

# MFA

CGM MEDISTAR FÜR MED. FACHANGESTELLTE

## FOKUS

CGM MEDISTAR BLACK –  
ES IST AN DER ZEIT FÜR DAS  
NEUE CGM MEDISTAR

---

## TIPPS & TRICKS

GEWUSST WIE ...

---

## LIFESTYLE

WER BIN ICH?  
PERSÖNLICHKEITSTEST

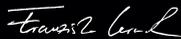


# EDITORIAL

Liebes Praxisteam,  
die Digitalisierung braucht Vernunft, Willen und Wissen. Dann schafft sie Freiheit und Selbstbestimmung. Dabei darf vor allem eines nicht in den Hintergrund treten: die Identität jedes Einzelnen, die Wünsche und Bedürfnisse, mit denen Sie als Medizinische Fachangestellte täglich konfrontiert werden. Den Menschen sehen, sich selbst treu bleiben, die gleiche Sprache sprechen und trotzdem in die digitale Zukunft aufbrechen. Aber geht das überhaupt?

Ja, wenn Sie sich Ihrer Verantwortung bewusst sind. Auch wenn sich unser Leben immer mehr in einer digitalen Welt abspielt und Zwischenmenschliches verloren geht, ist es möglich und notwendig Mensch zu bleiben und die Sprache der Patienten zu sprechen. So haben Sie die Möglichkeit, Vertrauen zu schaffen und den gesteigerten Ansprüchen gerecht zu werden.

Herzliche Grüße



Franziska Cernak  
Leitung Marketing  
MEDISTAR  
Bereich Werbung &  
Öffentlichkeitsarbeit



# INHALT

## FOKUS

- 04 CGM MEDISTAR BACK –  
Es ist an der Zeit für das neue  
CGM MEDISTAR
- 08 FRÜHER WAR ALLES BESSER.  
WIRKLICH?
- 10 WUSSTEN SIE ES SCHON?  
Digitalisierung stärkt die  
Patientenbindung
- 12 BITTE GREIFEN SIE AUF MEINE DATEN  
ZU, HERR DOKTOR

## TIPPS & TRICKS

- 14 GEWUSST WIE ...

## CGM MEDISTAR

Arztinformationssystem

## LIFESTYLE

- 20 WER BIN ICH?  
Persönlichkeitstest
- 24 ERST DIE RICHTIGE  
MISCHUNG MACHT'S –  
Food Pairing
- 26 TIPPS FÜR DEN FEIERABEND
- 28 GEWINNSPIEL  
Finden Sie das Zitat?
- 30 WORTWÖRTLICH
- 31 IMPRESSUM



CGM MEDISTAR BLACK

# CGM MEDISTAR BLACK-



ES IST AN DER  
ZEIT FÜR DAS NEUE  
CGM MEDISTAR

WENN EINE BEWÄHRTE SOFTWARE UND  
DAS GEWISSE ETWAS AUF EINANDER TREFFEN,  
DANN ENTSTEHT ETWAS VÖLLIG NEUES: AUS  
CGM MEDISTAR WIRD CGM MEDISTAR BLACK.

DAS BESTE DARAN:

- Keine Datenübernahme erforderlich.
- Neue benutzer- und aufgabenbezogene Arbeitsweise.
- Kinderleichte Installation mit einem Klick.

# CGM MEDISTAR BLACK

Passt sich den Bedürfnissen eines jeden Praxismitglieds individuell an und sorgt für Zeitersparnis.

## DESIGN UND FUNKTIONSVIELFALT VEREINT!

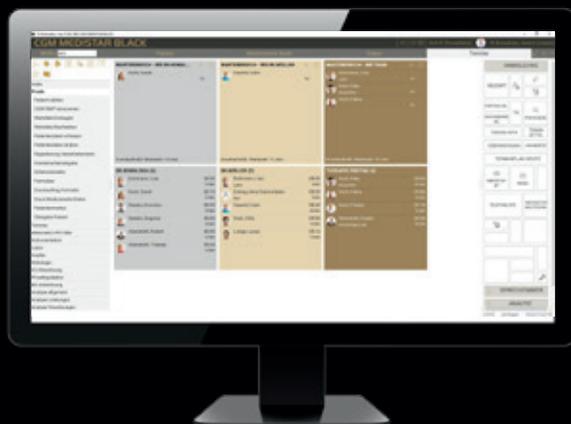
Jedes Praxismitglied kann entscheiden,

- welche Informationen in der Patientenansicht, den MDs etc. angezeigt werden,
- wo man Zeit und Klicks durch die Einrichtung benutzer- und aufgabenbezogener Ansichten einsparen möchte,
- welches farbliche Design gewählt wird.



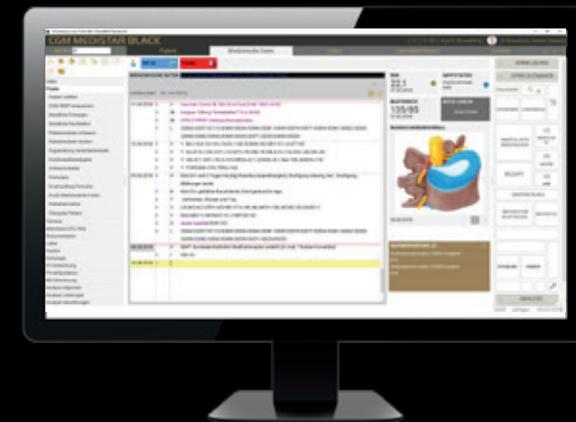
## TERMINE/WARTELISTE

Wer, wann, wo, bei wem? Hier erhalten Sie die Antworten!



