

Service bei der KVB: Online ergänzt Telefon

Nicht selten sehen sich die niedergelassenen Ärzte und Psychotherapeuten mit offenen Fragen konfrontiert – seien es beispielsweise die Auslegung des Vertragsarztrechtsänderungsgesetzes oder auch Verordnungsfragen aus der Praxis. Die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB) hat deshalb ein umfassendes Beratungsangebot etabliert.

Als schnellsten Informationskanal bietet die KVB einen Online-Service an, der den Mitgliedern gebührenfrei rund um die Uhr zur Verfügung steht. Er stellt eine kostengünstige Alternative und Ergänzung zur KVB-Experten-Telefonberatung dar. Viele Informationen und so genannte FAQ-Listen (häufig gestellte Fragen) sind mit entsprechenden Downloads im Internet unter www.kvb.de ständig abrufbar. Da die Experten-Telefonberatung der KVB gerade in den hochfrequentierten Zeiten, zum Beispiel bei der Erstellung der Abrechnung oder bei Versand des Honorarbescheides, teilweise nur über die Anrufbeantworter zu erreichen ist, soll dieser zusätzliche Anfragekanal für die Mitglieder Informationen noch schneller und einfacher zugänglich machen.

Dort, wo ein „Klick“ nicht ausreicht, hilft die KVB-Experten-Telefonberatung. Sie besteht bereits seit vier Jahren. Bis Ende 2006 hatten die Berater mit über 1,2 Millionen Anrufern gesprochen, zurzeit sind es rund 35 000 Anrufe pro Monat. Die KVB-Experten-Telefonberatung unterscheidet sich von vielen herkömmlichen „Telefon-Hotlines“: Hier erfolgt die Beratung durch speziell geschultes, hoch qualifiziertes Personal, sodass die Anfragen zu über 90 Prozent sofort abschließend beantwortet werden können. Sollte doch einmal eine Nachfrage notwendig sein, erfolgt der Rückruf zeitnah. Die KVB-Experten-Telefonberatung ist rund um die Uhr zu erreichen. Persönlich sind die Berater von Montag bis Donnerstag von 7.30 bis 19.30 Uhr und Freitags von 7.30 bis 16.00 Uhr für die Mitglieder der KVB da.

Zehn Themengebiete ermöglichen eine einfache Navigation durch alle Bereiche des Gesundheitswesens (zum Beispiel Praxisführung, Abrechnung & Honorar, Verordnung). Die Berater sind in ihrem Fachgebiet immer „up to date“ – nur so können sie den Anrufern täglich aktuelle und fachlich korrekte Informationen bieten. Definierte Service-Standards helfen zusätzlich, ein hohes Maß an Qualität zu sichern. Regelmäßig wird darüber hinaus auch die persönliche Einschätzung der telefonischen Beratung anhand von Merkmalen wie Freundlich-



Mitarbeiter aus dem Team Experten-Telefonberatung in München: Caroline Mars (sitzend), Claudia Hemmann-Glanz, Hedwig Calligaro, Jörg Geltz, Elisabeth Lechner, Christine von Allwoerden, Inken Hummel (stehend von links).

keit und Kompetenz vom Anrufer abgefragt, um anhand der Rückmeldungen die Beratung für die Mitglieder weiter zu verbessern.

Hans-Jürgen Brummer (KVB)

Änderung des Vertragsarztsitzes

Wer als niedergelassener Haus- oder Facharzt gesetzlich krankenversicherte Patienten behandeln möchte, benötigt einen so genannten Vertragsarztsitz. Ohne einen solchen können keine Honoraranprüche in der gesetzlichen Krankenversicherung begründet und folglich auch keine Verordnungen ausgestellt werden. Dies wurde kürzlich durch eine Entscheidung des Bundessozialgerichts festgestellt.

Ein Vertragsarzt, der seine Praxis verlegen möchte, benötigt vorher die Genehmigung durch den Zulassungsausschuss. Dies gilt für alle Praxisverlegungen, also auch dann, wenn es nur um einen Umzug innerhalb eines Ortes oder einer Gemeinde geht. Um sicherzustellen, dass der wechselwillige Arzt auch vor dem Umzug seiner Praxis die entsprechende Genehmigung bekommt, ist es notwendig, die Verlegung rechtzeitig – in der Regel sechs bis acht Wochen vorher – beim Zulassungsausschuss zu beantragen. Der Antrag erfolgt schriftlich. Ein entsprechendes Formular steht online bei www.kvb.de unter der Rubrik Praxisinformationen – Formulare – Zulassung/Ermächtigung zur Verfügung.

