sich Ihr Zahnfleisch geschwollen oder empfindlich an? Hat sich das Zahnfleisch zurückgezogen? Scheint es, dass Ihre Zähne länger geworden sind? Haben Sie je Eiteraustritt zwischen Zahn und Zahnfleisch festgestellt? Hat sich die Stellung Ihrer Zähne verändert? Finden Sie, dass die oberen und unteren

Schweizerische Gesellschaft für **Rekonstruktive** Zahnmedizin

Zähne anders zusammenbeissen als früher oder haben sich Lücken zwischen den Zähnen gebildet? Haben Sie dauernd Probleme mit Mundgeruch? Wenn Sie eine oder mehrere dieser Fragen mit «Ja» beantwortet haben, so informieren Sie Ihren Zahnarzt. Eine eingehende Untersuchung wird zeigen, ob Sie eine Parodontitis-Behandlung brauchen.

Was ist ein Parodontologe?

Der Parodontologe ist ein zahnärztlicher Experte auf dem Gebiet der Vorbeugung, der Diagnose und Therapie aller Erkrankungen der Gewebe, die den Zahn im Kiefer verankern (Parodont). Er ist auch ausgebildet für die Planung, das Setzen und den Unterhalt von Zahnimplantaten. Nach dem fünf Jahre dauernden Zahnmedizinstudium folgt eine mindestens dreijährige universitäre Zusatzausbildung. In der Schweiz sind zur Zeit 84 Zahnärzte diplomierte Spezialisten SSP für Parodontologie. Patienten werden normalerweise vom Familienzahnarzt an den Parodontologen überwiesen.

SSP Sekretariat
Schweizerische Gesellschaft
für Parodontologie
Furkastrasse 32
CH-3900 Brig
Tel. 027 923 66 12
Fax 027 923 66 34
info@parodontologie.ch
www.parodontologie.ch

Zahnärztliche Prothetik

Das Wort Prothethik assoziiert sich allzu leicht mit der Erinnerung an verfärbte, glanzlose Kunstzähne, eingerahmt von rosa Plastik. Indes: Prothetik hat heute nur noch sehr wenig mit «Grossmutters Klappergebiss» zu tun, denn es geht um bedeutend mehr, als um das Einsetzen von «Prothesen».

Das Ziel der zahnärztlichen Prothetik ist das Eingliedern von biologisch und ästhetisch einwandfreien Arbeiten: Kronen, Brücken, Teil- und Vollprothesen. Rasante Fortschritte in der Entwicklung neuer Materialien und Techniken erlauben es den prothetisch tätigen Zahnärzten, den wachsenden Bedürfnissen nach Ästhetik und Komfort gerecht zu werden. Ihre kleinen Kunstwerke in der Mundhöhle stehen den Originalen bezüglich Funktion und Aussehen immer weniger nach.
Ein paar Beispiele:
1. Veneers 2. Kronen (Vollporzellan/VMK)
3. Brücken 4. Adhäsivbrücken 5. Implantate
6. Komplexer Fall abnehmbar 7. Komplexer Fall fix

Wann macht der Gang zum Spezialisten Sinn?

Der Spezialist ist am ehesten dort gefragt, wo es um die Lösung komplexer prothetischer Zahnprobleme geht. Die zahnärztliche Prothetik empfiehlt sich, wenn es um einen rekonstruktiven Wiederaufbau von geschädigter Zahnsubstanz geht.
Das Vorgehen bei der Behandlung: Zuerst werden die verbleibenden Zähne, das Zahnbett und das Zahnfleisch saniert. Dazu sind oft Vorbehandlungen nötig, gegebenenfalls auch beim Kieferorthopäden.

Danach erst kann mit der Rekonstruktion begonnen werden. Vor dem definitiven Einsetzen grösserer Rekonstruktionen wird der Patient mittels Provisorien langsam an die neuen Verhältnisse in seinem Mund gewöhnt.

Wer ist die SSRD?

Die Schweizerische Gesellschaft für rekonstruktive Zahnmedizin (SSRD) ist seit 1985 eine offizielle Fachgesellschaft der Schweizerischen Zahnärzte-Gesellschaft (SSO). Sie hat sich zum Ziel gesetzt, die zahnärztlich rekonstruktive Tätigkeit zu fördern und weiterzuentwickeln.
Insbesondere engagiert sich die SSRD für die Information der Bevölkerung über die Chancen und Möglichkeiten der rekonstruktiven Zahnmedizin.

Die SSRD wird von Dr. Horst Kelkel präsidiert und von einem insgesamt zehnköpfigen Vorstand geleitet. Zur Zeit hat sie über 700 Mitglieder: Allgemeinpraktiker, Spezialisten SSO für zahnärztliche Prothetik und wissenschaftliche Mitglieder. Die Mitgliedschaft ist zudem offen für Zahntechniker, Dentalhygienikerinnen, interessierte Ärzte und Prophylaxeassistentinnen.

Schweizerische Gesellschaft
für Rekonstruktive Zahnmedizin
Sekretariat - Dr. Borgis Serge
25 rue Daubin - 1203 Genève
Tel. 022 345 51 55
serge.borgis@bluewin.ch
www.ssrd.ch

«Restaurant» zu Hause

Reformhaus und Mahlzeitendienst
Firma Thomas Meier

Breisacherstrasse 79 - 4057 Basel
Tel. 061 693 12 20 - Fax 061 693 12 21
info@madi.ch - www.madi.ch

Der Mahlzeitendienst

und das Reformhaus der Firma Thomas Meier an der Breisacherstrasse 79 in Basel bietet bereits seit 14 Jahren eine Dienstleistung für Basel und die Region, und das für sieben Tage in der Woche.

Die ausgewogenen und schmackhaften Mahlzeiten werden fixfertig und heiss zu Ihnen gebracht. Dank dem speziellen Latent-Wärmespeicher können heisse Mahlzeiten auf dem Teller serviert werden, wodurch ein Aufwärmen und unnötige Verpackung wegfallen. Von Montag bis Samstag stehen täglich drei Menüs zur Auswahl; eines mit Fleisch, ein vegetarisch vollwertiges und ein Fleischersatz Menü, immer mit Salat oder Suppe.

Für den Sonntag gibt es fein garnierte kalte Platten zur Auswahl, und ein gekochtes Fleischmenü, das wir am Samstag liefern.

Den Menüplan der für eine Woche gültig ist, können Sie jederzeit bei uns abrufen, wir schicken es Ihnen per Post, Sie können auch anrufen und bestellen, oder im Internet unter www.madi.ch noch mehr Informationen bekommen.

Wir freuen uns, Sie mit unseren feinen Mahlzeiten und einem guten Service zu verwöhnen und Ihren Wünschen gerecht zu werden.

Spitex Basel

SPITEX
Hilfe und Pflege zu Hause

Spitex Basel erbringt Dienstleistungen, welche für die Hilfe und Pflege bei den Menschen zu Hause benötigt werden. Diese Dienstleistungen werden ergänzend erbracht, das Umfeld der Kundschaft wird miteinbezogen. Die Leistungen sind gegliedert in die Bereiche Grundpflege (z. B. Körperpflege), Behandlungspflege (z. B. Insulin spritzen) und Hauswirtschaft. Das Angebot ist sehr breit, es umfasst beispielsweise auch die Wochenbettpflege, Onkologiepflege oder die Kinderspitex. Die Einsätze werden von Fachpersonen erbracht.

Spitex Basel ist für alle da. Wenn jemand die Spitex beanspruchen möchte, geschieht dies über den Hausarzt oder indem man telefonisch Kontakt aufnimmt mit dem Spitexzentrum seines eigenen Wohnquartiers. Spitex Basel hat neun Zentren in der Stadt Basel.

Innert 48 Stunden findet bei der Kundschaft daheim das Abklärungsgespräch statt, welches die Basis für die zu leistenden Massnahmen ist. Der Kunde/die Kundin und das ganze Umfeld wird bei dieser Planung miteinbezogen. Alle Angaben sind in einer Kundendokumentation enthalten, welche bei der Kundschaft aufbewahrt wird.

Die Grundversicherung der Krankenkasse bezahlt die Leistungen der Grund- oder Behandlungspflege. Hauswirtschaftliche Leistungen sind nicht kassenpflichtig und müssen von der Kundschaft selbst bezahlt werden. Wer bedürftig ist, muss nicht auf Spitex verzichten, es gibt viele Möglichkeiten zur Unterstützung (z. B. AHV-Ergänzungsleistungen), die Spitex Basel hilft bei der Beratung.

Spitex Basel Zentren

Alban-Breite
Urs Graf-Strasse 8
4052 Basel
Tel. 061 378 95 85
Fax 061 378 95 80

Gundeldingen/Bruderholz
Winkelriedpl. 6
4053 Basel
Tel. 061 367 91 92
Fax 061 361 60 84

Bachletten/Neubad
Bachlettenstrasse 12
4054 Basel
Tel. 061 205 93 60
Fax 061 205 93 65

Gotthelf/Iselin
Allschwilerplatz 9
4055 Basel
Tel. 061 307 98 00
Fax 061 307 98 05

St. Johann
Mülhauserstrasse 111
4056 Basel
Tel. 061 385 96 00
Fax 061 385 96 05

Matthäus
Klybeckstrasse 95
4057 Basel
Tel. 061 695 85 85
Fax 061 695 85 89

Kleinhüningen
Kleinhüningerstrasse 205
4057 Basel
Tel. 061 631 10 63
Fax 061 631 44 41

Clara/Wettstein
Claragraben 43
4058 Basel
Tel. 061 666 60 60
Fax 061 666 60 69

Hirzbrunnen
Hirzbrunnerstrasse 114
4058 Basel
Tel. 061 606 99 00
Fax 061 606 99 09

Geschäftsstelle
Clarastrasse 6, Postfach
4005 Basel
Tel. 061 686 96 00
Fax 061 686 96 19
info@spitexbasel.ch
www.spitexbasel.ch
Sie erreichen uns in allen Basler Quartieren

Stiftung SBK

für Krankenpflege zu Hause

Leimenstrasse 52 - 4051 Basel
Tel. 061 272 21 15 - Fax 061 272 21 84
info@stiftungsbkbasel.ch
www.stiftungsbkbasel.ch

Unser Portrait

Die Stiftung für Krankenpflege zu Hause des SBK ist seit 1990 eine öffentlich anerkannte gemeinnützige Spitex-Organisation, welche von den Versicherern anerkannt ist. Unsere Organisation versteht sich als Ergänzung zu den öffentlichen Spitex-Diensten mit denen wir partnerschaftlich zusammenarbeiten.

Unser Angebot

- Professionelle Krankenpflege, Betreuung und Unterstützung
- Einsätze ab 2 bis 24 Stunden an 365 Tagen im Jahr
- Pflege und Betreuung für Menschen aller Altersgruppen
- Individuelle, unverbindliche Beratung zu allen Belangen rund um die Hilfe und Pflege zu Hause sowie deren Finanzierung
- Einzelbetreuung in Institutionen

Unsere Ziele

- Ihre Lebensqualität verbessern
- Die Pflege in Ihrer gewohnten Umgebung optimieren
- Ihre Angehörigen entlasten und unterstützen
- Ihre Anliegen, Wünsche und Bedürfnisse ganz ins Zentrum stellen

Unser Pflegepersonal

- diplomiertes Pflegefachpersonal
- Pflegehelferinnen und Pflegehelfer mit SRK-Kursausweis
- Medizinstudentinnen und Medizinstudenten

Haben Sie noch Fragen?
Unsere EinsatzleiterInnen beraten Sie gerne weiter.
Tel. 061 272 21 15

Familien-, Haus-

und Seniorenbetreuung
U. Grossmann GmbH

Garbenstrasse 23 - 4125 Riehen
Tel. 061 601 81 18 - Fax 061 641 58 60
grossmann@fhs-basel.ch
www.fhs-basel.ch

Unsere Grundsätze und Ziele

Die Familien-, Haus- und Seniorenbetreuung U. Grossmann GmbH ist staatlich anerkannt und Mitglied des Spitex-Vertrages des Kantons Basel Stadt. Unser Tätigkeitsgebiet umfasst Basel-Stadt, Riehen und Bettingen sowie die Agglomeration.

Wir verstehen uns als Teil des kantonalen Gesundheitswesens und leisten einen aktiven Beitrag an eine würdevolle Pflege und Betreuung von Kranken und Betagten zu Hause.

Wir bieten kompetente Hilfe und Pflege zu Hause an und ermöglichen Ihnen so, mit optimaler Lebensqualität in den eigenen vier Wänden zu leben.

Wir streben die Stärkung des sozialen Netzes durch fachliche Beratung und Unterstützung von Angehörigen sowie freiwilligen Helferinnen und Helfern an.

Diese Zielsetzungen entsprechen dem kantonalen und nationalen Bestreben, das öffentliche Gesundheitswesen zu entlasten.

Bürgerspital Basel

Betreutes Wohnen

Flughafenstrasse 235
4025 Basel
Tel. 061 326 74 70
Fax 061 326 74 73
betreuteswohnen@buespi.ch
www.betreuteswohnen.buespi.ch
www.buespi.ch

Bürgerspital Basel

Das Bürgerspital Basel ist ein anerkanntes, wegweisendes sozial-medizinisches Unternehmen, zu welchem sechs Pflegewohnheime und Alterszentren gehören. Diese haben langjährige Erfahrung in der Betreuung und Pflege von betagten Menschen.

Erstklassige Pflege, liebevolle Betreuung

Moderne, innovative Pflege- und Betreuungsmethoden werden durch fachlich auf dem neuesten Stand ausgebildetes Personal angewandt. Grosse Beachtung wird dabei der liebevollen, einfühlsamen Betreuung und Pflege geschenkt, bei welcher die individuellen Bedürfnisse und Wünsche der Bewohnerinnen und Bewohner berücksichtigt werden. Hinzu kommt das Angebot an psychogeriatrischen Wohngruppen sowie eine hohe Wohn- und Lebensqualität, damit sich die betagten Menschen in den Alterszentren und Pflegewohnheimen wohl fühlen. Zur umfassenden Pflege und Betreuung gehört auch der Einbezug der Angehörigen. Die Alterszentren und Pflegewohnheime organisieren regelmässig entsprechende Anlässe.

Aktivierung

In allen Alterszentren und Pflegewohnheimen wird ein vielseitiges und abwechslungsreiches Aktivierungsprogramm angeboten. Dieses bringt Struktur und Orientierungshilfe in den Tagesablauf und hilft, die körperliche und geistige Beweglichkeit zu erhalten. Die individuellen Fähigkeiten und Ressourcen werden gefördert und die sozialen Kontakte untereinander gepflegt.

Rufen Sie uns an

Kontaktieren Sie uns, falls Sie weitere Informationen wünschen. Wir nehmen uns gerne Zeit für Sie und beantworten im persönlichen Gespräch Ihre Fragen.

Alterszentrum Weiherweg
Rudolfstrasse 43
CH-4054 Basel
Tel. 061 307 61 11
www.weiherweg.buespi.ch

Alterszentrum zum Lamm
Rebgasse 16
CH-4058 Basel
Tel. 061 690 21 11
www.zumlamm.buespi.ch

Pflegewohnheim Lindenhof
Socinstrasse 30
CH-4051 Basel
Tel. 061 279 83 00
www.lindenhof.buespi.ch

Pflegewohnheim Sonnenrain
Socinstrasse 55
CH-4051 Basel
Tel. 061 279 81 11
www.sonnenrain.buespi.ch

Pflegewohnheim Falkenstein
Falkensteinerstrasse 30
CH-4053 Basel
Tel. 061 564 44 44
www.falkenstein.buespi.ch

Pflegewohnheim am Bruderholz
Bruderholzweg 21
CH-4053 Basel
Tel. 061 365 91 91
www.ambruderholz.buespi.ch

Adullam-Stiftung

Alters- und Pflegeheim

Mittlere Strasse 15
Postfach - 4003 Basel
Tel. 061 266 99 11 - Fax 061 261 18 47
info@adullam.ch - www.adullam.ch

adullam
Alter und Gesundheit

In unserem Alters- und Pflegeheim mit insgesamt 200 Plätzen finden ältere und pflegebedürftige Menschen ein Zuhause.
Im Vordergrund stehen die Prinzipien der aktivierenden Pflege und damit die Hilfe zur Selbsthilfe und die Förderung der Selbständigkeit der Bewohnerinnen und Bewohner. Dabei wird eine umfassende Betreuung von leicht, mittel und ganz pflegebedürftigen Menschen angeboten.
Die Pflege und Betreuung wird durch Ergo- und Aktivierungstherapie sowie durch gezielte Physiotherapie ergänzt.
Das vielfältige kulturelle Angebot, das hauseigene wöchentlich wechselnde Fernsehprogramm, die Morgenandachten, ein Besuch in der Cafeteria oder ein Spaziergang im schönen Adullam-Park bringen die gewünschte Abwechslung in den Tagesablauf.

Verband der gemeinnützigen
Basler Alters- und Pflegeheime VAP

Basler Alters- und Pflegeheime

Wir sind für Sie da – rund um die Uhr.

Wenn das Wohnen zuhause auch mit Hilfe von aussen zu anstrengend wird, dann sind wir für die hochbetagten Baslerinnen und Basler da. In 38 Alters- und Pflegeheimen im Kanton Basel-Stadt umsorgen wir über 2.700 Menschen, die Pflege und Betreuung in ihrem Alltag brauchen. Die Dienstleistungen umfassen je nach der persönlichen Situation punktuelle Unterstützung bis hin zur vollständigen Übernahme der täglichen Verrichtungen.

Geborgen und individuell

Bei uns wohnt der alte Mensch sicher und geborgen. Wir wissen, dass ein langes, ereignisreiches Leben zur Individualistin und zum Individualisten macht. Wir möchten die vielschichtigen Lebensformen unserer BewohnerInnen mitgestalten: sie können sich bei uns ein neues Zuhause schaffen. Gemeinschaftlichkeit kann gelebt werden.

In Sicherheit

Wer in ein Alters- und Pflegeheim zieht, hat dafür gute Gründe. Er/sie zählt auf Unterstützung. Wir übernehmen für unsere BewohnerInnen, was sie selbst nicht mehr tun können und fördern ihre Eigenständigkeit. Das wollen wir als verlässliche Partner tun, die für alle Belange gut ausgebildet sind und Sicherheit vermitteln können. In vielfältiger Weise werden Beziehungen geknüpft. «Das isch e liebi Schwöschter» oder «meine Frau X…» mag es dann heissen. Pflege und Betreuung geschehen in enger persönlicher Weise, wo gegenseitiger Respekt und Wertschätzung von grosser Bedeutung sind.

Wohnen Sie wohl

Zunehmend bieten wir Alters- und Pflegeheime verschiedene Wohnformen mit gutem Standard an. Auch Wohngruppen sind beliebt und erlauben ein hohes Mass an Leben wie früher. Die Sorge um den Haushalt kann getrost unseren Profis überlassen werden. Auch vom Kochen verstehen wir etwas und stecken viel Energie in eine appetitliche und gesunde Ernährung.

Auch Heime zeigen Persönlichkeit

So wenig wie es «den alten Menschen» gibt, gibt es «das Heim». Zwar arbeiten wir in Basel-Stadt nach denselben verbindlichen Standards, deren Einhaltung regelmässig überprüft wird. Doch hat jedes Heim seine eigene Geschichte und somit seine ganz eigene Atmosphäre und Kultur. Lichtdurchflutete moderne Architektur am Stadtrand oder zmittst in der Stadt mit einem Garten als Insel der Ruhe. Eine tour d'horizon lohnt sich und erhöht die Sicherheit der Wahl. Der Umzug in ein Alters- und Pflegeheim will ja gut bedacht sein.

Gut organisiert

Fast alle Basler Alters- und Pflegeheime sind im Verband der gemeinnützigen Basler Alters- und Pflegeheime VAP zusammengeschlossen. Wir sind Verhandlungspartner der Krankenversicherer und des Kantons, der die Leistungsaufträge erteilt. Gemeinsam machen wir uns für geeignete Rahmenbedingungen wie die Finanzierung und Ausbildung stark und unterstützen Weiterentwicklungen in der Alterspflege. Ein gemeinsames Ziel haben wir – im Sinne unserer Bewohnerinnen und Bewohner zu handeln.

Gut, dass es uns gibt – die Basler Alters- und Pflegeheime

VAP-Geschäftsstelle
Claudia Roche, Geschäftsführerin
Tel. 061 266 96 19
contact@vap-bs.ch - www.vap-bs.ch

insieme Basel

Geschäftsstelle

Wettsteinallee 70 - 4058 Basel
Tel. 061 281 17 77
www.insieme-basel.ch - info@insieme-basel.ch

Vereinigung der Eltern und Freunde geistig Behinderter Basel

Der Verein wahrt und fördert die Interessen von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit einer geistigen Behinderung
Für Menschen mit einer geistigen Behinderung haben wir ein breites Angebot an Dienstleistungen in den Bereichen Wohnen, Freizeit, Bildung und Ferien. Begleitet und betreut werden sie durch heilpädagogisch und pädagogisch ausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Das Freizeitzentrum an der Landskronstrasse 32 in Basel bietet Dienstleistungen im Freizeitbereich an. Die Besucherinnen und Besucher sollen selbst wählen, welche Angebote sie wahrnehmen wollen. Das Team bietet dabei Unterstützung und Begleitung.

insieme Reisen bietet Ferien im In- und Ausland an, die von kompetentem Personal begleitet wird.

In unseren Wohngruppen wohnen 18 Menschen, die in ihrer Freizeit und im Alltag von ausgebildeten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleitet werden.

Der Bildungsclub Region Basel bietet Weiterbildungskurse in der Region Basel an.

IVB Behinderten - Transport

Schlossgasse 11
4102 Binningen
Bestell-Tel. 061 426 98 00
Telefax 061 426 98 05

Der IVB Behinderten- und Betagtentransportdienst steht seit 1957 mit über 45 speziell ausgerüsteten Fahrzeugen allen mobilitätsbehinderten Menschen der Region Nordwestschweiz zur Verfügung, welche nicht selbstständig die öffentlichen Verkehrsmittel benutzen können.

Jährlich werden rund 160.000 Transporte durchgeführt und über 800.000 Kilometer zurückgelegt.

Das Angebot des IVB Behinderten- und Betagtentransportdienstes umfasst:

- Schülertransporte
- Tagesheim- Transporte
- Tagesspital-Transporte
- Arbeitsplatz-Transporte
- Transporte für Werkstätten und Wohnheime
- Therapie- und Dialyse-Transporte
- Einzeltransporte zum Arzt
- Freizeit-Transporte

IVB
BEHINDERTENTRANSPORT

Transporte können zwei Tage im voraus jeweils Mo - Fr von 07.00h - 18.00h durchgehend bestellt werden.

Die verschiedenen Transportpreise unterscheiden sich je nach Transportart und Kostenträger.

Der IVB Behinderten- und Betagtentransportdienst ist auf die Unterstützung durch Spenden angewiesen – er wird von den Kantonen nicht subventioniert.

IVB Unterstützungskonto:

PC 40-47124-6

autismus deutsche schweiz

Der Elternverein Autismus Schweiz wurde 1975 unter dem Namen «SVEAK – Schweizerischer Verein der Eltern autistischer Kinder und weiterer am Autismus Interessierter» gegründet. Autismus Schweiz bildet heute die schweizerische Dachorganisation der sprachregionalen Elternvereine (Sektionen) und führt eine Informations- und Dokumentationsstelle. Ihr Sitz ist in Freiburg. Die Sektionen vereinen über 1.000 Mitglieder. Die Geschäftsstelle informiert die Öffentlichkeit und die politischen Behörden, vernetzt auf nationaler und internationaler Ebene, unterstützt und koordiniert die Sektionen, verhandelt mit dem Bundesamt für Sozialversicherungen (BSV).

Sekretariat - Brigitt Germann
Fischerhöflirain 8 - 8854 Siebnen
Tel. 055 440 60 25 - Fax 055 440 14 12
info@autismus.ch - www.autismus.ch

Die Informations- und Dokumentationsstelle berät Eltern und Fachpersonen, sammelt und gibt Informationen weiter, veröffentlicht die Zeitschrift «Autismus-Infos», verleiht Videos/DVD, betreibt die Website «www.autismusschweiz.ch», vermittelt ReferentInnen und Adressen von spezialisierten Institutionen

Rue de Lausanne 91 - CH-1700 Fribourg
Tel. 026 321 36 11 - Fax 026 321 36 15
infodoc@autism.ch - www.autism.ch
Spenden unter - PC 40-13013-1

Vereinigung Cerebral

Die Vereinigung Cerebral Schweiz wurde bereits 1957 als Selbsthilfeorganisation von Eltern gegründet. Als Dachorganisation der verschiedenen Regionalgruppen fördert, vertritt und koordiniert sie gesamtschweizerisch die Anliegen der Menschen mit cerebralen Bewegungsstörungen und/oder Mehrfachbehinderung, ihrer Angehörigen und der Fachleute.

Zuchwilerstrasse 43 - Postfach 810
4501 Solothurn
Tel. 032 622 22 21 - Fax 032 623 72 76
info@vereinigung-cerebral.ch
www.vereinigung-cerebral.ch

Stiftung Cerebral

Cerebral gelähmte Kinder und ihre Eltern sind auf rasche und unbürokratische Hilfe angewiesen. Gerade kostspielige Anschaffungen wie ein höhenverstellbares Pflegebett, Ausgaben im Transportbereich oder Investitionen in den behindertengerechten Umbau der Wohnung übersteigen das Budget einer Familie bei weitem. Unsere Hilfe setzt dort ein, wo dies die öffentliche Hand oder Versicherungen nicht im erforderlichen Masse können.

Die Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind fördert und unterstützt verschiedenste Therapiemassnahmen. Durch einen möglichst frühen und intensiven Einsatz von Therapien können die individuellen, verbliebenen Fähigkeiten trainiert und gefördert werden. So können einige Cerebralgelähmte eine Ausbildung absolvieren und als Erwachsene ein möglichst selbständiges Leben führen. Schwer Behinderte aber sind ein Leben lang auf Pflege und Betreuung angewiesen. Eine besonders wichtige Aufgabe der Stiftung ist deshalb die Beratung und Betreuung der Angehörigen und die finanzielle Unterstützung von Um- und Ausbau der Schulungs- und Wohnheime für Behinderte.

Erlachstrasse 14 - Postfach 8262 - 3001 Bern
Tel. 031 308 15 15 - Fax 031 301 36 85
Spenden unter - PC 80-48-4

Fragile Suisse

Für Hirnverletzte, Angehörige und Fachpersonen. Ungefähr 100.000 Menschen leben in der Schweiz mit einer Hirnverletzung, jährlich kommen fast 20.000 neue Fälle hinzu. Keine andere Behinderung ist so häufig. Die Menschen haben einen Schlaganfall erlitten, wurden Opfer eines Unfalls oder hatten einen Hirntumor.

FRAGILE Suisse ist die schweizerische gemeinnützige Vereinigung, die sich gemeinsam mit Betroffenen für die Anliegen von Menschen mit einer Hirnverletzung aus Hirnschlag (Schlaganfall), Kopfverletzung, Hirnblutung oder Krankheit (z. B. Tumor) und ihren Angehörigen einsetzt. 11 regionale Vereinigungen und das Zentralsekretariat in Zürich bieten ihre Dienstleistungen flächendeckend in der ganzen Schweiz an.

FRAGILE Suisse fördert das Verständnis für Menschen mit einer Hirnverletzung und hilft mit einem breiten Dienstleistungsangebot Betroffenen und Angehörigen direkt. Seit 1994 ist FRAGILE Suisse von der ZEWO als gemeinnützig anerkannt und wird vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert.

FRAGILE Schweizerische Vereinigung
für Hirnverletzte und Angehörige
Dachverband - Beckenhofstrasse 70
8006 Zürich - Tel. 044 360 30 60
mail@fragile.ch - www.fragile.ch
Spenden unter - PC 80-10132-0

insieme

insieme heisst: Sich gemeinsam, solidarisch, mit konzentrierten Kräften für die Anliegen der Menschen mit geistiger Behinderung engagieren. Rund 50.000 Menschen mit geistiger Behinderung leben in der Schweiz. Für sie ist insieme da. Die Elternselbsthilfe-Organisation wurde 1960 gegründet. Sie zählt heute 9.000 aktive Einzelmitglieder - Eltern, Angehörige und Fachleute – sowie rund 30.000 Freunde und SympathisantInnen, die in 60 regionalen bzw. kantonalen Unterorganisationen zusammengeschlossen sind.
insieme ergreift Partei: Kompetent, parteilich und innovativ: So mischen wir uns in die öffentliche Meinungsbildung ein und engagieren uns auf politischer Ebene für rechtliche Voraussetzungen, damit die Menschen mit geistiger Behinderung, wie alle Menschen, unter guten Bedingungen leben und sich entfalten können: Gleichberechtigt, eigenständig, ohne Diskriminierungen. insieme ist Drehscheibe für Dienstleistungen und Informationen:

- Wir bieten Menschen mit geistiger Behinderung in der ganzen Schweiz vielfältige Weiterbildungs- und Freizeitangebote.
- Wir informieren kompetent über alle relevanten Fragen zum Thema geistige Behinderung.
- Wir beraten Eltern und Angehörige bei rechtlichen Fragen und Alltagsproblemen.
- Wir bieten Menschen mit geistiger Behinderung attraktive Arbeits- und Wohnmöglichkeiten in der Landwirtschaft.
- Wir sorgen als Trägerin der Fachstelle «Lebensräume» für den passenden Lebensort für Menschen mit geistiger Behinderung und schwierigem Verhalten ausserhalb psychiatrischen Kliniken.

PF/CP 6819 - CH-3001 Bern
Tel. 031 305 13 13 - Fax 031 305 13 14
sekretariat@insieme.ch - www.insieme.ch
Spenden unter - PC 25-15000-6

Weitere auf der nächsten Seite

SZH Schweizerische Zentralstelle für Heilpädagogik

Haben Sie Fragen zur Sonderpädagogik? Die SZH/CSPS ist eine private nationale Fach- und Dienstleistungsstelle, die Ihnen die Antworten dazu geben kann. Wir informieren und beraten Sie wissenschaftlich fundiert. Wir publizieren, nehmen Stellung und entwickeln für Sie Konzepte. Die SZH/CSPS sieht sich als Drehscheibe und fördert die Kommunikation und den Informations- und Erfahrungsaustausch in der Sonderpädagogik. Unsere Dienstleistungen erbringen wir für Behörden, Vereinigungen, Institutionen und Fachpersonen, welche sich mit Fragen der Erziehung, Schulung und Bildung von behinderten Menschen befassen.

Theaterstrasse 1 - CH-6003 Luzern
Tel. 041 226 30 40 - Fax 041 226 30 41
szh@szh.ch - www.szh.ch

Pro Infirmis Schweiz

Assistenzdienste, Bauberatung, Begleitung, Bildungsklub, Entlastungsdienste, Eurokey, Fahrdienste, Kleinkinderberatung, Profil – Arbeit & Handicap, Sozialberatung, Sozialberatung für psychisch Behinderte, Wohnschule.

KANTONALE ANGEBOTE / Mit umfassender Beratung und konkreten Angeboten leisten wir Hilfe zur Selbsthilfe. Unsere Dienstleistungen richten sich an Menschen mit körperlicher, geistiger oder psychischer Behinderung und ihre Angehörigen. Ziel unserer Sozialberatung ist die möglichst selbständige und selbstbestimmte Lebensgestaltung.

Postfach - 8032 Zürich - Tel. 044 388 26 26
contact@proinfirmis.ch - www.proinfirmis.ch
Spenden unter PC 80-22222-8

Insos Schweiz

INSOS im Dienste von Institutionen für Menschen mit Behinderung.
INSOS ist der gesamtschweizerisch tätige Branchenverband von Institutionen für Menschen mit Behinderung. Ihm gehören 450 meist private Trägerschaften mit mehr als 800 Institutionen in allen Regionen der Schweiz an. Sie stellen für rund 40.000 Menschen Wohn- und Lebensraum mit Betreuung, berufliche Ausbildung und Arbeitsplätze in einem geschützten Rahmen zur Verfügung.

Menschen mit Behinderung haben – gleich wie Nichtbehinderte – einen Anspruch darauf, sich in die Gesellschaft integrieren zu können. Sie benötigen dazu ein Zuhause mit Wohnformen, die ihren Möglichkeiten und Bedürfnissen angepasst sind. Und auch sie suchen Anerkennung über Arbeit und Leistung.

Vor allem für schwerbehinderte Menschen sind diese Ziele jedoch ohne Unterstützung, Begleitung und Förderung nicht erreichbar. INSOS-Mitgliedsinstitutionen richten ihr Angebot konsequent auf die spezifischen Bedürfnisse dieser Menschen aus. Die Arbeits- oder Beschäftigungsplätze in den Werkstätten ermöglichen eine sinnvolle, auf die individuellen Fähigkeiten abgestimmte Tätigkeit. Die Institutionen erfüllen damit Aufgaben, die ihnen von Staat und Gesellschaft übertragen werden.

INSOS fördert die qualitativ hochstehende und effiziente Erfüllung dieser Aufgaben. Den Bedürfnissen der Behinderten und ihren Grund- und Persönlichkeitsrechten kommt dabei jederzeit Priorität zu: Selbstbestimmte Wohn- und Lebensformen, die freie Wahl des Wohn- und Arbeitsplatzes und eine der Leistungsfähigkeit entsprechende Entlöhnung sind dabei die wichtigsten Kriterien. Weil die Rahmenbedingungen für soziale Institutionen immer mehr von wirtschaftlicher und politischer Konkurrenz gekennzeichnet sind, wird die Interessenvertretung auf allen Ebenen immer wichtiger. INSOS vertritt deshalb die Interessen der Mitglieder auf nationaler, regionaler und kantonaler Ebene gegenüber Behörden, Politik und Wirtschaft und betreibt gezielte Öffentlichkeitsarbeit. Die Eigenfinanzierung als Verband erfolgt durch Mitgliederbeiträge, Staatsbeiträge und im Falle von Einzelprojekten durch Sponsoren.

