

## Videosprechstunde

Ab sofort bieten wir in unserer Praxis eine Online- Videosprechstunde. Dabei läuft das Gespräch zwischen Ihnen und mir ähnlich ab wie in der Praxis; Sie befinden sich nur an getrennten Orten. Der Austausch erfolgt am Bildschirm, ohne dass Sie hierzu in die Praxis kommen müssen. Dies spart Zeit und lange Anfahrtswege. Für die Videosprechstunde benötigen Sie keine besondere Technik: Computer, Tablet oder Smartphone mit Bildschirm oder Display, Kamera, Mikrofon und Lautsprecher sowie eine Internetverbindung reichen aus. Die technische Verbindung läuft über unserem Online-Terminkalender, der bestimmte Sicherheitsanforderungen erfüllen muss. Damit ist sichergestellt, dass Ihre persönliche Informationen auch in unserer Praxis bleiben.

Eine Videosprechstunde kann gebucht werden, wenn Sie im gleichen Quartal schon in unserer Praxis waren und Sie noch Gesprächsbedarf haben (Pillenberatung; Verhütung; Wechseljahrsbeschwerden oder sonstige Beschwerden, die keine Untersuchung benötigen). Unsere Videosprechstunde findet immer **freitags zwischen 10:00 Uhr und 12:00 Uhr** statt.

### Termin buchen

## Neue Regelungen der Krebsfrüherkennung ab dem 01.01.2020

Liebe Patientinnen,

da seitens der Krankenkassen bisher keine Information an Patientinnen weitergeleitet worden ist, sehe ich mich verpflichtet, Sie auf dieser Weise über die **neue organisierte Krebsfrüherkennung** zu informieren.

Die neuen Regelungen sind seitdem **01.01.2020** in Kraft und schon die ersten 2 Monate zeigten, wie "unorganisiert" dieser Prozess bisher abgelaufen ist.

Hier erstmal die Änderungen:

- Patientinnen zwischen dem 20. und 35. Lebensjahr haben Anspruch auf einer **jährliche Krebsfrüherkennung**:

Entnahme von Untersuchungsmaterial von der Oberfläche des Muttermundes und aus dem Gebärmutterhals (Pap-Abstrich) für die zytologische Untersuchung (Pap-Test), Abtasten des Unterleibes, Brustdrüsen und der dazugehörigen Lymphknoten.

- Patientinnen ab dem 35. Lebensjahr haben Anspruch auf die **Krebsfrüherkennung wie oben beschrieben nur alle 3 Jahre!** Zudem wird auch alle 3 Jahre ein zusätzlicher Test auf **HPV-Viren** durchgeführt. Sollte der Abstrich oder der HPV-Test auffällig sein, wird die Patientin dann in einem Jahr nochmal kontrolliert.

Sollte der Wunsch nach Krebsfrüherkennung trotzdem bestehen, ist dies jederzeit als Selbstzahlerleistung möglich.

- Patientinnen, die **keine Gebärmutter** mehr haben, haben **keinen Anspruch** mehr auf einem Abstrich im Rahmen der Krebsfrüherkennung über die Krankenkassen. So weit so schlecht, denn das macht diese Frauen zu Patientinnen zweiter Klasse! Auch hier ist selbstverständlich der Abstrich als Selbstzahlerleistung möglich.

**Meine Meinung:** Die jährliche Krebsfrüherkennung ist eine wichtige Untersuchung für die Gesundheit der Frau, denn je früher eine Krebserkrankung erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen. Ein unzureichend aufgestelltes Screening auf Kosten der Frauen und unserer

Fachgruppe durchzusetzen finde ich verantwortungslos!

Informationsflyer für Patientinnen (Quelle: Bundesverband der Frauenärzte)

Praxisinfo:GEBÄRMUTTERHALSKREBS-FRÜHERKENNUNG NEUES ORGANISIERTES PROGRAMM IM ÜBERBLICK (Quelle: Bundesverband der Frauenärzte)

## **Lifting ohne Skalpell!**

Sie interessieren sich für ein sanftes **Hautlifting ohne OP** ? Sie möchten Ihr Hautbild verbessern und jünger aussehen? Dafür müssen Sie sich nicht mehr unbedingt unter's Messer legen. Es gibt auch sanftere Wege zur **Faltenreduktion**. Mit meiner neuen Qualifikation kann ich Ihnen mittels **Botox oder Hyaluronfiller** wieder Frische ins Gesicht zaubern und gleichzeitig Ihre Natürlichkeit bewahren. Sehen Sie sich ein Paar Beispiele einfach an!

**Ihre Mihaela Gruia**

<https://www.juvederm.de/vorher-nachher>

<https://www.botoxcosmetic.com/before-and-after>

## **Artikel im Gesundheitsmagazin Puls 5/19**

### **Gesunde Ernährung - gesunder Darm**

**Sehr geehrte Patientinnen,**

da ich mich mit dem Thema **Ernährung** schon seit vielen Jahren beschäftige, wurde ich von der Redaktion des Gesundheitsmagazin Puls (Beilage des Solinger Tageblattes) um ein Interview zu diesem Thema gebeten. Die Redaktion hatte nämlich ein Experiment gewagt: **einen Monat lang zuckerfrei zu leben**. Das war nicht so einfach, wie sich herausstellte.

Hier können Sie das Interview nochmal nachlesen.

Bei Interesse an einer Beratung melden Sie sich gerne bei uns!

Herzlichst

Mihaela Gruia



**PULS** der zeit



Mihaela Gruia in ihrer Praxis.  
Fotos: André Kürten,  
Leon Sinowenka (rechts)

# Gesunder Darm

## Gesunde Ernährung

Die Solinger Ärztin Mihaela Gruia hat sich nicht nur auf Frauenheilkunde spezialisiert. Zu ihren Schwerpunkten zählen auch die Präventions- und Ernährungsmedizin.