



Waldeck Klinik

FACHKLINIK FÜR REHABILITATION, PRÄVENTION
UND ANSCHLUSSHEILBEHANDLUNG

WALDECK SPA RESORT
BAD DÜRRHEIM

Bad Dür rheim im April 2008

Aktuelle Gesundheits-Nachrichten

Ein fröhliches Herz tut dem Leibe gut. (Salomo).

Sehr, geehrte Waldeck Freunde!

An der Quelle des Lebens auftanken – Zeit und Raum nur für mich. Neue Lebendigkeit spüren. Ich gönne mir alles, was mir gut tut.

Ihr Waldeck möchte, dass Sie bestens durch den Frühling und Sommer kommen. Genießen Sie das Waldeck-Gesundheitsprogramm Prävention "Bewegung":

5 Tage Übernachtung/Frühstück ab 419,-€
inkl. Gesundheitspaket Mehr erfahren Sie hier << [klick](#) >>



Herzvorsorge stoppt "stillen Killer"

„Jeder hat es selbst in der Hand, dem vorzeitigen Tod zu entrinnen“, diese Empfehlung gibt Dr. med. Hans-Jürgen Lieschke (Chefarzt der Waldeck Klinik).

Sein Rat: regelmäßig zur Vorsorgeuntersuchung.

Das Ziel: den Tod durch Herzinfarkt oder Schlaganfall vermeiden.

Mehr über den Herz-Check erfahren Sie hier << [klick](#) >>



Alarm:

Jeder zweite Deutsche stirbt an einer Herz-Kreislaufkrankung

- 8,7 Prozent sterben an akutem Herzinfarkt
- 50 Prozent aller Herzinfarkte kommen ohne Vorwarnung
- 9,7 Prozent sterben an Schlaganfall
- 20 Millionen haben erhöhtes Cholesterin
- 20 Millionen haben hohen Blutdruck
- 25 Millionen rauchen
- 6 Millionen sind Diabetiker
- 30 bis 50 Prozent aller Herzinfarkte treffen die Patienten ohne Vorwarnung aus heiterem Himmel

Darum jährlich zum Herz-Check: Ermittlung der Risikofaktoren, Laborwerte (Blutzucker, Cholesterin, Triglyceride, Blutgasbeurteilung, Laktatwerte), klinische Untersuchung, Blutdruckmessung, Funktionsanalyse (Ruhe-EKG, Belastungs-EKG, unter Umständen auch Stress-Echo), Untersuchung der Gefäße (Messung der Gefäßinnenwände, Aufspüren von Kalkablagerungen) und Suche nach Endorganschäden (insbesondere an Herz und Nieren).



Herz-Kreislauf-Telefon

Fragen zu Bluthochdruck- und Herzkreislauf-Problemen werden gratis am Herz-Kreislauf-Telefon der Deutschen Hochdruck Liga beantwortet.

Montag bis Freitag von 9 bis 17 Uhr unter Telefon 0 62 21 / 47 48 00

Gesund genießen

Ein Weg zu mehr Gesundheit ist mediterrane Küche. Die Mittelmeerkost zeichnet sich aus durch:

- Viel Obst
- Salat und Gemüse
- Brot
- Pasta, Reis, Kartoffeln
- Hülsenfrüchte
- Fisch
- Magere Milchprodukte
- Olivenöl ersetzt Butter, Sahne und tierische Fette
- Fleisch kommt selten auf den Tisch



Mit den allerbesten Wünschen für Ihre Gesundheit!

Ihr Waldeck-Team

Mehr übers Waldeck erfahren Sie mit nur einem << [klick](#) >>

Wenn Sie keinen Newsletter mehr erhalten möchten. [Klicken Sie bitte hier!](#)

Impressum
und Herausgeber

Waldeck-Newsletter der Waldeck Klinik GmbH & Co.KG

Sitz

Waldstraße 18, D - 78073 Bad Dür rheim im Schwarzwald
Telefon 0049 (0) 180 500 6945 119
Fax 0049 (0) 7726 8001
E-Mail: info@klinik-waldeck.com
www.klinik-waldeck.com

Verantwortlich
für den Inhalt

Geschäftsführer Rüdiger Schrenk, Bad Dür rheim