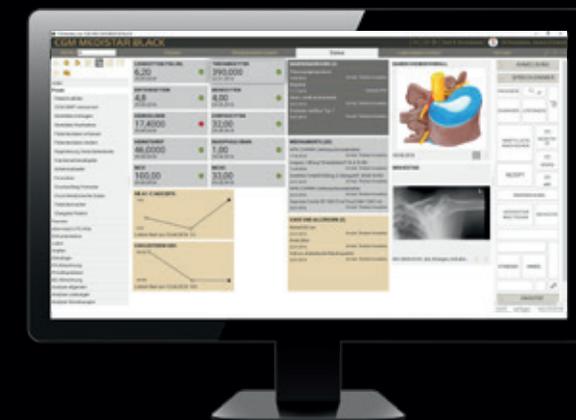
## MEDIZINISCHE DATEN

BMI, Blutdruck, Impfstatus, Sofortprüfung, Cave-Einträge, Laborwerte-Verlauf, grafische Befunde? Entscheiden Sie selbst, welche Patientendaten Sie neben der Historie in Ihren MDs integrieren möchten.



## STATUS

Setzen Sie Ihren eigenen Fokus und filtern Sie wichtige MDs, wie Dauerdiagnosen oder Medikamente in einer Ansicht.



## PATIENT

Rechnungen, Krankenkasse, behandelnder Arzt, Überweisungen oder Recalls? Seien Sie informiert!



# FRÜHER WAR ALLES BESSER. WIRKLICH?

Wir haben viele Gründe dafür, dankbar zu sein. Die Gesundheit verbessert sich. Die Lebenserwartung steigt. Die Arbeitszeit schrumpft. Warum haben dennoch so viele ein so falsches Weltbild im Kopf? Warum können sich viele so schlecht an den Errungenschaften erfreuen? Sicherlich liegt es an unserer Neigung zur Nostalgie. Wir behalten oft nur das Schöne in Erinnerung und glauben deshalb, dass früher alles besser war.

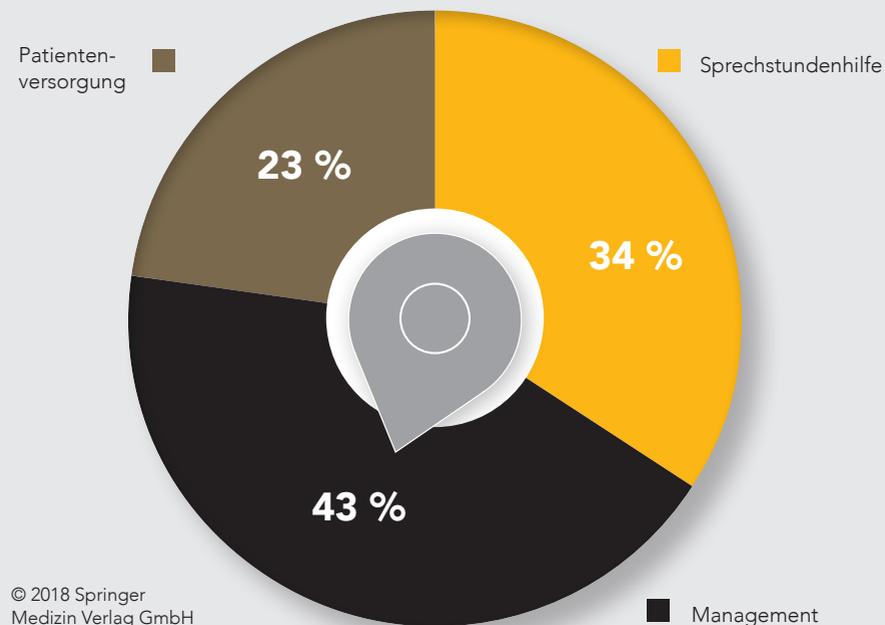
Aber mal im Ernst, niemand möchte sich heute noch mit Wäschewaschen abmühen, so wie früher, bevor es die vollautomatische Waschmaschine gab. Rubbeln, auswringen, aufhängen: Wäschewaschen war früher ein voller Arbeitstag. Nicht zuletzt trotz Waschmaschine, Kühlschrank, Staubsauger und Geschirrspüler befreite sich die Frau vom Haus. Fortschritt ist eine feine Sache, weil er unser Leben einfacher macht.

Auch die Digitalisierung hat vieles vereinfacht und findet deshalb auch unsere Akzeptanz. Und was macht die MFA zufrieden und wie stellt sie sich ihre Zukunft vor? Neben der Möglichkeit, die eigenen Fähigkeiten nutzen zu können und

der Anerkennung, stehen auch Vielseitigkeit der Arbeit, Einkommen, die Zahl der Arbeitsstunden und die Zusammenarbeit mit den Kolleginnen/Kollegen im Mittelpunkt, so die Ergebnisse einer Studie der Abteilung Allgemeinmedizin und Versorgungsforschung am Universitätsklinikum Heidelberg. Es kommt eben darauf an, dass die Dinge Ihren Praxisalltag erleichtern und Sie die Anerkennung für Ihre Arbeit bekommen, die Sie verdienen.

