



## LIEBE PATIENTEN

»Zwischen gestern und morgen liegt das Heute.«

Oberstes Ziel unseres ärztlichen Verständnisses ist die umfassende hausärztliche Begleitung. Gerade in der heutigen Zeit ist ein kompetenter Gesprächspartner für die Patienten notwendig, um möglichen Fehlentwicklungen vorzubeugen.

Wir verfügen über langjährige Erfahrungen in der schulmedizinischen Diagnostik und Therapie von Erkrankungen. Ein besonderes Anliegen ist uns jedoch der ganzheitliche Aspekt in der Entstehung und Therapie von Krankheiten – das ganzheitliche Denken. So müssen sich Körper, Geist und Seele in Einklang befinden, um Krankheiten nicht entstehen zu lassen.

Ganzheitsmedizin heißt, einen neuen Lebensstil zu vermitteln und das Lebensgefühl zu verbessern. Der Lebensstil umfasst Medizin, Ernährung, Denkweise und Freizeitgestaltung. Das angegliederte Gesundheitszentrum »MOBILÉ – Wege zum Wohlbefinden« soll hierfür Möglichkeiten der »Hilfe zur Selbsthilfe« aufzeigen.

Katja Gronau, Dr. med. Anette Pfeifer-Buken  
& Dr. med. Mirja Wilken



## ADRESSE UND ÖFFNUNGSZEITEN

Wilhelm-Busch-Straße 14 · 30989 Gehrden  
Telefon (0 51 08) 27 27  
Fax (0 51 08) 921 99 61  
E-Mail: kontakt@hausarztin-gehrden.de  
Internet: www.hausarztin-gehrden.de

Montag, Dienstag, Donnerstag:  
7.30–13.00 und 15.30–18.30 Uhr  
Mittwoch: 7.30–13.00 Uhr  
Freitag: 7.30–15.00 Uhr  
Hausbesuche nach Absprache

KASSENÄRZTLICHER NOTDIENST  
Telefon 116 117

AKUTE NOTFÄLLE  
Notruf 112



### GEMEINSCHAFTSPRAXIS

**DR. MED. ANETTE PFEIFER-BUKEN**  
**KATJA GRONAU**  
**DR. MED. MIRJA WILKEN**

ÄRZTINNEN FÜR  
ALLGEMEINMEDIZIN · HAUSÄRZTINNEN

NATURHEILVERFAHREN    AKUPUNKTUR  
ERNÄHRUNGSMEDIZIN    HOMÖOPATHIE  
REISEMEDIZIN    NLP-COACHING  
SCHULMEDIZIN    CHIROTHERAPIE

### GEMEINSCHAFTSPRAXIS

**DR. MED. ANETTE PFEIFER-BUKEN**  
**KATJA GRONAU**  
**DR. MED. MIRJA WILKEN**

ÄRZTINNEN FÜR  
ALLGEMEINMEDIZIN · HAUSÄRZTINNEN

NATURHEILVERFAHREN    AKUPUNKTUR  
ERNÄHRUNGSMEDIZIN    HOMÖOPATHIE  
REISEMEDIZIN    NLP-COACHING  
SCHULMEDIZIN    CHIROTHERAPIE



## SCHULMEDIZINISCHES SPEKTRUM

Gesundheitsvorsorgeuntersuchungen, Check-up 35, 1x <35  
 EKG in Ruhe und unter Belastung  
 Lungenfunktionsprüfung  
 Ultraschalluntersuchung des Bauchraumes  
 Aorten-Ultraschall >65 Jahre beim Mann  
 24-Stunden-Blutdruckmessung  
 Umfangreiche Laboruntersuchungen  
 Hautkrebs-Screening ab 35 Jahren  
 Krebsvorsorge für Männer ab 45 Jahren  
 Kleine Chirurgie

Kindervorsorgeuntersuchungen U2 bis U9  
 Jugend-Gesundheitsberatung J1  
 Jugendschutzuntersuchungen und Impfungen

DMP (Betreuungsprogramm für chronische Erkrankungen)  
 · Diabetes mellitus Typ 2  
 · Asthma/COPD  
 · KHK (Koronare Herzkrankheiten)

Hausbesuche  
 Betreuung im Seniorenheim

Psychosomatische Grundversorgung  
 Spezielle Schmerztherapie  
 Chirotherapie  
 Taping



## NATURHEILVERFAHREN

Im Gegensatz zur Schulmedizin, die versucht, überstarke Regelsysteme zu dämpfen, werden in der Naturheilkunde über- und untergeordnete Systeme aufeinander abgestimmt. Pflanzliche Arzneimittel sind ein wichtiger Bestandteil der modernen Medizin und häufig eine sinnvolle Alternative.

