

Your voice

Herbst/Winter 2020

Das Magazin für laryngektomierte und tracheotomierte Menschen



Porträt: Dr. Gernot Moser
Fokus: Angekommen im neuen Leben
Therapie: Fingerfrei sprechen

Atos
Breathing-Speaking-Living



Traditionelles Spielzeug und beliebtes Souvenir: die geschnitzten Holzpferde aus der Provinz Dalarna.

Unser kleiner Liebling

Es ist das von Touristen am häufigsten gekaufte Souvenir: Das aus Holz gefertigte und liebevoll bemalte Dalapferd (schwedisch: Dalahäst) gilt längst als Symbol für ganz Schweden.

Die meisten von ihnen sind rot, es gibt sie aber auch in Weiß, Gelb, Hellblau, Dunkelblau, Rosa und vielen weiteren Farben. Traditionell werden die dekorativen Pferdefiguren von Hand geschnitzt und kunstvoll bemalt. Mittlerweile ist das beliebte Pferdchen aber nicht nur in Holz und in den unterschiedlichsten Größen zu haben, sondern ziert auch die unterschiedlichsten Gegenstände, von T-Shirts und Tassen über Servietten bis hin zu Weihnachtsbaumkugeln. Das Dalapferd stammt ursprünglich aus der Provinz Dalarna. Seine Entstehungsgeschichte lässt sich bis ins 17. Jahrhundert zurückverfolgen. Bei Wald- und Feld-

arbeiten spielten Pferde damals eine große Rolle. Wenn an langen kalten Winterabenden kaum andere Arbeiten möglich waren, fertigten die Bewohner Dalarnas gerne geschnitztes Kinderspielzeug an, das sie anschließend bemalten. Nach und nach interessierten sich umherziehende Händler für die Pferdchen, und so entwickelte sich die Dalahäst-Produktion zu einem willkommenen Zusatzeinkommen. 1939 hatte das Dalapferd sogar einen Auftritt bei der Weltausstellung in New York. Im Ort Nusnäs am Siljansee kann man übrigens in zwei Werkstätten zusehen, wie die Dalapferdchen in Handarbeit hergestellt werden. ●



Dr. Christian
Zischek,
Geschäftsführer der
Atos Medical GmbH.

„Wir wollen Ihren Alltag erleichtern“

Eine Kehlkopfoperation ist ein weitreichender Einschnitt im Leben. Wir von Atos Medical stehen Ihnen von Anfang an zur Seite und unterstützen Sie dabei, möglichst schnell wieder in den Alltag zurückzukehren. In unserem Fokus berichten drei Kehlkopfoperierte ab Seite 8 von ihren Erfahrungen. Haben Sie Fragen zu Ihrer Versorgung oder einem der genannten Themen? Dann sprechen Sie uns an. Wir sind gerne für Sie da!

Eine Anmerkung in eigener Sache: Ihnen ist vielleicht schon aufgefallen, dass sich die aktuelle Ausgabe in Ihren Händen anders anfühlt als die Hefte zuvor. Das liegt am neuen Umweltpapier. Nachhaltigkeit ist in unserer Unternehmensphilosophie fest verankert. Klimabewusstes Verhalten verstehen wir als eine wegweisende Tugend, und das schließt die Gestaltung unserer Medien ein. Deswegen verwenden wir nicht nur neues Papier, sondern lassen unser Magazin auch klimaneutral drucken. Damit leisten wir einen Beitrag zum CO₂-Ausgleich und unterstützen Projekte, zu denen Sie über den QR-Code im Impressum mehr erfahren können.

Ich wünsche Ihnen bereits eine schöne Adventszeit, frohe Feiertage und einen guten Start ins Jahr 2021!

Ihr Dr. med. Christian Zischek

Inhalt

- 2 Gruß aus Schweden
- 4 Spektrum
- 6 Porträt:
Dr. Gernot Moser
- 8 Fokus:
Angekommen im neuen Leben
- 12 Therapie:
Gute Pflege, längere Dichtigkeit
- 14 Therapie:
Fingerfrei sprechen
- 16 Unterwegs:
Winterzauber in der Schweiz
- 18 Impulse:
Motiviert durch den Winter
- 19 Gewinnrätsel



IMPRESSUM

Your voice ist das Magazin der Atos Medical GmbH für laryngektomierte und tracheotomierte Menschen. Artikelnummer: MC 0771

Herausgeber: Atos Medical GmbH · Mülheimer Straße 3–7
53840 Troisdorf · info.de@atosmedical.com · Tel.: 02241 1493-0
Fax: 02241 1493-74 · www.atosmedical.de

Kostenfreies Servicetelefon für Bestellungen: 0800 5353-667



Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/11584-2009-1007



Verlag und Redaktion: mk Medienmanufaktur GmbH · Döllgaststr. 7–9
86199 Augsburg · Tel.: 0821 34457-0 · info@mk-medienmanufaktur.de
www.mk-medienmanufaktur.de

Live und interaktiv: Neue Online-Seminare

Digitales Format – mit seinen Online-Seminaren bietet Atos Medical Kehlkopferoperierten und Fachpersonal auch in den aktuell herausfordernden Zeiten die Möglichkeit zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

COVID-19 hat persönliche Treffen vor Ort stark eingeschränkt. Da wir unsere Kunden in Deutschland, Österreich und der Schweiz bestmöglich schützen, aber trotzdem weiterhin gut informieren wollen, setzen wir bei unseren Seminaren derzeit auf digitale Formate“, erklärt Rüdiger Herbst aus dem Atos Medical Marketing.

Mit den Online-Seminaren, auch Webinare genannt, führt Atos Medical die gute Tradition der Veranstaltungsreihe „Stimme.vorOrt“ nun im Internet fort. „Unser Anliegen ist es, Betroffenen und deren Angehörigen Tipps für den Versorgungsalltag nach Kehlkopf-OP zu geben. In den Online-Seminaren können sie Produkte und deren Anwendung besser kennenlernen und die Tracheostoma-Versorgung optimieren“, so Rüdiger Herbst. „Darüber



Rüdiger Herbst, Atos Medical Marketing, freut sich, wie gut die Webinare angenommen werden.



Die Webinare ermöglichen eine interaktive Wissensvermittlung und Erfahrungsaustausch.

hinaus bieten wir diverse Fortbildungsmöglichkeiten für Fachpersonal aus dem HNO Bereich an.“

Alltagsrelevante Themen

Bei den Seminarinhalten richtet sich Atos Medical zum einen nach den individuellen Bedürfnissen der Betroffenen. „Hier bekommen wir oft durch unsere Anwendungsberater oder auch direkt per Mail Themenwünsche übermittelt“, erklärt Rüdiger Herbst. „Zum anderen orientieren wir uns an aktuellen oder saisonalen Gegebenheiten.“ So fand beispielsweise das erste Online-

Seminar für Betroffene als Live-Interview mit Dr. med. Christian Zischek (Geschäftsführer Atos Medical GmbH) zum Thema „Tipps für den Alltag als Halsatmer während COVID-19“ statt. Und während etwa im Sommer, wenn man stärker schwitzt, Themen wie die Haftung der Klebesysteme eine größere Rolle spielen, ist im Winter für viele interessant, wie sie ihre Lunge bestmöglich bei Kälte schützen können. Die Teilnehmer können auf der Homepage www.atosmedical.de eine Übersicht der anstehenden Online-Seminare finden. Eine Teilnahme ist kostenlos und bedarf lediglich einer

kurzen Anmeldung. „Wir haben von vielen Teilnehmern erfahren, dass sie sich für die technische Hilfe am Computer einen Freund oder Enkel zu Rate gezogen haben, um daran teilzunehmen“, so Rüdiger Herbst. „Es freut uns natürlich sehr, dass diese Hürde erfolgreich angenommen und gelöst wird.“ Das Marketing Team stellt sicher, dass alle Kameras der Teilnehmer ausgeschaltet sind und sich dennoch jeder Teilnehmer wenn gewünscht mitteilen kann, um Fragen zu stellen. „Wir sind froh, diesen Schritt gemeinsam in schwierigen Zeiten mit Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonal gegangen zu sein, um weiterhin füreinander da zu sein.“ ●

Weitere Informationen

Aktuelle Seminarangebote finden Sie auf der Homepage von Atos Medical.

