



## Praxispost Herbst/Winter 2022/23

Liebe Patient\*innen,

wir hoffen, dass Sie alle den sonnigen Sommer und Ihren Urlaub ruhig genießen konnten. Wir waren in dieser Zeit mit eingeschränkter Besetzung ohne Schließzeit der Praxis immer für Sie da.

### Das Ärzteteam & alle Mitarbeiter

#### Aktuelles

Seit dem Beginn des Krieges in der Ukraine im Februar 2022 hat sich vieles verändert. Wir müssen uns alle schnell an Neues gewöhnen. Unserer Praxis hat sich folgende Ziele für den Herbst und Winter gesetzt:

#### Nachhaltigkeit

Wir wollen dazu beitragen, dass der Energieverbrauch (und damit der Gasverbrauch) nach Kräften reduziert werden kann. Wir bitten daher um Verständnis, dass wir, wie empfohlen unsere Heizungstemperatur entsprechend reduzieren (ca. 19 Grad). Auch die Beleuchtung in der Praxis wird bedarfsangepasst reduziert.

#### Covid

Die Pandemie beschäftigt uns nun seit über 2 Jahren. Dies betrifft vor allem den medizinischen Bereich. In unserer Praxis müssen wir daher weiterhin zum Schutz unserer Patient\*innen und Mitarbeiter\*innen auf folgendes bestehen:

***Unsere Mitarbeiter\*innen tragen weiterhin FFP-2-Masken (entsprechend den Vorgaben im Gesundheitsbereich sind zudem alle Mitarbeiter\*innen, soweit möglich, geimpft).***

***Auch unsere Patient\*innen müssen nach den neuesten Vorgaben eine FFP-2-Maske tragen.***

#### Neues aus dem Ärzteteam



**Dr. med. Appelt Andreas**

Herr Dr. Appelt ist ein langjährig erfahrener Orthopäde, Unfallchirurg und D-Arzt. Wir freuen uns sehr, dass er ab Januar 2023 unser Ärzteteam mit seiner großen Erfahrung in konservativer und operativer Orthopädie (Schwerpunkt Endoprothetik und Schmerztherapie) ergänzt.

Hier besteht ab sofort auch die Möglichkeit der Endoprothetik bei Arthrose von Hüfte und Knie in einer hervorragend ausgerüsteten und erfahrenen Klinik (**Klinikum Landsberg am Lech**, Bürgermeister-Dr.-Hartmann-Straße 50, 86899 Landsberg am Lech) durchführen zu lassen. Die Operation selbst sowie die stationäre Nachbehandlung finden dort statt. Im Anschluss daran erfolgt der Übergang in eine Anschluss-Rehabilitation. Ebenfalls vorhanden ist eine sog. "VIP-Station" mit einer sehr komfortablen Einzelzimmerausstattung.

#### Neues aus dem Team

#### Erneuter Babyboom in unserer Praxis

Wir freuen uns sehr über den neuen Praxisnachwuchs von Frau Goldschmid und hoffen auf gelegentliche Besuche. Wir wünschen unserer lieben Kollegin eine aufregende und großartige Elternzeit und freuen uns schon auf ihre Rückkehr!

#### Neu im Team

Wir freuen uns, dieses Jahr gleich 3 Auszubildende und das erste Mal in unserer Praxis begrüßen zu dürfen und unsere langjährige Erfahrung weiterzugeben. Erstmals in unserer Praxisgeschichte dürfen wir einen männlichen MFA ausbilden. Wir wünschen allen eine erfolgreiche Ausbildung!

**Katharina G., Lea K.  
und Benjamin R.**



Neu im Team ist seit Oktober auch **Alevtina K.** Sie ist bereits eine sehr erfahrene MFA und unterstützt uns in der Praxis sowie im OP-Bereich.

## Selbstständiges Training mit der ViViRa App

Die ViViRa App ist ein **therapeutisches Trainingsprogramm bei Rücken-, Knie- und Hüftschmerzen**. Sie bietet ein täglich angeleitetes Training, wöchentliche Verlaufskontrollen und monatliche Bewegungstests.

ViViRa ist ein **CE-gekennzeichnetes Medizinprodukt** und eine vom [Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte](#) (BfArM) **gelistete Digitale Gesundheitsanwendung (DiGA)**.

Die gesetzliche Krankenkasse übernimmt mit ärztlichem Rezept die Kosten.



## Erreichbarkeit der Praxis

Mittlerweile haben wir unsere Telefonanlage auf 8 (+ 2) Leitungen erweitert und sind ständig bemüht, auch durch entsprechende personelle Besetzungen, eine gute Erreichbarkeit zu erzielen. Sollte dies einmal nicht möglich sein, **bitten wir um Ihr Verständnis und empfehlen die Kontaktaufnahme per Mail an:**

[info@orthopaediehoch4.de](mailto:info@orthopaediehoch4.de)

Termine können Sie auch bequem online auf unserer Homepage über Doctolib selbst buchen. Hiermit können Sie uns helfen, unsere Telefonanlage und die Mitarbeiter\*innen an der Anmeldung zu entlasten.

## Unser Sommerausflug zum Starnberger See

Am **30.07.2022** machte das gesamte Team eine kurze Pause vom Praxisalltag. Wir fuhren zusammen mit dem Zug zum Starnberger See, wo wir bei viel Sonnenschein einen wunderschönen

Tag inkl. Bootsfahrt und leckerem Essen verbrachten.



## Wasser trinken nicht vergessen!

In der kalten Jahreszeit vergessen viele Menschen, ausreichend zu trinken. Doch auch in der kalten Jahreszeit verliert der Körper viel Wasser. Nehmen Sie zu wenig Flüssigkeit auf, können Kopfschmerzen oder Kreislauf-Probleme auftreten.



**Trinken Sie daher mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit am Tag.** Am besten eignen sich Wasser oder ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees.

*In unserem Wartezimmer steht ein Wasserspender für Sie bereit.*

**Herzliche Grüße**

**Ihr Praxisteam  
Dr. Pesch und Kollegen  
mit allen Mitarbeitern**

**ORTHOPÄDIE** HOCH **4**  
Unfallchirurgie | Sportmedizin  
Osteologie | Ärztliche Osteopathie

**Bitte beachten Sie auch weiterhin das Einbahnsystem in unserer Praxis.**