VM80389
B 3113 E

Podologie

Zeitschrift für **medizinische Fußpflege**



Wund-management

Onychodystrophien

Vertrag nach § 125 SGB V

Haut und Pflege

podologie.de

11|2026

Professionelle
Naturkosmetik
seit 1962

peclavus®

PODO
care

Das neue Fußgefühl



Mit der Propolis-Formel

Besuchen Sie uns auf dem
BEAUTY FORUM Festival
24.–25. Oktober 2026
Halle C4, Stand E80, F80

Der peclavus PODOcare Fußschaum Hornhaut und Schrunden

- Unterstützt die Regeneration bei Hautrissen, Schrunden und Rhagaden
- Stellt die natürliche Schutzfunktion der Haut wieder her
- Beruhigt und regeneriert strapazierte und angegriffene Haut
- Unterstützt die Feuchtigkeitsbalance der Haut

Fortschritt, der ankommt



Am 14. November 1891 erblickte Frederick Banting im kanadischen Alliston das Licht der Welt. Heute ist sein Name untrennbar mit einem der größten medizinischen Durchbrüche des 20. Jahrhunderts verbunden: der Entdeckung des Insulins im Jahr 1921. Damit gelang ihm und seinen Mitstreitern ein entscheidender Schritt auf dem Weg zur Behandlung von Diabetes mellitus. Für Menschen mit Typ-1-Diabetes, deren Diagnose zuvor oft einem Todesurteil gleichkam, eröffnete sich eine neue Lebensperspektive. An Bantings Geburtstag erinnert jedes Jahr der Weltdiabetestag.

Trotz moderner Therapien und besserer Früherkennung bleibt Diabetes eine Erkrankung mit erheblichen Risiken. Gerade an den Füßen können sich die Folgen dramatisch zeigen: Geschädigte Nerven und eine gestörte Durchblutung können dazu beitragen, dass aus kleinen Verletzungen chronische Wunden werden. Dabei sind die Zusammenhänge komplex: Ernährung, Fettstoffwechsel und Blutzuckerregulation hängen eng zusammen. Die Forschung stellt so manche vermeintlich einfache Wahrheit auf den Prüfstand, wie unser Beitrag zum Thema Cholesterin zeigt.

Auch mehr als ein Jahrhundert nach der Entdeckung des Insulins ist es deshalb wichtig, in Sachen Diabetes auf dem neuesten Stand zu bleiben. Entscheidend sind die frühzeitige Erkennung von Risiken, eine gute Versorgung und die enge Zusammenarbeit der verschiedenen Berufsgruppen. Gerade bei Wunden am Fuß kommt es darauf an. Es braucht Menschen, die ihr Wissen einsetzen und Verantwortung übernehmen – nicht nur in der podologischen Praxis.

Vielleicht ist der 14. November deshalb mehr als nur ein weiterer Aktionstag im Kalender. Er erinnert daran, was medizinischer Fortschritt bewirken kann – und wie wichtig es ist, dass er bei den Menschen ankommt.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre und einen schönen November!

Ihre

O. Besten

Olivia Besten

olivia.besten@vnmonline.de

SO VERPASSEN SIE NICHTS

Erhalten Sie die neuesten Nachrichten aus der Branche.
Jetzt den Newsletter abonnieren unter

podologie.de/newsletter

RUCK AKADEMIE
Wissen lebendig vermitteln.

Viele weitere spannende Kurse finden Sie auf unserer Online-Bildungsplattform RUCK Akademie

2. Hygienekongress

20.-21. November 2026
15 Fortbildungspunkte
Art.-Nr. 8994002

Hygiene sicher im Griff! Erfahren Sie, worauf es beim Infektionsschutz, bei der Instrumentenaufbereitung und im Hygienemanagement ankommt. Expert:innen zeigen praxisnahe Lösungen, mit denen Sie Risiken erkennen, Fehler vermeiden und Ihre Praxis noch sicherer gestalten.

PODOpuls

02.-03. April 2027
14 Fortbildungspunkte
Art.-Nr. 8949200

neu

Neue Ideen für die Podologie von morgen: PODOpuls feiert Premiere und vereint aktuelles Fachwissen, innovative Behandlungsmethoden und neue Perspektiven für die Podologie.
Freuen Sie sich auf spannende Vorträge, praxisnahe Anregungen und wertvollen Austausch mit der Fachwelt.

Kursmanagement
fon +49 (0)7082 944 22 36
kursmanagement@ruck-akademie.de

Jetzt Weiterbildung 2027 planen

RUCK

5. Juni 2027 in Friedrichshafen

Podologie

Internationales Symposium

Bitte vormerken!

Fortbildung mit Seeblick

Vierländerregion Bodensee
im Graf-Zeppelin-Haus Friedrichshafen

Samstag, 5. Juni 2027

Vorträge/Workshops/Ausstellung | Sichern Sie sich 8 Fortbildungspunkte!

Herzlich willkommen sind Podologen und Fußpfleger
sowie interessierte Berufsgruppen.



www.podologie.de

2410002

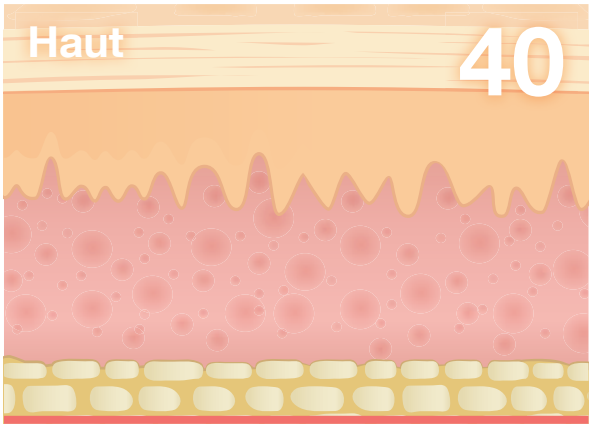
Verlag Neuer Merkur GmbH – VNM Akademie
Behringstraße 10 | DE-82152 Planegg | *akademie@vnmonline.de*,
Telefon: +49 (0)89 31 89 05-54 | Fax: +49 (0)89 31 89 05-53

VNM AKADEMIE









Titelbild: megaflopp – stock.adobe.com

AKTUELLES

News 6

RECHT & GELD

Aktuelle Urteile 10

IM FOKUS

Wundmanagement: Was die Heilung unterstützt 12

Menschen mit Diabetes mellitus: Cholesterinwerte im Auge behalten 16

Über die Aufgeregtheit des Gemüts: Wege zu mehr Gelassenheit 20

KOPF & FUSS

Was steckt im Wundmanagement? 14

IHR UNTERNEHMEN

Vertrag nach § 125 SGB V Anlagen 5 und 6: Zulassung und Anerkenntnis 24

VORSCHAU & IMPRESSUM

Verschiedenes 26

FÜR DIE PRAXIS

THEMA DES MONATS

Onychodystrophien: Veränderte Nägel richtig einordnen 28

Chronische Wunden am Fuß: Der richtige Umgang beugt Amputation vor 32

Wunden am Fuß: Gemeinsam heilt es sich besser 37

Patientenaufklärung als Schlüssel zur Prävention: Haut verstehen, Pflege begründen 40

3. GEHWOL HAUTNAH HAUSMESSE

Ein Tag für Austausch und Einblicke



Rund 800 Besucherinnen und Besucher nutzten am 26. September 2026 die dritte GEHWOL HAUTNAH Hausmesse, um einen Blick hinter die Kulissen des Unternehmens EDUARD GERLACH zu werfen. Die Fußprofis erlebten einen Tag voller Begegnungen, Führungen, Fachvorträge, Mitmachaktionen und persönlicher Gespräche.

Besonders gefragt waren die Rundgänge durch Herstellung, Labor sowie Versand und Lager. In kleinen Gruppen erfuhren die Gäste, wie Rohstoffe verarbeitet, Rezepturen entwickelt und Produkte für den Versand vorbereitet werden. Für viele Besucherinnen und Besucher zählte die Laborführung zu den Höhepunkten des Tages: Hier konnten sie ihre eigene Creme mit einem individuell gewählten Duft herstellen und als Erinnerung mit nach Hause nehmen.

Den fachlichen Part übernahm Andrea Nitz-Schneider, Fachkraft für Arbeitssicherheit, Hygienebeauftragte, Technische Sterilgutassistentin DGSV und Diplom-Psychologin. Im Vortrag „Hygienemanagement zwischen Routine, Vorschrift und Praxisrealität“ zeigte die Referentin, welche Anforderungen heute an die Aufbereitung von Medizinprodukten gestellt werden und an welchen Stellen es im Praxisalltag häufig Verbesserungsbedarf gibt. Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer nutzten die Gelegenheit, Fragen aus ihrem Praxisalltag einzubringen und Erfahrungen mit Kolleginnen und Kollegen auszutauschen.

Innovation vor Ort erklärt

Ebenso intensiv genutzt wurden die Produktschulungen zu den GEHWOL FUSSKRAFT-Präparaten, dem Kaltplasmagerät Dr. plajin sowie zur Telematikinfrastruktur. Entlang der Magistrale konnten die Gäste die gesamte Produktwelt kennenlernen, Neuheiten testen und sich fachlich beraten lassen. Auf dem Marktplatz präsentierten Partnerunternehmen Lösungen für den Praxisalltag, während die Ausstellung „Fußpflege im Wandel“ mit historischen Geräten und Behandlungsstühlen eine Brücke zwischen Tradition und Gegenwart schlug. Neben allen fachlichen Angeboten prägte vor allem der persönliche Austausch die Atmosphäre der Hausmesse.

