

# STARTWOCHEENZEITUNG

uni@landeszeitung.de

Eine Sonderbeilage der Landeszeitung

Mittwoch, 12. Oktober 2011

## Arzt abrechnung

Wohin fließen eigentlich die 10 Euro Praxisgebühr? Wir erklären es.

Seite 2

## Die Kräuterkammer auf dem Dachboden

Die Raths-Apotheke öffnet ihre Türen zu einer vergessenen Welt

Seite 3

## Kanu, Kampfsport oder Kochkurs?

Lüneburg bietet viele Gelegenheiten, sich auszuzeichnen. Wir stellen sie vor.

Seite 4



Nachts lernen statt schlafen: Gerade in Stresssituationen kann die Arbeitsbelastung zum Albtraum werden.

Foto: Wuth

## Schluck den Druck

Arbeitsrausch statt Konzentration: Die Generation Vernunftsdroge macht Hirndoping zum Massenphänomen. **Marie Wuth** hat recherchiert, warum auch Studenten zur Pillenschachtel greifen.

Studium und Arbeit verlangen oftmals mehr Energie, als die Reserven hergeben. Wenn das Arbeitspensum keine Pause zulässt, schwindet die Konzentration und der Druck steigt. Rita Harms von der psychologischen Beratungsstelle in Lüneburg kann bestätigen, dass immer mehr Studenten unter Erschöpfungsercheinungen, psychosomatischen Beschwerden und depressiven Verstimmungen leiden. „Mit der Arbeitsbelastung sind auch die stressbezogenen Probleme gestiegen“, sagt sie. Zudem plagt viele die Angst, die Regelstudienzeit zu überziehen und damit erhöhte finanzielle Belastungen zu haben.

Dass in anstrengenden Prüfungsphasen zu kleinen Helfern aus der Pillendose gegriffen wird, um das

Lernziel zu erreichen, ist längst nichts Ungewöhnliches mehr. Leistungssteigernde Mittel verhelfen nicht nur Sportlern zu Höchstleistungen, sondern auch Schülern, Studenten und Ärzten. In nahezu jeder Gruppe, unabhängig von Alter und Beschäftigung, finden solche Mittel Verwendung. Eine amerikanische Umfrage unter Wissenschaftlern zeigte, dass etwa 20 Prozent mehr oder weniger regelmäßig Pillen einnehmen, um immer und auf den Punkt konzentriert zu sein. Durch das Wettbewerbsdenken wurde die Überholspur teilweise zur Einbahnstraße, und wer das Tempo nicht halten kann, läuft Gefahr, auf der Strecke zurückzubleiben.

Am häufigsten wird dabei zu Ritalin gegriffen, das eigentlich Kindern und

Jugendlichen verschrieben wird, die unter einem Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom leiden. Heute ist es die neue Modedroge von Studenten. In Amerika nutzt jeder fünfte Professor und jeder vierte Student die kleinen Leistungsförderer. Ritalin wirkt konzentrationsfördernd und senkt den Dopaminspiegel in den Nervenzellen, um Ablenkungen auszublenden und die Gedanken auf eine einzige Tätigkeit fokussieren zu können. Bereits vor etlichen Jahren machten sich dies viele Büroangestellte illegal zunutze, um sich noch länger konzentrieren zu können.

Gehirndoping meint nicht übermäßigen Koffeinkonsum, sondern die Einnahme rezeptpflichtiger Medikamente. Der Druck, bei der Arbeit oder im Studium zu glänzen, Chancen zu optimieren und sich auf dem Arbeitsmarkt zu behaupten, macht die Dopingoption für viele attraktiv. So wie die Gesellschaft das Denken, Handeln und vorherrschende Prinzipien beeinflusst, bestimmt sie auch die Rauschmittel.

Dabei hat ein grundlegender Wandel stattgefunden. Angefangen mit LSD in den 70ern über das Kokain der 80er bis zu den von Ecstasy beflügelten 90ern, versuchte die Jugend mit Spaßdrogen gegen die Erwartungen der Gesellschaft zu rebellieren. Heute ist es genau andersherum. Es sind die Vernunftsdrogen, die helfen sollen, die Norm zu erfüllen. „Gerade Ritalin ist zum Kennzeichen einer Pflichterfüller-Generation geworden“, so Professor Gerald Hüther von der Psychiatrischen Uni-Klinik Göttingen.

Das Problem ist das gleiche wie bei anderen Drogen auch: Die Gefahr ist, die Kontrolle zu verlieren und den Moment zu verpassen, an dem sich die Sucht einstellt. Der Zustand, den die Medikamente erzeugen, wird schnell zur Gewohnheit. Die Arbeit im nüchternen Zustand erscheint träge und uneffizient, es fehlen Antrieb und Ausdauer. Gesundheitsschädigende Folgen konnten bislang noch nicht festgestellt werden. Allerdings machen Dopingmittel wie Ritalin auf Dauer entscheidungsunfähig, rauben Kreativität, mindern Appetit, stumpfen Emotionen ab und können sowohl Schlaflosigkeit als auch Kopfschmerzen verursachen. Die Wirkung des Hauptwirkstoffes Methylphenidat ähnelt stark der von Kokain. Ritalin gehört zu den Amphetaminen und fällt in Deutschland unter das Betäubungsmittelgesetz, weshalb es auch rezeptpflichtig ist.

„Gerade Ritalin ist zum Kennzeichen einer Pflichterfüller-Generation geworden.“

Die Entscheidung für oder gegen leistungsfördernde Mittel liegen bei jedem selbst. Denn einen Abschluss mit Bravour können leistungsfördernde Pillen nicht garantieren. Um Blockaden gerade in Lernphasen zu vermeiden, rät der Psychologe Rolf Wartenberg neben Entspannungsmethoden wie autogenem Training und Sport vor allem eines: „Studenten sollten Stresssituationen aktiv nutzen, um herauszufinden, wie sie am besten mit Druck umgehen können. Gerade diese Lernerfahrung ist auch für das spätere Leben wichtig.“

Und falls es trotz Entspannungsübungen und Selbstreflexion nicht weitergehen sollte - einfach mal Pause machen.

