

ORTENAU GESUNDHEITSWELT

Informationen zu Ihrer Gesundheit

Mit TV-Programm
für unseren Klinik-Sender „Kik-TV“

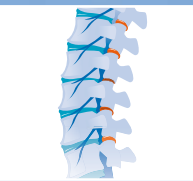
Alle Termine der geburtshilflichen
Kliniken des Ortenau Klinikums 2014

Weitere Informationen
und Videobeiträge auf unserer Website
www.Ortenau-Gesundheitswelt.de



**Darmkrebs
wirksam vorbeugen**

Seite 10



**Facettensyndrom –
Wenn kleine Wirbel-
gelenke große Schmerzen
verursachen**

Seite 14



**Kniearthrose –
Wenn jeder Schritt
zur Qual wird**

Seite 40



Titelthema: **Unsere
Pflege berührt**



EDITORIAL

**Liebe Patientinnen und Patienten,
liebe Leserinnen und Leser,**

„jeder kommt irgendwann ins Krankenhaus“ lautete jüngst ein Untertitel der Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung zu einem Beitrag über das deutsche Gesundheitswesen. Es ist ein Thema, das alle etwas angeht, jeder kann einmal persönlich von einem stationären oder ambulanten Klinikaufenthalt betroffen sein.

Daher ist es für uns wichtig, Sie, die Bürgerinnen und Bürger der Region, über die medizinischen und pflegerischen Leistungen an den neun Standorten des Ortenau Klinikums zu informieren und auch Ihr Vertrauen in unseren Klinikverbund zu stärken. Ich freue mich, dass Sie bereits die sechste Ausgabe unserer Patientenzeitschrift Ortenau Gesundheitswelt in der Hand halten. Darin finden Sie wissenswerte Informationen über verschiedene Krankheitsbilder und Therapiemöglichkeiten sowie alle relevanten Daten für einen schnellen Kontakt mit Ihrer Klinik vor Ort.

Ein von den politischen Gremien des Ortenaukreises im Jahr 2013 in Auftrag gegebenes Gutachten bestätigt die gute Gesamtstruktur des kreiseigenen Klinikverbundes und empfiehlt den Erhalt aller neun Klinikstandorte. Damit kann das Ortenau Klinikum auch in Zukunft seinen Auftrag bestmöglich erfüllen, gemeinsam mit Haus- und niedergelassenen Fachärzten für eine umfassende und wohnortnahe Gesundheitsversorgung für die Menschen in der Region zu sorgen.

Im Namen aller sechs Direktionen am Ortenau Klinikum, jeweils bestehend aus Ärztlichem Direktor, Pflegedirektor und Verwaltungsdirektor, wünsche ich Ihnen und Ihren Familien alles Gute.

Ihr

Dr. Volker Ansorge
Ärztlicher Direktor am Ortenau Klinikum Wolfach





INHALT

REPORTAGEN

Darmkrebs wirksam vorbeugen	10
Facettensyndrom – Wenn kleine Wirbelgelenke große Schmerzen verursachen	14
Blasenschwäche und Inkontinenz erfolgreich therapieren	20
Schmerzhafte Steinchen	30
Das Wunder des Lebens – Geburtshilfe begleitet	34
Verengte Lebensader	36
Krankenhaus-Hygiene nach Plan	38
Kniearthrose – Wenn jeder Schritt zur Qual wird	40
Warum ein gesunder Blutdruck die Nieren schützt	44
News	18

SERIE „KLINIKSEELSORGE“

„Plötzlich sind wieder Aussicht und Lebenskraft da“	9
---	---

SERIE „KÜCHE UND ERNÄHRUNGSBERATUNG“

Gnocchi-Auflauf mit Spinat und Brokkoli	29
---	----

UNTERHALTUNG

Rätselseiten	24/25
Ihr TV-Programm Spannende Dokumentationen und Serien mit KiK-TV, dem Sender des Ortenau Klinikums	26–28

RATGEBER

Aktives Leben im Pflegeheim	17
Palliativmedizin – weil jeder Tag zählt	47

KLINIK-PORTRAITS

Spitalverein Offenburg Im Fokus: Enge Verknüpfung von medizinischer und pflegerischer Kompetenz mit gelebter Menschlichkeit	48
--	----

TERMINE

Kreißsaalführungen 2013 Alle Termine der geburtshilflichen Kliniken des Ortenau Klinikums bis Dezember 2013	32
--	----

ADRESSEN

Klinikstandorte und Fachabteilungen	50–52
Pflege und Betreuung für die Menschen in der Region	53

IMPRESSUM

Ortenau Gesundheitswelt Nr. 6/Winter-Frühjahr 2014

Herausgeber: Ortenau Klinikum
Postanschrift: Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach
 Zentrale Unternehmenskommunikation und Marketing
 Weingartenstraße 70, 77654 Offenburg
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@og.ortenau-klinikum.de
Telefon: 0781 472-0
Telefax: 0781 472-8302
Internet: www.ortenau-gesundheitswelt.de