Bürglistrasse 11 - 8002 Zürich
Tel. 044 202 70 35 - Fax 044 202 23 77
zs@insos.ch - www.insos.ch

pro audito schweiz – Organisation für Menschen mir Hörproblemen

Eine Organisation für Menschen mit Hörproblemen. Schätzungen zufolge sind 10 Prozent der Schweizer Bevölkerung von einer Hörbehinderung betroffen. pro audito schweiz setzt sich dafür ein, dass das Leben dieser Bevölkerungsgruppe leichter wird. Sie vertritt deren Anliegen auf politischer Ebene und gegenüber der Hörmittelbranche. pro audito schweiz ist eine Organisation der Selbst- und Fachhilfe für Menschen mit Hörproblemen und deren Angehörige mit einem dichten Netz von regionalen und lokalen Hörbehindertenvereinen (54 mit rund 7.100 Mitgliedern). Über diese wie auch über die Schweizerische Tinnitus-Liga übt sie eine Dachfunktion aus und vertritt beim Bund und den Sozialversicherungen IV und AHV die Interessen der rund 700.000 Menschen in der Schweiz, die irgendein Hörproblem haben.

Darüber hinaus versteht sich der Verband als Vertreter von Menschen mit Hörgeräten oder Hörsystemen. In dieser Eigenschaft macht er sich für die Anliegen der Hörbehinderten vorab gegenüber der Hörmittelbranche stark. Eine zeitgemässe Versorgung mit Hörgeräten und technischen Hilfsmitteln sowie hörbehindertengerechte Einrichtungen in öffentlichen Räumen und im öffentlichen Verkehr sind seine wichtigsten Anliegen.

Weiter sorgt der Verband dafür, dass die Bestimmungen des Behindertengleichstellungsgesetzes zugunsten der Hörbehinderten umgesetzt werden. Ebenso engagiert er sich in der Schulung von Spezialisten für Höranlagen in öffentlichen Gebäuden.

pro audito schweiz hat auf nationaler Ebene schon viel erreicht: Heute gilt die Hörmittelversorgung in der Schweiz sowohl in finanzieller als auch in medizinisch-technischer Hinsicht als die beste in Europa. Doch die Anstrengungen müssen weitergehen, damit hörbehinderte Menschen ein Leben ohne jegliche Benachteiligungen führen können.

Feldeggstrasse 69 - Postfach 1332 - 8032 Zürich
Tel. 044 363 12 00 - Fax 044 363 13 03
info@pro-audito.ch - www.pro-audito.ch
Spenden unter - PC 80-3369-1

Visoparents schweiz

Visoparents schweiz ist ein gesamtschweizerisch tätiger Verein, der sich für die Anliegen von blinden, seh- und mehrfachbehinderten Kindern und ihren Eltern stark macht. Wir fördern die Erziehung und die bestmögliche schulische, soziale und berufliche Integration der betroffenen Kinder. Unser Vorstand arbeitet ehrenamtlich. Wir sind bestrebt, unser Dienstleistungsangebot entsprechend den Bedürfnissen der durch uns betreuten Familien laufend anzupassen und zu erweitern.

Stettbachstrasse 10 - 8600 Dübendorf
Tel. 043 355 10 20 - Fax 043 355 10 25
visoparents@visoparents.ch - www.visoparents.ch.
Spenden unter - PC 80-229-7

www.behindertennetz.ch

Die Informationsplattform zu Heimen und Institutionen, für Menschen mit einer Behinderung. Suchen Sie Informationen über eine bestimmte Institution für Menschen mit einer Behinderung? Suchen Sie eine spezifische Leistung für eine Person mit einer Behinderung und möchten wissen, wo Sie einen entsprechenden freien Platz finden? Benötigen Sie Fachinformationen, als Heimleiter/in, als Platzierende/r, als Mitglied einer Heim-Trägerschaft, als Behörden-Mitglied? Das BehindertenNETZ hilft Ihnen weiter.

Über eine detaillierte Suchmaschine können Sie Ihren Wunschplatz, Ihr Wunschheim nach unterschiedlichen Kriterien suchen. Viele Heime ermöglichen Ihnen zudem über den entsprechenden Link einen virtuellen Rundgang durch Angebot und Konzept.
Auf dem BehindertenNETZ finden Sie zudem Fachinformationen aus dem Fachbereich Erwachsene Behinderte von CURAVIVA Schweiz, Veranstaltungshinweise, News, einen umfassenden Stellenmarkt, eine Secondhand-Börse und vieles mehr.

Nützen Sie den einfachen und schnellen Zugriff auf diese in diesem Gebiet umfassendste Datenbank in der Schweiz.

CURAVIVA - Fachbereich Erwachsene Behinderte
Postfach - 8034 Zürich
Tel. 044 385 91 91 - Fax 044 385 91 99
Stefan Sutter - Leiter Fachbereich Erwachsene Behinderte, Tel. 044 385 91 75 - www.behindertennetz.ch

avanti donne

avanti donne ist eine von Kompetenz und Kreativität geprägte Selbsthilfeorganisation von behinderten Frauen für behinderte Frauen und Mädchen. Der gemeinnützige Verein ist konfessionell und politisch neutral und unter dem gesamtschweizerischen Behindertenselbsthilfe-Dachverband AGILE verankert. avanti donne wurde 2002 gegründet und darf mit seiner Kontaktstelle als einzigartige Anlaufstelle, Vernetzungsplattform und als Kompetenzzentrum von und für behinderte Frauen und Mädchen in der Schweiz bezeichnet werden. Dem Verein als Trägerschaft sind Betroffene und ihre Angehörigen, Fachpersonen, Organisationen und Sympathisanten angeschlossen.

- avanti donne engagiert sich für die Gleichstellung behinderter Frauen innerhalb der Gesellschaft und Arbeitswelt – und damit für die Förderung ihrer Selbstbestimmung und Verbesserung der Lebensqualität.
- avanti donne fördert die Vernetzung von Frauen und Mädchen mit einer Behinderung, entwickelt bedarfsgerechte Dienstleistungen und realisiert Projekte.
- arbeitet eng mit Institutionen und Fachpersonen zusammen, wirkt sozialpolitisch in der Behinderten- und Frauenbewegung zur Behebung von Ungleichstellung und Diskriminierung mit, fördert Kompetenz und Professionalität ihrer Mitarbeiterinnen durch Weiterbildungen.

Kontaktstelle für behinderte Frauen und Mädchen
Postfach - 4464 Maisprach
Tel. 0848 444 888
info@avantidonne.ch - www.avantidonne.ch
Spenden unter - PC 40-569440-4

Schweizerischer Blindenbund

Selbsthilfe blinder und sehbehinderter Menschen
Geschäftsstelle -Friedackerstrasse 8
Postfach - 8050 Zürich
Tel. 044 317 90 00 - Fax 044 317 90 01
info@blind.ch - www.blind.ch
Spenden unter - PC 80-11151-1

Schweiz. Blinden- und Sehbehindertenverband SBV

Gutenbergstrasse 40b - CH-3011 Bern
Tel. 031 390 88 00 - Fax 031 390 88 50
info@sbv-fsa.ch - www.sbv-fsa.ch
Spenden unter - PC 80-890-0

SBS Schweizerische Bibliothek für Blinde und Sehbehinderte

Grubenstrasse 12 - 8045 Zürich
Tel. 043 333 32 32 - Fax 043 333 32 33
info@sbs-online.ch - www.sbs-online.ch
Spenden unter - PC 80-1514-1

Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten Organisationen

Geschäftsstelle sonos
Feldeggstrasse 69 - Postfach 1332
8032 Zürich
Öffnungszeiten Montag - Freitag
09.00h - 16.30h
Tel. 044 421 40 10 - Fax 044 421 40 12
info@sonos-info.ch - www.sonos-info.ch

Weitere auf der nächsten Seite

Santitätshaus St. Johann

Spitalstrasse 40 - 4056 Basel
Tel. 061 386 91 91
info@rehamed.ch - www.rehamed.ch

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag 08.30h bis 12.30h und
13.30h bis 18.00h
Parkplätze vorhanden

Das Sanitätshaus St. Johann – Ihr Partner für gesunde und kranke Tage.

Die Gesundheit ist jene Sache in Ihrem Leben, ohne die eben nichts geht. Und da möchten Sie mit Menschen zu tun haben, die kompetent, vertrauenswürdig und sensibel sind. Wir haben 30 Jahre Erfahrung, gut ausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und die grosse Auswahl an Produkten und Artikeln, die Sie erwarten dürfen. Wir sind unabhängig und können deshalb immer alle gewünschten oder geeigneten Artikel anbieten. Und dies natürlich ab Lager, damit Sie nicht noch lange warten müssen.

Vorbeugen, heilen, pflegen
Gesundheit möchten Sie erhalten und wenn sie gefährdet ist, möchten Sie sie wieder erlangen. Wir nehmen uns Zeit für eine individuelle Beratung. Falls nötig, kommen wir auch zu Ihnen und klären vor Ort Ihre Bedürfnisse ab oder bieten Ihnen unseren Hauslieferdienst an. Fragen Sie uns also ungeniert. Wir versuchen Ihnen zu helfen.

Das Team vom Sanitätshaus St. Johann nimmt sich gerne Zeit für Sie.

Reha mobil GmbH

Feierabendstrasse 47 - 4051 Basel
Tel. 061 283 44 44 - Fax 061 283 44 45
info@rehamobil.ch - www.rehamobil.ch

Öffnungszeiten
Dienstag bis Freitag 09.00h bis 12.00h und 14.00h bis 17.00h
Samstag durchgehend 09.00h bis 15.00h
Montag geschlossen

Der Partner für Menschen mit Handicap

Die Versorgung von Menschen mit technischen Hilfsmittel, ist unser Thema; Ihnen im Alltag zu Mobilität, Autonomie im Tagesablauf, zu mehr Integration in Beruf und Gesellschaft und somit zu grösserer Lebensqualität zu verhelfen.
Unser Team greift auf eine über 25-jährige Erfahrung zurück. Wir sind stets bestrebt unsere Fachkenntnisse durch Weiterbildungskurse auf dem neusten Stand zu halten. Zur Präsentation der Hilfsmittel haben wir für Sie

die erste permanente Hilfsmittel Ausstellung in der Nordwest-Schweiz, die «Reha-Expo»

eingerichtet, welche laufend mit den neuesten Produkten aktualisiert wird. Hier werden Sie von unseren Spezialisten in ruhiger Umgebung beraten. Die notwendigen Anpassungen werden von unseren Fachleuten ausgeführt.
Selbstverständlich sind wir auch nach der Lieferung der Hilfsmittel für sie da. Unsere Werkstatt gewährleistet schnellen Reparatur- und Wartungsservice.
Die Zusammenarbeit mit Ihrem Arzt, Therapeut, Pfleger, Sozialdienst, Kostenträger etc. gehört zu unserem Alltag.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.
Ihr «Reha mobil» Team

Parkplätze direkt vor dem Haus

AGILE.ch Behinderten-Selbsthilfe Schweiz

AGILE Behinderten-Selbsthilfe Schweiz vertritt als Dachverband die Interessen von über 40 Behinderten-Selbsthilfe-Organisationen. Diese repräsentieren Menschen aller Behinderungsgruppen und ihre Angehörigen.

Es gibt viele verschiedene Behinderungen. Sie können grob in vier Gruppen unterteilt werden: körperliche, sensorielle (Seh- und Hörbehinderungen), geistige und psychische. Die verschiedenen Gruppen von Behinderten haben aber zahlreiche gemeinsame Interessen. Durch den Zusammenschluss im Dachverband AGILE wird die Behinderten-Selbsthilfe zu einer politischen Kraft, die etwas erreichen kann (Beispiele: Verbesserungen in der Invalidenversicherung, Kampf um die rechtliche Gleichstellung Behinderter).

Mit ihrer behinderungsübergreifenden Tätigkeit fördert AGILE zudem das gegenseitige Verständnis und die Solidarität zwischen den verschiedenen Behindertengruppen.

Effingerstrasse 55 - 3008 Bern
Tel. 031 390 39 39 - Fax 031 390 39 35
info@agile.ch - www.agile.ch
Spenden unter - PC 30-16945-0

Begleitetes Reisen mit Compagna

Mit Compagna Reisebegleitung unterwegs in öffentlichen Verkehrsmitteln.
«Wir begleiten Sie wohin Sie wollen.» Mit dieser Kurzformel ist die Dienstleistung von Compagna Reisebegleitung bereits im Wesentlichen umschrieben. Wer für Angehörige, Klienten, Patienten oder für sich selbst eine Begleitung für Fahrten in öffentlichen Verkehrsmitteln wünscht, kann sich an Compagna Reisebegleitung wenden.

Wer immer eine geeignete Reisebegleitung wünscht, findet unter der Nummer 071 220 16 07 unkomplizierte und schnelle Hilfe. Die Compagna Einsatzzentrale nimmt den Auftrag entgegen, klärt Reiseziel und Wünsche ab. Zum vereinbarten Zeitpunkt gehts dann auf die Reise.

Eschenstrasse 1 - 9000 St.Gallen
Tel. 071 220 16 07 - Fax 071 220 16 09
info@compagna-reisebegleitung.ch
www.compagna-reisebegleitung.ch
Spenden unter - Bank CA St.Gallen
Konto Nr. 0.083.138.07

Procap – Schweizerischer Invaliden-Verband

Procap ist die grösste Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Handicap in der Schweiz. Procap wurde 1930 gegründet und zählt heute gegen 20.000 Mitglieder in 54 regionalen Sektionen. Der Verband unterstützt Menschen mit einer Behinderung mit bewährten Dienstleistungen: Kontakt- und Beratungsstellen, Rechtsdienst, Bauberatung, Procap Reisen und Procap Sport.

Froburgstrasse 4 - 4600 Olten
Tel. 062 206 88 88 - Fax 062 206 88 89
zentralsekretariat@procap.ch - www.procap.ch
Spenden unter PC 46-1809-1

Plusport Behindertensport Schweiz

- PLUSPORT, der Dachverband des Schweizerischen Behindertensportes, bietet Menschen mit Behinderung ein breitgefächertes und zeitgemässes Angebot an attraktiven Sportmöglichkeiten an. Ziel und Zweck von PLUSPORT ist die Förderung der Integration von Menschen mit Behinderung durch den Sport.
- PLUSPORT engagiert sich für körper-, sinnes- und/oder geistigbehinderte Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit dem Ziel, ihnen eine sinnvolle sportliche Betätigung unter Einbezug der behindertenspezifischen Anforderungen und Gegebenheiten zu ermöglichen.
- PLUSPORT ist dem Sport und der Sportförderung verpflichtet, von traditionellen bis hin zu trendigen Sportarten. Behinderte Sporttreibende sollen unabhängig vom Behinderungsgrad die Möglichkeit haben, regelmässig Sport auszuüben. Für ambitionierte Sportlerinnen und Sportler setzt sich PLUSPORT dafür ein, dass sie an nationalen und internationalen Wettbewerben teilnehmen können.
- PLUSPORT ist gesamtschweizerisch aktiv.

Chriesbaumstrasse 6 - 8604 Volketswil
Tel. 044 908 45 00 - Fax 044 908 45 01
mailbox@plusport.ch - www.plusport.ch

Weitere auf der nächsten Seite

Bürgerspital Basel

Reha Chrischona

Hohe Strasse 30
4126 Bettingen
Tel. 061 646 91 11
Fax 061 646 92 22
reha-chrischona@buespi.ch
www.reha.buespi.ch
www.buespi.ch

Bürgerspital Basel

Das Bürgerspital Basel ist ein anerkanntes, wegweisendes sozial-medizinisches Unternehmen, zu welchem die Reha Chrischona gehört. Basels moderne Rehabilitationsklinik liegt im Grünen auf 500 Meter über Meer und ist spezialisiert auf die Behandlung von Erkrankungen des Bewegungs- und Stützapparates, auf multimorbide Krankheitszustände und auf die internistische Rehabilitation.

Medizinische Betreuung und ganzheitliche Pflege

Die Klinik bietet medizinische Betreuung rund um die Uhr, ganzheitliche Pflege mit allen anerkannten Therapieformen wie Physiotherapie, Osteopathie und Ergotherapie sowie Ernährungsberatung und Sozialdienste. Modern ausgerüstete, Licht durchflutete Therapieräume und ein Therapiebad ermöglichen optimale Betreuung und Pflege. Ein qualifiziertes und motiviertes Team setzt alles daran, den Klinikaufenthalt so angenehm und effizient wie möglich zu gestalten.

Der Mensch steht im Zentrum

Menschliche Zuwendung ist ein entscheidender Faktor für den Erfolg einer Rehabilitation.
In der Reha Chrischona wird der Mensch als Individuum wahrgenommen und die aktivierende und fördernde Pflege in den Vordergrund gestellt. Durch professionelle Unterstützung im Einklang mit einem gezielten Selbsthilfeprogramm lernen die Patientinnen und Patienten, die Anforderungen und Aktivitäten des täglichen Lebens selbstbestimmend zu übernehmen.

Moderne Infrastruktur

Mit verschiedenen Aus- und Umbauarbeiten hat die Reha Chrischona im Verlaufe des letzten Jahres die Infrastruktur modernisiert und den veränderten Bedürfnissen der Patienten angepasst. Auf der Südseite der Klinik erfolgte ein moderner Anbau mit neuem, erweitertem Speisesaal und gedecktem Balkon mit herrlichem Panoramablick. Des Weiteren wurden die Cafeteria vergrössert, ein Automatenraum eingerichtet, die Physiotherapieräume umgebaut und optimiert sowie ein Mehrzweckraum neu gestaltet.

auforum

Emil Frey-Strasse 137 - 4142 Münchenstein
Tel. 061 411 24 24 - Fax 061 411 12 12
info@auforum.ch - www.auforum.ch

auforum
mobil bewegend sicher

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag	08.00h bis 12.00h
und	13.30h bis 17.30h

Anfahrt

Tram Nr. 11 und Bus Nr. 63
Haltestelle Loogstrasse
Parkplätze vor dem Geschäft

Selbständigkeit und Sicherheit

Am Morgen aufstehen, den Haushalt führen und spazieren gehen sind natürliche Vorgänge im Leben. Doch nicht für alle Menschen sind diese Tätigkeiten einfach zu bewältigen. Seit bald 30 Jahren konzentriert sich die auforum darum auf die Bedürfnisse von älteren und behinderten Menschen.

Wir begleiten Sie mit einem umfassenden Angebot

Unsere vielfältige Auswahl an Produkten aus den Bereichen Mobilität, Schlafzimmer, Wohnraum und Badezimmer unterstützt Sie optimal im täglichen Leben – genau dort wo Sie es benötigen. Viele Artikel können auch gemietet werden.

Ausstellung zum Anfassen

In unserer ebenerdigen Ausstellung können Sie unser umfassendes Sortiment anschauen und ausprobieren. Gerne zeigen wir Ihnen die verschiedenen Möglichkeiten um Ihnen den Alltag zu erleichtern.

Profitieren Sie von unseren Dienstleistungen

Wir sind gerne für Sie da, natürlich auch bei Ihnen zu Hause. Profitieren Sie von unseren Dienstleistungen – z. B. auch im Umgang mit Finanzierungsfragen. Wir verfügen über beste Erfahrungen im Kontakt mit Versicherungen, Institutionen und Amtsstellen.

Gehhilfen, Rollstühle, Pflegebetten, WC-Hilfen, Badelifte, Alltags- und Esshilfen, Sessel, Treppenlifte, Elektromobile.

Mobility International Schweiz

Mobility International Schweiz (MIS) ist die Reisefachstelle für Menschen mit Behinderung, für Behindertenorganisationen und die Tourismusbranche in der Schweiz. MIS ist ein Verein schweizerischen Rechts und wird unter anderem vom Bundesamt für Sozialversicherungen und verschiedenen Trägerorganisationen unterstützt. Im Vorstand sind sämtliche grossen Behindertenorganisationen vertreten. Dies garantiert, dass diese immer auf dem neuesten Stand der Informationen sind und MIS für sie eine kompetente Ansprechspartnerin im Bereich Reisen ist.

Hauptaufgabe der Reisefachstelle ist die Sammlung weltweiter barrierefreier Reiseinformationen und deren Weitergabe an alle Interessenten. Ein weiteres Bestreben von MIS ist die Integration dieser Informationen in bestehende Publikationen.

Welche Informationen erhalten Sie bei MIS?
Reise-, Städte- und Regionenführer weltweit für alle Behinderungsarten. Die gesammelten Informationen und Broschüren sind im Internet unter www.mis-infothek.ch abrufbar und können online bestellt werden. Die Datenbank wird laufend aktualisiert.

- Adressen der rollstuhlgängigen Restaurants der Schweiz
- Hotelführer Schweiz für Rollstuhlfahrer/innen
- Adressen der rollstuhlgängigen Ferienwohnungen in der Schweiz
- Informationen zu barrierefreien Ausflugszielen in der Schweiz
- Informationen zur Begleiterkarte («Ausweiskarte für Reisende mit einer Behinderung»)
- Verkauf von Rollstuhlsigneten (selbstklebend und magnetisch)
- MIS-Ferienverzeichnis mit betreuten Angeboten, inkl. HelferInnen-Rubrik

Froburgstrasse 4 - CH-4600 Olten
Tel. 062 206 88 35 - Fax 062 206 88 39
info@mis-ch.ch - www.mis-ch.ch
Spenden unter - PC 80-15504-0

Schweizer Paraplegiker-Stiftung

Dank der Schweizer Paraplegiker-Stiftung haben mehrere tausend Querschnittgelähmte in der Schweiz den Weg zurück in ein selbstbestimmtes, aktives Leben gefunden. Die 1975 von Dr. med. Guido A. Zäch gegründete Schweizer Paraplegiker-Stiftung schuf eine weltweit einzigartige Leistungskette zur ganzheitlichen Rehabilitation und bestmöglichen Wiedereingliederung der Betroffenen in Beruf, Familie und Gesellschaft. Sie unterstützt alle Querschnittgelähmten in der Schweiz und hat sehr grossen Rückhalt in der Bevölkerung. 1,2 Millionen Haushalte des Landes gehören der Gönner-Vereinigung an und helfen mit ihren Beiträgen jenen Menschen, die einen harten Schicksalsschlag erlitten haben. Sie treffen aber auch Vorsorge für sich selbst. Denn die Gönner-Vereinigung der Schweizer Paraplegiker-Stiftung lindert die Not der Gönner im Falle einer unfallbedingten Querschnittlähmung mit einem Beitrag von 200.000 Franken. Die Auszahlung erfolgt weltweit unabhängig von Unfall- und Behandlungsort.

Guido A. Zäch Strasse 10 - CH-6207 Nottwil
Tel. 041 939 63 63 - Fax 041 939 63 64
sps@paranet.ch - www.paranet.ch
Spenden unter - PC 40-8540-6

Schweizer Paraplegiker-Vereinigung

Die Schweizer Paraplegiker-Vereinigung ist der nationale Dachverband der Querschnittgelähmten. Wir vereinigen mehr als 10.000 Mitglieder. 27 Rollstuhlclubs tragen als regionale Pfeiler den Solidaritätsgedanken in die gesamte Schweiz.

Im Rahmen der ganzheitlichen Rehabilitation von querschnittgelähmten Menschen in der Schweiz nimmt die Schweizer Paraplegiker-Vereinigung, mit ihren Abteilungen, eine bedeutsame Rolle ein. Sie ist gesamtschweizerisch tätig und offeriert allen Rollstuhlfahrern im Lande eine Fülle von teils unentgeltlichen oder vergünstigten Dienstleistungen zur Bewältigung des Alltags nach Austritt aus der Klinik und setzt sich für deren Besserstellung ein.

Kantonsstrasse 40 - CH-6207 Nottwil
Tel. 041 939 54 00 - Fax 041 939 54 09
spv@spv.ch - www.spv.ch

CareCorner.ch – frischer Wind für mehr Mobilität

Birkenstrasse 2
(Tramlinie 6/Haltestelle Kirche)
4123 Allschwil
Gratis-Info-Nummer: 0800 800 123
Fax 061 487 94 09
www.carecorner.ch

Der CareCorner-Shop der Firma Rehabilitations-Systeme AG an der Birkenstrasse 2 in 4123 Allschwil richtet sich an Menschen mit besonderen Mobilitätsansprüchen und bietet ein umfassendes Sortiment an Qualitätsprodukten, welche ihnen zu mehr Bewegungsfreiheit und Unabhängigkeit im Leben verhelfen.

Das im «CareCorner» angebotene Programm beinhaltet praktische Alltagshilfen, wie Essbesteck, Wäscheklammern oder Gehhilfen wie elegante Stöcke und Rollatoren. Ebenso findet man Bad- und Toilettenhilfen, seien es Duschhocker und Badelifte oder ein praktisches Badebrett. Auch Rollstühle für jeden Bereich bis hin zu Elektromobilen stehen bereit. Eine spezielle Ecke ist dem Therapiegerät MOTOmed gewidmet, welches in vielen Rehazentren und therapeutischen Einrichtungen im Alltag nicht mehr wegzudenken ist.

Die Rehabilitations-Systeme AG in Allschwil ist ein traditionsverbundenes Familienunternehmen, welches 1926 durch Ernst Ruepp gegründet wurde. Seit Beginn seiner Tätigkeit setzt sich die Familie mit dem Thema der technischen Hilfsmittel für Menschen mit besonderen Mobilitätsansprüchen auseinander. So entstehen individuelle Gesamtlösungen in den Bereichen Mobilität, Vitalität und Selbstständigkeit, welche sich den individuellen Bedürfnissen anpassen und für mehr Freiraum – und somit für mehr Lebensqualität – sorgen.
Das umfassende Produktesortiment wird laufend mit den neusten Entwicklungen ergänzt. Als Vertragspartner der IV werden auch persönliche Ansprüche gegenüber den Kostenträgern unterstützt. «Flexible Lösungen und ein kompetentes Team mit hoher Beratungsleistung – so sind wir für Kunden und Partner gleichermassen der ideale Ansprechpartner.

Bei uns im CareCorner-Shop sind Sie mit Sicherheit gut aufgehoben!» – so das Credo der beiden Geschäftsführer Regina & Peter Ruepp.

ADHS

Seit kurzem existiert die sich im Aufbau befindende Schweiz. Fachgesellschaft ADHS, die Ärzte und Psychologen mit speziellem Interesse für Fragen der ADHS umfasst. Betroffene, welche Hilfe suchen, finden dort die nötige Unterstützung und Beratung. Die Psychiatrischen Universitätskliniken in Zürich und Basel bieten eine spezialisierte Sprechstunde (Leitung in Zürich PD Dr. med. Dominique Eich-Höchli; Leitung in Basel Prof. Dr. rer. nat. R. Stieglitz) für Erwachsene mit einer ADHS an.

Fachgruppe SFG-ADHS
PD Dr. med. Dominique Eich-Höchli
Selnaustrasse 9 - 8002 Zürich
Tel. 044 384 26 15
www.sfg-adhs.ch

Die IG-ADS will Erwachsenen mit Aufmerksamkeits-Defizit-Störung und ihren Angehörigen bei der oft schwierigen Bewältigung des Alltags eine Stütze sein. Wir bieten Hilfe durch Beratung, Gesprächsgruppen und spezielle Informationen mittels Vorträgen und Kursen. In unserem Themenheft, das zweimal jährlich erscheint, wollen wir Fachwissen und Erfahrungsberichte zu wichtigen Themen um die ADS bei Erwachsenen anbieten.

IG-ADS - Interessengruppe Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom bei Erwachsenen
c/o Astrid Wälchli
Staldenstrasse 10 - 3322 Urtenen
Tel. 031 859 02 27 - (MO 8:30 - 10:30)
info@igads.ch - www.igads.ch

ELPOS informiert, berät und unterstützt Eltern und Betroffene. Mit einer kontinuierlichen Öffentlichkeitsarbeit sensibilisieren wir Schulen und Gesellschaft für die Problematik, um damit bessere Bedingungen für die Kinder und Betroffenen zu schaffen. Unseren Auftrag können wir nur wahrnehmen, wenn wir von möglichst vielen Mitgliedern getragen werden. Wenn Ihnen unsere Arbeit wertvoll und notwendig erscheint, unterstützen Sie uns.

ELPOS Schweiz
Sekretariat - Postfach 255 - 3047 Bremgarten
Tel. und Fax 031 301 36 26
www.elpos.ch

Adipositas

Die Schweizerische Adipositas-Stiftung SAPS ist die kompetente Anlauf- und Auskunftsstelle zu Fragen rund ums Übergewicht. Sie ist politisch neutral und unabhängig. Sie arbeitet zusammen mit allen wichtigen Organisationen und Institutionen, die sich im In- und Ausland mit Fragen der Krankheit Adipositas und deren Folgen befassen. Ein Fachrat mit Vertretern aller wichtigen medizinischen Bereiche überwacht die Aktivitäten der Stiftung. Die Ziele der SAPS sind:

- Information und Öffentlichkeitsarbeit: Schaffen von Bewusstsein für die Probleme der Adipositas und ihrer Folgekrankheiten in der Bevölkerung und bei politischen Entscheidungsträgern
- Aufklärung betreffend Vorsorge, Behandlung und Nachsorge: den Betroffenen und ihrem Umfeld die Erkenntnis vermitteln, dass Adipositas eine Krankheit ist, die individuell zu behandeln ist und für die es unterschiedliche Therapien gibt
- Integration in die Gesellschaft und Förderung der Lebensqualität: Verbreitung von Informationen über die Problematik von Vorurteilen und von Diskriminierung im Alltag der Übergewichtigen, sowohl in der Familie wie am Arbeitsplatz
- Förderung des Wissens über Adipositas: z. B. Postgraduate Education für Ärzte und für medizinisches Fachpersonal; Kooperation mit Organisationen, die in verwandten gesundheitspolitischen Bereichen tätig sind.

Schweizerische Adipositas-Stiftung SAPS
Geschäftsstelle - Tödistrasse 48 - CH-8002 Zürich
Tel. 044 251 54 13 - Fax 044 251 54 44
info@saps.ch - www.saps.ch
PC: 87-407427-9

Allergie, Haut und Asthma

aha! ein Kompetenzzentrum in den Bereichen Allergie, Haut und Asthma bietet Betroffenen, aber auch Betrieben, Ausbildungsstätten, Behörden, Verbänden und weiteren Kreisen Informationen, Beratung und interdisziplinäre Schulungen an und führt Präventions- und Informationskampagnen durch. aha! ist eine unabhängige Anlaufstelle mit einem weit verzweigten Netzwerk und arbeitet eng mit medizinischen Fachpersonen und Fachgesellschaften zusammen.

aha! ist eine in der Schweiz tätige, von der ZEWO anerkannte gemeinnützige Stiftung. Wir verstehen uns als Kompetenzzentrum in den Bereichen Allergie, Haut und Asthma und wollen als solches in der Öffentlichkeit in Erscheinung treten und wahrgenommen werden. Wir sind eine unabhängige Anlaufstelle für Betroffene und Betreuende, aber auch für weitere interessierte Kreise wie Medien, Betriebe, Ausbildungsstätten, Politik, Behörden und Verbände.

aha! geht vom eigenverantwortlichen Menschen in der Gesellschaft aus. Wir stellen daher Betroffenen Informationen zur Verfügung, die es ihnen ermöglichen, ihren Gesundheitszustand in Selbstverantwortung zu optimieren. Dabei orientieren wir uns an dem Gesundheitsbegriff der WHO, wonach Gesundheit nicht nur das Freisein von Krankheit und Beschwerden ist, sondern ein Zustand vollständigen körperlichen, psychischen und sozialen Wohlbefindens.

Breite Information und Beratung für Betroffene und Interessierte: aha!infoline 031 359 90 50 Montag bis Freitag: 08.30h - 12.00h und 13.00h - 16.30h

aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma
Scheibenstrasse 20 - 3014 Bern
Postfach 1 - 3000 Bern 22
Tel. 031 359 90 00 - Fax 031 359 90 90
info@ahaswiss.ch - www.ahaswiss.ch
Spenden unter PC 30-11220-0

Alzheimer

In der Schweiz leiden rund 96.000 Menschen an einer unaufhaltsam fortschreitenden Hirnleistungsschwäche. Deren häufigste Form ist die Krankheit Alzheimer. Die Schweizerische Alzheimervereinigung

- setzt sich dafür ein, dass Bedingungen geschaffen werden, damit Menschen mit einer Demenz medizinisch und menschlich optimal betreut und ihre Angehörigen bei ihrer Arbeit (Einsatz in der Pflege und Betreuung) unterstützt und begleitet werden können
- leistet Hilfe zur Selbsthilfe und fördert die Kompetenzen von Menschen mit einer Demenz, Angehörigen und professionellen Betreuern durch Information, Beratung und Unterstützung und Bildungsangebote
- informiert und sensibilisiert die breite Öffentlichkeit und trägt zur Integration und Akzeptanz von Menschen mit einer Demenz und ihren Angehörigen in der Gesellschaft bei
- engagiert sich für die Rechte von Menschen mit einer Demenz und ihren Angehörigen
- ist politisch aktiv und nimmt Stellung, insbesondere zu sozial- und gesundheitspolitischen Fragen

- fördert und vernetzt die interdisziplinären Beziehungen auf nationaler und internationaler Ebene
- unterstützt und fördert Forschungsprojekte im Bereich Demenz (insbesondere Sozial- und Pflegeforschung).

Schweizerische Alzheimer Vereinigung
Rue des Pêcheurs 8 E - 1400 Yverdon-les-Bains
Tel. 024 426 20 00
info@alz.ch - www.alz.ch

Angst und Panik

Der Verein Angst- und Panikhilfe Schweiz (APhS) ist eine Selbsthilfeorganisation und vertritt die Interessen von Patienten, die an einer Angststörung leiden. Sie bietet Hilfe und Beratung, vielfältige Informationen und die Möglichkeit zur Diskussion zwischen Patienten, Angehörigen und Fachleuten. Sucht jemand ärztliche Hilfe über APhS, wird folgendermassen vorgegangen: Bei einem telefonischen Gespräch mit der Anlaufstelle schildert der Klient das Problem. Die Anlaufstelle macht sich Notizen. Nachdem der Klient sich bei APhS angemeldet hat, wird der Fall an einen APhS-Facharzt überwiesen, der für den Klienten eine Fachstelle in seiner Wohngegend sucht. Die Fachstelle kümmert sich um den Patienten und arbeitet mit ihm einen Notfallplan und eine Therapie aus.

