



Hochgebirgsklinik Davos

Pneumologie • Dermatologie • Allergologie • Sozialmedizin • Pädiatrie

aktuell
1.600 m.ü.M.



Patienteninformation

Ein Service der Hochgebirgsklinik Davos
Partner im Europäischen Allergie und
Asthma Zentrum Davos (EACD)

1/2011
10. Jahrgang



■ Impressum

Herausgeber:

Hochgebirgsklinik Davos
CH-7265 Davos
Tel.: 00 41 (0) 81 417 44 44
Fax: 00 41 (0) 81 417 30 30
www.hochgebirgsklinik.ch

Service Nummer in Deutschland:

Tel.: 01 80/1 46 36 44 (Ortstarif)

Schriftleitung:

Michael Ohnmacht (Geschäftsführer)

Redaktion und Gestaltung:

Media Concept GmbH (GPRA)
D-47179 Duisburg
www.mediaconcept.de

ISSN 1660-2722

Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----------|
| Editorial | Seite 3 |
| „Sommercamp“ für junge Erwachsene | Seite 4 |
| Neuer Co-Chefarzt der Klinik für Dermatologie / Allergologie | Seite 6 |
| Das <i>schmeckt</i> mir! | Seite 7 |
| Landleben schützt vor Neurodermitis | Seite 8 |
| Berufswahl bei Allergien der Atemwege und der Haut | Seite 10 |
| <i>ahal</i> camp | Seite 12 |



Michael Ohnmacht

Editorial

*Sehr verehrte Patientin,
sehr geehrter Patient,
liebe Leserin, lieber Leser,*

Allergien der Atemwege und der Haut können mit Fug und Recht als Volkskrankheiten bezeichnet werden. Besonders häufig betroffen sind Kinder; fast jedes dritte Kind ist bereits erkrankt oder gehört zur Risikogruppe. Die Erkrankung hat entscheidenden Einfluss auf das alltägliche Leben und auf wichtige Entscheidungen, wie z. B. die Berufswahl. Eine frühzeitige Beratung auf allen Ebenen ist daher unerlässlich. Die Ursachen von Allergien sind komplex und können daher nicht genau bestimmt werden. Bekannt ist aber, dass Kinder seltener betroffen sind, die auf dem Land aufwachsen oder deren Mütter während der Schwangerschaft auf einem Bauernhof lebten. Dies konnte nun auch für Neurodermitis bestätigt werden. Patienten, die erkrankt sind, erhalten bei uns an der HGK eine erstklassige Behandlung. Junge Erwachsene etwa haben im Sommer die Möglichkeit, an einer 3- bis 4-wöchigen ärztlich geleiteten Akut- und Rehabilitationsmaßnahme unserer Allergieklinik teilzunehmen. Während dieses Sommercamps stehen die individuellen Bedürfnisse des Patienten im Vordergrund. Betreut werden alle unsere Patienten von hervorragendem Personal, u. a. vom neuen Co-Chefarzt unserer Klinik für Dermatologie / Allergologie, Dr. med. Matthias Möhrenschrager. Auf Seite 6 lernen Sie ihn genauer kennen. Ich wünsche Ihnen eine unterhaltsame und interessante Lektüre dieser Ausgabe der Hochgebirgsklinik Davos aktuell. Mit den besten Grüßen aus Davos

Michael Ohnmacht, Geschäftsführer
Hochgebirgsklinik Davos

„Sommercamp“ für junge Erwachsene

Beschwerdefrei im Hochgebirge

Davos ist mit 1.600 Metern über dem Meeresspiegel die höchstgelegene Stadt in Europa. Das Klima in Davos ist ideal für Patienten mit Allergien, Atemwegs- und Hauterkrankungen. Die allergenarme Luft und ein höherer Anteil an UVB im Sonnenlicht bewirken eine schnelle Besserung der Krankheitssymptome. Junge Erwachsene zwischen 18 und 25 Jahren können dieses besondere Klima von Mitte Juli bis Mitte September während einer ärztlich geleiteten Akut- und Rehabilitationsmaßnahme genießen. Bei diesem Angebot der Hochgebirgsklinik Davos stehen die individuellen Bedürfnisse des Patienten im Vordergrund.