Redaktionsleitung: Dieter W. Schleier (v.i.s.d.P)
Inhaltliches und grafisches Konzept,
Redaktion und Realisation:
 Heidelberger Institut für Gesundheitskommunikation
 – NEU:KOM GmbH
Druck: Roland Felder Offsetdruck GmbH, Rheinau-Honau

Quellen in dieser Ausgabe:

Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE)
 Bundesministerium für Gesundheit (BMG)
 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
 Deutsches Ärzteblatt
 Deutsches Institut für Medizinische Dokumentation und Information (DIMDI)
 Deutsche Krebshilfe e.V.
 Deutsches Krebsforschungszentrum (DKFZ)
 Deutsche Morbus Crohn/Colitis ulcerosa Vereinigung (DCCV) e.V.
 Robert Koch-Institut (RKI)
 Weisse Liste (Bertelsmann Stiftung)

Alle in diesem Magazin enthaltenen Empfehlungen ersetzen nicht den ärztlichen Rat. Bitte suchen Sie bei gesundheitlichen Beschwerden Ihren Hausarzt oder niedergelassenen Facharzt auf.

Unsere Pflege be

Manchmal ist es ein Lächeln, ein Händedruck oder einfach nur der Blick eines Patienten, der sagt: Danke. Rund 3.000 ausgebildete Pflegekräfte, viele mit besonderen Qualifikationen, fachlich hoch spezialisiert, sind am Ortenau Klinikum in unterschiedlichen Diensten und Funktionen im Einsatz – Tag und Nacht, sieben Tage die Woche. Im Mittelpunkt ihrer Pflegetätigkeit steht das Wohl ihrer Patienten.



oft führt ihre Arbeit die Pflegekräfte bis an ihre körperlichen und seelischen Grenzen. Ein Knochenjob?

„Ja, aber einer, der Erfüllung bringt. Unsere tägliche Arbeit hat große Auswirkungen auf das Wohl unserer Patienten. Wir begegnen jedem Patienten in seiner Ganzheit und berücksichtigen seine individuellen Bedürfnisse und Ressourcen. Der Beruf der Gesundheits- und Krankenpflege ist anspruchsvoll und wir legen großen Wert auf qualitativ hochwertige Pflege. Diese umfasst die körperlichen und medizinischen Bedürfnisse, darüber hinaus auch die seelischen, die sich z. B. in Sorgen und Ängsten ausdrücken können. Das macht unsere Tätigkeit so komplex“, sagt Tanja Ritter. Seit sieben Jahren arbeitet die 29-Jährige am Ortenau Klinikum als examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin. Von ihrer jahrelangen Erfahrung profitieren nicht nur ihre Patienten, sondern auch die jungen Kollegen und Auszubildenden. Während der theoretische Unterricht an einem der Bildungszentren für Gesundheits- und Pflegeberufe in Achern, Lahr und Offenburg stattfindet, können die wichtigen Praxis-Phasen an allen Standorten des Ortenau Klinikums erfolgen. Tanja Ritter und ihre Kollegen schulen den Pflegenachwuchs in der praktischen Tätigkeit und helfen dabei, sich im komplexen Krankenhaus-Alltag zurechtzufinden. Die Gesundheitswelt hat die Pflegekräfte am Ortenau Klinikum einen Arbeitstag lang begleitet:

5.55 Uhr – Draußen ist es noch dunkel. Im 3. Stock des Ortenau Klinikums in Offenburg Ebertplatz streift Tanja Ritter die weiße Hose und das Oberteil über, den sogenannten Kasack. In fünf Minuten beginnt ihre Schicht auf Station 3W, Unfall-, Hand- und Wiederherstellende Chirurgie mit geriatrischem Schwerpunkt. Die Station kann 48 Patienten aufnehmen, davon haben die meisten Knochenbrüche vom Kopf bis zur Kleinzehe.

6.03 Uhr – Übergabe im Dienstraum der Station. Tanja Ritter übernimmt den Bereich von Katharina Kimmig, ebenfalls exa-

rührt

minierte Gesundheits- und Krankenpflegerin. Patient Raimund S. (der Name wurde geändert) ist nüchtern, erhält heute noch eine Sonographie des Abdomens, anschließend findet ein Röntgen-Thorax statt und morgen erhält Herr S. eine Osteosynthese. Für Laien klingt das völlig unverständlich, doch für die beiden erfahrenen Pflegekräfte sind dies präzise Informationen. „Nach den drei Jahren Pflege-Ausbildung sind



Die Pflegefachkräfte haben oft engeren Kontakt zum Patienten als die Ärzte (hier bei der Mobilisation eines Patienten nach den Methoden der Kinästhetik)



Das sagt die
Fachgesellschaft

Bundesverband Pflegemanagement

Fragen an Ludger Risse (Diplom-Pflegewirt; Registrierter beruflich Pflegenden), stellvertretender Vorsitzender des Bundesverbands Pflegemanagement und Vorsitzender des Pflegerates NRW

Inwiefern hat sich die Pflege in Deutschland in den letzten 10 Jahren verändert?

