

## Das Programm



15. 10. 2018 | Prof. Dr. Stefan Blankenberg  
**WAS DAS HERZ BEGEHRT –  
wie den Motor des Lebens am Laufen halten?**



29. 10. 2018 | Prof. Dr. Carsten Bokemeyer  
**GIB DEM KREBS KEINE CHANCE –  
neue Therapien und aktive Vorsorge =  
bessere Aussichten**



12. 11. 2018 | Prof. Dr. Martin Spitzer  
**DAMIT DIE AUGEN GESUND BLEIBEN –  
Schwächen rechtzeitig erkennen und behandeln**



26. 11. 2018 | Prof. Dr. Michael Amling  
**MIT STARKEN KNOCHEN DURCHS LEBEN –  
wie uns unsere mehr als 200 Knochen stabil  
erhalten**



10. 12. 2018 | Prof. Dr. Tobias B. Huber  
**DAS GEHT AN DIE NIEREN –  
Risiken früh erkennen, Erkrankung vermeiden**



07. 01. 2019 | Prof. Dr. Stefan W. Schneider  
**WENN DIE HAUT JUCKT –  
was dahinter steckt und was hilft**



21. 01. 2019 | Prof. Dr. Ansgar W. Lohse  
**GESUNDHEIT BEGINNT IM MAGEN –  
Was ist richtiges Essen?**



04. 02. 2019 | Prof. Dr. Jürgen Gallinat |  
Prof. Dr. Christian Gerloff  
**NUR VERGESSLICH ODER SCHON DEMENT?  
Ursachen, Anzeichen, Therapien & Vorsorge**

## Auf einen Blick

### Veranstaltungsort:

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf  
Campus Lehre | Gebäude N 55  
Martinistr. 52 | 20246 Hamburg

### Zeit:

Einlass ab 18 Uhr, Beginn um 18.30 Uhr

### Karten:

ab 7,50 Euro unter:  
[www.gesundheitsakademie-uke.de](http://www.gesundheitsakademie-uke.de)

### Kontakt:

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf  
Gesundheitsakademie  
Telefon: +49 (0) 40 7410 - 53397  
[www.gesundheitsakademie-uke.de](http://www.gesundheitsakademie-uke.de)

## Ausblick

01. 04. 2019:

### Nur Rücken oder doch Parkinson?

Prof. Dr. Christian Gerloff

Nächste Termine 2019:

15. 04., 06. 05., 20. 05., 03. 06., 17. 06.

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

in Kooperation mit



Gesundheitsakademie



Programm 2018/2019

## Medizin für Menschen mit Neugier

### Expertenvorträge und Markt der Gesundheit

Campus Lehre (N 55) | Martinistr. 52 | 20246 Hamburg

## Herzlich willkommen

Nahezu unermesslich sind die Informationen über Gesundheit und Krankheiten. Doch welche Vorschläge beruhen auf dem aktuellen Stand des medizinischen Wissens? Und was davon ist hilfreich für das eigene Leben, schließlich ist jeder Mensch einzigartig? Wir laden Sie ein, sich auf der „Gesundheitsakademie UKE“ aus erster Hand selber ein Bild zu machen, damit Sie die „Spreu vom Weizen“ trennen können.

In 45-minütigen Vorträgen schildern unsere Expertinnen und Experten gut verständlich die neuesten Erkenntnisse. Anschließend können Sie sich auf dem „Markt der Gesundheit“ an den Mitmach- und Informationsstationen mit den Expertinnen und Experten unterhalten, über Prävention, Selbsthilfe, Vorsorge, Diagnostik, Behandlung und Rehabilitation informieren oder ausprobieren, wie es um die eigene Gesundheit bestellt ist.

Mit der „Gesundheitsakademie UKE“ möchten wir dazu beitragen, dass Sie Lust haben, mehr für sich zu tun!

Wir freuen uns auf Sie!



