



Landarztpraxis Dr. Thomas Engl

Facharzt für Allgemeinmedizin
Sportmedizin - Naturheilverfahren
Manuelle Therapie / Chirotherapie
Hausärztliche Versorgung
Akupunktur - Neuraltherapie
qualifizierte palliativmedizinische Versorgung
Tauchmedizin – Strahlenschutz

94344 Zinzenzell, den 15.02.2022
Zirnberger Str. 7
Tel.: 09966/910888
Fax.: 09966/910890
www.praxis-dr-engl.de
Info@praxis-dr-engl.de

Sprechzeiten:

Montag – Donnerstag	07.30 – 12.00
Montag, Donnerstag	16.30 – 19.00
Freitag	07.30 – 14.00
und nach Vereinbarung	
Telefonsprechstunde	Mo – Fr 11.45 – 12.00 Mo, Do 18.45 – 19.00

Sonderuntersuchungen, wie **Vorsorgeuntersuchungen, Kindervorsorgeuntersuchungen, sportmedizinische Untersuchungen, Taucheruntersuchungen, Akupunktur und chirurgische Eingriffe** sowie **besondere naturheilkundliche Verfahren** nach Vereinbarung.

Focus Empfehlung Hausarzt der Region 2017, 2018, 2019, 2020,2021

PATIENTENINFORMATION II / 2022

Neues vom Coronavirus

Die Omegawelle ist jetzt sehr stark in der Praxis vertreten, wir testen jeden Tag bis zu 10 Personen positiv. Die Patienten zeigen häufig starke körperliche Symptome, wie Fieber und Gliederschmerzen.

PCR Tests sind nun nur noch bei positivem Schnelltest POC möglich und können weiter in der Praxis durchgeführt werden.

Sollten Sie mit einem **positiven Schnelltest** zur Praxis kommen, Klingeln Sie bitte und warten vor der Haustür, es kommt jemand und nimmt Sie in Empfang.

Derzeit **impfen** wir mit BayonTec, es ist ausreichend Impfstoff vorhanden. Bei Impfwünschen melden Sie sich bitte an der Rezeption.

Der **neue Todimpfstoff** ist zwar in aller Munde, beziehen können wir ihn aber nicht und damit auch nicht impfen. Sollten sich hier Veränderungen ergeben, werden wir uns sofort melden

Unsere Empfehlung ist daher weiterhin, Vorsicht walten lassen, FFP II Maske tragen, Abstand halten und sich Impfen lassen.

Ein gesunder Rücken – Tipps für den Alltag

Richtiges Aufstehen

- Halte die Wirbelsäule

Richtiges, aktives Stehen

- Beine parallel

Richtiges Bücken und Heben

- Vor und während des

<p>gerade • Neige den Oberkörper leicht nach vorne • Die Kraft kommt aus den Beinen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fester, guter Stand der Füße • Po ist fest 	<p>Anhebens „Unterbauch einziehen“</p>
<p>Das Abstützen der Hände auf den Oberschenkel erleichtert das Aufstehen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Brustkorb nach vorne angehoben • Halswirbelsäule gestreckt halten • Ausreichende Spannung der Beinmuskulatur 	<ul style="list-style-type: none"> • Mittig und nahe zum Gegenstand ausrichten • Knie und Hüften beugen • Rücken gerade halten • Nicht ruckartig anheben • Gegenstand nahe am Körper tragen • ausatmen beim Hochheben

Praxisurlaub in der Faschingswoche

Die Praxis ist
vom 28. Februar 2022 bis 04. März 2022
geschlossen

Vertretung:

Dr. Klaus Krätzschar
Falkensteiner Str. 17
94344 Wiesenfelden
Tel.: 09966 / 910010
oder Arzt nach Wahl

Zu guter Letzt:

Fragt der Doktor: „Was fehlt Ihnen denn, Herr Huber?“ „Ich rede im Schlaf!“ „Ist das denn wirklich so schlimm oder stört es Ihre Frau?“ – „Nein, die nicht, aber das ganze Büro lcht über mich!“

Hinweis: Die Tipps sind nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Sollten sich trotzdem Fehler eingeschlichen haben, bitten wir diese zu entschuldigen. Markennamen sind nicht immer als solche gekennzeichnet, der Markenschutz besteht jedoch trotzdem. Haftung für den Inhalt der *PATIENTENINFORMATION* kann nicht übernommen werden. Erscheinungsweise ca. alle 6 Wochen.

Bezug: Dieser Praxisletter kann kostenlos per e-mail unter Info@praxis-dr-engl.de bestellt und jederzeit wieder abbestellt werden.

Datenschutzinformation: Beziehen Sie die *PATIENTENINFORMATION* per e-mail, haben wir Ihre Mailadresse zum Versand gespeichert.