Es ist hilfreich, sich bereits zu Beginn des Verlegungsvorhabens bei der Geschäftsstelle des Zulassungsausschusses über kommende Sitzungstermine zu informieren. Nur wenn der Antrag vor der Sitzung ausreichend ausgefüllt vorliegt, ist sichergestellt, dass sich der Zulassungsausschuss auch damit beschäftigen kann. In der Regel wird die Genehmigung dann erteilt.

Allerdings kann der Zulassungsausschuss diese ablehnen, wenn durch die Verlegung beispielsweise eine erhebliche Anzahl von Patienten nicht mehr ausreichend wohnortnah versorgt werden könnte. Vertragsärztliche Leistungen, die in der neuen Praxis ohne eine entsprechende Genehmigung der Verlegung erbracht werden, können nicht vergütet werden.

Katrin Nazhan (KVB)

Bald aktuell: Zweitmeinungsverfahren nach GKV-WSG

Seit April ist die neue Gesundheitsreform in Kraft. Eine Reihe von Regelungen aus dem GKV-Wettbewerbsstärkungsgesetz (GKV-WSG) werden allerdings erst zu einem späteren Zeitpunkt wirksam. Eine dieser geplanten Neuerungen betrifft die Verordnung von Arzneimitteln: Das so genannte Zweitmeinungsverfahren.

Dem neuen Gesetz zufolge sollen die Ärzte Verordnungen von bestimmten, wie beispielsweise besonders kostenintensiven, Arzneimitteln mit fachlich speziell ausgewiesenen Kollegen abstimmen. Die Liste dieser Arzneimittel wird der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) im Rahmen der Arzneimittelrichtlinien festlegen. Auch die Entscheidung darüber, welche Qualifikations- und Dokumentationsanforderungen Ärzte erfüllen müssen, um am Zweitmeinungsverfahren teilzunehmen, wird der G-BA treffen. Die Regelung wird für die Erstverordnung dieser Arzneimittel und die Weiterverordnung nach Ablauf einer bestimmten zeitlichen Frist gelten. Aufgabe der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB) soll es sein, diese Vorschriften bis Ende 2008 umzusetzen und ihre Mitglieder über das spätere Inkrafttreten zu informieren.

Eines zeichnet sich allerdings schon jetzt ab: Die neue Regelung wird sich voraussichtlich vor allem auf gentechnisch entwickelte und

Ausschreibung eines Vertragsarztsitzes aus Sicherheitsgründen

Bezirksstelle Unterfranken der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB)
Planungsbereich Landkreis Bad Kissingen
1 Kinder- und Jugendarzt

Bewerbungen einschließlich der notwendigen Unterlagen bitte an die KVB-Bezirksstelle Unterfranken, Hofstraße 5, 97070 Würzburg, Telefon 0931 307-317

biotechnologische Arzneimittel beziehen. Das Zweitmeinungsverfahren wird also überwiegend für Arzneimittel gefordert, die nur bei speziellen Krankheitsbildern angewendet werden, gegebenenfalls ein höheres Risiko für den Patienten bergen und teuer sind. Aus diesem Grund soll deren Verschreibung an eine ausreichende fachliche Qualifikation des Arztes sowie an eine Dokumentation der Behandlung im Sinne der Arzneimittelsicherheit geknüpft werden. In Abstimmung mit den Fachverbänden und im Einvernehmen mit den Krankenkassen würde die Kassenärztliche Vereinigung die Ärzte für das Zweitmeinungsverfahren bei Nachweis der entsprechenden Qualifikation auswählen.

Eine weitere Voraussetzung neben der fachlichen Qualifikation wird Offenheit in Bezug auf persönliche Beziehungen zur pharmazeutischen Industrie sein. Das Ziel dieser Offenheit ist es zu verhindern, dass von der Industrie finanzierte Meinungsbildner eine unnötige oder großzügige Verschreibung von Arzneimitteln vorantreiben. Schließlich steht Geld, das für unnötige Verordnungen ausgegeben wird, nachher nicht mehr für tatsächlich notwendige Arzneimittel zur Verfügung.

