

München-Magazin

SENIORENBEIRAT BERÄT
Hilfe für die Rentner



Sie kommen mit ihrer Rente kaum hin? Sie fühlen sich als Senior überfordert in unserer großen Stadt? Der Münchner Seniorenbeirat in der Burgstraße hält jeweils am Dienstag und Donnerstag von 9.30 bis 12 Uhr seine Sprechstunden ab. Chefin Ingeborg Staudenmeyer (oben im Bild) und ihr Team freuen sich, wenn sie helfen können. Übrigens: Jeden zweiten und vierten Montag im Monat werden nach telefonischer Anmeldung (089/23 32 11 66) außerdem von 9 bis 12 Uhr Rentenberatungen angeboten. Foto: Bodmer

SPENDE DER STADTSPARKASSE
10 000 Euro für Sanitäter

Sie sind die Ersten, die bei Unfällen und Notfällen an Schulen Hilfe leisten: die Schulsanitäter der Johanniter-Jugend. Lobenswert: Die Stiftung Soziales München der Stadtparkasse unterstützt nun mit einer Spende von 10 000 Euro die Ausbildung und Fortbildung junger Menschen zu Schulsanitätern in unserer Stadt.

CARITASVERBAND
Bauer wird neuer Präses

Kardinal Reinhard Marx ernennt den Pfarrer Augustinus Bauer (56) zum 1. Februar zum Präses des Caritasverbandes der Erzdiözese München und Freising. Bauer bleibt zudem weiterhin Pfarrer der Gemeinde Christkönig in München-Nymphenburg.

DIE MEISTEN FANS ALLER UNIS
TUM stark auf Facebook



Die Technische Universität München ist die beliebteste deutsche Hochschule auf Facebook. Dies zeigt eine aktuelle Auswertung des Portals Statista. Derzeit verfolgen fast 80 000 Personen die täglichen Meldungen und Fotos zu Unileben, Forschung und Lehre. Foto: Markus Schiav

AUF FRISCHER TAT ERTRAPPT
Polizei schnappt Sprayer

Ausgeschmiert sind jetzt drei Graffiti-Sprayer: Die Polizei erwischte die 22-Jährigen auf frischer Tat, als sie nachts in der Dachauer Straße ein Trafohäuschen verschandelten. Es gab eine Anzeige wegen Sachbeschädigung.

DAS GRÜNE KROKODIL ZIEHT UM
Lacoste am Schwabinger Tor

Die französische Mode-Marke Lacoste zieht mit ihrem Unternehmenssitz um und mietet nun knapp 1500 Quadratmeter Bürofläche in der Leopoldstraße 158. Dort soll das neue Hauptquartier für Zentraleuropa entstehen.

KOSTENLOS IM KUNDENCENTER
Neuer Plan der MVG

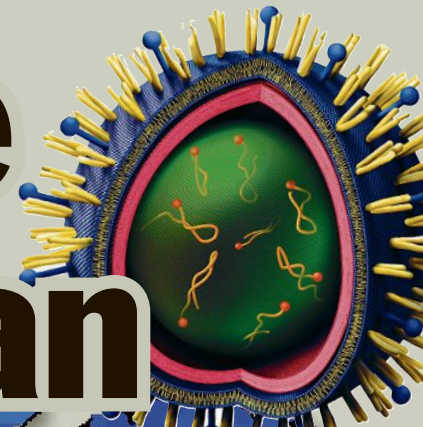
Die Münchner Verkehrsgesellschaft hat ihren München-Stadtplan aktualisiert: Die Neuauflage ist ab sofort unter anderem im Zeitschriftenhandel sowie in den MVG-Kundencentern am Hauptbahnhof und am Marienplatz erhältlich.

STADT LÄDT ZUM INFO-ABEND EIN
Immobilien-Tipps für alle

Beim Kauf, Verkauf oder bei der Vermietung einer Immobilie sind wichtige Punkte zu beachten, die viel Geld wert sein können. Sie brauchen Rat hierbei? Die Architektin Michaela Pollklesener gibt am Montag, 29. Januar, 18 Uhr, im Bauzentrum München (Willy-Brandt-Allee 10) Tipps, was bei Kauf, Verkauf oder Vermietung einer Immobilie zu beachten ist. Der Eintritt ist frei.