Placebo

## Gott, Turm und Trompete

Andere Länder, andere Sitten - so spricht der Volksmund. In Indien isst man mit den Händen, in der Arktis reibt man zur Begrüßung die Nasen aneinander, in manchen Ländern Afrikas schläft man mit aufgestützem Kopf - und in Deutschland? Hier wird morgens auf Kirchtürmen Trompete gespielt. Das könnten zumindest Touristen denken, die von Deutschland nur die Epi-Zentren Hamburg, Celle und Lüneburg kennen. Denn im Rest des Landes existiert dieser Brauch nicht. Dementsprechend verwirrt war ich selbst, als am Ende meiner ersten Nacht in Lüneburg morgens um neun Uhr ein sonderbares Getröte an mein süddeutsches Ohr drang. Nach kurzer Zeit war der Spuk wieder vorbei. Komisch, ich träume doch sonst nie von Blasmusik, dachte ich, drehte mich wieder um und schlief weiter. Es ist jedoch alles andere als ein Spuk. Es ist ganz real, und das schon seit der Mitte des 17. Jahrhunderts. So lange gibt es in Lüneburg schon einen Trompetenspieler auf dem Turm der St. Johanniskirche. Und da ich als angehender Journalist alles verstehen will, was ich nicht kenne, bin ich der Sache auf den Grund gegangen. Manfred Toews, 70 Jahre alt, ist der Türmer, wie seine Aufgabe offiziell heißt. Seit 1978 bläst er mit seinem Flügelhorn einen Choral in alle vier Windrichtungen. Traditionsbewusstsein, Glaube, Geschichte, das treibt Toews an. „Immer, wenn ich hier hochstapfe, ziehe ich den Hut vor den alten Balken und Glocken“, sagt er. So viel Beständigkeit ist selten geworden, deswegen sind schon viele mit ihm auf den Turm gestapft, um sich davon zu überzeugen: Kamerateams, Fotografen, Reporter. Dabei sei er gar nicht „mediengeil“, sagt Toews. Den Eindruck macht er auch nicht. Der Agrarwissenschaftler im Ruhestand freut



Eine Selbsterkenntnis von **Paul Rietze**

sich über das weitgehend positive Feedback, jedoch ist er nicht darauf angewiesen. Ihm reichen die Tradition und sein Dienst für den Glauben. Deshalb ist es ihm wahrscheinlich auch egal, wenn er wüsste, dass er mit seinem Trompetenspiel täglich den Unmut aus dem Schlaf gerissener Studenten auf sich zieht. Und das kann es auch. Schließlich waren zuerst die Kirche und der Türmer da, erst danach kam die Universität und die Studenten.



Gefährlich, aber immer beliebter: Rezeptpflichtige Medikamente locken mit dem Extra-Kick Konzentration in Stresssituationen. Foto: Lehne

## KOMMENTAR

Burnoutpatient  
statt Bachelorstudent

von Saskia C. Schmidt

Eins ist klar: Das Klischee, dass Studenten tagelang auf der faulen Haut liegen, lässt sich seit der Bologna-Reform nicht mehr halten. Die entspannte Zeit des Diploms hat sich mit dem Bachelor endgültig in Luft aufgelöst - wobei sie auch früher oft genug ein Klischee war.

Ein guter Student muss heute einiges leisten. Die Basis des Erfolgs ist ein lückenloser Lebenslauf. Dieser sollte aufweisen: ein Auslandssemester, ehrenamtliches Engagement und mindestens ein Praktikum pro Vorlesungsfreier Zeit. Dass der Begriff „Semesterferien“ aus dem Sprachgebrauch verschwunden ist, lässt tief blicken. Die Noten sind ausgezeichnet und optimaler Weise überschreitet man die sechs Semester bis zum Bachelorabschluss nicht. Das setzt die Studenten vom ersten Semester an unter Druck.

Es überrascht nicht, dass die Medien vermehrt über Burnout bei Studenten berichten. Konzentrationschwäche, Müdigkeit und Angstzustände zählen zu den typischen Beschwerden. Die Zahlen sind alarmierend: Im vergangenen Jahr haben rund 23.000 Studenten die

psychologischen Beratungsstellen der Universitäten aufgesucht. Somit hat sich die Zahl seit 2003 verdoppelt. Die Diagnosen: Burnoutanzeichen, Identitätskrisen und finanzielle Sorgen.

Gute Noten, soziale Kontakte, genügend Schlaf - alles zusammen scheint unmöglich. Frei nach dem Motto „Wählen Sie bitte zwei der genannten Optionen“, bleibt immer etwas auf der Strecke. Dabei ist ein Bachelorstudium ohne Nervenzusammenbruch keinesfalls utopisch.

Die Veränderungen verlangen mehr denn je eine gute Selbstorganisation.

Bachelorstudenten stehen  
vom ersten Semester an  
unter Leistungsdruck.

Kein Student kann alles auf einmal machen. Es müssen Prioritäten gesetzt werden: Erst Bachelor, dann Praktikum. Eins nach dem anderen. Junge Menschen lernen in der Schule zu wenig, ihren Alltag eigenständig und verantwortungsbewusst zu strukturieren. Das Studium überfordert viele zu Beginn. Hier muss man ansetzen, um die zukünftigen Studenten von dem Leistungsdruck zu entlasten.

„Was du heute nicht kannst besorgen, das verschiebe ruhig auf morgen“ - so kriegt auch der Bachelorstudent acht Stunden Schlaf und der Nervenzusammenbruch bleibt ihm erspart.

## Im Wartezimmer

Wie ich im Ärztehaus Zeit,  
Geld und Nerven verlor

von Saskia C. Schmidt

Das Schöne an Ärzthäusern mit ihren drei bis unendlich vielen Gemeinschaftspraxen ist, dass ich alle medizinischen Anliegen in wenigen Stunden erledigen kann. Ich gehe also zu meiner Frauenärztin, um mir das Rezept für die Pille zu holen. Nur das Rezept. „10 Euro Praxisgebühr bekomme ich dann von Ihnen“, sagt die Sprechstundenhilfe und lächelt. Wie bitte? Ich nehme nicht einmal die Dienste der Ärztin in Anspruch! Egal, falscher Zeitpunkt, um sich gegen das System aufzulehnen. Dafür habe ich zu viele Termine. Schnell frage ich weiter: „Könnten Sie mir eine Überweisung zum Allergologen ausstellen?“ Diese wird mir umgehend und kommentarlos ausgedruckt.