Neben dem demographischen Wandel, also der Alterung der Gesellschaft, ergeben sich Veränderungen in der Pflege insbesondere aus der verkürzten Verweildauer der Patienten im Krankenhaus. Dies hat zu einem großen Teil mit dem medizinischen Fortschritt zu tun: Viele Operationen, für die man früher mehrere Tage stationär im Krankenhaus bleiben musste, können heute z. B. aufgrund minimal-invasiver OP-Verfahren ambulant durchgeführt werden. Eingriffe sind dadurch weniger traumatisch, wodurch die Patienten heute schneller wieder nach Hause können. Gleichzeitig sind aber auch die Patientenzahlen kontinuierlich gestiegen. Insgesamt bedeutet diese deutschlandweite Entwicklung für die Pflegekräfte einen steigenden Arbeitsaufwand: Jede Einweisung und Entlassung eines Patienten wird von einer Pflegekraft vorbereitet und durchgeführt – der damit verbundene bürokratische Aufwand ist gestiegen. Aber auch in der medizinischen Behandlung – in Diagnostik und Therapie – bedeuten mehr Patienten mehr Arbeit im Bereich der Pflege. Die Dokumentation und Organisation der Abläufe und Prozesse sind heute natürlich zu einem großen Teil EDV-gestützt, das erleichtert zwar die Arbeit, macht sie aber nicht immer schneller.

Was sind die Aufgaben des Bundesverbands Pflegemanagement und welche Themen liegen Ihnen besonders am Herzen?

Als Berufsverband vertreten wir die Interessen derjenigen, die beruflich in der Pflege tätig sind. Hierzu zählen alle Pflegeberufe in den verschiedensten Einrichtungen mit teilweise sehr unterschiedlichen Arbeitsumfeldern. Die aktive Interessenvertretung der Profession Pflege und des Pflegemanagements in Politik und Öffentlichkeit gehört damit zu unserem Hauptziel und -zweck. Wenn es beispielsweise um die Einführung neuer Gesetze in der Pflege geht, ist es wichtig, dass wir uns als Experten politisch Gehör verschaffen, Akzente setzen und Einfluss nehmen. Insbesondere setzen wir uns dafür ein, die Öffentlichkeit für das Thema Pflege zu sensibilisieren. Es ist wichtig für jeden Einzelnen, sich mit der Notwendigkeit einer funktionierenden Pflege in unserer Gesellschaft auseinanderzusetzen, auch wenn er selbst noch nicht pflegebedürftig ist.

Krankenhäuser sind komplexe, hoch spezialisierte Einrichtungen, welche Fähigkeiten sollte eine Pflegekraft für diese Arbeitsumgebung mitbringen bzw. beherrschen?

Eine Pflegefachkraft sollte für die Ausübung ihres Berufs natürlich erst einmal fundiertes medizinisches wie pflegerisches Wissen haben. Auch die Fähigkeit zur selbständigen Weiterbildung über entsprechende Fachliteratur und Publikationen gehören hierzu. Ihr theoretisches Wissen müssen die Pflegekräfte auch unter Zeitdruck in die Praxis umsetzen können. Außerdem müssen Pflegekräfte in der Lage sein, ad hoc Prioritäten zu setzen. Denn in einer kritischen Situation ist die Realität oft eine andere als die beschriebene im Lehrbuch. „Was ist jetzt am wichtigsten?

Ist diese Maßnahme sinnvoll? Was mache ich als nächstes?“ Eine kompetente Pflegekraft beantwortet sich diese Fragen schnell, trifft ihre Entscheidungen selbstbewusst und handelt danach. Kommunikationsfähigkeit – mit Patienten, Angehörigen, dem Team und anderen Berufsgruppen am Arbeitsplatz – ist eine sehr wichtige Eigenschaft; Empathie und Durchsetzungsvermögen ebenso.

Wo sehen Sie Lösungen, um dem Pflegekräftemangel in Deutschland entgegenzuwirken?

Dem deutschlandweiten Pflegekräftemangel können wir nur entgegenwirken, wenn wir das Problem am Ansatz anpacken und Lösungsansätze verantwortungsvoll umsetzen. Das Anwerben ausländischer Fachkräfte alleine reicht beispielsweise nicht aus. Wir arbeiten weiter daran, die Pflege zu professionalisieren, die Ausbildung und das Arbeitsumfeld zu verbessern, so dass der Pflegeberuf an Attraktivität gewinnt. Hierzu gehört auch ein verändertes Bewusstsein für die Pflege in der Gesellschaft: Die Pflege muss anerkannt, geschätzt und angemessen entlohnt werden. Dies beginnt mit der Einsicht, dass eine professionalisierte und selbstverwaltete Pflege notwendig ist. Nur so können wir dem deutschlandweiten Fachkräftemangel in der Pflege wirksam entgegen steuern.

kontakt

Bundesverband Pflegemanagement e.V.
Alt-Moabit, 9110559 Berlin
Tel. 030 44037693
info@bv-pflegemanagement.de

TITELTHEMA Unsere Pflege berührt

einem diese medizinischen Fachbegriffe in Fleisch und Blut übergegangen“, sagt Tanja Ritter. Sie nimmt sich ihren Pflegewagen, den sie auch ihr rollendes Büro nennt. Arzneimittel, Patientenakten, Blutdruckmessgerät und Fieberthermometer – alles, was sie für ihren Rundgang braucht, findet in dem Wagen Platz.