Sommercamp

Die jungen Erwachsenen verbringen 3-4 Wochen im Sommercamp der Hochgebirgsklinik Davos. Das Angebot richtet sich an Patienten mit Allergien, Atemwegs-, Haut- und Augenerkrankungen. Die klimatischen Bedingungen tragen zu einem positiven Verlauf der Therapie bei. Die Luft ist besonders trocken, rein, allergen- und keimarm. Einige Allergene, wie z.B. Hausstaubmilben, kommen überhaupt nicht vor. Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitung dieses Projektes belegen, dass die jungen Rehabilitanden zum Entlassungszeitpunkt deutlich weniger Symptome und Krankheitsfolgen aufweisen. Basis hierfür ist die kompetente medizinische Betreuung.

Individuelle Therapie

Die Teilnehmer verbringen ihren Aufenthalt in festen Gruppen. Jeder Patient erhält eine individuelle Basisdiagnostik, auf welche die Therapie abgestimmt wird. Hochwertige Medizin, altersadäquate Strukturen und Prozesse sowie die Nutzung der multiprofessionellen Fachkompetenz sollen dabei zu einem guten und

stabilen Ergebnis führen. Das Angebot beinhaltet physikalische Therapiemaßnahmen, wie Sport- und Bewegungstherapie, Physiotherapie, Kneipp-Maßnahmen und Inhalationen. Da eine chronische Erkrankung neben den körperlichen Beschwerden auch eine psychische Belastung bedeutet, bietet die Hochgebirgsklinik Davos auch psychosoziale Therapiemaßnahmen an. In Patientenschulungen, Reha- und Sozialberatungen wird den Teilnehmern ein bewusster und gelassener Umgang mit ihrer Erkrankung vermittelt.

Freizeit- und Kreativangebot

Neben der ärztlichen Diagnostik, Therapie und Schulung beinhaltet das Programm Erlebnissport und Gruppenaktivitäten. Durch das Erlernen verschiedener Sportarten bekommen die Teilnehmer die Möglichkeit, eine für sie geeignete und mit der Erkrankung vereinbare Sport- und Betätigungsart zu finden. Darüber hinaus sind sportliche Aktivitäten ideal, um positive Erfah-



rungen, Freude und Zufriedenheit aufzubauen und gleichzeitig Ängste, Ärger und Skepsis abzubauen. Auf dem Sportprogramm stehen Walking oder Jogging, Mountainbiketouren, Schwimmen, Badminton und Volleyball. Entspannend wirken autogenes Training oder ein Aufenthalt in der Sauna, wo sich die Teilnehmer auf sich selbst besinnen und sich von den Sorgen und Anforderungen der Erkrankung lösen können.

Anmeldungen

über das Servicetelefon **0180 146 36 44** (innerhalb Deutschlands zum Ortstarif). Weitere Informationen erhalten Sie auf der Internetseite www.hgk.ch.

Neuer Co-Chefarzt der Klinik für Dermatologie / Allergologie



Die Klinik für Dermatologie / Allergologie an der Hochgebirgsklinik Davos hat zum 1. April einen neuen Co-Chefarzt bekommen. Dr. med. Matthias Möhrenschlager übernimmt die Position von Dr. Claudia Steiner, die sich in Zukunft einer neuen Aufgabe widmet.

Dr. Möhrenschlager ist Facharzt für Dermatologie und Venerologie. Er arbeitete jahrelang an der Klinik

und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie „Am Biederstein“ der Technischen Universität in München. Im Januar 2009 begann er seine Arbeit als Leitender Abteilungsarzt Dermatologie an der Hochgebirgsklinik Davos.

Zu den Schwerpunkten von Dr. Möhrenschlager zählt die Abklärung von Allergien, die Diagnostik und Therapie von durch Bakterien, Pilze und Viren verursachten Erkrankungen der Haut sowie die Erkennung und Behandlung von bösartigen Hautveränderungen sowie deren Vorstufen. Hierzu stehen ihm an der Hochgebirgsklinik Davos modernste Möglichkeiten der Diagnostik (wie Halogen-Dermatoskop) und Therapie (wie UVA, UVB, Bade-PUVA) sowie ein großzügig eingerichteter Eingriffsraum zur Verfügung. Die Klinik für Dermatologie / Allergologie ist außerdem mit einem hauseigenen Blutlabor ausgestattet, in dem Untersuchungen zur Klärung allergologischer Fragestellungen durchgeführt werden können.