Zwei Stockwerke tiefer treffe ich bei dem besagten Allergologen ein und nehme, wie immer, „kurz“ im Wartezimmer Platz. Zwanzig obligatorische Minuten später erscheint dort der Arzt und fordert mich mit einem energischen „Schmidt!“ auf, ihm zu folgen. Treu-doof trotte ich ihm hinterher und setze mich auf den Stuhl vor seinem Schreibtisch. Dies scheint er nicht zu

bemerkten. Er starrt gebannt auf den Bildschirm und fängt wie ein Roboter an, mich abzufragen: „Schnupfen?“ „Ja“, antworte ich und warte, dass er mich anschaut. Aber von wegen. „Kopfschmerzen?“, bellt das Doktorwesen den Bildschirm, nicht mich, an.

„Ja...“, sage ich verunsichert und schaue mich in dem sterilen Zimmer voller abstrakter Geräte um. Endlich bemerkt er mich! Vielleicht bin ich doch keine anonyme Hülle. „Haben Sie schon einen Allergietest gemacht?“ Wieder bejahe ich diese Frage und murmelte kleinlaut hinterher: „Nichts bei rausgekommen.“ Seine Antwort erstaunt mich ein wenig: „Na, dann halt noch einen.“

Nach dem Aufritzen meiner Haut und einer gefühlten Ewigkeit lautet das Ergebnis: kein Befund. Um überrascht zu sein, bin ich zu abgestumpft. Irgendwie habe ich es kommen sehen. Ich gehe. Ohne Befund, dafür mit dem Gefühl, dass Ärzte in mir keinen Menschen sehen, sondern eine Geldmaschine. Eine Freundin erzählte mir, dass kein Arzt sich so viel Zeit für sie nimmt wie ihr Homöopath. Vielleicht sollte ich da mein Glück versuchen.



## Impressum

Chefredakteur: Björn Ahrend

Chef vom Dienst (CvD): Christoph Aberle

Layout:

Marie Jansen, Corinna Kröger

Bildredaktion:

Svenja Butenschön, Annabell Lehne, Julia Nordholz, Franziska Schkade

Redaktion (Print und Online):

Felicitas Arnold, Melanie Böhme, Ann-Christin Busch, Natalja Fischer

Anastena Gerst, Gesche Marie Hollweg, Anja Lakenmacher (Online)

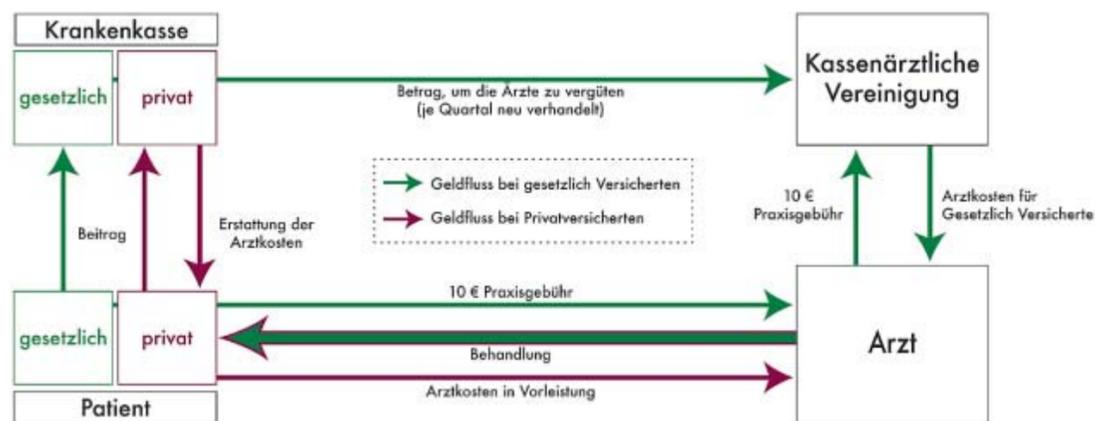
Paul Rietze, Saskia Carolin Schmidt, Hanna Schwormstedt

Bianca Wagner (Online), Marie Wuth

www.startwochenzeitung.de

## Wie bekommen Ärzte ihr Geld?

So funktioniert das Abrechnungssystem der niedergelassenen Ärzte in Deutschland. Paul Rietze klärt auf.



Das Gesundheitssystem in Deutschland ist in bestimmten Bereichen undurchschaubar. Das wird schon seit längerem von verschiedenen Seiten angeprangert. Einen Grund für die Kritik sehen Organisationen wie Transparency International Deutschland beispielsweise im undurchsichtigen Abrechnungssystem für die Ärzte.

Durch häufige Arztbesuche sind zwar viele Bürger mit dem Ablauf vertraut, behandelt zu werden, jedoch wissen die Wenigsten, wie viel Geld der Arzt für ihre Behandlung bekommt oder was mit den zehn Euro Praxisgebühr passiert. Und welche Unterschiede bestehen hinsichtlich der Abrechnung zwischen Mitgliedern der gesetzlichen und Mitgliedern der privaten Krankenkassen? Im deutschen Gesundheitssystem gibt es vereinfacht gesagt vier Akteure, die eine entscheidende Rolle für die Abrechnung spielen: die Krankenkassen, die niedergelassenen Ärzte, die Kassenärztliche Vereinigung (KV) und die Patienten. Geht ein gesetzlich versicherter Patient zum Arzt, muss er zunächst seine Versicherungskarte vorzeigen, um seine Mitgliedschaft in einer Krankenkasse nachzuweisen. Dann muss er pro Quartal zehn Euro Praxisgebühr zahlen. Diese sind jedoch keine zusätzlichen Einnahmen für den Arzt, denn sie werden ihm später von seiner

Gesamtvergütung wieder abgezogen. Dr. Jörg Berling, vom Vorstand der KV Niedersachsen, ist der Meinung, dass die zehn Euro „einen zusätzlichen, nicht bezahlten, bürokratischen Aufwand für den Arzt bedeuten. Ihr eigentlicher Zweck besteht darin, das so genannte Doktor-Hopping zu vermeiden. Das bedeutet, dass ein

Wenige wissen, wie  
ein Arzt bezahlt wird  
und was eine Behandlung kostet.

