

Eine grosse Lücke schliessen

Neue Kinderarztpraxis ab Februar am Spital Muri

Das Spital Muri und das Kantonsspital Baden (KSB) erweitern ihre Zusammenarbeit um die pädiatrische Grundversorgung und eröffnen im Februar eine Kinderarztpraxis im Spital Muri. Damit wird in der medizinischen Betreuung von Kindern und Jugendlichen in der Region Freiamt eine bedeutsame Lücke geschlossen.

Eltern von (kleinen) Kindern kennen das Problem nur zu gut: die Suche nach einem kinderärztlichen Angebot in akzeptabler Nähe des Wohnortes. Ähnlich wie bei der hausärztlichen Versorgung nimmt auch die Zahl der Praxiskinderärztinnen und -ärzte laufend ab. Die Kooperationspartner Spital Muri und Kantonsspital Baden KSB fanden gemeinsam eine Möglichkeit, um diesem grossen Bedürfnis in der Region entsprechen zu können.

Anfang Februar öffnet die Kinderarztpraxis Muri in den Räumlichkeiten des Spitals Muri ihre Türen. Lilian Suter, Oberärztin Kinder- und Jugendmedizin, wird an drei Tagen pro Woche zwischen Montag und Freitag in Muri tätig sein. Die telefonische Erreichbarkeit bei Fragen, Problemen oder zur Terminvereinbarung ist für die Familien durch das KSB an allen Werktagen gewährleistet. Das Leistungsangebot umfasst neben der ambulanten Grundversorgung von Neugeborenen und bis zu 16-Jährigen mit geplanten Sprechstunden auch Notfallbehandlungen bei akuten Erkrankungen oder Unfällen.

Vorteile auf vielen Ebenen

Die Nähe zum Spital Muri bietet Patientinnen und Patienten viele Vorteile. So stehen der Praxis bei Bedarf beispielsweise eine professionelle Bildgebung, etwa Röntgen oder Ultra-



Lilian Suter wurde selbst im Spital Muri geboren und kommt nun als Oberärztin Kinder- und Jugendmedizin zurück nach Muri.

Bild: pd

schall, sowie ein breiteres Spektrum an Laboruntersuchungen zur Verfügung. Das Spital Muri und seine Geburtsabteilung wiederum profitieren, weil sie jungen Eltern eine direkte Anschlusslösung für die Betreuung ihrer Kleinsten anbieten können.

Lilian Suter (35) wurde selbst im Spital Muri geboren, hat ihre Kinder- und Jugendjahre im Freiamt ver-

bracht und ist nach ihrem Medizinstudium an der Universität Basel (Abschluss 2015) und ärztlichen Wanderjahren seit letztem Jahr im kinderärztlichen Team im KSB tätig. Für stationäre Behandlungen oder ambulante spezialärztliche Betreuung kann Lilian Suter auf ihre Kolleginnen und Kollegen im KSB unter der Leitung von Chefarzt Guido Lau-

be zählen. Eltern von kleinen Patientinnen und Patienten können damit wieder wohnortnah eine Kinderärztin finden.

Terminvereinbarungen sind ab Montag, 15. Januar, unter 056 675 83 75 möglich. Die Praxis ist ab Freitag, 2. Februar, geöffnet. Die Sprechstundenzeiten sind von 8.15 bis 12 Uhr und 13.30 bis 17.30 Uhr. --pd

«Gerne mit einem Buddeli Johannis»

«Entweder/Oder» mit Sarah Heldner, Unternehmerin und Tänzerin

Im Jahr 2006 hat Sarah Heldner die «Tanzfabrik» gegründet und ist damit durchgestartet. Mittlerweile unterhält sie neun Standorte im Aargau und in Zürich. Heldners Tanzschulen beschäftigen rund 100 Lehrer und unterrichten gegen 1500 Kinder. Die dreifache Mutter kennt man als Energiebündel mit unglaublich vielen Ideen – viele davon setzt sie in Bremgarten um, wo sie mit ihrer Familie lebt.

Hund oder Katze?

Ein Hund ist sportlicher – mit einer Katze könnte ich nicht joggen.

Tag oder Nacht?

Als dreifache Mutter mit schulpflichtigen Kindern ist es wohl der Tag. Da unsere Kinder sehr sportlich sind (Hockey, Fussball, Leichtathletik, Breaking), sind unsere Tage oftmals sehr lange.

Schlagerwahnsinn oder Operettenbühne?

Operettenbühne, ich liebe diese heitere und amüsante Kunstform.



Dynamisch: Sarah Heldner.

Bild: zg

Stadt oder Land?

Land! Die Berge, Wiesen, Wälder und die Natur sind mein Ausgleich.

Spinne oder Schlange?

Weder noch – ich kann beides nicht ausstehen. Ich würde jedoch die Spinne vorziehen als kleineres Übel.

Argovia Fäscht oder Leuefäscht?

Was für eine Frage, als Bremgarterin natürlich unser eigenes Fest.

Laut oder leise?