Hinweis zu Terminen



An dieser Stelle finden Sie meist Termine zu Seminaren des Bundesverbands der Kehlkopferierten e. V. Aufgrund der derzeitigen Situation wird es im Jahr 2020 keine Präsenzseminare des Bundesverbands mehr geben. Einige Seminare wurden jedoch inzwischen vom Bundesverband und von einzelnen Landesverbänden als Online-Veranstaltungen angeboten. Mehr darüber, wie und wann es online oder wieder vor Ort weitergeht, erfahren Sie unter www.kehlkopferiert-bv.de



Informationen des Vereins der Kehlkopferlosen und Halsatmer Österreichs e. V. finden Sie unter: www.halsatmer.at

19 Paletten Hoffnung

Als die Hilfsorganisation humedica e. V. dieses Frühjahr zu einem Versorgungstransport nach Osteuropa aufbrach, waren auch Hilfsmittel von Atos Medical für Tracheotomierte an Bord.

Insgesamt 19 Paletten mit medizinischen Hilfsgütern wie Basisplatten zur Tracheostomaversorgung, HME-Filter, aber auch Kompressen und Reinigungstücher stellte das Atos-Medical-Team in Troisdorf für den humedica-Einsatz zusammen. Ziel der Reise: die Ukraine. „Krankenhäuser dort haben vielfach enorme Probleme, ihre Patienten zu versorgen. Gerade Verbrauchsmaterialien sind oft Mangelware und können so über Leben und Tod entscheiden“, sagt Cecilia Homilius, Referentin Unternehmenskooperation bei humedica e. V. Neben Katastrophenhilfe und Entwicklungszusammenarbeit bildet die Versorgungshilfe den dritten Tätigkeitsschwerpunkt der Hilfsorganisation. Dafür ist humedica auch auf Sachspenden wie die von Atos Medical angewiesen.

„Um einen langfristigen Unterschied zu machen, sind unsere Hilfsgüterlieferungen in lokale Programme von Partnerorganisationen eingebettet, die uns den direkten Zugang zu den Bedürftigen ermöglichen“, berichtet Cecilia Homilius. In der Ukraine arbeitet humedica beispielsweise mit Children's Mission Ukraine zusammen, die sich zur Aufgabe gemacht haben, verarmten Familien, insbesondere auch mit Kindern mit Behinderung, gezielt zu unterstützen. Sie verteilen die Produkte direkt an zwei Krankenhäuser. Dort wurden die Hilfsgüter von Atos Medical mit großer Freude entgegengenommen. ●

Weitere Informationen zur Kaufbeurer Hilfsorganisation unter www.humedica.org



humedica sorgte dafür, dass die Spende von Atos Medical in der Ukraine ankam.

Plädoyer für die Stimme

All das zu tun, was er schon vor der Entfernung seines Kehlkopfs tat – das gibt Dr. Gernot Moser eine besondere Zufriedenheit und neue Freude am Leben. Für den Juristen aus Schwaz gehört dazu nicht nur seine anwaltliche Tätigkeit, sondern auch der Radrennsport und das Skifahren in den Tiroler Bergen.

Das Leben passiert, egal was man plant, und man weiß nie, ob man die richtigen Entscheidungen trifft“ – das ist das Motto von Dr. Gernot Moser, Rechtsanwalt in Schwaz, Österreich. Ganz so falsch waren seine Entscheidungen bisher aber nicht, denn der Jurist führt seit 1987 erfolgreich seine eigene Anwaltskanzlei, zu der mittlerweile drei Partner – darunter sein Sohn – gehören. Daneben ist der gebürtige Tiroler glücklich verheiratet und hat insgesamt drei Kinder und sechs En-

kel, mit denen er viel Zeit verbringt. Und nicht zuletzt geht der fitte 61-Jährige auch begeistert seinen sportlichen Hobbys nach. Dazu gehört das Skifahren im Winter in den Schwazer Bergen, aber auch das Rennradfahren. Allein letztes Jahr legte Dr. Moser rund 10.000 Kilometer im Rennradsattel zurück.

Rückschlag nach Besserung

Am 1. August 2017 wurde seine Lebensfreude jedoch erheblich gedämpft.

„An diesem Tag erhielt ich die Diagnose Kehlkopfkrebs“, erinnert er sich. „Das war natürlich schon ein Schock. Schließlich ist die Stimme für meine anwaltliche Tätigkeit essentiell, und der Gedanke daran, wie sich meine Krankheit wohl auf meinen Beruf, meine Familie und meine sportlichen Hobbys auswirken würde, machte mir schon Angst.“ Ganz unvorhergesehen kam diese Botschaft jedoch nicht, denn der Anwalt litt schon gut zwei Jahre an immer wiederkehren-



Bilder: Conny Kurz, privat

der, bis zum Stimmverlust reichender Heiserkeit. „Die regelmäßigen Untersuchungen meines HNO-Arztes waren nach dessen Aussage ohne Befund, die Untersuchung in der Klinik ergab einen fortgeschrittenen Tumor“, erzählt Dr. Gernot Moser. Um seine Stimme zu erhalten, folgte auf die Diagnose eine mehrmonatige Strahlen- und Chemotherapie. Sie wirkte. „Der Tumor war verschwunden, die Stimme war da, und alles schien normal. Im Frühjahr 2018 kehrte jedoch die Heiserkeit zurück“, so Dr. Moser. „Biopsien zeigten, dass sich ein Rezidiv gebildet hatte und an einer sofortigen Operation zur Kehlkopfentfernung kein Weg vorbeiführte.“

Fit im Alltag

Am 1. August 2018 erfolgte die Operation, die neben der Entfernung des Kehlkopfs auch das Einsetzen einer Stimmprothese umfasste. „Die Operation verlief glücklicherweise erfolgreich“, so Dr. Gernot Moser. Nach Wochen, ja Monaten der Belastung und Ungewissheit konnte er nun wieder etwas zuversichtlicher und positiver in die Zukunft blicken. Sieben Wochen nach der OP begann er seine Rehabilitation, das sofortige Sprachtraining

machte es möglich, nach rund vier Wochen später zumindest teilweise zu sprechen. Selbst erste Tagestouren mit dem Rennrad rund um das Rehazentrum waren möglich. Zu dieser Zeit kam er auch zu den Produkten von Atos. „Die haben für mich am besten funktioniert, und ich bin mit ihnen bis heute sehr zufrieden. Dies gilt insbesondere für die Provox® StabiliBase™, die den Druck beim Sprechen aufnimmt und daher viel zuverlässiger das Stoma abdichtet. Damit komme ich als viel und gern redender Mensch hervorragend zurecht.“ Aufgrund seines großen Lungenvolumens spricht Dr. Gernot Moser dabei nicht freihändig, sondern sichert mit einem Finger die Basisplatte am Hals. Im täglichen Leben sowie in seiner Anwaltskanzlei funktioniert das bestens, zumal er dort auch am Telefon mit Freisprechanlage und Headset arbeitet. Auch die Provox® HME-Filter leisten ihm gute Dienste – insbesondere auch bei seinen Hobbys: „Gerade die Provox® Micron HMEs™ sind nicht nur idealer Virenschutz, sondern eignen sich prima zum Skifahren. Sie schützen vor Wind, und ich kann perfekt atmen.“ Im Rennradsattel kommt dagegen der Provox® XtraFlow™ HME zum Einsatz.