Patient zu mehreren Ärzten der gleichen Fachrichtung im selben Quartal geht. Im Prinzip soll die Praxisgebühr vor unnötig vielen Arztbesuchen abschrecken. Nachdem der Arzt den Patienten behandelt hat, dokumentiert er seine Leistung im Rahmen des Einheitlichen Bewertungsmaßstabs (EBM). In dieser Tabelle sind alle ärztlichen Leistungen in Preisgruppen eingeteilt und mit einem Code versehen. Befänden sich beispielsweise Blutabnahme und Verbandswechsel in derselben Gruppe, hätten sie denselben Code und kosteten gleich viel. „Das bedeutet, dass der Arzt nicht pro Stunde, sondern pro Leistungscode bezahlt wird, in dem einzelne Leistungen weitestgehend pauschalisiert sind“, erklärt Berling. Ob er für den Verbandswechsel eine halbe Stunde oder den halben Tag braucht, spielt keine Rolle.

Übrigens: Jeder Patient kann sich von seinem Arzt eine Rechnung ausstellen lassen. Das wissen allerdings nur die wenigsten Kassenpatienten. Am Quartalsende schickt der Arzt seine Leistungsdokumentation an die KV. Anhand dieser bezahlt sie ihn. Das Geld dafür bekommt die KV von den Krankenkassen. Jedoch stellen diese nur einen bestimmten Betrag pro Quartal zur Verfügung, von dem die KV alle Ärzte bezahlen muss. Dabei kann es passieren, dass das Geld nicht reicht und die Ärzte nicht voll entlohnt werden. Es ist also sehr entscheidend, welchen Betrag die Krankenkassen zur Verfügung stellen. Diese Beträge handeln jedes Quartal die KVen und die Krankenkassen neu aus. Welche Faktoren bei den Verhandlungen berücksichtigt werden, ist nicht ganz klar, monieren Kritiker. Bei Privatversicherten läuft die Abrechnung etwas anders. Zunächst müssen sie keine Praxisgebühr zahlen. Desweiteren werden die vom Arzt erbrachten Leistungen erheblich besser und nach

„Privatpatienten sind  
für die Praxen überlebenswichtig“.

einem anderen System (der Gebührenordnung für Ärzte) vergütet. Der Patient erhält außerdem immer eine Rechnung, die er selbst bezahlen und sich das Geld dann von seiner Krankenkasse wiederholen muss. „Privatpatienten sind für die Arztpraxen überlebenswichtig“, so Berling.

## Misstände im Gesundheitssystem

Transparency International Deutschland kritisiert das Gesundheitswesen. Paul Rietze hat mit einer ihrer Vorsitzenden, Dr. Anke Martiny, gesprochen.

**Sigmar Gabriel nannte das Gesundheitssystem einen der undurchdringlichsten und tiefsten Dschungel der Interessensvertretungen in Deutschland. Würden Sie das so unterstreichen?**

Ja. Denn seit seiner Einführung durch Otto von Bismarck im 19. Jahrhundert ist es in Deutschland so, dass das staatliche Gesundheitswesen in den Aufgabenbereich von öffentlich-rechtlichen Körperschaften fällt, nämlich den Kassenärztlichen Vereinigungen (KVen), den Ärztekammern und den Krankenkassen. Die Bundesländer haben keine fachlichen Eingriffsmöglichkeiten. Die Körperschaften überwachen sich selbst. Nur im Falle von rechtlichen Verstößen kann der Staat sich einschalten. Dies hat in den Jahren des Wachstums, in denen immer mehr Geld zur Verfügung stand, zu Wildwuchs in diesem Bereich geführt. Jetzt sind wir jedoch an einem Punkt, wo zurückgestutzt werden muss, da das Gesundheitssystem in seiner momentanen Form nicht mehr zu finanzieren ist. Bei diesem Vorgang entsteht ein undurchsichtiges Gewimmel von verschiedenen Interessensvertretungen.

**Sie prangern eine gewisse Intransparenz des deutschen Gesundheitssystems an. Was stellen für Sie die Hauptgründe dafür dar und wie äußern sich diese?**

Dort wo andere Länder einen Gesundheitsminister haben, hat Deutschland 17. Einen im Bund und 16 in den

Ländern. Dazu kommen noch 17 KVen, 17 Ärztekammern und knapp 200 Krankenkassen. Davon will keiner zu kurz kommen und alle wollen ihre Interessen durchgesetzt sehen, so dass ein regelrechter Hexenkessel entsteht. Hinzu kommt noch, dass es in diesem Sektor um viel Geld geht, was die Akteure ihre Interessen nur noch vehementer verfolgen lässt.

„Jetzt sind wir jedoch an  
einem Punkt, wo zurückgestutzt werden muss, da das  
Gesundheitssystem in seiner  
momentanen Form nicht  
mehr zu finanzieren ist“.

**Ein Teil dieses Hexenkessels ist das Abrechnungssystem der niedergelassenen Ärzte, ein undurchsichtiges Gebilde aus Krankenkassen, KVen, Ärzten und Patienten. Inwiefern sehen Sie dort Möglichkeiten für Korruption und Intransparenz?**

Das Problem ist das Fehlen von wirksamen Kontrollmechanismen, durch welche die Akteure von bewusstem und unbewusstem Fehlverhalten abgehalten werden. Zwar sind die Krankenkassen, als auch die KVen seit 2004 dazu verpflichtet, „Stellen zur Bekämpfung von Fehlverhalten im Gesundheitswesen“ einzurichten, je-

doch kommen vor allem die KVen dieser Verpflichtung nicht im zufriedenstellenden Maße nach. Unter Berufung auf den Datenschutz geben sie Informationen über die Abrechnungen der Ärzte gar nicht oder nur sehr zögerlich preis. Damit stellen sie sich vor die Ärzte und schützen diese vor Kontrollen.