Universitätsklinikum  
Hamburg-Eppendorf

15. 10. 2018

### **WAS DAS HERZ BEGEHRT – wie den Motor des Lebens am Laufen halten?**

**Prof. Dr. Stefan Blankenberg**

Direktor der Klinik und Poliklinik für Allgemeine und Interventionelle Kardiologie



Das Herz ist Wunderwerk der Natur. 70 bis 80 Mal pro Minute schlägt es, etwa 100.000 Mal am Tag, jeden Tag unseres Lebens – 36,5 Millionen Mal im Jahr. Was braucht der Motor unseres Lebens, damit er diese Leistung erfüllen kann und nicht ins Stottern gerät oder gar ausfällt? Erfahren Sie aus erster Hand alles über das Herz und wie es fit bleibt. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie das Herz funktioniert, woran Sie Störungen erkennen können, wie diese behandelt werden – und was Sie jeden Tag konkret tun können, damit Ihr Herz alles erhält, was es begehrt.

29. 10. 2018

### **GIB DEM KREBS KEINE CHANCE – neue Therapien & aktive Vorsorge = bessere Aussichten**

**Prof. Dr. Carsten Bokemeyer**

Direktor des Hubertus Wald Tumorzentrums



Die Überlebenschancen für Menschen, die an Krebs erkranken, sind heutzutage deutlich gestiegen. Dabei sind doppelt so viele Menschen wie vor 35 Jahren betroffen. Das klingt paradox. Was verursacht diese Zunahme? Was wissen wir heute über Krebs? Welche neuen, innovativen Methoden der Diagnostik und Therapien gibt es? Und welche Vorsorge ist sinnvoll? Erfahren Sie aus erster Hand, was die Medizin heute über die unterschiedlichen Krankheitsformen weiß. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie sich die klassischen Therapien verändert haben, und was Sie tun können, um dem Krebs möglichst erst gar keine Chance zu geben.

12. 11. 2018

### **DAMIT DIE AUGEN GESUND BLEIBEN – Schwächen rechtzeitig erkennen und behandeln**

**Prof. Dr. Martin Spitzer**

Direktor der Klinik und Poliklinik für Augenheilkunde



Unsere Augen sind Meisterwerke der Natur. Doch mit den Jahren fällt unseren „Toren zur Welt“ ihre Arbeit immer schwerer. Was brauchen die Augen, damit sie fit bleiben? Was kann getan werden, wenn sie am Grauen oder Grünen Star erkranken oder von der Makuladegeneration bedroht sind? An diesem Abend erfahren Sie aus erster Hand, was die Medizin heute über Augenerkrankungen weiß und welche neuen Therapien es gibt. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie Augenkrankheiten diagnostiziert werden und wie Sie ihnen vorbeugen können. Lassen Sie sich in die Welt der optischen Täuschungen entführen.

26. 11. 2018

### **MIT STARKEN KNOCHEN DURCHS LEBEN – wie uns unsere mehr als 200 Knochen stabil erhalten**

**Prof. Dr. Michael Amling**

Direktor des Instituts für Osteologie und Biomechanik



Ohne Knochen geht nichts. Sie stützen unseren Körper, schützen unser Gehirn, speichern lebenswichtige Mineralstoffe und in ihrem Inneren läuft die Blutbildung ab. Ständig vollbringen unsere Knochen Höchstleistungen. Wie schaffen sie das? Was brauchen unsere Knochen, um gesund zu bleiben? Wie kann ihnen geholfen werden, wenn sie weich oder brüchig werden? An diesem Abend erfahren Sie aus erster Hand, was die Medizin heute über Knochenerkrankungen weiß und welche neuen Therapien es gibt. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie fit Ihre Knochen sind, wie die Erkrankungen diagnostiziert werden und vor allem: Wie Sie Ihre Knochen stark halten.

