



Infektanfälligkeit bei Kindern

Immunsystem stärken
im Hochseereizklima



Interview mit Dr. Linzmeier,
Chefarzt der Fachabteilung
Pädiatrie
S. 2



Ganzheitliches Therapiekonzept
mit abhärtenden Maßnahmen
S. 3



Neues Therapiekonzept für
Kinder mit Übergewicht
S. 4



Interview mit Dr. Hermann Linzmeier, Chefarzt der Fachabteilung Pädiatrie im Fachklinikum Borkum

Herr Dr. Linzmeier, was versteht man genau unter dem Begriff Infektanfälligkeit?

Zunächst etwas ganz Normales, Physiologisches. Infekte, die ein Kind in den ersten beiden Lebensjahren durchmacht, tragen dazu bei, dass der Körper lernt, mit den Erregern umzugehen, sodass die Anfälligkeit im Lauf der Entwicklung langsam zurückgeht. Nicht selten versteckt sich hinter einer erhöhten Infektanfälligkeit aber auch eine allergische oder pneumologische Grunderkrankung, die bislang übersehen wurde.

Wann braucht ein Kind einen Therapieaufenthalt?

Wenn ein Kind mehr als einmal im Monat eine Erkältungskrankheit erleidet und diese Erkrankungen langwierige

Verläufe haben, sodass sich das Kind gar nicht mehr richtig erholt, Gewicht verliert und sich dauernd schlapp und müde fühlt; wenn es häufiger im Zusammenhang mit banalen Erkältungen zu bakteriellen Infektionen (z. B. Mittelohrentzündungen oder Entzündungen der Nasennebenhöhlen) kommt; wenn die gesamte Entwicklung des Kindes darunter leidet. Auch nach einer Operation ist häufig das Immunsystem so geschwächt, dass es mit der täglichen Abwehrschlacht gegen die eindringenden Viren überfordert ist.

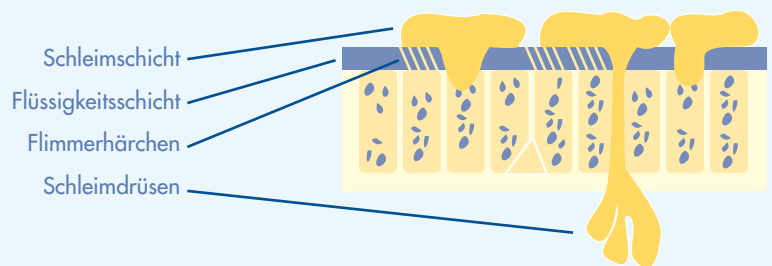
Welche therapeutischen Maßnahmen empfehlen Sie bei Infektanfälligkeit?

Schon im frühen Kindesalter sollte Gesundheitsförderung betrieben werden. Das heißt: eine gesunde Ernährung, die Vermeidung von Übergewicht, viel frische Luft und kein Passivrauchen. Das Fachklinikum Borkum bietet Familien mit infektanfälligen Kindern eine differenzierte und umfassende Behandlung an. Dazu zählen in erster

Linie abhärtende Therapieverfahren, die das Abwehrpotenzial steigern. Durch eine Behandlung mit äußeren Temperaturreizen wird eine veränderte Reizverarbeitung mit einer verbesserten Abwehrbereitschaft des Organismus erreicht.

Welchen Einfluss hat das Hochseereizklima auf Infektanfälligkeit?

Durch Abhärtung kann die Infektanfälligkeit vermindert werden. Abhärtend wirken beispielsweise Seebäder und Strandspaziergänge. Auf die Kälte Wirkung reagiert der Körper mit einer Engstellung der kleinen Blutgefäße in der Haut (physikalische Wärmeregulation) und mit einer erhöhten Stoffwechsellätigkeit (chemische Wärmeregulation). Bei vielen Menschen funktioniert die Wärmeregulation jedoch nicht mehr schnell genug, da sie sich nur selten im Freien aufhalten und diesen Mechanismus nicht mehr „trainieren“. Bakterien und Viren können sich auf diese Weise schneller ausbreiten.