**FORTSCHRITT  
IST EINE FEINE  
SACHE, WEIL ER UNSER  
LEBEN EINFACHER  
MACHT.**

MFA SEHEN IHRE ZUKÜNFTIGE ROLLE VOR  
ALLEM IM MANAGEMENT UND ALS KLASSISCHE  
SPRECHSTUNDENHILFE



© 2018 Springer  
Medizin Verlag GmbH

DINGE, DIE IHREN PRAXISALLTAG EINFACHER  
MACHEN. HEUTE SCHON UND IN ZUKUNFT:

- Elektronischer Medikationsplan
- Elektronischer Arztbrief
- Versichertenstammdatenmanagement
- Medizinische Notfalldaten
- Elektronische Patientenakte

# WUSSTEN SIE ES SCHON?

DIGITALISIERUNG STÄRKT DIE PATIENTENBINDUNG



DAS SIND DIE FÜNF KERNPUNKTE,  
DIE GENAU DAFÜR SORGEN:

# 1.

**Echtzeit:** Das weltweit vorhandene medizinische Wissen wird künftig zu dem Zeitpunkt verfügbar gemacht, in dem der Arzt-Patienten-Kontakt stattfindet.

# 3.

**Individualität:** Auch die Patienteninformation wird individueller. Es gibt heute schon Programme, die erfassen, welcher Informations- und Kommunikationstyp der jeweilige Patient ist. Basierend auf solchen Programmen könnten Infos zielgerichteter zur Verfügung gestellt werden.

# 2.

**Vernetzung:** Die Infobasis dessen, was der Arzt über den Patienten weiß, verbessert sich – etwa durch die Vernetzung mit anderen Fachgruppen, aber auch mit dem Patienten.

# 4.

## **Gemeinsame Entscheidungen:**

Die gemeinsame Entscheidungsfindung zwischen Arzt und Patient verbessert sich, eben weil Informationen schneller und individueller zur Verfügung stehen. Gleichzeitig werden Therapien insgesamt individueller.

# 5.

**Messbarkeit:** Therapieerfolge lassen sich durch die Digitalisierung leichter messen. Was sich wiederum positiv auf Therapie-treue auswirkt.

# BITTE GREIFEN SIE AUF MEINE DATEN ZU, HERR DOKTOR

Hinsichtlich der eigenen Gesundheit unterscheiden sich Patienten zum Teil sehr stark in ihren Denkweisen und Einstellungen. Doch trotz mancher Unschärfen gibt es ganz klare Charakteristika, die vor allem eines deutlich zeigen: wie sich die Gesundheitskultur in unserer Gesellschaft wandelt. Durch den selbstverständlichen und vertrauten Umgang mit digitalen Medien verändern sich auch die Erwartungen der Patienten an das Gesundheitssystem.

## Der Gesundheits-minimalist

ist vor allem dann an Gesundheit interessiert, wenn er krank wird. Obwohl er nicht viel Geld für Gesundheit ausgibt, ist er durch unorthodoxes Denken, kreative, innovative Wege und positive Anreize zu erreichen.



## Der Doktorholic

ist um seine Gesundheit stets besorgt und investiert viel Zeit, Energie und Geld, um nicht krank oder kränker zu werden. Er ist offen für neue Therapien und Vernetzungsmöglichkeiten.



## Der Hobby-Mediziner

ist bestens informiert über Krankheiten, Therapien und neue Forschungsergebnisse und möchte in jeden Schritt seiner Behandlung einbezogen werden. Datenhoheit und Transparenz betrachtet er als eine Selbstverständlichkeit.



## Der iPatient

betreibt ein individuelles Gesundheitsmanagement mithilfe mobiler Endgeräte. Wird der Arzt zu Rate gezogen, dann sehr gern über digitale Kanäle und mit sicherem virtuellen Zugang zu Gesundheitsdaten.



### Elektronischer Arztbrief

Sicherheit, dass wichtige Daten zum Zeitpunkt der Behandlung vorliegen.

### Versichertenstammdatenmanagement

Sorgt dafür, dass aktuelle Daten in der Praxis vorliegen.

### Elektronischer Medikationsplan

Wer hat auf Anhieb den Überblick über seine Medikamente parat? Der persönliche Medikationsplan kann das Risiko unerwünschter Wechselwirkungen bei der Verschreibung von Arzneimitteln verringern. Alle Medikamente auf einen Blick.

### Elektronische Patientenakte

Gesundheitsdaten wie Notfalldaten, Medikationsplan, Impfausweis, vergangene Diagnosen und Behandlungen sind an zentraler Stelle dokumentiert. Mehr Selbstbestimmung. Herr über eigene Gesundheitsdaten.