Laut. Krach in jeder Form! Kinder, Musik, Konzert, Flussrauschen, das Tosen eines Wasserfalls.

Singen oder Tanzen?

Ähm, ich muss kurz überlegen – tä-tää, Tanzen! Tanzen kann ich immer, singen nur mit meiner Tochter im Auto.

Ballett oder Hip-Hop?

Hmm. Ballett. Ich liebe die Musik, die Muse, die Disziplin und die Eleganz.

Selbst kochen oder Restaurant?

Selbst kochen. Ich koche gerne kreativ und extravagant mit vielen Kräutern und Gewürzen, verschiedenen Geschmacksrichtungen, kalt und heiss gleichzeitig und stets farbenfroh.

Fleisch oder Gemüse?

Gemüse, mein tägliches Brot quasi. Wenn möglich immer frisch und saisonal vom Bauern.

Schwarz oder weiss?

Wer mich kennt, weiss es! Ganz klar schwarz. Absolut meine Farbe, mein Style! Elegant und schlicht.

Sommer oder Winter?

Absolut 100 Prozent Winter. Ski fahren, Schlittschuh laufen, Hockey und joggen im Schnee, ab und zu auch gerne Après-Ski.

Auto oder ÖV?

Auto! Das Auto ist für mich auf dem Land mein Arbeitsgerät und ich benötige mit den Sportarten meiner Kinder eine hohe Flexibilität.

Fondue oder Sushi?

Fondue! Käsefondue ist mein Lieblingsessen. Ursprünglich bin ich aus dem Wallis. Wir in der Walliser Familie essen das Käsefondue gerne mit einem Buddeli Johannis – natürlich auch im Hochsommer. --huy

Werbung

BREMGARTE Der Freiamter
BEZIRKS ANZEIGER
WOHLER ANZEIGER

MEHR ONLINE

unter:
www.bremgarterbezirksanzeiger.ch
www.wohleranzeiger.ch
www.derfreiamter.ch

Sagen Sie uns Ihre Meinung!

Kids



www.brandt-cartoons.de

GASTKOLUMNE

Caroline Doka,
freischaffende
Journalistin,
in Wohlen
aufgewachsen,
lebt heute in der
Nähe von Basel.



Jackpot

Das neue Jahr ist gestartet, der Alltag zurück – und die guten Vorsätze verpuffen, als habe es sie nie gegeben. Nicht bei mir. Ich habe etwas Neues für mein Leben entdeckt, bereits im November.

Eigentlich hätte ich schon lange damit beginnen können. Als mir nämlich eine Freundin vom Intervallfasten erzählte. Sie frühstückt wie ein Kaiser, isst am Mittag wie ein König und lässt den Znacht ausfallen. Ihr Essen verteilt sich auf acht Stunden am Tag, in der übrigen Zeit gönnt sie dem Körper eine Pause.

Ich kenne dieses Wohlgefühl, abends nicht zu essen und dadurch noch besser zu schlafen. Aber deshalb das Abendessen auf Dauer ausfallen zu lassen, kam für mich nicht infrage. Dafür war mir ein Znacht mit Familie und Freunden zu wichtig. Fasten klang für mich nach Tee und Hunger, fernab von Genuss. Dafür ass ich viel zu gern. Abnehmen wollte ich auch nicht. Intervallfasten kam also nicht infrage.

Bis ich über einen wissenschaftlichen Bericht stolperte und es mir wie Schuppen von den Augen fiel: Es geht beim Intervallfasten nicht um Gewichtsreduktion, sondern um die Gesundheit. Weil im Verdauungstrakt bei 16-stündiger Ruhezellreinigende Prozesse in Gang kommen, wird laut Studien das biologische Alter deutlich gesenkt. Da im Alter das Risiko für körperliche Krankheiten zunimmt, ein wahrer Jackpot. Wirklich?

Ich musste es ausprobieren. Verzichtete aufs Frühstück, schob die Hauptmahlzeit auf den Mittag und ass abends etwas Leichtes. Es war einfach. Und ist es bis heute. Das kleine Hungerchen morgens und abends ist verschwunden. Jedes Mittagessen ist ein Fest, danach brauche ich nicht mehr viel. Ich esse bewusster, schlafe herrlich, fühle mich körperlich und geistig fit.

Die Umsetzung ist einfach, denn zu Hause wird begeistert mitgezogen. Und wenn ich mich zum Abendessen verabrede, macht das Intervallfasten Pause, so eng sehe ich das nicht. Verpuffen tut es nicht, dafür fühle ich mich viel zu wohl. Schon deshalb bleibe ich dabei.

Es ist für mich kein Fasten, sondern ein Lebensgefühl. Ob lange Essenspausen tatsächlich das biologische Alter herabsetzen, weiss ich nicht. Wenn ja, umso besser. Dann kann ich noch etwas damit warten, endlich das obenstehende Foto zu ersetzen...

Das geschah am ...

12. Januar 1780

In Zürich
gibt Salomon Gessner
die erste Ausgabe
der Zürcher Zeitung
heraus.