Das schmeckt mir!

Eine Nahrungsmittelallergie kann den Alltag entscheidend beeinträchtigen. Spontane Naschereien oder auch ein schnelles Gericht aus dem, was gerade da ist, sind kaum möglich. Bereits geringe Mengen der Allergie auslösenden Stoffe können Ausschlag, Juckreiz oder sogar Atemnot verursachen. Nahrungsmittelallergiker müssen daher sehr genau darauf achten, was sie essen. Mangels Alternativen bleibt häufig nur der komplette Verzicht. Betroffen sind insbesondere auch Kinder, die den Ernst ihrer Erkrankung oft noch gar nicht begreifen und denen es besonders schwer fällt, Leckereien links liegen zu lassen. Helfen kann das von der Hochgebirgsklinik Davos herausgegebene Kochbuch



„Nahrungsmittelallergien – Kochbuch für Familie & Betroffene“. Es ist speziell für Lebensmittelallergiker entwickelt worden und besonders auf die Bedürfnisse von

Kindern ausgerichtet, die im Hinblick auf ihre Entwicklung auf eine ausreichende Zufuhr von Nährstoffen angewiesen sind. Das Kochbuch ist eine Bereicherung für die ganze Familie. Alle Rezepte sind für vier Personen konzipiert und schmecken bestimmt auch Nichtallergikern. Die Handhabung des Kochbuchs ist denkbar einfach: Bunte Symbole zeigen an, für welche Allergieart das jeweilige Gericht geeignet ist. Der Schwierigkeitsgrad der Zubereitung ist mit einer bestimmten Anzahl von Sternchen markiert. So sehen Sie auf einen Blick, welche Rezepte für Sie praktikabel sind. Von Brotaufstrichen über Fingerfood, Vor-, Haupt- und Süßspeisen bis hin zu Gebäck finden sich in „Nahrungsmittelallergien – Kochbuch für Familie & Betroffene“ über 70 Rezepte, die einfach nachzukochen und vor allem schmackhaft sind.

✉ **Bestellt werden kann das Kochbuch für 19,50 € beim:**
Service Hochgebirgsklinik Davos, Friedrich-Ebert-Straße 51,
D-47179 Duisburg.

Landleben schützt vor Neurodermitis

Neurodermitis zählt zu den häufigsten Hauterkrankungen im Kindesalter, bis zu 20 Prozent der Kinder in industrialisierten Ländern sind davon betroffen. Meistens bricht die Krankheit schon im Säuglingsalter aus. Neurodermitis ist eine chronische und schmerzhaft entzündete Haut, die Betroffenen leidet unter einem roten, schuppigen Hautausschlag, der stark juckt. Häufig reißt die Haut auf, die Wunden nässen und schmerzen stark, ein großer Leidensdruck für die kleinen Patienten. Die genaue Ursache ist nicht bekannt, denn Neurodermitis ist eine allergische Krankheit, und die Ursachen aller allergischen Krankheiten sind komplex. Für andere Allergien konnte bereits gezeigt werden, dass sie weniger häufig auftreten, wenn Kinder auf einem Bauernhof aufwachsen oder wenn ihre Mütter während



der Schwangerschaft auf einem Bauernhof lebten. Für Neurodermitis konnte dies bisher allerdings noch nicht nachgewiesen werden.

Eine Studie, an der die Forschungsgruppe von PD Dr. Roger Lauener (Hochgebirgsklinik Davos) beteiligt war, zeigt nun, dass das Leben auf dem Land auch Neurodermitis verhindern kann. Bei Kindern von Müttern, die während ihrer Schwangerschaft mit

Nutztieren, wie Pferden, Kühen, Schweinen und Geflügel zusammen lebten, war das Risiko geringer, in den ersten beiden Lebensjahren an einer Neurodermitis zu erkranken. Je mehr Kontakt die Mütter zu verschiedenen Tierarten hatten, umso geringer war das Risiko für das Kind. Der Umgang mit mehr als drei Tierarten reduzierte das Risiko um die Hälfte, verglichen mit Müttern ohne Tierkontakt, und jede zusätzliche Tierart senkte das Risiko um weitere 20 Prozent. Auch der Kontakt mit Katzen hatte positiven Einfluss auf die Entwicklung einer Neurodermitis. Da es sich bei Neurodermitis um eine sehr belastende Krankheit handelt, die zudem weit verbreitet ist, sind diese Ergebnisse von großer Bedeutung. Für die Studie wurden 1.063 Kinder in ländlichen Gegenden aus fünf europäischen Ländern (Österreich, Finnland, Frankreich, Deutschland, Schweiz) untersucht. Davon stammten 508 Kinder aus Bauernfamilien.