Eine neue Sicht

Heute, rund zweieinhalb Jahre nach der OP und bis dahin sehr guten Kontrollergebnissen, strahlt Dr. Gernot Moser ein hohes Maß an Zuversicht und Zufriedenheit aus. „Alle Entscheidungen, die ich nach der Erstdiagnose getroffen habe, waren richtig, und bis auf das Schwimmen tue ich eigentlich alles, was ich auch vorher gemacht habe“, freut er sich. So legte er im Juli 2020 rund 1.100 Kilometer (z. B. auf dem Donauradweg von Passau nach Wien in vier Tagen) zurück. Und jetzt steht er schon wieder in den Startlöchern, um in der Skisaison in gewohnter Manier seine sportlichen Schwünge im alpinen Weiß der Tiroler Berge zu ziehen. Ganz spurlos jedoch ist die Erkrankung auch nicht an ihm vorbeigegangen:



Im Juli 2020 war Dr. Gernot Moser auf dem Donauradweg unterwegs.



„Natürlich relativiert sich die eigene Sicht auf das Leben, und man lernt die wirklich wichtigen Dinge mehr zu schätzen. Ich kann gut leben und viel machen, und das bringt mir eine neue Art der Zufriedenheit und Freude am Leben. Wichtig ist es, nicht die Hoffnung zu verlieren, sondern sich immer wieder neue Perspektiven aufzubauen, wichtig ist aber auch die Unterstützung meiner Frau.“ Einen kleinen positiven Aspekt kann der Jurist auch noch verzeichnen: „Insbesondere vor Gericht ist die Bereitschaft meiner Prozessgegner, zu schweigen und zuzuhören, erfreulich stark angestiegen. Eine neue Form der Höflichkeit, gerade mir nicht ins Wort zu fallen“, lacht Dr. Gernot Moser und blinzelt verschmitzt über seine Brille hinweg. ●



Heinz-Günter Dohmen, Thomas Cordes und Frank Mähl (von links) verbindet ein gemeinsames Schicksal: Alle haben eine Kehlkopfentfernung hinter sich. Atos Medical hat sie auf ihrem Weg zurück in den Alltag begleitet.

Bilder: Stefan Dürstewitz

Angekommen im neuen Leben



Drei Betroffene berichten von ihren Erfahrungen auf ihrem Weg von der Kehlkopfentfernung zurück ins Leben. Damit Patienten so schnell wie möglich wieder sprechen lernen, kümmern sich Mitarbeiter von Atos Medical im Idealfall schon im Krankenhaus um die passende Versorgung und begleiten sie fortan durch den Alltag.

Ein sonniger Spätsommernachmittag in Düsseldorf-Hamm. Vom Garten aus schweift der Blick über Blumenfelder und Gewächshäuser bis zum Fernsehturm. Aus der Nachbarschaft schallt das Gelächter heruntollender Kita-Kinder herüber. Drei Ehepaare haben auf der Terrasse Platz genommen – wegen der Corona-Ansteckungsgefahr mit gebührendem Abstand. Dabei stehen sie sich nah, obwohl sie sich heute zum ersten Mal treffen. Sie verbindet ein gemeinsames Schicksal: Alle drei Ehemänner haben eine Kehlkopfentfernung hinter sich. Wie wichtig Austausch, Beratung und Betreuung in dieser Situation sind, das soll Thema ihres Gesprächs sein. Und hier kommt Atos Medical ins Spiel. Seit über 30 Jahren steht der Hilfsmittelhersteller für innovative Produkte zur stimmlichen und pulmonalen Rehabilitation. Neben der hochwertigen „Hardware“ nehmen in diesem sensiblen Bereich auch die „Soft skills“ eine

wichtige Rolle ein. Ergänzend zur Produktentwicklung und -fertigung gilt es also auch, Patienten mit ihren individuellen Bedürfnissen von Mensch zu Mensch abzuholen. Darum kümmern sich bei Atos Medical Homecare unter anderem die Anwendungsberater. Sie kontaktieren die Betroffenen bereits proaktiv in der Klinik, zeigen ihnen Perspektiven auf und besuchen sie möglichst am ersten Tag nach der Entlassung zu Hause. Thomas Cordes, dessen Eingriff fast genau ein Jahr zurückliegt, erinnert sich: „Meine Anwendungsberaterin habe ich schon im Krankenhaus kennengelernt, und wir haben gemeinsam die Hilfsmittelversorgung, die mir den Schritt nach Hause ermöglicht hat, besprochen.“ Seitdem gehören ihre Besuche und Anrufe zum Alltag des 68-Jährigen. „Am Anfang hatte ich viele Fragen, langsam wird es weniger. Sie regelt einfach alles“, berichtet der pensionierte



„Es ist wichtig, immer nach vorne zu sehen, auch wenn man erst mal in ein tiefes Loch fällt. Ich bin zufrieden damit, was ich nach einem Jahr schon wieder kann.“

Thomas Cordes, 68, laryngektomiert seit 2019



► Orthopädie-Schuhmacher-Meister und betont: „Das Wichtigste ist ein zuverlässiger Ansprechpartner, den ich immer anrufen kann.“

Betroffenen schon im Krankenhaus eine Perspektive aufzeigen

Professionelle Begleitung von Anfang an – ebenso wie die Unterstützung durch Selbsthilfegruppen – liegt Heinz-Günter Dohmen besonders am Herzen. Der 71-Jährige, selbst seit 20 Jahren laryngektomiert, ist Vorsitzender des Landesverbandes der Kehlkopferoperierten NRW. „Man hört das Wort Krebs und ist am Boden zerstört“, beschreibt er den Schock, der mit der Diagnose einhergeht. „Deshalb gehen wir vom Landesverband schon vor der OP in die Kliniken und zeigen den Patienten an unserem eigenen Beispiel, dass das Leben weitergeht.“ Auch für die Angehörigen sei das ein wichtiger Faktor, wie der pensionierte Rettungsassistent und Verwaltungsmitarbeiter weiß. „Manche haben mehr Angst als der Patient selbst.“ Das hat auch seine Frau Elfriede beobachtet. Sie unterstützt die ehrenamtliche Arbeit ihres Mannes als Angehörigenbetreuerin. „Viele Ehepartner rufen abends an und wollen reden“, berichtet sie.

„Denn wenn man plötzlich nicht mehr alles kann, wird man auch mal ungehalten“, so Elfriede Dohmen. „Das ist ganz normal.“

Nicht mehr alles zu können, das hat auch Frank Mähl anfangs am meisten belastet. Jahrgang 1965, ist er der Jüngste in der Runde und noch berufstätig. Vor zwei Jahren wurde er operiert. Zehn Monate lang war er danach zu Hause, bevor er mithilfe einer Wiedereingliederung zur Arbeit, der Organisation eines Lagers, zurückkehren konnte. Die beinhaltet auch Kundenkontakte. „Das Wichtigste ist deshalb für mich, dass die Stimmprothese funktioniert“, betont

er. Wie auch bei Thomas Cordes und Heinz-Günter Dohmen hat es etwa ein halbes Jahr gedauert, bis er richtig sprechen konnte. Ein halbes Jahr, in dem die Atos-Anwendungsberaterin ihm vertrauensvoll zur Seite stand. Zunächst ging es um die Erstversorgung, die gemeinsame Auswahl der passenden Hilfsmittel, die richtige Handhabung, das stete Training. Auch einen Langzeitplan entwickelte sie mit dem Patienten. Nun, zwei Jahre nach dem Eingriff, wendet sich Frank Mähl nach wie vor an seine Ansprechpartnerin, wenn es Fragen rund um den Alltag nach der Laryngektomie gibt. „Sie stellt aber auch von sich aus Alternativen vor und gibt mir Empfehlungen.“ Telefonisch und persönlich, nach Verabredung oder spontan. Darüber hinaus hat er bereits an Patientenseminaren und seit Neuestem auch an den Webinaren von Atos Medical teilgenommen.