Virus-Alarm in München – wöchentlich 100 neue Fälle

Jetzt rollt die Grippewelle an



Starke Halsschmerzen, heftiges Kopfweh und völlig kraftlos – so elend fühlte sich Petra M. (57) gestern Mittag und ging in die Hausarztpraxis Dr. Grassl. Sie ist eine von täglich rund 120 Bürgern, die hier in der Boshetsrieder Straße ärztliche Hilfe wegen Virus-Erkrankungen suchen – knapp ein Drittel aller Patienten. „Die Grippewelle rollt an, das merken wir deutlich“, sagt Dr. Wolfgang Ritter (50) aus der Praxis Dr. Grassl. Das bestätigen auch Zahlen des städtischen Gesundheitsreferats. Demnach gab es in der dritten Kalenderwoche 347 positive Laborbefunde auf Influenza, also echte Grippe. In den Wochen zuvor waren es 243 bzw. 111 Fälle gewesen.

Im Notfallzentrum des Klinikums Bogenhausen kursoriert ebenfalls die Influenza. „Zu uns kommen etwa 110 Patienten pro Tag – zehn Prozent davon mit Grippe-Symptomen wie hohem Fieber“, sagt der Chefarzt, Professor Christoph Dodt (56) vom Klinikum Bogenhausen. Auch Teile des Personals liegen bereits flach. Der Professor rechnet damit, dass die Hochphase der Influenza bis in den März

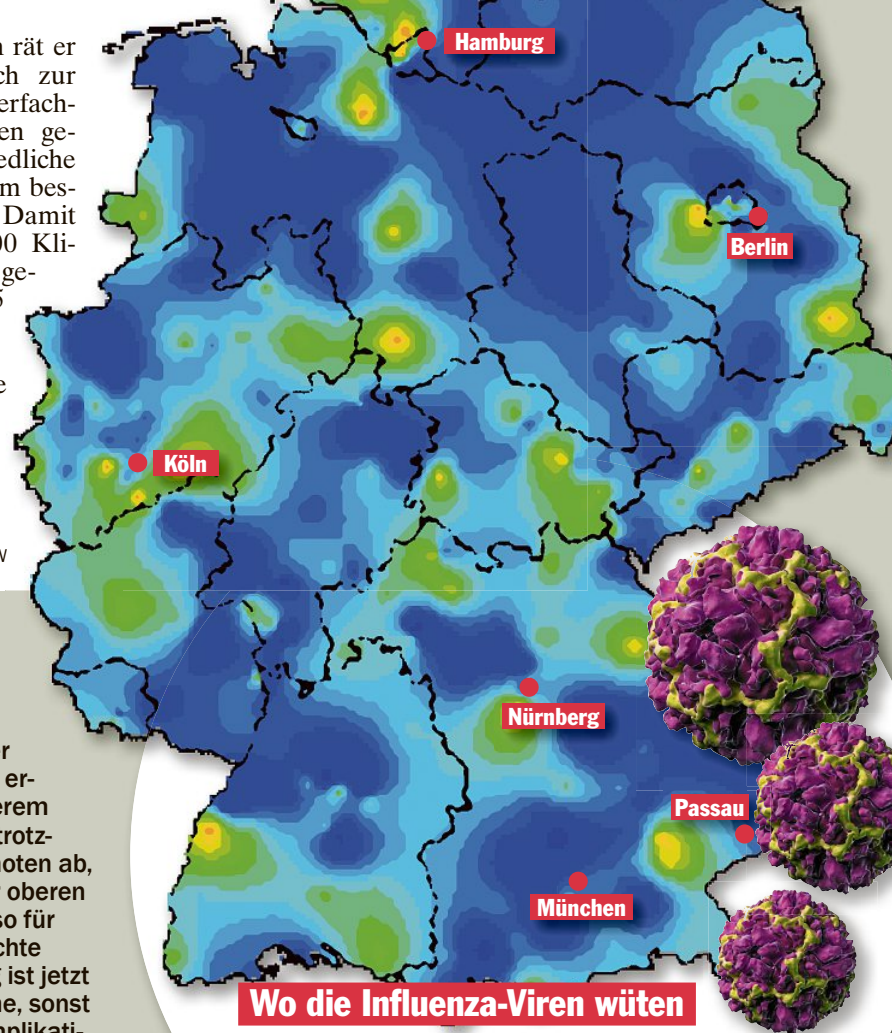


Prof. Christoph Dodt (56) vom Klinikum Bogenhausen

dauert – darum rät er auch jetzt noch zur Impfung. Vierfach-Impfstoffe sollen gegen unterschiedliche Virusstämme am besten schützen. Damit seien auch 1300 Klinik-Mitarbeiter geimpft. Dodt: „25 Prozent mehr als 2015/16.“

Auch Dr. Ritter findet die Impfung sinnvoll. Was er seiner Patientin und Ihnen, liebe tz-Leser, empfiehlt – und was eine Apothekerin rät:

WÖ, PJK, MW



Wo die Influenza-Viren wüten

Die Deutschlandkarte des Robert-Koch-Instituts (RKI) zeigt mit gelben Punkten, wo Grippe-Fälle deutlich erhöht sind (mit möglichen räumlichen Unschärfen). Seit Oktober wurden im Bundesgebiet insgesamt 11 103 Fälle registriert, es gibt 27 Todesopfer.