Fotos: Olivia Besten

Zu den thematischen Highlights zählte Phoenix V-TECH von GEHWOL TECH, ein neues Fußpflegegerät, das laut Hersteller dazu beiträgt, die Arbeitsabläufe von Fußprofis zu vereinfachen. Im Mittelpunkt stehen dabei die Bedienung, ergonomische Details sowie Technik und Service.

Das Kaltplasmagerät von GEHWOL TECH stand ebenfalls im Fokus: Es basiert auf einem geerdeten Plasmaverfahren und soll sich zur unterstützenden Therapie bei Nagelpilz sowie zur Unterstützung von Hautschutz und Hautregeneration eignen.

Präsentiert wurden zudem die GEHWOL-Fußpflegetrends 2026 und der GEHWOL Diabetes Report. Erstgenannte zeigen nach Angaben des Unternehmens, dass Menschen mit ausgeprägtem Gesundheitsbewusstsein Fußpflege deutlich häufiger in ihre Vorsorgeroutine integrieren und sie mit dem Ziel verbinden, Mobilität und Lebensqualität langfristig zu erhalten. Der GEHWOL Diabetes Report thematisiert die Bedeutung der Prävention für Fußgesundheit, Lebensqualität, Mobilität und Selbständigkeit. Er zeigt, wie es um die Fußgesundheit bei Menschen mit Diabetes steht und was Behandlerinnen und Behandler dazu sagen.

Weiterführende Informationen: ***gehwol.de/Aktuelles.***



Herstellung einer eigenen Creme



Fachvortrag von Andrea Nitz-Schneider



Laborführung bei Eduard Gerlach



Rotierende Instrumente im Fokus



Ausstellung „Fußpflege im Wandel“



Beratung rund um Pflegeprodukte

ALLPRESAN ZUM WELTDIABETESTAG

Fußpflege als Teil der Gesundheitsvorsorge

Bewegung, guter Schlaf und Ernährung stehen häufig im Mittelpunkt der Longevity-Debatte. Auch die Fußgesundheit spielt eine wichtige Rolle, wenn es darum geht, möglichst lange mobil und selbstständig zu bleiben. Anlässlich des Weltdiabetestags am 14. November 2026 macht neubourg skin care auf die Bedeutung der Fußpflege bei Menschen mit Diabetes aufmerksam.

Eine repräsentative Online-Befragung von Appinio im Auftrag des Unternehmens zeigt, dass die Füße beim Eincremen häufig zu kurz kommen: 23 Prozent der 700 Befragten cremen ihre Füße fast nie oder nie ein. Damit sind die Füße der beim Eincremen am häufigsten vernachlässigte Körperbereich. Gerade bei Diabetes ist die Hautpflege von Bedeutung: Die Haut kann Fett und Feuchtigkeit verlieren, trocken und rissig werden und ihre natürliche Schutzfunktion einbüßen.

Unter den 148 befragten Menschen mit Diabetes stimmen 81,8 Prozent der Aussage zu, dass Fußpflege für Menschen mit Diabetes wichtiger ist. 78,4 Prozent kontrollieren ihre Füße seit der Diagnose häufiger auf Verletzungen, 57,4 Prozent gehen häufiger zur Podologie.

Neues Design für die Pflegeserie

Die Produktlinie Allpresan diabetic wurde für die Bedürfnisse diabetischer Haut entwickelt. Nach Herstellerangaben ziehen die Schaumcremes schnell ein und hinterlassen keinen Fettfilm. Die Varianten REPAIR, REPAIR Sensitive und MIKROSILBER sind bereits im neuen Verpackungsdesign erhältlich. Die INTENSIV Schaumcreme soll gegen Ende 2026 folgen.

Die vier Varianten sind auf unterschiedliche Hautzustände abgestimmt: Allpresan diabetic REPAIR Schaumcreme ist für sehr trockene bis rissige Haut vorgesehen und enthält hautverwandte Lipide, Panthenol und Urea. Allpresan diabetic REPAIR Sensitive Schaumcreme richtet sich an Menschen mit empfindlicher, trockener Haut und enthält statt Urea Glycerin sowie hautverwandte Lipide und Panthenol. Das Medizinprodukt Allpresan diabetic INTENSIV Schaumcreme mit Panthenol, Saccharide Isomerate und Urea ist für sehr trockene, rissige Haut bestimmt. Allpresan diabetic MIKROSILBER Schaumcreme wurde für sehr schuppige, rissige Haut entwickelt und enthält hautverwandte Lipide, Urea und nanofreies Mikrosilber.

Quelle der Befragungsdaten: Appinio im Auftrag der neubourg skin care GmbH, n = 700, Deutschland, 11.–15.09.2025; darunter 148 Menschen mit Diabetes.

Weiterführende Informationen:
allpresan.de



Allpresan diabetic: Schaumcremes für unterschiedliche Hautzustände bei Diabetes

Foto: Allpresan

NEUE AUSBILDUNGSSTÄTTE

ElitePodoCampus startet mit 20 Auszubildenden



Codruta Hoffmann, 2. Vorsitzende des LV Bayern (r.), und Beirätin Nicole Binder (l.) gratulieren den Geschäftsführern Robert und Michael Hiebl (M.) sowie Schulleiterin Sabine Karl-Greubel zur Eröffnung des ElitePodoCampus

Mit der Eröffnung des ElitePodoCampus in Ingolstadt gibt es seit dem 14. September 2026 eine weitere Ausbildungsstätte für Podologie in Bayern. Der Landesverband Bayern von podo deutschland begrüßt die Eröffnung und sieht darin einen wichtigen Schritt für die Zukunft des Berufsstandes und die Sicherung qualifizierter Fachkräfte.

„Jede neue Ausbildungsstätte ist eine Investition in die Zukunft der Podologie. Nur wenn es ausreichend Möglichkeiten gibt, den Beruf zu erlernen, können wir auch langfristig genügend qualifizierte Podologinnen und Podologen für die Versorgung unserer Patientinnen und Patienten gewinnen“, betont die 2. Vorsitzende des Landesverbands Bayern Codruta Hoffmann. Die Menschen würden immer älter, gleichzeitig nähmen Erkrankungen wie Diabetes und das metabolische Syndrom zu, bei denen eine professionelle podologische Versorgung eine wichtige Rolle spielt. Umso entscheidender sei es, heute die notwendigen Ausbildungsstrukturen zu schaffen und dem deutlich spürbaren Fachkräftemangel entgegenzuwirken.

Weiterführende Informationen:
podologieschule-ingolstadt.de

Foto: LV Bayern/podo deutschland e.V.

prontoman
... gut zu(m) Fuß!

Hornhautweichung & hygienische Reinigung in einem Produkt


nach ca. 2 Minuten Einwirkzeit


nach dem Abtragen



Anwendungsvideo

dermatest-garantie.de
ORIGINAL SEHR GUT dermatest

Weitere Infos und Anwendungsvideos auf:
www.prontoman.de

Prontomed GmbH - Am Bahndamm 70 - D 32120 Hiddenhausen
Telefon 05221 2750250 - Fax 05221 61198 - info@prontomed.de

Aktuelle Urteile

BEWERBUNGSVERFAHREN

Schwerbehinderter Bewerber benachteiligt?

Eine Freiwillige Feuerwehr schrieb eine Stelle für einen „Kfz-Handwerker bei der Feuerwehr“ aus. Unter anderen bewarb sich ein Kfz-Meister, der seit über 30 Jahren bei der Feuerwehr war. Er nutzte dafür das digitale Bewerbungsmanagementsystem der Feuerwehr und schickte eine Kopie seines Schwerbehindertenausweises mit.

Per E-Mail erhielt er eine Bestätigung über den Eingang seiner Bewerbung. Die spätere Einladung zu einem Bewerbungsgespräch kam nach seinen Angaben jedoch nie an. Die Absage erreichte ihn dagegen wieder unter der korrekten Mailadresse.

Daraufhin verklagte der Mann die Feuerwehr auf Entschädigung. Er sei im Sinne des Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetzes (AGG) wegen seiner Behinderung benachteiligt worden: Öffentliche Arbeitgeber seien verpflichtet, schwerbehinderte Bewerber zu Auswahlgesprächen einzuladen. Das Landesarbeitsgericht Hessen wies die Klage ab (3 SLa 59/25). Dass er wegen seiner Behinderung nicht zum Auswahlgespräch gebeten wurde und der Arbeitgeber gegen das AGG verstoßen habe, hätte der Kfz-Meister belegen müssen. Allein die Tatsache, dass ihm keine schriftliche Einladung zugegangen sei, beweise dies nicht – sofern der Arbeitgeber alles Zumutbare getan habe, um einen Zugang zu gewährleisten. Und das treffe hier zu.

Eine Mitarbeiterin hatte die Einladung per E-Mail versandt, das Bewerbungsmanagementsystem den erfolgreichen Versand bestätigt. Der Arbeitgeber müsse das korrekte Versenden der Einladung belegen, nicht jedoch deren Zugang beim Bewerber. Anspruch auf Entschädigung gemäß AGG bestehe daher nicht.

Urteil des Landesarbeitsgerichts Hessen vom 06.11.2025 – 3 SLa 59/25

PHISHING BEIM ONLINE-BANKING

Bank muss Schaden nicht ersetzen

Seit mehr als 20 Jahren nutzt ein selbstständiger Handwerker das Online-Banking seiner Sparkasse. Im Oktober 2020 erhielt seine – voll verfügungsberechtigte – Ehefrau eine E-Mail. Darin hieß es, die Sparkasse richte ein „Covid Intelligence Spa Connect“-System ein, dafür müsse der chipTAN-Generator „neu konfiguriert“ werden.

