

medi post

Ich fühl mich besser. Informationen für Ihre Gesundheit

Ausgabe 1 – Frühling / Sommer 2016

Zum Mitnehmen!



Diagnose Ulcus cruris – das offene Bein

Das neue medi Therapiekonzept –
damit Wunden heilen können

Beweglicher und fitter in Alltag und Beruf

Bandagen und Orthesen von
medi stärken den Rücken

medi geht in die Verlängerung

Engagement beim Basketball
Bundesligisten medi bayreuth



Miriam Schmitt
Leitung Unternehmens-
kommunikation Medical

Liebe medi post Leserinnen und Leser,

wie die Zeit vergeht – feiern Sie mit uns zehn Jahre medi post! 2006 sind wir mit 2.000 Lesern gestartet, jetzt hat die medi post eine Auflage von 64.000 Exemplaren. Zum Geburtstag gibt es ein „sanftes Facelifting“, damit sowohl der Inhalt als auch das Design aktuell, modern und kompakt einen Mehrwert für Ihre Gesundheit bieten.

Diese Ausgabe informiert Sie über das neue medi Wundkonzept circaid juxtacures, das vielen

Menschen mit Ulcus cruris – dem offenen Bein – wieder ganz neue Perspektiven in ihrer Lebensqualität eröffnet. Ich bedanke mich herzlich bei Ihnen für Ihre Treue und freue mich auf viele weitere Ausgaben. Viel Spaß beim Lesen!

Ihre Miriam Schmitt

medi macht weiter

Basketball-Club und Hauptsponsor medi feiern Vertragsverlängerung

Basketball reißt mit! Die Spieler sind die besten Markenbotschafter und testen unsere Produkte unter Extrembedingungen. Dazu zählen die Strümpfe mit Kompression, Bandagen und Schuheinlagen. medi geht in die Verlängerung und bleibt zwei weitere Jahre Haupt- und Namenssponsor des Basketball Bundesligisten medi bayreuth.



Der Sport ist schnell, dynamisch, leidenschaftlich und ehrgeizig – damit identifiziert sich der ambitionierte Sponsor medi. Seit 2013 wurden gemeinsam mit dem Verein erfolgreiche Strukturen und Konzepte geschaffen, die in der Zukunft ausgebaut werden. Dazu zählt auch das H.O.T. Konzept „Heroes Of Tomorrow“, das jungen Spielern mit viel Potenzial Chancen bietet und sie fördert. medi erwartet von den Spielern natürlich vollen Einsatz für die Fans und für den Verein. Viele Menschen identifizieren sich leidenschaftlich mit dem Sport – auch viele medi Mitarbeiter sind Fans geworden! „medi und medi bayreuth gehören zusammen“, freuen sich auch die Spieler über die Vertragsverlängerung des Hauptsponsors.

Surftipp

www.medi-corporate.com
(Unternehmen / Sponsoring)

www.medi-bayreuth.de

Gewinnspiel

Wer ist Ihr Lieblingsspieler der medi bayreuth Basketballer?

Bitte schreiben Sie uns eine Postkarte oder E-Mail mit dem Stichwort „medi bayreuth Basketball“.

Einsendeschluss: 30. Juli 2016
(Adresse siehe Impressum)

**medi verlost einen signierten
Original Bundesliga Basketball
der Marke Spalding und zwei
medi bayreuth Fan-Schals.**

Die Teilnahme ist unabhängig vom Erwerb von Waren. Teilnahmeberechtigt sind Personen mit Wohnsitz in Deutschland und Österreich, die mindestens 18 Jahre alt sind. Die Auslosung findet nach dem Einsendeschluss (30. Juli 2016) statt. Die Gewinner werden im Internet unter www.medi.de/teilnahme wie folgt veröffentlicht: „Sabine K., Ort“. Weitere Informationen siehe Impressum.

Muskeln stärken, Beweglichkeit fördern, Schmerzen lindern

Stärkere Muskeln und mehr Kraft: Das ist oft die Lösung, wenn Rückenschmerzen die Lebensqualität einschränken. Verspannungen, Arthrose (Verschleiß) oder Osteoporose sind häufige Ursachen. Dann können Bandagen und Orthesen von medi* helfen. Sie unterstützen und entlasten den Rücken bei voller Bewegungsfreiheit und lindern die Schmerzen. So machen viele Aktivitäten wieder Freude – im Beruf und in der Freizeit.