Der kompetente Patient

# GEWUSST WIE...



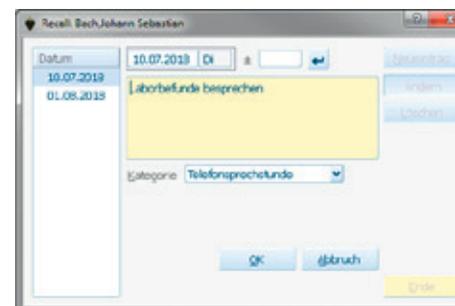
## RECALL:

## IHRE PERSÖNLICHE ERINNERUNGSFUNKTION

**Ob Impfung, Kontrolluntersuchung oder ein Handwerkereinsatz in der Praxis – vergessen Sie keine wichtigen Termine mehr und lassen Sie sich vom CGM MEDISTAR-Recallsystem an terminbezogene Aufgaben und Ereignisse erinnern.**

Um bei einem bereits aufgerufenen Patienten einen Recall-Eintrag zu generieren, verwenden Sie den Kommandozeilenbefehl RC. Es werden Ihnen links alle zu diesem Patienten bereits vorhandenen Recalls angezeigt. Klicken Sie auf [Neueintrag] und legen Sie dann das

Fälligkeitsdatum fest. Dabei können Sie mittels Eingabe im  $\pm$ -Feld das Datum um eine beliebige Anzahl von Tagen oder Wochen verändern. Bei Bedarf wählen Sie eine KATEGORIE aus, um den Eintrag thematisch zuzuordnen und später entsprechend filtern zu können. Anschließend tragen Sie den gewünschten Erinnerungstext ein und speichern den Eintrag mit [OK] und [Ende].

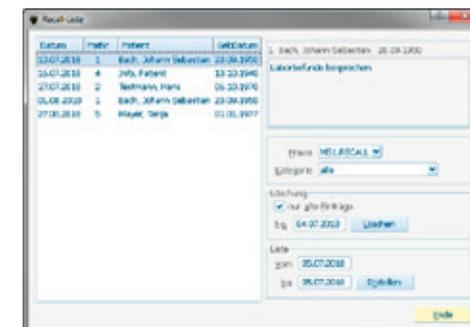


In der Basisinfo des Patienten werden Sie auf vorhandene Recalls durch das Glockensymbol  aufmerksam gemacht. Beim Klick auf die Glocke gelangen Sie direkt in die patientenbezogene Recall-Ansicht.

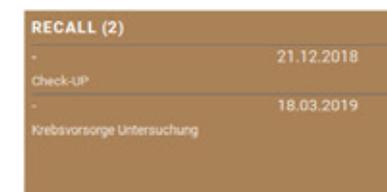
Für praxisinterne Angelegenheiten (z. B. Apothekenbestellung oder organisatorische Aufgaben) empfiehlt es sich, einen Pseudopatienten zu verwenden.

Wenn Sie die Recallfunktion starten, ohne dass ein Patient gewählt wurde, erhalten Sie eine Übersicht sämtlicher Recall-Einträge Ihrer Praxis. Mit einem Klick auf den Patientennamen erscheint im Bereich oben rechts der komplette zugehörige Eintrag. Um die Einträge thematisch selektiert aufzurufen, wählen Sie die gewünschte KATEGORIE aus. Des Weiteren lässt sich eine zeitraumbezogene Liste der Recalls erstellen, die auch ausgedruckt werden kann. Auf Wunsch können Sie das Listenergebnis

in die Brieffextextverarbeitung übertragen, um dort einen Serienbrief an die betreffenden Patienten zu erstellen (z. B. für ein Erinnerungsschreiben zur Vorsorge).



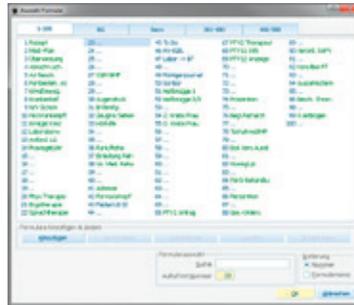
In CGM MEDISTAR BLACK gibt es ein Widget, das Ihnen die Recalls des Patienten jederzeit in der Basisansicht anzeigt. Außerdem haben Sie die Möglichkeit, sich hervorragend mit einem Widget, das patientenübergreifend alle anstehenden Recalls anzeigt, zu organisieren.



# FORMULARAUSWAHL:

# PERFEKT ORGANISIERT

Die Formularauswahl bietet Ihnen verschiedene Möglichkeiten, die Inhalte komfortabel zu verwalten. Darüber hinaus lässt sich die Formularliste individuell organisieren. Wie, das zeigen wir Ihnen jetzt: Öffnen Sie den zugehörigen Konfigurations-Dialog entweder per Kommandozeilenbefehl IFA oder indem Sie im INDEX, Bereich KONFIGURATION, doppelt auf FORMULARAUSWAHL KONFIGURIEREN klicken.



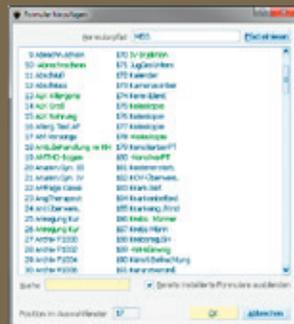
## FORMULARE VERSCHIEBEN

Zum Verschieben eines Formulars innerhalb der Auswahl können Sie entweder die Schaltfläche [Verschieben] verwenden oder – noch einfacher – das Formular mit der Maus auf die gewünschte Position ziehen.

Auch hier steht Ihnen eine Suchfunktion zur Verfügung. Um die Übersicht zu behalten, können bereits installierte Formulare ausgeblendet werden. Zur Aufnahme in die Formularauswahl markieren Sie das gewünschte Formular und bestätigen Sie dann mit [OK].

## FORMULARE HINZUFÜGEN

Um ein noch nicht eingelestes Formular der Auswahl hinzuzufügen, klicken Sie erst auf einen leeren Formularplatz und dann auf [Hinzufügen]. Es erscheint eine Liste aller auf Ihrem System gefundenen Formulardateien.