Die gesunde Schleimhaut ist ein wirksamer Schutz gegen Viren und Bakterien

Dr. med. Hermann Linzmeier

Chefarzt der Fachabteilung Pädiatrie am Fachklinikum Borkum
Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, praktischer Arzt,
Homöopathie, Asthmatrainer, Adipositrainer

Beruflicher Werdegang:

1989–1991: Ausbildung zum praktischen Arzt

1991–1995: Facharztausbildung zum Kinder- und Jugendarzt am KKH Alt-/
Neuötting; mehrjährige Notarztstätigkeit

1996–2005: niedergelassener Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin in
eigener Praxis, begleitend dreijährige Ausbildung in klassischer Homöopathie
beim deutschen Zentralverein homöopathischer Ärzte (Diplom Homöopathie)

seit 2005: Chefarzt der Fachabteilung Pädiatrie am Fachklinikum Borkum,
Asthmatrainer und Adipositrainer für Kinder, Jugendliche und deren Familien

Das Therapiekonzept des **Fachklinikums** Borkum für infektanfällige Kinder



Diagnostik

Das A und O einer erfolgreichen Therapie ist die differenzierte Diagnose. Dazu gehören im Fachklinikum Borkum eine genaue Anamneseerhebung, auch eine Familienanamnese, eine Untersuchung der Atemorgane und Atemwege wie Lunge, Nase, Nasennebenhöhlen und Kehlkopf sowie der Atemmuskulatur, des Herzens und der Ohren, gegebenenfalls auch die Interpretation laborchemischer Ergebnisse. Beim Aufnahmegespräch berichtet die Mutter oder der Vater über den Gesundheitszustand des Kindes und die bisher durchlaufenen Therapien sowie deren Wirkungen. Dieses Gespräch gibt uns zumeist auch Hinweise, ob möglicherweise eine andere Grunderkrankung hinter der erhöhten Infektanfälligkeit steckt. Neben einem angeborenen oder erworbenen Immundefekt stoßen wir sehr häufig auf allergische Erkrankungen. Die Allergie führt zu einer Schwellung und Reizung der Schleimhäute, die damit wiederum anfälliger für Krankheitserreger werden.

Das Fachklinikum Borkum verfügt über eine umfassende diagnostische Ausstattung, um entsprechende Allergie- und Lungenfunktions-testungen altersgerecht durchzuführen.

Therapieangebote

Sonne, Wind und Meer bilden das heilsame Hochseereizklima der Nordseeinsel Borkum. Langzeiterfolge sind indes nur durch Einbindung der Klimatherapie in ein therapeutisches Gesamtkonzept zu erzielen. Deshalb stellt am Fachklinikum Borkum ein interdisziplinäres Team



Abhärtende Maßnahmen am Fachklinikum Borkum

aus Kinderärzten, Lungenfachärzten, Hautärzten, Allergologen, Umweltmedizinern sowie Psychologen, Ernährungsberatern und Physiotherapeuten für infektanfällige Kinder einen ganzheitlichen Therapieplan zusammen, der jeweils speziell auf den kleinen Patienten abgestimmt ist.

Das Team am Fachklinikum Borkum setzt auf Bewegung an frischer Luft, auf Wasseranwendungen und eine schrittweise Gewöhnung an Kältereize. Liegt eine allergische Grunderkrankung vor, so werden die Ursachen durch geeignete Therapien behandelt. Darüber hinaus schulen Ärzte und Therapeuten den begleitenden Elternteil hinsichtlich vorbeugender Maßnahmen, um Infekte zu verhindern. Dazu gehören auch Vorträge über eine ausgewogene und gesunde Ernährung und deren praktische Umsetzung in der Lehrküche.

- Spaziergänge, Luftbäder
- Bewegungssport und -spiel insbesondere im Freien
- UV-Bestrahlung bzw. dosierte Sonnenbäder
- Meerwasserbewegungsbäder mit nachfolgender UV-A-Bestrahlung
- Meerwasserinhalationen
- Kneippanwendungen (Güsse)
- Duschen mit wechselnd warmem Wasser
- Saunabäder
- Atemgymnastik
- Entspannungsübungen (Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation)

Die positiven Effekte des Hochseereizklimas



Sonne

- wirkt entzündungshemmend
- fördert die Durchblutung, setzt den Stoffwechsel und den Hormonhaushalt in Gang
- stärkt das Immunsystem
- steigert das Wohlbefinden durch die vermehrte Ausschüttung von Endorphinen („Glückshormonen“)