Untersuchungen zeigen, dass das Tragen einer Lendenwirbel-Stabilisierungsorthese, wie die Lumbamed Varianten von medi, Mobilität und Muskelkraft verbessert.¹ Von der Rückenorthese Lumbamed plus mit einer integrierten Pelotte profitieren Anwender mehrfach: Sie stabilisiert den Rücken und ein sanfter Massageeffekt verbessert die Durchblutung. So können Verspannungen und Schonhaltungen gelöst und Schmerzen gelindert werden. Die Anwendung ist denkbar einfach: Die Orthese wird wie ein Gürtel angelegt und hat einen vorderen Klettverschluss. Das kompressive, elastische Gestrück ist atmungsaktiv und bietet hohen Tragekomfort.

Bei der Diagnose Osteoporose können die Spinomed Rückenorthesen von medi ein wichtiger Therapiebaustein sein, um wieder aktiver im Leben zu stehen. Das Gurtsystem und die Rückenschiene üben gezielte Zugkräfte auf die Schultern und das Becken aus. Neigt sich der Oberkörper in eine Fehlhaltung, spannt der Anwender unbewusst die Muskulatur an und richtet sich auf. Die positiven Effekte: die Stärkung der Rumpfmuskulatur, eine



verbesserte Körperhaltung und weniger Schmerzen. Der Dachverband Osteologie (DVO) empfiehlt in seiner S3-Leitlinie – der Handlungsempfehlung für Ärzte – die Versorgung mit einer wirbelsäulenaufrichtenden Orthese nach akuten, stabilen osteoporotischen Wirbelkörperfrakturen (Informationen unter www.dv-osteologie.org).

Der Arzt kann bei Notwendigkeit Bandagen und Orthesen verordnen. Im medizinischen Fachhandel werden sie angepasst.



Kostenlos anfordern

Ratgeber „Das 2 x 8 der wirkungsvollen Rückenübungen“, Broschüre „Rückentherapie von medi“, DVD zur Osteoporose-Therapie.

medipost@medi.de
Telefon 0921 912-750
www.medi.de/Produkte

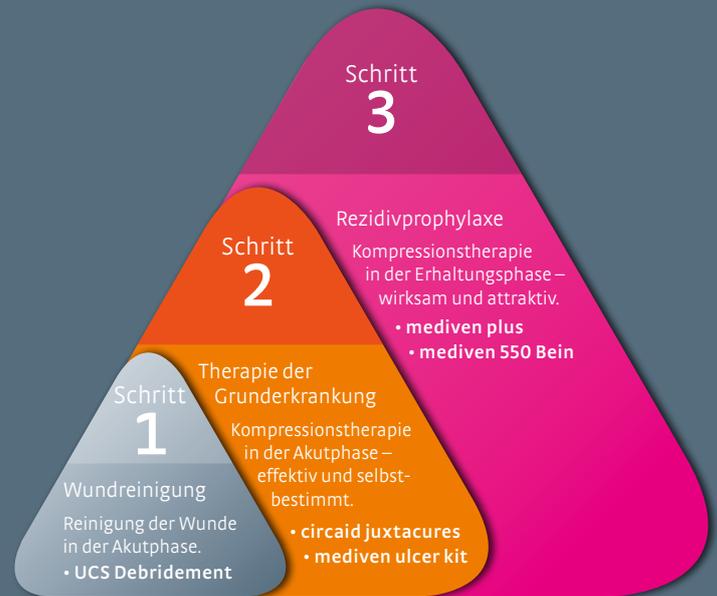
¹ Dücke, Fischer u.a.: Der Einfluss von Lumbalorthesen auf Schmerzlinderung, Muskelkraft und Statik. Orthopädietechnik 2012.12

* Auch in Österreich erhältlich.

Die neue medi Wundtherapie beim Ulcus cruris

1,2 Millionen Menschen in Deutschland haben ein venöses Bein-
geschwür.¹ Zu 70 Prozent sind Frauen betroffen. Das Ulcus cruris
venosum tritt mit zunehmendem Lebensalter häufiger auf. Das
Krankheitsbild gilt oft als schwer therapierbar. In den Leitlinien
der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie ist die Kompressions-
versorgung beim Ulcus cruris verankert. Die Leitlinien sind eine
Handlungsempfehlung für behandelnde Ärzte. Dennoch fehlt
vielen Betroffenen eine Kompressionsversorgung.

