



Auf der Grundlage des Gesamtkonzepts Malteser Medizin Plus® haben alle Malteser Krankenhäuser ihr individuelles Angebot für Patienten entwickelt. Das detaillierte Angebot je nach Behandlungsschwerpunkten und Ausstattung Ihres Malteser Krankenhauses finden Sie in der Patienteninformationsbroschüre oder im Internet unter

www.malteser-medizin-plus.de



Mit **Malteser Medizin Plus®** bieten wir Ihnen ein umfassendes Konzept zur Gesundheitsförderung und Prävention an. Für unsere Gesundheit können wir selbst viel tun. Eigentlich weiß das jeder von uns. Dieses Wissen auch im Alltag umzusetzen, fällt den meisten Menschen schwer.

Kurzfristig lässt sich noch so manch ehrgeiziger Vorsatz realisieren: die „5-Kilo-in-3-Tagen-Diät“, die tägliche einstündige Joggingrunde oder die „wirklich letzte Zigarette“. Doch nach kurzer Zeit kehrt der alte Trott wieder ein: die Chips vorm Fernseher, lieber Sport schauen als Sport machen und die lieb-gewonnene Zigarette schmeckt einfach zu gut zum Aufhören. Nichts ist schwieriger als sein eigenes Verhalten dauerhaft zu ändern. Genau hierbei bieten Ihnen die Malteser Ihre Unterstützung an. Unser Team hilft Ihnen dabei, eingefahrene Verhaltensmuster aufzubrechen, zeigt neue Möglichkeiten auf und bietet individuelle Unterstützung an.

Naturheilverfahren im Krankenhaus

Wir haben unser Behandlungsspektrum für Sie erweitert: Bei bestimmten Beschwerden können auch ausgewählte naturheilkundliche Therapien angewendet werden.

Es gibt Symptome und Begleiterscheinungen, die häufig auftreten, wie zum Beispiel Darmträgheit, niedriger Blutdruck oder Appetitlosigkeit. Für diese und weitere Begleiterscheinungen haben die Malteser naturheilkundliche Behandlungsempfehlungen zusammengestellt. Die anerkannten Verfahren basieren auf den klassischen Naturheilverfahren aus den Bereichen

- Ernährungstherapie
- Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)
- Hydrotherapie (Kneipp'sche Anwendungen)
- Bewegungstherapie
- Physiotherapie
- Ordnungstherapie

In Abstimmung mit dem behandelnden Arzt können Sie als Patient zum Beispiel statt einer Abführtablette gegebenenfalls auch eine Fenchelöl-Kompresse oder einen Abführtee ausprobieren.

Und wenn Sie auch zu Hause ab und zu unter diesen Beschwerden leiden, haben wir Tipps zur Selbsthilfe für Sie zusammengestellt. Damit möchten wir Ihnen ein Plus an Behandlungsmöglichkeiten anbieten: *Ihrer Gesundheit zuliebe.*

Gesund und lecker

Wir machen Ihnen den Einstieg in eine gesunde Ernährung „schmackhaft“.



Dabei gilt es einen Weg zu finden, der eine Ernährungsumstellung leicht macht: Das Essen soll gesund sein und dabei schmecken. Wenn der Verzicht im Vordergrund steht, verlieren wir alle schnell die Lust und können die neuen Essgewohnheiten nicht durchhalten. Mit einer leichten, mediterran geprägten Küche lässt sich gesundes Essen so richtig genießen. Wir geben Ihnen Tipps für Ihre Ernährungsumstellung und unterstützen Sie bei der Umsetzung im Alltag: *Für eine herzgesunde Ernährung.*

Endlich rauchfrei

Wir achten auf eine rauchfreie Umgebung und unterstützen Sie auf dem Weg zum Nichtraucher.

Gerade an einem Ort, an dem die Gesundheit im Mittelpunkt steht, ist ein verantwortungsvoller Umgang mit dem Thema Rauchen wichtig. Denn Rauchen ist nicht nur das größte einzelne vermeidbare Gesundheitsrisiko, Rauchen ist auch die häufigste vermeidbare Todesursache der Welt.



www.malteser-medizin-plus.de

Malteser Medizin Plus®

Malteser Medizin



Plus®

Sind Sie Raucher? Wir möchten Sie auf Wunsch gezielt bei der Tabakentwöhnung unterstützen: *Um wieder befreit durchzuatmen.*

Die Malteser Krankenhäuser sind Mitglied im Deutschen Netz rauchfreier Krankenhäuser.

Gesundheitstraining

Wir beraten und unterstützen Sie beim Erlernen gesundheitsfördernder Maßnahmen.

Das Gesundheitstraining nimmt den ganzen Menschen und seinen Lebensstil in den Blick. Denn häufig haben wir uns über die Jahre viele gesundheitsschädigende Verhaltensweisen angewöhnt: das ungesunde Essen, die mangelnde Bewegung, zu viel Stress. Das Gesundheitstraining bietet einen umfassenden Ansatz zur Gesundheitsförderung und Prävention bestehend aus den Themenbereichen

- Bewegung
- Ernährung
- Entspannung
- Naturheilkundliche Selbsthilfestrategien
- Suchtverhalten
- Ordnungstherapie

Unsere Gesundheitstrainer beraten Sie kompetent und verständlich: *Für Ihr Wohlbefinden.*

Fachklinik für Naturheilverfahren

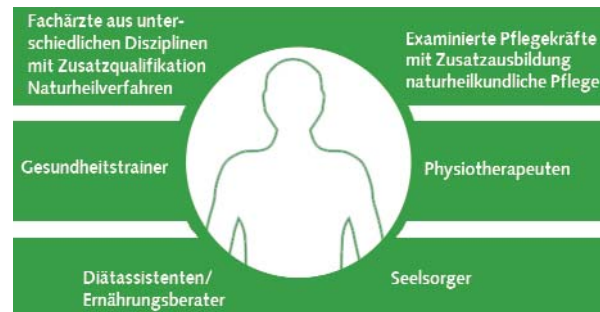
Die Malteser Klinik von Weckbecker in Bad Brückennau behandelt mit den klassischen Naturheilverfahren wie Pflanzenheilkunde (Phytotherapie), Ernährungstherapie (wahlweise Heilfasten), Hydrotherapie nach Kneipp, Physiotherapie, Bewegungstherapie, Ordnungstherapie, Akupunktur und klassischer Homöopathie.

Behandlungsschwerpunkte der Fachklinik sind:

Allergien, Stoffwechselstörungen, Übergewicht, Bluthochdruck, Fibromyalgie, chronische Kopfschmerzen und Migräne. Aber auch wer beschwerdefrei ist, kann etwas für seine Gesundheit tun und mit einem individuellen Präventionsprogramm aktiv vorbeugen.

www.weckbecker.com

Das Malteser Gesundheitsteam:



© MTC, Köln 2007

Das Plus für Ihre Gesundheit.

Gesundheitsförderung und Prävention durch nachhaltige Lebensstiländerung

 **Malteser**

...weil Nähe zählt.