Intensive Schulung durch die Anwendungsberater

Der Erfahrungsaustausch auf der Terrasse macht deutlich, wie immens wichtig die Rolle der Homecare-Außendienstmitarbeiter für Kehlkopferoperierte und ihre Angehörigen ist. Dank einem bundesweit

„Wir vom Landesverband gehen ins Krankenhaus und zeigen uns selbst als Beispiel, damit die Patienten sehen, dass das Leben weitergeht.“

Heinz-Günter Dohmen, 71, laryngektomiert seit 2000



ausgebauten Netzwerk können sie auch kurzfristig einen reibungslosen Übergang vom Krankenhaus in die häusliche Versorgung organisieren – und damit sogar das Klinikpersonal entlasten. Der Hilfsmittelhersteller stellt den Anspruch, dass seine Anwendungsberater alle Produkte 100-prozentig kennen, stets über Neuentwicklungen im Bilde sind und ihre Kunden aus erster Hand und zeitnah informieren können. Außer Information und Beratung gehört auch die intensive Schulung zu ihren Aufgaben. Kontinuierlich begleiten sie „ihre“ Patienten von der OP über die Entlassung und Reha bis hin zur Wiederaufnahme ihres Alltags und darüber hinaus. Im Laufe der Jahre lernen sie deren Bedürfnisse und Fähigkeiten besonders gut kennen und können abwägen, was für ein Produkt für wen in welcher Phase geeignet ist, zum Beispiel Provox® System FreeHands FlexiVoice™. Das freihändige Sprechen haben Thomas Cordes und Frank Mähl trainiert, nutzen es aber noch eher selten. „Erst mal will ich vernünftig sprechen, dann kommt der nächste Schritt“, hat Thomas Cordes gemeinsam mit der Atos-Expertin entschieden. Frank Mähl hat darüber hinaus eine elektronische Sprechhilfe für den Notfall zu Hause. Heinz-Günter Dohmen hingegen gehört zu den wenigen Kehlkopfoperierten, die keine Prothese tragen, sondern mit der sogenannten Ruktustimme sprechen. Dabei drückt man zum Beispiel Luft in die Speiseröhre und nutzt diese für die Tonbildung.

Auch die Partner machen eine schwere Zeit durch

Zweimal im Jahr lädt Heinz-Günter Dohmen Hilfsmittelanbieter wie Atos Medical zu Informationsveranstaltungen seines Verbandes ein, wo sie neue Produkte präsentieren und Fragen beantworten. So fühlen sich Patienten selbst Jahrzehnte nach der OP noch aktuell und gut beraten. Den Part-

nerinnen und Partnern der Patienten hingegen tut es gut, Probleme individuell zu besprechen, denn sie tragen in der Regel eine große Last. „Die Anfangszeit war schwer“, erinnert sich Sylvia Mähl, die bisher außer der Beratung durch Atos Medical noch keine weitere Unterstützung wahrgenommen hat. „Wir wollten erst mal gemeinsam klarkommen“, war sie sich mit ihrem Mann einig. Anders Beate Cordes, die von den zusätzlichen persönlichen Gesprächen profitierte: „In der Gruppe bestand von Anfang an eine Zusammengehörigkeit.“ Um ihren Alltag zu meistern, gehört für Kehl-

kopfoperierte menschliche Nähe einfach dazu: sich austauschen. Sehen, wie andere mit ihrem Schicksal, aber auch praktischen Themen umgehen. Neuen Lebensmut schöpfen. Hochwertige Hilfsmittel, professionelle, kontinuierliche Beratung und individuelle Schulung, wie Atos Medical sie bietet, bilden die Voraussetzungen dafür. Als es auf der Düsseldorfer Terrasse langsam frisch wird und sich die Runde auflöst, bringt Thomas Cordes auf den Punkt, worin sich alle einig sind: „Es ist wichtig, immer nach vorne zu sehen.“ ●

„Die Atos-Beraterin stellt auch Alternativen vor und legt großen Wert darauf, dass alles funktioniert. Ich fühle mich gut betreut und aufgehoben.“

Frank Mähl, 55, laryngektomiert seit 2018



Sprechen Sie uns an!

Atos Medical arbeitet eng mit Ärzten, Logopäden und kehlkopfoperierten Menschen weltweit zusammen, um Produkte zu entwickeln, die Ihnen Lebensqualität zurückgeben. Als spezialisierter Homecare Dienstleister für tracheotomierte und laryngektomierte Menschen beraten und betreuen unsere examinierten Pflegekräfte Sie in Ihrem häuslichen Umfeld und versorgen Sie mit den passenden Hilfsmitteln. So unterstützen wir Sie dabei, nach der Operation möglichst schnell wieder in den Alltag zurückzukehren. Wenn Sie Fragen zu Ihrer Versorgung und Ihren Möglichkeiten haben, sprechen Sie uns gerne an!

Gute Pflege, längere Dichtigkeit

Wer seine Stimmprothese sorgfältig reinigt, tut viel dafür, ihre Funktion zu erhalten und „bei Stimme“ zu bleiben. Das Provox®-System bietet für die effektive Pflege eine Reihe nützlicher Hilfsmittel. Nach einer Einweisung vom Anwendungsberater sind sie ganz einfach im Alltag zu handhaben.

Es ist wie mit dem Zähneputzen“, sagt Sandra Meyer. „Zweimal täglich, morgens und abends.“ So oft sollte die Stimmprothese auf jeden Fall gereinigt werden, um sie möglichst lange funktionsfähig zu halten. Die Anwendungsberaterin bei Atos Medical rät ihren Patienten, die Reinigung ganz selbstverständlich in den Alltag zu integrieren. Durchschnittlich tragen Laryngektomierte eine Stimmprothese zwei bis vier Monate, individuell auch länger. „Spätestens nach einem Jahr wird sie in der Regel vom Arzt vorsorglich getauscht“, weiß Sandra Meyer. Die Grundreinigung mit der Provox® Brush dauert nur wenige Minuten. Dazu den angefeuchteten Bürstenkopf sanft in die Stimmprothese einführen, ohne über einen möglichen Widerstand hinwegzugehen. Drehend vor und zurück bewegen, um Speisereste und Mikroorganismen wie Bakterien und Pilze aus dem Bereich des Durchgangs und der Ventilklappe zu entfernen. „Das Bürstchen gehört zur Erstausrüstung“, erläutert Sandra Meyer. „Ich empfehle meinen Patienten aber auch immer die Provox® Flush zum anschließenden Spülen.“ Hat man den Umgang mit der Spülpipette erst mal ausreichend gemeinsam geübt, erreicht man damit ein noch besseres Reinigungsergebnis: Zunächst ist der Balg nur mit Luft gefüllt. Der blaue Schaft wird so in den Eingang der Prothese gesetzt, dass der Abschluss dicht ist, ohne dabei stark zu drücken. Mit der anderen Hand den Balg zusammenpressen, sodass ein kräftiger, verwirbelter Luft-

stoß die Stimmprothese von Ablagerungen befreit. Bevor man den Balg sich wieder entfalten lässt, wird die Flush ganz aus dem Tracheostoma zurückgezogen. Mit zunehmender Routine, und wenn die Abdichtung zwischen Spitze der Spülpipette und Ventilkörper wirklich 100-prozentig ist, damit nichts in die Luftröhre tropft, kann man den Balg mit Trinkwasser befüllen. „Mit ein wenig Übung können die Kunden auf diese Weise viel selbst dafür tun, dass ihre Stimmprothese so lang wie möglich ihre Dichtigkeit behält“, so Sandra Meyer.