APhS - Angst- und Panikhilfe Schweiz
Anlaufstelle - Brigitte Dubois
Hölzlistrasse 165 - 4232 Fehren
Fax 061 793 00 50
aphs@aphs.ch - www.aphs.ch
Hotline: 0848 801 109

Diabetes

Die Schweizerische Diabetes-Gesellschaft vertritt in den 19 regionalen Sektionen über 25.000 Mitglieder. Zusammen mit:

- Diabetes-FachberaterInnen und ErnährungsberaterInnen der Beratungssektion
- Mitgliedern der regionalen Ärztekommissionen
- Forschern und Fachärzten der Schweizerischen Gesellschaft für Endokrinologie und Diabetologie (SGED)
- der Schweizerischen Diabetes-Stiftung

unterstützen und begleiten wir Sie in Ihrem Ziel, das Beste aus Ihrem Diabetes zu machen. Auch Nicht-Betroffene und Angehörige sind als Mitglieder der Schweizerischen Diabetes-Gesellschaft herzlich willkommen. Ihre Mitgliedschaft macht Sie und uns stark!

Eine Mitgliedschaft bei Ihrer regionalen Sektion der Schweizerischen Diabetes-Gesellschaft bietet Ihnen viele Vorteile:

- Individuelle Beratung im persönlichen Gespräch mit einer Fachperson
- Anleitungen, wie Sie gefährliche Folgeerkrankungen des Diabetes vermeiden
- Anregungen und Tipps zur gesunden Ernährung
- Schulungen und regelmässige Informationen
- Abonnement der Mitgliederzeitschrift D-Journal
- Regelmässiger Erfahrungsaustausch

Schweizerische Diabetes-Gesellschaft
Generalsekretariat - Rütistrasse 3A - 5400 Baden
Tel. 056 200 17 90 - Fax 056 200 17 95
sekretariat@diabetesgesellschaft.ch
www.diabetesgesellschaft.ch
Spenden unter PC 80-9730-7

Diabetes-Gesellschaft Region Basel
Mittlere Strasse 35 - 4056 Basel
Tel. 061 261 03 87 - Fax 061 261 04 43

Dystonie

Die SDG bemüht sich um Aufklärung der Öffentlichkeit und der Ärzteschaft über die seltene Krankheit «Dystonie». In Selbsthilfegruppen ermöglicht sie den Kontakt unter den Patienten, um der drohenden Isolation des Einzelnen entgegenzuwirken. Mit ausländischen Dystonie-Gesellschaften in Europa und den USA wird ein reger Informations- und Erfahrungsaustausch gepflegt. Die SDG ist als Verein organisiert. Die rund 250 Mitglieder sind einer der 7 regionalen Gruppen zugeteilt (5 in der Deutschschweiz, je 1 in der französischen und italienischen Schweiz). Die meisten Gruppenleiter und Gruppenleiterinnen sind auch Mitglieder des Vorstandes. Alle Gruppenleiter und Vorstandsmitglieder arbeiten ehrenamtlich. Die SDG wird medizinisch vom ärztlichen Beirat unterstützt (mehr als 20 Ärzte, die alle Spezialisten sind in der Behandlung von Dystonien); der Beirat ist durch einen Arzt auch im Vorstand vertreten.

Schweizerische Dystonie-Gesellschaft
Kontakt- und Koordinationsstelle:
Barbara Gygli Dill
Karl Barth-Platz 4 - 4052 Basel
Tel. 061 311 72 34
barbara.gygli.dill@dystonie.ch - www.dystonie.ch

Epilepsie

Die Schweizerische Liga gegen Epilepsie (SLgE) ist eine gesamtschweizerisch tätige Fachorganisation und zugleich Schweizer Sektion der Internationalen Liga gegen Epilepsie (International League Against Epilepsy ILAE). Die Epilepsie-Liga forscht, hilft und informiert. Ihr Ziel ist es, den Alltag von Epilepsie-Betroffenen und deren Situation in der Gesellschaft nachhaltig zu verbessern. Die Epilepsie-Liga informiert und sensibilisiert die Öffentlichkeit und unterstützt so die Integration von epilepsiebetroffenen Menschen u.a. durch

- die Verbreitung von Informationen (Prospekte, Videos etc.)
- Informationsveranstaltungen für ein breites Publikum
- den Kontakt mit Behörden, Medien und Gesundheitsorganisationen
- die jährlich wiederkehrende Kampagne «Tag der Epilepsie» mit Anlässen in der ganzen Schweiz
- den Newsletter «Epilepsie» für Freunde und Gönner

Schweizerische Liga gegen Epilepsie (SLgE)
Postfach 1084 - Seefeldstrasse 84 - 8034 Zürich
Tel. 043 488 67 77 - Fax 043 488 67 78
info@epi.ch - www.epi.ch

Ess-Störungen

In der Schweiz nehmen die Essstörungen Magersucht, Ess-Brechsucht und Esssucht ständig zu. Zwischen 10.000 und 50.000 Personen – zu 90% junge Frauen zwischen 15 und 35 Jahren – sind betroffen. Bereits 1992 riefen daher in Lausanne Angehörige von Menschen mit Essproblemen die Association Boulimie Anorexie ABA ins Leben. 1995 wurde die Brücke zur deutschsprachigen Schweiz geschlagen: In der Folge entstand in Zürich die Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES. Zweck des Vereins ist die Förderung der sozialen Integration von Menschen mit Essstörungen und die Hilfe zur Selbsthilfe für Betroffene und ihre Angehörigen.

Die Anlaufstelle für Betroffene und Angehörige mit folgenden Leistungen:

- Klärungsgespräche, Informationen über Behandlung, Hilfe, Ernährungsberatung und soziale Institutionen
- Den Anschluss an Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige
- Die Dokumentationsstelle, die themenbezogene Literatur und Videos leihweise zur Verfügung stellt

Fortsetzung auf der nächsten Seite

- Die Herausgabe von Informationsbroschüren und des AES Bulletins mit aktuellen Beiträgen zum Thema Essstörungen
- Beiträge zur Prävention von Essstörungen für Jugendliche in Oberstufenklassen, Gymnasien und Ausbildungszentren
- Aufbau einer Vernetzung mit Organisationen, die im Bereich Esstörungen engagiert sind.

Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES
Anlaufstelle für Beratungen / Dokumentationsstelle
Postfach 1332 - 8032 Zürich
Tel. 043 488 63 73 - Fax 043 488 63 73
beratung@aes.ch, bibliothek@aes.ch, www.aes.ch
Ihre Anfragen werden jeweils mittwochs und freitags beantwortet

Hämophilie

Die schweizerische Hämophilie-Gesellschaft (SHG) vereinigt Hämophile und Betroffene mit anderen angeborenen Gerinnungsstörunge sowie deren Angehörige, sowie Ärzte, welche Patienten mit angeborenen Gerinnungsstörungen betreuen (ärztliche Kommission), und andere an der Hämophilie Interessierte und Gönner in der ganzen Schweiz.
Die SHG hat etwas über 700 Mitglieder und vertritt die Mehrheit der ca. 700 Hämophilen in der Schweiz. Neben Betroffenen mit einer Hämophilie A oder einer Hämophilie B vertritt die SHG auch Betroffene mit seltenen angeborenen Gerinnungsstörungen wie z. B. Von-Willebrand-Syndrom oder Afibrinogenämie.

Schweizerische Hämophilie-Gesellschaft S.H.G.
Geschäftsstelle: Frau Agnes Hausheer
Untere Breitestrasse 6 - Postfach 329 - 8340 Hinwil
Tel. 044 977 28 68 - Fax 044 977 28 69
administration@shg.ch - www.shg.ch
PC-Konto: 30-7529-3
Unsere Bürozeiten: DI/DO/FR

Herz-Kreislauf

Die Schweizerische Herzstiftung wurde 1967 von einer Gruppe initiativer Ärzte gegründet. Auslöser war die alarmierende Zunahme von Herz-Kreislauf-Krankheiten in der Schweiz. Heute stellen diese Erkrankungen nach wie vor die Todesursache Nummer 1 der schweizerischen Bevölkerung sowie den häufigsten Grund für Arztkonsultationen und Spitaleinweisungen dar. Die Schweizerische Herzstiftung konzentriert ihre Tätigkeit auf drei Gebiete:

Förderung der wissenschaftlichen Forschung
Forschung ist wichtig, lebenswichtig. Dank neuer Erkenntnisse wurden in den letzten Jahrzehnten bahnbrechende Fortschritte erzielt, die herzkranken Menschen eine bessere Lebensqualität und eine höhere Lebenserwartung gebracht haben. Trotzdem sind wir immer noch weit vom Ziel entfernt: Auf viele wichtige Fragen fehlen uns befriedigende Antworten.
Um diese zu finden und Herz-Kreislauf-Krankheiten in Zukunft noch besser verhüten, behandeln und tragische vorzeitige Todesfälle vermindern zu können, fördert die Schweizerische Herzstiftung verheissungsvolle Forschungsprojekte mit namhaften finanziellen Beiträgen.

Aufklärung der Herzpatienten und der Öffentlichkeit
Forschung allein genügt nicht, um die weit verbreiteten Herz-Kreislauf-Krankheiten wirksam zu bekämpfen. Die Schweizerische Herzstiftung setzt sich deshalb für eine gute Betreuung und Information der Betroffenen und eine verstärkte Prävention bei gesunden Personen ein.
Mit einer vielfältigen Palette von Informationsmitteln klärt sie über Risikofaktoren, die verschiedenen Krankheitsbilder, Krankheitssymptome, das korrekte Verhalten in Notfällen, diagnostische und therapeutische Massnahmen sowie Präventionsmöglichkeiten auf.

Langzeitrehabilitation in regionalen Herzgruppen
Ein Herzinfarkt, eine Herzoperation oder eine koronare Herzkrankheit sind einschneidende Ereignisse. Mit einer gezielten Langzeitrehabilitation kann das Risiko eines erneuten Vorfalls deutlich gesenkt werden. Den meisten Patient/innen gelingt es aber nicht, die nötigen Lebensstilanpassungen auf Dauer in die Tat umzusetzen. Wesentlich besser stehen die Erfolgschancen für Patienten, die sich einer Herzgruppe anschliessen. Im Rahmen ihres Herzgruppen-Projekts fördert die Schweizerische Herzstiftung deshalb die Gründung neuer Herzgruppen, damit für alle Betroffenen in Zukunft ein wohnortnahes Programm für die Langzeitrehabilitation bereit steht.

Mehr über die Herzgruppen erfahren Sie auf der speziellen Herzgruppen-Homepage www.swissheartgroups.ch

Schweizerische Herzstiftung
Schwarztorstrasse 18 - Postfach 368 - 3000 Bern 14
Tel. 031 388 80 80 - Fax 031 388 80 88
info@swissheart.ch - www.swissheart.ch
Spenden unter PC 30-4356-3

Krebs

Damit weniger Menschen an Krebs leiden, setzt sich die Krebsliga ihrer Vision folgend dafür ein,

- dass weniger Menschen an Krebs erkranken
- weniger Menschen an den Folgen von Krebs leiden und sterben
- mehr Menschen von Krebs geheilt werden und
- Betroffene und ihre Angehörigen in allen Phasen der Krankheit und im Sterben Zuwendung und Hilfe erfahren

Information, direkte Beratung und Unterstützung, Kurse für Betroffene und Angehörige, Forschungsförderung, Präventions- und Informationskampagnen, Bildungsangebote auch für Fachkräfte, sind Massnahmen, die im Vordergrund stehen. Nur dank ihrer Spenderinnen und Spender kann die Krebsliga ihre vielfältigen, mehrheitlich kostenlosen Dienstleistungen erbringen.

In der Schweiz erkranken jährlich rund 34.000 Menschen an Krebs, mehr als 15.000 sterben daran. Das ist ein Viertel aller Todesfälle. Die Betroffenheit ist gross, denn hinter jedem kranken Menschen stehen ein Angehörigennetz und ein Freundeskreis, die um das Leben der geliebten Person bangen. Je mehr Menschen wissen, dass die Krebsliga auch für sie da ist, desto mehr können davon profitieren und sich gemäss ihren Bedürfnissen beraten lassen.

Krebstelefon 0800 11 88 11, Montag bis Freitag, 10.00h - 18.00h, Ihr Anruf ist kostenlos.
Sie – Betroffene, Angehörige, Freunde, Fachleute, interessierte Menschen – erhalten kostenlos Informationen zum Thema Krebs: Prävention, Diagnostik, Therapie, Nebenwirkungen, Komplementärmedizin, Palliative Care, Forschung usw. Sie können Ihre Fragen auch anonym stellen. Sie erhalten rasch, kompetent und einfühlend Unterstützung in Ihrer schwierigen Lebenssituation. Für Fragen, die wir nicht direkt beantworten können, stehen uns Fachleute aus verschiedenen Gebieten wie Medizin, Pflege, Psychologie, Sozialwesen usw. zur Verfügung.

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40 - Postfach 8219 - 3001 Bern
Tel. 031 389 91 00 - Fax 031 389 91 60
info@krebsliga.ch - www.krebsliga.ch
Spenden unter PC 30-4843-9

Krebsliga beider Basel
Mittlere Strasse 35 - 4056 Basel
Tel. 061 319 99 88 - Fax 061 319 99 89
info@klbb.ch - www.klbb.ch
Spenden unter PC 40-28150-6

Magen- Darmkrankheiten

Die GastroMed Suisse (GMS) ist eine Arbeitsgruppe der Gesellschaft der Schweizer Gastroenterologen (SGG-SSG) mit dem Auftrag der Öffentlichkeitsarbeit. Die Aufgabe der GMS ist es, Informationen zu Erkrankungen von Verdauungstrakt und Leber der Öffentlichkeit, den Patienten und Ärzten zur Verfügung zu stellen.

GastroMed Suisse
Schwanengasse 1 - Postfach 8061 - 3001 Bern
Tel. 031 328 75 55 - Fax 031 328 75 56
info@gastromed-suisse.ch - www.gastromed-suisse.ch

Migräne

Telefon-Hotline der «Swiss Migraine Trust» Foundation: Das Kopfwehtelefon ist zu folgenden Zeiten besetzt: Dienstags-Donnerstags jeweils 09.00h bis 12.00h, Tel. 061 423 10 80, Postfach 4037, 4002 Basel

Förderverein Migraine Action
Postfach 211 - 4103 Bottmingen
Tel. 061 423 10 80 - Fax 061 423 10 82
info@migraine-action.ch - www.migraine-action.ch
PC-Konto: 40-321686-2

Morbus Bechterew

Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew ist ein politisch und konfessionell neutraler Verein mit Sitz in Zürich. Sie ist eine Selbsthilfeorganisation von Patienten, die von Morbus Bechterew (Spondylitis ankylosans, entzündliche Wirbelsäulenversteifung) oder einer verwandten Krankheit betroffen sind. Sie bezweckt, die einzelnen Betroffenen bei der Bewältigung der Krankheit zu unterstützen und die Öffentlichkeit über den Morbus Bechterew aufzuklären. Die Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew ist Mitglied der Schweizerischen Rheumaliga und der ZEWO Stiftung, der Fachstelle für gemeinnützige, Spenden sammelnde Organisationen. Besuchen Sie uns an unserer Geschäftsstelle an der Röntgenstrasse 22 in Zürich. Unser Team gibt Ihnen gerne Auskunft über die Krankheit Morbus Bechterew und über die Tätigkeit der Vereinigung.

Schweizerische Vereinigung Morbus Bechterew
Röntgenstrasse 22 - 8005 Zürich
Tel. 044 272 78 66 - Fax 044 272 78 75
mail@bechterew.ch - www.bechterew.ch

Morbus Crohn/Colitis ulcerosa

SMCCV Schweizerische Morbus Crohn/
Colitis ulcerosa Vereinigung
CH-5000 Aarau
Tel. 041 670 04 87 - Fax 041 670 04 87
Beratungstelefon: Tel. 062 824 87 07
welcome@smccv.ch - www.smccv.ch
Spenden unter PC 50-394-6

Multiple Sklerose

Die Beratung der MS-Gesellschaft zu sozialen, medizinischen, psychologischen und pflegerischen Fragen ist umfassend, neutral und unabhängig. Sie richtet sich an MS-Betroffene, Angehörige, Fachleute und andere Interessierte. Das interdisziplinäre Fachteam erbringt jährlich über 11.500 Beratungsstunden: telefonisch, per E-Mail oder im persönlichen Gespräch in den MS-Zentren in Zürich und Lausanne sowie in den Regionalstellen Genf und Giubiasco.

An der MS Infoline beantwortet unser interdisziplinäres Beraterteam jährlich über 1.800 Anfragen von MS-Betroffenen, Angehörigen, Fachleuten und Interessierten. Dabei geht es um soziale, medizinische, psychologische und pflegerische Fragen der MS.Unsere Fachleute stehen Ihnen aber auch für persönliche Beratungsgespräche zur Verfügung. Sie richten sich dabei nach klaren Beratungsgrundsätzen.

An der MS Infoline beraten wir Sie zum vergünstigten Telefontarif von Montag bis Freitag von 9.00h - 13.00h. Diese Dienstleistung ist kostenlos.
MS Infoline: 0844MSINFO oder 0844 674 636

Wir empfangen Sie aber auch gerne für ein persönliches Gespräch in den MS-Zentren in Zürich, Lausanne und Genf, sowie in unserer Tessiner Regionalstelle in Giubiasco. Bei Bedarf vermitteln wir auch Adressen von Fachstellen in Ihrer Wohnregion.

Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft
Josefstrasse 129 - Postfach - 8031 Zürich
Tel. 043 444 43 43 - Fax 043 444 43 44
info@multiplesklerose.ch - www.multiplesklerose.ch

Muskelkrankheiten

Als Kompetenzzentrum für Muskelkrankheiten ist die Gesellschaft für Muskelkranke bestrebt, ein möglichst umfangreiches Dienstleistungsangebot zur Verfügung zu stellen – für Betroffene und ihre Angehörigen ebenso wie für Fachleute sowie die Öffentlichkeit. In diesem Sinne engagiert sich die Gesellschaft für Muskelkranke in den folgenden Bereichen:

- PUBLIKATIONEN/Die Gesellschaft für Muskelkranke ist Anlaufstelle für alle Fragen rund um Muskelkrankheiten. Sie informiert mit einer Vielzahl von Broschüren, Büchern und weiteren Publikationen.
- BERATUNG/Die Gesellschaft für Muskelkranke ist Anlaufstelle für alle Fragen rund um Muskelkrankheiten. Sie berät und unterstützt zum einen Betroffene und ihre Angehörigen, zum andern auch Fachleute aus Medizin, Pflege und Betreuung.
- MUSKELZENTREN/Die Gesellschaft für Muskelkranke ist Initiantin des Projektes «Regionale Muskelzentren CH». Ziel: Alle muskelkranken Menschen sollen in ihrer Region innert nützlicher Frist die zutreffende Diagnose erhalten sowie die nötige umfassende und multidisziplinäre Beratung und Betreuung finden.

Schweizerische Gesellschaft für
Muskelkranke SGMK
Kanzleistrasse 80 - 8004 Zürich
Tel. 044 245 80 30 - Fax 044 245 80 31
info@muskelkrank.ch - www.muskelkrank.ch
Spenden unter PC 80-29554-4

Osteoporose

Das Schweizer Osteoporose Portal Osteoswiss ist eine Non-Profit-Plattform und aus der Zusammenarbeit von Pro Senectute Schweiz, Osteoswiss und Novartis Consumer Health Schweiz AG entstanden. Osteoswiss informiert kompetent, umfassend und leicht verständlich über alle Aspekte der Krankheit Osteoporose.
Ziel ist es, die Menschen für das Thema Osteoporose zu sensibilisieren und somit die Prophylaxe zu erleichtern. Die Osteoporose-Plattform bietet aber auch Hilfestellung, wenn jemand konkret mit der Diagnose «Sie haben Osteoporose!» konfrontiert wird. Dabei gilt es aufzuzeigen, wie die Betroffenen ihren Alltag trotz dieser Knochenkrankheit vernünftig organisieren, ihre Lebensqualität erhalten sowie möglichst behinderungsfrei agieren können. Es gibt heute viele moderne Untersuchungen, Therapien und Medikamente, die Osteoporose-Patientinnen und -Patienten ihr Leiden lindern helfen. Die Osteoporose-Plattform ermöglicht allen Betroffenen, sich besser zu informieren und auszutauschen.

Osteoswiss
Strickgasse 1 - Postfach - 8427 Freienstein
info@osteoswiss.ch - www.osteoswiss.ch
Helpline 0848 80 50 88

Weitere auf der nächsten Seite

Parkinson

Parkinson Schweiz ist eine gesamtschweizerisch tätige, gemeinnützige Organisation im Dienste Parkinsonbetroffener. Sie ist die Anlaufstelle in allen Fragen rund um Morbus Parkinson.
Beratung für Patienten, ihre Partner und Familien, Arbeitgeber, Fachleute aus Medizin und Pflege, andere Interessierte. Informationen über die parkinsonsche Krankheit für Betroffene, die Öffentlichkeit und die Medien. Weitere Dienstleistungen:

- Professionelle Medien- und Öffentlichkeitsarbeit
- Aufbau und Unterstützung von Selbsthilfegruppen für Patienten, Angehörige und jüngere Betroffene
- Unterstützung der Leitungsteams der Selbsthilfegruppen
- Kurse und Ferienangebote für Betroffene
- Weiterbildungen für Fachleute aus Medizin und Pflege
- Herausgabe von Broschüren, Ratgebern, Serviceblättern und dem Magazin Parkinson
- Unterstützung von Forschungsprojekten
- Literatur, Hilfsmittel und anderes zum Thema Parkinson
- Vertretung der Betroffeneninteressen gegenüber Behörden und der Öffentlichkeit
- Zusammenarbeit mit anderen sozialen Organisationen

Parkinfon – die Gratis-Hotline Nr. 0800 80 30 20. Auf Deutsch jeden Mittwoch zwischen 17.00h -19.00h. Der direkte Draht zum Neurologen. Das Parkinfon ist eine Dienstleistung von Parkinson Schweiz mit Unterstützung von Roche Pharma (Schweiz) AG. Neurologen aus der ganzen Schweiz beantworten medizinische Fragen zur parkinsonschen Krankheit.

Parkinson Schweiz
Gewerbestrasse 12a - Postfach 123 - CH-8132 Egg
Tel. 043 277 20 77 - Fax 043 277 20 78
info@parkinson.ch - www.parkinson.ch

Psychische Krankheiten

Pro Mente Sana setzt sich für die Anliegen von psychisch erkrankten und behinderten Menschen ein. Sie kämpft für gesicherte Rechte sowie die soziale und berufliche Integration der betroffenen Personen. Die Stiftung bietet Beratung, vielfältige Informationen und Möglichkeiten zur Diskussion zwischen betroffenen Personen, Angehörigen und Fachleuten an. Sie wirbt in der Öffentlichkeit um Verständnis für psychisch kranke Menschen. Die Stiftung ist auf dem Gebiet der ganzen Schweiz tätig. Um ihre Ziele in der Romandie zu verwirklichen, pflegt sie eine enge Zusammenarbeit mit der Association Genevoise Pro Mente Sana. Als gemeinnützige Organisation ist sie parteipolitisch und konfessionell unabhängig.

Beratungstelefon 0848 800 858
Mo, Di, Do 9.00h - 12.00h, Do 14.00h - 17.00h
(Normaltarif)

Schweizerische Stiftung pro mente sana
Hardturmstrasse 261 - Postfach - 8031 Zürich
Tel. 044 563 86 00 - Fax 044 563 86 17
kontakt@promentesana.ch - www.promentesana.ch
Spenden-Konto 80-19178-4

Restless Legs

Das Gespräch und der Informationsaustausch mit gleichermassen Betroffenen bedeutet für viele RLS-Patienten eine wertvolle Unterstützung im täglichen Leben. Der Hinweis des Arztes auf RLS-Selbsthilfegruppen ist für sie daher von unschätzbarem Wert. In der Schweiz bestehen in vielen grösseren Orten RLS-Selbsthilfegruppen. Die Adressen der Regionalgruppenleiter und Leiterinnen finden Sie auf unserer WEB Seite.

Schweizerische Restless Legs Gesellschaft (SRLS)
Vizepräsidentin / Sekretariat: Anni Maurer
Haldenstrasse 26 - 5415 Nussbaumen
Tel. 056 282 54 03 - Fax 056 282 15 55
www.restless-legs.ch
Spenden unter PC 60-9-9

Rheuma

Beratungsangebot der Rheumaliga beider Basel:
Erkranken Sie an Rheuma, wirkt sich dies auf Ihr ganzes Leben aus. Degenerative Veränderungen (Arthrosen, Schmerzsyndrome des Rückens), entzündliche Prozesse (Arthritis, Vaskulitis) oder Weichteilrheuma (Polymalgie, Fibromyalgie) beeinflussen Ihre Lebensqualität und ziehen Veränderungen im privaten und beruflichen Umfeld nach sich.

- Wir beraten zu persönlichen Fragen Krankheit, Partnerschaft und Familie, Lebensgestaltung
- Wir beraten zu beruflichen Veränderungen Arbeitgeber, Arbeitslosigkeit, Arbeits- und Erwerbsunfähigkeit, Umschulung
- Wir beraten bei Sozialversicherungsfragen. Wir klären Ihre Ansprüche und unterstützen Sie bei der Durchsetzung: IV, AHV, Ergänzungsleistung, Krankenkasse, Krankentagegeld, Unfallversicherung, usw.
- Wir Informieren und vermitteln Externe Dienstleistungen, Selbsthilfegruppen
- Wir helfen bei finanziellen Fragen, Budgetberatung, finanzielle Unterstützung, Rentenanträge, Leistungen der Sozialversicherungen
- Wir unterstützen bei Fragen zur Wohnsituation, Wohnungssuche, Umzug, Mietzinsdepot
- Wir helfen bei administrativen Angelegenheiten, Briefwechsel, Bearbeiten von Formularen, Ablage.

ZIELE UND VORGEHEN / Wir streben an, Ihre Lebenssituation zu optimieren. Gemeinsam mit Ihnen definieren wir die Ziele. Wir besuchen Sie zu Hause oder im Spital. Diskretion ist selbstverständlich!

KOSTEN / Das Beratungsangebot ist für Mitglieder der Rheumaliga beider Basel kostenlos. Nichtmitglieder bitten wir um einen Spendenbeitrag.

KONTAKTAUFNAHME / Wir klären in einem ersten Gespräch Ihre Fragen, beraten und besprechen das weitere Vorgehen. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Rheumaliga Schweiz
Josefstrasse 92 - 8005 Zürich
Tel. 044 487 40 00 - Fax 044 487 40 19
info@rheumaliga.ch - www.rheumaliga.ch
Spenden unter PC 80-2042-1

Rheumaliga beider Basel
Sternengasse 23, 4051 Basel
Tel. 061 271 46 10 - Fax 061 271 46 38,
info@rheumaliga-basel.ch - www.rheumaliga-basel.ch
Spenden unter PC 40-20363-6

Schleudertrauma

Der Schleudertraumaverband ist eine Organisation der privaten Behindertenhilfe und setzt sich seit 1991 für die Rechte halswirbelgeschädigter Menschen und Menschen mit gleichwertigen oder ähnlichen Verletzungen sowie deren Angehörigen ein. Es ist ihm ein grosses Anliegen, dass Schleudertraumaverletzungen und deren Folgen von der Gesellschaft anerkannt werden und die Betroffenen fachärztliche Versorgung sowie die ihnen zustehenden Versicherungsansprüche erhalten.

Täglich zeigen die zahlreichen Anfragen von Ratsuchenden auf der Geschäftsstelle, dass es unsere Arbeit mehr denn je braucht. Der Schleudertraumaverband wird deshalb mit Beratung, Information, Prävention und Hilfe zur Selbsthilfe auch in Zukunft alles daran setzen, die Solidarität zwischen Betroffenen und Gesunden weiter zu fördern.

Schleudertraumaverband
Horneggstrasse 9 - 8008 Zürich
Tel. 044 388 57 00 - Fax 044 388 57 01
Das Telefon der Beratungs- und Geschäftsstelle in Zürich ist jeweils am
Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag von 09.00h - 12.00h besetzt.

Schwangerschaft - Kinderlosigkeit - Wechseljahre

Als Informationspool erstreckt sich appella über den gesamten Bereich von Schwangerschaft, Schwangerschaftsvorsorge (Pränataldiagnostik), Geburt, Schwangerschaftsnachsorge, ungewollte Schwangerschaft, Verhütung, ungewollte Kinderlosigkeit und Wechseljahren. Es vermittelt ausgewählte Fachleute und Fachstellen aus der Schul- und Komplementärmedizin, Psychologie und Psychotherapie und informiert und berät aus unabhängiger Sicht zu den oben genannten Themen. Wir bieten eine sofortige unentgeltliche und unabhängige Aufklärung und Beratung. Sie erhalten bei uns Gratisbroschüren mit umfassenden und unabhängigen Informationen zu den Bereichen «unerfüllter Kinderwunsch» und «Pränataldiagnostik».

In erster Linie richtet sich appella an Frauen und Paare und ist eine Anlaufstelle zu verschiedensten Fragen bezüglich eines frauenfreundlichen Umgangs mit Medizin und Gesundheit. Es ist uns wichtig, vor allem auch diejenigen Frauen zu erreichen, die nach dem Besuch bei einer Ärztin oder einem Arzt noch Fragen haben, mit denen sie sich bisweilen alleingelassen fühlen.

appella Telefon- und Online Beratung
Postfach - 8026 Zürich
Tel. 044 273 06 60
info@appella.ch - www.appella.ch

Verein Kinderwunsch
Glockengasse 7 - 4051 Basel
Tel: 061 268 99 99 - Fax 061 268 99 98
info@kinderwunsch.ch - www.kinderwunsch.ch

Skoliose

Verein Skoliose-Selbsthilfe
Binsböschenrain 4 - 6045 Meggen
www.skoliose-selbsthilfe.ch

Stottern

VERSTA - VER-einigung für ST-otternde und A-ngehörige
Geschäftsstelle (Beat Meichtry)
CH-3775 Lenk im Simmental BE
Tel. 033 733 07 31 - Fax 033 733 07 30
info@versta.ch - www.versta.ch

Tinnitus

Die Schweizerische Tinnitus-Liga (STL) ist eine gemeinnützige Vereinigung von Menschen, die sich der Tinnitus-Betroffenen annehmen möchten. Sie steht unter der Schirmherrschaft von «pro audito», der Organisation für Menschen mit Hörproblemen in der Schweiz. Die STL fördert unter anderem die Gründung von Selbsthilfegruppen in allen Teilen des Landes und vermittelt den Gruppenleiterinnen und -leitern durch ihre Seminare Kompetenz im Umgang mit den angetroffenen Problemen. Sie dokumentiert und informiert über medizinische, soziale und versicherungsrechtliche Fragen im Zusammenhang mit dem Tinnitusleiden. Sie verbindet Patienten, Ärzte und Therapeuten der verschiedensten Richtungen im Bemühen, die Behandlungsmöglichkeiten zu verbessern und sie setzt sich für eine dem leidenden Menschen dienende Forschung ein.

Schweizerische Tinnitus-Liga
Sekretariat STL - Frau Judith Massera
Ziegelgut 18 - 7206 Igis
Tel. 081 330 85 51 - Fax 081 330 85 50
info@tinnitus-liga.ch - www.tinnitus-liga.ch

Schweizerische Patientenorganisation

Die Schweizerische Patienten- und Versicherten- Organisation SPO schützt die Patientenrechte im Gesundheitswesen und in der Krankenversicherung, fördert die Patienteninformation und -beratung und ermöglicht den Patienten eine aktive, verantwortungsvolle Mitwirkung.

- BERATUNG/Die SPO berät Sie kompetent und praxisorientiert bei Ihren Problemen und Fragen rund um Ärzte, Spitäler, Krankenkassen und weitere das Gesundheitswesen betreffende Themen.
- INFORMATION/Die SPO klärt Patienten und Versicherte über ihre Rechte gegenüber Arzt, Spital und Versicherungen auf. PatientEmpowerment soll nicht nur ein Schlagwort bleiben.
- ÖFFENTLICHKEITSARBEIT/Wir bringen für Patienten wichtige Themen immer wieder in die Medien und machen allgemein wichtige Probleme publik.

Schweizerische Patientenorganisation
Häringstrasse 20 - 8023 Zürich
Tel. 044 252 54 22
spo@spo.ch - www.spo.ch

Selbsthilfegruppen

In einer Selbsthilfegruppe treffen sich regelmässig Menschen, die ein ähnliches Anliegen oder Problem bearbeiten. Ziel ist, sich in den persönlichen Fragen und Problemen, die sich daraus ergeben, gegenseitig zu beraten und zu unterstützen. Selbsthilfegruppen sind autonom. Sie arbeiten in eigenem Auftrag und entscheiden selbst über die Belange ihrer Gruppe, z. B. Zielsetzung, Arbeitsweise, Aufnahme neuer TeilnehmerInnen, Zahl und Dauer der Treffen etc..

Die Selbsthilfegruppe ist eine Form von Hilfestellung. Es ist darum wichtig zu klären, welche Beratungsform oder Hilfestellung je nach Lebenssituation oder Lebensphase entspricht. Informieren Sie sich über die Zielsetzung und Arbeitsweise einer Selbsthilfegruppe, um abschätzen zu können, ob diese mit den eigenen Bedürfnissen übereinstimmen.

Wir bieten Ihnen für diese Klärungen gerne Unterstützung an. Selbsthilfegruppen und Behandlungen oder Beratungen bei Fachleuten können sich gut ergänzen, sie aber nicht ersetzen.

In der Schweiz gibt es rund 2.000 Selbsthilfegruppen, die sich mit 300 verschiedenen Themen beschäftigen. Informationen über andere Selbsthilfegruppen in der Schweiz, die Adressen von anderen regionalen Kontaktstellen und Informationen über die Dachorganisation KOSCH erfahren Sie über die Homepage www.kosch.ch oder Tel. 0848 810 814

Stiftung KOSCH
Koordination und Förderung von Selbsthilfegruppen in der Schweiz
Laufenstrasse 12 - 4053 Basel
Tel. 061 333 86 01 - Fax 061-333 86 02
gs@kosch.ch - www.kosch.ch

Risiko
UV-Strahlung

Unbestritten, die Sonne bringt vor allem in kälterer Jahreszeit wieder Kraft in unser Leben, denn sie setzt Glückshormone frei und lässt uns auf bessere Tage hoffen. Dann aber wird's wiederum schnell zuviel mit dem Licht.