Die Ehefrau stimmte zu und wurde am folgenden Wochenende von einem vermeintlichen Sparkassenmitarbeiter angerufen. Sie gab im chipTAN-Generator Startcode und IBAN manuell ein und teilte die generierte TAN am Telefon mit. Der Vorgang wiederholte sich am nächsten Wochenende.

Mit den TAN-Nummern erhöhten die Betrüger das Überweisungslimit des Geschäftskontos und überwiesen insgesamt 39.500 Euro. Der Handwerker forderte das Geld erfolglos von der Sparkasse zurück. Der Bundesgerichtshof entschied, dass die Ehefrau grob fahrlässig gehandelt habe (XI ZR 20/24). Sie hätte bereits bei dem kuriosen Titel „Covid Intelligence Spa Connect“-System stutzig werden müssen. Zudem enthielt die E-Mail mehrere Rechtschreibfehler und die Sparkasse hatte auf ihrer Website vor dieser Betrugsmasche gewarnt. Auch die Anrufe am Wochenende seien verdächtig gewesen.



Der Einwand des Handwerkers, das Authentifizierungsverfahren sei unsicher gewesen, überzeugte die Bundesrichter nicht. Das chipTAN-Verfahren sei in diesem Fall ausreichend sicher gewesen.

Urteil des Bundesgerichtshofs vom 03.03.2026 – XI ZR 20/24

Foto: gopixa – stock.adobe.com



WERBUNG MIT TESTERGEBNISSEN

Auch ältere Ergebnisse verwendbar

Eine Werbeanzeige für „Frosch Classic Spül-Tabs (Limone)“ führte zu einem Rechtsstreit zweier Reinigungsmittelproduzenten. Unter der Überschrift „Frosch schlägt Somat“ verwies der Hersteller auf einen Test von Spülmaschinentabs, dessen Ergebnisse die Stiftung Warentest im Februar 2024 veröffentlicht hatte. Ein Sternchen führte zu den konkreten Testergebnissen am unteren Rand der Anzeige.

Die Konkurrenz hielt die Werbung für irreführend. Das Oberlandesgericht Hamburg sah das anders (5 U 25/25). Der Sternchenhinweis sei leicht zu finden, gut lesbar und inhaltlich verständlich. Durchschnittlich informierte Verbraucherinnen und Verbraucher wüssten solche Hinweise einzuordnen und erwarteten Details typischerweise im Fußnotentext. Die Werbung sei daher nicht unlauter oder irreführend. Auch mit älteren Testergebnissen dürfe geworben werden, wenn der Zeitpunkt der Veröffentlichung angegeben werde, keine neueren Testergebnisse vorlägen und die älteren Ergebnisse weiterhin aussagekräftig seien.

Urteil des Oberlandesgerichts Hamburg
vom 02.07.2026 – 5 U 25/25

Foto: Maros – stock.adobe.com

Hornhaut Adé



CD-Schleifer
mit megagrober Körnung

Ideal für den Einsatz bei starken Verhornungen und ausgeprägten Hornschwielen, schnell und effektiv.

Die innovative Kühlkanaltechnik sorgt für angenehmes Arbeiten und eine reduzierte Wärmeentwicklung.

Natürlich ein Medizinprodukt der Klasse IIa.

Wir und unsere Fachhandelspartner beraten Sie gerne.

FUSS
Besuchen Sie uns:
06.-07.11.2026
Stand-Nr. F4

Busch®
There is no substitute for quality

BUSCH & CO. GmbH &Co.KG
Tel.: +49 (0) 2263 86 0
Fax: +49 (0) 2263 20741
mail@busch.eu
MADE IN GERMANY

www.busch.eu

Wundmanagement

Was die Heilung unterstützt

Die Behandlung von Wunden am Fuß ist komplex. Besonders bei Menschen mit Diabetes spielen Druckbelastung, Durchblutung und Infektionsrisiko eine wichtige Rolle. Aktuelle Studienergebnisse geben Einblick in neue und bewährte Ansätze der Wundversorgung.



Ulzera-Prävention durch Druckentlastung

Wie sich die plantare Belastung vor der Entstehung eines diabetischen Fußulkus entwickelt, wurde 2026 in einer prospektiven Studie untersucht. 46 Menschen mit diabetischer peripherer Neuropathie und vorausgegangenem Ulkus am Fuß trugen bis zu 18 Monate lang spezielle Einlegesohlen, die den plantaren Druck bei Belastung kontinuierlich erfassten. Zwölf Füße entwickelten im Verlauf ein neues Ulkus – jeweils im Vorfußbereich. In den drei Monaten vor der Ulzeration wurden dort mehr Minuten mit anhaltend hohem plantarem Druck und häufiger entsprechende Belastungsphasen registriert als bei Füßen, die ulkusfrei blieben.[1]

Die Ergebnisse sprechen dafür, dass nicht allein punktuelle Druckmessungen relevant sind. Auch die Dauer und Häufigkeit erhöhter Belastungen im Alltag könnten dazu beitragen, gefährdete Bereiche frühzeitig zu erkennen.

Für Entlastung sorgen

Druckentlastung gehört zu den wichtigsten Bausteinen bei der Behandlung diabetischer Fußulzera. Wie unterschiedlich sie im klinischen Alltag umgesetzt wird, zeigen die Ergebnisse einer 2025 veröffentlichten niederländischen Studie mit 235 Patientinnen und Patienten mit plantaren Ulzera.[2] Zur Entlastung kamen am häufigsten

Foto: KI-generiert

Filzpolsterungen zum Einsatz, gefolgt von orthopädischen Schuhen und Verbandsschuhen. Nur drei Prozent der Betroffenen wurden mit einem Total Contact Cast behandelt.

Nach zwölf Wochen waren 33 Prozent der Ulzera abgeheilt, nach 20 Wochen 51,5 Prozent und nach einem Jahr 77 Prozent. Zwischen den verschiedenen Entlastungsverfahren zeigte sich nach zwölf Wochen kein signifikanter Unterschied. Allerdings unterschieden sich die Patientengruppen: In den Gruppen mit Verbandsschuhen und Filzpolsterungen wurden häufiger komplexere Ulzera behandelt als in den übrigen Entlastungsgruppen.

Die Ergebnisse zeigen damit weniger, welches Verfahren „am besten geeignet" ist, als vielmehr, wie stark die Wahl der Entlastung im Versorgungsalltag von Ulkusbefund, patientenbezogenen und praktischen Faktoren

Nach 12 Wochen waren 33 % der Ulzera abgeheilt, nach 20 Wochen 51,5 %.

abhängt. Aktuelle IWGDF-Leitlinien empfehlen bei neuropathischen plantaren Vor- oder Mittelfußulzera weiterhin nicht abnehmbare kniehohe Entlastungssysteme als erste Wahl.[3]

Mehr zum Wundmanagement

Weitere Ansätze wie die Therapie mit kaltem atmosphärischem Plasma werden derzeit ebenfalls untersucht und könnten künftig zusätzliche Möglichkeiten im Wundmanagement eröffnen. Wie Wunden am Fuß in der podologischen Praxis eingeschätzt und begleitet werden können, wo die Grenzen der eigenen Tätigkeit liegen und welche Rolle die Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen spielt, lesen Sie in den Beiträgen auf den Seiten 32 bis 39 im exklusiven Fachteil dieser Ausgabe. ■

Literaturverzeichnis

[1] Chatwin KE, Abbott CA, Rajbhandari SM, Orlando G, Bowling FL, Boulton AJM, Reeves ND. How much pressure causes a diabetic foot ulcer? An 18-month prospective study investigating plantar pressure characteristics in the lead up to ulceration. Diabetes Res Clin Pract. 2026 Jul;237:113293. doi: 10.1016/j.diabres.2026.113293.

[2] Rumanes A, van Netten JJ, Hutting KH, van Gemert-Pijnen LJEWC, van Baal JG. Offloading Strategies Used for Plantar Diabetic Foot Ulcers and Their Outcomes in Real-Life Clinical Practice. J Clin Med. 2025 May 29;14(11):3834. doi: 10.3390/jcm14113834.

[3] Bus SA, Armstrong DG, Crews RT, Gooday C, Jarl G, Kirketerp-Moller K, Viswanathan V, Lazzarini PA. Guidelines on offloading foot ulcers in persons with diabetes (IWGDF 2023 update). Diabetes Metab Res Rev. 2024 Mar;40(3):e3647. doi: 10.1002/dmrr.3647.

ANZEIGE



Weil **diabetische Haut Expertise** braucht.

Die Allpresan diabetic INTENSIV SCHAUMCREME verbessert Feuchtigkeit, Barrierefunktion und Hautbild signifikant[2] – bereits nach zwei Wochen.

ZIEHT SCHNELL EIN & FETTET NICHT

VERBESSERT DIE HAUT-BARRIERE IN NUR 2 WOCHEN[2]

WIRKSAMKEIT IN KLINISCHER STUDIE BESTÄTIGT

Allpresan®

Jetzt **Aktions-angebote sichern**

1 · Insight Health, Offizin+VH, Produkte mit Indikation Diabetes in der Produktbezeichnung nach Umsatz & Absatz, MAT 07/2026, ATC D02N3+6
2 · Doppelblinde, randomisierte, Placebo-kontrollierte Studie, n = 49 · Medizinprodukt · dermatologisch getestet · neubourg skin care GmbH, Greven



WUNDEN AM FUSS

Was steckt im Wundmanagement?