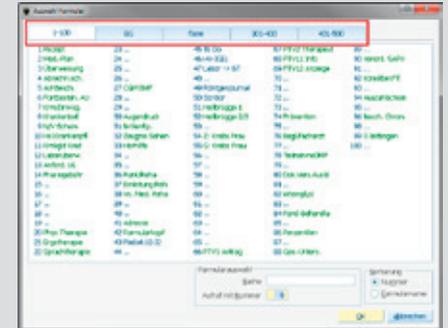


## FORMULARE LÖSCHEN

Mit der Schaltfläche [Löschen] können Sie ein zuvor markiertes Formular aus Ihrer Auswahl entfernen.

## ERWEITERUNG DER FORMULARAUSWAHL

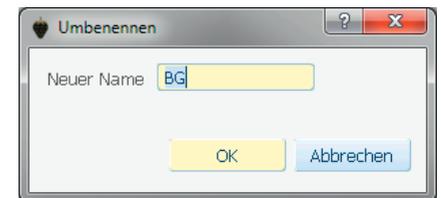
Standardmäßig stehen in der Formularauswahl 96 Plätze zur Verfügung. Falls Sie mehr Positionen benötigen, können Sie die Auswahl auf 500 Plätze erweitern. Wählen Sie die Schaltfläche [Formularauswahl auf 500 Formulare erweitern] und bestätigen Sie die anschließende Sicherheitsabfrage mit [Ja]. (Achtung: Bevor Sie die Erweiterung durchführen, beachten Sie bitte, dass die Erweiterung derzeit nur mithilfe des CGM MEDISTAR-Supportes wieder rückgängig gemacht werden kann.) In der Formularauswahl finden Sie nun am oberen Rand 5 Register, mittels derer Sie zwischen den einzelnen Seiten zu je 100 Formularplätzen wechseln können. Damit erhalten Sie auch bei einer größeren Anzahl verwendeter Formulare den Überblick.



Die Suchfunktion in der Formularauswahl funktioniert registerübergreifend, sodass es keine Rolle spielt, auf welcher Seite Sie sich das zu suchende Formular befindet.

## REGISTER UMBENENNEN

Wenn Sie wünschen, können Sie die Register auch beliebig umbenennen, um eine Gruppierung der hinterlegten Formulare und deren organisatorische Einordnung zu verdeutlichen. Klicken Sie dafür mit der rechten Maustaste auf den gewünschten Reiter und wählen Sie im Kontextmenü UMBENENNEN aus.



Geben Sie hier den neuen Namen ein und speichern ihn mit Klick auf [OK].

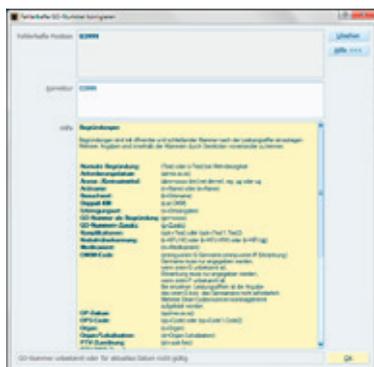
# ZIFFERNBEGRÜNDUNGEN:

# KÜRZEL IM ÜBERBLICK

Falls Sie beispielsweise einmal nicht wissen, mit welcher Syntax Sachkosten bei Kassenleistungen eingetragen werden oder mit welchem Kürzel eine geforderte Organangabe geschrieben wird, können Sie sich in CGM MEDISTAR eine ausführliche Liste von möglichen Ziffernbegründungen und deren korrekter Schreibweise anzeigen lassen. Nach der Eingabe unbekannter Gebührenordnungsziffern oder ungültiger Leistungsbegründungen in der Leistungszeile, erscheint nach dem Bestätigen ein Hinweisenfenster mit der Möglichkeit zur Korrektur Ihrer Eingabe.



Klicken Sie hier auf die Schaltfläche [Hilfe], um sich über die korrekte Eingabe der gesuchten Begründung zu informieren.



## AUTOVERVOLLSTÄNDIGUNG BEI DEN LEISTUNGSBEGRÜNDUNGEN IN CGM MEDISTAR BLACK

Mit CGM MEDISTAR BLACK kann man diese Aufgabe noch eleganter lösen: Wenn Sie nach der Eingabe der Leistungsziffer eine ( setzen, werden alle möglichen Leistungsziffernbegründungen als Liste angeboten, so dass Sie die benötigte Begründung schnell und zielsicher aus der Liste raussuchen können.



**TIPPS UND TRICKS**  
RUND UM  
CGM MEDISTAR GIBT  
ES REGELMÄSSIG IM  
KOSTENLOSEN NEWSLETTER:  
[cgm.com/medistar-newsletter](http://cgm.com/medistar-newsletter)

KOCO SAGT:

**WER TI SAGT, KANN AUCH INSTALLATION SAGEN.**

## SELBERMACHER AUFGEPASST:

Alle Ärzte und Zahnärzte können auf [koco-shop.de](http://koco-shop.de) ab sofort die notwendigen Komponenten zur Anbindung an die Telematikinfrastruktur (TI) ganz einfach online bestellen und selbst in ihrer Praxis installieren. Eine ausführliche Software mit Schritt-für-Schritt-Anleitung unterstützt bei der Einrichtung von eHealth-Konnektor, eHealth-Kartenterminal und VPN-Zugangsdienst. So wird der TI-Anschluss zum Kinderspiel – und spart obendrein auch noch bares Geld. **Warten Sie nicht länger. Denn wer TI sagt, kann auch Installation sagen. Weitere Infos und Bestellung auf:**

**[koco-shop.de](http://koco-shop.de)**

# WER BIN ICH?

Sind Sie sich Ihrer Rolle in der Praxis bewusst? Unser Test kann Ihnen auf dem Weg zu einer Antwort hilfreich zur Seite stehen. Wir wünschen Ihnen viel Freude auf dem Weg zur Selbsterkenntnis.