Zu viel Sonne kann schaden

Ultraviolettes Licht (UVA und UVB) sollte der Mensch nur mässig geniessen, denn es kann zu einer Hautschädigung führen. Ob und wie schnell das passiert, hängt vom Hauttyp und der Intensität der Strahlung ab. Kurzfristig können Sonnenbrände, -stiche und -allergien ausgelöst werden, langfristig sogar vorzeitige Hautalterung und Hautkrebs. Hellhäutige und Menschen mit zahlreichen Muttermalen sind in dieser Hinsicht besonders gefährdet. Gerade auch bei Kindern funktionieren Schutz- und Reparaturvorgänge der Haut noch ungenügend, was zu irreparabler Schädigung des Erbguts führen kann. Wer nach einem Bad in der Sonne an Hautrötung, -schwellung und Hitzegefühl leidet, hat sich mit Sicherheit einen Sonnenbrand durch erhöhte UVB-Strahlung eingefangen. Symptome wie Blasenbildung, Übelkeit, Erbrechen, Haut- und Kopfschmerzen oder Kreislaufprobleme weisen auf eine weit höhere UV-Belastung (Sonnenstich) hin. Hiervon Betroffene sollten sich sofort in den Schatten und in die Obhut ärztlicher Hilfe begeben.

Eine Sonnenallergie entsteht in Form von juckenden und brennenden Pusteln, Bläschen, Knötchen oder Rötungen und tritt meist im oberen Körperbereich auf. Sie kann auftreten, wenn die Haut noch nicht genügend an die Sonne gewöhnt ist oder aber bestimmte Inhaltsstoffe von Sonnenschutz- und Körperpflegemittel mit der Strahlung reagieren. Auch manche Arzneien, Pflanzen oder Parfüms können in Kontakt mit Haut und Sonne Ähnliches bewirken.

Guter Hautschutz ist wichtig

Wohl der beste Tipp, sich vor der Sonne zu schützen ist, diese erst gar nicht an sich ran zu lassen bzw. sich schrittweise an sie zu gewöhnen. Ein Aufenthalt im Schatten, vor allem in der Mittagshitze, zahlt sich mit Sicherheit aus. Selbst bei bedecktem Himmel ist UV-Licht gefährlich. Ein im Internet abrufbarer Index informiert deshalb ständig über die momentane Stärke der Strahlung an einem bestimmten Ort.

Grundsätzlich empfiehlt es sich, ausschliesslich Tagescremes mit Lichtschutzfaktor (LSF) zu benützen sowie ein gutes Schutzmittel bei direkter, längerer Sonnenbestrahlung. Der auf der Verpackung angegebene LSF zeigt an, wievielmal länger man sich nach Anwendung des Präparates dem Licht aussetzen kann, ohne einen Sonnenbrand zu bekommen.

Sonnenschutzmittel beinhalten in der Regel chemische (absorbierende) oder physikalische (reflektierende) UVA- und UVB-Filter. Physikalische haben sich vor allem bei Kindern bestens bewährt. Ausserdem sollten sie nach Art des Haut- oder Phototyps (nordisch bis mediterran) ausgewählt und vor allem richtig angewendet werden. Es nützt mit Sicherheit wenig, wenn eine Creme oder Lotion ungenügend oder erst kurze Zeit vor dem Sonnenbad aufgetragen wird. Eine Linderung bei bereits vorhandenem Sonnenbrand versprechen wasserhaltige Après-Produkte, kühlende Duschen, Umschläge oder Cremes. Zur Prophylaxe einer Sonnenallergie wird oft eine ausreichend dosierte Einnahme von Betacarotin (Provitamin A), Vitamin C und E sowie eine stufenweise Lichttherapie beim Hautarzt empfohlen. Auf zu Allergien neigender Haut haben sich bisher Sonnenschutzprodukte mit mineralischen Filtern besonders bewährt. Bereits betroffene Hautpartien lassen sich mit feuchtkühlenden Umschlägen und vor allem auch mit corticosteroidhaltigen Mitteln lindern. Juckreiz wird dadurch gemildert und die Entzündung gehemmt.
Um Hautkrebs vorzubeugen, ist eine regelmässige Selbstbeobachtung der Haut, vor allem aber eine Untersuchung beim Dermatologen Pflicht. Vorstufen des hellen Krebses («aktinische Keratosen») sind raue, gerötete, schuppige Veränderungen der Haut, die vom Laien oftmals irrtümlich als Sonnenallergie angesehen werden. Nur ein Experte kann da erkennen, worum es sich wirklich handelt.

Kleidung, Sonnenbrille und Co.

Was die Kleidung betrifft, so sollte auch diese UVA- sowie UVB-tauglich sein. Dabei ist zu beachten, dass sich bei durchnässten Geweben der Lichtschutzfaktor um mehr als die Hälfte reduziert. Kleinkinder sollten deshalb niemals im nassen Hemdchen über längere Zeit und unter starker Sonnenbestrahlung am Urlaubsort im Wasser plantschen dürfen.
Übrigens bieten dichte, dunkle Stoffe sowieso einen besseren Schutz als leichte, helle. Das Tragen von UV-geprüfter Kleidung (UV-Standard 801) hat sich bisher am meisten bewährt.

Mittlerweile wird auch Badebekleidung aus besonders sonnengeeigneten Textilien hergestellt. Nicht nur Sonnenhut oder -mütze schützen zusätzlich die Kopfhaut, auch spezielle Produkte in Form von Sprays, Ölen oder Gels bringen den Sonnenschutzfaktor gezielt aufs strukturgeschwächte Haar.

Last, but not least darf auch der passende Augenschutz nicht fehlen. Eine Bindehautentzündung z. B. kann bei zu viel Sonne leicht entstehen. So empfiehlt es sich, eine Sonnenbrille, am besten mit organischen Gläsern aus Kunststoff auszuwählen. Sie absorbiert als erstklassiger Schutz in der Regel 70 Prozent der Lichtstärke und sollte zudem UV-Strahlung komplett ausfiltern.

krebsliga schweiz

Weitere Informationen zu den Themen Sonnenschutz und Hautkrebs sowie zu der Sonnenschutzkampagne der Krebsliga:
1. Das Booklet «Früherkennung» informiert über die Selbstuntersuchung der Haut und verschiedene Arten von Hautkrebs.

2. Informationsmaterialien können kostenlos bei den kantonalen Krebsligen oder unter Telefon 0844 850000 oder shop@swisscancer.ch bestellt werden.

3. Fragen zum Thema Hautkrebs beantwortet auch das Krebstelefon unter der Gratisnummer 0800 55 88 38 (Montag, Dienstag und Mittwoch, 10.00h - 18.00h, Donnerstag und Freitag 14.00h - 18.00h) oder unter helpline@swisscancer.ch.

4. Das Forum – www.krebsforum.ch – bietet eine Plattform für den Austausch unter Betroffenen und Angehörigen.

Krebsliga Schweiz
Effingerstrasse 40
Postfach 8219
3001 Bern
Tel. 031 389 91 00
Fax 031 389 91 60
info@swisscancer.ch
www.swisscancer.ch
www.hauttyp.ch

Rauchen. Das müssen Sie wissen

Sucht beginnt im **Alltag**
Prävention auch

Zahlen und Fakten

Nach der alle 4 Jahre stattfindenden Befragung von Schülerinnen und Schülern ist der Anteil der mindestens wöchentlich Rauchenden zwischen 1986 und 1998 angestiegen und seitdem wieder gesunken. 15% der 15-Jährigen rauchen wöchentlich und 10% rauchen täglich. Das sind rund 10.000 in der Schweiz.

Oft haben Jugendliche die falsche Vorstellung, dass die meisten Gleichaltrigen rauchen. Als Gründe gegen das Rauchen werden von den Nichtrauchenden dieser Altersgruppe vor allem die Gesundheit, aber auch Sport oder finanzielle Motive genannt.

Rauchende haben oft ein zwiespältiges Verhältnis zum Rauchen. Die Hälfte der 15-jährigen Rauchenden gibt nämlich an, dass sie damit aufhören möchte. Ein Grossteil der Bevölkerung raucht nicht. Knapp die Hälfte der Schweizerinnen und Schweizer hat gar nie geraucht. Gegen 20% haben früher zwar geraucht, tun dies heute aber nicht mehr. In der Schweiz raucht durchschnittlich jede dritte Person, Männer etwas mehr als Frauen. Auch bei Jugendlichen ist Rauchen nicht die Norm. In den letzten Jahren hat das Rauchen bei Jungen und Mädchen abgenommen.

Ohne Werbung wären Zigaretten nicht so populär. Die Zigarettenindustrie gibt jährlich in der Schweiz über 100 Mio. Franken dafür aus. Zigarettenwerbung darf sich zwar von Gesetzes wegen nicht an Jugendliche richten, es ist aber eine Illusion zu glauben, dass junge Menschen die Augen vor der Zigarettenwerbung verschliessen. Der durch die Werbung vermittelte Lebensstil prägt in weitem Masse auch das Bild, das sich Jugendliche von Erwachsenen machen.

Dank Enthüllungen Mitte der 90er Jahre über die Machenschaften der US-Tabakindustrie müssen heute diese Konzerne zugeben, dass Zigaretten äusserst schädliche Produkte sind.

Wie wirkt Nikotin?

Zigaretten sind Industrieprodukte, die aus Tabak und vielen Zusatzstoffen bestehen. Das im Tabak enthaltene Nikotin ist ein Nervengift, das sehr schnell wirkt. Erst wenn sich der Körper an Nikotin gewöhnt hat, zeigt sich eine Wirkung. Rauchen kann entspannende oder anregende Wirkungen haben. Von Nikotin wird man rasch körperlich abhängig. Je früher jemand mit Rauchen angefangen hat, desto schwieriger wird es später, davon loszukommen. Auch durch die sich einspielenden Gewohnheiten wird es schwierig, mit Rauchen aufzuhören. Jugendliche unterschätzen diese Abhängigkeit und sind oft der falschen Meinung, dass Aufhören einfach sei. Rauchende Mädchen glauben häufig, dass mit Rauchen das Gewicht kontrolliert werden könne. Das Gewicht wird aber in erster Linie durch die Ernährung beeinflusst. Viele Mädchen erliegen den Schönheitsidealen der Werbung und streben ein zu geringes Gewicht an, das ihrem Körper gar nicht entspricht. In jedem Fall ist Rauchen viel schädlicher als ein wenig Übergewicht.

Wann wird Rauchen gefährlich?

Jede gerauchte Zigarette schadet. Teer, Kohlenmonoxid und viele weitere Giftstoffe wie Cadmium oder Arsen werden mit jeder Zigarette aufgenommen. Für die Reizung der Atemwege genügt bereits eine Zigarette oder auch das Passivrauchen. Jede Zigarette vermindert die Leistungsbereitschaft, auch bei jungen Menschen. Aufgrund des Rauchens verursachte Lungenschäden sind nicht mehr heilbar. Lungenkrebs ist in den allermeisten Fällen durch das Rauchen verursacht. Eine von zwei Personen, die ab dem 15. Altersjahr täglich 1 - 2 Päckchen Zigaretten raucht, stirbt vorzeitig an den Folgen des Rauchens!

Das Rauchen hat aber auch kurzfristige negative Folgen. Bei Asthma löst das Rauchen Anfälle aus, bei einer Erkältung verzögert sich der Heilungsprozess.
Schlechter Atem, ungesunde Haut, aber auch schlecht riechende Haare und Kleider sind weitere negative Auswirkungen des Rauchens.

Gesetzliche Bestimmungen

- Auf nationaler Ebene existiert bisher keine gesetzliche Grundlage, die den Verkauf von Tabak an unter 16-Jährige verbietet. Einzelne Kantone haben ein Abgabeverbot eingeführt.
- Gesetzlich verboten ist Werbung, die sich an Jugendliche richtet.
- Gemäss Arbeitsgesetz hat der Arbeitgeber dafür zu sorgen, dass Arbeitnehmer/-innen nicht durch den Rauch anderer Personen belästigt werden.

Forderungen der Prävention an die Politik

- Ein Verkaufsverbot von Tabakwaren an unter 16-Jährige.
- Ein generelles Werbeverbot für Tabakwaren.
- Eine Erhöhung der Tabaksteuer.

Quelle: ZEPRA St. Gallen, www.zepra.info

Was tun?

Als Eltern:

- Klare Haltung zum Nichtrauchen zeigen.
- Augen nicht verschliessen, falls Jugendliche rauchen, Konsum ansprechen.
- Als Rauchende eigenes Konsumverhalten thematisieren und über die Schwierigkeiten beim Aufhören sprechen.
- Abmachungen treffen - mit dem Kind, nicht gegen das Kind.
- Rauchregelungen unterstützen, z. B. Rauchverbot in der Schule, im Jugendtreff oder in öffentlichen Räumen.
- Anreize schaffen, z. B. mit Belohnung fürs Nichtrauchen bis Ende Ausbildung.
- Verzicht unterstützen und auf Ausstiegshilfen hinweisen.

Als Lehrperson:

- Rauchverbot in der Schule durchsetzen, wenn nötig mit Unterstützung der Schulbehörden.
- Präventionsunterricht durchführen.
- Eltern über das geltende Rauchverbot in der Schule informieren und um Unterstützung bei der Durchsetzung bitten.
- Vorbildfunktion wahrnehmen.
- Ausstiegshilfen vermitteln.

RAUCHSTOPPLINIE 0848 000 181

Damit Rauchende herausfinden können, welche Aufhörmethode für sie persönlich die Beste ist, bietet die nationale Rauchstopplinie 0848 000 181 (8 Rappen pro Minute ab Festnetz) ausführliche Beratungsgespräche an. Hier erfahren Rauchende unter anderem, wie sich die Nikotinabhängigkeit mittels nikotinhaltigen Medikamenten schrittweise abbauen und die Entzugserscheinungen vermindern lassen.

www.eat-smokefree.ch RAUCHFREI ESSEN IN DER SCHWEIZ

Onlineführer für Gastrobetriebe mit klarer Rauchregelung

Hier finden Sie Restaurants, Cafés und Bars, in denen Sie ohne Rauchbelästigung essen und trinken können...

www.proaere.ch

pro aere ist die grösste schweizerische Stiftung für Passivraucherschutz und für Tabakprävention bei Kindern und Jugendlichen. pro aere, gegründet 1977 als SAN, ist gemeinnützig sowie politisch und konfessionell unabhängig.
pro aere ist den Interessen der rauchfrei lebenden Bevölkerung – in der Schweiz eine Mehrheit von 75 % – verpflichtet. Mit Rechtsberatung, Unternehmensberatung, Merkblättern, Medien-, Behörden- und Politikerinformation setzen wir ein Gegengewicht zu den Aktivitäten der Tabaklobby. Wer seinem privaten, beruflichen und schulischen Alltag eine rauchfreie Umgebung will, findet in uns engagierte Partner.

Stiftung pro aere
Postfach 2202 - 8021 Zürich
Tel. 044 215 12 40 - Fax 044 215 12 41
info@proaere.ch - www.proaere.ch

Alkohol. Das müssen Sie wissen

Sucht beginnt im **Alltag**
Prävention auch

Zahlen und Fakten

Nicht nur regelmässiger Alkoholkonsum, auch die Rauscherfahrung von Jugendlichen nimmt deutlich zu. Insbesondere 15- und 16-jährige Jugendliche haben immer häufiger einen Rausch.
2006 berichteten über 10% der 11- bis 16-Jährigen, dass sie mindestens zweimal in ihrem Leben betrunken waren. Dieser Wert ist deshalb besorgniserregend, weil Trunkenheit zweifellos ein Risikoverhalten darstellt, welches über kurz oder lang zu negativen Folgen für die Schülerinnen und Schüler führen wird.

Wie wirkt Alkohol?

Der Alkohol hat eine so genannte Zweiphasenwirkung. Der kurzfristig angenehmen Hauptwirkung (z. B. Entspannung, Schmerzlinderung, Enthemmung oder Stimmungshoch) folgen langfristige, unerwünschte Nebenwirkungen (z. B. Unlust, Unruhe, Gereiztheit, Verstimmung, Niedergeschlagenheit oder Kater).
Genau diese Zweiphasenwirkung macht das Suchtpotenzial von Alkohol aus, denn die unerwünschten Nebenwirkungen können durch erneutes Trinken von Alkohol gestoppt werden. Dadurch kann der oder die Betroffene mit der Zeit in einen Teufelskreis geraten und alkoholabhängig werden. Der Körper kann sich an Alkohol gewöhnen, die Betroffenen vertragen immer grössere Mengen davon.
Diese Toleranzsteigerung führt dazu, dass immer mehr Alkohol getrunken werden muss, um die ersehnte angenehme Wirkung noch erzielen zu können.

Zuviel ist ungesund

Jugendliche konsumieren meist unregelmässig, dafür eher grosse Mengen Alkohol (kameradschaftliches «Besäufnis» am Wochenende oder an Festen mit Gleichaltrigen). Dieses Konsumverhalten ist besonders schädlich, da Volltrunkenheit medizinisch gesehen eine Vergiftung darstellt, die sogar tödlich verlaufen kann.

Jugendliche reagieren stärker auf Alkohol als Erwachsene. Sie verunfallen besonders häufig, wenn Alkohol im Spiel ist. Durch das oft geringere Körpergewicht spüren Jugendliche die Alkoholwirkung bereits in kleinen Mengen, sie werden rascher betrunken als Erwachsene. Wenn Organe wie Hirn oder Leber noch nicht vollständig entwickelt sind, kann Alkohol die Gesamtentwicklung der Jugendlichen empfindlich stören. Eine Abhängigkeit kann sich bei Jugendlichen sehr schnell entwickeln. Während sich bei Erwachsenen die Abhängigkeit erst nach 10 bis 15 Jahren bemerkbar macht, ist dies bei Heranwachsenden nach nur 6 Monaten bis 2 Jahren der Fall.

Gesetzliche Bestimmungen

- Das Verkaufsverbot an unter 18-Jährige gilt für: a) Alcopops: Softspirituosen (Produkte, die gebrannte Wasser enthalten) und übrige alkoholhaltige Süssgetränke (Designerdrinks). b) Alle gebrannten Wasser (Schnäpse, Spirituosen) wie Kirsch, Wodka, Aperitife, Rum usw.
- Das Verkaufsverbot an unter 16-Jährige gilt für: alle Alkoholika, auch Wein, Bier, sauren Most und andere vergorene Getränke.
- Anbringen von Hinweisschildern zur Abgabebeschränkung am Abgabe- oder Verkaufsort.
- Alkoholische Getränke müssen deutlich unterscheidbar von nicht alkoholischen Getränken zum Verkauf angeboten werden.

Forderungen der Prävention an die Politik

- Die gesetzlichen Bestimmungen müssen besser eingehalten und kontrolliert werden.
- Kantons- und Gemeindebehörden sowie Verkaufspersonal sollen sich ihrer Verantwortung in Bezug auf die Anwendung der gesetzlichen Bestimmungen bewusst sein und diese auch konsequent unterstützen.
- Gesetzlich verboten ist Werbung, die sich an Jugendliche richtet.

Quelle: ZEPRA St. Gallen, www.zepra.info

Was tun?

Als Eltern:
Eltern sollten einen mässigen und genussvollen Alkoholkonsum vorleben. Sie haben die Möglichkeit, die Kinder und Jugendlichen gründlich zum Thema Alkohol zu informieren und sind dadurch für diese auch kompetente Gesprächspartner.
Eltern sollten Jugendliche im Zusammenhang mit Alkoholkonsum immer auf die erhöhten Unfallrisiken hinweisen. Zudem können sie die unter 16-Jährigen bei ausgewählten Anlässen (z. B. Familienfeiern) behutsam und in kontrolliertem Rahmen Alkohol probieren lassen.
Eltern sollen den Kindern und Jugendlichen keinen Alkohol zur freien Verfügung kaufen. Falls Läden oder Restaurants entgegen gesetzlichen Bestimmungen Alkoholika an Jugendliche verkaufen, empfiehlt es sich, beim Verkaufspersonal vorzusprechen und im Wiederholungsfall eine Anzeige einzureichen.

Als Lehrperson:

- Präventionsunterricht durchführen.
- Eltern einbeziehen.
- Vorbildfunktion wahrnehmen.
- Keinen Alkoholkonsum und -verkauf bei Schulanlässen und in Schullagern zulassen.
- Bei nachweislichem Verkauf entgegen dem Gesetz empfiehlt sich ein Gespräch mit dem Verkaufspersonal und im Wiederholungsfall eine Anzeige einzureichen.

Alkoholprobleme gehen uns alle an –

reden wir darüber!

www.sfa-ispa.ch

Kontakt
Kontakt- und Besucheradresse:
Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA)

Büro:
Avenue Louis-Ruchonnet 14, Lausanne
Tel. 021 321 29 11
Fax 021 321 29 40
info@sfa-ispa.ch - www.sfa-ispa.ch

Telefonzentrale:
Montags bis Donnerstags von 8.00h bis 12.00h und von 13.30h bis 17.00h
Freitags von 8.00h bis 12.00h und von 13.30h bis 16.00h.

Cannabis. Das müssen Sie wissen

Sucht beginnt im **Alltag**
Prävention auch

Was ist Cannabis?

Cannabis ist der Name für indischen Hanf, der die psychoaktive Substanz Tetrahydrocannabinol THC enthält. Unter Haschisch versteht man das Harz aus den Blüten des Hanfs.
Als Marihuana werden die Blütenspitzen und Blätter derselben Pflanze bezeichnet. Marihuana wird auch «Gras» genannt und hat in der Regel eine schwächere Wirkung als Haschisch. Cannabisprodukte weisen einen süsslichen Geruch auf.
Am häufigsten wird Cannabis vermischt mit Tabak als Joint geraucht (kiffen). Seltener wird es in Gebäck oder Tee aufbereitet oder in Wasserpfeifen geraucht. Jugendliche versorgen sich meist über ihre Freunde mit Cannabis. Ebenfalls wird es – obwohl illegal – in Hanfläden verkauft.
Nicht wenige Konsumenten pflanzen Hanf selbst an.

Zahlen und Fakten

In der Schweiz hatten laut einer Befragung aus dem Jahr 2006 26,8% der 15- jährigen Mädchen und 34,2% der Jungen dieser Altersgruppe in ihrem Leben einmal Cannabis probiert. 21,2% der Mädchen und 24,4% der Jungen gaben an, aktuell Cannabis zu konsumieren.
Befragt nach der Konsumhäufigkeit, gaben in der Befragung über 6% der 15- bis 19-Jährigen an, in den letzten 12 Monaten täglich, oder mindestens einmal wöchentlich Cannabis konsumiert zu haben, und weisen damit einen problematischen Konsum auf.

Wie wirkt Cannabis?

Wird Cannabis in einem Joint konsumiert, stellt sich die Wirkung innerhalb kurzer Zeit ein. Mit Essen oder Trinken vermischt, dauert es länger bis zum Wirkungseintritt. Die Wirkung hängt von der Menge, vom Stoff und von der körperlichen und psychischen Konstitution des Konsumierenden ab.

- Cannabis verstärkt oder dämpft bestehende Stimmungen und Gefühle.
- Cannabis verändert und beeinträchtigt die Wahrnehmung, die Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit sowie die Aufmerksamkeit und das Kurzzeitgedächtnis (Gefahr beim Führen von Fahrzeugen und Bedienen von Maschinen sowie Herabsetzung der Lernfähigkeit).
- Cannabis macht körperlich nicht abhängig.
- Cannabis ist nicht harmlos, aber massvoll konsumiert nicht schädlicher als Alkohol.
- Cannabis ist keine Einstiegsdroge für «harte» Drogen.

Warum konsumieren Jugendliche Cannabis?

Das Experimentieren mit Suchtmitteln ist ein Phänomen, das im Jugendalter sehr häufig vorkommt. Jugendliche konsumieren Cannabis oft zusammen mit Freundinnen und Freunden oder in der Gruppe und erleben so das Gefühl der Zusammengehörigkeit. Im Zentrum steht dabei die Suche nach Vergnügen und Entspannung.

Wann wird der Konsum problematisch?

- Langfristiger und intensiver Cannabiskonsum kann zu psychischer Abhängigkeit führen.
- Bei hoher Dosierung können Panikattacken oder Angstzustände ausgelöst werden.
- Bei häufigem Gebrauch von Cannabis nehmen das Konzentrationsvermögen und die Aufmerksamkeit ab. Gedächtnisleistung und Reaktionszeit sind beeinträchtigt.
  Das Führen von Fahrzeugen ist daher unter Cannabiseinfluss gefährlich.
- Bei Menschen mit psychischen oder neurologischen Problemen kann der Cannabiskonsum – bei entsprechender Anlage – Depressionen oder schwere psychische Krankheiten auslösen bzw. diese verstärken.
- Für die Atemorgane ist Cannabis genauso schädlich wie Tabak, oft noch schädlicher, weil der Rauch besonders tief inhaliert wird.
- Cannabiskonsum ist bei jungen Jugendlichen generell problematisch und sollte für Erziehungsverantwortliche ein klares Alarmzeichen sein.

Wie zeigt sich problematischer Konsum?

Problematischer Cannabiskonsum bei Jugendlichen entwickelt sich nicht von einem Tag auf den anderen. Anzeichen für einen problematischen Konsum sind:

- Plötzlicher starker Leistungsabfall und häufige Absenzen in der Schule oder am Arbeitsplatz.
- Rückzug und Verschlossenheit.
- Plötzlicher Wechsel des Freundeskreises.
- Unlust und Apathie und/oder Gefühlsschwankungen.
- «Kiffen» wird zentral im Leben der/des Jugendlichen: ohne Cannabis kann sie/er sich weder entspannen, noch einschlafen, noch arbeiten.

Gesetzliche Bestimmungen

Cannabis gilt laut Gesetz als Betäubungsmittel. Anbau, Handel, Besitz und Konsum sind nach wie vor verboten. Der Vollzug des Gesetzes hat sich angesichts gesellschaftlicher Diskussionen verändert und wird nicht mehr in allen Kantonen und Gemeinden gleich strikt gehandhabt. Im Zuge der Revision des Betäubungsmittelgesetzes wurde die Freigabe des Konsums «weicher» Drogen diskutiert.

Forderungen der Prävention an die Politik

- Das Auseinanderklaffen von Gesetz und Realität ist für die Prävention ein unhaltbarer Zustand. Nach dem Scheitern bzw. dem Nichteintreten des Nationalrates auf die Revision des Betäubungsmittelgesetzes im Juni 2004 ist die konstruktive Auseinandersetzung und eine klare Stellungnahme zur Cannabisthematik auf politischer Ebene nötiger denn je.

Quelle: ZEPRA *St. Gallen, www.zepra.info*

Was tun?

Als Eltern:

Wenn Eltern vermuten oder wissen, dass ihre Tochter/ihr Sohn Cannabis konsumiert, sollten sie ihr Kind darauf ansprechen.

Wichtig ist, nicht panisch auf festgestelltes oder vermutetes Kiffen zu reagieren und im Gespräch die/den Jugendliche/n nicht mit Vorwürfen zu überhäufen. Trotzdem sollten Sie als Eltern auch auf die Risiken von starkem Cannabiskonsum wie Leistungseinbusse, psychische Abhängigkeit usw. hinweisen, Ihren Standpunkt dazu bekannt geben und mit der/dem Jugendlichen Regeln aushandeln.

Die/der Jugendliche wird mit grosser Wahrscheinlichkeit erst einmal den Konsum verharmlosen oder nicht darüber sprechen wollen. Weisen Sie die/den Jugendliche/n auf Beratungsangebote hin, wenn Sie merken, dass sich die Situation verschärft. An viele Beratungsstellen können Sie sich auch als Eltern wenden und sich Unterstützung holen.

Als Lehrperson:

Lehrpersonen merken oft noch vor den Eltern, dass Jugendliche einen problematischen Cannabiskonsum haben, weil die Leistungen in der Schule nachlassen oder sich Verhaltensauffälligkeiten zeigen. Es ist wichtig, dass Lehrpersonen – ebenso wie auf andere Krisensymptome Jugendlicher – reagieren:

- Cannabiskonsum im Gespräch mit dem/der Jugendlichen thematisieren.
- Das Verbot von Cannabiskonsum auf dem Schulareal, bei Schulanlässen und in Lagern durchsetzen.
- Das Gespräch mit Jugendlichen suchen, wenn Sie Anzeichen für eine problematische Entwicklung feststellen, und die Eltern informieren.
- Auf Beratungsstellen hinweisen.

Aids
Risiko und Schutz

Übertragungswege

Sexuelle Übertragung Mit Abstand am häufigsten, nämlich in fast 80% der Fälle, wird das HI-Virus sexuell übertragen. Ein Risiko bieten

- ungeschützter Vaginalverkehr (beide Beteiligten)
- ungeschützter Analverkehr (beide Beteiligten)
- Oralverkehr, wenn Sperma oder Menstruationsblut in den Mund gelangt

MASSNAHME:
Regeln des Safer Sex beachten
Bei eindringendem Verkehr: immer ein Präservativ verwenden.
Bei Oralverkehr: kein Sperma in den Mund, kein Sperma schlucken/kein Menstruationsblut in den Mund, kein Menstruationsblut schlucken.

Übertragung beim Drogenkonsum

Das HI-Virus kann zudem durch den gemeinsamen Gebrauch von Spritzbesteck bei intravenös Drogen Konsumierenden übertragen werden.
MASSNAHME:
Immer sauberes Spritzbesteck verwenden.
(Mit Blick auch auf weitere übertragbare Erreger wie das Hepatitis-C-Virus heisst das: Eigene, neue Spritze/Nadel für jeden Schuss. Aber auch: Eigenen Filter! Eigene Watte! Eigenen Löffel! Eigenes Wasser!)

Übertragung von der Mutter auf das Kind

Eine Übertragung von der HIV-positiven Mutter auf ihr Kind während der Schwangerschaft, der Geburt oder beim Stillen ist möglich. Mit geeigneten Massnahmen kann dieses Risiko aber sehr deutlich vermindert werden.
MASSNAHME:
Sprechen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt auf das Thema an, wenn sie oder er es nicht von sich aus tut.

Eine Übertragung über Blut oder Blutprodukte im medizinischen Umfeld ist in der Schweiz heute kaum mehr zu befürchten. Blut und Blutprodukte unterliegen strengsten Sicherheitsbestimmungen.

Ansteckungsrisiko bei einem einmaligen ungeschützten Geschlechtsverkehr

Ja. Schon bei einem einmaligen ungeschützten Verkehr mit einer HIV-positiven Partnerin, einem HIV-positiven Partner ist eine Ansteckung grundsätzlich möglich. Je öfter dies vorkommt, umso mehr steigt die Wahrscheinlichkeit, sich mit dem HI-Virus anzustecken. Wenn Sie ein Infektionsrisiko vermeiden wollen, müssen Sie deshalb bei jedem Geschlechtsverkehr mit einer neuen Sexualpartnerin, einem neuen Sexualpartner ein Präservativ benützen bzw. darauf bestehen, dass Ihr Partner eines benützt.

In einer festen Partnerschaft ist es wichtig, mit dem Partner, der Partnerin über ungeschützte Gelegenheitskontakte oder ein allfälliges Kondomversagen in einer solchen Situation zu sprechen. Wenn Sie es unterlassen und weiterhin ungeschützt mit ihm bzw. mit ihr schlafen, gefährden Sie Ihren Partner, Ihre Partnerin. Auch wenn ein offenes Gespräch unangenehm ist und zu einer Krise in der Beziehung führen kann, ist es deshalb notwendig.

Ansteckungsrisiko in einer festen Partnerschaft/Ehe

Wenn Sie vermuten, dass Ihr Partner, Ihre Partnerin ungeschützten Kontakt mit anderen hat, dann sprechen Sie ihn bzw. sie darauf an. Trauen Sie Ihren Ahnungen, nehmen Sie sich und Ihre Gesundheit ernst. Besprechen Sie gegebenenfalls miteinander, wie Sie mit der Situation umgehen und wie Sie sich vor einer HIV-Infektion schützen wollen. Wenn Sie weiterhin miteinander Verkehr haben, ist Safer Sex angezeigt, bis ein negativer HIV-Test drei Monate nach der letzten Risikosituation zeigt, dass bei Ihrem Partner, Ihrer Partnerin keine HIV-Infektion vorliegt. Unterstützung erhalten Sie bei Ihrer regionalen Aids-Hilfe.

Und bei eigenen Seitensprüngen: Halten Sie sich konsequent an die Safer-Sex-Regeln.

Auf Safer Sex verzichten können Sie in einer Ehe oder festen Partnerschaft, wenn beide zu Beginn der Partnerschaft nicht infiziert waren und Sie sich entweder absolut treu sind oder beide bei Aussenkontakten immer die Safer-Sex-Regeln beherzigen.
Beachten Sie gegebenenfalls auch das HIV-Übertragungsrisiko durch intravenösen Drogengebrauch.

Übertragungsrisiko bei Oralsex

Wie lauten die Safer-Sex-Regeln beim Oralsex (Befriedigung mit dem Mund)?

- Kein Sperma in den Mund, kein Sperma schlucken.
- Kein Menstruationsblut in den Mund, kein Menstruationsblut schlucken.

Wie lauten die weiteren Regeln des Safer Sex?

Zusätzlich zu den beiden Regeln zum Oralverkehr (s.o.) gibt es nur noch eine weitere: Bei ungeschütztem eindringenden Geschlechtsverkehr – ob Vaginalverkehr oder Analverkehr – besteht für beide Partner/-innen ein HIV-Übertragungsrisiko. Deshalb: Immer ein Präservativ (oder Femidom) verwenden. Nur wasserlösliche oder silikonbasierte Gleitcrèmes verwenden; fetthaltige greifen Latex an.

- Auf die richtige Kondomgrösse achten. Kondome in der richtigen Grösse finden Sie unter www.mysize.ch
- Ausnahme: In einer treuen Partnerschaft, bei der beide Personen sicher negativ sind, kann auf die Verwendung von Präservativen verzichtet werden.
- Coitus interruptus (= «aufpassen» bzw. «sich rechtzeitig zurückziehen») bietet keinen genügenden Schutz.
- Sexuell aktiven Menschen mit gelegentlichem oder häufigem Wechsel des Partners, der Partnerin empfehlen wir, sich zusätzlich gegen Hepatitis B impfen zu lassen.

Besteht bei ungeschütztem eindringendem Verkehr ein HIV-Risiko, wenn es nicht zum Höhepunkt kommt?

Ja, bei ungeschütztem eindringenden Verkehr besteht auch ohne Samenerguss ein reales Übertragungsrisiko. Ganz offensichtlich können nicht nur Sperma und Vaginalflüssigkeiten HIV übertragen. Wahrscheinlich reicht nur schon der enge Kontakt von Schleimhäuten.

Ist Küssen und Zungenküssen gefährlich?

Das HI-Virus wird nicht übertragen durch Küssen, auch nicht durch Zungenküsse. Kein Übertragungsrisiko besteht beim Streicheln, Kuscheln und bei Petting (gegenseitige Befriedigung mit der Hand).