Im Buchstabengitter haben sich zwölf Begriffe rund um Wunden am Fuß versteckt. Finden Sie alle Wörter aus der Liste. Sie können waagerecht, senkrecht oder diagonal im Gitter stehen – vorwärts oder rückwärts.

U	S	Y	D	I	A	B	E	T	E	S	U	D	J
W	D	A	A	N	U	Q	G	K	F	S	C	A	V
T	O	X	N	F	A	P	K	X	X	B	I	H	H
U	K	G	A	O	O	R	M	O	R	H	C	L	U
A	U	X	N	T	I	D	D	I	O	X	G	J	Q
Y	M	L	M	U	X	T	W	N	L	K	S	U	A
T	E	L	L	E	T	S	K	C	U	R	D	Z	F
H	N	T	A	D	U	S	X	E	Z	W	I	V	H
X	T	H	Q	N	K	V	A	P	F	D	W	Y	N
P	A	Y	I	U	H	E	I	L	U	N	G	Q	G
L	T	C	Y	W	A	I	I	X	T	I	I	H	Y
E	I	H	T	A	P	O	R	U	E	N	P	J	Z
P	O	E	C	W	R	E	S	N	A	V	E	K	Q
F	N	Q	R	U	P	W	E	O	X	F	E	N	O

Diabetes
Dokumentation
Druckstelle
Entlastung
Exsudat
Heilung
Hygiene
Neuropathie
pAVK
Infektion
Wunde
Wundrand



ALLE BEGRIFFE GEFUNDEN?
Die Lösung gibt es auf
podologie.de

Illustration: SunnyScrap – stock.adobe.com

ZEHEN LESEN –
DAS ETWAS ANDERE DATINGBUCH

In **Zehenlesen – Das etwas andere Datingbuch** nimmt Christiane Schöpe ihre Leserinnen und Leser mit auf eine überraschende Reise in die Welt der Zehen, der Körpersprache und der zwischenmenschlichen Signale. Mit Humor, Klarheit und einem feinen Gespür für Menschen zeigt sie, dass sich hinter kleinen äußeren Merkmalen oft große innere Themen verbergen.

Dieses Buch ist keine gewöhnliche Datinglektüre. Es ist eine ungewöhnliche Einladung, Beziehung neu zu betrachten: ehrlich, neugierig und mit einem Blick für das, was uns oft verborgen bleibt.

Für alle, die Menschen nicht nur oberflächlich kennenlernen, sondern wirklich verstehen möchten.



auch als E-Book erhaltlich!

19,90 Euro

Christiane Schöpe
Zehenlesen –
Das etwas andere
Datingbuch
Verlag Neuer Merkur
ISBN 978-3-95409-076-1
1. Auflage
144 Seiten, broschiert

Jetzt bestellen
www.fachmedien-direkt.de

2608001

Menschen mit Diabetes mellitus

Cholesterinwerte im Auge behalten

Die Motivation zur Selbstfürsorge spielt in der Versorgung von Menschen mit Diabetes eine große Rolle. Warum Podologinnen und Podologen auch dazu motivieren sollten, die Cholesterinwerte regelmäßig kontrollieren zu lassen.



Alles hängt mit allem zusammen, auch in unserem Körper. Wenn mit dem Zuckerstoffwechsel etwas nicht stimmt, dann betrifft das nicht allein den Blutzucker, die Bauchspeicheldrüse oder das Hormon Insulin. Auch der Fettstoffwechsel wird beeinflusst: Bei Insulinmangel oder reduzierter Insulinwirkung schaltet der Körper auf Fettabbau, denn normalerweise blockiert Insulin den Abbau von Fett. In der Folge gelangen vermehrt freie Fettsäuren in die Blutbahn und damit auch in die Leber. Um dieses überschüssige Fett loszuwerden, „schnürt" sie sehr fettreiche VLDL-Partikel (VLDL = Very Low Density Lipoprotein) und schüttet sie aus. Diese VLDL-Pakete sind Vorstufen des berühmt-berüchtigten LDL-Cholesterins (LDL = Low Density Lipoprotein – das „böse" Cholesterin, auch LDL-C). Das schützende HDL-Cholesterin (HDL = High Density Lipoprotein) wird nun durch enzymatische Prozesse beschleunigt abgebaut. Dieses ganze Szenario nennt sich diabetische Dyslipidämie und ist ein Hauptgrund für das erhöhte Herz-Kreislauf-Risiko bei Diabetes.

„Für einen Diabetes-Patienten ist die Senkung des LDL-C mindestens genauso wichtig wie die seines Blutzuckers, weil beides gefäßschützend wirkt und das Infarktrisiko senkt", erklärt Prof. Dr. Ulrich Laufs, Mitglied des Wissen-

Foto: KI-generiert

schaftlichen Beirats der Deutschen Herzstiftung und Leiter der Kardiologie am Universitätsklinikum Leipzig. Denn besonders die hohen Werte des LDL-Cholesterins steigern das Risiko für eine Erkrankung von Herz und Gefäßen. Überschüssiges LDL-C im Blut lagert sich in den oberen Schichten der Gefäßwände ein. Diese Plaquebildung bzw. Arteriosklerose verläuft zunächst ohne spürbare Beschwerden.

Um dieses Risiko möglichst gering zu halten, sollte der Cholesterinwert im Blut regelmäßig kontrolliert und bei erhöhtem LDL-C gegengesteuert werden. Allein mit gesundem Lebensstil, etwa durch regelmäßige Bewegung und gesunde Ernährung, ist dem allerdings nicht beizukommen. „Dafür stehen uns heute sehr wirkungsvolle und gut verträgliche cholesterinsenkende Medikamente zur Verfügung“, so Prof. Dr. Ulrich Laufs. Er betont: „Studien belegen: Je niedriger das LDL-C gesenkt wird, desto geringer ist die Zahl der Herzinfarkte, Schlaganfälle und Todesfälle.“ Allein Herzinfarkte führen jedes Jahr zu über 185.000 Klinikeinlieferungen (Deutscher Herzbericht – Update 2025).

Welcher Cholesterinwert gilt als „normal“?

Hand aufs Herz – kennen Sie Ihren Cholesterinwert? Nein? Macht nichts, sofern es nach dem letzten Check hieß: „Alles in Ordnung.“ Gesunden Menschen steht im Rahmen des regulären „Check-up 35“ beim Hausarzt alle drei Jahre die Bestimmung des Lipidprofils (Gesamtcholesterin, LDL, HDL, Triglyzeride) zu. Bei Menschen mit Diabetes sollte dieses Profil jedoch mindestens einmal jährlich ermittelt werden.

Für die Behandlung hoher LDL-C-Werte ist das Gesamtrisiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen entscheidend. Dazu tragen auch Faktoren wie Rauchen, Bewegungsmangel, Diabetes oder Bluthochdruck sowie eine bereits ausgeprägte Arteriosklerose bei. Laut Therapieempfehlungen der medizinischen Fachgesellschaften ist je nach Herz-Kreislauf-Gesamtrisiko folgender LDL-Cholesterinwert anzustreben:

- unter 116 mg/dl (<3,0 mmol/l): Gesunde Menschen ohne Risikofaktoren
- unter 100 mg/dl (unter 2,6 mmol/l): Personen mit mittlerem Risiko (junge Menschen mit Diabetes Typ 1 und 2 oder dauerhaft hoher Blutdruck u. v. m.)
- unter 70 mg/dl (unter 1,8 mmol/l): Personen mit hohem Gesamtrisiko (z. B. Rauchen, ausgeprägter Bluthochdruck, genetisch bedingt hohe Cholesterinwerte)
- unter 55 mg/dl (unter 1,4 mmol/l): Personen mit sehr hohem Gesamtrisiko (z. B. Diabetes oder schon vorhandene Herz-Kreislauf-Erkrankung)
- unter 40 mg/dl (unter 1,0 mmol/l): Personen mit extrem hohem Gesamtrisiko (z. B. bei kardialen Ereignissen trotz Statintherapie, bei Mehrgefäßerkrankungen oder ausgeprägter Arteriosklerose in der Bildgebung)

AUFGEKLÄRT

Was machen Fette überhaupt im Blut?

Fette (Lipide) haben im Körper viele lebenswichtige Aufgaben. Sie dienen u.a. als Energiespeicher, sind Bausteine von Zellmembranen und Grundstoffe für Hormone. Da die Blutbahnen die Verkehrswege unseres Körpers sind, sind hier ständig Lipide und Transportproteine unterwegs:

- LDL-Cholesterin (das „schlechte“ Cholesterin)
- HDL-Cholesterin (das „gute“ Cholesterin)
- Triglyzeride (so genannte Neutralfette)
- Lipoprotein(a), kurz Lp(a), eine genetisch festgelegte Fett-Eiweiß-Kombination.

Bei hohem und sehr hohem Risiko soll der LDL-C-Wert zusätzlich um mindestens 50 Prozent gegenüber dem Ausgangswert gesenkt werden.

Cholesterinsenkung meist nicht ausreichend

Kardiologische Fachgesellschaften zeigen sich besorgt, da viele Menschen mit kardiovaskulären Vorbelastungen trotz zu hoher LDL-Werte nicht genügend behandelt werden. Das hat die sogenannte LipidSnapshot-Studie ergeben. Das Projekt wird u. a. vom DGK-Zentrum für kardiologische Versorgungsforschung durchgeführt.