Trotz der zusätzlichen Belastung durch eine weitere „bürokratische Hürde“ bietet dieses neue Verfahren also auch Chancen. Für den verschreibenden Arzt ergäbe sich die Möglichkeit, mehr Sicherheit bei der Verordnung teurer Arzneimittel und bei speziellen Indikationen zu erhalten. Die im Rahmen des Zweitmeinungsverfahrens verordneten Arzneimittel sollen bei einer Wirtschaftlichkeitsprüfung als Praxisbesonderheit anerkannt werden. Insgesamt gesehen könnte das Zweitmeinungsverfahren dazu beitragen, trotz wirtschaftlichen Druckes eine medizinisch notwendige und sinnvolle Arzneimitteltherapie qualitätsgesichert durchzuführen.

Allerdings sind viele wichtige Detailfragen zurzeit noch nicht geklärt und bedürfen ergänzender vertraglicher Regelungen. Unklar ist beispielsweise bisher, wie mit Meinungsverschiedenheiten zwischen den beteiligten Ärzten oder mit dem Haftungsrisiko bei Verordnung der entsprechenden Arzneimittel umgegangen wird. Bis zur Umsetzung des Zweitmeinungsverfahrens in der Praxis werden also noch einige Punkte geklärt und ausgearbeitet werden müssen. Die KVB informiert die niedergelassenen Ärzte in Bayern umfassend und schnell im Internet unter www.kvb.de.

Valérie Straßmann (KVB)

Happy Birthday: Ein Jahr KVB-Bereitschaftspraxis Nürnberg

Vor einem Jahr – am 26. April 2006 – behandelten die Ärzte in der KVB-Bereitschaftspraxis im Adcom-Center am Nürnberger Hauptbahnhof den ersten Patienten. Inzwischen sind es insgesamt knapp 40 000. „Das zeigt uns, dass die zentrale Lage und die gute Erreichbarkeit für die Patienten wichtige Kriterien sind, wenn es um die Entscheidung geht, eine Bereitschaftspraxis oder eine Klinikambulanz aufzusuchen“, so die Leiterin der KVB-Bereitschaftspraxen, Gabriela Stamm. Patienten und Ärzte schätzen außerdem die gut ausgestatteten Räume mit Sonographie, EKG, Röntgenanlage, Infusionsraum und Labor sowie das angenehme Ambiente der Praxis.

„Wir freuen uns ganz besonders, dass wir die Nürnberger und Fürther Kinder- und Jugendärzte mit in unsere Praxis integrieren konnten. In diesem ersten Jahr haben sie in sechs Behandlungsräumen 15 000 kleine Patienten behandelt, so die beiden regionalen Vorstandsbeauftragten der KVB für Mittelfranken, Dipl.-Psych. Gerda B. Gradl und Dr. Veit Wambach.

Zusätzlich zu den Kinderärzten sind Hausärzte, Chirurgen und Orthopäden sowie die Gynäkologen im Praxisbetrieb vor Ort tätig. Die KVB-Bereitschaftspraxis im Adcom-Center bildet einen weiteren wichtigen Baustein, um die ambulante medizinische Versorgung in Bayern nach



Das Adcom-Center liegt zentral und ist für die Patienten gut erreichbar.

an den Menschen, auch außerhalb der üblichen Praxis-Sprechstunden und auf einem qualitativ hochwertigen Niveau zu gewährleisten.

Dr. Martina Koesterke (KVB)

Strategien für besseren Impfschutz

Mitte April traf sich in München die im vergangenen Jahr gegründete Bayerische Landesarbeitsgemeinschaft Impfen (LAGI). Ihr Ziel ist die Verbesserung der Durchimpfungsraten der Menschen in Bayern. Beteiligt sind Vertreter von Ärztenverbänden, Körperschaften, Kostenträgern und des Öffentlichen Gesundheitsdienstes. Die Federführung liegt beim Bayerischen Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit (LGL).

Anzeige



KORTE

RECHTSANWÄLTE

Prof. Dr. Niels Korte
Marian Lamprecht

Absage durch Hochschule oder ZVS? – Klagen Sie einen Studienplatz ein!