**1. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER NEUES GERNE ANSTÖßT UND AUSPROBIERT.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**3. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER VIELSEITIG INTERESSIERT IST.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**2. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER SICH DURCH STRESS NICHT AUS DER RUHE BRINGEN LÄSST.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**4. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER VOLLER ENERGIE UND TATENDRANG IST.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**5. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER ZUVERLÄSSIG UND GEWISSENHAFT ARBEITET.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**6. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER BEGEISTERUNGSFÄHIG IST UND ANDERE MITREIßEN KANN.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**7. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER NICHT AUFGIBT EHE DIE AUFGABE ERLEDIGT IST.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**8. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER ANERKENNUNG BRAUCHT, UM BEI DER ARBEIT ZUFRIEDEN ZU SEIN.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**9. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER ROUTINE-MÄßIGE UND EINFACHE AUFGABEN BEVORZUGT.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**10. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER GERNE IM TEAM ARBEITET UND ZUSAMMENARBEIT DEM WETTBEWERB VORZIEHT.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

**11. ICH SEHE MICH SELBST ALS JEMANDEN, DER OPTIMISTISCH IN DIE ZUKUNFT Blickt.**

- trifft nicht zu
- trifft teilweise zu
- trifft voll und ganz zu

SIND SIE BEREIT FÜR DAS ERGEBNIS?

hier ist Ihr Persönlichkeitsprofil!

**Kreuzen Sie die Aussage an, die am besten zu Ihnen passt. Die Aussage mit den meistan- gekreuzten Feldern steht für den Persönlich- keitstyp, der auf Sie zutrifft.**

**PERSÖNLICHKEITSTYP  
„TRIFFT NICHT ZU“**

Zuhören, Beobachten und Analysieren sind Ihre großen Stärken. Überschwängliche Reden über- lassen Sie anderen, denn aus Ihnen sprudelt es vorsichtig und konzentriert. Ganz in Manier einer leisen Quelle. Vorsichtig und kritisch blicken Sie distanziert auf Ihre Mitmenschen, denn nur ungern lassen Sie sich in die Karten schauen. Ordnung, Pflichtbewusstsein? Gäh, wie langweilig! Für sol- che Dinge können Sie sich nur schwer motivieren. Prinzipiell gehen Sie lieber auf Nummer sicher und vertrauen auf bereits Erlebtes.

**PERSÖNLICHKEITSTYP  
„TRIFFT TEILWEISE ZU“**

Sie handeln nach dem Motto: „Das Rad muss nicht immer wieder neu erfunden werden!“ Wa- rum auch? Lläuft doch! Genauso gehen Sie auch neue Aufgaben und Herausforderungen an. Statt sich Gefühlen und Visionen hinzugeben, halten Sie an Vertrautes und Bewährtes. Wild kreative Ausbrüche? Dafür sind Sie viel zu routiniert und pragmatisch. Denn: Vielfältige Möglichkeiten sind etwas Wunderbares, doch in Anbetracht der Viel- falt verliert man auch schnell mal den Überblick.

**PERSÖNLICHKEITSTYP  
„TRIFFT VOLL UND GANZ ZU“**

Offen für Neues? Aber Hallo! Sie gehen neugierig durchs Leben, sind fasziniert von ungewöhnlichen Sichtweisen und Ideen. Sie kennen und schätzen Trends. Sie betreten mit Phantasie und Experimen- tierfreude auch gerne unbekannte Gebiete und zeigen sich dabei durchaus originell.

SPRECHEN. SEHEN. STAUNEN.

VOM **12.–15.11.2018** LADEN WIR SIE HERZLICH ZUR MEDICA 2018 EIN: HALLE 15, STAND C21/D21.

FREUEN SIE SICH AUF:

**PRODUKTHIGHLIGHTS**

Unser neues CGM MEDISTAR – CGM MEDISTAR BLACK, Wartezimmer-TV, CGM MEDISTAR MESSENGER, CGM ELVI – elektronische Videosprechstunde.

**AUSTAUSCH MIT UNSEREN EXPERTEN**

Über Themen wie das E-Health-Gesetz, individuelle Serviceleistun- gen sowie weitere Themen, die Sie bewegen.

**WIR FREUEN UNS  
AUF IHREN BESUCH!**



# ERST DIE RICHTIGE MISCHUNG MACHT'S – FOOD PAIRING

Die meisten von uns sind Gewohnheitsköche, die sich an Rezepte halten und wenig Sinn für Experimente haben. Wenn man aber Zutaten verwendet, die zu paaren es einem nie in den Sinn kommen würde, kann man überraschende Geschmacksverbindungen erleben. Ein tieferes Verständnis für die Beziehung zwischen den Aromen und zugleich eine Art Handbuch bietet „Der Geschmacksthesaurus mit Rezepten, Ideen und Kombinationen für die kreative Küche“.