Bei Patientinnen und Patienten von kardiologischen Praxen lag die mittlere Konzentration des LDL-C (Low Density Lipoprotein Cholesterin) bei 74,8 mg/dL, bei Personen in allgemeinmedizinischer Behandlung bei 96,1 mg/dL. Die oben genannten LDL-Zielwerte wurden deutlich verfehlt.

Generell bekommt die Mehrheit der Menschen in Deutschland mit atherosklerotischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen keine ausreichende lipidsenkende Therapie. Ein Grund für diese unbefriedigende Situation könnten unter anderem unterschiedliche Leitlinienempfehlungen sein. Während die Nationale Versorgungsleitlinie zur koronaren Herzkrankheit einen Zielwert von < 70 mg/dL



HINTERFRAGT

Was ist dran an der „Cholesterinlüge“?

Die Gedanken des gleichnamigen Buchs des Chirurgen Prof. Walter Hartenbach aus dem Jahr 2002 wirken bis heute nach. Er behauptete, Cholesterin sei nicht die Ursache für Arteriosklerose. Tolerierbare Cholesterin-Grenzwerte seien mit dem Vorsatz herabgesetzt worden, den Herstellern von Statinen satte Gewinne ermöglichen zu können.

Zwar verdient die Pharmaindustrie zweifellos viel Geld mit Statinen. Allerdings haben die meistverordneten Statine (wie Simvastatin oder Atorvastatin) längst keinen Patentschutz mehr und kosten als günstige Generika nur noch Centbeträge pro Tag.

Die sozialen Medien tragen inzwischen einen großen Anteil zu eher zweifelhaften Behauptungen bei: Viele Gesundheits-Influencer (manche ohne jegliche medizinische Ausbildung) profilieren sich mit der Aussage, dass man auf schulmedizinische Behandlungen inklusive Statine verzichten könne, um sich stattdessen durch alternative Heilmethoden, Diäten oder teure (fragwürdige) Nahrungsergänzungsmittel helfen zu lassen. Vielen mag das viel angenehmer erscheinen als die Aussicht, Statine einnehmen zu müssen, von denen angeblich so viele unangenehme Begleiterscheinungen zu erwarten sind.

beziehungsweise eine feste Statindosis empfiehlt, sieht die europäische Leitlinie eine strengere LDL-C-Senkung auf unter 55 mg/dL sowie eine Lipoprotein(a)-Testung mindestens einmal im Leben vor (siehe Kasten).

Das Ziel-LDL-C von weniger als 70 mg/dL erreichten zwei Drittel der allgemeinmedizinisch betreuten Patientinnen und Patienten nicht. In kardiologischen Praxen erreichten ebenfalls nur etwas mehr als die Hälfte der Personen den Zielwert. Außerdem: Frauen sind schlechter versorgt als Männer. Noch immer scheint das kardiovaskuläre Risiko von Frauen sowohl von Patientenseite als auch von ärztlicher Seite unterschätzt.

Dazu muss man betonen, dass zu hohe Cholesterinspiegel im Blut (Hypercholesterinämien) bei Frauen schwieriger zu behandeln sind. Das könnte auch daran liegen, dass Frauen Medikamente häufiger weniger gut vertragen. Es müsste endlich geprüft werden, ob das möglicherweise an zu hohen Dosierungen im Verhältnis zu einem eher geringeren Body-Mass-Index und einer anderen Fettverteilung liegen könnte. Medikamente werden nach wie vor vielfach für einen männlichen Körper und Stoffwechsel konzipiert.

Was genau machen Cholesterinsenker?

Statine wirken vor allem in den Leberzellen, also dort, wo das Cholesterin vorrangig produziert und abgebaut wird. Der Wirkstoff hemmt dort ein Enzym, das für die Produktion von Cholesterin mitverantwortlich ist. Wird weniger Cholesterin produziert, reagieren die Leberzellen, indem sie an ihrer Oberfläche die Zahl der Rezeptoren erhöhen, die Cholesterin aus dem Blut abfischen.

Etwa drei Monate nach der ersten Einnahme eines Statins sollte unbedingt der LDL-Wert im Blut bestimmt werden. Denn die Wirkung fällt bei jedem Menschen unterschiedlich aus, manche sprechen sehr gut darauf an, manche weniger. Die richtige Dosierung muss für jeden Einzelnen gefunden werden.

Statine sind – entgegen vielen Vor- und Fehlurteilen – sehr gut verträglich. Die Wirkstoffe werden „nach ihrem Einsatz“ über Enzyme im Körper abgebaut. Nebenwirkungen kann es wie bei jedem Medikament geben. Die sollte man aber immer im Verhältnis zu den Risiken sehen, die ein erhöhter LDL-Spiegel mit sich bringt. Dass die Einnahme von Statinen Muskelschmerzen hervorrufen kann, hat schon viele Menschen davon abgehalten, sich diese Präparate verschreiben zu lassen, geschweige denn sie einzunehmen. Aber nur ungefähr fünf Prozent der Patientinnen und Patienten erleben diese Nebenwirkungen, die sich wie Muskelkater anfühlen. Die Beschwerden gehen meist nach einigen Wochen weg. Passiert das nicht, kann man es mit einem anderen Statin probieren. Das passende Statin zu finden gelingt bei nahezu allen Betroffenen.

Butter, Eier, Käse meiden?

Cholesterinreiche Lebensmittel wie beispielsweise Eier, Käse, Butter, Sahne und vor allem verarbeitete Fleisch- und Wurstwaren galten lange als Hauptursache für erhöhte LDL-Cholesterinwerte. „Heute wissen wir, dass die Zufuhr von Cholesterin über die Nahrung den LDL-Cholesterinwert im Blut bei den meisten Menschen nur geringfügig erhöht“, sagt der Kardiologe und Lipidspezialist Prof. Dr. Ulrich Laufs, Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Deutschen Herzstiftung.

Die Ernährung spielt in diesem gesamten Geschehen zwar eine wichtige, jedoch nicht die entscheidende Rolle. Nur ein Drittel des Cholesterins nimmt der Körper über die Nahrung auf, zwei Drittel stellt er über die Leber selbst her. Je mehr Cholesterin im Blut ist, desto weniger Cholesterin stellt die Leber selbst her. Zirkuliert zu viel ungenutztes LDL-Cholesterin (LDL-C) im Blut, lagert es sich in den Wänden der Blutgefäße ab und trägt dort zur Bildung der bedrohlichen Plaques (Vorstufe der „Verkalkung“)

Foto: megaflopp – stock.adobe.com



Nicht nur den Blutzucker im Blick: Bei Menschen mit Diabetes sollten auch die Blutfettwerte regelmäßig kontrolliert werden

und damit zum Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und pAVK bei. LDL ist jedoch nicht einfach „böse“ oder überflüssig, sondern als Transporteur von Cholesterin lebensnotwendig.

Was Ernährung tun kann: Ballaststoffe können die LDL-Konzentration im Blut etwas senken. Als unverdauliche Bestandteile pflanzlicher Lebensmittel binden sie im Darm die für die Verdauung wichtigen Gallensäuren, die überwiegend aus Cholesterin gebildet werden. Die gebundenen Gallensäuren werden mit dem Stuhl ausgeschieden, der Körper muss nun die Gallensäuren neu aus Cholesterin bilden. „Das lässt bei regelmäßigem Konsum ballaststoffreicher Lebensmittel den Gesamtcholesterinspiegel im Blut messbar sinken: bis maximal zehn Prozent, abhängig vom Ausgangszustand“, berichtet die Herzstiftung in HERZ heute.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt eine tägliche Ballaststoffzufuhr von mindestens 30 Gramm. Gute Quellen sind etwa Haferprodukte, Hülsenfrüchte, Obst und Gemüse.

Erhöhter Cholesterinspiegel durch Zucker?

Was viele nicht wissen: Auch ein hoher Zuckerkonsum beeinflusst den Cholesterinspiegel und die Blutfettwerte deutlich. Der Körper kann überschüssigen Zucker, den er nicht sofort zur Energiegewinnung verbrennt, nicht langfristig als Kohlenhydrat speichern. Die Leber wandelt diesen Zuckerüberschuss über die sogenannte De-novo-Lipogenese direkt in Fett um. Ein hoher Zuckerkonsum ist einer der Hauptgründe für erhöhte Triglyceridwerte (Neutralfette) im Blut.

Studien belegen, dass eine hohe Aufnahme von zugesetztem Zucker den Spiegel des „guten“ HDL-Cholesterins senkt. Das ist ungünstig, denn HDL transportiert überschüssiges Cholesterin aus den Blutbahnen zurück zur Leber. Zucker erhöht zudem die körpereigene Produktion von LDL-Cholesterin in der Leber. Doch das ist nicht alles: Zucker begünstigt, dass vermehrt besonders kleine, dichte LDL-Partikel gebildet werden, die wesentlich leichter in die Gefäßwände eindringen und dort Entzündungsreaktionen auslösen.

Hinzu kommt vor allem bei Diabetes Typ 2 eine Verzuckerung (Glykation): Ein dauerhaft hoher Blutzuckerspiegel führt dazu, dass Proteine und eben auch die LDL-Transporter im Blut „verzuckern“. Diese beschädigten LDL-Partikel können von der Leber nicht mehr richtig erkannt und abgebaut werden. Sie zirkulieren länger im Blut und begünstigen die Entstehung von Arteriosklerose. ■

Dorothea Kammerer

NACHGEFORSCHT

Warum ist auch Lipoprotein(a) wichtig?