AUF NACH DAVOS!

Davoser Gesundheitswochen

Die Kombination aus hervorragender medizinischer Betreuung und idealen klimatischen Bedingungen machen einen Aufenthalt an der Hochgebirgsklinik Davos zum Erfolg. Genießen Sie erholsame Tage in der klaren, sauberen Luft und unserem einzigartigen allergenarmen Umfeld. **Unser Angebot für Sie noch bis zum 11.06.2011:** 7 Übernachtungen mit Vollpension in komfortablen Zimmern in unserem modernen und attraktiven Gästehaus: 579,- EUR pro Person zzgl. Kurtaxe. Möglichkeiten zur Teilnahme an: Nordic Walking oder Skilanglauf, Stretching, Power-, Soft- und Osteoporosegymnastik.

- ▶ **1 x Entspannungsbad**
- ▶ **2 x Massage**
- ▶ **Nutzung unseres Trainingszentrums**
- ▶ **Nutzung der Kneippischen Anlage**
- ▶ **Nutzung von Hallenbad und Sauna**

Berufswahl bei Allergien der Atemwege und der Haut

Allergien der Atemwege und der Haut haben heute vor allem in der Kinder- und Jugendmedizin einen hohen Stellenwert. Nahezu jedes dritte Kind ist inzwischen manifest erkrankt oder potentiell hochgefährdet. Asthma bronchiale ist die häufigste und wichtigste chronische Erkrankung des Kindes- und Jugendalters – nicht minder bedeutsam für die Beeinflussung des persönlichen, schulischen und beruflichen Lebensweges sind die Erkrankungen der Haut mit frühkindlichem Ekzem und späterer Neurodermitis. Neben einer genetischen Veranlagung prägen Umwelteinflüsse bereits in den ersten Jahren Entstehung und Verlauf der Erkrankung. Daher sind Früherkennung und Frühdiagnostik bereits im Kindesalter von entscheidender Bedeutung. In der Phase des Schul- sowie des Jugendalters können sich vorzeitige Diagnostik und Vorbeugung als höchst effizient erweisen, um eine Verschlechterung der Erkrankung zu verhindern und somit irreparable Schädigungen der Atemwege und der Haut mit nachhaltiger Einschränkung der späteren Lebensqualität sowie vor allem der schulischen und beruflichen Qualifikationsmöglichkeiten zu vermeiden.

Im Jugendalter nehmen Gefährdungen jugendlicher Patienten durch eine fehlerhafte Selbsteinschätzung und den nachlässigen Umgang mit der Erkrankung wieder deutlich zu. Gerade in diesem Alter ist es wichtig, dass die Jugendlichen im Hinblick auf tiefgreifende körperliche, verhaltenspsychologische und soziale Veränderungen die Ursachen und Auslöser ihrer Krankheit kennen und einsehen, dass therapeutische – vor allem jedoch auch vorbeugende – Maßnahmen zwingend nötig sind.

Asthma etwa muss regelmäßig, auch medikamentös behandelt werden. Daher ist es umso bedenklicher, dass immer weniger Jugendliche in regelmäßiger medizinischer Betreuung sind – die Arztkontakte beschränken sich meist auf gelegentliche Besuche

bei akuten Krisen. Da sich gerade im Jugend- und frühen Erwachsenenalter zwischen 12 und 25 Jahren wesentliche Anteile im Selbstmanagement einer chronischen Erkrankung entwickeln, muss eine sinnvolle Unterstützung der Jugendlichen spezielle individuelle Aspekte von Krankheitsverlauf, Sensibilisierungsmuster, persönlichen, intellektuellen und sozialen Fähigkeiten sowie familiärem Umfeld berücksichtigen.