6.17 Uhr – Tanja Ritter klopft leise an der ersten Tür und öffnet. „Guten Morgen“ sagt sie mit einem strahlenden Lächeln. „Wie geht es Ihnen heute?“ Mit geübten Griffen beginnt sie mit der morgendlichen Routine. Blutdruck messen, Puls, Temperatur, Abfrage des aktuellen Schmerzwertes, bei einigen Patienten wird auch der Blutzuckerspiegel ermittelt. Sorgfältig trägt Tanja Ritter die Werte in das Krankenblatt ein. Gestern sei die Enkelin da gewesen, erzählt eine 79-jährige Patientin, die es nicht immer schafft, aufzusteigen. Aber an guten Tagen, da geht sie am Arm von Tanja Ritter ein paar Schritte zur Toilette oder unter die Dusche. Die Pflegefachkraft spürt, der Besuch der Enkelin hat der alten Dame gut getan. „Kann ich Sie heute beim Duschen unterstützen? Probieren wir’s heute?“, fragt sie. Patienten mobilisieren, sie ermuntern, sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu bewegen, auch das gehört zu den Aufgaben des Pflegeteams. „Deshalb werden wir auch in Psychologie

und vielen anderen Disziplinen geschult. Wir müssen uns in die Patienten einfühlen können, Empathie ist ein wichtiger Teil unserer täglichen Arbeit, biologisches und medizinisches Fachwissen allein reichen



Katharina Kimmig (l.), examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin, Tanja Ritter (r.), examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin und Praxisanleiterin

info Ausbildung am Ortenau Klinikum

Die Berufswahl ist eine bedeutungsvolle Entscheidung, wenn man seinen Schulabschluss in der Tasche hat. Leichter fällt es denjenigen, die schon eine Vorstellung haben, in welche Richtung es gehen könnte. Etwas Soziales soll es sein? Etwas, das Sinn macht und erfüllend ist? Dann könnte der Ausbildungsberuf „Gesundheits- und Krankenpfleger/in“ – die offizielle Bezeichnung – die richtige Entscheidung sein. Die soziale Anerkennung und der Bedarf an Pflegefachkräften gewinnen in unserer Gesellschaft zunehmend an Bedeutung. Für junge engagierte Männer und Frauen, die einen abwechslungsreichen und herausfordernden Beruf anstreben, ist die Ausbildung „Gesundheits- und Krankenpfleger/in“ am Ortenau Klinikum eine große Chance.

Warum in der Gesundheits- und Krankenpflege arbeiten?

Keine Frage: der Beruf des Gesundheits- und Krankenpflegers und der -pflegerin ist eine anspruchsvolle und komplexe Tätigkeit. Doch gerade daraus ergeben sich auch die schönen Momente, die man mit seinem Team und den anvertrauten Patienten zusammen erleben und teilen kann. Man habe häufig viel engeren Kontakt zu den Patienten als die Ärzte. Es sei ein dynamischer Beruf, denn die Pflege und die

Medizin sind in einem stetigen Wandel. Und natürlich hat man es immer mit neuen Menschen zu tun. Neben der körperlichen und psychischen Herausforderung des Pflegeberufs, sind es die zahlreichen Glücksmomente, die den Pflegekräften zuteilwerden und womit sie ihre Motivation und Entscheidung für diesen Beruf begründen.

Starten Sie Ihre Ausbildung am Ortenau Klinikum – Pflegeberufe haben Zukunft

Das Bildungszentrum für Gesundheits- und Pflegeberufe des Ortenau Klinikums bietet an den drei Standorten in Achern, Lahr und Offenburg über 300 Ausbildungsplätze an. Die praktische Ausbildung ist an allen neun Standorten des Ortenau Klinikums möglich. Ziel der Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger und der -pflegerin ist das Erlernen einer selbständigen und verantwortungsvollen Berufsausübung. Pädagogisch qualifizierte Lehrerinnen und Lehrer vermitteln den Auszubildenden Lerninhalte nach neuesten Erkenntnissen und stehen ihnen stets in der theoretischen und praktischen Ausbildung als Berater zur Seite.

Informieren ist der erste Schritt

Ob man die Leidenschaft für den Pflegeberuf mitbringt und Erfüllung durch diesen erfährt, muss jeder Interessierte selbst herausfinden. Sich ausführlich informieren, ist der

erste Schritt für die richtige Entscheidung. Auf den Seiten des Ortenau Klinikums unter www.ausbildung-ortenau-klinikum.de finden junge interessierte Menschen alle Informationen zur Ausbildung und den Bildungszentren, deren Leiter gerne alle Fragen beantworten!