Lipoprotein(a) ist vielen noch kein Begriff. Es gehört zur selben Familie wie das LDL-Cholesterin, ist aber genetisch weitgehend festgelegt. Mit einem erhöhten Lp(a)-Wert im Blut steigt das Infarktrisiko, denn diese Fett-Eiweiß-Pakete schädigen die Blutgefäße, fördern Entzündungen und führen zu „Kalk“-Ablagerungen in den Gefäßen.

Die Krankenkassen übernehmen die Kosten für die Bestimmung des Wertes allerdings bisher nur bei medizinischer Indikation. Wer die Untersuchung selbst bezahlt, sollte mit Kosten zwischen 25 und 50 Euro rechnen. Eine einmalige Messung genügt, da dieser Wert sich kaum verändert.

Trotz der Empfehlung aus der europäischen Leitlinie wird Lp(a) in Deutschland nicht grundsätzlich mitbestimmt – ein weiteres Teilergebnis der LipidSnapshot-Studie. Grund dafür könnte u. a. der Gedanke sein, dass ohnehin keine therapeutische Konsequenz in Form eines Lp(a)-senkenden Präparats folgen kann. Die Reduzierung anderer Risikofaktoren bei diesen Personen wäre von großer Wichtigkeit. Möglicherweise sieht man hier jedoch zu große Hürden wie Personalmangel, finanzielle Vorgaben, fehlende Motivation der Betroffenen.

Über die Aufgeregtheit des Gemüts

Wege zu mehr Gelassenheit

Der Alarmismus unserer Zeit beeinflusst Mensch und Gesellschaft. Durch Arbeit an sich selbst ist es möglich, die Aufgeregtheit des Gemüts zu überwinden und mehr Gelassenheit zu etablieren.



1991 hielt der Begründer der Humanethologie Irenäus Eibl-Eibesfeldt im Rahmen der „Wiener Vorlesungen im Rathaus“ die Vorlesung „Fallgruben der Evolution – Der Mensch zwischen Natur und Kultur“. Professor Eibl-Eibesfeldt eröffnete sie mit den Worten: „Wir Menschen sind Werdende mit der Chance zu verunglücken. Aber zunächst sieht es so aus, als wären wir ein gelungener Wurf der Evolution. Wie nie eine Spezies zuvor haben wir den Erdball bevölkert. Wir beherrschen die Natur in einem erstaunlichen Ausmaß und streben bereits ins All. Aber beherrschen wir uns selbst? Das wohl nur ungenügend, und daraus erwächst uns heute Gefahr. Wir verlieren nämlich zunehmend die Kontrolle über uns selbst.“

Anzeichen eines Kontrollverlusts

Wohl am augenfälligsten zeigt sich der Kontrollverlust derzeit in dem um sich greifenden Unvermögen, das eigene Verhalten in Wort und Tat im Griff zu haben. Einiges spricht dafür, dass der aus gruppenspezifischen Interessenlagen heraus inszenierte Alarmismus durch fragwürdige Problemdarstellungen dem Verlust der Selbstbeherrschung und der Impulskontrolle Vorschub leistet. Dadurch werden Fehlorientierungen ausgelöst, die aufputschen und dazu führen, sich von spontaner Erregung mitreißen und zu Aggressionen hinreißen zu lassen, wodurch das öffentliche wie das persönliche Leben auf vielfältige Weise beeinträchtigt werden. Stellte doch schon der römische Staatsmann und Philosoph Seneca (um 4 v. Chr. bis 65 n. Chr.) in seiner Abhandlung „Über den Zorn“ fest: „Die Aufgeregtheit des Gemüts trägt nichts zu einer konstruktiven Gestaltung des Alltags bei.“

Gemütsruhe als Ziel

Seneca, Anhänger der gelassenheitsorientierten stoischen Philosophie, verwies in den Briefen an seinen Freund und Vertrauten Lucilius deshalb regelmäßig auf die Gemütsruhe als Voraussetzung für eine nutzenstiftende und persönlich wohltuende Lebensführung. Seine Argumentation: Mangelt es an der Ruhe des Gemüts, gibt es kein wohlabgewogenes Denken und Überlegen und folglich auch kein solches Handeln. In der Aufgeregtheit des Gemüts ist der Geist befangen und das Tun und Lassen wird durch die äußeren Eindrücke fehlgesteuert. Der Mensch kommt nicht zur Ruhe. Der Gedanke einer unaufgeregten, gelassenen Lebensführung hatte in der Antike generell einen hohen Stellenwert. Das verdeutlicht auch die Hilaritas, die im römischen Götterhimmel als Göttin der heiteren Gelassenheit, der Fröhlichkeit und des Frohsinns verehrt wurde. Hilaritas galt als Gegenspielerin unbe-

Foto: 100% HAND-CRAFTED – stock.adobe.com

Fachbücher – Weiterbildung – Fachzeitschriften für die Podologie



www.fachmedien-direkt.de

Fachmedien Direkt – Ihr Onlineshop für Bücher, E-Books, Zeitschriften (Print und E-Paper) & Veranstaltungen – das Beste unter einem Dach!

FACHMEDIEN
DIREKT

Zeitschriften liefern wir versandkostenfrei innerhalb Deutschlands.

2412001

herrschter innerer Aufwallungen und irreführender Verbissenheit. Wo sie waltet, wird die konstruktive Gestaltung des Alltags möglich, weil die Erregung von der Überlegung im Zaum gehalten und das unbedachte vom bedachten Handeln zurückgedrängt wird. Noch im heutigen Sprachgebrauch erinnert der Begriff „stoische Gelassenheit“ an diese Zusammenhänge, mit dem in sich ruhende, unaufgeregt auftretende und überlegt handelnde Menschen charakterisiert werden. Desgleichen die Redewendung „In der Ruhe liegt die Kraft.“

Am eigenen Geist arbeiten

Die Aufgeregtheit des Gemüts zugunsten einer gelassenen Geisteshaltung zu überwinden, verlangt Arbeit an sich selbst. Die beschreibt Seneca mit den Worten: „Die Wahl der natürlichen Eltern steht nicht in unserer Macht, aber die der geistigen.“ Was damit gemeint ist, erläutert der 135 n. Chr. in Rom verstorbene Philosoph Epiktet: „Wohin du deine Aufmerksamkeit richtest, bestimmt, wer du wirst. Wenn du nicht selbst bestimmst, mit welchen Gedanken und Bildern (= welchen geistigen Eltern) du deinen Kopf füllst, werden es andere für dich bestimmen. Dazu musst du dir folgenden Plan zurechtlegen: Von heute an ist mein Geist das Material, an dem ich arbeite, wie der Zimmermann an seinem Balken oder der Schuster an dem Leder!“

„Die Wahl der natürlichen Eltern steht nicht in unserer Macht, aber die der geistigen.“

Der Engländer James Allen gilt als Pionier auf dem Feld der Bücher zur Persönlichkeitsentwicklung. In „As a Man Thinketh“ (deutsch: „Wie der Mensch denkt, so lebt er“, im Buchhandel noch erhältlich) transportierte er 1903 eine für seine Zeit außergewöhnliche Behauptung in die Öffentlichkeit: „Ein bestimmter, beharrlich verfolgter Gedankengang, sei er gut oder schlecht, wird auf jeden Fall zu bestimmten Ergebnissen beim Charakter und den Verhältnissen führen. Ein Mensch kann sich seine Lebensumstände nicht direkt aussuchen, aber er kann sich seine Gedanken (= seine geistigen Eltern) aussuchen und somit indirekt, jedoch gewisslich, seine Lebensumstände formen.“ Mark Aurel (121-180), der Rom in seiner Doppelrolle als Kaiser und Philosoph diente, drückte das programmatisch aus: „Unser Leben ist, was unser Denken daraus macht.“

Selbstförderliche Denkweise aufbauen

„Wollen wir diese Möglichkeit oder besser, diese Chance nutzen, müssen wir als Voraussetzung dafür unsere eingespielten Gedankenabläufe überwinden, weil die am meisten dazu beitragen, uns das Leben zu erschweren“, sagt der Arzt und Neurowissenschaftler Professor Volker Busch. „Sich darum zu bemühen, ist aufgrund meiner Erfahrung wohl das Hilfreichste, was jeder für sein psychomentales Wohlbefinden angesichts der dieses Wohlbefinden zunehmend beeinträchtigenden Lebensumstände tun kann. Die Herrschaft über das eigene Denken zu gewinnen, ist ein unvergleichlicher Zugewinn an Lebensqualität.“

Busch sagt das als Facharzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie, der an der Universität Regensburg therapeutisch mit Menschen arbeitet, die unter Belastungen verschiedenster Art leiden, und der mit einer neurowissenschaftlichen Arbeitsgruppe die psychophysiologischen Zusammenhänge von Stress, Schmerz und Emotionen erforscht. „Sich eine selbstförderliche Denkweise aufzubauen, bewahrt davor, ständig vom Äußerlichen aufgeregt durch den Tag gehetzt zu werden. Schließlich destabilisiert die anhaltende psycho-mentale Erregung ja nicht nur die eigene Gesundheit, Leistungs- und Gestaltungsfähigkeit, sondern wirkt sich auch auf das eigene Umfeld aus. Darin liegt eine bedeutende Ursache für private wie berufliche und darüber hinaus gesellschaftliche Probleme. Die beklagten psychischen Belastungen am Arbeitsplatz sollten auch in diesen Zusammenhängen gesehen werden.“

Busch verweist auf die Neuroplastizität des Gehirns, auf dessen bis ins hohe Alter reichende Veränderungsfähigkeit, „dank derer es möglich wird, sich mit Unterstützung von Training und Lernen aus den Fesseln destabilisierender destruktiver Denkweisen zu lösen und sich konstruktivere Denkweisen zu erarbeiten. Entsprechende Bemühungen belohnt das Gehirn mit dem Gefühl von mehr Gelassenheit und Lebenszufriedenheit. Und einer Leistungssteigerung.“ ■

Hartmut Volk

MEHR DAZU IN:

Volker Busch: Kopf frei! Wie Sie Klarheit, Konzentration und Kreativität gewinnen. Droemer Verlag, München, Taschenbuchausgabe 2026, 288 Seiten. € 13,00

Norbert Bolz: Zurück zur Normalität – Mit Augenmaß und gesundem Menschenverstand. LMV Langen Müller Verlag GmbH, München 2025, 256 Seiten, € 24,00

William B. Irvine: Von der Herausforderung, ein Stoiker zu sein – Ein philosophisches Handbuch für mehr Stärke, Seelenruhe und Resilienz. Münchner Verlagsgruppe, München 2022, 192 Seiten, € 18,00

Der Klassiker ist zurück!