Das HI-Virus wird auch nicht auf öffentlichen Toiletten übertragen oder durch den gemeinsamen Gebrauch von Haushaltgegenständen (Tassen, Besteck ...).

Kann ich unmittelbar nach einer Risikosituation noch etwas unternehmen, um die Gefahr einer HIV-Infektion zu verringern?

Die ersten Wochen nach einer möglichen Übertragung werden als «immunologisches» bzw. «serologisches Fenster» bezeichnet. In diesen Wochen kann eine Übertragung mit medizinischen Verfahren weder nachgewiesen noch ausgeschlossen werden.

Nach Situationen mit eindeutig hohem Übertragungsrisiko gibt es nur die Möglichkeit, spätestens innerhalb von 72 Stunden nach der Risikosituation eines der nebenstehenden HIV-Behandlungszentren der grossen Universitätsspitäler aufzusuchen.

Dort wird man aufgrund der Situationsbeschreibung das Risiko abschätzen und eventuell eine so genannte HIV-Postexpositions-Prophylaxe (HIV-PEP oder PEP) vorschlagen. Dies ist eine vorbeugende mehrwöchige medikamentöse Behandlung mit hochwirksamen Substanzen, die das Risiko einer allfälligen Übertragung wahrscheinlich deutlich senken – aber nicht ausschliessen – kann. Ihr Erfolg ist umso besser, je schneller nach der Risikosituation mit ihr begonnen werden kann.

Situationen mit eindeutig hohem Risiko, in denen eine HIV-PEP sinnvoll sein kann, sind:

a) ungeschützter vaginaler oder analer Geschlechtsverkehr – z. B. auch infolge eines Kondomversagens – mit einer HIV-infizierten Person.

b) ungeschützter oraler Geschlechtsverkehr mit Ejakulation eines HIV-infizierten Partners in den Mund.

c) Verwendung von gebrauchtem Injektionsmaterial einer HIV-positiven Person.

d) die drei Situationen a bis c, wenn eine sehr hohe Wahrscheinlichkeit besteht, dass die Kontaktperson HIV-positiv ist. (Das heisst zum Beispiel: homosexueller Mann, intravenös Drogen konsumierende Person, oder Person mit Herkunft aus einem Land, in dem Aids weit verbreitet ist).

Ich habe Angst, dass ich mich angesteckt habe. Was soll ich tun?

Lassen Sie sich nicht von der Angst lähmen sondern informieren Sie sich. In einem Gespräch mit einer regionalen Aids-Hilfe können Sie abklären, ob tatsächlich ein Ansteckungsrisiko vorliegt. Lassen Sie sich dort beraten, ob ein HIV-Test sinnvoll ist. Sollten Sie sich selbst zu einem HIV-Test entscheiden oder sollte Ihnen ein Arzt oder eine Ärztin einen Test vorschlagen, informieren Sie sich vorher über die verschiedenen Möglichkeiten und Aspekte des Tests (siehe auch HIV-Test). Auch in diesem Falle beraten Sie die regionalen Aids-Hilfen kompetent.

Aids-Hilfe Schweiz
Konradstrasse 20 - 8005 Zürich
Tel. 044 447 11 11 - Fax 044 447 11 12
aids@aids.ch - www.aids.ch

AIDS HILFE
BEIDER BASEL

Die Aids-Hilfe beider Basel ist die regional verankerte Fachstelle im Themenfeld von HIV/Aids, der sexuellen Gesundheit sowie der Prävention zu Gunsten von Jugendlichen, Erwachsenen und exponierten Risikogruppen. Zudem beraten und unterstützen wir betroffene Menschen, die mit dem HI-Virus infiziert sind.

Der Trägerverein der Aids-Hilfe beider Basel (AHbB) wurde im Jahr 1986 gegründet. Politisch und konfessionell neutral, steht er solidarisch ein für die Anliegen und Bedürfnisse von Menschen mit HIV oder Aids. Finanziert werden die Angebote und Projekte durch Spenden, Stiftungsbeiträge, Legate und Leistungsvereinbarungen mit den Kantonen Basel-Landschaft und Basel-Stadt.

Prävention

Fachpersonen der AHbB informieren und beraten alle Interessierten und sind vor Ort im Einsatz. Spezielle Präventions- und Gesundheits-Angebote richten sich an:

- Sexarbeiterinnen, Sexarbeiter und Freier
- Männer, die Sex mit Männern haben
- Junge und erwachsene Migrantinnen und Migranten

Bildung

Sexualpädagogische Angebote stehen Lehrkräften sowie Schülerinnen und Schülern der Oberstufe offen. In speziell gestalteten Sequenzen vermitteln Fachpersonen wichtige Impulse zur Förderung und Erhaltung der sexuellen Gesundheit im physischen wie psychischen Sinne. Dazu gehören auch die Safer Sex-Regeln und der Umgang mit Kondomen.

- Schülerinnen und Schüler
- Lehrerinnen und Lehrer
- Interessierte Personen und Gruppen auf Anfrage

Fotos scanu communications, basel

Beratung und Unterstützung

Betroffenen Menschen, die Trägerin oder Träger des HI-Virus sind oder Aids haben, steht die AHbB unterstützend zur Seite. Beraten werden auch Familien, Freunde oder Partnerinnen und Partner. Die AHbB vermittelt Kontakte zu psychosozialen und medizinischen Kompetenzpartnern im regionalen Netzwerk.

- Perspektive Plus (psychotherapeutisches Angebot)
- Massage

HIV/Aids-Test und Beratungsangebot

Anonym und vertraulich ist das Testangebot der Aids-Hilfe beider Basel. Rund 30 Minuten nach der Fingerpunktion liegt das Resultat vor. Beim persönlichen Beratungsgespräch gibt es nützliche und individuelle Tipps und Informationen zur sexuellen Gesundheit. Nur auf telefonische Voranmeldung.

HIV Aids TEST

Anmeldung HIV/Aids-Test
Tel. 061 685 25 07

Telefon-Beratung
Tel. 061 685 25 00

Treffpunkt für HIV-Betroffene
Tel. 061 685 25 03
«Happy Hour» 10 x pro Jahr
Daten publiziert unter www.ahbb.ch

Aids Hilfe beider Basel
Clarastrasse 4 - 4058 Basel
Tel. 061 685 25 00 - Fax. 061 685 25 01
info@ahbb.ch - www.ahbb.ch
Spendenkonto PC 40-8275-9

Baselstädtischer + Basellandschaftlicher Apothekerverein

Die Apotheke ist Ihre erste Anlaufstelle bei Gesundheitsfragen

Bei gesundheitlichen Beschwerden stellt die Apotheke die erste Anlaufstelle im Gesundheitswesen dar. Unkompliziert und ohne Terminvereinbarung können sich die Patienten kostenlos beraten lassen und erhalten sofort eine günstige Therapie. Der Apotheker, der dank seines fünfjährigen Universitätsstudiums ein grosses Fachwissen hat, erkennt auch, wann für weitere Abklärungen ein Arztbesuch notwendig wird.

Die Beratung in der Apotheke bietet dem Patienten viele Vorteile. Dank des dichten Versorgungsnetzes und der langen Öffnungszeiten ist die Apotheke einfach zugänglich. Für persönliche Gespräche, z. B. über heikle Themen wie Blasenschwäche, bietet ein separater Beratungsraum eine diskrete Atmosphäre. Verlangen Sie ungeniert den Apotheker und deuten Sie an, dass Sie ein diskretes Gespräch wünschen!

Der Apotheker ist Ihr Medikamentenspezialist

Der Apotheker ist der ausgebildete Spezialist für Arzneimittel und ergänzt so die Diagnosefunktion des Arztes. Der Apotheker weiss Bescheid über die richtige Anwendung der Heilmittel, über mögliche Nebenwirkungen, Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten oder ob das Mittel z. B. bei Bluthochdruck eingenommen werden darf. Stellen Sie ruhig Fragen, wenn Sie mehr über Ihre Arzneimittel wissen möchten. Die Apotheke hält ausserdem eine Vielzahl von Broschüren bereit und hilft Ihnen durch den Dschungel von Informationen über Krankheiten und deren Therapiemöglichkeiten.

Der mündige Patient übernimmt Eigenverantwortung

Viele Gesundheitsstörungen können mit rezeptfreien Heilmitteln behoben werden. Dazu ist nicht immer ein Arztbesuch nötig. Entscheidend ist, dass ein geeignetes Mittel in der korrekten Dosierung empfohlen wird. Genau hier kann der Apotheker weiterhelfen. Gehen Sie deshalb bei Bagatellerkrankungen in Ihre Apotheke und fragen Sie um Rat.

Seit Jahren leisten die Apotheken ihren Beitrag zur Einsparung von Gesundheitskosten:

- Der Apotheker ist der einzige Leistungserbringer im Gesundheitswesen, dessen Rat immer noch kostenlos ist.
- Durch die Funktion als erste Anlaufstelle können unnötige Arztbesuche verhindert werden.
- Durch die kompetente Beratung können Medikamenteneinnahmefehler und deren Folgekosten reduziert werden.
- Dank des neuen Abrechnungssystems LOA konnten bei den kassenpflichtigen Medikamenten bereits Kosten in Millionenhöhe eingespart werden.
- Seit Jahren gewähren die Apotheker als einzige Leistungserbringer den Krankenkassen Rabatte in Millionenhöhe, den so genannten Kostenstabilisierungsbeitrag.
- Die Apotheker empfehlen günstigere Generika, wenn die Therapiesituation dies erlaubt.

Arztrezepte in der Apotheke einlösen

Profitieren Sie von der Beratung in der Apotheke. Verlangen Sie beim Arzt ein Rezept für Ihre Medikamente und informieren Sie sich anschliessend in der Apotheke über deren Wirkung und die richtige Einnahme. Bei einer Dauertherapie kann der Arzt ein Rezept für 6 oder 12 Monate ausstellen, so können Sie bis zur nächsten Visite Ihre Medikamente selbstständig in der Apotheke beziehen.

Ob Sie für eine Bagatellerkrankung Arzneimittel benötigen oder ein Rezept einlösen, der Weg führt immer zuerst in Ihre Stammapotheke. So behält diese den Überblick über die Rezepte der verschiedenen Ärzte und kann so Wechselwirkungen erkennen und Ihnen eine bessere Beratung bieten.

Die Apotheken sind sieben Tage pro Woche für Sie da, ausserhalb der Ladenöffnungszeiten leisten sie Notfalldienst über die

Notrufzentrale Tel. 061 261 15 15

Baselstädtischer Apothekerverband

Mitglieder Sortiert nach PLZ

Coop Vitality Apotheke Hutgasse
Hutgasse 15
4001 Basel
Tel. 061 269 92 60

Goldene Engel Apotheke
Freie Strasse 20
4001 Basel
Tel. 061 261 88 10

Wettstein-Apotheke
Wettsteinplatz 3
4005 Basel
Tel. 061 691 20 77

Kreuzapotheke AG
Elsässerstrasse 44
4013 Basel
Tel. 061 321 33 33

TopPharm Apotheke Gellert
Karl Jaspers-Allee 1
4020 Basel
Tel. 061 311 05 55

Amavita Apotheke Central
GaleniCare AG
Centralbahnplatz 13
4051 Basel
Tel. 058 851 32 41

Anfos-Apotheke
Aeschenvorstadt 48/50
4051 Basel
Tel. 061 271 25 50

Apotheke Hersberger
am Späleberg
Spalenberg 41
4051 Basel
Tel. 061 261 42 84

Bahnhof Apotheke Drogerie
Wenger AG
Centralbahnstrasse 20
4051 Basel
Tel. 061 283 30 55

Barfüsser-Apotheke
Barfüsserplatz 14
4051 Basel
Tel. 061 264 95 30

City-Apotheke
Aeschenvorstadt 4
4051 Basel
Tel. 061 272 10 44

Kirschgarten-Apotheke
Kirschgartenstrasse 12
4051 Basel
Tel. 061 271 20 70

Notfall Apotheke Basel
Petersgraben 3
4051 Basel
Tel. 061 263 75 75

Spalen-Apotheke
Spalenvorstadt 19
4051 Basel
Tel. 061 261 72 50

St. Jakobs Apotheke
Aeschenvorstadt 68
4051 Basel
Tel. 061 272 36 36

St. Leonhards-Apotheke
Leimenstrasse 27
4051 Basel
Tel. 061 272 81 23

Steinen-Apotheke
Steinenvorstadt 79
4051 Basel
Tel. 061 281 95 85

Breite-Apotheke
Zürcherstrasse 97
4052 Basel
Tel. 061 319 98 98

Hardhof-Apotheke
Hardstrasse 103
4052 Basel
Tel. 061 312 74 14

Lehenmatt-Apotheke
Lehenmattstrasse 249
4052 Basel
Tel. 061 311 89 89

Sevogel-Apotheke
Sevogelstrasse 51
4052 Basel
Tel. 061 311 52 40

SUN STORE SA
Apotheke St. Jakob Park
St. Jakob-Strasse 397
4052 Basel
Tel. 061 375 90 90

Dreispitz-Apotheke
Gundeldingerstrasse 488
4053 Basel
Tel. 061 331 52 46

Gempen-Apotheke
Güterstrasse 118
4053 Basel
Tel. 061 361 30 36

Gundelitor Apotheke Drogerie
Wenger GmbH
Güterstrasse 180
4053 Basel
Tel. 061 365 90 80

Jura-Apotheke
Solothurnerstrasse 39
4053 Basel
Tel. 061 361 55 53

Stern-Apotheke
Laufenstrasse 62
4053 Basel
Tel. 061 331 31 66

Tell-Apotheke
Güterstrasse 223
4053 Basel
Tel. 061 361 78 78

TopPharm Apotheke Gächter
Dornacherstrasse 83
4053 Basel
Tel. 061 367 90 00

Holbein-Apotheke
Oberwilerstrasse 7
4054 Basel
Tel. 061 281 32 32

Holee-Apotheke
Schönmattstrasse 21
4054 Basel
Tel. 061 421 19 00

Neubad-Apotheke
Neubadstrasse 138
4054 Basel
Tel. 061 301 46 11

Rosen-Apotheke am Brausebad
Allschwilerstrasse 9
4054 Basel
Tel. 061 302 53 53

St. Gallus-Apotheke
St. Galler-Ring 177
4054 Basel
Tel. 061 301 44 50

Victoria-Apotheke
Gotthardstrasse 126
4054 Basel
Tel. 061 301 40 53

Ahorn-Apotheke
Ahornstrasse 24
4055 Basel
Tel. 061 301 48 88

Burgfelder-Apotheke
Burgfelderstrasse 170
4055 Basel
Tel. 061 321 29 29

CityRing-Apotheke
Burgfelderstrasse 1
4055 Basel
Tel. 061 385 96 66

Pilger Apotheke AG
Missionsstrasse 57
4055 Basel
Tel. 061 381 83 43

Schützenmatt-Apotheke
Spalenring 160
4055 Basel
Tel. 061 302 40 70

Sonnen-Apotheke
Hegenheimerstrasse 36
4055 Basel
Tel. 061 381 07 77

Wasgenring-Apotheke
Welschmattstrasse 1
4055 Basel
Tel. 061 381 34 05

Flugplatz-Apotheke
Flughafenstrasse 63
4056 Basel
Tel. 061 322 87 30

Pfauen-Apotheke
Metzerstrasse 55
4056 Basel
Tel. 061 321 04 11

St. Johann-Apotheke
St. Johanns-Vorstadt 58
4056 Basel
Tel. 061 322 08 07

Vogesen-Apotheke
Mülhauserstrasse 72
4056 Basel
Tel. 061 321 33 44

Bläsli Apotheke Andenmatten
Klybeckstrasse 65
4057 Basel
Tel. 061 691 35 88

Hammer-Apotheke
Hammerstrasse 150
4057 Basel
Tel. 061 692 42 75

Horburg-Apotheke
Feldbergstrasse 67
4057 Basel
Tel. 061 692 40 70

Klybeck-Apotheke
Klybeckstrasse 27
4057 Basel
Tel. 061 685 99 44

Rhein-Apotheke
Kleinhüningeranlage 10
4057 Basel
Tel. 061 631 23 23

Bäumlihof-Apotheke AG
Bäumlihofstrasse 146
4058 Basel
Tel. 061 601 14 28

Coop Vitality Apotheke Europe
Clarastrasse 57
4058 Basel
Tel. 061 692 22 44

Coop Vitality Apotheke St. Clara
Clarastrasse 22
4058 Basel
Tel. 061 691 70 26

Greifen-Apotheke
Untere Rebgasse 6
4058 Basel
Tel. 061 681 62 11

Löwen-Apotheke
Greifengasse 14
4058 Basel
Tel. 061 681 20 16

TopPharm Batterie Apotheke
Gundeldingerrain 191
4059 Basel
Tel. 061 367 95 55

Amavita Apotheke Rauracher
Rauracherstrasse 33/35
4125 Riehen
Tel. 058 851 32 21

Amavita Apotheke Riehen
Webergässlein 6
4125 Riehen
Tel. 058 851 32 22

Apotheke Fischer
Baselstrasse 7
4125 Riehen
Tel. 061 641 23 52

St. Chrischona-Apotheke
Baselstrasse 31
4125 Riehen
Tel. 061 641 15 14

Wiesen-Apotheke
Aeussere Baselstrasse 255
4125 Riehen
Tel. 061 601 29 29

Baselstädtischer
Apotheker-Verband
Elisabethenstrasse 23
4051 Basel
Tel. 061 273 86 70
Fax 061 273 86 73
info@apothekerverbandbasel.ch
www.apothekerverbandbasel.ch

Basellandschaftlicher Apothekerverein

Mitglieder Sortiert nach PLZ

Kronen-Apotheke
Oberwilerstrasse 2
4102 Binningen
Tel. 061 421 66 16

St. Margarethen-Apotheke
Hauptstrasse 46
4102 Binningen
Tel. 061 421 34 11

Apotheke Oberwil Lenzinger AG
Hauptstrasse 15
4104 Oberwil
Tel. 061 406 99 20

Mühlematt-Apotheke
Mühlemattstrasse 22
4104 Oberwil
Tel. 061 402 04 41

Leimen-Apotheke
Bahnhofstrasse 21
4106 Therwil
Tel. 061 721 55 77

Blauen Apotheke Drogerie AG
Therwilerstrasse 11
4107 Ettingen
Tel. 061 721 60 10

Amavita Apotheke & Drogerie Paradies
Spitzwaldstrasse 215
4123 Allschwil
Tel. 061 481 54 57

Dorfplatz-Apotheke Allschwil
Baslerstrasse 29
4123 Allschwil
Tel. 061 481 44 59

Hard-Apotheke
Hauptstrasse 53
4127 Birsfelden
Tel. 061 317 97 77

TopPharm Arena für Gesundheit Birs-Apotheke
Hauptstrasse 78
4127 Birsfelden
Tel. 061 311 14 13

Schänzli-Apotheke
St. Jakobs-Strasse 140
4132 Muttenz
Tel. 061 461 10 24

TopPharm Apotheke Arbogast
St. Jakobsstrasse 1A
4132 Muttenz
Tel. 061 461 10 22

TopPharm Apotheke Gächter, Dorf
Hauptstrasse 19
4133 Pratteln
Tel. 061 821 55 00

Apotheke Gartenstadt
Stöckackerstrasse 8
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 09 23

TopPharm Apotheke Zollweiden
Baselstrasse 71
4142 Münchenstein
Tel. 061 411 50 05

Paracelsus-Apotheke
Bahnhofstrasse 26
4143 Dornach
Tel. 061 702 02 04

Birseck-Apotheke AG
Ermitagestrasse 9
4144 Arlesheim
Tel. 061 701 17 00

TopPharm Apotheke am Bachweg AG
Bachweg 1
4144 Arlesheim
Tel. 061 703 06 51

TopPharm Apotheke Kunz
Hauptstrasse 105
4147 Aesch
Tel. 061 751 17 22

Apotheke Drogerie Hornstein AG
Angensteinerstrasse 5
4153 Reinach
Tel. 061 717 99 33

TopPharm Apotheke Parfumerie Liechti im Mischeli
Niederbergstrasse 1
4153 Reinach
Tel. 061 711 11 44

TopPharm Apotheke Parfümerie Liechti im Dorf
Hauptstrasse 27
4153 Reinach
Tel. 061 711 21 21

Apotheke im Wydehof
Laufenstrasse 4
4226 Breitenbach
Tel. 061 781 11 26

Schwarzbuebe-Apotheke
Fehrenstrasse 7
4226 Breitenbach
Tel. 061 781 24 44

Stadt-Apotheke
Rathausstrasse 17
4410 Liestal
Tel. 061 921 44 85

TopPharm Adler Apotheke
Rathausstrasse 53
4410 Liestal
Tel. 061 927 94 60

Apotheke Füllinsdorf
Hauptstrasse 2
4414 Füllinsdorf
Tel. 061 901 72 32

TopPharm Apotheke Gmünder Bad Bubendorf
Grüngenstrasse 1
4416 Bubendorf
Tel. 061 921 80 90

TopPharm Apotheken Bubendorf Studer AG
Gewerbestrasse 1
4416 Bubendorf
Tel. 061 935 90 00

TopPharm Apotheke Gmünder
Hauptstrasse 45
4436 Oberdorf
Tel. 061 961 80 90

Central-Apotheke
Hauptstrasse 46
4450 Sissach
Tel. 061 971 29 01

Apotheke Gelterkinden Handschin AG
Rössligasse 5
4460 Gelterkinden
Tel. 061 985 99 66

TopPharm Center Apotheke Werthmüller AG
Badweg 2
4460 Gelterkinden
Tel. 061 985 84 00

Basellandschaftlicher Apothekerverein
Geschäftsstelle BLAV
Elisabethenstrasse 23
4051 Basel
Tel. 061 273 86 71
Fax 061 273 86 73
info@apotheken-baselland.ch
www.apotheken-baselland.ch

VICTORIA-APOTHEKE

IHR GESUNDHEITSZENTRUM

Gotthardstrasse 126
4054 Basel
Tel. 061 301 40 53
Fax 061 302 54 54
info@victoria-basel.ch
www.victoria-basel.ch

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag	07.30h bis 12.15h 13.45h bis 18.30h
Samstag	07.30h bis 12.15h 13.45h bis 16.00h

Mit dem Ausbau der Victoria-Apotheke zum Gesundheitszentrum möchten wir mit unserem Team zur Gesunderhaltung unserer Kunden beitragen. Mit unserem umfangreichen Sortiment und Dienstleistungen unterstützen wir Sie aktiv, Ihre Gesundheit zu fördern.

- Breites Angebot an Medikamenten und Naturheilmitteln
- Diät- & Reformprodukte
- Kontaktlinsenpräparate, Monatslinsen
- Diverse Kosmetika & Parfüms
- Haarfärbungsmittel
- Vermietung diverser Sanitätsartikeln
- Reiseberatung
- Bücher
- Wärmewäsche
- Gratis Hauslieferdienst

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Körpergerecht leben

Stehen **Sitzen** **Liegen**
Hören **Sehen** **Fühlen**

Ergonomie- und Rückenzentrum

Angewandte Ergonomie

- ERGOfit (Beratung ⟶ Lösung)
- Büromöbel, Objekteinrichtungen
- Sitzkonzepte und Stuhlsysteme
- Ergozubehör, Officesysteme
- Raumumwelt, Harmonisierung
- Vital - Energiezone
  «Fit im Job»

Schlaf - Wohnkultur

- Schlaf-Harmonisierung
- Bett-Schlafsysteme
- Matratzen, Bettwaren
- Bettumrandungen
- Relaxsysteme
- Pflege-Spitalbetten
  Objekteinrichtungen

Prävention, Rehatechnik

Dienstleistungen und Produkte für Regulation, Vitalität, Wohlbefinden:

- Vorsorge und Rehabilitation
- Technologien für Diagnose, Therapie.
  Anwendungsbereiche: Healthcare, Medizin, Sport + Fitness, Beauty & Ästhetik, Veterinärmedizin.

Forum Suisse
Life Center VITAL

Forum Suisse Group
Allschwilerstrasse 6 • 4055 Basel
Tel. 061 303 44 00 • forumsg@forumsg.ch • www.forumsg.ch

Weleda AG

Dychweg 14
4144 Arlesheim
Tel. 061 705 21 21
Fax 061 705 23 10
www.weleda.ch

WELEDA
Im Einklang mit Mensch und Natur.

Willkommen im Unternehmen der Natur

Hochwertige Rohstoffe, sorgfältig verarbeitet.
Seit 1921 stellt Weleda Arzneimittel und Kosmetika auf der Grundlage anthroposophischer Natur- und Menschenerkenntnis her. Neben den drei Kernbetrieben in der Schweiz, Deutschland und Frankreich sind mittlerweile in fünfzehn Ländern Herstellbetriebe mit weltweit fast 1.400 Mitarbeitern entstanden, in über zwanzig weiteren Ländern bestehen Vertriebsstellen.
Die «Weleda» benennt sich nach einer altgermanischen Heilerin, die über aussergewöhnliche Fähigkeiten verfügte, Arzneimittel aus der Natur zu finden.
Bei der Zubereitung ihrer Arzneimittel, Kosmetika, und Diätetika ist die Weleda auf ein vielseitiges Spektrum von Rohstoffen aus der Natur angewiesen. Nachhaltigkeit ist seit 80 Jahren Leitprinzip, die Anbaupartner von Weleda arbeiten biologisch-dynamisch oder biologisch. Wildsammlungen von Heilpflanzen werden, wo immer möglich, kontrolliert vorgenommen. Aber nicht nur das: neben der Kenntnis der Biografie ist die sorgfältige Komposition und Verarbeitung ohne synthetische Zusätze entscheidend. So schaffen Anbau, Komposition, Verarbeitung und permanente Qualitätskontrollen die Grundlage für das Vertrauen zwischen Produzentin und Konsumenten. Transparenz ist für die Weleda Aufgabe und Verpflichtung zugleich: als Treuhänderin zwischen Mensch und Natur.

Arzneimittel die den ganzen Organismus ansprechen
Die Arzneimittel von Weleda basieren auf dem Wissen um die Verwandtschaft zwischen der Natur und dem menschlichen Organismus den Weg zur Gesundheit und zeigen ihm die gesunde Funktion. Mit ihrem Appell an den gesunden Prozess helfen sie dem Körper, Krankheiten zu überwinden.

Ganzjahreserwachen für Körper und Geist
Hochwertige Rohstoffe aus der Natur wie Sanddorn- und Schlehenfrüchte verwandeln Weleda in sorgfältiger Verarbeitung zu ballaststoffreichen Ursäften und Elixieren. Die Diätetika von Weleda sind alle biozertifiziert. Sie fördern Wohlbefinden, Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit und ergänzen unsere Ernährung auf ideale Weise.

Gesichts- und Körperpflege ist Gesundheitspflege
Die Gesichts- und Körperpflegeprodukte von Weleda sorgen durch ihre wohl ausgewogene Komposition für ein gesundes Gleichgewicht, denn sie unterstützen die Lebensprozesse des ganzen Organismus.

Die Weleda Produkte enthalten keine synthetischen Konservierungs-, Farb-, Duft- und Aromastoffe und werden nicht an Tieren getestet.

Hörmittelzentrale Nordwestschweiz AG

Stadthausgasse 15
4001 Basel
Tel. 061 269 89 89 - Fax 061 269 89 88
basel@hz-hoeren.ch

Mithören, zuhören, dazugehören...

Wie schade, wenn Stimmen oder Geräusche nicht in ganzer Klarheit wahrgenommen werden können. Über das Ohr nehmen wir teil an der Umwelt. Wir lauschen der Natur, geniessen Musik, führen Gespräche und Telefonate oder erkennen zum Beispiel auch frühzeitig eine Gefahr im Strassenverkehr. Wenn das Gehör zum Problem wird, ist aber noch lange nicht gesagt, dass auf diese Form der Lebensqualität verzichtet werden muss. Die Hörmittelzentrale Nordwestschweiz sorgt für Ihr ungetrübtes Hörvergnügen.

Wir bieten:
- kostenlose Hörtests
- Abklärungen im Gespräch mit Fachpersonen (Akustiker/innen)
- detaillierte Hörmessungen
- neutrale Beratung bei der Wahl von Hör- und Zusatzgeräten (markenunabhängig)
- Tinnitus-Beratung und -Behandlung
- Unterstützung bei Versicherungsanträgen
- Anpassen und Einstellen von Hörgeräten sowie Schulung und Wartung
- Verkauf von Ersatzbatterien und Reinigungsmitteln

Die sieben Filialen der Hörmittelzentrale Nordwestschweiz wurden von lokalen, gemeinnützigen Schwerhörigenvereinen gegründet. Wir sind unabhängig von einzelnen Herstellern oder Marken und können Ihnen dadurch genau den Hörgeräte-Typ empfehlen, der am besten zu Ihnen passt. Zudem setzen wir uns in der Ausbildung von Berufsleuten, in der Forschung und in der Öffentlichkeit für gutes Hören ein.

Machen Sie einen ersten Schritt, nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Aller Anfang ist schwer – aber wir tun gerne alles:

Hörmittelzentrale Nordwestschweiz AG

www.hz-hoeren.ch

5000 Aarau
Bahnhofstrasse 17
Tel. 062 824 80 78
aarau@hz-hoeren.ch

4410 Liestal
Rheinstrasse 45
Tel. 061 903 17 17
liestal@hz-hoeren.ch

4153 Reinach
Brunngasse 1
Tel. 061 713 27 00
reinach@hz-hoeren.ch

4310 Rheinfelden
Bahnhofstrasse 26
Tel. 061 831 38 37
rheinfelden@hz-hoeren.ch

4125 Riehen
Baselstrasse 18
Tel. 061 641 49 49
riehen@hz-hoeren.ch

Oticon SA Schweiz

Wengistrasse 17
Postfach 1262
4502 Solothurn
Tel. 032 625 54 64
info@oticon.ch
www.oticon.ch

Epoq, das erste binaurale Hörgerät!

Es überzeugt nicht nur durch seinen Klang. Es ist in Verbindung mit dem Streamer das erste Bluetooth taugliche Hörgerät und ermöglicht somit die kabellose, binaurale Verbindung mit externen Quellen, wie z. B. Telefon, MP 3 und TV.

Dank einer Klangbreite bis 10 kHz und der ersten echten binauralen Kommunikation setzt der dänische Hörgerätehersteller Oticon einen neuen Standard auf dem Gebiet der Hörgeräteanpassung.

VERVE
BEYOND TECHNOLOGY

VERVE
EIN ERLEBNIS
FÜR ALLE SINNE

Legen Sie grossen Wert auf elegantes und diskretes Design? Eine fortschrittliche und zuverlässige Technologie sowie einen exklusiven Kundenservice? Dann wird Sie das neue Hörsystem Verve von Phonak begeistern.
Stellen Sie sich ein Hörgerät vor, das von seinem Träger lernt und spricht! Verve ist das erste Hörsystem weltweit, das in der Lage ist, auf das Verhalten seines Trägers zu reagieren. Persönliche Einstellungspräferenzen in den verschiedenen Hörsituationen werden automatisch entsprechend angewendet. SmartVoice übermittelt Statusinformationen des Hörgeräts mittels Sprachmeldungen.
Verve ist mehr als ein Hörgerät – dahinter stehen auch exklusive Serviceleistungen für eine ausgesuchte Kundschaft mit höchsten technologischen und ästhetischen Ansprüchen.

Erfahren Sie mehr unter
verve.phonak.com

Hörberatung Basel

Ch. Schwob AG

Nadelberg 13
4051 Basel
Tel. 061 261 08 80
Fax 061 261 06 35
info@hoerinfo.ch
www.hoerberatungbasel.ch

20 Joohr Hörberatung Basel
CH. SCHWOB AG · HÖRGERÄTE UND SCHALLSCHUTZ

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag 08.30h bis 18.00h
Samstag 08.30h bis 12.00h
(die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie auch auf unserer Homepage)

Exklusives Hörgeräteanpasssystem in realen Situationen bei der Hörberatung Basel (Real Life Fitting)

Die Hörgeräte haben sich in jüngerer Zukunft stark verändert: Sie sind komplexer geworden und bieten eine grosse Anzahl an Einstellmöglichkeiten. Die Bedürfnisse der Schwerhörigen sind aber immer die selben geblieben. Besser Hören und Verstehen und dies insbesondere auch in geräuschvoller Umgebung.
Deshalb hat die Hörberatung Basel am Nadelberg 13 die Hörgeräteanpassung im ruhigen Anpassraum grundsätzlich überdacht. Das heisst die Stille zu verlassen und die Anpassung in verschiedensten «akustischen Umgebungen» durchzuführen.

Die Hörberatung Basel, Ch. Schwob AG verfügt neu und exklusiv in der Region über ein Surround-System, mit dem im Behandlungsraum eine Geräuschkulisse aus dem täglichen Leben erzeugt wird.
Bei diesem einzigartigem System hört man über vier Lautsprecher z. B. das Bremsen des 8-er-Trams am Märtplatz oder das Klirren von Gläsern aus einem Basler Restaurant. Dazu läuft auf dem Kunden-Bildschirm des Computers der entsprechende Film. Somit ist es möglich, das Gehörte mit einem Bild/Film zu verbinden.

Unsere weiteren Dienstleistungen:
- Gratishörtests, Beratung
- Hörgeräteanpassung aller Marken
- Tinnitusberatung
- Gehörschutzanpassung
- Reparaturservice
- Nachkontrollen

Übrigens: Bei uns treffen Sie zu jeder Zeit auf ausgebildete Hörgeräteakustiker.
Hörberatung Basel – Besser hören erleben.