Innerhalb des Abrechnungssystems kann an allen Enden geschummelt werden. So können zum Beispiel Patienten ihre Versicherungs-Chipkarte an andere Personen verleihen oder verkaufen, Ärzte können Leistungen abrechnen, die sie nicht erbracht haben oder sich Rezepte erstatten lassen, die vom Patienten bei der Apotheke gar nicht eingelöst wurden. Leider existieren keine greifenden Strafen und Kontrollen, die vor solchen Vorgehen zurückschrecken lassen würden.

**Was halten Sie von der Fallstudie der Leuphana-Startwoche?**

Ich finde das gut, weil es wichtig ist, ein öffentliches Interesse für das Gesundheitswesen in Deutschland zu wecken. Die Menschen müssen verstehen, dass das Solidaritätsprinzip eine wichtige Rolle darin spielt. Sie müssen verstehen, dass alle davon profitieren, wenn jeder Einzelne gesünder lebt. Dazu kann eine solche Initiative, wie die Startwoche, bestimmt einiges beitragen, da auf diese Weise die Studenten für die Struktur und die Probleme des Gesundheitswesens sensibilisiert werden.

## Ein Blick in die Vergangenheit

Die Geheimnisse der Kräuterammer in der Raths-Apotheke lüften **Natalja Fischer** und **Gesche Marie Hollweg**.

In dem bunt leuchtenden Renaissance-Portal der Raths-Apotheke steht Gert Wellsov. Seit 1972 gehört dem Apotheker das historische Gebäude an der Großen Bäckerstraße. Die Lüneburger kennen das Haus, aber kaum jemand weiß um die Geschichte der Figuren am Eingang. „Das da sind Löwen, die das Haus bewachen“, sagt Wellsov und deutet auf die Tierköpfe am Fuße des Eingangs, „keine Igel, wie so viele glauben“.

Auch Wellsovs Kräuter-Schatzkammer kennen nur ganz wenige. Er betritt das Haus, durchquert die Halle und steigt die verwinkelte Treppe

hinauf ins Dachgeschoss. Dies ist der Ort, an dem die Geschichte der Apotheke lebendig wird. „Wer die Vergangenheit nicht kennt, hat keine Zukunft.“ Das Zitat von Humboldt spiegelt den Leitgedanken von Wellsovs Arbeit wieder. Die Kräuterammer offenbart einem eine fast vergessene Welt der Medizin, in der die Pharmazie vor allem eins war: ein Handwerk.

Aus antiken Holzschubladen und Gläsern holt Wellsov original aufbewahrte Blüten und Wurzeln hervor. Er weiß, wozu das alles genutzt wurde: Chinarinde gegen Malaria oder die in Lavendel konservierten Wüstenechsen Scinci Marinae, um „die ehelichen Werk zu fördern“. Der Harry-Potter-Lesern bekannte Bezoardstein galt als Allheilmittel.

„Früher herrschte eine ganz andere Vorstellung davon, wie Krankheiten zu bekämpfen sind“, leitet Wellsov eine weitere Geschichte ein: „Die Menschen glaubten, dass in Schlangenfleisch etwas enthalten ist, das als Gegengift genutzt werden kann, da die Tiere ja von ihrem eigenen Gift keinen Schaden nehmen.“ Dies trifft zwar nicht zu, den Gedanken kann man dennoch nachvollziehen. Wellsov erklärt: „Wir beurteilen Dinge immer nach dem, was wir gerade wissen.“ Mittlerweile hat sich dieses Wissen erweitert und auch die Technik verändert. Es werden keine Mörser und Handwaagen mehr verwendet, um Medikamente herzustellen. Heute werden Arzneimittel von Großanbietern geliefert. Lediglich



Die Schubladen der Kräuterammer bewahren Schätze althergebrachter Pharmazie.

Foto: Schkade



Besitzer Gert Wellsov vor dem Portal der alten Raths-Apothek  
Foto: t&w

**„Wer die Vergangenheit nicht kennt, hat auch keine Zukunft“**

## Mit positiven Gedanken zur perfekten Präsentation

Die psychologische Beraterin Rita Harms gibt im Gespräch mit **Melanie Böhme** Tipps für die Verhandlungen in der Startwoche und im Studentenalltag.

Die Knie, fühlen sich weich an. Die Angst, andere könnten das Zittern bemerken, macht alles noch schlimmer. Ein bekanntes Gefühl vor Vorstellungsgesprächen oder Referaten. Während der Startwoche stehen die Erstis vor ihrer ersten Prüfung an der Uni, den Verhandlungen zum Gesundheitssystem. Diese fordern Mut, da man Ideen und Standpunkte verteidigen muss. Tipps der Psychologischen Beratungsstelle des Studentenwerks bieten Abhilfe, sowohl für die Verhandlungen als auch für den Alltag.

„Die meisten Studenten können viel besser vortragen, als sie selber von sich annehmen“, sagt die Psychologische Beraterin Rita Harms. Ihre Empfehlung daher: Positiv denken! Von einem Studenten im ersten Semester kann keiner einen perfekten Vortrag erwarten. An der Universität soll man eben diese Kompetenz erlangen. Daher folgender Grundsatz: So vortragen, wie man sich selbst am wohlsten fühlt.

Kärtchen mit Stichpunkten geben Sicherheit. Um Struktur in den Vortrag zu bringen, gibt Harms den Tipp, die Finger einer Hand gedanklich mit Hauptkriterien zu verknüpfen. Auch das Anlegen einer Mindmap hilft. Ebenso erhöhen der Bezug zum Vordrner, der Blickkontakt zum Auditorium und der Fokus auf das Wesentliche die Aufmerksamkeit.