Heike Ulrich
Zen Shiatsu
50 Übungen für Anfänger und Fortgeschrittene
BC Publications
ISBN 978-3-941717-66-4
112 Seiten, Taschenbuch
12,95 Euro
Auch als E-Book erhältlich!

Der Selbsthilfe-Ratgeber „Zen Shiatsu – 50 Übungen für Anfänger und Fortgeschrittene" führt in die Technik der japanischen Heilmassage Zen Shiatsu ein. Er bietet Anfängern wie Fortgeschrittenen ein abwechslungsreiches Übungsbuch und ein Nachschlagewerk zur Bedeutung und zum Verlauf der zwölf Meridiane des Zen Shiatsu.
Ob zu Hause, im Büro oder in der Bahn – die Shiatsu-Übungen lassen sich leicht in den Alltag integrieren und können alleine oder zu zweit durchgeführt werden. Die Übungsabläufe sind klar gegliedert und durch zahlreiche Beispielfotos illustriert.

BC PUBLICATIONS
www.bc-publications.online

Vertrag nach § 125 SGB V

Anlagen 5 und 6: Zulassung & Anerkenntnis

Wer darf podologische Leistungen zulasten der gesetzlichen Krankenversicherung erbringen und welche Voraussetzungen müssen dafür erfüllt sein? Anlagen 5 und 6 regeln die Zulassung und die verbindliche Anerkennung des Vertrags. Damit endet unsere Serie zum Vertrag nach § 125 SGB V.

In den bisherigen Ausgaben unserer Artikelreihe standen die Leistungen, ihre Vergütung, der Umgang mit Verordnungsfehlern und die Fortbildungspflicht im Mittelpunkt. Mit den Anlagen 5 und 6 endet die Serie. Sie regeln, wer an der Versorgung teilnehmen darf und welche fachlichen, räumlichen, hygienischen und vertraglichen Voraussetzungen dafür erfüllt sein müssen.

Anlage 5 beschreibt die Zulassungsvoraussetzungen. Anlage 6 dokumentiert die verbindliche Anerkennung des Vertrages einschließlich seiner Anlagen. Erst beide zusammen bilden die Grundlage für die Teilnahme an der Versorgung zulasten der gesetzlichen Krankenversicherung.

Die Voraussetzungen der Zulassung

Die Zulassung hängt nicht allein vom Berufsabschluss ab. Anlage 5 verbindet vier Bereiche:

- die berufliche Qualifikation,
- die räumlichen Mindestvoraussetzungen,
- die erforderliche Ausstattung
- und die hygienischen Anforderungen.

Fachlich qualifiziert sind zunächst Podologinnen und Podologen nach § 1 Satz 1 des Podologengesetzes. Hinzu kommen ausdrücklich bezeichnete ältere landesrechtliche Abschlüsse und Anerkennungen:

- staatlich geprüfte Podologinnen und Podologen nach dem Privatschulgesetz Baden-Württemberg,
- staatlich geprüfte medizinische Fußpflegerinnen und Fußpfleger nach der früheren bayerischen Schulordnung,
- staatlich anerkannte medizinische Fußpflegerinnen und Fußpfleger nach den früheren niedersächsischen Regelungen
- sowie staatlich anerkannte Podologinnen und Podologen nach dem Schulgesetz des Landes Sachsen-Anhalt.



Steril verpackte Instrumente gehören zur vorgeschriebenen Ausstattung der podologischen Praxis

Entscheidend ist der konkrete Abschlussnachweis. Eine ähnliche Berufsbezeichnung, Berufserfahrung oder eine andere Gesundheitsfachqualifikation ersetzt ihn nicht.

Als nicht fachlich qualifiziert nennt Anlage 5 insbesondere Fußpflegerinnen und Fußpfleger ohne anerkannte podologische Ausbildung, Orthopädieschuhmacherinnen und Orthopädieschuhmacher, Masseurinnen und Masseure, Kosmetikerinnen und Kosmetiker sowie Angehörige der Alten-, Kranken- und Pflegeberufe.

Der Behandlungsraum

Für einen Leistungserbringer muss ein geschlossener Behandlungsraum mit mindestens acht Quadratmetern vorhanden sein. Zur gleichen Zeit darf er nur von einem Leistungserbringer genutzt werden.

Für die lichte Höhe gilt ein Richtwert von 2,40 Metern. In Altbauten kann eine bis zu zehn Zentimeter geringere Gesamthöhe akzeptiert werden, sofern die Behandlungsqualität nicht beeinträchtigt wird.

Foto: Eva / Juanma Cuevas – stock.adobe.com



Auch für Behandlungsräume gelten konkrete Anforderungen

Für Oberflächen und Hygiene gelten außerdem folgende Mindestanforderungen:

- trittsichere Fußböden der Bewertungsgruppe R9 oder höher, die fugenarm sowie leicht zu reinigen und zu desinfizieren sind,
- glatte und bis mindestens 1,80 Meter Höhe abwaschfeste Wände,
- eine Möglichkeit zur Handdesinfektion in jedem Behandlungsraum,
- ein Handwaschplatz im Behandlungsraum oder in der Nähe
- sowie ein geeigneter Raum für die Instrumentenaufbereitung nach den gesetzlichen Vorgaben und den Anforderungen des Robert Koch-Instituts.

Ausstattung und Hygiene

Zur Pflichtausstattung jedes Behandlungsraums gehören ein Motor für rotierende Instrumente mit Staubabsaugung oder Nasstechnik, ein höhenverstellbarer Patientenstuhl mit teilbaren und ausziehbaren Fußstützen sowie eine Leuchte.

Vorgesehen sind mindestens fünf sterilisierbare Instrumentensätze mit Nagelzange, Skalpell, Sondierinstrument sowie Schleif- und Fräskörpern. Sie müssen sterilisierbare Medizinprodukte oder sterile Einwegprodukte sein.

Hinzu kommen ein handfrei bedienbarer Entsorgungsbehälter, ausreichende Verbrauchsmaterialien, persönliche Schutzausrüstung sowie Hände-, Haut- und Flächendesinfektionsmittel. Die Sterilisation erfolgt mit einem Dampfsterilisator. Alternativ ist ein gültiger Vertrag mit einer zentralen Aufbereitungsstelle einschließlich Haftungshinweis nachzuweisen. Zusätzlich gelten die Hygieneanforderungen der Länder.

Zusätzliche Anforderungen für den Hausbesuch

Für Hausbesuche sind zusätzlich ein mobiler Motor mit Staubabsaugung oder Nasstechnik und ein Transportbehälter für benutzte Instrumente erforderlich. Die Instrumente müssen verpackt und entsprechend den jeweils gültigen Anforderungen des Robert Koch-Instituts mitgeführt werden.

Verbindlichkeit des Vertrags

Anlage 6 enthält die Anerkenntniserklärung nach § 124 Absatz 1 Nummer 3 und § 124 Absatz 6 Satz 1 SGB V. Erfasst werden unter anderem die zuständige Arbeitsgemeinschaft, das Institutionskennzeichen, Name oder Firmierung, bei natürlichen Personen das Geburtsdatum sowie Praxissitz und Kontaktdaten. Mit der Unterschrift wird der Vertrag nach § 125 Absatz 1 SGB V einschließlich aller Anlagen in der jeweils gültigen Fassung anerkannt. Änderungen und Ergänzungen werden ohne eine neue Anerkenntniserklärung verbindlich. Die Praxis muss Vertragsänderungen deshalb fortlaufend berücksichtigen. Wer Personal einsetzt, muss diesem die Vertragsbestimmungen zur Kenntnis bringen und deren Beachtung überwachen. Fehlverhalten bei der Erfüllung der vertraglichen Pflichten wird wie eigenes Verschulden zugerechnet; die zivilrechtlichen Haftungsbestimmungen bleiben unberührt. Beizufügen sind außerdem die Informationen nach § 3 Absatz 5 und die Angaben nach § 11 Absatz 8 des Vertrages.