Forum Sports Club

Krankenkassenanerkannt

St. Johanns-Vorstadt 41 - 4056 Basel
Tel. 061 322 85 85
fscb@tsag.ch
www.tsag.ch

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag	09.00h bis 22.30h
Freitag	07.45h bis 22.00h
Samstag + Sonntag	09.00h bis 18.00h

Das Fitness-Paradies bei der Johanniterbrücke bietet Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit. Getreu unserem Konzept findest Du im Forum folgende Benutzungsmöglichkeiten:

- Kraftraum mit modernsten Kraftmaschinen
- Freigewichte mit Zugtürmen
- Herz-/Kreislaufgeräte mit Cardio-Theater
- Aerobic-Lektionen
- Yoga + Pilates
- Cycling/Spinning
- Privat Training
- Squash + Basketball Courts
- Sauna mit Ruheraum und Frischluftterrasse, Damen Sauna
- Solarien
- Club Snack Bar

Joggeli Fitness Club Basel

Krankenkassenanerkannt

Gellertstrasse 235 - 4020 Basel
Tel. 061 312 36 36
jfcb@tsag.ch
www.jfcb.ch

Öffnungszeiten

Mo./Mi. und Do.	08.00h bis 22.00h
Dienstag und Freitag	06.30h bis 22.00h
Samstag + Sonntag	09.00h bis 19.00h

Das Fitness-Paradies im Fussball Stadion St. Jakob-Park bietet Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit. Getreu unserem Konzept findest Du im Joggeli folgende Benützungsmöglichkeiten:

- Kraftraum mit modernsten Kraftmaschinen
- Freigewichte mit Zugtürmen
- Herz-/Kreislaufgeräte mit Cardio-Theater
- Aerobic-Lektionen
- Yoga + Pilates
- Cycling/Spinning
- Boxingraum und Lektionen
- Privat Training
- Sauna und Dampfbad mit Ruheraum Damen und Herren separat
- Solarien
- Club Snack Bar

Alternative Fitness

Cathy Heitz

Thumringerstrasse 12 - 4058 Basel
Tel. 079 405 56 60
www.alternativefitness.ch

Fitness, Vitalität und Wohlbefinden

Sie sind Freizeitsportler oder Bewegungsneuling und suchen ein Studio mit persönlicher Betreuung um Körper und Seele optimal in Form bringen zu können. Dann sind Sie bei ALTERNATIVE FITNESS genau richtig.

Fachkompetenz

Als diplomierte Krankenschwester mit langjähriger Erfahrung im Gesundheitswesen und Fitnessbereich profitieren Sie von einer ganzheitlichen Betreuung.

Angebot

- Polestar Pilates
- Yoga, Yogilates
- Massagen
- Ernährungscoaching
- Personal- und Kleingruppentraining

Krankenkassenanerkannt

Notizen

NOTIZEN

Der Schritt in die Gesundheit

Muskeltraining, Hilfe bei Knie-, Hüft- und Rückenbeschwerden, Unterstützung beim Abnehmen: Die vielfältigen positiven Wirkungen der Schweizer Footwear-Technologie MBT sind in der Praxis erprobt und wissenschaftlich nachgewiesen.

Tausende Menschen in aller Welt haben Beschwerden des Bewegungsapparats gelindert oder gar völlig behoben – Grund dafür ist die Erfindung eines Schweizer Diplom-Ingenieurs. Karl Müller entdeckte zu Beginn der 1990er-Jahre, dass das ostafrikanische Volk der Masai nicht nur keine Schuhe, sondern auch keine Rückenschmerzen kennt – und er entdeckte, dass zwischen dem Fehlen dieser beiden zivilisatorischen Errungenschaften ein Zusammenhang besteht. So begann die Geschichte der «Masai Barefoot Technology», kurz MBT.

MBT ist physiological footwear – also Footwear, die auf den ganzen Körper positiv wirkt. Diese Wirkung geht von der weltweit patentierten Sohlenkonstruktion des MBT rund um das Herzstück, den Masai Sensor, aus. Wer MBT Footwear trägt, geht wie barfuss auf weichem, natürlichem, unebenem Untergrund – wie ein Masai. Dabei

wird die Fuss- und Beinmuskulatur des Trägers angeregt, bei jedem einzelnen Schritt intuitiv jene kleinen Ausgleichsbewegungen durchzuführen, für die sie vorgesehen ist. Auf diese Weise wird eine Vielzahl üblicherweise vernachlässigter Muskeln trainiert und leistet damit ihren wichtigen Beitrag zur Fitness und Gesundheit des gesamten Organismus – mit ebenso weit reichenden wie positiven Folgen: Gelenk- und Rückenschmerzen werden reduziert, der gesamte Bewegungsapparat gestärkt und gestützt, Bein-, Bauch- und Gesässmuskulatur gestrafft, der Stoffwechsel angeregt, Gang und Haltung verbessert. Zudem kann MBT helfen das Körpergewicht zu reduzieren, weil bislang nicht beanspruchte Muskelgruppen eingesetzt werden. Durch das Training der bislang

vernachlässigten Muskelgruppen werden somit mehr Kalorien verbrannt als mit herkömmlichen Schuhen.

Zwischen der Idee der «Masai Barfuss-Schuhe» und der Marktreife der «Masai Barefoot Technology» lagen jahrelange Tests, umfangreiche Forschungs- und Entwicklungsarbeit. Dabei ist der Grund für die Wirksamkeit von MBT physiological footwear ganz einfach erklärt: MBT schafft es als erste Technologie, dem Menschen auch auf harten, ebenen Böden alle Vorteile des Barfussgehens auf weichem, natürlichem Untergrund zugänglich zu machen. Der Körper kann wieder so stehen und so gehen, wie es die Natur für ihn vorgesehen hat.

Eine Vielzahl wissenschaftlicher Studien weist die positive Wirkung von MBT physiological footwear nach.

Weitere Informationen über MBT finden Sie auf **www.swissmasai.ch**

MBT Shop Basel

Centralbahnstrasse 1
4051 Basel
Beim Bahnhof SBB / Markthalle
Tel. 061 281 10 10
Fax 061 281 10 16
info@mbt-shop-basel.ch
www.mbt-shop-basel.ch

MBT®
physiological footwear

Was bringt Ihnen das MBT Tragen?

- *Muskeltraining ohne Zeitaufwand*
- *Entlastung bei Fussbeschwerden*
- *Linderung bei Rückenschmerzen*
- *Aktivierung der Beindurchblutung*
- *Vorbeugung von Krampfadern*
- *Entlastung der Hüft- und Kniegelenke*

Der MBT Shop führt alle MBT-Modelle

Öffnungszeiten

Montag	*14.00h bis 18.30h*
Dienstag bis Freitag	*10.00h bis 18.30h*
Samstag	*10.00h bis 18.30h*

www.mbt-shop-basel.ch

Schweizer Fachverband für

OSM

Orthopädie-Schuhtechnik

Vereinigung OSM

Orthopädische Fuss-Einlagen

Orthopädische Fuss-Einlagen sind so individuell wie die Füsse selbst. Sie werden nach Mass mittels Podogram, Computer-Druckmessanalyse oder dreidimensionalem Abdruck aus verschiedensten Materialien gefertigt.
Orthopädische Einlagen sind funktionelle Orthesen zur Korrektur, Stützung oder Bettung von Fussdeformitäten sowie zur Entlastung bzw. Lastumverteilung im Bereich des Fusses mit Auswirkungen bis in die Bereiche der Wirbelsäule.
Der Erfolg der Behandlung mit Einlagen hängt wesentlich von den getragenen Schuhen ab. Der Schuh muss die Einlage in ihrer orthopädischen Funktion ergänzen. Spezialschuhe für Einlagen nehmen ideal eine orthopädische Fussbettung auf. In vielen Fällen sind orthopädische Schuhzurichtungen notwendig.

Orthopädische Schuhzurichtungen

Durch die besondere Zurichtung am serienmässig hergestellten Konfektionsschuh ist es oft möglich, das Gehen und Stehen wesentlich zu erleichtern. Man unterscheidet Zurichtungen am Schuhboden, am Schaft und im Schuh.

Orthopädische Mass-Schuhe

Der orthopädische Mass-Schuh ist ein orthopädisches Hilfsmittel zur Rehabilitation und Versorgung pathologischer Zustände des Fusses. Der orthopädische Mass-Schuh wird über einen individuell für den Patienten angefertigten Leisten hergestellt. Alle erforderlichen Konstruktionselemente werden im Schuh eingearbeitet.

Orthopädische Serienschuhe

Wenn Einlagen und orthopädische Schuhzurichtungen keinen Erfolg versprechen, kann in manchen Fällen mit orthopädischen Serienschuhen die kostspieligere Anfertigung von orthopädischen Mass-Schuhen umgangen werden.
Orthopädische Serienschuhe werden von Schuhfabriken als Halbfabrikate angeboten. Sie müssen geeignet sein, von der Norm abweichende und pathologische Fussformen zu versorgen. Solche Halbfabrikate werden mit allen erforderlichen orthopädieschuhtechnischen Massnahmen ergänzt, wie dem Einbau einer orthopädischen Fussbettung und orthopädischen Schuhzurichtungen an Schaft und Boden.
Der orthopädische Serienschuh stellt eine schnell realisierbare Lösung dar, mit der der Patient rasch mobilisiert werden kann.
Der orthopädische Serienschuh ist in Abgabe und Verordnung dem orthopädischen Mass-Schuh gleichgestellt.

citymed

Fussorthesen

Fussorthesen als Funktionsausgleich oder zur Ruhigstellung sind selbstständige Hilfsmittel, die aus der Orthopädie-Schuhtechnik entwickelt wurden. Sie dienen der Rehabilitation und Versorgung pathologischer Zustände.
Fussorthesen werden normalerweise unter dem Strumpf in Spezialschuhen für Orthesen oder normalen Serienschuhen, die evtl. angepasst werden müssen, getragen.

Fussprothesen

Fussprothesen dienen dem funktionellen aber auch kosmetischen Ersatz bei Fuss- und Teilamputaionen.
Fussorthesen und Fussprothesen werden über einen individuell für den Patienten angefertigten Leisten hergestellt. Alle erforderlichen orthopädietechnischen Massnahmen werden individuell eingearbeitet.

Bandagen

Bandagen sind körperteilumschliessende oder körperanliegende Hilfsmittel, die nach Mass abgegeben werden. In ihrer Funktion wirken sie entlastend, komprimierend, stabilisierend und bewegungslenkend.

OSM (Orthopädie-Schuhmachermeister)
arbeiten eng mit dem Arzt zusammen.

Fuss-Beratung

Wenden Sie sich vertrauensvoll an den OSM oder einen der Inserenten.

Vereinigung OSM
Tribschenstrasse 7 - Postfach 3065
6002 Luzern
Tel. 041 368 58 09 - Fax 041 368 58 59
info@ssomv.ch - www.ssomv.ch
www.osm-schuhtechnik.ch

AMANN.ch AG

Orthopädie-Schuhtechnik

Rosentalstrasse 20
4058 Basel
Beim Messeturm
Tel. 061 683 10 10
Fax 061 683 38 10
info@amann.ch
www.amann.ch

Spezialisten für Fuss und Schuh
Unsere fundierte Ausbildung als Orthopädieschuhmacher bringt Ihnen gute Lösungen für Ihre Fussprobleme und -schmerzen.
Je früher Sie zu Ihren Füssen Sorge tragen, desto länger können Sie beschwerdefrei gehen – wir beraten Sie gern.

Dienstleistungen

- *Fussberatung*
- *Orthopädische Einlagen*
- *Rückenvermessungen*
- *Analyse der Körperhaltung*
- *Gesundheitsschuhe/Sandalen*
- *MBT physiological footware*
- *Spezialschuhe für Diabetiker*
- *Künzli Stabilschuhe*
- *Orthopädische Mass-Schuhe*
- *Direkte Abrechnung mit der IV und SUVA*

AMANN
Orthopädie-Schuhtechnik

Spezialisten für Fuss und Schuh

Öffnungszeiten

Montag bis Freitag	07.30h bis 12.00h
	13.30h bis 18.30h
Samstag	08.00h bis 12.00h

Für eine Konsultation bitte Termin vereinbaren.

Mitglied der: **Vereinigung** OSM
Schweiz. Fachverband für Orthopädie-Schuhtechnik

www.amann.ch

Thommen Fuss-Orthopädie

Dipl. OSM

Tecknauerstrasse 2 - 4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 12 72 - Fax 061 981 15 84
h.thommen@bluewin.ch

Öffnungszeiten

Dienstag bis Freitag	08.00h bis 12.00h und 13.30h bis 18.30h
Samstag durchgehend	08.00h bis 13.00h
Fuss-Beratung nach telefonischer	Vereinbarung

Schuhfachgeschäft
thommen
eidg. dipl. OSM
Orthopädie - Schuhtechnik

Das Orthopädie-Fachgeschäft auf dem Lande

Wir sind Spezialisten für Fuss -und Schuhprobleme!
Die Produkte und Dienstleistungen:

- Orthopädische Schuheinlagen individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse nach Fussdruckmessung und Scan-Abdruck mit moderner Computertechnologie
- Orthopädische Mass-und Serienschuhe
- Schuhversorgung für Diabetiker
- Korrekturen und individuelle Anpassungen an Konfektionsschuhen – **unsere Spezialität!**
- Schuhreparaturen
- Modische Spezialschuhe – ein grosses Sortiment zum Auswählen. Kompetente Schuhberaterinnen stehen zur Verfügung.

Eigene Parkplätze vor dem Geschäft
Busverbindungen Nr. 103 und 104 ab SBB Haltestelle «Rünenbergerbrüggli»

Martin Gygi Orthopädie Technik GmbH

Missionsstrasse 38, CH - 4055 Basel
Telefon 061 381 00 50, Telefax 061 381 00 60
info@gygi.ch, **www.gygi.ch, www.besserlaufen.ch**

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 8 – 12 und 13.30 – 18 Uhr

Was Martin Gygi Orthopädie für Sie tun kann

Bei uns im Haus

- Professionelle Problemlösungen für behinderte Mitmenschen durch Beratung, Herstellung und Verkauf von Orthesen, Massschuhen und Prothesen für den kompletten Bewegungsapparat
- Beratung; Anmessen und Abgabe von vorgefertigten oder massgeschneiderten Hilfsmitteln wie Kompressionsstrümpfen, Bandagen, Orthesen, Geh- und Rehahilfen
- Sportversorgungen aller Art, individuelle Lauf- und Ganganalysen mit Laufband-Videokamera und Druckmessungen
- Kompetente Beratung bei Problemen mit dem Bewegungsapparat bei Arbeit, Sport und Freizeit
- Beratung und Hilfestellung zur Kostenübernahme der Versicherungen, Spitäler und Heime
- Rasche und professionelle Versorgung mit sämtlichen Hilfsmitteln
- Fachmännische Beratung und Abgabe von Hilfsmittelproben bei Ärzten und Physiotherapeuten

Veranstaltungen

- Organisation und Durchführung von Vorträgen und Führungen
- Weiterbildungsmassnahmen an Physiotherapie- und Krankenpflegeschulen
- Fachvorträge bei paramedizinischen Berufsgruppen

Spezielle Dienstleistungen

- Die Massanfertigungen produzieren wir in unserer eigenen Werkstatt
- Für die Einlagenherstellung und die Kompressionsstrumpfmessung setzen wir modernste Computertechnologie ein
- Fussdruckmessungen führen wir sowohl via Messplatte (barfuss) als auch insole (in den Schuhen) durch
- Zur Prüfung der Versorgung und für die Diagnostik arbeiten wir bei der Ganganalyse mit Laufband und Videokamera
- «Geht nicht» gibt's nicht.
  Wir sind immer für Sie da, auch ausserhalb der üblichen Geschäftszeiten
- Wir arbeiten dort, wo Sie uns brauchen: in Spitälern, bei Hausbesuchen, in Rehakliniken, Arztpraxen, Physiotherapien, Diabetes-Podologien, insbesondere medi podo Podologie in Muttenz. Und natürlich im Geschäft an der Missionsstrasse 38 in Basel.

Feste Sprechstunden

- Diabetessprechstunde mit Versorgung von Risikopatienten im Bruderholzspital alle 14 Tage
- Wöchentliche Neurorehavisiten in der Reha Rheinfelden
  Hausbesuche
- Unkomplizierte, professionelle Versorgung von nicht mobilen Patienten mit sämtlichen Hilfsmitteln

Schweizerischer Verband der **Orthopädietechniker** SVOT

FÜSSE –
EINE MEISTERLEISTUNG DER NATUR
Die Füsse sind die Grundlage unserer Mobilität. 26 Knochen, 31 Gelenke, 29 Muskeln und 50 Bänder ermöglichen uns den aufrechten Gang, federn unser Körpergewicht ab und halten uns im Gleichgewicht. Kein anderer Körperteil wird derart belastet wie der Fuss: Die wenigen Quadratzentimeter bewegen bei jedem Spaziergang über 100 Tonnen Gewicht und tragen uns während eines Lebens zweimal um die Erde. Leider unterschätzen viele Menschen den Wert ihrer Füsse. Die Folge: Nur ein Fünftel der Schweizer haben gesunde Füsse. Zu den häufigsten Fussproblemen gehören Deformationen, die zu 70 Prozent auf unpassendes Schuhwerk zurückzuführen sind. Zu enge oder unnatürlich geformte Schuhe verändern oftmals die Statik der Füsse, was zu Schmerzen in den Füssen, im Knie, an den Hüften oder im Rücken führen kann.
Das muss nicht sein:
Eine regelmässige Pflege, passendes Schuhwerk und die nötigen Hilfsmittel tragen entscheidend zu Ihrem Wohlbefinden bei. Gerne zeigt Ihnen Ihr Orthopädie-Fachmann, wie Sie mit beiden Füssen fest und bequem auf dem Boden stehen.

HILFE, WENN DER SCHUH DRÜCKT....
Erst wenn der Schuh drückt, realisiert man, wie wichtig gesunde Füsse sind. Noch ist es nicht zu spät. Im Orthopädie-Fachgeschäft finden Sie Hilfe, um wieder schmerzfrei gehen zu können. Am Anfang jeder Behandlung steht die Abklärung: Mit modernsten Geräten prüfen die Fachleute des Schweizer Verbandes der Orthopädie-Techniker SVOT Ihre Füsse. Alle Messdaten werden detailliert analysiert. In der persönlichen Beratung sucht Ihr Orthopädie-Techniker das optimale Hilfsmittel, damit Sie auch künftig leichten Schrittes durchs Leben gehen können.

AUF DIE FÜSSE – FERTIG – LOS
Ihr SVOT-Orthopädie-Techniker gibt Ihren Füssen festen Boden: Einlagen nach Mass, schockabsorbierende Massnahmen, Spezial- und Bequemschuhe, Schuhzurichtungen, Bandagen, Orthesen, Gehhilfen, Kompressionsstrümpfe.

Lassen Sie Ihre Füsse nicht im Stich. Ihr SVOT-Orthopädie-Techniker zeigt Ihnen unverbindlich die passenden Hilfsmittel zum Wohle Ihrer Füsse: Einlagen, Spezialschuhe, Bandagen und Orthesen.

Bandagen und Orthesen

Adressen Sortiert nach PLZ

Basel Land

Engels AG Orthopädietechnik
Inhaber Benny Räfle
Hauptstrasse 13
4153 Reinach
Tel. 061 711 88 84
Fax 061 711 85 35
engelsortho@bluewin.ch

Schweitzer Orthopädie- und Rehatechnik AG
Parkstrasse 6
4402 Frenkendorf
Tel. 061 903 21 21
Fax 061 903 21 22

Schweizer Verband der Orthopädietechniker
Moosstrasse 2 - Postfach 29
3073 Gümlingen/Bern
Tel. 031 952 78 81 - Fax 031 952 76 83
contact@svot.ch - www.svot.ch

Kiechle Orthopädie Technik

Elisabethenstrasse 39
4051 Basel
Tel. 061 271 24 15
Fax 061 271 26 81

www.kiechle.ch

Kiechle Orthopädie Technik

René Ruepp AG

Rehabilitations- und Orthopädietechnik

Austrasse 109
4003 Basel
Tel. 061 205 77 77

www.rene-ruepp.ch

René Ruepp AG
Rehabilitations- und Orthopädietechnik

Schweizerischer **Podologen-Verband** SPV

Wussten Sie, dass Sie beim Gehen pro Kilometer
Ihre Füsse mit 40 Tonnen Gewicht belasten?

Und wussten Sie, dass Sie im Verlauf Ihres
Lebens viermal um die Welt gehen?

Das können nur gesunde Füsse. Sind Ihre Füsse für diese Leistung fit, oder plagen Sie bereits eingewachsene Nägel, Druckstellen oder Hühneraugen?
Mit dem Gang zur Podologin machen Sie den ersten Schritt für die Gesunderhaltung und Pflege Ihrer Füsse: Bei der Podologin sind Ihre Füsse in besten Händen.
Eine regelmässige Fusspflege kann viele Fussprobleme verhindern. Podologinnen verfügen über die nötigen Fähigkeiten und Fertigkeiten, diese zu behandeln oder zu korrigieren.

Fussbehandlung

Bindegewebsschwächen und das Tragen von knappen, zu hohen oder spitzigen Schuhen kann zu schmerzhaften Fussdeformitäten führen. Verhornungen sind eine natürliche Abwehrreaktion der Haut gegen Druck. Deshalb bilden sich dort Hühneraugen und Hornhaut, wo die Haut einem Druck ausgesetzt ist. Dieser Druck kann durch Schuhe von aussen oder durch Gelenke oder Knochen von innen verursacht werden. Sind die Grosszehennägel einem ständigen Druck ausgesetzt, weil sie regelmässig das Schuhinnenleder berühren, verhornt der Nagelfalz und beginnt zu schmerzen. Podologinnen verfügen über Techniken, problemgerechte Fussbehandlungen durchzuführen und schmerzende Fussübel zu lindern.

Nagelprothetik

Die gesunde Nagelplatte schützt die Zehe und gibt ihr ein natürliches Aussehen. Kommt es unfall- oder krankheitsbedingt zu einem Nageldefekt, dann ist die Zehe sowohl in funktioneller als auch in ästhetischer Sicht behindert. Nageldefekte können sehr schmerzhaft sein und werden mit der Technik der Nagelprothetik behoben. Podologinnen verfügen über Techniken, einen fehlenden Nagel mit künstlichem Nagelmaterial zu ergänzen und so die Funktion der Nagelplatte wieder herzustellen. Somit erfüllt der Zehennagel den nötigen Schutz und die Zehe erhält ihr ursprüngliches ästhetisches Aussehen.

Fussmassage

Zur Ausbildung der Podologin SPV gehört auch die klassische Massage von Fuss und Unterschenkel. Die Massage des Fusses führt zur Lockerung der Fussmuskeln und zur besseren Durchblutung des Fusses und der Zehengelenke.

Sie hebt das körperliche Wohlbefinden und entspannt. Patientinnen und Patienten schwärmen nach dieser wohltuenden und belebenden Massage.

Zehenorthesen

Druckstellen, Schwellungen und Hühneraugen sind oft Folgen von Zehenfehlstellungen und können durch Zehenverbände kurzfristig entlastet werden. Langfristige Linderung bringt die massgefertigte Silikon Entlastungs Orthese. Sie wird tagsüber an Stelle eines Verbandes getragen und erreicht eine dauerhafte Druckentlastung der Problemstelle.
Podologinnen verfügen über Techniken, eine Orthese der Biomechanik und der Anatomie der Zehe anzupassen, um so eine optimale Druckentlastung zu erreichen.

Podologie
im Dienste der Füsse

Orthonyxie
Mit massgefertigten Nagelspangen korrigiert die Podologin wirkungsvoll Ihre schmerzhaft eingewachsenen Nägel. Die Nagelspange wirkt mit einer genau dosierten Kraft gegen die Einrolltendenz des Nagels. Der Nagel wird flacher, was zur Schmerzbefreiung führt. Podologinnen verfügen über Techniken, problemgerechte Nagelspangen einzusetzen und deren Kraft genau zu dosieren, um so mögliche Nagelablösungen zu vermeiden.

Schlusswort
Ihre Podologin ist auf die Behandlung und Gesunderhaltung der Füsse spezialisiert, sowohl von gesunden als auch Personen mit Grundkrankheiten wie Diabetes mellitus, Polyarthritis, Rheuma etc. Die Podologie wird auch als «medizinische Fusspflege» bezeichnet. Podologie ist in den kantonalen Gesundheitsgesetzgebungen geregelt und bedarf für deren Ausübung einer entsprechenden Bewilligung der Gesundheitsdirektion. Die Ausbildung zur Podologin dauert drei Jahre. Die Vollzeitausbildung findet in einem anerkannten Lehrbetrieb statt. Eine Teilzeitausbildung ist zur Zeit nicht möglich.

Adressen Sortiert nach PLZ

Aegerter Bettina
Podologin SPV
Hirschgässlein 44
4051 Basel
Tel. 061 271 45 42

Podologiepraxis
Flury Monika
Austrasse 112
4051 Basel
Tel. 061 271 38 10
Fax 061 271 38 10

MediPodo Podologie
N. + G. Gutknecht
Podologinnen SPV
Burggasse 7
4132 Muttenz
Tel. 061 462 06 62

Schweizerischer Podologen-Verband SPV
Zentral- und Schulsekretariat
Tribschenstrasse 7
Postfach 3065
6002 Luzern
Tel. 041 368 58 00
Fax 041 368 58 59
sekretariat@podologen.ch
www.podologen.ch

MediPodo Podologie

N. + G. Gutknecht
Podologinnen SPV

Burggasse 7
4132 Muttenz
Tel. 061 462 06 62

In unserer Fachpraxis für medizinische Fusspflege und orthopädische Fussberatung sind Sie bestens beraten.

Unsere Spezialgebiete sind:
- diabetische Wundbehandlung
- orthopädische Beratung in Zusammenarbeit mit M. Gygi Orthopädie
- Medizinische Fussbehandlung
- Eingewachsene Zehennägel
- Behandlung von Hühneraugen, Schwielen, Hornhaut, etc.
- Orthesen (Druckentlastung)
- Teilnagelprothetik (Ersetzen von fehlenden Zehennägeln)
- Fuss- und Unterschenkelmassage

Weiterbildung ist uns stets wichtig. So garantieren wir Ihnen eine kompetente Behandlung von Patienten mit Diabetes, Durchblutungsstörungen, Blutverdünnung, Psoriasis, etc.

Die Zusammenarbeit mit Ihrem Hausarzt ist uns sehr wichtig.

Wir freuen uns,
Sie in unserer Praxis begrüssen zu dürfen.

Physioswiss

technische Massnahmen

Atemtherapie

manuelle Therapie

Physiotherapie – für viele Fälle

Wenn der Rücken schmerzt, die Schulter sich nicht mehr richtig bewegen lässt, beim Treppensteigen das Knie sticht oder der Kopf auf die eine Seite nicht mehr dreht, so sind dies bekannte Fälle für die Physiotherapie.

In der Physiotherapie behandeln wir aber auch

- einen Lehrer, der einen Schlaganfall erlitten hat und dadurch halbseitig gelähmt ist. Er lernt in der Therapie, seinen Arm wieder zu gebrauchen, damit er sich selbstständig anziehen kann.
- einen Geschäftsmann nach einem Herzinfarkt. Mit ihm trainieren die PhysiotherapeutInnen Schritt für Schritt, damit das Herz wieder belastbar wird. Er lernt seine Grenzen zu erkennen und erhält wieder Vertrauen in seinen Körper.
- die junge Frau, die nach der Geburt eines Kindes Mühe hat, beim Laufen oder Niesen den Harn zu halten. Sie lernt in der Therapie, die Blase zu kontrollieren und kräftigt ihren Beckenboden.
- Patienten mit Krankheiten wie Parkinson oder Multiple Sklerose. Sie lernen in der Physiotherapie, ihren Alltag so gut wie möglich selbstständig zu bewältigen. In der Therapie wird der Körper beweglich gehalten, damit es nicht zu zusätzlichen Behinderungen kommt.
- ein Kind, das von Geburt an eine schwere körperliche Behinderung hat. In der Physiotherapie wird die Entwicklung seiner Bewegungsabläufe unterstützt und Funktionen neu erlernt. Die Eltern werden instruiert, was sie zur Entwicklung beitragen können.

So werden Patientinnen und Patienten mit Krankheiten aus vielen Fachbereichen der Medizin, nach Operationen und Unfällen physiotherapeutisch behandelt.

Ziele der Physiotherapie

Schmerzen lindern, Beweglichkeit wieder erlangen, Bewegungen wieder erlernen, Muskeln kräftigen, schonendere Bewegungsmuster und Haltungen erlernen, die Atmung verbessern, Ödeme verringern; dies sind Beispiele für Ziele, welche die Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten gemeinsam mit den Patienten erarbeiten. Wenn Lasten rückengerecht gehoben werden, am Computer körperfreundlich gearbeitet wird und körperliche Belastungen ausgeglichen werden, so können gesundheitliche Schäden vermieden und Rückfälle verhindert werden. Ergonomie, Prävention und Gesundheitsförderung sind ein Teil unserer Arbeit.

Berufsverband physioswiss

physioswiss ist ein klassischer Berufsverband aus dem Gesundheitswesen. Er vertritt die Interessen von mehr als 7.500 Physiotherapeuten und Physiotherapeutinnen, davon sind ca. 4.600 Freipraktizierende und ca. 2.250 Angestellte. Grundsätzlich orientieren sich die Verbandsstrukturen nach Art. 60ff. des Schweizerischen Zivilgesetzbuches und geben damit die Struktur und die Organisation von physioswiss vor.

Aus den 16 Kantonalverbänden werden je nach Anzahl Mitglieder eine mehr oder weniger grosse Delegation an die jährlich stattfindende Delegiertenversammlung entsandt. Hier werden der Zentralvorstand – das strategische Führungsgremium des Verbandes – gewählt, sowie Jahresrechnung und Budget verabschiedet. Der Zentralvorstand seinerseits betraut eine Geschäftsstelle mit der Besorgung der operativen Verbandsgeschäfte.

In Ergänzung zu Zentralvorstand und Geschäftsstelle sind zahlreiche Kommissionen und Projektgruppen aktiv und bearbeiten Projekte in den Bereichen Bildung, Gesundheit und Kommunikation. Ihre Mitglieder sind Verbandsmitglieder die in ehrenamtlicher Tätigkeit im Verband mitarbeiten.

Suchen Sie eine Physiotherapie in Ihrer Nähe?

Der Schweizer Physiotherapie Verband hilft Ihnen weiter: Auf der Website www.physioswiss.ch können Sie per Mausklick unter Service/Therapeutensuche eine Physiotherapeutin oder einen Physiotherapeuten an Ihrem Wohn- oder Arbeitsort finden. Oder Sie erkundigen sich auf der Geschäftsstelle und erhalten telefonische Auskunft.

Wird Physiotherapie von der Krankenversicherung bezahlt?

Wenn Physiotherapie ärztlich verordnet wird, dann werden die Leistungen durch die Grundversicherung der Krankenkasse oder die Unfallversicherung bezahlt. Wenn Sie direkt in die Physiotherapie gehen, dann bezahlen Sie die Dienstleistung selber.

Adressen Sortiert nach PLZ

Basel Stadt

Medical Fitness Team Basel
Schützenmattstrasse 9
4003 Basel
Tel. 061 262 21 21
Fax 061 262 21 22
info@mft-bs.ch
www.mft-bs.ch

CorpoSana-Zentrum
Trainings- und Therapiezentrum
Münchensteinerstrasse 220
4043 Basel
Tel. 061 338 70 70
Fax 061 338 70 71
info@corposana.ch
www.corposana.ch

Gresenz Kathrin
Craniosacraltherapie
Steinenvorstadt 79
4051 Basel
Tel. 076 337 20 24

Herzig E°
Schützenmattstrasse 52
4051 Basel
Tel. 061 272 72 75
e5herzig@bluewin.ch

Physiotherapie zur Hard
Hardstrasse 8
4052 Basel
Tel. 061 272 94 22
Fax 061 272 94 22
pthard@swissonline.ch

Saemann Karin
Dornacherstrasse 210
4053 Basel
Tel. 061 333 22 25
Fax 061 333 22 26
karin.saemann@bluewin.ch

Häusler Olaf
Reussstrasse 74
4054 Basel
Tel. 061 302 21 71
Fax 061 302 21 71
olaf.haeusler@googlemail.com

Oase – Bewegung ist Leben
Physiotherapie und Training
Schweizergasse 43
4054 Basel
Tel. 061 271 17 49
Fax 061 271 17 55
www.meine-oase.ch

Therapie-Center Neubad
Taeymans Francoise
Realpstrasse 83
4054 Basel
Tel. 061 302 44 00
Fax 061 303 90 94
jtaeymans@compuserve.com
www.tcn-bs.ch

Therapie-Zentrum zum Hof
Bundesstrasse 1
4054 Basel
Ehemalige Josefsklinik
Tel. 061 225 00 12
www.therapiezumhof.ch

Mac Farland-Gröschner Ingeborg
Physio- und Atemtherapie
Nonnenweg 49
4055 Basel
Tel. 061 261 11 86
imfbasel@gmx.ch

Peiser-Lüscher Verena
Friedensgasse 54
4056 Basel
Tel. 061 381 04 90
Fax 061 381 51 57

Physiotherapie St. Johannseck
A. Breer / S. Göttin / N. Kälin
Davidsbodenstrasse 5
4056 Basel
Tel. 061 322 46 50
Fax 061 322 46 51

Praxis Gautier E. Therapie für
Erwachsene, Kinder u. Säuglinge
Lothringerstrasse 51
4056 Basel
Tel. 061 321 43 53

Physiotherapie Hirzbrunnen
Physiotherapie, Massage, Kurse
Im Grenzacherhof 14
4058 Basel
Tel. 061 601 30 60
Fax 061 601 34 60
info@physiohirz.ch
www.physiohirz.ch

quantum Physiotherapie
Heilkunde & Wellness
Claraplatz 1
4058 Basel
Tel. 061 261 62 72
heilkunde_engelbrecht@
hotmail.com

Stöcklin Merrill
Schmiedgasse 23
4125 Riehen
Tel. 61 641 50 43

Basel Land

Goossens Erik
Oberwilerstrasse 2
4102 Binningen
Tel. 061 422 05 70
Fax 061 422 04 64
info@medi-fit.ch
www.medi-fit.ch

Physio Polasek
Hauptstrasse 1
4102 Binningen
Tel. 061 421 31 33
Fax 061 423 83 47
physio@polasek.ch
www.polasek.ch

Physiotherapie beim Dorfplatz
Daniel Kohler
Schönenbuchstrasse 3
4123 Allschwil
Tel. 061 481 21 51
Fax 061 481 20 25

Christen Beat & Kanalz Jürg
Hauptstrasse 34
4127 Birsfelden
Tel. 061 312 81 80
Fax 061 312 81 80

Ergonic® Physiotherapie
Hauptstrasse 80
4132 Muttenz
Tel. 061 461 78 89
Fax 061 461 78 86
welcome@ergonic.ch
www.ergonic.ch

Mollet-Robinson Judith
Domizilbehandlung Bobath
Eptingerstrasse 32
4132 Muttenz
Tel. 061 462 08 93

Praxisklinik Rennbahn
St. Jakobs-Strasse 106
4132 Muttenz
Tel. 061 465 64 44
physio@rennbahnklinik.ch
www.rennbahnklinik.ch

Physiotherapie Räbgass
Hofsteenge E. und Spinnler M.
Rebgasse 2
4153 Reinach
Tel. 061 711 76 45

Physiotherapie Bram van Beek
Bruggweg 2
4402 Frenkendorf
Tel. 061 901 20 33
Fax 061 903 20 19

Physiotherapie Dreyer-Dominé
Lymphdrainage & Fussreflex
Wasserturmplatz 2/2
4410 Liestal
Tel. 079 667 55 68

Praxis-Schauenburg.ch
Therapie f. Kinder u. Erwachsene
Schauenburgerstrasse 50
4410 Liestal
Tel. 061 901 94 11

physioswiss
Stadthof/Bahnhofstrasse 7b
6210 Sursee
Tel. 041 926 07 80
Fax 041 926 07 99
info@physioswiss.ch
www.physioswiss.ch

Oase – Bewegung ist Leben

Physiotherapie und Training bei chronischer Erkrankung

Schweizergasse 43 - 4054 Basel
Tel. 061 271 17 49 - Fax 061 271 17 55
www.meine-oase.ch

Parking vor dem Eingang vorhanden

Oase® Bewegung ist Leben

Physiotherapie

Oase bietet alle klassischen Formen anerkannter Physiotherapien des schulmedizinischen Systems an. Jedoch ist Zuhören vielleicht der wichtigste Teil unserer Arbeit. Zuhören und Besprechen sind in einer physiotherapeutischen Behandlung nicht «verlorene» Zeit, sondern wichtige Faktoren der Zusammenarbeit, die wesentlich zum Erfolg der Therapie beitragen.