Wir haben seit 1998 zahlreiche Mandate im Bereich Hochschulrecht erfolgreich betreut. Unsere Kanzlei liegt direkt an der Humboldt-Universität.
Prof. Dr. Niels Korte lehrt selbst an einer Berliner Hochschule.

Entfernung spielt keine Rolle – wir werden bundesweit für Sie tätig.

Zur Terminvereinbarung in München: 089 – 25 55 57 252
oder 24 Stunden kostenfrei: 0800-226 79 226
www.studienplatzklagen.com

Unter den Linden 12
10117 Berlin-Mitte

www.anwalt.info
kanzlei@anwalt.info

Achtung: Ablauf Fristen für Wintersemester zum Teil schon Mitte Juli!

Auf ihrer aktuellen Arbeitssitzung befürworteten die Fachleute der LAGI die kürzlich veröffentlichten Empfehlungen der Ständigen Impfkommission am Robert Koch-Institut (STIKO) zur Impfung gegen humane Papillomaviren (HPV, Gebärmutterhalskrebs) für Mädchen im Alter von zwölf bis 17 Jahren als zusätzlichen Baustein der Krebsvorsorge. Hier biete sich eine gute Gelegenheit für die Durchführung noch ausstehender Impfungen bei Jugendlichen. Sie betonten gleichzeitig die Wichtigkeit der Teilnahme für alle Frauen bis ins hohe Alter an den bisherigen gynäkologischen Krebsvorsorge (PAP)-Untersuchungen. Impfen und Krebsvorsorge ergänzten sich. Das Gremium empfahl, die Zugangswege für die Mädchen durch Vernetzung der verschiedenen Akteure in der Jugendgesundheit (Kinder- und Jugend-arzt, Gynäkologe, Öffentlicher Gesundheitsdienst, Allgemeinarzt) zu erleichtern.

Auch die Verbesserung der Qualifikation der Ärzte beim Thema Impfen gehört zu den Anliegen der Mitglieder der LAGI. Alle niedergelassenen Ärzte sollten sich im Thema Impfen fortbilden. Jeder Patientenkontakt sollte zur Überprüfung des bestehenden Impfschutzes mittels Impfausweis genutzt werden. Darüber hinaus komme der Schule als Lebensumfeld (Setting) besondere Bedeutung zu. Ein Projekt, um herauszufinden, bei wie viel Prozent der Kleinkinder die empfohlene Grundimmunisierung bis zum zweiten Lebensjahr abgeschlossen ist, beschäftigte das Gremium ebenfalls. Die in Bayern neu verfügbaren Daten zu Durchimpfungsraten auch schon bei zweijährigen Kindern wurden von der LAGI als wichtige Grundlage für zielgerichtete Maßnahmen zur Verbesserung des Impfschutzes (zum Beispiel Modell der schriftlichen Einladung zur Impfung auf Grundlage von Abrechnungsdaten) begrüßt.

Martin Eulitz (KVB)

Gesundheitspreis für Nürnberger Netz

Das Nürnberger Versorgungsnetz „Qualität und Effizienz“ (QuE) erhielt nach 2001 Anfang Mai erneut den ersten Preis in der Kategorie „Medizinische Versorgung, Risk-Management, Prävention, Rehabilitation und wissenschaftlich unterstütztes Case-Management“ des Berliner Gesundheitspreises 2006/2007 der AOK und der Ärztekammer Berlin.

Die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB) hat das Vorhaben von Beginn an mit unterstützt und war auch an der Vertragsgestaltung mit beteiligt. Rudi Bittner, zweiter stellvertretender Vorstandsvorsitzender der KVB, gratu-

lierte den engagierten Ärzten in dem Versorgungsnetz zu der Auszeichnung und betonte, dass der Vorstand der KVB generell für die Zusammenschlüsse von Ärzten plädiert: „Qualitätsorientierte Netzstrukturen bringen den größten Nutzen für die Patientenversorgung und fördern gleichzeitig die Zusammenarbeit in der Ärzteschaft und mit Psychotherapeuten. Die von der AOK verliehene Auszeichnung an das Nürnberger Versorgungsnetz bestätigt unseren Weg der intensiven Kooperation mit Praxisnetzen.“

Die Zusammenarbeit der KVB mit dem Nürnberger Netz besteht seit 1997 und erfolgt insbesondere in folgenden Bereichen:

- Durchführung gemeinsamer Verhandlungen mit den Krankenkassen mit erfolgreichen Vertragsabschlüssen, zum Beispiel mit einem Vertrag zur Integrierten Versorgung.
- Bereitstellung von Managementressourcen und Räumlichkeiten durch die KVB; seit 2001 sogar mit einem Geschäftsbesorgungsvertrag.
- Organisation von Seminaren/Angeboten durch die KVB speziell für das Versorgungsnetz, zum Beispiel Qualitätsmanagement-Seminare.