Naturheilverfahren umfassen natürliche, biologische Heilverfahren und Heilkräuter, aber auch eine gesunde und natürliche Lebensweise, um Krankheit auslösende Faktoren auszuschalten.



## AKUPUNKTUR

Die Akupunktur ist eine Methode der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Mit Hilfe feiner Nadeln werden bestimmte Punkte auf dem Körper und/oder am Ohr stimuliert.

Grundsätzlich kann man mit Hilfe der Akupunktur alles behandeln, was gestört, jedoch nicht zerstört ist. So wird sie in erster Linie eingesetzt zur Therapie von funktionellen Beschwerden und Schmerzen. Auch zur Unterstützung beim Abnehmen und bei der Raucherentwöhnung kann sie angewendet werden.

Die Nadeln verweilen ca. 30 Minuten am Körper – ein kleines Kopfkissen und ein kleines Handtuch sollten mitgebracht werden.

Die Erstattung der Kosten durch die gesetzlichen Krankenkassen ist bei bestimmten Erkrankungen möglich.



## HOMÖOPATHIE

In der Homöopathie behandelt man nach dem Ähnlichkeitsprinzip. Entsprechend den individuellen Beschwerden des Patienten wird ein Mittel gefunden, dessen Wesen der Person und den geschilderten Beschwerden entspricht. Dieses Mittel wird in verschiedenen Verdünnungen (Potenzen) verabreicht und ist in der Lage, eine bessere Harmonie im Organismus zu bewirken.

Voraussetzung für die Suche nach dem homöopathischen Mittel ist eine ausführliche Erhebung der gesundheitlichen Vorgeschichte (Anamnese). Die Erstanamnese kann 1–2 Stunden dauern. Nach erfolgter Gabe des homöopathischen Mittels wird die Wirkung durch Folgeanamnesen in regelmäßigen Abständen überprüft.



## CHIROTHERAPIE

Nach Erhebung eines Befundes wird mit verschiedenen Grifftechniken die Lösung von Blockierungen der Gelenke in Wirbelsäule und Extremitäten durchgeführt. Dies kann häufig akute oder chronische Schmerzen lindern und gestörte Bewegungsabläufe normalisieren.



## ERNÄHRUNGSBERATUNG

»Eure Nahrungsmittel sollen Heilmittel, und eure Heilmittel sollen Nahrungsmittel sein.« (Hippokrates)

Die Ernährung ist ohne Zweifel die Basis für ein gesundes Leben. Zur Krankheitsverhütung oder bei bestehenden Erkrankungen können wir Ihnen individuelle Ernährungsempfehlungen geben.

Die zusätzliche Anwendung von Präparaten zur Nahrungsergänzung kann ebenfalls zur Therapie und Prophylaxe im Einzelfall sinnvoll sein.



## REISEMEDIZIN

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich vor einer geplanten Reise ins Ausland umfassend beraten zu lassen. In enger Zusammenarbeit mit dem Service von Travel-Med können wir Ihnen mit Hilfe zeitnah aktualisierter Informationen über die jeweiligen Reiseländer einen genauen Überblick über die gesundheitlichen Aspekte der geplanten Tour geben.

Neben der Klärung des Impfschutzes und der eventuell notwendigen Malariaprophylaxe können Fragen z. B. bezüglich Ihrer Reise-Apotheke besprochen werden.



## NLP-COACHING

Im Berufsleben ist Coaching schon lange als Methode bekannt, um erfolgreich zu sein, Ziele zu erreichen und sich permanent weiterzuentwickeln. Gutes Coaching hilft, Stärken und Schwächen besser zu erkennen und Energien aktiver einzusetzen.

Mit Hilfe des NLP (neurolinguistisches Programmieren) wird eine realisierbare Zielvorstellung definiert, Schritte zur Veränderung erarbeitet und somit eine sinnvolle Problemlösung ermöglicht. Denn... das Geheimnis des Erfolges ist die Beständigkeit des Zieles.