Unsere Bildungszentren im Überblick:

Ortenau Klinikum Achern Bildungszentrum für Gesundheits- und Pflegeberufe

Ute Braun, Schulleiterin
Am Klinikum 2, 77855 Achern
Tel. 07841 700-2070

Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim Bildungszentrum für Gesundheits- und Pflegeberufe

Peter Fuchs, Schulleiter
Alt Vaterstraße 5, 77933 Lahr
Tel. 07821 93-2231

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach Bildungszentrum für Gesundheits- und Pflegeberufe

Andreas Heck, Schulleiter
Ebertplatz 12, 77654 Offenburg
Tel. 0781 472-6901

nicht aus“, betont Tanja Ritter. Nachwuchskräfte lernen deshalb am Ortenau Klinikum neben den Klassikern wie Pflegewissenschaften und Pflegepädagogik mit ihren zahlreichen Bezugswissenschaften wie Medizin, Gesundheitswissenschaften, Soziologie, Psychologie, Biologie, Philosophie und Geschichte auch etwas über Krisenintervention, Kommunikation und Gesprächsführung, Zeitmanagement und sogar Humor in der Pflege.

7.30 Uhr – Andrea Nerz kommt auf Station. Sie ist die Pflegerische Stationsleiterin und damit Vorgesetzte von 35 Pflegekräften. Sie teilt die Bereiche ein, verteilt die Aufgaben und kümmert sich um die Belegung. Wer macht was? Welche besonderen Aufgaben stehen heute an? Ist einer von den Kollegen krank? Eine der Kolleginnen hat sich krank gemeldet und nun ist es die Aufgabe der Stationsleiterin die Situation zu prüfen und die Mitarbeiter so einzusetzen, dass der Ausfall kompensiert werden kann. „Dann an die Arbeit“, sagt Andrea Nerz mit einem aufmunternden Lächeln.

7.39 Uhr – Eine Pflegeschülerin bittet Tanja Ritter um Hilfe. Ein Patient hat sich

seinen Katheter herausgerissen. Er ist dement und sehr aufgebracht, deshalb lässt er in diesem Moment niemanden an sich heran. Ruhig spricht Tanja Ritter mit ihrem Patienten. Gemeinsam mit der Pflegeschülerin gelingt es ihr, den 83-jährigen Patienten zu beruhigen und den Blasenkathe-ter neu zu legen. „Die Auszubildenden sollen sich auch an komplexe Fälle heranwagen“, sagt Tanja Ritter. „Darin muss man sie bestärken und dies gemeinsam angehen.“ Die Erfahrenen helfen den Jungen, so war es schon immer am Ortenau Klinikum. „Und deshalb haben wir in der Pflege einen so hohen Standard, weil wir uns gegenseitig unterstützen und fördern“, erklärt Tanja Ritter. Für Pflegeschülerin Bianca Finner ist es der siebte Praxis-Block. Im April 2012 hat sie ihre Ausbildung am Bildungszentrum in Offenburg begonnen. „Ich wollte schon immer Gesundheits- und Krankenpflegerin werden, da ich in persönlichen Situationen in meiner Familie den Wert dieses Berufes schätzen lernte. Jetzt in der Ausbildung merke ich, dass ich durch die erlernten Pflegetechniken anderen Menschen beratend und therapeutisch zur Seite stehen kann. Das macht mich schon ein bisschen stolz“, sagt die 19-Jährige.

8.46 Uhr – Visite. Alle Patienten haben ihr Frühstück bekommen, der Stationsarzt ist pünktlich, die Visite beginnt. An jedem Bett gibt der Mediziner Anweisungen, welcher Patient welche Medikamente bekommt, wer wann entlassen werden kann und vieles mehr. Die Bereichspflegekraft Tanja Ritter ist konzentriert, sie wird für die entsprechende Durchführung sorgen. „Ich übernehme gerne Verantwortung, das ist mir wichtig“, sagt sie und muss auch schon wieder weiter. Verbände wechseln, Patienten für Untersuchungen vorbereiten, Medikamente geben. Jeder Handgriff erfordert volle Aufmerksamkeit.

9.53 Uhr – Pause. Zeit sich zu stärken und durchzuatmen. Doch schon blinkt wieder eines der roten Lämpchen im Stationszimmer. Der Patient in Zimmer 312 braucht Hilfe, er hat starke Schmerzen. Tanja Ritter verabreicht ihm ein Schmerzmittel. „Sie werden sehen, wenn das Medikament gleich wirkt, geht es Ihnen besser“, sagt sie beruhigend und lächelt. Doch da ruft bereits der nächste Patient nach ihr. Stress? „Hier kann es schon stressig werden, das bringt der Pflegeberuf mit sich. Für ein Gespräch mit den Patienten bleibt oft we-



*Verantwortungsvoller Arbeitsplatz:
Die Intensivstation*

nig Zeit im Pflegealltag. Dennoch legen wir großen Wert darauf, uns Zeit für die Patienten zu nehmen, betont sie.

11.28 Uhr – Das Mittagessen wird auf die Station gebracht, die meisten ihrer Patienten bekommen Wunschkost. Bevor es ans Austeilen geht, werden die Medikamente verteilt und die Patienten mobilisiert. Während die Patienten essen, holt Tanja Ritter aus der Notaufnahme bereits einen Neuzugang im Rollstuhl auf ihre Station. Während sie den Patienten auf sein Zimmer bringt, informiert sie ihn über den Stationsablauf und die Nutzung der Klingelanlage: „Wenn Sie Hilfe brauchen, können Sie sich jederzeit melden.“ Zurück im Büro legt sie die Kurve an. So wird ein Datenblatt bezeichnet, welches alle Patientendaten wie Blutdruck, Temperatur, verabreichte Medikamente und Schmerz-

verlauf enthält. Pflegeschülerin Bianca Finner beobachtet Tanja Ritter beim Eintragen der Daten. „Alle Daten müssen präzise und sorgfältig eingetragen werden.“, betont Tanja Ritter.

