

Grußwort	3
Inhalt	5
Mensch & Medizin	
Gesundheit – Was verstehen wir unter diesem Begriff?	11
Schilderwald im Krankenhaus – Eine Orientierungshilfe	15
Das Augenlicht bewahren – Grüner Star und Grauer Star	19
Heuschnupfen – Was bringt eine Immuntherapie?	29
Das Emsland ist „Zukunftsregion Gesundheit“	31
Der „Meilenstein“ als wichtiger Mosaikstein	33
Mit der Verbundweiterbildung für mehr Ärzte im Emsland	
Start der Weiterbildungsgesellschaft für Ärzte im Landkreis Emsland	35
Prävention und Rehabilitation	
Die Kraft der Berührung	
Massage entspannt und erholt	39
Rechtzeitig vorbeugen	
Kostenlose CheckUps und Vorsorgeuntersuchungen nutzen	43
Schönheit und Kosmetik	
Wahre Schönheit kommt von innen	
Natürliche Faktoren bestimmen Aussehen und Ausstrahlung	45
Gesund ernähren	
Mehr Kraft im Alltag Gesunde Ernährung ist wichtig	49
Zahngesundheit	
Gemeinsam gegen „Karies“ und „Baktus“	
Zahnmedizinische Gruppenprophylaxe in Kindergärten und Schulen	55
Zahnersatz ist wertvoll	
Sie haben die Wahl zwischen Pflicht und Kür	57
Beratung: Kinder	
Das „Kindernetz Emsland“ fängt auf	63
Frauenheilkunde	
Sicherheit für Mutter und Kind	
Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchungen	65
Beratung: Senioren	
Service für Senioren aus einer Hand	
Seniorenservicebüro Niedersachsen im Landkreis Emsland	71
Herausforderung Demenz	73
Pflegebedürftigkeit – was tun?	75
Wir sind nicht allein!	81
Beratung: Psyche	
Krankenhausstruktur im Landkreis Emsland	82
Wenn die Psyche erkrankt	83
Nur verstimmt oder schon depressiv?	
Ab wann ärztliche Hilfe nötig ist	85