Dr. Veit Wambach, Vorsitzender des Versorgungsnetzes, bestätigt: „Die langjährige und vertrauensvolle Verbindung unseres Versorgungsnetzes mit der KVB ist sehr fruchtbar. Der gemeinsame Austausch und die hervorragende Kooperation tragen zu der erstklassigen Arbeit und ständigen Weiterentwicklung unseres Versorgungsnetzes bei.“

Das mit dem Preis ausgezeichnete Konzept von QuE basiert unter anderem auf einem ärztlich gesteuerten Case-Management. Durch die besondere Versorgungssteuerung wird der Verbleib meist älterer Patienten mit Pflege-, Betreuungs- und Hilfsbedarf in ihrer gewohnten Umgebung gefördert und unterstützt.

Astrid Hünner (KVB)

Die Gesundheitsreform aus dem Blickwinkel eines Hausarztes

Wie lässt sich ein mehr als 500 Seiten umfassendes Gesetzesesepos aus Sicht eines Hausarztes so zusammenfassen, dass es die Menschen verstehen? Vor dieser Herausforderung stand der erste stellvertretende Vorstandsvorsitzende der Kassenärztlichen Vereinigung



Dr. Gabriel Schmidt beleuchtet als Hausarzt die Gesundheitsreform.

Bayerns (KVB), Dr. Gabriel Schmidt, Mitte April. Da startete das Münchner Bildungswerk eine sechsteilige Informationsreihe unter der Schirmherrschaft von Staatsministerin Christa Stewens mit dem Titel „Die Gesundheitsreform – Wem bringt sie was?“

Zu Beginn seines Vortrags stellte Schmidt die Frage, ob die Reform tatsächlich ein sozialpolitischer Meilenstein oder doch eher die „größte Murksreform der letzten Jahrzehnte“ sei, wie eine große deutsche Boulevardzeitung titelte. Sein Fazit: „Fest steht, die Reform ist da und wir, Patienten und Ärzte werden damit leben müssen.“ Wie so oft bleibe es wieder an den Ärzten in den Praxen hängen, die Ideen der Politiker zu „verkaufen“. So seien es im Jahr 2004 die Praxisgebühr von zehn Euro, die höheren Zuzahlungen bei Arznei-, Heil- und Hilfsmitteln, der Wegfall des Leistungsanspruchs für nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel oder die Disease-Management-Programme (DMP) gewesen. Es folgten zwei Jahre später Maßnahmen zur Steuerung der Arzneimittelausgaben wie Budgetrestriktionen, Regresse und Rabattverträgen. Letztlich stehe dem immer die Frage des Patienten gegenüber: „Was bekomme ich noch auf Kasse?“ Anschließend skizzierte der KVB-Vize das wirre Bild der Wahltarifmodelle einzelner Krankenkassen und deren mögliche Folgen, wie eine Verschlechterung der Patientenversorgung, steigende Bürokratie, ausufernde Diskussionen und zunehmender Beratungsbedarf in der Praxis oder auch ein Rückgang der DMP-Einschreibungen. Sein Ausblick in die Zukunft und die Frage, was das denn alles mit ärztlichem Handeln zu tun habe, entfachten eine rege Diskussion um Wahltarife, die elektronische Gesundheitskarte und Möglichkeiten, die Kosten im Gesundheitswesen zu senken. Am Ende der Veranstaltung hatten die Zuhörer Antworten auf ihre Fragen und einen kleinen Einblick in das mehr als 500 Seiten umfassende Gesetz in Bezug auf ihren Patientenalltag erhalten.

Dr. Martina Koesterke (KVB)

KrebsWegweiser für München neu aufgelegt



Der KrebsWegweiser für München ist in einer aktualisierten Neuauflage im Verlag Medical Communications erschienen. Die 130-seitige Broschüre enthält die Anschriften von Münchner Krankenhäusern und niedergelassenen Ärzten sowie von Krebsinitiativen.