Für Patienten mit chronischen Wunden bietet medi jetzt ein
neues Therapiekonzept.* Es umfasst die drei Phasen „Wundrei-
nigung“, „Therapie der Grunderkrankung“ und „Erhaltung des The-
rapieerfolges“. Der Vorteil: Der Patient kann selbst aktiv werden
und ist somit „Therapeut in eigener Sache“. medi hat viel Erfah-
rung in der Kompressionstherapie und kann Betroffenen mit der
neuen Aktivtherapie wieder zu mehr Wohlbefinden verhelfen.



Schritt 1 – Die Wundreinigung in der Akutphase

Am Anfang steht die effektive Wundreinigung mit den speziellen
Wundreinigungstüchern UCS™ Debridement. Mit dem
gebrauchsfertigen Tuch ohne aggressive Substanzen kann die
Wunde weitestgehend schmerzfrei gereinigt werden. Gleichzei-
tig pflegt es den Wundrand und die Wundumgebung. Dann kön-
nen Entzündungen abklingen, die Zellerneuerung und das Zell-
wachstum werden gefördert. Saubere Wundverhältnisse und der
Schutz neu wachsender Zellen sind Voraussetzung für die Hei-
lung.²



Schritt 2 – Die Therapie der Grunderkrankung in der Akutphase mit der adaptiven Kompressionsversorgung circaid juxtacures und dem mediven ulcer kit

Für die erfolgreiche Therapie des offenen Beines ist die zugrun-
deliegende Erkrankung – die chronisch-venöse Insuffizienz –
zu behandeln. Darunter versteht man eine Venenschwäche
beziehungsweise dauerhaft venöse Abfluss-Störung des Blutes
aus den Beinen zum Herzen. Die meist gleichzeitig auftretende
Schwellung im Unterschenkel – das Ödem – wird ebenfalls durch
die Kompression reduziert. Dies erfolgt im ersten Schritt mit der
adaptiven Kompressionsversorgung circaid juxtacures.
Der Patient legt die individuell angepasste, unelastische Versor-
gung selbständig über den mitgelieferten Unterziehstrumpf aus
Baumwolle an. circaid juxtacures kann jederzeit an- und abge-
legt werden und vereinfacht so den Verbandwechsel.



Anschließend stellt der Patient mit dem Built-In-Pressure System (siehe Bild links) den ärztlich festgelegten Kompressionsbereich ein und passt ihn dem veränderten Beinumfang bei Bedarf an. Dies sorgt tagsüber für einen konstanten Kompressionsdruck. Das Ödem kann abklingen. Mit der circaid juxtacures Kompressionsversorgung ist das Fußgelenk frei beweglich. Die Bewegung aktiviert dann die Venentätigkeit.

Das Kompressionsstrumpf-System mediven ulcer kit

Ist das Ödem abgeklungen, kommt das bewährte Kompressionsstrumpfsystem mediven ulcer kit zum Einsatz. Es besteht aus zwei kompressiven Strümpfen und ist einfach zu handhaben.

Der Strumpfverband mediven ulcer für die Dauerkompression wird 24 Stunden angewandt und verlängert so die Kompressionstherapie über Nacht. Der Kompressions-Kniestrumpf mediven ulcer plus wird am Tag über dem mediven ulcer getragen. Er verstärkt die Kompression und stellt in der Akutphase den medizinisch-therapeutisch geforderten Kompressionsdruck sicher.



Das besondere Material des mediven ulcer mit antibakteriellem Effekt bietet eine optimierte Hygiene. Die eingestrickte Farbmarkierung erleichtert die Positionierung und die Inspektionsöffnung an der Fußunterseite ermöglicht die einfache Wundinspektion.



Schritt 3 – Den Therapieerfolg erhalten: Vorbeugen mit mediven Kompressionsstrümpfen

Wenn die Wunde geschlossen und die Schwellung abgeklungen ist, können nach der Akutbehandlung medizinische Kompressionsstrümpfe den Therapieerfolg erhalten. Der Arzt trifft die Entscheidung, ob ein rundgestrickter oder flachgestrickter Kompressionsstrumpf zum Einsatz kommt. medi bietet die große mediven Produkt-Palette für individuelle Anforderungen in vielen Farben und mit modernen Designelementen. Die kompetente, ausführliche Beratung dazu gibt es im medizinischen Fachhandel.