Es ist schwer, den Geschmack zu beschreiben, denn Geschmack ist rein subjektiv und es ist nicht dasselbe wie Schmecken. Schmecken beschränkt sich auf fünf Qualitäten, die man auf der Zunge und an anderen Stellen im Mund wahrnimmt: süß, salzig, sauer, bitter und herzhaft (umami). Wenn Sie sich die Nase zuhalten, können Sie zwar sagen, ob eine Zutat süß oder salzig ist, nicht aber, welchen spezifischen Geschmack sie besitzt. Probieren Sie es mit Zimt aus. Wie wir Geschmack wahrnehmen, welche Aromen wir am liebsten mit anderen kombinieren, dafür sind auch Herkunft und Essgewohnheiten wichtig. Geschmack ist unter anderem ein Speicher unserer Empfindungen und Erinnerungen. So wie der Geruch als die am stärksten mit der Erinnerung verknüpfte

Sinneswahrnehmung gilt, kann uns der Geschmack einer bestimmten Speise im Nu in eine andere Zeit und an einen anderen Ort versetzen.

Hinter der Geschmacksnote „schwefelig“ beispielsweise stoßen wir auf alte Bekannte. Wir finden dort u. a. Zwiebeln, Knoblauch, Kohl und Ei wieder. Für sich alleine sorgen diese Zutaten für keine großen Überraschungen. Aber wenn man den richtigen Partner für sie findet, wie bei Ei & Erbsen, entstehen köstliche Kombinationen. Dafür reichen einige Räucherspeckstreifen, 1 kleine Zwiebel, etwa 4 Handvoll Reis und eine Handvoll Erbsen mit der Mischung aus 2 verschlagenen Eiern und etwas Sojasauce und Sie haben das „Mandat des Himmels“. Auf die richtige Mischung kommt es eben an!

GESCHMACK IST  
EIN **SPEICHER** UNSERER  
**EMPFINDUNGEN** UND  
**ERINNERUNGEN.**

BUCH-  
TIPP

## SAG MIR, WAS DU ISST UND ICH SAGE DIR, WER DU BIST

DER GESCHMACKSTHESAURUS  
VON NIKI SEGNYT

### Ideen, Rezepte und Kombinationen für die kreative Küche

Es ist ein Buch, das man vor dem Kochen zur Hand nehmen kann. Aber es ist weit davon entfernt, ein Kochbuch zu sein: „Der Geschmacksthesaurus“ ist ein originelles Werk über Lebensmittel und ihre Aromen. Und über den Klatsch drumherum. Puristisch und streng kommt es daher, ohne Fotos, geradezu wissenschaftlich eingeteilt in Geschmackssegmente. 99 Aromen hat die Autorin ausgewählt und ihnen Lebensmittel zugeordnet, diese wiederum hat sie in 16 Geschmacks-kategorien wie „geröstet“, „erdig“ oder „waldig“ eingeteilt. Davon ausgehend, lassen sich die Aromen prächtig miteinander kombinieren: „Jede Familie“, so Niki Segnyt, „ist in gewisser Weise mit der ihr benachbar-

ten verbunden, sodass sie alle zusammen eine Art 360-Grad-Spektrum bilden.“ So theoretisch geht es aber nicht weiter, im Gegenteil: „Der Geschmacksthesaurus“ ist ein sinnliches Buch.



BUCH-  
TIPP

## DIE JUNGEN SIND ANDERS. DIE ALTEN AUCH.



### DER TAG, AN DEM DIE OMA DAS INTERNET KAPUTT GEMACHT HAT VON MARC-UWE KLING

Das neue Kinderbuch von Marc-Uwe Kling (Autor der Känguru-Trilogie) & Astrid Henn (Illustrationen). Ein Gute-Laune-Buch – nicht nur für Kinder.

Da hat Tiffany einmal auf die Oma aufpassen sollen. Und ausgerechnet heute hat die Oma das Internet kaputt machen müssen. Das ganze Internet. Auf der ganzen Welt. Na toll ...Max kann nicht auf seinem Handy daddeln, Luisa keine Musik hören und Opa nicht fernsehen. Mama und Papa sind total früh zu Hause. Ganz schön komisch – plötzlich haben alle Zeit. Es wird trotzdem ein ziemlich toller Tag. Obwohl das Internet kaputt ist.

DIY-  
TIPP

## WIR SIND, WAS WIR TUN

PROBIERE ES AUS: BACKE FÜR  
DEINE KOLLEGINNEN/KOLLEGEN

Mit unseren täglichen, kleinen Handlungen können wir die Welt verändern. Es sind oft alltägliche Dinge, die jeder von uns machen kann. Ob Geburtstag, Einstand, Ausstand oder einfach so – mit einem Kuchen werdet Ihr bestimmt zur Lieblingskollegin/zum Lieblingskollegen. Auch der Chef wird sich freuen ...

Weitere Inspirationen unter:

[www.wearewhatwedo.de](http://www.wearewhatwedo.de)



MUSIK-  
TIPP

## DIE WELT UND DAS IDEAL

MUSIK VON KAMASI WASHINGTON  
„HEAVEN UND EARTH“



Sein Album sei auch als – zutiefst friedvolle – Kampfansage gegen die Verhältnisse zu verstehen, als Aufforderung, das

Schicksal selbst in die Hand zu nehmen. Der gefeierte Saxophonist Kamasi Washington veröffentlicht sein neues Album „Heaven & Earth“.