Das Angebot beschränkt sich nicht auf Patientinnen und Patienten, sondern ist vielmehr ein wertvoller Ratgeber für alle, die sich mit der Krankheit auseinandersetzen. Er richtet sich auch an Mitarbeiter in Kliniken, Rehazentren, Hospizen, Beratungsstellen und Apotheken sowie an niedergelassene Ärzte in ganz Deutschland.

Die Kassenärztliche Vereinigung Bayerns (KVB) unterstützt das Projekt. „Die Diagnose ‚Krebs‘ stürzt viele Betroffene und deren Angehörige in tiefe Angst und Ratlosigkeit. Jeder, der selbst schon einmal betroffen war oder dessen Fami-

lienangehörige oder Freunde an Krebs erkrankt sind, weiß, wovon ich spreche“, so KVB-Chef Dr. Axel Munte. „Es stehen uns glücklicherweise umfassende Informations-, Beratungs- und Unterstützungsangebote zur Verfügung. Umso wichtiger ist es, diese Angebote zu publizieren und auf sie aufmerksam zu machen.“

Das aktuelle Netzwerk von Adressen und Ansprechpartnern bietet die Möglichkeit, Patienten rasch und ausführlich über weitere Anlaufstellen zu informieren. So finden sich im KrebsWegweiser verschiedene Hilfsangebote, die in den einzelnen Phasen einer Krebserkrankung und auch in der Nachsorge wichtig sein können, wie beispielsweise psychosoziale Beratungsstellen, Initiativen und Selbsthilfegruppen, spezielle Ansprechpartner für die psychoonkologische Betreuung, die Schmerztherapie oder palliative und hospizliche Versorgung.

Die Broschüre kann über die E-Mailadresse presse@kvb.de, über die Bayerische Krebsgesellschaft e. V. unter info@bayerische-krebsgesellschaft.de und bei zahlreichen Krebsinitiativen in München kostenlos bestellt werden. Die Internetversion ist unter www.krebswegweiser.info veröffentlicht.

Dr. Martina Koesterke (KVB)



Zeichnung: Reinhold Löffler, Dinkelsbühl.

Die preiswerte Alternative zu Anti-Aging

Waren die Menschen antiker Sagen auf der Suche nach dem berühmten Jungbrunnen, so lautet heute das Zauberwort Anti-Aging. Ob Hautcremes, probiotische Joghurts oder Wellnessgetränke: die Palette an Produkten, die ewige Jugend versprechen, ist groß – und teuer. Dabei muss, wer sein Leben verlängern will, gar nicht tief in die Tasche greifen. Nach den neuesten Studien zur Lebenserwartung reicht es aus, sich an drei Grundregeln zu halten:

Erstens: Stress und Zeitdruck vermeiden – siehe Mönche und Nonnen, die überdurchschnittlich alt werden. Zweitens: ein Drittel weniger essen, als man eigentlich benötigt, und zwar insbesondere Fisch, Gemüse und Sojaprodukte – so wie die Bewohner der japanischen Insel Okinawa. Und drittens: Positiv denken – denn Pessimismus begünstigt die Entstehung von Krankheiten.

Es könnte so einfach sein! Aber eigentlich brauchen wir alle diese guten Ratschläge doch gar nicht. Denn in unserer Leistungsgesellschaft, in der eine stetig zunehmende Menge an Arbeit von immer weniger Menschen erledigt werden muss, in der an jeder Ecke neue Fast-Food-Lokale und Stehcafés eröffnen und in der wir uns täglich über neue bürokratische Maßnahmen und Gesetze ärgern müssen – da werden wir alle das Rentenalter, ob mit oder ohne Anti-Aging, doch eh nicht mehr erleben!

Sollte Sie die Vorstellung eines sozialverträglichen Frühalters Ihrerseits allerdings gerade akut erschrecken, dann habe ich einen sachdienlichen Hinweis für Sie: Verbannen Sie alle düsteren Gedanken aus Ihrem Gehirn und begeben Sie sich in ein beliebiges Kloster auf der Insel Okinawa. Hier werden Sie bei Wasser und Sojabrot garantiert uralt – und belasten nicht einmal die hiesigen Rentenkassen.

Gute Reise wünscht
Ihr

MediKuss