Bei leichter bis mittlerer Ödemneigung kommt beispielsweise der zuverlässige, strapazierfähige mediven plus zum Einsatz. Die rundgestrickte Versorgung fördert den venösen Rückfluss zum Herzen und beugt Schwellungen vor.

Bei mittlerer bis starker Ödemneigung sind flachgestrickte Kompressionsstrümpfe die Basistherapie (beispielsweise mediven 550 Bein). Die stärkere Wandstabilität und der höhere Arbeitsdruck helfen, den Therapieerfolg langfristig zu erhalten.

Praktisches medi Zubehör für die komfortable Therapie

Eine enorme Erleichterung beim täglichen Anlegen der Strümpfe bietet der medi Butler.* Wer in der Bewegung eingeschränkt ist oder weniger Kraft hat, kann damit einfacher und schneller die Kompressionsstrümpfe über die Ferse ziehen und anlegen. Es gibt unterschiedliche Ausführungen, beispielsweise mit verstell-



baren Griffen oder für stärkere Waden. Die Anziehhilfen können bei vielen Krankheitsbildern auch vom Arzt verordnet werden. Dazu zählen beispielsweise Lähmungen, Gelenkerkrankungen und Versteifungen.

Für die empfindliche, trockene Haut von Venen- und Ödempatienten gibt es von medi eine spezielle Pflegeserie.* Die wohltuende Pflege für die Beine und Füße verwöhnt, erfrischt und versorgt die Haut mit Feuchtigkeit. Die medi Pflegeserie ist nur im medizinischen Fachhandel erhältlich. Das Pflege-Gel für den Tag erfrischt, die Pflege für die Nacht regeneriert die Haut. Der sanfte Cremeschaum medi soft spendet Feuchtigkeit rund um die Uhr. Die medi Fußpflege-Serie umfasst ein entspannendes Fußbad, ein Peeling und eine reichhaltige Pflegecreme.



Wissenswertes zum Thema „Ulcus cruris“ – das offene Bein
Was mit schweren, müden Beinen beginnt, kann unbehandelt zu einem Ulcus cruris führen. Der Terminus leitet sich aus dem lateinischen ulcus (= Geschwür) und (cruris = des Unterschenkels) ab. Die Erkrankung wird umgangssprachlich auch als „offenes Bein“ bezeichnet. Fast immer sind unbehandelte Durchblutungsstörungen die Ursache. Etwa 80 Prozent gelten als venös bedingt und etwa 10 Prozent sind auf arterielle Durchblutungsstörungen zurückzuführen.³ Rauchen und Diabetes sind häufige Ursachen.

Ulcus cruris – ein langer Entwicklungszeitraum

Chronische, offene Wunden an den Beinen bilden sich über einen langen Zeitraum und als Folge meist mehrerer Grunderkrankungen. Erste Anzeichen können schwere Beine und Schwellungen sein. Mit der Zeit entwickelt sich eine spürbare Verhärtung der Haut und des Unterhautfettgewebes. Ein weiterer sichtbarer Hinweis ist eine verstärkte Pigmentierung der Haut, die sich als braune Flecken zeigt. Typische spinnwebartige Gefäßzeichnungen am inneren Fußrand sowie am Innenknöchel sprechen für eine länger bestehende, fortgeschrittene Erkrankung. Daraus können sich dann schlecht heilende und sehr schmerzhaft Wunden entwickeln, die vor allem am unteren Bereich des Unterschenkels sowie am oberen Sprunggelenk auftreten. Die Wunde ist gekennzeichnet durch Schwellungen, Spannungsgefühl, Juckreiz und Nässe, die die umgebende Haut aufweicht. Entzündungen und bakterielle Infektionen tragen zur Geruchsbildung bei.

Das offene Bein – Perspektiven und Lösungen

Ziel der Behandlung ist es, den gestörten Blutrückfluss mittels Kompressionstherapie zu verbessern. Die Wunde soll rasch verheilen und zusätzlichen Infektionen soll vorgebeugt werden. Dafür muss sie regelmäßig gereinigt und luftdurchlässig versorgt werden. Nach der Akutphase sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen durch den Arzt und Maßnahmen zur sogenannten „Rezidivprophylaxe“ mit Kompressionsstrümpfen sinnvoll, damit das offene Bein nicht wieder auftritt. Mit dem neuen Wundkonzept motiviert medi zur aktiven Therapie, damit der Ulcus cruris dauerhaft ausheilen kann.