Im Gegensatz zu einigen politischen Verhandlungen sollte vor allem der Grundsatz gelten, höflich und respektvoll zu bleiben. Das Miteinander sollte im Mittelpunkt der Startwoche stehen. So kann es auch hilfreich sein, die eigene Rede innerhalb der Gruppe einzuüben. An den Kommilitonen liegt es, ein gutes Gefühl zu vermitteln. Deshalb sollten im Feedback zuerst positive Aspekte erwähnt und dann Verbesserungsvorschläge gemacht werden.

Auch wenn es schwierig klingt: Studierende, die Rede- oder Prüfungs-



Tipp: Am besten alle Finger der Hand gedanklich mit Hauptideen verknüpfen.  
Foto: Schkade

ängste besitzen, sollten sich vorher nicht zu viele Sorgen machen und zuversichtlich denken. Reaktionen des Körpers wie zum Beispiel Zittern wird in solchen Situationen oft besonders stark wahrgenommen. Dabei sind diese Symptome meist nicht stärker ausgeprägt als bei Personen ohne Angst und für Außenstehende nicht zu bemerken. Allerdings ist die Selbst-

Stammzubereitungen und Tees fertigen Apotheker zum Teil noch selbst. Die Arbeit mit dem Computer hat organisatorisch einiges erleichtert. Aber es gibt auch Dinge, an denen Wellsov sich stört.

„Kein Mensch spricht mehr über Qualität, sondern nur noch über Preise“, spielt er auf Rabattverträge und Importregelungen an. Doch damit

muss er sich nicht mehr beschäftigen. Er lebt für seine Sammlung. Liebevoll legt er die Artefakte zurück in ihre Dosen, wo sie auf die nächsten Besucher warten. Alle, die diese Schatzkammer von innen gesehen haben, werden merken: Erst der Blick in die Vergangenheit lässt einen die Gegenwart erkennen. Auf dem Dachboden der Raths-Apothek ist das möglich.

medizinisches Wissen hat sich erweitert und die Technik hat sich verändert.



Seit Ende August diesen Jahres verbringe ich mein Auslandssemester am Colorado College mitten in den Rocky Mountains, umgeben von zahlreichen schneebedeckten Bergen.

Das Colorado College ist ein privates Liberal Arts College. Das bedeutet, dass die Studenten in den ersten zwei Jahren des Bachelor, der in den USA vier Jahre dauert, jede Fachrichtung ausprobieren können. Erst dann müssen sie sich auf einen Major festlegen. Entsprechend viele Freigeister tummeln sich unter den 2000 Studenten, von denen je 500 einen Jahrgang bilden. Die Atmosphäre auf dem Campus ist dadurch sehr angenehm.

Die Kurse sind hier nach einem Blockplan gestaltet. Ich belege demnach für einen knappen Monat einen Kurs, habe fünf Tage frei und beginne dann mit dem nächsten Block. Dieses Modell ist sehr lernintensiv, ich bekomme jedoch vergleichsweise tiefe Einblicke in verschiedene Interessensgebiete.

Das College bietet viele Möglichkeiten, sich sportlich auszutoben, ehrenamtlich zu engagieren oder andere Menschen kennenzulernen. Eine wunderbare Übung für mich, um Networking zu betreiben.

Fast alle amerikanischen Studenten hier beginnen direkt nach der High School mit dem College oder der University und sind zwischen 17 und maximal 21 Jahre alt. Da merke ich manchmal schon, welchen Unterschied es macht, drei bis vier Jahre älter zu sein.

**Daniel Hauschild**  
24 Jahre

**Leuphana:**  
Angewante Kulturwissenschaften/  
Digitale Medien, Kulturinformatik

**Colorado Springs:**  
Kurse aus verschiedenen Studienrichtungen wie Sociology, Art und Computer Science

## Omas Gesundheitstipps auf dem Prüfstand

### Bei Erkältung: Kamillendampf

**Oma Emmi rät:**

Erkältungen kann man vielfältig bekämpfen. Eine Pflanze, die auch in anderen Bereichen ihre Wirkung zeigt, ist die Kamille. Um ein Kamillendampfbad zu machen, nehme man eine große Schüssel, fülle sie mit Kamille und gieße sie mit heißem Wasser auf. Dabei ist es wichtig, dass es sich um echte Kamille handelt und nicht um abgepackten Kamillentee. Anschließend lege man sich ein Handtuch über den Kopf und neige diesen über die Schüssel. Das Inhalieren der Dämpfe bekämpft erst  
Foto: Lehne

**Doktor Wieg erklärt:**

Das Inhalieren ist eine gute Möglichkeit, der Erkältung entgegen zu wirken. Die heißen Dämpfe bekämpfen nicht nur Bakterien, sie befeuchten auch die angeschlagenen Schleimhäute. Durch dieses Befeuchten schwellen sie ab und das Sekret kann folglich besser abfließen. Alternativ zur Kamille kann man auch Eukalyptus oder extra dafür vorgesehene Cremes verwenden, die intensiver und somit besser wirken. Auch das Einreiben des Brustbereiches mit einer solchen Creme beeinflusst die Heilung positiv.



## Und was wolltest Du als Kind werden?

**Felicitas Arnold** hat sich bei den neuen Studierenden umgehört, was sie als Kinder einmal werden wollten. Die Fotos sind von **Julia Nordholz**.



Lennart Last, 19, Umweltwissenschaften: „Früher wollte ich immer Pizzabäcker werden, weil ich es so cool fand, wie der Pizzabäcker bei mir um die Ecke den Fladen um seinen Finger geschwungen hat.“



Laura Winkel, 21, Lehramt: „Bevor mein Wunsch Lehrerin zu werden entstand, wollte ich Pferde ausbilden. Heute reite ich nur noch in meiner Freizeit.“



Jannik Schnor, 20, Umweltwissenschaften: „Als Kind haben mich CD-Laufwerke fasziniert, ein Knopfdruck und da kommt etwas raus. Deshalb wollte ich Informatiker werden.“



Janina Steffen, 23, Lehramt: „Ich habe schon immer gerne Menschen geholfen und mit ihnen gearbeitet, insofern wollte ich schon als kleines Kind Krankenschwester werden.“

## Tu Dir was Gutes!

von **Anastena Gerst**

Die Rechnung „Studium gleich viel Freizeit plus lange Ferien“ geht für die meisten Jung-Akademiker schon lange nicht mehr auf. Über Klausuren und Gruppentreffen vernachlässigen viele die eigene Gesundheit. Lernstress und Nebenjob lassen wenig Raum für gesunde Ernährung, Ruhe und Bewegung. Wer unter gesundem Leben allerdings nur schweißtreibenden Sport und fades Gemüse versteht, irrt sich. Hier sind ein paar Geheimtipps, die gut tun und Spaß machen - nicht nur Studenten!