13.32 Uhr – Die Schicht geht zu Ende. Tanja Ritter übergibt ihren Bereich weiter an die Spätschicht. Es erfolgt eine Übergabe mit dem Patienten im Zimmer. „Wie sind die Schmerzen im Knie? Besser?“ fragt sie. Der Patient lächelt. „Sehen Sie“, sagt Tanja Ritter und verabschiedet sich. Ein bisschen müde ist sie, vom vielen Laufen, der körperlichen Anstrengung, von der hohen Konzentration, die notwendig ist. „Aber ich liebe meinen Beruf. Menschen zu unterstützen, die bestmögliche Selbständigkeit wiederzuerlangen, erfüllt mich“, sagt sie.



Liliane Juchli (*19. Oktober 1933), Schweizer Kranken- und Ordensschwester, gehört zu den herausragenden Persönlichkeiten, die die Pflege in den vergangenen 60 Jahren maßgeblich geprägt und weiterentwickelt haben. Das Menschenbild, das ihrer Arbeit und Lehrtätigkeit zugrunde liegt, ist die ganzheitliche Sicht der pflegebedürftigen Menschen. Sie plädiert für die Ganzheit und Einheit von Körper, Seele und Geist des Menschen. Mit dieser damals neuen Sichtweise, die bis heute nicht an Aktualität verloren hat, förderte sie die Professionalisierung und Aufwertung der Pflegeberufe. Ihr Buch, das Pflegestandardwerk, das in Fachkreisen auch „die Juchli“ oder „der Juchli“ genannt wird, dient Auszubildenden mittlerweile in der 11. Ausgabe als das Pflegestandardwerk. Wir danken Schwester Liliane sehr, dass sie im Juli 2013, dem Jahr ihres 80sten Geburtstags, am Ortenau Klinikum in Offenburg St. Josefsklinik persönlich viele Interessierte mit einem Filmvortrag über ihr Leben und den Pflegeberuf informierte, mit ihnen diskutierte und zuvor mit ihnen die Achtsamkeitsmeditation übte.

Gemeinsames Pflegeverständnis

Die fünf Pflegedirektionen der neun Standorte des Ortenau Klinikums haben ein gemeinsames Pflegeverständnis entwickelt, das die Aufgaben und Grundsätze des Handelns aller Pflegekräfte am Ortenau Klinikum festlegt. Dieses Pflegeverständnis bildet die Grundlage für eine einheitlich hohe Pflegequalität am Ortenau Klinikum.

Die Pflegedirektionen laden jährlich im Frühjahr zum etablierten Ortenauer Pflegetag ein – diese eintägige Fortbildung in der Friesenheimer Sternberghalle wird von Pflegekräften und -experten aus ganz Südbaden besucht. In diesem Forum sprechen deutschlandweit anerkannte Pflegeexperten sowie Vertreter der Pflegeverbände.



Im Bild von links nach rechts:

Hans-Jürgen Kargoll, Pflegedirektor Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim
Markus Bossong, Pflegedirektor Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach
Karin Ullrich, stellvertretende Pflegedirektorin Ortenau Klinikum Wolfach
Bernd Boschert, Pflegedirektor Ortenau Klinikum Achern
Inge Oberle, Pflegedienstleitung Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach
Monika Bach, stellvertretende Pflegedirektorin Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim
Brigitta Schrapp, stellvertretende Pflegedirektorin Ortenau Klinikum Achern
Marco Porta, Pflegedirektor Ortenau Klinikum Oberkirch/Wolfach
Nicole Laug, stellvertretende Pflegedirektorin Ortenau Klinikum Kehl

Nicht abgebildet sind:

Johannes Fix, Pflegedirektor Ortenau Klinikum Kehl
Eva Müller, stellvertretende Pflegedirektorin Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Expertenstandards in der Pflege

Die Sicherheit des Patienten, sein Wohlbefinden, die Linderung von Schmerzen unter Erreichung einer höchstmöglichen Autonomie des Patienten ist das erklärte Ziel der Profession Pflege. Aus diesem Grund gibt es seit 2001 Expertenstandards in der Pflege, die vom Deutschen Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege erarbeitet und veröffentlicht werden.

Mittlerweile existieren sieben Expertenstandards zu wichtigen pflegerischen Themen, wie beispielsweise Verhinderung von Stürzen und Dekubitus, Schmerzlinde- rung oder adäquate Wundversorgung. Die Erarbeitung und Aktualisierung der Expertenstandards in der Pflege geben Hinweise auf Forschungslücken und somit wichtige Impulse für wissenschaftliche Forschungsarbeiten. Standards ermöglichen ein einheitliches Vorgehen auf hohem qualitativem Niveau unter optimaler Ausnutzung der vorhandenen Ressourcen. Aus diesem Grund war es für den Pflegedienst im Ortenau Klinikum selbstverständlich, sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen und die Expertenstandards in die pflegerische Arbeit zu integrieren. Die praktische Umsetzung wird regelmäßig überprüft, beispielsweise in den Pflegevisiten und die Inhalte werden bei Bedarf angepasst. Die Expertenstandards sind inzwischen als Mittel der internen Qualitätsentwicklung etabliert und erhöhen die interdisziplinäre Zusammenarbeit zum Wohl der Patienten.