Zertifikat zur Behandlung von Patienten mit Multiple Sklerose (FPMS): www.fpms.ch

Zertifikat zur Behandlung von Patienten mit chronischen Schmerzen (ZST): www.fbz-zurzach.ch

Training

Oase trainiert und fördert die ganzheitliche Beweglichkeit mit Übungsgeräten, die leicht zu bedienen und speziell für diesen Zweck entwickelt worden sind. Sie lassen besonders fein abgestufte Schwierigkeitsgrade zu. Auch Gehbehinderte und Personen mit wenig Ausdauer können an diesen Geräten trainieren! Das Training hilft Ihnen, Ihre Bewegungs-Ressourcen wieder zu entdecken und zu optimieren. Bringen Sie Ihren Willen mit, es könnte Spass machen!

Hippotherapie-K

Hippotherapie-K ist eine besondere Physiotherapie mit Hilfe des Kleinpferdes, das im Schritt geht. Dabei wird die Bewegung des Pferderückens bzw. deren Übertragung auf die Patienten therapeutisch genutzt. Die feststellbare, ganzheitliche Wirkung der HTK ist ungemein hoch: Unbewusst im Gehrhythmus mitzuschwingen ist für Menschen mit Bewegungsstörungen ein Erlebnis, das sich auf den Alltag positiv auswirkt.

CorpoSana-Zentrum

Trainings- und Therapiezentrum

Münchensteinerstrasse 220 - 4053 Basel
Tel. 061 338 70 70 - Fax 061 338 70 71
info@corposana.ch - www.corposana.ch

CorpoSana training. therapie.

CorpoSana Ihr Gesundheitspartner

«Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts» *Schopenhauer*

Der dipl. Physiotherapeut und Osteopath Caius Schmid ist hauptsächlich für das medizinische Knowhow zuständig und bildet mit dem eidg. dipl. Fitnessinstruktor Manuel Jonasch ein kompetentes Team. Der Kunde und Patient wird bei seiner Therapie und seinem Training fortlaufend betreut, unterstützt und überwacht, damit auch die hochmodernen Geräte 100 Prozent gezielt wirken können.

Alles unter einem Dach:

- Training
- Fitness
- Kurse

Therapie:

- Physiotherapie
- Osteopathie
- Manuelle Therapie
- Triggerpunkttherapie
- Kinesiologie
- Massage
- MBT Kompetenzcentrum
- Kybun Kompetenzcentrum
- Spirotiger Kompetenzcentrum

Karin Saemann

Physiotherapie

Dornacherstrasse 210
4053 Basel
Tel. 061 333 222 5
Fax 061 333 222 6
karin.saemann@bluewin.ch

Parkplätze in der Tiefgarage

Öffentliche Verkehrsmittel
Bus 36, Tram 15 und 16

Wir physiotherapieren
individuell und bezogen in einem grosszügigen Rahmen.

Wir beeinflussen
mit unserem Bewegungs-Know-How (funktionell, spiraldynamisch, mit Krafttraining an Cybex-Kraftgeräten)

Wir behandeln
mit unseren Händen (Manualtherapie, Sohier, Massagen: klassische -, Sport-, Triggerpunkt-, Lymphdrainage)

Wir sprechen
verschiedene Sprachen: Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch

Medical Fitness Team

Schützenmattstrasse 9
4003 Basel
Tel. 061 262 21 21
Fax 061 262 21 22
info@mft-bs.ch
www.mft-bs.ch

Das Medical Fitness Team besteht aus erfahrenen Physiotherapeuten und Fitnessinstruktoren. In Zusammenarbeit mit Ärzten bieten wir Ihnen eine optimale Behandlung und Rehabilitation. Bei uns treffen Sie Spitzen-, Breitensportler, Rentner und Patienten in angenehmer familiärer Atmosphäre. Es stehen Ihnen 600 m^2 Therapie- und Trainingsfläche zur Verfügung.

Physiotherapie
Wir behandeln und rehabilitieren Ihre Verletzungen, Überlastungen und Schmerzzustände. Wir beraten sie individuell, sportspezifisch und präventiv.
Wir betreuen Vereine und Einzelsportler.

Unser Angebot
- Physiotherapie
- Manualtherapie
- Trainingstherapie
- Konservative und postoperative Rehabilitation
- Sportphysiotherapie
- Physiotherapie für Kinder und Jugendliche
- Ambulante pulmonale Rehabilitation
- Ambulante kardiale Rehabilitation
- Vereinsbetreuung
- Schulung und Beratung

Fitness-Center
Unser Angebot

Beratung
- Fitnessanalyse
- Gesundheitscheck
- Leistungsdiagnostik
- Trainingsberatung
- Ernährungsberatung

Training
- Medizinische Trainingstherapie
- Rückentraining
- Rehabilitationstraining
- Fitnesstraining
- Schlankheitstraining
- Personal Training

Erholung
- Sauna
- Solarium
- Massage
- Fitnessbar

Physiotherapie zur Hard

Brigitte Hartmann,
dipl. Physiotherapeutin & Team

Hardstrasse 8 - 4052 Basel
Tel./Fax 061 272 94 22
pthard@swissonline.ch

Ihr Wohl liegt uns am Herzen!

Wir sind die Profis

Nach einer gründlichen Anamnese und umfassenden Funktionstests finden wir die besten Behandlungsformen für Sie. Wir therapieren Sie individuell und den Eigenheiten Ihres Körpers angepasst.

Physiotherapie

Wir bieten Ihnen

- Manuelle Therapie
- Bewegungstherapie
- Medizinische Massagen
- Triggerpunktbehandlung
- Passive Anwendungen (Wärmeapplikationen, Laser, Ultraschall, Elektrotherapie)
- Lymphologische Physiotherapie
- Craniosacrale Osteopathie
- Domizilbehandlungen

Rehabilitation

Nach einem chirurgischen/orthopädischen Eingriff oder nach einer Krankheit wieder an die Leistungsfähigkeit von früher anknüpfen?
Wir unterstützen Sie
während Ihrer Rehabilitation

- Physiotherapie
- Koordinationstraining
- Kraftaufbau
- Instruktion und Betreuung

Training

Möchten Sie nicht nur einfach trainieren, sondern ganz gezielt Ihre muskulären Schwachstellen verbessern?
Wir konzipieren Ihren Trainingsplan und begleiten Ihre Fortschritte.

Ergonic® Physiotherapie

Markus Friedlin

Hauptstrasse 80 - 4132 Muttenz
Tel. 061 461 78 89 - Fax 061 461 78 86
welcome@ergonic.ch - www.ergonic.ch

Ergonic® Physiotherapie

Als erstes Unternehmen dieser Art bietet Ergonic® Physiotherapie[1] seit 1991 ein langjährig erprobtes, innovatives und zukunftweisendes Konzept an.

Zur Therapie und Rehabilitation muskuloskeletaler Beschwerden werden die effektivsten physiotherapeutischen Massnahmen wie

- Manuelle und Osteopathische Therapie
- Massagen und Lymphdrainage
- Bewegungstherapie
- Differenziertes Krafttraining
- digital unterstützte Körperhaltungsanalyse und Körperhaltungsschulung
- Entspannungsschulung

angewandt.
Als Ergänzung dazu werden Arbeitsplatz- und Arbeitsbewegungsanalysen durchgeführt, die die tätigkeitsbedingten Ursachen der Beschwerden erkennen lassen. Diese ergonomischen Daten werden therapierelevant umgesetzt und präventiv genutzt.
Für Firmen besteht ein Schulungs- und Beratungsangebot, welches die speziellen branchenabhängigen Bedingungen berücksichtig. Die Schulungen werden vor Ort durchgeführt und bieten so den besten Transfer in den realen Berufsalltag.
Flexibilität, Kreativität und unkonventionelle Lösungen sind unsere Stärke.

Das Ergonic® Konzept ermöglicht eine wirksame Behandlung und Prophylaxe der häufigsten arbeitsbedingten Beschwerden.

[1](ergon = Arbeit ; motoric = Bewegung)

Therapie-Center Neubad

Francoise Taeymans

Realpstrasse 83 - 4054 Basel
Tel. 061 302 44 00 - Fax 061 303 90 94
jtaeymans@compuserve.com
www.tcn-bs.ch

Angebot

Das TCN empfiehlt sich, sowohl für präventive als auch kurative Behandlungen: Physiotherapie (inkl. Wassertherapie im hauseigenen Gehbad), Osteopathie, Trainingstherapie, Ergotherapie, Kosmetik- und Fusspflege. Dipl. Therapeuten und dipl. Sportlehrer betreuen Sie gerne als Einzelperson oder als Teilnehmer einer kleinen Gruppe.

Finnbad Basilik

Mit dem Finnbad Basilisk (Sauna, Solarium, Sprudelbad und Fitnesscorner) bieten wir Ihnen ergänzende und gesundheitsfördernde Massnahmen an.

Notizen

NOTIZEN

Therapie Zentrum zum Hof

Physio, Manual und Sportrehabilitation

Bundesstrasse 1
4054 Basel
Ehemalige Josefsklinik
Tel. 061 225 00 12
www.therapiezumhof.ch

Tram/Bus Linien 1-8/33-34

THERAPIE ZENTRUM ZUM HOF

Zurzeit arbeiten acht Physiotherapeut/Innen mit unterschiedlichen Fachschwerpunkten. Wir haben uns im Bereich der Sportrehabilitation, Orthopädie, Chirurgie, Kinderphysiotherapie und Beckenbodenrehabilitation einen guten Namen geschaffen.

In der Praxis existieren separate Behandlungsräume. Wir sprechen D, E, F, I, SP und NL.
Wir bieten:

- Physiotherapie
- Sportrehabilitation
- Lymphdrainage
- Beckenbodentherapie
- Manuelle Therapie
- Neurotension
- Funktionelle Bewegungslehre
- MTT
- Narbenbehandlungen (auch ältere Narben)
- Taping
- Massagen
- Ultraschall-, Elektro- und Lasertherapie
- Wärmeanwendungen
- Orthobionomie
- Hausbesuche

Auch Selbstzahler sind bei uns herzlich willkommen.
Wir sind für Sie da, um mit Ihnen gemeinsam für Ihre Gesundheit zu sorgen.

Physiotherapie Erik Goossens

Oberwilerstrasse 2 - 4102 Binningen
Tel. 061 422 05 70 - Fax 061 422 04 64
info@medi-fit.ch - www.medi-fit.ch
BVB/BLT Linien 2 - 34 - 61

mediFIT

Die Physiopraxis, welche 1994 am Kronenplatz in Binningen, einen mit dem öffentlichen Verkehr gut erschlossenen Standort fand, hat sich seit 1999 um ein medizinisches Fitnesszentrum erweitert. Das momentan 6-köpfige internationale und mehrsprachige Team verfügt in vielen Bereichen der Physiotherapie und deren Konzepte, über eine fundierte Fachkompetenz.

Schwerpunkte der physiotherapeutischen Massnahmen:

- Manuelle Therapie (SAMT, Sohier-Konzept)
- med. Trainingstherapie/Rekonditionierung/Reha
- Lymphdrainage und klassische med. Massagen
- neuro-orthopädisches Schmerzbehandlungskonzept (NOI)
- Triggerpunkttherapie
- aktive Bewegungstherapie (individuell oder in Kleingruppen)
- Atem- & Entspannungstherapie
- Wärme- & Kältetherapie (Wickel/Packungen/Infrarot-Sauna)
- Elektrotherapie und Magnetfeld-Resonanztherapie
- Instruktion & Begleitung von Heimprogrammen
- Wassertherapie

Individuelle Beratung, auch in den Bereichen Prävention, Wellness und Komplementär-Medizin, sowie eine enge Zusammenarbeit mit Ärzten aus verschiedenen Spezialgebieten, führen zu einer optimierten und ganzheitlichen Betreuung. Domizilbehandlungen sind für uns so selbstverständlich, wie die Patientenbetreuung zu Randzeiten (6.30h bis 20.00h).

Nebst verschiedenen Gymnastikkursen in Kleingruppen (max. 6 Personen) leiten unsere Physiotherapeut/Innen an mehreren Terminen wöchentlich auch AquaFit®- und Nordic Walking®-Kurse (Qualitop anerkannt). Informieren Sie sich via unserem Webauftritt oder lassen Sie sich detaillierte Unterlagen zustellen.

Egal ob Sie von einem Arzt überwiesen wurden oder ob Sie sich als Selbstzahler bei uns melden: **Wir freuen uns auf Sie!**

Praxisklinik Rennbahn

Physiotherapie

St. Jakobs-Strasse 106
4132 Muttenz
Tel.061 465 64 44
physio@rennbahnklinik.ch
www.rennbahnklinik.ch

Praxisklinik Rennbahn

Sportphysiotherapie

Das Physioteam ist spezialisiert auf die Rehabilitation von Sport und Unfallverletzungen und ist sehr engagiert in der Betreuung von Leistungssportlern.
Dank der Vielseitigkeit unserer Therapeutinnen und Therapeuten finden in unserer Physiotherapie verschiedene Konzepte und Techniken ihre Anwendung.

Unser Therapieangebot:

- Sportphysiotherapie
- Medizinische Trainingstherapie
- Manuelle Therapien
- Kinetic control / muscle balance
- Analythische Biomechanik nach Sohier
- Triggerpunktmassage
- Mobilisation des Nervensysthems
- Lymphdrainage
- Dry needling
- Taping / Kinesiotaping
- Stosswellentherapie
- Magnetfeldtherapie
- Infrarot Lampe
- Elektro- und Wärmetherapie

Kurse:

- Nordic Walking
- Taping

Physio Polasek

Manual, Reha, Sporttherapie

Hauptstrasse 1 - 4102 Binningen
Tel. 061 421 31 33 - Fax 061 423 83 47
physio@polasek.ch
www.polasek.ch

Physio Polasek

Unser geschultes Physiotherapeuten-Team besteht aus TherapeutInnen mit unterschiedlichen Spezialgebieten. Durch unsere Freude am Sport, in Verbindung mit der Physiotherapie liegt unser Schwerpunkt in der Sportphysiotherapie. Im Oktober 2007 haben wir unsere Räumlichkeiten umgebaut und unseren Trainingsbereich nach den neuesten Erkenntnissen modernisiert.

- Bewegungs- und Manualtherapie
- Sporttherapie: MTT, Rückentraining
- Massagen, Elektrotherapie, Fango
- Fussreflexmassage
- Lymphdrainage
- Leistungsdiagnostik
- Krafttraining
- Vereins- und Wettkampfbetreuung
- Körperanalyse, Ernährungsberatung
- Ergonomieberatung
- Hausbesuche für betagte Personen
- Medizinal-Artikel-Verkauf, Orth. Einlagen

Unser Kursangebot:

- Nordic Walking
- Aqua Fit
- Rückengymnastik
- Pilates

Wir freuen uns auf Sie
Ihr Ferdinand Polasek & sein Team

Der Beckenboden als Basis

Beckenboden – Boden der Abdominalblase

Der Beckenboden ist eine mehrschichtig aufgebaute, komplexe Muskelplatte. Er bildet den caudalen Teil der Abdominalblase (vgl. GymNess 4/2004). Der Beckenboden bildet einerseits den Abschluss des kleinen Beckens nach unten, andererseits kleidet er das kleine Becken von innen heraus. Die Übergänge vom Beckenboden in die vordere bzw. hintere Bauchwand im Schambein- und Kreuzbeinbereich sind fliessend. Funktionell sind diese Übergänge als Schnittstellen zwischen der isolierten Arbeitsweise des Beckenbodens zur integrierten Arbeitsweise der Abdominalblase zu betrachten.

Die Doppelfunktion des Beckenbodens

Durch seine zentrale Lage erfüllt der Beckenboden mehrere Aufgaben:

- Verschliessen, Stützen und Öffnen der verschiedenen Ausgänge (Blase, Darm, Vagina)
- Fundament für eine gute, ökonomische Haltung
- Angelpunkt der Bewegungskoordination im Becken
- Durchlässigkeit in der Sexualität und bei einer Geburt

Zusammengefasst ist hier eine **Doppelfunktionalität** sichtbar: Einerseits **das Loslassen nach unten** und andererseits **das Halt finden**. Die Bewältigung dieser gegensätzlichen Aufgaben ist sehr anspruchsvoll. Damit der Beckenboden hier optimal funktionieren kann, müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein.

der Inneren Haltung in der Zentrierenden Körperarbeit® (CareWork®)

Die Beckenstellung

Die Funktion des Beckenbodens verändert sich mit der Beckenstellung. Das Loslassen nach unten ist beispielsweise nur in einer Beckenflachstellung möglich, der sogenannten geburtsoffenen Haltung. Anatomisch bedingt kann sich der Beckenboden nur in dieser Stellung optimal entspannen. Die Entspannung ihrerseits ist Voraussetzung für das Loslassen bzw. Schieben nach unten.

Im Gegensatz dazu ist das Halt finden funktionell-ökonomisch nur dann möglich, wenn sich das Becken in der anatomischen Mittelposition befindet. Nur in dieser Stellung kann die Abdominalblase mit ihren Strukturen die innere Haltung gewährleisten. Jegliches Abweichen aus diesen für die jeweiligen Funktionen optimalen Beckenstellungen bringt vermehrten Kraftaufwand (= unökonomisch) und/oder Widerstand (= unfunktionell) mit sich.

Der freie Atemfluss

Da der Beckenboden direkt und indirekt mit dem Zwerchfell verbunden ist, spielt der Atemfluss für die Befindlichkeit und die funktionellen Möglichkeiten des Beckenbodens eine entscheidende Rolle. Über die hintere Bauchwand existiert eine direkte Spannungslinie vom Zwerchfell über den M. psoas major zum Beckenboden. Zudem löst die Atembewegung des Zwerchfells über das Vakuum der Abdominalblase indirekt eine Atembewegung im Beckenboden aus:
Baut sich nun über einen unfreien Atemfluss eine erhöhte Spannung im Zwerchfell auf, wird diese via hintere Bauchwand direkt in den Beckenboden geleitet. Andererseits überträgt sich die eingeschränkte Bewegungsfreiheit des überspannten Zwerchfells über das Vakuum der Abdominalblase indirekt auch auf den mitschwingenden Beckenboden.

Der überspannte Beckenboden

Damit wird Folgendes klar: Weil die muskulären Spannungsverhältnisse der Abdominalblase bzw. des Beckenbodens vom Atemgeschehen abhängig sind, beeinflusst der Atemfluss in entscheidender Weise die Funktionstüchtigkeit des Beckenbodens. Ein unfreier Atemfluss hat immer einen erhöhten Tonus im Zwerchfell zur Folge. Deshalb ist in diesem Falle auch im Beckenboden sehr häufig eine muskuläre Überspannung anzutreffen.
Eine Beckenbodenschwäche kann folglich über eine Hypertonisierung im Beckenboden und der daraus resultierenden Dysfunktionalität der Abdominalblase entstehen. Der Beckenboden funktioniert ungenügend, weil er überspannt ist und nicht etwa, weil er «zu wenig trainiert» bzw. erschlafft wäre. Oder anders gesagt: Es sind die verschobenen Spannungszustände innerhalb der Abdominalblase, die das Ausrichten und Stabilisieren der inneren Haltefunktionen über das funktionell-ökonomische Körperverhalten verhindern.

Beckenbodenprobleme

Krankheitsbilder wie Harninkontinenz und Senkungsbeschwerden entwickeln sich meist über Jahre. Verantwortlich sind schlechte Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten, die in der Dysfunktionalität der Abdominalblase gründen und letztlich von einem unfreien Atemgeschehen herrühren. Einseitige Belastungen, überhöhte Leistungsansprüche an den Körper, Stress und zu wenig Entspannung tragen das Ihre dazu bei. Zentral ist dabei, dass es sich bei diesen Problemen um mehrschichtige, vernetzte Reaktionsketten handelt. Das Angehen dieser Probleme ist daher ebenfalls nur über eine mehrschichtige und ganzheitliche Sichtweise möglich.

Mit der Zentrierenden Körperarbeit® (CoreWork®) bietet sich die Möglichkeit, in dieser Ganzheitlichkeit zu arbeiten und die sehr individuellen Probleme und Anliegen bei Beckenbodenproblemen auch sehr individuell anzugehen.

von Karin Bischoff, dipl. Bewegungspädagogin BGB, eidg. dipl. Turn- und Sportlehrerin und Claudia C. Steiner, dipl. Bewegungspädagogin SBTG/BGB

Therapie Zentrum zum Hof

Bundesstrasse 1
4054 Basel
Ehemalige Josefsklinik
Tel. 061 225 00 12
www.therapiezumhof.ch

THERAPIE ZENTRUM ZUM HOF

Für die Beckenbodenrehabilitation kommen Betroffene zu uns, die an einer Harn- oder Stuhlgang- Inkontinenz leiden, Personen, die eine Verletzung im Dammbereich erlebt haben (z. B. nach Geburten) oder Menschen, die einfach zur Prävention in eine spezifische Gymnastik-Therapie gehen möchten. Die Therapiestunden gibt es in Gruppenform, aber auch als Einzeltherapie, wobei noch intensiver auf die individuellen Bedürfnisse und Probleme eingegangen werden kann.

Vereinigung der **KinderphysiotherapeutInnen** der Schweiz

Fotos: Irene Müller

Physiotherapia Paediatrica

Kinder sind nicht einfach «kleine Erwachsene»

Sie sprechen ihre eigene Sprache, haben ein anderes Zeitgefühl und setzen andere Schwerpunkte. Sie leben im Hier und Jetzt und zeigen ihre Gefühle ganz direkt.

Kinderphysiotherapie ist nicht einfach «Physiotherapie».

Sie wird den Bedürfnissen des Frühgeborenen ebenso gerecht wie denen des Teenagers.

Vom 1. Lebenstag bis zum Schulabschluss – Welche Kinder werden behandelt?

Ab Geburt Kinder mit Diagnosen wie:

- Spina Bifida (offener Rücken)
- Muskelerkrankungen
- Cerebral Parese (Lähmungen, Spastik)
- Klumpfuss
- Cystische Fibrose (Schleimlunge)

Kinder im 1. Lebensjahr mit einseitigen Bewegungsmustern wie:

- Schiefhals – bevorzugte Kopfdrehung mit Schädelverformung (Plagiocephalus)
- Einseitiges Greifen/Strampeln
- Einseitige Körperhaltung – «Banane»

Kinder im Kleinkind, Kindergarten- und Schulalter mit

- Entwicklungsverzögerungen
- Fehlstellungen der Fuss- oder Beinachsen z. B. Plattfuss
- Fehlhaltungen der Wirbelsäule z. B. Rundrücken/Skoliosen
- Verletzungsfolgen z. B. Verkehrsunfälle, Brandverletzungen
- Atemwegerkrankungen z. B. Asthma
- Chronischen Beeinträchtigungen z. B. nach Gehirnhautentzündungen, bei Krebs etc.

Drei Behandlungspfeiler im Behandlungsdreieck Kind - Eltern - TherapeutIn

1. Therapeutische Massnahmen
   - Aktive oder Passive Bewegungstherapie (Förderung der bestmöglichen Selbstständigkeit)
   - Gewebetechniken (Mobilisationen, Dehntechniken, Lymphdrainage etc.)
   - Atemtherapie
   - Hilfsmittelversorgung (Schienen/Rollstuhl etc.)

2. Instruktion

Eltern und Kinder lernen von der Therapeutin gezielte therapeutische Massnahmen, denn fördernde Positionen oder gezielte Aktivitäten wirken nur, wenn sie zu Hause oft genug wiederholt werden.

3. Beratung

Eltern und Kinder müssen wissen was man tun, beziehungsweise nicht tun darf, wie die kindliche Umgebung verändert werden muss, damit sie sich positiv und nicht negativ auswirkt, welche Hilfsmittel sinnvoll, welche hinderlich sind.
Zwei Beispiele:

- Für das Neugeborene ist die Bauchlage in den Wachphasen wichtig, damit es lernen kann den Kopf zu heben, zu drehen, sich auf die Arme zu stützen und so seine Nacken-, Schulter-, Arm- und Rumpfmuskeln kräftigen kann.
- Die entwicklungsfördernste Position für einen Säugling ist eine flache Unterlage auf der er sich in seinem eigenen Tempo entwickeln kann.

KinderphysiotherapeutInnen sind SpezialistInnen

Sie behandeln Kinder aller Altersstufen vom Frühgeborenen bis zum Jugendlichen.
Sie arbeiten an Kinderspitälern, sozialpädagogischen Institutionen, in privaten Praxen in speziell für Kinder eingerichteten Therapieräumen. Nach der 4-jährigen Grundausbildung zur Physiotherapeutin arbeitet die angehende KinderphysiotherapeutIn vorerst unter Supervision und spezialisiert sich durch Kurse (z. B. Bobath, Vojta).
Vom Kinderarzt oder Hausarzt verordnet, werden die Kosten von der IV oder Krankenkasse in der Regel übernommen. Selbstzahlend können sie auch direkt zur KinderphysiotherapeutIn kommen.

Christa Timmerer
Kinderphysiotherapeutin

Therapie Zentrum zum Hof

Kinderphysiotherapie

Bundesstrasse 1
4054 Basel
Ehemalige Josefsklinik
Tel. 061 225 00 12
www.therapiezumhof.ch

Tram / Bus Linien 1-8/33-34

THERAPIE ZENTRUM ZUM HOF

Wir behandeln erkrankte oder verunfallte Säuglinge, Kinder und Jugendliche mit dem Ziel, eine Optimierung der Lebensqualität bis ins Erwachsenenalter zu gewährleisten. Wir legen grossen Wert auf eine enge interdisziplinäre Zusammenarbeit.

- ND / Bobath
- Krankengymnastik
- Skoliosebehandlung
- Atemtherapie

Adressen Sortiert nach PLZ

Basel Stadt

Physiotherapie für Kinder
B. Hegi / H. Hagmann
Sternengasse 23
4051 Basel
Tel. 061 373 37 00
Fax 061 373 37 01

Therapie Zentrum zum Hof
Bundesstrasse 1
4054 Basel
Ehemalige Josefsklinik
Tel. 061 225 00 12
www.therapiezumhof.ch

Kinderphysiotherapie Meichtry
Domizilbehandlung
Rottmannsbodenstrasse 39
4102 Binningen
Tel. 061 421 39 35

Mobile Kinder-PhysioTherapie
Wirz-Elsner Carola
Steingrubenweg 174
4125 Riehen
Tel. 061 643 82 03

Basel Land

Kinderphysiotherapie
Thommen Susanne
Kummelengässchen 17
4104 Oberwil
Tel. 061 402 01 61

Schilling-Häring Esther
Mühligässli 10
4123 Allschwil
Tel. 061 481 90 86

Kinderphysiotherapie BL & BS
Martucci-Salathé Jacqueline
Hagenthalerstrasse 90
4124 Schönenbuch
Tel. 061 481 05 22

Kinderphysiotherapie
Sommer Marianne
Stockertstrasse 30
4132 Muttenz
Tel. 061 461 86 15

Kinderphysiotherapie Laager
Laager Ursula
Im Schlehdorn 22
4144 Arlesheim
Tel. 061 703 96 40

PHYSIOTHERAPIE FORLIN
Anne-Marie Forlin-Wahl
Rebgasse 5
4410 Liestal
Tel. 061 921 10 12
Fax 061 913 18 04

Kinderphysiotherapie Häfelfinger
Häfelfinger Beatrix
Römerweg 3
4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 49 32

Vereinigung der KinderphysiotherapeutInnen der Schweiz
PP Geschäftsstelle
Stiftung Rodtegg, GBA
Rodteggstrasse 3a - 6005 Luzern
Tel. 041 368 40 36
www.physiotherapia.paediatrica.ch

Höhere Fachschule

Höhere Fachschule für Naturheilverfahren und Homöoptahie

hfnh
höhere fachschule für naturheilverfahren und homöopathie

hfnh: ein Novum für die Schweiz

Das Interesse an natürlichen Heilverfahren wächst. Bisher bestanden auf dem Gebiet der Naturheilverfahren und der Homöopathie in der Schweiz keine reglementierten Bildungswege und kein staatlich anerkannter Diplomabschluss. Seit Januar 2004 existiert erstmals ein Pilotprojekt einer höheren Fachschule für Naturheilverfahren und Homöopathie (hfnh). Die hfnh steht für qualitativ hochstehende, moderne Ausbildung.

Das staatliche Anerkennungsverfahren erfolgt im Einvernehmen mit dem Bundesamt für Berufsbildung und Technologie (BBT) und orientiert sich sinngemäss an den Anerkennungsverfahren anderer höheren Fachschul-Typen.

Ziel dieser neuartigen Ausbildung ist es, kompetente und umfassend denkende Naturheilpraktiker aller Fachgebiete auszubilden, welche sowohl den hohen Anforderungen der Medizin, als auch den unterschiedlichsten naturheilkundlichen Verfahrensweisen gerecht werden. Gleichzeitig soll ein staatlich anerkanntes Diplom erreicht werden.

Bildungsgänge hfnh

Dipl. Naturheilpraktiker TEN hfnh; (Traditionelle Europäische Naturheilkunde); Dipl. Naturheilpraktiker MV hfnh; (Therapeut für Manuelle Verfahren); Dipl. Akupunkteur TCM hfnh; (Traditionelle Chinesische Medizin); Dipl. Homöopath hfnh

Fordern Sie unsere detaillierten Broschüren an oder besuchen Sie uns auf www.hfnh.ch

Paramed - Bildungszentrum

Paramed-Zentrum für Komplementärmedizin

Haldenstrasse 1 - 6340 Baar
Tel. 041 768 20 60 - Fax 041 768 20 69
info@paramed.ch - www.paramed.ch

Paramed®
Zentrum für Komplementärmedizin

Die Paramed ist ein Bildungszentrum für Naturheilverfahren und ein komplementärmedizinisches Ambulatorium für Diagnostik und Therapie. Sie steht seit mehr als 10 Jahren als Beweis dafür, dass eine kooperative Zusammenarbeit zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin/Naturheilkunde möglich und erstrebenswert ist.

Paramed Bildungszentrum

Der modulare Aufbau aller Paramed Lehrgänge ermöglicht es, die Ausbildungen flexibel, individuell und im Teilzeitpensum zu gestalten. Alle Module werden von hoch qualifizierten Fachdozenten durchgeführt. Als Initiant der einzigen höheren Fachschule für Naturheilverfahren und Homöopathie (hfnh) der Schweiz bietet die Paramed Bildungsgänge auf höherem Fachschulniveau an.
Die Nähe zum komplementärmedizinischen Ambulatorium ist nur einer der Vorteile einer Aus- oder Weiterbildung an der Paramed.

Paramed Bildungsgänge hfnh

Dipl. Naturheilpraktiker TEN hfnh (Traditionelle Europäische Naturheilkunde); Dipl. Naturheilpraktiker MV hfnh (Therapeut für Manuelle Verfahren); Dipl. Akupunkteur TCM hfnh (Traditionelle Chinesische Medizin)

Paramed Lehrgänge

Dipl. Naturheilpraktiker; Dipl. Sportheilpraktiker; Dipl. Akupunkteur; Dipl. Tierheilpraktiker; NDS Komplementärmedizinische Pflege; NDS Fünf-Wandlungsphasen-Akupunktur nach J.R. Worsley; NDS Chinesische Arzneimitteltherapie; Medizinische Grundlagen; viele weitere Angebote.

Therapeutenstelle EGK-Gesundheitskasse

Quelle: EGK Therapie-Führer

Die Therapeutenstelle Solothurn wurde von der EGK-Gesundheitskasse ins Leben gerufen. Sie vermittelt Adressen von qualifizierten Naturheilpraktikerinnen/Naturheilpraktiker und Therapeutinnen/Therapeuten aus verschiedenen komplementärmedizinischen Sparten in der ganzen Schweiz.

Bei der Therapeutenstelle sind Naturheilpraktikerinnen/Naturheilpraktiker und Therapeutinnen/Therapeuten registriert, die einen Ausbildungsstand nachweisen können, der den von der SNE Stiftung für Naturheilkunde und Erfahrungsmedizin erarbeiteten Qualitätskriterien entspricht. Die Liste der Therapeutenstelle ermöglicht es zudem, Ihnen spezialisierte Naturheilpraktikerinnen/Naturheilpraktiker und Therapeutinnen/Therapeuten in Ihrer Nähe zu vermitteln.

Naturheilpraktikerinnen/Naturheilpraktiker und Therapeutinnen/Therapeuten, die sich für die Aufnahme in die Therapeutenliste interessieren, können sich bei der Therapeutenstelle melden und die notwendigen Unterlagen betreffend Registrierung verlangen. Sie werden hier auch über die entsprechenden Aufnahmekriterien informiert und erhalten die entsprechenden Richtlinien.
Die Vermittlung sowie die Registrierung wird von der EGK-Gesundheitskasse übernommen – auch für Interessierte, die nicht bei der EGK-Gesundheitskasse versichert sind.