Für alle Wasserfans ist eine Kanufahrt auf der Illmenau genau das Richtige. „Kanu aktiv“ bietet ein großes Angebot an Möglichkeiten eines ein- oder mehrtägigen Kanuausflugs. Dabei gibt es unterschiedliche Strecken zwischen Uelzen und Bad Beven-



Für Mutige: Herausforderungen im Kletterpark Scharnebeck. Foto: Liane Schmidt

sen oder Lüneburg und Medingen. Den Ein- und Ausstiegort bestimmt jeder selbst, die Boote inklusive Zubehör werden an die zuvor vereinbarte Stelle gebracht und wieder abgeholt. Bei 2er-, 3er- und 4er-Booten liegt der Preis bei 17 Euro pro Person. Ob man ungeübt oder erfahren ist, ist egal.

Wer sich nach wochenlangem Lernstress ohne viel Bewegung mal wieder richtig auspowern möchte, sollte sich im Kletterwald Scharnebeck versuchen. Scharnebeck liegt nur einige Kilometer nordöstlich von Lüneburg und ist mit der Buslinie 5110 ab der Haltestelle Am Sande zu erreichen. Unterschiedliche Schweregrade der Parcours ermöglichen auch unerfahrenen Kletterern die Teilnahme. Der Preis liegt ähnlich wie beim Kanufahren bei 16 Euro für Studenten. Der Park hat von Anfang März bis Ende Dezember geöffnet.

Alle, die körperliche Herausforderung und geistige Entspannung suchen, finden in Pilates und Yoga garantiert ihre innere Ausgeglichenheit. Pilates bietet eine Möglichkeit, sich ganz auf sich und seinen Körper zu konzentrieren. Fließende Bewegungen und kräftigende Übungen halten den Körper fit. Die Konzentration auf die Atmung und die innere Balance ist bei allen Übungen besonders wichtig, das Ziel ist ein ausgleichender Effekt für Körper und Geist.

Yoga, das spirituelle Ursprünge hat, beinhaltet viele unterschiedliche Richtungen. Der Hochschulsport bietet

zum Beispiel Power-Yoga an. Hier geht es vor allem um die dauerhafte Bewegung. Es ist eine moderne, dynamische Form des Yoga und fördert die Konzentration und Beweglichkeit.

Wer Pilates und Yoga ausprobieren möchte, kann dies zum Beispiel im Studio 21 direkt auf dem Hauptcampus tun. Dort werden zudem zahlreiche weitere Sportarten angeboten. Dabei sind viele Angebote aus Tanz, Team-sport, Kampfsport, Bewegungskunst und Freiluftsport kostenlos nutzbar.

Die Teilnahme an den Yoga- und Pilateskursen gehört zum kostenpflichtigen Gym-Angebot. Eine Gym-Karte ist ab 25 Euro im Monat erhältlich. Die aktuellen Programmhefte und Teilnahmegebühren liegen im Studio 21 aus, sind aber auch auf der Seite des Hochschulsports abrufbar.

Etwas bewegungsärmer, für das eigene Wohlbefinden aber mindestens genauso wichtig, ist eine bewusste Ernährung. Die Volkshochschule bietet neben klassischen Kochkursen beispielsweise zur italienischen Küche einen Kurs zum Fasten an. In einem einwöchigen Kurs treffen sich die Teilnehmer hier jeden Abend, um die

## Wichtige medizinische Erfindungen: Das Penicillin

von **Paul Rietze**

Im Jahr 1929 experimentiert der schottische Mikrobiologe Alexander Fleming (1881-1955) in London mit verschiedenen Krankheitserregern. Dabei wird eine seiner Bakterienkulturen von einem Schimmelpilz befallen. Fleming bemerkt, dass der Pilz die Bakterien wirksam bekämpft, was ihn zu weiteren Untersuchungen anregt. Das Ergebnis ist die Entdeckung eines Stoffwechselprodukts des Schimmelpilzes, welches für bestimmte Bakterienarten tödlich ist: das Penicillin.

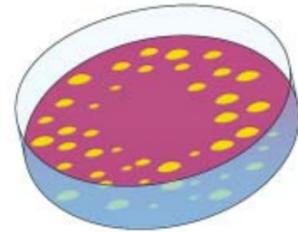
Obwohl Fleming seine Entdeckung veröffentlicht und auf die mögliche Heilwirkung für viele Krankheiten hinweist, findet sie kaum Beachtung. Erst 1939 wird das Penicillin von Ernst Chain und Howard Florey weiterentwickelt. Sie schaffen es, das Heilmittel aus der Kulturflüssigkeit des Schimmelpilzes zu extrahieren und zu reinigen. Danach starten sie die ersten Tests mit Tieren und kurz

darauf auch mit Menschen. Dabei kann zwar die heilende Wirkung bei bakteriellen Infektionskrankheiten wie Blutvergiftungen oder Lungenentzündungen nachgewiesen werden, jedoch mangelt es noch an einer Methode für die Herstellung von großen Mengen.

Dieses Problem wird im Laufe des Zweiten Weltkrieges behoben, als die Alliierten darauf drängen, ein Medikament für die verwundeten Soldaten zu entwickeln. Die Forscher züchten neue Pilzstämme, die

mehr Penicillin produzieren, so dass der Stoff ab 1944 in ausreichender Menge hergestellt werden kann. Ab 1945 ist er in amerikanischen Drugstores erhältlich.