„Plötzlich sind wieder Aussicht und Lebenskraft da“



Interview mit
Andreas Pfeffer,
Kath. Seelsorger/
Pastoralreferent
am Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach

kontakt

Seelsorge am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Andreas Pfeffer
Diplom-Theologe, M.A. Supervisor (DGsv)
Tel. 0781 472-1500
E-Mail:
andreas.pfeffer@og.ortenau-klinikum.de

Wie sind Sie zur Seelsorge an der Klinik in Offenburg gekommen und wie waren Ihre ersten Impressionen?

Ich arbeite seit 15 Jahren als Klinikseelsorger in der Erzdiözese Freiburg. Die Seelsorge am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach hat in Fachkreisen einen sehr guten Ruf, vor allem durch die Integration und Qualifizierung von ehrenamtlichen Mitarbeitern. Teil dieses Seelsorge-Teams zu sein, hat mich interessiert. Vor etwa einem Jahr bin ich dann an das Ortenau Klinikum gekommen. Meine Kolleginnen und die Klinikleitung sind mir wirklich herzlich entgegen gekommen. Mich freut besonders, dass man hier um die Notwendigkeit der Seelsorge weiß und diese schätzt und anerkennt. Um die tiefgreifenden strukturellen Veränderungsprozesse in der Klinik wie in der Kirche zu meistern, benötigen wir als Team Vertrauen und Geduld. Auch Kreativität gehört, so mein Eindruck, zu den Tugenden in der Seelsorge.

Welche Erlebnisse sind Ihnen nachhaltig im Gedächtnis geblieben?

Spontan fällt mir hierzu der Gottesdienst zu meiner Einführung ein. Dieser wurde in einer schönen Schlichtheit gefeiert, und viel Aufrichtigkeit und Solidarität waren für mich persönlich spürbar. Und natürlich fallen mir etliche sehr persönliche Begegnungen mit Patienten und Angehörigen ein – Situationen und Gespräche, bei denen es den Patienten und auch mir leichter und wärmer ums Herz wurde. Das ist schwer zu beschreiben, aber plötzlich sind wieder Aussicht und Lebenskraft da.

Sie helfen den Patienten in schwierigen Situationen und spenden ihnen Trost und Geborgenheit. Mit welchen Emotionen seitens der Patienten setzen sie sich auseinander?

Mit bohrenden Gefühlen des Verlorenseins und der Verzweiflung: „Ich fühle mich von Gott und der Welt allein gelassen“, diesen Satz höre ich oft. Und natürlich kommen die Patienten mit vielen Ängsten und Fragen zu mir: „Wie soll das alles nur werden?“ Zum Glück können sich Gefühle verändern. Durch die Seelsorge können wir die Patienten dabei unterstützen, sich mit ihrer Situation auseinanderzusetzen und ihnen helfen zu erkennen, dass sie nicht alleine sind. Als Klinikseelsorger erlebe ich auch ganz viel Stärke und Sanftmut: Leidenschaft und Willenskraft, Vertrauen und Gottverbundenheit. Es ist dann, als würden die Herzen der Patienten wieder offen sein für liebevolle Gefühle für sich selbst und für andere Menschen.

Was nehmen Sie nach einem Tag an der Klinik mit nach Hause?

Die Gebete von Menschen, denen ich an diesem Tag begegnet bin und denen ich versprochen habe, mich innerlich mit ihrem Anliegen zu verbinden. Schön ist es, wenn noch ein aufrichtiges „Dankeschön“ eines Patienten, einer Angehörigen oder einer Krankenschwester im Ohr habe und mich auf meinem Nachhauseweg begleitet. Da ist aber manchmal auch Müdigkeit und Erschöpfung, wenn mich die Nöte, die Schmerzen und das Leid der Menschen sehr berührt haben. Mehr Fragen als Antworten nehme ich mit nach Hause. Aber auch Hoffnung und hin und wieder einen kleinen Zuwachs an Weisheit und Gottvertrauen. Das ist die Grundlage der Seelsorge – ohne diese geht es nicht.

Welche Voraussetzungen sollte man mitbringen, wenn man in der Seelsorge arbeiten möchte?

Menschenliebe, Demut, Freude an Kommunikation und Beziehung und natürlich Gottvertrauen. Als Seelsorger sollte man Verzeihen können und eine große Lernbereitschaft mitbringen. Dazu gehören auch die Fähigkeit zur Selbstkritik und das Zulassen von Schwäche.