Hilfsmittel immer griffbereit haben

Eine regelmäßige Reinigung ist also wichtig, um die Besiedelung der Stimmprothese mit dem Candida-Pilz so gering wie möglich zu halten. Fast jeder Mensch hat diesen Hefepilz im Bereich des Speiseweges, also z. B. im Mund, manche mehr, manche weniger. Erst wenn sich der Biofilm auf der Ventilklappe festsetzt, kann sie nicht mehr komplett abdichten. Man spricht von einer Leckage. Fachleute unterscheiden zwischen zwei Varianten: Liegt eine transprothetische Leckage vor, schließt das Ventil an sich nicht mehr ganz, Flüssigkeit tropft in die Lunge. Bei einer periprothetischen Leckage kommt die Flüssigkeit an der Seite vorbei. In beiden Fällen verspürt der Betroffene beim Essen oder Trinken einen Hustenreiz. „Husten bei der Nahrungsaufnahme ist ein wichtiger Schutzreflex, aber auch häufig ein Zeichen für eine Leckage“, erläutert Sandra Meyer, „und Grund für einen baldigen Arztbesuch.“ Nicht nur Mikroorganismen, auch Schleim



Sandra Meyer ist Anwendungsberaterin bei Atos Medical Homecare.



Die Stimmprothese sollte mindestens zweimal täglich gereinigt werden.

oder Nahrungsreste können die Stimmprothese verstopfen und das Sprechen unverhofft erschweren. „Ich sage daher immer: Beim Essen nicht sprechen“, betont die gelernte Krankenschwester. Denn so verfangen sich schon mal Speisereste an der Klappe. Das lässt sich zwar sofort mit der Bürste beheben, aber man muss sie auch parat haben, zum Beispiel, wenn man außer Haus essen geht. „Nehmen Sie deshalb die Hilfsmittel immer in einem kleinen Kultur-

beutel mit“, empfiehlt sie. „Außerdem einen kleinen Spiegel und eine Taschenlampe.“ Denn manchen Betroffenen ist der Reinigungsvorgang im öffentlichen Waschraum nicht angenehm, und sie ziehen sich lieber in eine Toilettenkabine zurück.

Die Situation annehmen

Es ist schon ärgerlich, wenn man sonntagabends gemütlich beim Essen zusammensitzt und spürt: Die Stimmprothese ist undicht, reinigen reicht nicht. Was tun? Zunächst vor dem Spiegel einen Schluck trinken, um herauszufinden, wo die Flüssigkeit austritt, so Sandra Meyer. Tropft es durch die Mitte, kann man die Leckage einfach vorübergehend mit dem Provox® Plug, einem Verschlussstopfen abdichten, und sich so behelfen. In den darauffolgenden Tagen steht dann aber ein Arztbesuch an, um die Prothese auswechseln zu lassen.

„Durch die Kehlkopf-OP ändert sich vieles“, bestätigt Sandra Meyer, die mit der Situation auch privat vertraut ist, da ihre Mutter seit 2017 eine Stimmprothese trägt. „Das gilt es anzunehmen und neue Routinen in den Alltag zu integrieren. Dann gewinnt man aber auch wieder enorm viel Lebensqualität.“ ●

Profitipps zur Stimmprothesenreinigung

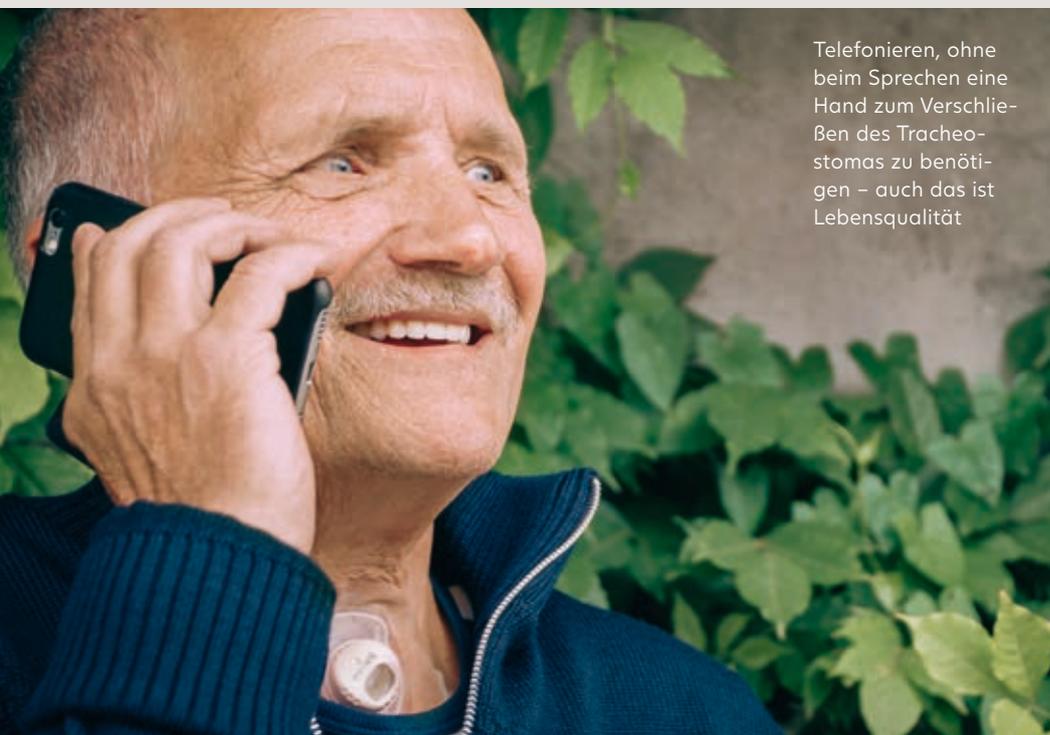
- Benutzen Sie zur Reinigung Ihrer Provox®-Stimmprothese unbedingt auch das original Provox®-Zubehör. Sämtliche Komponenten des Provox®-Systems sind passgenau und perfekt aufeinander abgestimmt. Verwendet man ein anderes Produkt, das nicht für die Provox Serie zugelassen ist, besteht keine Garantie für die Unbedenklichkeit und Sicherheit, schlimmstenfalls kann es das Ventil beschädigen.
- Vermeiden Sie spitze Hilfsmittel wie Pinzetten zur Reinigung. Auch dies kann Schäden am Material verursachen.
- Die Provox® Brush vor dem Einführen in die Stimmprothese immer anfeuchten. Angetrocknetes Sekret wird dadurch aufgeweicht und lässt sich viel leichter entfernen. Der Fortsetzung des Gespräches steht dann nichts mehr im Wege.

Unser Service

Fordern Sie den kostenfreien Stimmprothesen-Pass mit der Antwortkarte auf der Klappkarte im Umschlag an.

Ein Stück Normalität

Wer fingerfrei spricht, kann sich natürlicher und spontaner ausdrücken. Darin will Atos Medical möglichst viele Patienten unterstützen. Anwendungsberater Cassjen Brüning freut sich über jeden einzelnen Erfolg.



Telefonieren, ohne beim Sprechen eine Hand zum Verschließen des Tracheostomas zu benötigen – auch das ist Lebensqualität

Fingerfrei sprechen

1. Ihr Arzt oder Logopäde kann Ihnen bei Auswahl und Anbringung des Provox®



FreeHands Support™ helfen. Es ist in drei Varianten erhältlich: flach (1 Punkt) mittel (2 Punkte) und tief (3 Punkte).

2. Reinigen Sie Ihre Haut an der Stelle, an der der Flexiflügel befestigt werden soll, und lassen Sie Ihre Haut trocknen.