Im selben Jahr erhalten Fleming, Chain und Florey den Nobelpreis. Durch die wirksame Bekämpfung von vielen Infektionskrankheiten retten sie mit ihrer Erfindung eine große Zahl an Menschenleben.



## Hier spricht Ersti Fabian

„Der erste richtige Startwochentag! Wir fanden uns zunächst in unseren Gruppen ein, um dann in den Hörsaal zu gehen und uns dort mit Grundkonflikten des deutschen Gesundheitssystems zu beschäftigen.“

Der Tag bestand aus einer Reihe von Aufgaben. Als Erstes wurde uns die Problemstellung erklärt: Wir sollen ein neues und tragfähiges Gesundheitssystem für Deutschland entwickeln. Dazu wurden wir in die Thematik eingeführt. Zunächst füllten wir einen Fragebogen zu den unterschiedlichen Kategorien des Gesundheitssystems aus. Dazu gingen alle Gruppen in ihre Räume, dann für die erste Feedbackrunde zurück in den Hörsaal. Nach der wohlverdienten Mittagspause sollten wir an drei Fällen arbeiten. Danach gab es erneut die Möglichkeit für Rückmeldung. Die finale Anforderung des Tages war der Vergleich mehrerer Gesundheitssysteme: Schweiz, Schweden und Großbritannien. Nach einer letzten Feedbackrunde war der Tag geschafft.

Sicherlich waren das viele Informationen auf einmal und einigen Kommilitonen fiel es schwer, diese aufzunehmen. Bisher wurden uns die Inhalte nur theoretisch näher gebracht. Daher freuen wir uns auf weitere spannende Themen und die praktische Arbeit der nächsten Tage.“

Fabian Henkel bloggt regelmäßig seine Erlebnisse während der Startwoche auf [www.startwochenzeitung.de](http://www.startwochenzeitung.de)



Yoga entspannt und gibt neue Energie.

Foto: Lehne

Fastenzeit gemeinsam zu erleben und zu gestalten. Fasten entschlackt den Körper und bietet Teilnehmern die Möglichkeit, die eigenen Essgewohnheiten zu überdenken.

### Mehr im Netz

Leuphana Hochschulsport:  
[www.leuphana.de/hochschulsport](http://www.leuphana.de/hochschulsport)  
Kletterwald Scharnebeck:  
[www.kletterwald-scharnebeck.de](http://www.kletterwald-scharnebeck.de)  
Kanuverleih „Kanu aktiv“:  
[www.kanuaktiv.de](http://www.kanuaktiv.de)  
Volkshochschule Lüneburg:  
[www.vhs.lueneburg.de](http://www.vhs.lueneburg.de)

## Fortsetzungsgeschichte

Die Menschen verlieben sich ebenso schnell wie bei seiner Ankunft. Einige gingen zum Bus, andere wurden abgeholt. Wieder andere fuhren mit dem Fahrrad weg. Letztere waren sogar erstaunlich viele. Er fuhr gerne Fahrrad und laut Oma sollte man das hier besser können als Autofahren. Mal davon abgesehen, dass er gar kein Auto hatte. Er hatte ja nicht einmal einen Führerschein.

„Entschuldigung?“  
Ein Mann mittleren Alters stand vor ihm und tippte leicht verzweifelt auf seinem Handy herum.

„Wissen Sie, wie hier die Taxinum-

mer ist?“

„Tut mir leid, ich komme nicht von

von **Gesche Hollweg**

Teil 3

hier.“

Die Taxinummer, das war eine von den Nummern, die er noch herausfinden musste.

„Das kann doch nicht wahr sein, mir wurde gesagt, hier stehen Taxen bereit. Ich habe Termine!“

Ja, einen Termin hatte er auch. Aber einen anderen. Einen ohne Zeitvor-

gabe und einen, der nicht geschäftlich war. Er musste nur ankommen. Der Mann wurde immer hibbeliger, sprach schneller und lauter. Sein Handy klingelte.

„Nein, ich komm hier nicht weg. Hier steht kein Taxi. Nein, auch nicht bei den Bussen.“

Kurze Pause.

„Da steh ich ja!“

Der Kopf des Mannes färbte sich rötlich. Während er telefonierte, zog er nervös an seiner Zigarette.

„Bleib kurz dran, ich bekomme einen Anruf rein.“

Während des Telefonats mit der nächsten Person wischte sich der mit Anzug und Krawatte bekleidete Mann kleine Schweißperlen von der Stirn. Das Taschentuch verschwand daraufhin wieder in seiner Hosentasche. Er

schien es häufiger zu brauchen. Das konnte doch nicht gesund sein. So stellte er sich sein späteres Leben nicht vor. Erfolgreich mit wichtigen Geschäftsterminen, das wollte er auch. Aber kurz vor einem Herzinfarkt wollte er dadurch nicht stehen.

„Da bin ich wieder. Ja, sie schicken mir einen Wagen. Ja, das mach ich. Gut, ich melde mich.“

Mit einem flüchtigen Blick auf den Beton, setzte sich der Mann und zündete sich eine weitere Zigarette an. Sollte er ihm sagen, dass Rauchen hier verboten war? Wobei er das Schild immer noch nicht entdeckt hatte.

„Müssen Sie auch Richtung Krankenhaus? In diesem Kaff scheint man ja nicht von A nach B zu kommen.“

„Wenn das Krankenhaus bei der Uni liegt.“

„Das kann ich Ihnen auch nicht sagen. Aber ich wünsch Ihnen viel Glück, wo auch immer Sie hinmü-

sen.“  
Zehn Minuten und gefühlte 20 Zigaretten später kam ein Auto, das den Mann abholte, der hektisch nach seiner Tasche griff und das nächste Telefonat annahm.

Ruhe hatte er hier bisher nicht gefunden. Vielleicht musste er sich auch einfach daran gewöhnen. Schließlich wohnte er jetzt nicht mehr in einer Stadt mit zwanzigtausend Einwohnern, sondern in einer mit dreiundsiebzigtausend. Von wegen Kaff.

Er blieb trotzdem sitzen. Ein paar Minuten noch, dachte er sich. Nur ein paar Minuten. Oder doch noch ein paar mehr?