Fazit: Zulassung verbindet Eignung und Verantwortung

Anlage 5 definiert die fachliche, räumliche, technische und hygienische Eignung. Anlage 6 verpflichtet den Leistungserbringer auf das Vertragswerk und regelt seine Verantwortung für das eingesetzte Personal. Damit führt der letzte Beitrag die Serie von Leistung, Vergütung, Verordnung und Fortbildung bis zur Zulassung konsequent zu Ende. ■

Sindy Burow



ÜBER DIE AUTORIN

Sindy Burow ist Podologin, B.A. Health Care Education, Vizepräsidentin Deutscher Verband für Podologie (ZFD), Erste Vorsitzende Deutscher Verband für Podologie (ZFD) LV Berlin Brandenburg e.V., SHP-Podologie, Wundassistentin DDG

Diese Themen erwarten Sie in Ausgabe 12 | 2026



Nagelprothetik

Funktion statt Fassade

Sie schützt empfindliche Strukturen, lindert Beschwerden und kann die Regeneration unterstützen: Welche Möglichkeiten verschiedene nagelprothetische Verfahren bieten und worauf bei der Anwendung zu achten ist.

Gangschulen – Schritt für Schritt zu mehr Mobilität

Ein verändertes Gangbild kann die Mobilität einschränken und Beschwerden verursachen. Wie können Gangschulen dabei helfen, Bewegungsabläufe gezielt zu verbessern? Und welche Anknüpfungspunkte gibt es für die Podologie? Wir berichten.

IMPRESSUM

Podologie – Zeitschrift für die medizinische Fußpflege • 76. Jahrgang

Herausgeber: Burkhard P. Bierschenck M.A.

Chefredaktion: Olivia Besten, E-Mail: olivia.besten@vnmonline.de

Autoren dieser Ausgabe: Sindy Burow, Dorothea Kammerer, Christine Preiherr, Claudia Scholz, Torsten Seibt, Hartmut Volk

Redaktionsbeirat: Klaus Grünewald, Braunschweig; RA Thomas Hollweck, Berlin; Priv.-Doz. Dr. Thomas Klyscz, Bad Kötzting; Beatrix Negel-Riegel, Podologin, Berlin; Priv.-Doz. Dr. Dr. Friedrich von Rheinbaben, Monheim; Dr. Norbert Scholz, Krefeld; Prof. Dr. Maximilian Spraul, Rheine

Layout: Frank Gehrke

Informationen über Symposien und Fortbildungen:
Telefon: (0 89) 31 89 05-54 (Ulrich Bartel), E-Mail: akademie@vnmonline.de

Verlags-, Anzeigen- und Vertriebsleitung: Elke Zimmermann,
Telefon: (0 89) 31 89 05-76, Fax: (0 89) 31 89 05-53,
E-Mail: elke.zimmermann@vnmonline.de

Zurzeit gültige Anzeigenpreisliste Nr. 54a vom 1. Oktober 2026

Abonnenten- und Kundenservice:
Leserservice Verlag Neuer Merkur, 65341 Eltville, Telefon: (0 61 23) 9 23 82 30,
Fax: (0 61 23) 9 23 82 44, E-Mail: verlagneuermerkur@vuservice.de,
Servicezeiten: Montag bis Freitag 8.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Podologie erscheint 10 × im Jahr. Jahresabonnement 139,- Euro. Für Referendare, Studierende, Schüler und Azubis gegen Einsendung einer entsprechenden Bescheinigung 74,- Euro. Einzelheft 25,- Euro. Die Euro-Preise beinhalten die Versandkosten für Deutschland und Österreich. Der Abonnementpreis für die Schweiz wird zum Zeitpunkt des Abschlusses aktuell berechnet und beinhaltet die Versandkosten für die Schweiz. Bei Versand ins übrige Ausland werden die Porto-Mehrkosten berechnet. Die Abodauer beträgt ein Jahr. Das Abo verlängert sich automatisch um ein weiteres Jahr, wenn es nicht zwei Monate vor Ablauf schriftlich gekündigt wird. Rabatte für Sammelabonnements auf Anfrage.

Aufgrund steigender Papier- und Produktionskosten müssen wir die Abopreise anpassen.

Schulen, Klassen, Lehrkräfte: Telefon: (0 89) 31 89 05-54, Fax: (0 89) 31 89 05-53,
E-Mail: buchbestellung@vnmonline.de

Buchbestellservice: Verlag Neuer Merkur, Kundenservice, 74569 Blaufelden
Telefon: (0 79 53) 88 36 91, Fax: (0 79 53) 88 31 60, E-Mail: buchbestellung@fachbuchdirekt.de

Verlag Neuer Merkur GmbH, Postfach 12 53, D-82141 Planegg, Behringstraße 10, D-82152 Planegg,
Telefon: (0 89) 31 89 05-0, Fax: (0 89) 31 89 05-53 (Zugleich Anschrift aller Verantwortlichen)

Druck: Holzmann Druck GmbH & Co. KG, Gewerbestraße 2, 86825 Bad Wörishofen

ISSN 1430-8886

Geschäftsführer: Burkhard P. Bierschenck

Prokuristin: Elke Zimmermann

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder wird keine Haftung übernommen. Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen einzelnen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Annahme des Manuskriptes gehen das Recht der Veröffentlichung sowie die Rechte zur Übersetzung, zur Vergabe von Nachdruckrechten, zur elektronischen Speicherung in Datenbanken, zur Herstellung von Sonderdrucken, Fotokopien und Mikrokopien für die Dauer des gesetzlichen Urheberrechts an den Verlag über. Der Autor räumt dem Verlag räumlich und mengenmäßig unbeschränkt ferner folgende ausschließliche Nutzungsrechte am Beitrag ein: das Recht zur maschinenlesbaren Erfassung und elektronischen Speicherung auf einem Datenträger und in einer eigenen oder fremden Online-Datenbank, zum Download in einem eigenen oder fremden Rechner, zur Wiedergabe am Bildschirm sowie zur Bereithaltung in einer eigenen oder fremden Offline-Datenbank zur Nutzung an Dritte sowie die ganze oder teilweise Zweitverwertung und Lizenzierung für Übersetzungen und als elektronische Publikationen. Jede Verwertung außerhalb der durch das Urheberrechtsgesetz festgelegten Grenzen ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Alle in dieser Veröffentlichung enthaltenen Angaben, Ergebnisse usw. wurden von den Autoren nach bestem Wissen erstellt und von ihnen und dem Verlag mit größtmöglicher Sorgfalt überprüft. Gleichwohl sind inhaltliche Fehler nicht vollständig auszuschließen. Daher erfolgen alle Angaben ohne jegliche Verpflichtung oder Garantie des Verlages oder der Autoren. Sie garantieren oder haften nicht für etwaige inhaltliche Unrichtigkeiten (Produkthaftungsausschluss).

© Copyright by Verlag Neuer Merkur GmbH

Namentlich gezeichnete Beiträge geben die persönliche Meinung der Verfasser wieder. Sie muss nicht in jedem Fall mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen.

Verlagskonto
Stadtsparkasse München IBAN DE65 7015 0000 0042 1738 23

Verlagskonto für Abonnementgebühren:
HypoVereinsbank München: IBAN DE79 7002 0270 0002 7387 75, BIC HYVEDEMMXXX

Gerichtsstand: München

Gender-Disclaimer: Ausschließlich zum Zweck der besseren Lesbarkeit wird in dieser Publikation auf eine geschlechterspezifische Schreibweise oder Mehrfachbezeichnung an vielen Stellen verzichtet. Das generische Maskulinum adressiert dann ausdrücklich die gesamte Leserschaft und gilt für alle Geschlechter.

Alle in dieser Publikation genannten Produktnamen, Warenzeichen und Marken sind Eigentum der jeweiligen Inhaber, auch wenn sie nicht ausdrücklich als solche gekennzeichnet sind. Ihre Nennung erfolgt ausschließlich zu Informationszwecken und stellt keine Verletzung bestehender Schutzrechte dar.

Foto: Anke Niederau - Das große Buch der Nagelerkrankungen - modifiziert mit KI

Hinterlässt Spuren

Das **Podologie**-Abo

SO ABONNIEREN SIE:

Entweder den Bestellschein an (0 61 23) 92 38-2 44 faxen
oder per Post an Leserservice Verlag Neuer Merkur, 65341 Eltville.

Oder telefonisch (0 61 23) 92 38-2 30
Oder auf ***podologie.de***
Oder per E-Mail an ***verlagneuermerkur@vuservice.de***



☐ **Ja, ich möchte die Podologie für 139,– Euro abonnieren.** *(10 Ausgaben pro Jahr)*

Name/Vorname

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon/Fax

Straße/Hausnummer

Datum/Unterschrift

Im Preis sind die Versandkosten für Deutschland, Österreich und die Schweiz enthalten. Bei Versand ins übrige Ausland werden die Porto-Mehrkosten berechnet. **Widerrufsrecht:** Diese Bestellung kann ich innerhalb der folgenden zwei Wochen schriftlich ohne Begründung beim Leserservice Verlag Neuer Merkur, 65341 Eltville, widerrufen.

2401002b © Adobe Stock – nmelnychuk





… ist Warzen einen Schritt voraus.

Mit dem patentierten Mikroalgen-Aktivschutz Spiralin®.

Warzen entstehen, wenn gesunde Hautzellen durch Viren infiziert werden. Der natürliche Algenaktivstoff Spiralin® legt sich wie ein Schutzfilm um gesunde Hautzellen und kann so die Ausbreitung der Infektion hemmen oder ganz verhindern. Die Warze kann nicht weiter wachsen und wird über die natürliche Hautregeneration abgestoßen. So wird die gestörte Hautbalance auf ganz natürliche Weise wieder ins Gleichgewicht gebracht.

Spirularin® VS

ocean pharma GmbH • Dieselstraße 6 • 21465 Reinbek • Telefon 040 720 21 11 • www.ocean-pharma.de