10. 12. 2018

### **DAS GEHT AN DIE NIEREN – Risiken früh erkennen, Erkrankung vermeiden**

**Prof. Dr. Tobias B. Huber**

Direktor der III. Medizinische Klinik und Poliklinik



Das wichtigste Entgiftungsorgan sind die Nieren: Ganz im Stillen reinigen sie unser Blut, steuern den Wasserhaushalt, halten den Mineralhaushalt im Gleichgewicht, bilden Vitamine und Hormone. Oft nehmen wir die Nieren erst wahr, wenn sie ihre Arbeit nicht mehr tun. Welche Warnsignale gibt es? Welche Risiken? Wie können Erkrankungen behandelt werden? An diesem Abend erfahren Sie aus erster Hand, was die Medizin heute über Nierenerkrankungen weiß und welche neuen Behandlungsmöglichkeiten es gibt. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie Krankheiten (früh) erkannt und behandelt werden und was Sie selber tun können, damit Ihre Nieren gut arbeiten.

07. 01. 2019

### **WENN DIE HAUT JUCKT – Was dahinter steckt und was hilft**

**Prof. Dr. Stefan W. Schneider**

Direktor der Klinik u. Poliklinik f. Dermatologie u. Venerologie



Ohne Haut können wir nicht überleben. Sie schützt uns vor Krankheitserregern, Strahlen, Verletzungen, Hitze oder Kälte; ermöglicht zu tasten, Schmerzen zu fühlen und Sonnenstrahlen sowie Wind zu spüren; regelt Feuchtigkeit und Körpertemperatur, ist Spiegel unserer Stimmungen. Was bedeutet es, wenn unser größtes Organ juckt? Braucht es Pflege? Ist es erkrankt? Oder warnt es uns? An diesem Abend erfahren Sie aus erster Hand, was die Medizin heute über Erkrankungen der Haut weiß und welche neuen Therapien es gibt. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie Krankheiten erkannt und (bei Kindern) behandelt werden können und was Sie selber tun können, um Ihre Haut gesund zu halten.

21. 01. 2019

### **GESUNDHEIT BEGINNT IM MAGEN – Was ist richtiges Essen?**

**Prof. Dr. Ansgar W. Lohse**

Direktor der I. Medizinischen Klinik und Poliklinik



Kennen Sie das Mikrobiom? Das sind winzige Mitbewohner wie Bakterien, die den Verdauungstrakt besiedeln. Gerät das Gleichgewicht zwischen ihnen aus der Balance, begünstigt das z.B. Darmentzündungen. Damit die Mikroben uns gesund halten brauchen sie gute Nahrung. Welches Essen stärkt die Gesundheit? Sollten wir Fleisch meiden, Nahrungsergänzungsmittel schlucken? An diesem Abend erfahren Sie, was die Medizin über richtiges Essen weiß. Entdecken Sie, wie Magen-darm-Erkrankungen erkannt und behandelt werden, wie Ernährung hilft und was Sie tun können, damit Ihre kleinen Mitbewohner zu Ihrer Gesundheit beitragen.

04. 02. 2019

### **NUR VERGESSLICH ODER SCHON DEMENT? Ursachen, Anzeichen, Therapien & Vorsorge**

**Prof. Dr. Jürgen Gallinat | Prof. Dr. Christian Gerloff**

Direktor der Klinik u. Poliklinik für Psychiatrie u. Psychotherapie | Direktor der Klinik u. Poliklinik für Neurologie



Der Schlüssel scheint vom Erdboden verschluckt; ein Name fällt einem nicht ein. Ist das nur Vergesslichkeit, weil das Gehirn altert, oder schon Demenz, weil das Gehirn erkrankt ist? Was sind zuverlässige Anzeichen einer Demenz? Was hilft, um geistig im Alter fit zu bleiben? An diesem Abend erfahren Sie aus erster Hand, welche innovativen Therapien es gibt und wie Sie das Risiko zu erkranken, vermindern können. Entdecken Sie auf dem „Markt der Gesundheit“, wie komplex unser Gehirn ist, welche Ernährung und Bewegung Ihrem Gehirn wohltut und wie Demenzen behandelt werden können.