



Landarztpraxis **Dr. Thomas Engl**

Facharzt für Allgemeinmedizin
Sportmedizin - Naturheilverfahren
Manuelle Therapie / Chirotherapie
Hausärztliche Versorgung
Akupunktur - Neuraltherapie
qualifizierte palliativmedizinische Versorgung
Tauchmedizin – Strahlenschutz

94344 Zinzenzell, den 01.04.2020
Zirnberger Str. 7
Tel.: 09966/910888
Fax.: 09966/910890
www.praxis-dr-engl.de
Info@praxis-dr-engl.de

Sprechzeiten:

Montag – Donnerstag	07.30 – 12.00
Montag, Donnerstag	16.30 – 19.00
Freitag	07.30 – 14.00
und nach Vereinbarung	
Telefonsprechstunde	Mo – Fr 11.45 – 12.00 Mo, Do 18.45 – 19.00

Sonderuntersuchungen, wie **Vorsorgeuntersuchungen, Kindervorsorgeuntersuchungen, sportmedizinische Untersuchungen, Taucheruntersuchungen, Akupunktur und chirurgische Eingriffe sowie besondere naturheilkundliche Verfahren** nach Vereinbarung.

PATIENTENINFORMATION III / 2020

Neues vom Coronavirus

Nachdem Schiferien in Italien und rheinischer Karneval vorbei waren, nahmen die Fälle von Coronavirus deutlich zu.

Besonders betroffen sind Menschen über 60 Jahre mit zunehmendem Alter, Männer und Menschen mit weiteren schweren Erkrankungen, wie Krebs, Diabetes, Immunsuppression und ähnlichem.

Kinder bis 10 Jahren haben ein deutlich niedrigeres Risiko, das bis zum 20. Lebensjahr nur gering ansteigt.

Sollten Sie Beschwerden ähnlich wie Influenza mit Husten, Schnupfen Gliederschmerzen haben, so wenden Sie sich bitte an die zentrale Nummer 116 117. Hier werden Sie von Fachleuten beraten, die Ihnen bei entsprechender Situation auch einen Arzt ins Haus schicken, der bei Ihnen einen Abstrich machen kann, oder es wird die Möglichkeit gegeben, einen Abstrich machen zu lassen.

Patienten mit leichten Erkrankungen der oberen Atemwege können vom Arzt eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung bis zu 14 Tagen erhalten, ohne in die Praxis kommen zu müssen.

Da sich Lage laufend verändert, erkundigen Sie sich in aktuellen Medien über das Neueste.

Auch wir werden Sie auf dem laufenden halten

7 Übungen zur Steigerung der Lebenskraft

7. Übung zur Eigenständigkeit:

Die Übung: Urteile unterlassen, die die Welt und unsere Mitmenschen betreffen.

Rudolf Steiner zufolge können wir auf 90 % solcher Urteile verzichten.

Die Auswirkung: Urteile vor allem kritischer Art, binden seelische Kraft und wirken daher negativ auf uns selbst zurück. Je weniger wir es nötig haben, unsere Umgebung zu beurteilen, desto eigenständiger kann sich die eigene Persönlichkeit entfalten

Diese Reihe ist mit diesem Beitrag beendet. Wollen Sie noch einmal alle 7 Übungen im Zusammenhang lesen, so können Sie dies auf der Praxishomepage www.praxis-dr-engl.de unter Service machen.

10 Tipps für einen guten Schlaf

Tipp 2:

Nachts auf die Uhr zu schauen, sollte vermieden werden. Der Blick zur Uhr löst oft körperliche Reaktionen wie Anspannung oder Erregung aus und raubt den letzten Schlaf

Sprechzeiten:

Wir sind auch bei Corona für Sie zu den üblichen Sprechzeiten da.

eine frohe Osterzeit

wünscht Ihnen allen

Ihr Praxisteam Dr. Engl

Zu guter Letzt:

Ein Münchner Busfahrer erklärte einer Dame genau, wohin sie sich nach dem Aussteigen zu wenden hätte. Der Bus hält, die Dame steigt aus und geht in der ihrem Ziel entgegengesetzte Richtung fort. Der Busfahrer an die Umstehenden: „Seng`s zweng dem hab i nie g`heirat!“

Hinweis: Die Tipps sind nach bestem Wissen und Gewissen verfasst. Sollten sich trotzdem Fehler eingeschlichen haben, bitten wir diese zu entschuldigen. Markennamen sind nicht immer als solche gekennzeichnet, der Markenschutz besteht jedoch trotzdem. Haftung für den Inhalt der *PATIENTENINFORMATION* kann nicht übernommen werden. Erscheinungsweise ca. alle 6 Wochen.

Bezug: Dieser Praxisletter kann kostenlos per e-mail unter Info@praxis-dr-engl.de bestellt und jederzeit wieder abbestellt werden.

Datenschutzinformation: Beziehen Sie die *PATIENTENINFORMATION* per e-mail, haben wir Ihre Mailadresse zum Versand gespeichert.