Weitere Informationen

Im medizinischen Fachhandel und beim medi Verbraucherservice, Telefon 0921 912-750, E-Mail medipost@medi.de, erhalten Sie Informationsmaterial.

Das medi Wundkonzept im Video: www.vimeo.com (Suche: [circaid juxtacures](https://www.vimeo.com/144444444))

Surftipp: www.medi.de/wunde

¹ Das Altenpflegemagazin im Internet <http://www.pqsg.de/seiten/openpqsg/hintergrund-standard-ulcus-cruris.htm>

² Downe, A.: How wound cleansing and debriding aids management and healing, Journal of Community Nursing, 2014, Vol. 28 Nr. 4, 33 - 37

³ CVI - Stadium Grad III, Stadieneinteilung der Chronisch Venösen Insuffizienz nach Widmer

* Auch in Österreich erhältlich.

Multizonen-Einlagen und Kompressionsstrümpfe von medi

Angesagte Schuhe mit hohen Absätzen lassen die Beine länger wirken und verschönern den Gang. Mit der Multizonen-Einlage business slim und mediven Kompressionsstrümpfen fühlen sich die Beine und Füße dabei entspannt an.

Bequemer unterwegs auf High Heels

Beim Laufen und Stehen auf hohen Absätzen lastet mehr



Gewicht auf den Fußballen und den Knien. Für ein ganz neues Tragegefühl in hochhackigen Schuhen sorgen dann die Schuheinlagen mit durchdachter Technik von medi. Sie schonen dank ihrer intelligenten Bauweise genau die Bereiche am Fuß, die beim Tragen von hohen Schuhen Entlastung und Unterstützung brauchen.

Von medi gibt es die spezielle schmale, dünne Multizonen-Einlage business slim*, die nahezu in allen Pumps getragen werden kann. Dabei passt sie sich flexibel der Schuhform an. Ein weiches Vorfußpolster entlastet den Ballen und der flexible Kern verteilt den Druck beim Auftreten. Zudem unterstützt die Einlage das Fußgewölbe und kann dadurch die Haltung verbessern. Der antibakteriell wirkende Oberbezug aus hochwertigem Velours sorgt für ein angenehmes Klima im Schuh – auch barfuß.

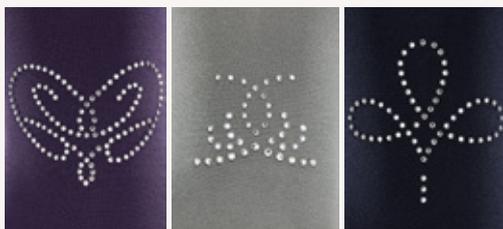


So laufen Frauen länger und bequemer in den Lieblingsschuhen mit Absatz.

Müde Beine, Besenreiser, Krampfadern? Kompressionsstrümpfe helfen

Venenleiden sind eine Volkskrankheit. Sie führen unbehandelt häufig zu müden, geschwollenen Beinen, Besenreisern und Krampfadern.

Die Basistherapie sind medizinische Kompressionsstrümpfe. Sie verengen erweiterte Venen durch ihren nach oben abnehmenden Druck. Der Rückfluss des Blutes zum Herzen wird aktiviert und beschleunigt. Schwellungen und Spannungsgefühle klingen ab, die Beine fühlen sich wieder leichter und fitter an. mediven Kompressionsstrümpfe gibt es in vielen Ausführungen und Farben.* Zum Start in den Frühling präsentieren sich die aktuellen Trendfarben unter dem Motto „Farbenfrohe Leichtigkeit. Damit wird jeder Augenblick zum Fest.“ Die zarten Farbtöne Abendrosa, Himmelblau und Mitternachtsgrau können immer wieder neu mit dem aktuellen Modetrend „Pastell“ kombiniert werden. Wer kräftige Farben liebt, kann sich von Sonnenorange, Mondscheinblau und Wolkenviolett begeistern lassen. mediven elegance ist in allen sechs Trendfarben erhältlich, mediven plus in Mitternachtsgrau, Wolkenviolett und Mondscheinblau, mediven comfort in Abendrosa, Mitternachtsgrau und Wolkenviolett.