Nur nicht gleich nach dem ersten Versuch aufgeben!“ Das ist Cassjen Brüning wichtig zu betonen. Der Anwendungsberater bei Atos Medical hat eine Mission. Im Großraum Mecklenburg-Vorpommern besucht und berät er Patienten, denen der Kehlkopf entfernt werden musste. Je nachdem, wie lange ihre OP oder Reha zurückliegt, haben sie viele unterschiedliche Fragen. Dafür ist Cassjen Brüning da. Er stellt passende Hilfsmittel vor, informiert über Vor- und Nachteile, probiert sie gemeinsam mit den Patienten aus. Oder hört einfach mal zu. Besonders am Herzen liegt dem 40-Jährigen, dass möglichst viele Operierte das Provox® Sys-

tem FreeHands FlexiVoice™ und FreeHands HME™ kennenlernen können. Denn es gibt ihnen ein Stück Normalität zurück. Das System ermöglicht das fingerfreie Sprechen, das manuelle Verschließen des Tracheostomas wird dadurch überflüssig. Beide Hände sind frei. Zum Gestikulieren, um etwas zu heben, zum Autofahren – oder um jemanden in den Arm zu nehmen.

Bloß nicht gleich aufgeben

Wie schnell Patienten mit FreeHands FlexiVoice™ zurechtkommen, ist individuell verschieden. „Manche Menschen mit einem besonders guten Empfinden

nutzen es schon nach einer halben Stunde Einweisung“, berichtet Cassjen Brüning. „Andere müssen einige Wochen lang üben.“ Gerade wenn man FreeHands zu früh nach der OP oder der Bestrahlung ausprobieren möchte, könne es schwierig sein. Viele Patienten sind in dieser Phase noch stark mit der Verarbeitung der neuen Situation beschäftigt. Sie sollten zunächst auf klassische Weise versuchen, ihre Stimme zu steuern. „Wenn das klappt, lässt es sich später erneut freihändig testen – bloß nicht gleich demotivieren lassen“, so Cassjen Brüning. Zur stimmlichen Rehabilitation ist der Besuch beim Logopäden aber in je-

3. Lösen Sie die Schutzfolie vom Flexiflügel. Verwenden Sie bei Bedarf



Provox® Skin Barrier, um Ihre Haut zu schützen. Positionieren Sie den Ring am FlexiVoice und drücken Sie den Flexiflügel fest auf die Haut.

4. Positionieren Sie den Ring am FlexiVoice und schieben Sie den Flexistab wieder in den Flexiflügel. Jetzt können Sie fingerfrei sprechen.



Jetzt können Sie fingerfrei sprechen.

dem Fall ratsam. Hier wird generell das Sprechen nach Laryngektomie geübt und perfektioniert. Denn es gibt unter den Kehlkopf-Operierten auch Menschen, für die das freihändige Sprechen nicht geeignet ist. Das kann zum Beispiel am Hauttyp liegen, auf dem die Basisplatte nicht gut genug haftet. Oder strukturelle Probleme nach der OP haben zur Folge, dass jemand nicht mit ausreichend fein reguliertem Druck sprechen kann. Das gilt es herauszufinden.

Neben den praktischen Vorteilen weist der Atos-Mitarbeiter, der selbst elf Jahre lang als Logopäde in einer onkologischen Rehaklinik tätig war, auf einen weiteren Pluspunkt des freihändigen

Sprechens hin: „Wenn Sie beim Reden mit dem Finger das Tracheostoma verschließen müssen, zeigen Sie ja immer auch auf den fehlenden Kehlkopf. Nutzt man FreeHands und trägt vielleicht noch ein leichtes Halstuch, kriegt die Umwelt mitunter gar nicht mit, dass man kehlkopflos ist.“ Ein aufbauender Moment ist für den Anwendungsberater auch immer, wenn bereits erfahrene Patienten erstmals FreeHands FlexiVoice™ testen: „Bei den ersten Sätzen wandert die Hand dann aus Gewohnheit immer zum Tracheostoma, bis sie merken, das brauche ich ja jetzt gar nicht mehr!“ Zumindest nicht mehr ständig. Denn Provox® FreeHands FlexiVoice™ sollte je nach Situation gezielt genutzt werden. Bei körperlichen Aktivitäten zum Beispiel, wie beim Radfahren oder bei der Gartenarbeit, empfiehlt es sich, vom Sprechmodus in den klassischen HME-Modus zu wechseln, in dem die Atmung leichter fällt. Das Sprechen ist dann wie gehabt mit dem Fingerschluss möglich.

Vom Glück, seine Enkel auf dem Schoß zu halten

Die Reinigung des FreeHands-Ventils ist unkompliziert. Eine milde Seifenlösung und lauwarmes Wasser lösen angetrocknetes Sekret. Der HME hingegen muss zwingend spätestens nach 24 Stunden getauscht und entsorgt werden. Hat ein Patient Husten oder aus anderen Gründen Sekretablagerungen, ist der Wechsel sogar noch häufiger nötig, rät Cassjen Brüning. „Das merkt man aber, das Atmen wird schwer, weil sich Feuchtigkeit ansammelt.“

Seit 2018 ist er mittlerweile für Atos Medical unterwegs. Und noch immer freut Cassjen Brüning sich über jeden Patienten, den er vom System FreeHands überzeugen kann. Zum Beispiel den Großvater, der ihm von seinem Glück berichtete, seinen Enkel wieder mit beiden Händen auf dem Schoß zu halten. „Da geht einem einfach das Herz auf.“ ●

Weitere Informationen

Falls Sie mehr über freihändiges Sprechen erfahren möchten oder Hilfe beim Umgang mit Provox® FreeHands FlexiVoice™ benötigen, setzen Sie sich einfach mit Ihrem Atos Medical Homecare-Außendienstmitarbeiter in Verbindung. Er hilft Ihnen gerne weiter.



Cassjen Brüning,
Anwendungsberater
bei Atos Medical.

Weitere Informationen zum freihändigen Sprechen finden Sie auch auf unserer Website.



Winterzauber in der Schweiz

Ob auf verschneiten Wanderwegen, beim Eisstockschießen oder einer gemütlichen Skiabfahrt, in der Schweiz gibt es viele Orte und Aktivitäten, um im Winter so richtig abzuschalten.



Christina Csaszar, Anwendungsberaterin, Atos Medical Schweiz, verrät einige ihrer persönlichen Lieblingsplätze.

Weltbekanntes Zermatt

Wer eine wirklich atemberaubende und weltberühmte Bergkulisse inmitten einer großen Wander- und Skiregion sucht und auch auf Shopping, Curling, Après-Ski und Wellnessangebote nicht verzichten will, ist in Zermatt im Südschweizer Kanton Wallis richtig. Trotz der vielen Vergnügungsmöglichkeiten hat sich Zermatt viel von seinem ursprünglichen Charme bewahrt. Und allein der Blick auf das markante, pyramidenförmige Matterhorn (4.478 m ü. M.) beeindruckt mich immer wieder. Es ist der meist fotografierte Berg der Welt. Übrigens: Hier kann man auch im Sommer Skifahren. In Europas größtem und höchstgelegenen Sommer-

Gemütliches Melchsee-Frutt

Der kleine Ort Melchsee-Frutt liegt eine gute Stunde von Zürich entfernt in einem Hochtal im Kanton Obwalden (Zentralschweiz), oberhalb der Baumgrenze. Die Landschaft ist etwas



Die Winterwanderwege auf dem Hochplateau Melchsee-Frutt sind ein Erlebnis für die ganze Familie.

karg, aber gerade das gefällt mir. Hier kann man schöne Winterwanderungen oder auch Schneeschuhtrails machen, beispielsweise ganz gemütlich um den im Winter meist zugefrorenen Melchsee oder vom Dorf Melchsee-Frutt bis zur Tannalp am Tannensee. Am Wendepunkt der Tour liegt ein Berggasthaus, in dem man sich gut vor dem Rückweg stärken kann. Auch Eisangler kommen an den beiden Seen auf ihre Kosten. Dazu vertraut man sich am besten der Führung eines erfahrenen Guides an. Und natürlich gibt es auch weitläufige, sonnige Langlaufloipen und schöne Alpinski-Pisten unter anderem: Bonistock, Balmeregghorn und Erzegg. Schlittenfahrern sei die acht Kilometer lange Piste hinunter zur Talstation nach Stöckalp empfohlen. Melchsee-Frutt ist autofrei. www.melchsee-frutt.ch



skigebiet trainieren viele Skinationalmannschaften. Außerdem ist Zermatt ein beliebtes Ausflugsziel für Biker, Kletterer und Paraglider.

www.zermatt.ch

Aufwärm Tipp

Wärme von innen beschert eine **Goldene Milch**.