Krank im Großraumbüro

Schon am Montag hatte sie Halsschmerzen. Noch bis gestern Vormittag saß Petra M. (57) im Büro. „Aber der Druck im Kopf war dann so stark, es ging nicht mehr“, erzählt die Angestellte. „Von den 30 Mitarbeitern in unserem Großraumbüro sind sicher fünf krank – und kommen trotzdem.“ Ihr Arzt, Dr. Wolfgang Ritter, tastet die Lymphknoten ab, inspiziert Ohren und Rachen. „Eine virale Infektion der oberen Luftwege“, stellt der Allgemeinarzt fest. Zum Glück also für Petra M. nicht die echte Grippe. „Wichtig ist jetzt vor allem Ruhe, sonst können Komplikationen auftreten“, sagt Dr. Ritter. Zwei Tage schreibt er die Münchnerin krank.



Dr. Wolfgang Ritter (50) untersucht seine Patientin Petra M. (57)
Fotos: Markus Götzfried

So bleiben Sie gesund

Dr. Wolfgang Ritters Tipps, wenn Sie eine Erkältung erwischt hat:

- Schonen Sie sich, bleiben Sie im Bett, damit der Körper wieder zu Kräften kommt.
- Keine Badewanne, keine Sauna, das belastet das Immunsystem.
- Trinken Sie viel, am besten zwei Liter über den Tag verteilt. Besonders gut: Salbeitee mit Ingwer.
- Diese Medikamente helfen: Ibuprofen senkt das Fieber, wirkt entzündungshemmend; Hustensaft mit Efeu und Thymian dämpft den Husten; ein abschwellendes Nasenspray, damit die Nasengänge und das Mittelohr frei bleiben; Eukalyptusöl beruhigt die Schleimhäute.
- Auch Dr. Ritter rät Menschen mit viel Kontakt zu anderen, etwa als Kundenberater, noch zur Impfung – der Wirkstoff wirkt nach gut zehn Tagen. Aber, so der Mediziner: „Einen grippalen Infekt, also eine Erkältung, kann man trotzdem kriegen.“

Das sagt die Apothekerin



In letzter Zeit hat die Anzahl der grippalen Infekte in allen Altersgruppen erheblich zugenommen, das merkt man ganz deutlich. Da wir eine internationale Apotheke sind, kommen auch häufig Touristen zu uns, die sich erkältet haben. Sie benötigen dann Medikamente zur Erstlinderung, also Halstabletten, Schmerzmittel oder Vitamin C sowie Zink für den Immunaufbau. Ein ganz aktuelles Medikament ist das Viru-Protect-Spray. Wenn man es sich in den Mund sprüht, entsteht dort eine Art Schleimschicht, sie soll ein Schutzschild gegen Erkältungsviren sein.

CAROLIN REIBENSPIESS (39), PTA IN DER INTERNATIONALEN APOTHEKE AM HAUPTBAHNHOF

Spezl zu Tode geprügelt?

Im Drogenrausch soll er zugeschlagen haben – 34-Jähriger bestreitet Vorwürfe

„Die Drogen haben mein Leben ruiniert“, sagt Selcuk A. (34). Im Rausch soll er einen Spezl so schlimm verprügelt haben, dass dieser starb – so heißt es in der Anklage der Staatsanwaltschaft. Doch A. bestreitet die Vorwürfe.

MÜNCHENS
TRAURINGHAUS
J.B. FRIDRICH GMBH & CO. KG
SENDLINGER STRASSE 15



ANZEIGE

Vor dem Landgericht wird Selcuk A. seit gestern der Prozess gemacht. Er muss sich wegen Körperverletzung mit Todesfolge verantworten. Aber erinnert sich angeblich kaum. 50 Euro am Tag habe er für

Drogen gebraucht. „Das Geld nahm ich von meiner Mutter.“ Oder er beging kleinere Diebstähle. Das alles gibt er zu. Doch wie sein Spezl starb: Das wisse er nicht – und gab dem Gericht Rätsel auf. Laut Anklage hat A. seinen Spezl von hinten auf Oberkörper und Hals geschlagen und seinen Kopf in die Matratze gedrückt. Urteil am 22.2.!

THI