Wind

- führt zu einer tieferen Atmung, sodass die Lungen besser belüftet werden und der Körper besser mit Sauerstoff versorgt wird
- härtet den Organismus ab: Der Stoffwechsel wird aktiviert, das Immunsystem wird stimuliert und der Wärmehaushalt trainiert



Meer

- Das maritime Aerosol beruhigt entzündlich geschwollene Schleimhäute, lässt sie abschwellen und wirkt schleimlösend besonders in der Nase, den Nasennebenhöhlen sowie in der Luftröhre und den Bronchien

Ein Zuhause auf Zeit: Das Eltern-Kind-Haus

Es gehört zum Therapiekonzept am Fachklinikum Borkum, dass Eltern ihre Kinder begleiten. Ja, sie sind wichtige Partner der Ärzte und Therapeuten. Patienten und Eltern erfahren in Schulungen, wie sie besser mit ihren gesundheitlichen Problemen umgehen können, um künftig gesünder zu bleiben. Denn je intensiver die Eltern mitarbeiten, desto größer sind die Chancen für eine erfolgreiche Therapie.

Das Fachklinikum Borkum bietet ein ideales Umfeld für ein harmonisches Miteinander von Elternteil und Kind. Beide wohnen in einem hellen und geräumigen Appartement mit einem separaten Kinderzimmer und eigenem Bad. Von der Wickelkommode, Babyphone-Anlage bis zur Wärmflasche ist an alles gedacht.



Auf jeder Etage befindet sich ein Spiel- und Aufenthaltsraum, in dem Kinder unbeschwert spielen und toben können. Bibliothek und Lesesaal bieten den Erwachsenen ebenso eine Rückzugsmöglichkeit wie die Sauna und der anliegende Ruheraum im Dachgeschoss mit einem wunderbaren Blick aufs Meer.



Neues Therapiekonzept des Fachklinikum Borkum für Kinder mit Übergewicht

Experten sind sich einig: Übergewicht bei Kindern kann nur reduziert werden, wenn die ganze Familie ihre Ess- und Bewegungsgewohnheiten umstellt. Vor diesem Hintergrund wurde im Fachklinikum Borkum ein einzigartiges Therapiekonzept entwickelt:



1. Frühzeitig gesunden Lebensstil üben!

Unser Therapiekonzept ist auf Kinder im Alter von 4 bis 10 Jahren zugeschnitten. Denn bereits im frühesten Kindesalter werden die Ess- und Lebensstilgewohnheiten geprägt. Daher ist es wichtig, bei Gewichtsproblemen frühzeitig zu reagieren.

2. Stationär beginnen – erfolgreich zu Hause fortsetzen!

Der stationäre Aufenthalt im Fachklinikum Borkum fernab vom Alltag mit seinen Versuchungen erleichtert die Umstellung des Lebensstils.

3. Die Begleitperson – die wichtige Rolle des Co-Therapeuten!

Da während der Rehabilitation nicht die Gewichtsabnahme im Vordergrund steht, sondern eine gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung eingeübt werden sollen, wird eine erwachsene Begleitperson mit aufgenommen und intensiv geschult.

4. Individuell statt konventionell!

Tipps und Ratschläge für eine gesunde Lebensweise findet man überall. Doch was nützen diese theoretischen Idealvorstellungen, wenn sie sich in der Praxis nicht anwenden lassen? Wir entwickeln ein alltagstaugliches und realistisches Ernährungs- und Bewegungsprogramm, das individuell auf den Einzelnen zugeschnitten ist.

Fordern Sie unsere Patienteninformation an. Mehr Informationen hierzu finden Sie im Internet unter



www.adipositas-borkum.de

Fachklinikum Borkum
Zentrum für Allergologie,
Dermatologie, Pädiatrie
und Pneumologie
Ärztlicher Direktor:
Priv.-Doz. Dr. med. Dieter Vieluf

Jann-Berghaus-Str. 49
26757 Borkum
Tel.: 04922/708-693
Fax: 04922/708-630
info@fachklinikum-borkum.de
www.fachklinikum-borkum.de

FACHKLINIKUM BORKUM
Zentrum für Allergologie, Dermatologie,
Pädiatrie und Pneumologie