Diese gibt es als fertige Gewürzmischung. Man kann sie aber auch leicht selbst machen. Dazu ein Stück frische Kurkuma (ca. 2-3 cm oder 1 EL Kurkumapulver) und ein daumengroßes Stück Ingwer schälen, reiben und mit 120 ml Wasser in einem Topf erhitzen. Unter ständigem Rühren einköcheln lassen, bis eine sämige Paste entstanden ist.

Je nach Geschmack 1 TL bis 1 EL der Paste in 350 ml Milch (es geht Kuh-/Mandel-/Kokosmilch) einrühren, mit etwas Zimt und Pfeffer würzen und noch etwas weiter köcheln lassen. Nach Belieben mit Honig oder Ahornsirup süßen. Die Grundpaste hält sich ca. zwei Wochen im Kühlschrank.



Idyllisches Saas-Fee

Ein Geheimtipp ist das idyllische Saas-Fee im sonnenverwöhnten Saastal nahe Zermatt in den Walliser Alpen. Über ein Dutzend Viertausender umgeben das Gletscherdorf, in dem übrigens



Das Saastal liegt mitten in den höchsten Bergen der Schweiz.

vor 36 Jahren das Video zu „Last Christmas“ des britischen Popduos „Wham!“ gedreht wurde. Wer ganz hoch hinaus möchte, macht mit der Metro Alpin einen Ausflug zum höchstgelegenen Drehrestaurant der Welt auf 3.500 m.ü.M. Neben hervorragenden Skipisten gibt es hier kilometerlange Winterwanderwege und den Schlittelweg „Hannig“. Ein spektakuläres Panorama begleitet Sie bei der fünf Kilometer langen Abfahrt ins Dorf. Und ganz in der Nähe von Saas-Fee befindet sich übrigens die längste Schlittelpiste im Saastal, die elf Kilometer lange Abfahrt von der Bergstation Kreuzboden auf 2.400 Metern Höhe hinab nach Saas-Grund. In Saas-Fee gibt es neben einigen „sternreicheren“ Hotels übrigens ganz besonders viele gemütliche Familienhotels und attraktive Ferienwohnungen für jedermann. Saas Fee ist um einiges ruhiger als Zermatt und ebenfalls autofrei. www.saas-fee.ch

Motiviert durch den Winter

Jetzt, wo die Temperaturen kühler und die Tage kürzer werden, verfallen wir leicht in den Winterblues. Mit unseren Tipps lässt sich das Jahresende trotzdem glücklicher und produktiv erleben.

Wer kennt es nicht? Am Morgen ist es noch stockdunkel, wenn der Wecker klingelt, und schon zur Kaffeezeit schwindet das Tageslicht wieder. Dann lockt die Kuschelecke auf der Couch vorm Fernseher mehr als Winterschuhe und Schirm für einen Spaziergang. Viele von uns teilen die Erfahrung, dass sich die kalte Jahreszeit auf unsere Motivation auswirkt: Wir fühlen uns einfach leistungsfähiger, wenn wir uns in der eigenen Haut wohlfühlen. Im Winter wird allerdings genau dieses Wohlbefinden auf eine

besondere Probe gestellt. Verminderte Sonneneinstrahlung tagsüber verstärkt die Produktion von Melatonin, dem Schlafhormon, und vermindert gleichzeitig die Ausschüttung des Glückshormons Serotonin. Und nicht nur die Dunkelheit des Winters wirkt sich auf unser Wohlbefinden aus: Wegen des nasskalten Wetters halten wir uns öfter im Haus auf und sind weniger aktiv. Dabei wäre es gerade dann wichtig, sich im Freien zu bewegen. Das hat nämlich die umgekehrte Wirkung: mehr Glückshormon, weniger Schlafhormon. ●



Bewegung an der frischen Luft hebt die Stimmung. Manchmal hilft auch Schokolade ...

Tipps gegen den Winterblues

So gewinnen Sie gegen die allgemeine Antriebslosigkeit im Winter:

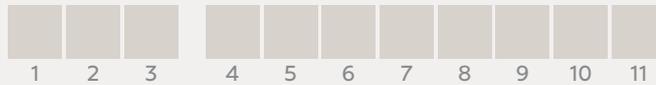
1. Gehen Sie an die frische Luft. Das Auffahren fällt sicherlich schwer, aber Körper und Geist fühlen sich danach direkt frischer.
2. Es hilft, sich nicht daheim zu isolieren. Auf fest eingeplante Treffen mit Freunden können Sie sich schon im Voraus freuen. Wie wäre es mit einem gemeinsamen Spaziergang?
3. Lächeln und lachen Sie viel. Dann schüttet Ihr Körper Endorphine aus, die nicht nur Ihr Immunsystem stärken, sondern auch Ihre Konzentrationsfähigkeit steigern.
4. Tun Sie Ihrem Körper beim Essen etwas Gutes. Nährstoffreiche Lebensmittel unterstützen Ihre Widerstandskräfte gegen Erkältungserreger und helfen bei der Bildung von Glückshormonen (Chili, Nüsse und dunkle Schokolade sind wahre Zaubermittel).
5. Ein positiver Fokus macht viel aus. Versuchen Sie, die Winterzeit in ihrer Einzigartigkeit zu genießen, etwa mit würzigem Gebäck und heißer Schokolade bei Kerzenlicht.
6. Und schließlich: Seien Sie gnädig mit sich. Der Winter darf eine Zeit der Besinnung und des Kraft sammelns sein. So können Sie dann mit voller Energie in den Frühling starten.

Rätseln Sie mit!

Haben Sie das *Your voice*-Magazin aufmerksam gelesen? Zeigen Sie Ihr Wissen und rätseln Sie mit. Mit etwas Glück gewinnen Sie eine Thermosflasche (siehe Umschlagklappe). Schicken Sie uns Ihre Lösung bis zum **21.01.2021** mit der Antwortkarte zu.

Teilnahmebedingungen: Teilnahmeberechtigt sind Personen, die mindestens 18 Jahre alt sind. Mitarbeiter der Atos Medical GmbH dürfen nicht teilnehmen. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt und sind mit der Veröffentlichung ihres Namens einverstanden. Die Gewinnspielteilnahme ist unabhängig von einer Abo- oder Produktmusterbestellung.