Informationen

Bei der EGK-Therapeutenstelle erhalten Sie weitere Informationen zu den Therapierichtungen und Verbänden:

EGK-Therapeutenstelle
Postfach 363 - 4501 Solothurn
Tel. 032 623 64 80 - Fax 032 623 36 69
info@therapeutenstelle.ch
www.therapeutenstelle.ch

Homöopathie

Klassische Homöopathie nach S. Hannemann
Homöopathie ist eine arzneiliche Regulationstherapie die von Sammle Hannemann (1755-1843) entdeckt wurde. Ausgangspunkt ist der Mensch als Ganzheit, Individualität und Besonderheit mit ihm bestimmten spezifischen Krankheitszeichen.

In der Homöopathie wird der kranke Mensch als Resultat seiner konstitutionellen Belastung, seiner Lebensgeschichte und seiner physischen und psychischen Umwelteinflüsse angesehen. Hannemann entdeckte, dass sehr viele Substanzen aus der gleichen Umwelt des Menschen, aus allen Bereichen der Natur, aus Krankheitsprodukten und Umwelttoxinen bei der Prüfung am gesunden Menschen Krankheitsbilder hervorriefen. Behandelt man diese Krankheitsbilder mit denselben, aber verdünnten und potenzierten Substanzen, so wurden die Menschen gesund.
Damit war das Grundgesetz der Analogie gefunden. «Similia similibus curentur/curantur! Ähnliches wird mit Ähnlichem geheilt».

Darauf, und auf der Arzneimittelprüfung am Gesunden beruht die homöopathische Heilmethode. Die Homöopathie ist in der Lage, bei richtiger, sorgfältiger und sehr verantwortungsbewusster Anwendung sowohl akute wie chronische Krankheiten hervorragend zu beeinflussen. Sie kann aber nur zur Heilung führen, wenn die Methode sehr exakt angewandt wird und der Patient genügend Lebenskraft besitzt, um «heil» zu werden.

HVS Homöopathie Verband Schweiz
Postfach - 9501 Wil
Tel. 071 911 89 08 - Fax 071 911 89 09
info@hvs.ch - www.hvs.ch

Patricia Spieler
Leimenstrasse 74 - 4051 Basel
Tel. 061 261 30 90
www.praevent-sanum.ch

Homöopathie

Patricia Spieler

Leimenstrasse 74
4051 Basel
Tel. 061 261 30 90
www.praevent-sanum.ch

prævent-sanum

Ihre Gesundheitspraxis
umfasst folgendes Therapieangebot:

- klassische Homöopathie
- Orthomolekularmedizin
- IgG-Lebensmittelunverträglichkeitstests
- Haarmineralanalyse

Krankenkassen anerkannt
(Zusatzversicherung)

Kinesiologie

Die Kinesiologie
Die Kinesiologie versteht sich als eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die von der Einheit von Körper, Geist und Seele ausgeht. Ist dieses Gleichgewicht gestört, können Schmerzen, Krankheiten, Unwohlsein, psychosomatische Störungen und anderes die Folge sein. In einem gesunden Organismus sind der körperliche Bereich (Muskeln, Bänder, Sehnen, Knochen, Gelenke, Organe und Systeme), der Bereich der Ernährung und Verdauung (Nahrungsaufnahme, Hormonhaushalt, biochemische Vorgänge, Ausscheidung) wie auch der emotionale und seelische Bereich (Denken, Fühlen und Emotionen) in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander. Alle 3 Bereiche sind miteinander verbunden und voneinander abhängig.

Das Arbeitsinstrument in der Kinesiologie ist der Muskeltest. Er wird als Biofeedback eingesetzt, um Stress im Menschen aufzuspüren. Der Muskeltest gibt auch Auskunft über die Wahl der Intervention (Aktivierung der verschiedenen Systeme mit Massage, Bewegungen, Übungen, Farben, Emotionen, Ernährung u.v. a. m.). Die Wirkung der Interventionen richtet sich auf das Energie-System des Menschen und damit auch auf die Muskeln, die Haltung und die Bewegung. Die Selbstheilungskräfte des Menschen werden aktiviert. Symptome können verschwinden, Wohlbefinden stellt sich ein. Die Kinesiologie ersetzt in keiner Weise die Schulmedizin. Vielmehr eignet sich die Kinesiologie-Anwendung bei allen Arten von Stress wie z. B. Bewegungseinschränkungen, Schmerzen verschiedenster Art, psychosomatischen Anzeichen, Lernschwierigkeiten, Aufarbeitung von Unfällen jeglicher Art, unangenehmen Verhaltensmustern, Prüfungsvorbereitungen und Begleitung in schwierigen Lebensabschnitten.

IASK Schweiz. Berufsverband für Kinesiologie
Leimenstrasse 13 - 4051 Basel
Tel. 061 971 75 16 - Fax 061 311 74 55
iask@iask.ch - www.iask.ch

SBVK/APSK Schweiz. Berufsverband der Kinesiologinnen und Kinesiologen
Wattstrasse 3 - 8050 Zürich
Tel. 044 310 75 15 - Fax 044 310 75 19
sbvk@kinesiologie-ch.ch
www.kinesiologie-ch.ch

E° Herzig
Pfeffergässlein 3
4051 Basel
Tel. 061 261 06 80
Portrait siehe Seite 121

Naturheilkunde

Der Naturarzt

Der Beruf des natürlich Heilenden baut auf der Erkenntnis auf, dass Körper, Seele, Geist, soziales Umfeld und Umwelt eine Einheit bilden. Durch die Stärkung der sogenannten Lebensenergie versucht der natürlich Heilende, die Widerstands- und Selbstheilungskräfte des Kranken mit relativ unschädlichen, naturgemässen Mitteln anzuregen und zu stabilisieren. Er sieht seine Grenzen dort, wo diese Selbstheilungskräfte zur Heilung oder Linderung einer Krankheit nicht mehr ausreichen. Der natürlich Heilende stützt sich auf die Erfahrungsheilkunde, d.h. auf uralte Überlieferungen der Volksheilkunde östlicher und westlicher Kulturen. «Intuitives» Heilen, z. B. mittels Magnetopathie und Geistheilung, ist dagegen eine Naturbegabung, hierbei werden die Selbstheilungskräfte des Kranken durch direkte psychisch-geistige Energieübertragung angeregt.

In der Schweiz werden natürlich Heilende je nach Gegend als Naturärzte, (Natur)Heilkundige, Volksheilkundige, Laienheiler, (Natur)Heilpraktiker, Guaritori bezeichnet. Offiziell heissen sie im Kanton Appenzell-Ausserrhoden Heilpraktiker, im Kanton Baselland Naturarzt, in den Kantonen Graubünden, Thurgau, Schaffhausen und St.Gallen Naturheilpraktiker.

In mehreren Kantonen hat der natürlich Heilende die offizielle gesetzliche Erlaubnis zur berufsmässigen Ausübung der Heilkunde, ist jedoch nicht als Arzt zugelassen. Er untersteht speziellen gesetzlichen Vorschriften. Im Gegensatz zum Mediziner ist die Ausbildung von natürlich Heilenden in keinem der Zulassungskantone vorgeschrieben, obwohl in mehreren Kantonen für die Zulassung das Bestehen einer kantonalen Prüfung unerlässlich ist.

Definition Naturheilkunde

Den Ausdruck «Komplementär-Medizin» vermeiden wir, weil die natürlichen Heilverfahren nicht einfach nur die Schulmedizin ergänzende Methoden sind. Unter Alternativ-Medizin bzw. Naturheilkunde verstehen wir: Diagnose- und Behandlungs-Methoden, die auf der Erfahrung am Menschen beruhen und den Menschen mit all seinen körperlichen, seelischen, geistigen, sozialen, biologischen und ökologischen Bezügen als GANZES auffassen. Die Naturheilkunde regt die Widerstands- und Selbstheilungskraft des Organismus an und fördert den natürlichen Heilungsverlauf mit naturgemässen Mitteln. Sie behandelt den Menschen individuell und unter Berücksichtigung seiner Konstitution, Disposition und Reaktionsbereitschaft und fördert seine Eigenverantwortung für eine gesunde Lebensweise. Gemäss naturheilkundlichen Vorstellungen stellt die Krankheit einen zweckgerichteten Vorgang dar, der zum Ziel hat, das körperliche und seelische Gleichgewicht wiederherzustellen.

Naturärzte-Vereinigung der Schweiz NVS
9101 Herisau - Postfach
Tel. 071 352 58 80 - Fax 071 352 58 81
nvs@naturaerzte.ch - www.naturaerzte.ch

Küng-Zehnder Ursula - kantonal geprüfte Naturärztin
Chrischonastrasse 43 b - 4058 Basel BS
Tel. 061 313 92 03 - Fax 061 373 92 17
info@gesund-basel.ch - www.gesund-basel.ch

Batliner Holzer Nelly
Bahnhofstrasse 60 - 4132 Muttenz BL
Tel. 061 461 70 50 - Fax 061 461 70 52

Zurbuchen Therese
Kant. gepr. Naturärztin
Eptingerstrasse 32 - 4132 Muttenz BL
Tel. 061 462 22 55 - Fax 061 462 22 55

Baumgartner Isabelle
Naturärztin, Homöopathin
Rathausstrasse 68 - 4410 Liestal BL
Tel. 061 922 02 50

Osteopathie

An wen richtet sich die Osteopathie?

Grundsätzlich an Menschen aller Altersstufen bei funktionellen Störungen, chronischen Schmerzen, nach traumatischen Ereignissen (z. B. Unfällen, Operationen etc.) oder bei Säuglingen und Kleinkindern nach einer schwierigen Geburt; bei Lern-, Konzentrations- oder Schlafstörungen, Migräne usw.

Bei Säuglingen und Kleinkindern liegt das Augenmerk des Osteopathen insbesondere auf dem Kopf- und Nackenbereich. Der Grund: Häufig werden diese Körperpartien auf dem Weg durch den Geburtskanal stark beansprucht und lösen entsprechende körperliche Störungen aus, wie Blähungen, Verstopfungen, Mittelohrentzündungen, Entwicklungsverzögerungen oder asymmetrische Körperhaltungen.

Schweizerischer Verband der Osteopathen SVO
Generalsekretariat
Postfach 1215 - CH-1001 Lausanne
Tel. 021 796 33 30 - Fax 021 796 33 11
sekretariat@svo-fso.ch - www.svo-fso.ch

Praxis für Osteopahtie - Klingler Martina
Henric Petri-Strasse 19 - 4051 Basel BS
Tel. 061 222 21 91

Praxis für Osteopathie - Holz Helge
Dornacherstrasse 192 - 4053 Basel BS
Tel. 061 331 12 34

Rolfing

Rolfing®
Die Biochemikerin Ida Rolf erkannte die überragende Bedeutung der Schwerkraft für die Struktur des Menschen. Sie entwickelte daraus eine Methode («Strukturelle Integration», heute auch «Rolfing» genannt), um die Körperstruktur mit den Erfordernissen der Schwerkraft in Einklang zu bringen.
Rolfing ist eine tiefe, manuelle Bindegewebsarbeit, die eine Schulung von Bewegung und Selbstwahrnehmung verbindet. Der Roller modelliert den Körper, indem er die Faszienschichten mit wohldosiertem Druck gleitfähig macht, so dass alle involvierten Kräfte den Körper ins Lot bringen können. Fehlhaltungen und Verspannungen sowie Stress und Schmerzen werden abgebaut. Klienten fühlen sich auf Dauer wohler und lebendiger. Den Körper in tiefen Schichten neu kennen zu lernen erlaubt oft, auch der Psyche auf einer neuen Ebene zu begegnen.

Rolfing® Verband Schweiz
Sonnhaldenstrasse 59 - 8107 Buchs
Tel. 044 844 22 74 - Fax 044 844 22 73
info@rolfing.ch - www.rolfing.ch

Corti Mirjam
Fürstensteinerstrasse 48 - 4053 Basel BS
Tel. 061 333 03 10

Neil-Raduner Anna
Alemannengasse 88 - 4058 Basel BS
Tel. 061 691 38 02

Adiecha Katharina
Riehentorstrasse 13 - 4058 Basel BS
Tel. 061 681 92 53

Hunziker Marianne
In den Schleifen 3 - 4105 Biel-Benken BL
Tel. 061 721 82 04

von Arx Dieter
Neuweilerstrasse 29 - 4123 Allschwil BL
Tel. 061 482 05 75

TCM

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)
Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist ca. 5.000 Jahre alt und umfasst die Gebiete Akupunktur, chinesische Kräutertherapie, Qi Gong, An-Mo/Tuina-Massage und Ernährung. Alle diese Therapieformen sind gleichwertig und ergänzen sich gegenseitig zu einer ganzheitlichen Medizin.

In der Akupunktur werden so genannte Akupunkturpunkte mit Nadeln gestochen und dadurch die Energiebahnen des Körpers reharmonisiert, allfällige Blockaden gelöst und auf die Funktionen der inneren Organe Einfluss genommen. Auf Akupunkturpunkte kann auch mittels anderer Techniken wie Massagen (An-Mo/Tuina), Wärme (Moxibustion), Licht (Laser) oder Elektromagnetismus eingewirkt werden.
In der Kräutermedizin werden mehrere tausend Stoffe verwendet, vor allem Blüten, Blätter, Früchte, aber auch getrocknete Rinden, Wurzeln usw. Mittels all dieser Stoffe versucht der/die TCM-Arzt/Ärztin oder TherapeutIn auch hier, die körpereigenen Kräfte zu unterstützen und wieder in ein energetisches Gleichgewicht zu bringen.

Schweizerische Berufsorganisation
für Traditionelle Chinesische Medizin (SBO-TCM)
Kähstrasse 8 - 9113 Degersheim
Tel. 071 372 01 11 - Fax 071 372 01 19
sekretariat@sbo-tcm.ch - www.sbo-tcm.ch

MediQi - Das Zentrum für TCM in Basel
Bundesstrasse 1 - 4054 Basel BS
Tel. 061 272 20 20 - Fax 061 272 20 21
basel@mediqi.ch - www.mediqi.ch

Huwyler Pascal
Akupunktur und Pflanzenheilkunde
Hauptstrasse 95 - 4102 Binnigen BL
Tel. 061 423 01 18

Naturarztpraxis TCM - Yildiz Seher
Rheinstrasse 51 - 4410 Liestal BL
Tel. 061 901 96 86

MediQi Zentrum für TCM

Das Zentrum für
Traditionelle Chinesische Medizin in Basel

Josefsklinik
Bundesstrasse 1
4054 Basel
Tel. 061 272 20 20
basel@mediqi.ch

MediQi
BASEL

Im MediQi-Zentrum behandeln zwei chinesische TCM-Ärzte mit Akupunktur, Kräutermedizin, Tui Na-Massage, Moxibustion und Schröpfen.

Basis für die auf jeden Patienten individuell ausgerichtete TCM-Therapie ist die exakte chinesische Diagnosestellung .

Die Exklusivpartnerschaft mit dem Staatsministerium für TCM der Volksrepublik China sichert MediQi den Zugriff auf beste TCM-Ärzte. Die hohe Qualität der Behandlungen wird abgerundet durch die enge Zusammenarbeit mit renommierten Ärzten. In Basel ist das Dr. med. Christina Leimbacher. Unsere chinesischen Ärzte sind EMR-anerkannt. Ihre Leistungen werden mit einer Zusatzversicherung für Komplementärmedizin von den Krankenkassen anteilsmässig übernommen.

Mehr Infos auf
www.mediqi.ch/zentren/basel
oder Gratis-Infoline 0800 80 33 66

Reflexzonentherapie am Fuss-
Schule Hanne Marquardt

Die Originalmethode!
Jede Reflexzone steht mit bestimmten Körperbereichen in energetischer Wechselwirkung.

Die Reflexzonentherapie (RZF) ist eine anerkannte komplementärmedizinische Methode mit langer Tradition.
Sie macht sich die Kraft der harmonisierenden Berührung an den Reflexzonen der Füsse und Hände durch eine feine, gezielte Grifftechnik zunutze. Das Wissen um die verschiedenen Wechselwirkungen im Körper unterstützt den Prozess.

Ziele der Reflexzonentherapie RZF:
- Blockaden lösen
- Schmerzlinderung
- Energiefluss fördern
- Prophylaxebehandlung
- Krankheitsprozesse stoppen
- Selbstheilungskräfte unterstützen
- stressbedingte Spannungen abbauen
- das körpereigene Immunsystem stärken
- hinter den Symptomen die Grunderkrankung erfassen

Die mit Reflexzonentherapie behandelten Menschen erleben ihren Heilungsprozess auf allen Ebenen:
körperlich-seelisch und emotional.

Die Information des Teiles ist im Ganzen – wie auch das Ganze im Teil enthalten ist.

Das Energiebild des Menschen im Fuss
Uraltes Wissen um die Füsse wurde 1930 durch Dr. med. W. Fitzgerald USA in der «Zonentherapie» und 1950 durch E. Ingham in der «Reflexologie» erfasst.

Hanne Marquardt entdeckte 1970 das «Energiebild des sitzenden Menschen» in den Füssen. Sie entwickelte daraus die «Reflexzonentherapie am Fuss», welche seit bald 50 Jahren internationale Anerkennung geniesst.

An wen richtet sich die Reflexzonentherapie?
an Menschen mit
- Infektanfälligkeit
- Schmerzzuständen
- Wechseljahrbeschwerden
- chronischen Erkrankungen
- Heuschnupfen und Allergien
- zur postoperativen Unterstützung
- statisch-muskulären Belastungen
- ernährungsbedingten Erkrankungen
- rund um Schwangerschaft und Geburt
- chronischer Müdigkeit und Erschöpfung
- zur Unterstützung bei zahnärztl. Interventionen

In der Region Basel arbeiten über 100 Therapeuten und Therapeutinnen, die ihre Ausbildung an einer Schule von Hanne Marquardt absolviert haben und die über einen medizinischen Grundberuf verfügen.

Anna Maria Eichmann
Schule für Reflexzonentherapie

Thiersteinerallee 23
4053 Basel
Tel. 061 331 38 33
Fax 061 331 38 34
info@fussreflex-rzf.ch
www.fussreflex-rzf.ch

Schulung für Reflexzonentherapie
und Metamorphose
(die «Homöopatie» der RZF)

- Über 25 Jahre Erfahrung!
- 14 Jahre Mitarbeit bei Hanne Marquardt.
- 1979/80 Assistenz bei Robert St. John
- 10 Jahre Leitung Schule Marquardt Basel
- Individuelles Lernen – kleine Gruppen

Anna Maria Eichmann
med. Masseurin FASRK / EMR

Arlesheimerstrasse 12
4053 Basel

Praxis für
Reflexzonentherapie,
Metamorphose und Beratung

- den Menschen in seiner Ganzheit erkennen
- ihn in seine Mitte bringen und verwurzeln
- Heilprozesse fördern
- Urvertrauen stärken
- Kinderwunsch, Schwangerschaftsbegleitung

Was die Wurzeln für den Baum,
das sind die Füsse für den Menschen!

Adressen

Sortiert nach PLZ

Basel Stadt

Eichkorn Brigitte
Atemtherapie/
Reflexzonentherapie
Austrasse 85
4001 Basel
Tel. 061 301 63 90
beichkorn@vtxmail.ch

Bentz Beatrice
Praxis Reflexzonentherapie
Leimenstrasse 43
4051 Basel BS
Tel. 079 353 95 17

Gantenbein Elisabeth
Praxis Parterre
Leimenstrasse 55
4051 Basel
Tel. 061 322 08 24

Errass Dorothea
Hebamme/Reflexzonentherapie
Praxis
Sternengasse 23
4051 Basel
Tel. 079 668 80 27
Fax 061 281 24 76
dorothea.errass@bluewin.ch

Anna Maria Eichmann
Schule für Reflexzonentherapie
Thiersteinerallee 23
4053 Basel
Tel. 061 331 38 33
Fax 331 38 34
info@fussreflex-rzf.ch
www.fussreflex-rzf.ch

Praxis Ursula Treier
Benkenstrasse 38
4054 Basel BS
Tel. 079 549 82 48

Droux-Hainard Anne-Michèle
Missionsstrasse 38
4055 Basel
Tel. 076 373 47 92
info@fussreflex-basel.ch

Oeri Catherine
Fussreflextherapiepraxis
Clarastrasse 56
4058 Basel
Tel. 061 693 30 49

Lyckegaard Angelika
med. Masseurin FA SRK EMR
Rüchligweg 47
4125 Riehen
Tel. 061 601 13 39

Geburtshaus «rundum»
Sommer B., Buser M.
Wahlenstrasse 70
4242 Laufen
Tel. 061 761 83 64
Tel. 079 506 30 15

Reflexzonentherapie am Fuss VRZF
Schule Hanne Marquardt
Sekretariat VRZF
Monbijoustrasse 35- Postfach 6432
3001 Bern
Tel. 031 380 54 57 Fax 031 381 04 57
info@reflexzonentherapie.ch
www.reflexzonentherapie.ch

So einen natürlichen Haaransatz dürfen Sie erwarten

Haarausfall, schütteres Haar, Glatze?
Wie kann mir geholfen werden?
Für welche Methode bin ich geeignet?
Wie wird sich mein Haarbild entwickeln?

Wo bekomme ich eine Haarverpflanzung oder Kopfhautreduktion (Scalp Reduction) nach neuestem Stand der Technik? Wo bekomme ich einen Haarersatz oder Haarbehandlung nach modernsten Erkenntnissen?

Mit diesen Fragen gelangen die meisten Interessenten an die Firma Mathis Medical Marketing & Management GmbH.

Erika A. Mathis, Geschäftsführerin der MMM&M, ist auf Grund ihrer über 23-jährigen Erfahrung, Ihre kompetente und persönliche Ansprechpartnerin. Als Interessent profitieren Sie von einer umfangreichen, seriösen Beratung.

Nach einer Bedürfnisabklärung, wird eine schriftliche Richtofferte abgegeben.

Eine erfolgreiche Haartransplantation beginnt bei der richtigen Beurteilung der Haarqualität, Haarstruktur, Haardichte und Haarfarbe. Dies ist eine entscheidende Voraussetzung für ein natürlich aussehendes Resultat.

Durch die korrekte und einfühlsame Beratung und Nachbetreuung, erreicht der Interessent ein hohes Mass an Zufriedenheit.

Absolute Diskretion ist bei uns Ehrensache.

MMM&M
Mathis Medical Marketing
& Management GmbH
Lohrihof 11 - CH-6404 Greppen
Tel. 041 377 50 00
info@medical-marketing.ch
www.medical-marketing.ch

citymed

Informieren Sie sich über weitere Therapieangebote bei www.citymed.ch

Akupunkt-Massage
Akupunktur
Alexander Technik
Aquatische Körperarbeit
Asiatische Körper- und Energiearbeit
Atemtherapie und Atempädagogik
Atlaslogie
Autogenes Training
Ayurveda
Bewegungs- und Tanztherapie
Bewegungstherapie
Biodynamik
Bioresonanztherapie
Colon-Hydro Therapie
Craniosacral Suisse
Energetische Therapie
Eugemed Therapie
Eutonie Gerda Alexander
Feldenkrais
Fussreflexzonen Therapie
Homöopathie
Imaginative Bewegungspädagogik
Integrale Atem- und Bewegungsschulung
Kinesiologie
Kunsttherapie
Körperpsychotherapie
Lightbody-Qi® Methode
Magen- und Darmkrankheiten
Massage Gesundheit und Sport
Naturheilkunde
Organisch-Rhythmische Bewegungsbildung
Ozontherapie
Polarity
Rolfing
Shiatsu
Traditionelle Chinesische Medizin
Trager
Wirbelsäulentherapie

NLP eine kurze Begriffserklärung

Denk Dich nach vorn

Neurolinguistisches Programmieren ist eine relativ junge Wissenschaft, die mehrere Wissensgebiete vereint: aus den medizinischen Arbeitsgebieten Physiologie und Neurologie mit Sprachwissenschaft und Psychologie.
Die Basis der Ausbildung wird mit dem Diplom des «Practitioner» lizensiert, der nächst höhere Grad erhält nach erfolgter, bestandener Prüfung das «Master-Diplom». Die Neurolinguistik arbeitet damit, wie Sprache im menschlichen Gehirn repräsentiert und verarbeitet wird – und kann es auf sehr gute Art für therapeutische Zwecke nutzbar machen.

NLP beschreibt die Prozesse, wie Menschen

- sich selbst und ihre Umwelt wahrnehmen
- diese Informationen auf ihre eigene Weise verarbeiten
- auf dieser Grundlage handeln
- entsprechend miteinander kommunizieren
- lernen und sich verändern.

Geist, seelisches Erleben und Körper hängen eng zusammen und beeinflussen sich gegenseitig. Fast jeder kennt aus eigenem Erleben, wie kraftvoll und beflügelt man sich fühlt, wenn man glücklich ist…
In einer NLP-Sitzung kann ein Patient seine Situation, seine Gefühle und anderes, das er/sie als belastend erlebt, verändern.
Mit dieser Therapie-Form kann er sich in kurzer Zeit bewusst machen, wie er denkt, seine Gefühle bewertet, sich selbst und sein Umfeld erlebt und das Leben im allgemeinen…
Mit präziser Informationsverarbeitung macht NLP bewusst, mit welchen Faktoren und Gedankenmustern wir unser Erleben selbst erschaffen – und nützt dies nun, um Wohlbefinden, Erfolg, persönliche Entfaltung wie auch Gesundheit zu verbessern oder herzustellen.
Weiterhin flexibel Lernprozesse zu integrieren, hilft, im Lebensfluss leicht und freudvoll mitzuschwimmen.

NLP erfragt und verstärkt die persönlichen Fähigkeiten und Ressourcen, um damit neue Wahlmöglichkeiten und veränderte Entscheidungswege zu ermöglichen. Ein bewusster Zugang zu mehreren Handlungsmöglichkeiten macht uns so frei, dass wir Entscheidungen treffen können, mit denen wir auch zufrieden sind. Wohlbefinden und Stärke stellen sich ein, und meist eine wunderbare Erleichterung und verbesserte Gesundheit.

In der Physiotherapie kann man z. B. einem Patienten oft durch gezielte Fragen aus dem NLP zu spannenden und überraschenden Problemlösungen verhelfen.
Oder eine Strategie, ein neuen Verhaltensmuster anbieten, die die Patientin bisher nicht ausprobiert hat und nun bestens weiterhilft. Denn auch das «Metamodell der Sprache» – ein wichtiger Bestandteil aus der Neurolinguistik – zeigt einer Therapeutin recht rasch mögliche Problemursachen, und gibt gleichzeitig die Lösung an.
Die Verbindung mit anderen Therapie-Formen wie Physiotherapie, Ergotherapie, Kinesiologie und anderen ist hilfreich, hat man doch mit umfassenderem Wissen auch einen leichteren Zugang zum komplexen Wesen eines Menschen und kann krankmachende Gedanken- und Verhaltensmuster in gesunde umwandeln.

NLP – Therapeuten sprechen mit den verschiedenen Menschen auf deren individueller Ebene, sei es nun ein visueller, auditiver oder kinästhetischer Zugang. Somit fühlt sich der Klient bzw. eine Patientin angenommen und verstanden, es entsteht eine gute Basis, die Vertrauen schafft und die Zusammenarbeit fördert.
Praxisnah und sofort anwendbar lassen sich gezielt die eigenen Kräfte aktivieren, und es macht Freude, sein eigenes Potenzial zu erweitern und seine Gesundung selbstverantwortlich und bewusst in die Hände zu nehmen.

E° Herzig, NLP master and practitioner, Basel

NLP

Neurolinguistisches Programmieren

Eº Herzig
Pfeffergässlein 3
4051 Basel
Tel. 061 261 06 80

NLP master and practicioner
Dipl. seit 1993

Physiotherapie

Eº Herzig
Schützenmattstrasse 52
4051 Basel
Tel. 061 272 72 75

Dipl. Physiotherapeutin SPV
Dipl. seit 1972

Kinesiologie

Eº Herzig
Pfeffergässlein 3
4051 Basel
Tel. 061 261 06 80

Ausbildung im Institut für
Kinesiologie, Zürich, seit 1990

Individuelle Behandlung in ruhiger und gepflegter Atmosphäre

- Besprechung und Analyse des Problems
- Zielfindung, positiv formuliert
- Stärkung eigener Fähigkeiten und Ressourcen
- Entwicklung von kompetenten Strategien zur Gesundung oder Verbesserung
- Behebung von Störungen und Blockaden
- Verbesserung des Selbstwertgefühls
- Test des angestrebten Ziels
- Stärkung des eigenen Selbstvertrauens

- Bewegungstherapie
- Trainingstherapie
- Skoliose-Therapie nach Schroth
- Manuelle Therapie Extremitäten und Wirbelsäule
- Bobath für Hemiplegien
- Schwangerschaftsvorbereitung
- Massage
- Wärme/Kälte-Anwendungen
- Ultraschall
- Elektrotherapie

- alle inneren Organe
- Stressabbau
- Austesten von Medikamenten, Allergien oder Störfaktoren
- Bearbeitung von Problemen, mit dem Ziel: Gesundheit wiederherstellen oder verbessern
- Lernfähigkeiten verbessern

- Touch for health
- Brain-gym 1 und 2
- EDU-K
- Kinesiologie im Sport
- Three in one
- Vision circles
- Under the code
- Louder than words
- Tools of the trade

Schlank werden. Schlank sein. Schlank bleiben.

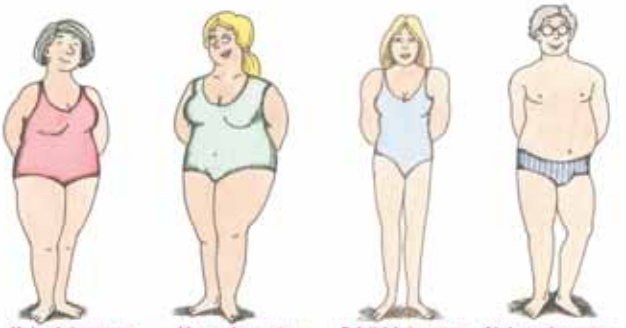
Essen ist mehr als nur satt werden

Nahrung war vermutlich Ihre erste gute Erfahrung im Leben. Essen ist Genuss und gibt Befriedigung. Essen ist ein Stück Kultur, eine tägliche Freude, ein geselliges Ereignis. Warum sollten Sie darauf verzichten? Jede Gewichtsreduktion, die langfristig Erfolg haben soll, basiert auf dem „Lustprinzip" und nicht dagegen.
Ihr neues Motto heisst deshalb:

Nicht weniger,
sondern anders essen!

Seit 15 Jahren eine Erfolgsgeschichte

Anita Bürgisser, Basel
Gesundheitsberaterin und dipl. Vitalstofftherapeutin
Ich freue mich auf Ihren Anruf



Ihr persönliches Ernährungsprofil

Jeder Mensch ist einzigartig. Das heisst, nicht nur Aussehen, Körperbau und Charakter sind individuell sondern auch der Stoffwechsel. Nicht alle brauchen von allen Nährstoffen gleich viel und darum hat auch nicht jeder die gleichen Dickmacher. Was für die einen gut ist, kann für andere gewichtsmässig und gesundheitlich fatal sein.

ParaMediForm
Institut für Gesundheit und Wohlbefinden
ParaMediForm Basel · Miracolo AG · Anita Bürgisser
Wallstrasse 11 · 4051 Basel · **Telefon 061 271 46 15** · basel@paramediform.ch

Gesunde Ernährung kann Sie krank machen!

Milch ist ein gesundes Lebensmittel - aber nicht für jeden. Brot, Erdnüsse oder Tomaten auch. Viele Menschen vertragen gewisse Lebensmittel nicht.

Die gesundheitlichen Störungen reichen von Migräne bis chronische Müdigkeit, von Gelenkschmerzen bis zu Hauterkrankungen und starkem Übergewicht.

Mit der ImuPro 300 Blutanalyse testen wir 264 Lebensmittel auf ihre Unverträglichkeit und stellen Ihnen einen Ernährungsplan auf. Lassen Sie sich testen, vereinbaren Sie einen Termin oder verlangen Sie weitere Unterlagen.

Miracolo AG · Wallstrasse 11
4051 Basel · Tel. 061 271 46 15

Gesundheit

Schönheit

Wohlbefinden

Gesundheitsberatung

Frau Tonie B. Oester – Naturpraktikerin NVS, Fitness-Bewegungstrainerin – auf der Vibrogym Platte

Trainingsraum

Jadewellliege

Der ganzheitliche Weg zu Fitness, Vitalität und Wohlfühlgewicht. Hier finden Sie die bewährten Methoden zur Erhaltung Ihrer Gesundheit!

In den lichtdurchfluteten Räumen an der Freie Strasse 52 fühlen sich Frauen jeden Alters wohl.
Unter fachkundiger Anleitung trainieren Sie 1 - 3 Mal pro Woche dreissig Minuten im **Zirkeltraining** an **Technogym Geräten**, die speziell für Frauen entwickelt wurden.

Das **Vibrations Training** auf der Vibrogym Platte verbessert die Figur und bringt Energie und Wohlbefinden. Die Benützung der Platte ist selbstverständlich im Abo Preis inbegriffen.

Mit Freude dabei:
Frau Tonie B. Oester begleitet und berät Sie in ihrer Funktion als Naturpraktikerin NVS und Fitness- Bewegungstrainerin.

Die **Jadewellliege**, eine erholsame Rückenmassage mit warmen Jadesteinen ist eine Wohltat für verspannte Muskeln und gestresste Menschen.

Entgiften und Entschlacken mit dem erweiterten **Toxoff Konzept**. Hydrogalvanische Fussbäder unterstützen die körpereigene Entschlackung und helfen dem Körper, überflüssige Pfunde abzugeben.

Ganzheitliche Beratung und Anwendungen helfen dem Körper, wieder ins Gleichgewicht zu finden.

Bedarfsorientierte Ernährungsberatung, **Rückenarbeit** nach Dr. Graulich, **Cosmo Art Farbtherapie**, **Ganzkörper Heilerdewickel** nach Carla Billingy zum Straffen der Haut. **Austesten von Belastungen** nach PraNeoHom (Neue Homöopathie nach Körbler). Beachten Sie auch das interessante Kursangebot.

Gesundheitspraxis Oester
T. B. Oester, Naturpraktikerin NVS,
Freie Strasse 52
4001 Basel
Tel. 061 482 18 60
info@toxoff.ch
www.toxoff.ch
www.allyance-konzept.ch