Während bei gesunden Jugendlichen persönliche Eignung und Interesse bei der Berufswahl an erster Stelle stehen, müssen Asthmatiker und Allergiker stets auch ihre Erkrankung und die damit einhergehenden krankheits- und therapiebedingten Einschränkungen berücksichtigen, Sie müssen ein Berufsfeld finden, das zu ihren krankheitsbedingten individuellen Schwächen passt.

Wir an der HGK möchten Betroffenen dabei helfen. Wir halten die rechtzeitige, d.h. frühzeitige ärztliche allergologische, pneumologische und dermatologische Abklärung sowie in Zusammenarbeit mit Ämtern und Behörden berufliche Beratung nicht nur für eine besonders anspruchsvolle, sondern auch für eine dankbare ärztliche Aufgabe. Der Erfolg oder Misserfolg einer solchen Beratung entscheidet nicht selten über berufliche Qualifizierung, Selbstfindung, Karriere und schließlich berufliche Lebenszufriedenheit. Daher tun wir unser Bestes, damit sie zum Erfolg führt.

Die weiterhin hohe Anzahl jährlicher Berufserkrankungen und damit notwendiger Berufswechsel bedeutet in allen Fällen eine häufig schwierige, nicht selten deprimierende Neuorientierung, welche durchaus mit erheblichen persönlichen und finanziellen Problemen verbunden sein kann und dringend vermieden werden sollte. Die heute anerkannte Häufigkeit von 9 bis 15 % der Asthmaerkrankungen bei Erwachsenen mit beruflichen Ursachen sollte dringende Aufforderung sein, einem möglichst großen Teil der Betroffenen einen vermeidbaren Leidensweg durch frühzeitige Abklärung und Beratung zu ersparen.

Sprechen Sie uns bitte an:

Hochgebirgsklinik Davos
CH-7265 Davos
Tel.: 00 41 (0) 81 417 44 44
Fax: 00 41 (0) 81 417 30 30



www.hochgebirgsklinik.ch

The logo for 'aha!camps' features the word 'aha!' in orange and 'camps' in blue, with a stylized blue exclamation mark above the 'a' in 'aha!'.

► **SOMMER- UND HERBSTCAMPS 2011 IN KLOSTERS**

Jedes Camp steht unter einem besonderen Motto. Sie bieten, was spannende und unbeschwerte Camps auszeichnen: Sport, Spiel, Abenteuer und neue Freundschaften. Erfahrene Leiter-teams helfen Dir im Umgang mit gesundheitsbedingten Einschränkungen im Bereich Allergien, Neurodermitis und Asthma. Bist Du zwischen 8 und 13 Jahre alt, und möchtest Du eine spannende Ferienwoche in Klosters (Graubünden/Schweiz) verbringen? Dann melde Dich heute noch an!

• **Sommerncamp vom 14. bis 20. August 2011**

• **Herbstcamp vom 2. bis 8. Oktober 2011**

Weitere Informationen und Anmeldung:

<http://www.ahaswiss.ch/dienstleistungen/ahakinderlager/daten-anmeldung>

► **aha!jugendcamp**

JETZT SCHON VORMERKEN

4. bis 11. Februar 2012

Skifahren, Boarden oder auf die Loipe? Sport und Fitness, einzigartige Bergwelt, fachkundige Betreuung, Unterkunft im Gästehaus der Hochgebirgsklinik (HGK): Das *aha!jugendcamp* vom 4.-11.02.2012 für allergiebetreffene Jugendliche zwischen 13 und 16 bietet, neben dem Faktor Fun, Unterstützung im Umgang mit allergiebedingten, gesundheitlichen Einschränkungen. Ein Angebot des Schweizerischen Zentrums für Allergie, Haut und Asthma (aha!), der HGK und CK-CARE.

Infos und Anmeldung unter Tel. 0041 31 359 90 00 oder unter www.ahaswiss.ch.

*Der Förderverein zur Unterstützung der Stiftung Deutsche Hochgebirgsklinik ermöglicht es Eltern, deren finanzielle Mittel begrenzt sind, die Behandlung und den Aufenthalt ihrer kranken Kinder in der Hochgebirgsklinik zu realisieren. **Spendenbeiträge** überweisen Sie bitte auf das Konto 2519795 bei der Baden-Württembergischen Bank (BLZ 600 501 01) mit dem Vermerk „Spende 2011“.*