- Schwedische Holzfigur: ...pferd
- Freihändig ...
- Spülpipette Provox ...
- Hefepilz in Mund- und Rachenraum
- Luftröhrenschnitt
- Hilfsorganisation aus Kaufbeuren
- Atos Medical spendete Hilfsmittel für Krankenhäuser in der ...
- Winterliches Hobby unseres Porträtierten
- Hilfsmittel, das nach Kehlkopfentfernung das Sprechen ermöglicht: ... prothese
- Betreuung und Versorgung mit Hilfsmitteln im häuslichen Umfeld



Abk.: Riesen- torlauf	▼	Farbton	Abk. für einen Bibel- teil	▼	gebän- deter Edel- stein	vormals	fettig, frang	Zeichen für Titan	▼	10	Standard der Film- empfind- lichkeit	▼	um Almosen bitten	span- nisch: Freund	▼	lautmal.: Geräusch bei einem Aufprall
5	▶												Ausruf des Schmer- zes	▶	2	
	▶		3		Wohn- stätte	▶				9						8
glänz. Baum- woll- gewebe	2		Aristo- kratie ohne Würze				5	Tier aus einem fernen Land					Abk.: Int. Social Service			
					kurz für CD, DVD					fertig gekocht	Abk.: Europ. Wirtschafts- gemein- schaft			1	Abk.: Milliarde	
ugs.: Orangen- saft		Abk.: anhän- gend		Wander- pfad			10	flink, wendig					Kosename d. Großmutter			
								Kloster- vorsteher					Hirschart			
chem. Element, Metall								amerik. Papagei				Zeichen für Neon			Abk.: Rund- funk	
								unver- schlossen							sowieso	
Abzähl- reim: ..., me- ne, muh				7				österr.: Rahm				6	Geliebte des Zeus			
			kurz für: Unter- suchungshat													
			Kurzform: Maine						11	gasfö- rmiges chem. Element			Kfz-Z. Schweiz			Initialen Einsteins † 1955
persönl. Fürwort, 1. Person Singular		Tierseu- che (Abk.)			7	Groß- stadt in Indien	3								Flächen- maß	
		Gebäude- veränderung													Abk.: laufend	
besitz- anzei- gendes Fürwort						leichte Ver- tiefung					1		Windschat- tenseite			
								Schlange in „Das Dschun- gelbuch“		Ortschaft						inhalts- los, lang- weilig
			Gebets- schluss- wort							schoff. Na- mensteil			8			
Abk.: Anmel- dung	nah							tiefe Bewusst- losigkeit					Welthilfs- sprache			kurz für: Los Angeles
	Abk.: vom Hundert					Abk.: außer Dienst							ugs.: modern			
Abk.: vor allem				unweit				Zimmer- pflanze							span. Artikel	
									9							
6									4							

svd1715-11

Xtra Care Xtra Schutz



Freevent® XtraCare™ Provox® Micron HME™

Schützen Sie sich und andere.

Provox Micron und Freevent XtraCare – Ihr persönlicher Virenschutz^{1, 2, 3}

Beide Produkte reduzieren das Einatmen von in der Luft enthaltenen Partikeln (wie Viren und Bakterien) über das Tracheostoma wirkungsvoll. Die 99%-ige Filtration der Luft, die über das Tracheostoma ausgeatmet wird, schützt Personen in Ihrem Umfeld.^{1, 2, 3}

¹ Bitte beachten Sie: Da Krankheitserreger auch auf anderen Wegen in den Körper gelangen können (wie z.B. über Mund, Nase und Augen), kann Provox Micron und Freevent XtraCare niemals einen vollständigen Schutz garantieren. Bitte beachten Sie die Gebrauchsanweisung als Orientierungshilfe.

² Provox Micron und Freevent XtraCare sind nicht spezifisch auf die Schutzwirkung gegen das COVID-19-Virus getestet.

³ Mehr als 99% Filtration nachgewiesen durch Bacterial Filtration Efficiency (BFE) GLP Report and Viral Filtration Efficiency (VFE) GLP Report, Nelson Laboratories, Salt Lake City, USA. Auf Anfrage bei Atos Medical erhältlich. www.atosmedical.de

02241 14 93 444

Bestellen Sie jetzt ein kostenfreies Musterexemplar und nutzen Sie Ihren Virenschutz.

Atos

Breathing-Speaking-Living
atosmedical.com

Unser Service für Sie: Ihr Stimmprothesen- bzw. Tracheostoma-Pass

Sämtliche wichtigen Daten, die Ihre Versorgung mit einer Stimmprothese oder mit einem Tracheostoma betreffen, können im **Stimmprothesen- bzw. Tracheostoma-Pass** dokumentiert werden. Der Pass dient Ihnen, dem pflegerischen Fachpersonal und Ihrem behandelnden Arzt als hilfreiche Informationsquelle.

Bestellen Sie den für Sie relevanten Pass am besten gleich kostenfrei mit der untenstehende Bestellpostkarte.



Porto
bezahlt
Empfänger

Deutsche Post
ANTWORT

Atos Medical GmbH
Mülheimer Straße 3 - 7
53840 Troisdorf

ABSENDER

Vor- und Nachname

Adresse

Telefonnummer

E-Mail

Ich bin damit einverstanden, dass meine von mir zur Verfügung gestellten personenbezogenen Daten zum Zwecke der Werbung und Marktforschung von der Atos Medical GmbH gespeichert, verarbeitet und genutzt werden dürfen. Zu diesen Zwecken können meine Daten auch innerhalb des Konzerns an die Atos Medical Muttergesellschaft in Schweden sowie an Versandagenturen übermittelt werden, die für Atos Medical Mailings und sonstige Informationsmaterialien versenden.

Atos Medical ist berechtigt, mich
 per Post per Telefon mittels digitaler Kommunikation durch persönliche Besuche in
(Zutreffendes bitte ankreuzen) wie SMS, WhatsApp, E-Mail etc. meiner häuslichen Umgebung
über Produkte und Dienstleistungen der Atos Medical GmbH zu informieren.

Die Einwilligungserklärung ist freiwillig und kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft schriftlich unter anderem per E-Mail an info.de@atosmedical.com oder per Post an die Atos Medical GmbH, Mülheimer Str. 3 - 7, 53840 Troisdorf widerrufen werden. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte der Datenschutzerklärung auf der Website www.atosmedical.de.

Ort, Datum

Unterschrift

Mitmachen und gewinnen:

Sind Sie auch in der kalten Jahreszeit gerne draußen unterwegs? Dann werden Sie zwischendurch ein wärmendes Getränk zu schätzen wissen. Lösen Sie das **Rätsel auf Seite 19** und gewinnen Sie eine von fünf Isolierflaschen „**IsoTherm Eco**“ von alfi.

Dank ihres doppelwandigen Edelstahlkörpers hält die Isolierflasche IsoTherm Eco Getränke rund 12 Stunden heiß und 24 Stunden kalt. Für einen gesunden Genuss ist sie frei von Weichmachern. Der Drehverschluss mit Trinkbecher schließt dicht ab.

Schicken Sie uns Ihre Rätsellösung ganz bequem mit der untenstehenden Antwortpostkarte.



Bild: alfi GmbH

„Your voice“, Ausgabe Herbst/Winter 2020

Ja, ich möchte das **Kundenmagazin „Your voice“** regelmäßig kostenlos erhalten*.
*Bitte vergessen Sie nicht, die umseitige Datenschutzerklärung zu unterschreiben.

Meine **Rätsel-Lösung:**
(Einsendeschluss: 21.01.2021)

Bitte senden Sie mir kostenfrei und unverbindlich folgende Informationen* zu:

- Bitte senden Sie mir kostenfrei ein Hand-Reinigungs-Spray zu.
 Den Stimmprothesen-Pass Den Tracheostoma-Pass
 Ich möchte eine kostenfreie und unverbindliche Beratung bei mir zu Hause.**

**Bitte kontaktieren Sie mich. (Telefonnummer umseitig nicht vergessen!)

Ich verwende eine Stimmprothese

Nein Ja: _____
Hersteller/Name

Ich verwende einen HME-Filter

Nein Ja: _____
Hersteller/Name

Ich verwende eine Basisplatte (Klebefplaster)

Nein Ja: _____
Hersteller/Name

Atos

Breathing-Speaking-Living