Mit „Heaven & Earth“ will Washington sein Publikum mit einer positivistischen Philosophie infizieren. Nahezu alle Tracks habe er komplett neu komponiert, beseelt von einer Erkenntnis, die ihn ausgerechnet auf Tournee in der europäischen Provinz traf: „Wir machten Rast und der Nachthimmel war ganz klar. Du konntest alle Sterne sehen, anders als in L.A. die meiste Zeit. Und ich dachte: Wow, sieh dir dieses Universum an, wie endlos dieses Potenzial, unser Potenzial ist!“

Unter diesem Eindruck formte er sein neues Werk: „Earth“, das ist die Welt, wie er sie erlebt. „Heaven“ ist das Ideal, die Welt, wie er sie sich als einen besseren, idealeren Ort imaginiert.

# FINDEN SIE DAS ZITAT?

„FORTSCHRITT IST EINE FEINE SACHE, WEIL ER  
UNSER LEBEN EINFACHER MACHT.“ \*

\* Sie finden es in dieser Ausgabe.

DIESES ZITAT BEFINDET SICH AUF SEITE:

6, 8, 13

Senden Sie die Lösung mit Ihrer Postadresse und dem Namen der Praxis an die E-Mail-Adresse der Redaktion [kundenmagazin.mfa@cgm.com](mailto:kundenmagazin.mfa@cgm.com) und **gewinnen Sie einen Amazon-Gutschein im Wert von 50 Euro.**

**Einsendeschluss ist der 31. Dezember 2018.** Der Gewinner wird in der nächsten Ausgabe bekannt gegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter von CGM MEDISTAR und CGM SE sind von der Teilnahme ausgeschlossen.

**Das Lösungswort in der MFA von Mai 2018 hieß „Dr. Arne Janssen“.** Ein Komi-Abo von essen & trinken hat gewonnen: Elisabeth Neusel aus Hamburg. Wir gratulieren!



# WORTWÖRTLICH

## KLAPPE ZU, AFFE TOT

**Bedeutung:** Ironischer Abschiedsgruß bzw. Bemerkung zu einer abrupten Beendigung eines Vorganges/Diskussion.

Diese Redensart kommt vermeintlich aus dem Umfeld der Schausteller und Zirkusleute, die einen Affen in einem Käfig/Kiste bei sich hatten, um die Leute anzulocken. Starb der Affe, blieb die Klappe der Kiste geschlossen.

## ETWAS UNTER DEN TISCH FALLEN LASSEN

**Bedeutung:** Etwas Unangenehmes verschweigen.

Früher ließ man Knochen und andere unverdauliche Speisereste einfach unter den Tisch fallen. Diese Reste wurden dann von den Hunden des Hauses gefressen. Dies wurde dann sprichwörtlich auf „unverdauliche“, also unangenehme Themen übertragen. Angenehme Themen liegen also offen auf dem Tisch, werden ausgesprochen, wohingegen Unangenehmes „unter den Tisch“ fallen gelassen wird.

## ALLER GUTEN DINGE SIND DREI

**Bedeutung:** Wenn etwas nicht auf Anhieb, sondern erst nach dem dritten Anlauf klappt.

Der Ursprung des Sprichwortes liegt im Rechtswesen. Das „Thing“ war bei den Germanen die Volks-, Heeres- und Gerichtsversammlung, die dreimal im Jahr stattfand. Erschien ein Angeklagter nicht beim Thing, so konnte er erst beim dritten Nichterscheinen in Abwesenheit verurteilt werden.

## SICH FREUEN WIE EIN SCHNEEKÖNIG

**Bedeutung:** Glücklich sein, sich sehr freuen.

Die Entstehung dieser Redensart verdanken wir dem Zaunkönig, einem kleinen Vogel, der sich im Winter nicht in den Süden verabschiedet, sondern auch bei eisigen Temperaturen noch trällert, als freue er sich wie ein Schneekönig (Schneekönig = Begriff aus dem mitteldeutschen Raum).

QUELLE: WIKIPEDIA



## IMPRESSUM

### HERAUSGEBER

CompuGroup Medical Deutschland AG  
Geschäftsbereich MEDISTAR  
Karl-Wiechert-Allee 64, 30625 Hannover

### REDAKTION

Franziska Cernak  
Beata Luczkiewicz  
Heike Speier  
Jürgen Veit (Chefredakteur)

### BILDNACHWEIS

CGM Deutschland AG  
gettyimages: S. 1, 2, 3, 4, 10, 11, 12, 13, 14, 19,  
23, 24, 27, 29, 31

### LAYOUT

Lea Emmel

### DRUCK

DFS Druck Brecher GmbH  
Rheinische Allee 5, 50858 Köln

**MFA – EINE KOSTENFREIE BEILAGE DES PIONERO**

MFA

**CompuGroup Medical Deutschland AG**

Geschäftsbereich MEDISTAR

Karl-Wiechert-Allee 64

30625 Hannover

T +49 (0) 511 5405-00

F +49 (0) 511 5405-3986

info@medistar.de

[cgm.com/medistar](http://cgm.com/medistar)