Der glänzende Blickfang an der Fessel sind die drei exklusiven Swarovski® Kristalle ¹Sonnentanz, Glitzerregen und Blütenwind*. Damit können die Qualitäten mediven elegance und mediven plus veredelt werden.



¹ Swarovski® ist eine eingetragene Marke der Swarovski AG.

* Auch in Österreich erhältlich.

Der besondere medi post Tipp – der neue Plüschfuß für mediven comfort®

Der Kompressionsstrumpf mediven comfort ist ab sofort in einer exklusiven Sonderausführung erhältlich. Ein extra weicher Plüschfuß eignet sich besonders für Patienten, die druckempfindliche, kalte Füße haben. Dann schenkt mediven comfort mit Plüschfuß ein flauschiges, bequemes Trageerlebnis.

medi hat für Patienten, die sich einen weichen, anschmiegsamen Strumpf wünschen, den besonders komfortablen mediven comfort entwickelt. Er lässt sich leichter selbständig anziehen und pflegt trockene, raue Haut mit Lanolin. Der natürliche Wirkstoff ist sanft, reizarm und hat sich seit Jahrzehnten in der Babypflege bewährt. Jetzt ist der neue Plüschfuß ein weiterer Baustein für die effektive Therapie zum Wohlfühlen. Der mediven comfort mit dem innovativen Plüschfuß ist als Kniestrumpf der Kompressionsklasse 2 mit geschlossener Fußspitze in den Seriengrößen 1 bis 7 erhältlich. Das Farbspektrum umfasst Sand, Caramel und Schwarz.

Der Arzt kann bei Notwendigkeit medizinische Kompressionsstrümpfe und orthopädische Einlagen verordnen. Im medizinischen Fachhandel werden sie individuell angepasst.



Weitere Informationen

www.medi.de/produkte
Händlerfinder auf www.medi.de

Gewinnspiel

Wie lautet Ihr persönlicher Tipp für entspannte Beine und Füße?

Bitte schreiben Sie uns eine Postkarte oder E-Mail mit dem Stichwort „medi post – Power für die Beine“.
Einsendeschluss: 30. Juli 2016
(Adresse siehe Impressum)

Die Teilnahme ist unabhängig vom Erwerb von Waren. Teilnahmeberechtigt sind Personen mit Wohnsitz in Deutschland und Österreich, die mindestens 18 Jahre alt sind. Die Auslosung findet nach dem Einsendeschluss (30. Juli 2016) statt. Die Gewinner werden im Internet unter www.medi.de/teilnahme wie folgt veröffentlicht: „Sabine K., Ort“. Weitere Informationen siehe Impressum.

**medi verlost unter allen
Einsendungen zwölf trendige
medi Uhren. Bitte vermerken
Sie, ob Sie eine Damen- oder
Herrenuhr gewinnen möchten.**



Die medi post wurde Ihnen überreicht von:

Impressum

Herausgeber und
Kontaktadresse für
• medi post
• Abo-Anforderung
• Ratgeberbestellung
• Gewinnspielteilnahme

medi GmbH & Co. KG
medi post
Verbraucherservice

Medicusstraße 1
95448 Bayreuth

T 0921 912 750
medipost@medi.de
www.medi.de
mit Händlerfinder

Teilnahmebedingungen
Gewinnspiel / Veröffentlichung der Gewinner
www.medi.de/teilnahme

Verantwortlich
Miriam Schmitt

Redaktion
Anke Kerner

Bilder
medi

Erscheinungsweise
3 x / Jahr

Alle Ratgeber können kostenlos angefordert werden. Weitere Informationen gibt es im medizinischen Fachhandel. Die Inhalte wurden sorgfältig recherchiert, für die Richtigkeit / Vollständigkeit übernimmt medi keine Haftung.

Die nächste Ausgabe der medi post erscheint im Juli 2016.

*medi post Österreich

Liebe medi post Leserinnen und Leser in Österreich
Die Angaben zur Verordnungsfähigkeit und Vergütung sind in Österreich abweichend.
Bitte informieren Sie sich zu Sortiment und Details bei Ihrem medizinischen Fachhändler.

Bitte fordern Sie hier die Ratgeber an: 0512 579515, vertrieb@medi-austria.at