Angebote Ökumenische Klinikseelsorge Offenburg für Patientinnen und Patienten

- **donnerstags 8.45 – 9 Uhr:** Morgengebet am Brunnen der Kapelle am Ortenau Klinikum in Offenburg Ebertplatz
- **mittwochs 17 – 17.15 Uhr:** Quellenminuten in der Kapelle am Ortenau Klinikum in Offenburg St. Josefsklinik (auch für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter)
- **jeden 1. und 3. Dienstag im Monat 18 Uhr:** Neugeborenen-Segnungsfeier im Frühstücksraum auf der Entbindungsstation am Ortenau Klinikum in Offenburg Ebertplatz, anschließend Segnungsangebot auf der Kinderintensivstation
- **weitere Angebote ohne feste Termine in der Kapelle am Ortenau Klinikum in Offenburg Ebertplatz:** Musikalische Andacht, Gedenkgottesdienst für zu früh verstorbene Kinder, Ökumenischer Gottesdienst zu bestimmten Anlässen

Für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie für die interessierte Öffentlichkeit

Einmal monatlich mittwochs 17 – 18 Uhr: Achtsamkeitsübung „Gemeinsam meditieren – miteinander schweigen“ am Ortenau Klinikum in Offenburg St. Josefsklinik.
Weitere Informationen unter www.ethik-und-achtsamkeit.de

Darmkrebs

wirksam vorbeugen!

Was harmlos anfängt, kann böse enden. Denn aus einem harmlosen, gutartigen Darmpolypen kann ein gefährlicher Tumor entstehen, wenn die Geschwulst zu lange unentdeckt bleibt. Jedes Jahr erkranken etwa 70.000 Menschen in Deutschland neu am sogenannten kolorektalen Karzinom. Darmkrebs ist damit die zweithäufigste Krebsart in Deutschland.

Besonders tückisch: „Darmkrebs verursacht in einem frühen Stadium keine oder nur geringe Beschwerden. Häufig befindet sich lediglich etwas Blut im Stuhl, das nicht immer mit bloßem Auge zu erkennen ist“, so Prof. Dr. Leonhard Mohr, Leiter des Darmzentrums Ortenau. Deshalb ist eine gezielte und umfassende Vorsorge besonders wichtig. Die Ortenau Gesundheitswelt erläutert, wie Sie Darmkrebs vorbeugen und auch allgemein etwas für Ihre Darmgesundheit tun können.

Darmspiegelung

Sie sind 55 Jahre oder älter? Dann wird es höchste Zeit, einmal eine Darmspiegelung machen zu lassen – sie gilt als die wichtigste Methode zur Früherkennung von Darmkrebs. Der Gastroenterologe untersucht dabei den Darm mit Hilfe eines Endoskops, eines schlauchartigen Instruments mit Mini-Kamera.

Schmerzfremde Untersuchung

Was passiert bei einer Koloskopie? Ab dem Nachmittag vor der eigentlichen Untersuchung müssen die Patienten eine Darmspüllösung trinken, um ihren Darm zu entleeren – so kann er besser untersucht werden. Während der Darmspiegelung selbst erhält der Patient in der Regel eine leichte Narkose; damit verläuft die etwa 20- bis 30-minütige Untersuchung schmerzfrei. Dazu führt der Arzt einen etwa fingerdicken, flexiblen Schlauch, das Endoskop, über den After in den Darm ein. Das Endoskop hat mehrere Kanäle – so kann der Arzt nicht nur Bilder vom Inneren des Darms machen, sondern auch Instrumente einführen, mit denen er zum Beispiel Polypen entfernt und Gewebeproben entnimmt. Ist der Befund unauffällig, folgt die nächste Vorsorge, abhängig vom persönlichen Risiko, erst wieder einige Jahre später. Eine Darmspiegelung erfolgt fast immer ambulant, der Patient kann also unmittelbar nach der Untersuchung die Klinik wieder verlassen.



Stuhluntersuchungen (Okkultbluttest)

Darmpolypen und Tumore sondern oft Blut ab. Mit einem sogenannten Okkultbluttest können für das Auge nicht sichtbare Blutspuren im Stuhl erkannt werden. Dieser Test sollte ab dem Alter von 50 Jahren einmal jährlich durchgeführt werden. Da Polypen jedoch nicht immer bluten, ist es wichtig, dass der Test regelmäßig einmal pro Jahr durchgeführt wird. Hat ein Okkultbluttest ein positives Ergebnis ergeben, wird eine Darmspiegelung zur Abklärung der Ursachen durchgeführt.

Gesunde Ernährung

Während mit Darmspiegelungen und Stuhluntersuchungen Krebsvorstufen aufgespürt werden, zielt die Primärprävention darauf ab, etwas gegen die Entstehung von Krebs und seinen Vorstufen zu tun. Dazu

zählen ein gesunder Lebensstil und eine gesundheitsbewusste Ernährung. Tatsächlich befolgen laut Angaben der Felix Burda-Stiftung aber nur 20 Prozent der Bevölkerung diese wichtigen Ratschläge, die meist einfach umzusetzen sind.

Ballaststoffe bringen den Darm auf Trab

Vollkornprodukte, frisches Obst und Gemüse enthalten viele Ballaststoffe. Diese tun dem Darm gut, da sie nützlichen

Darmbakterien als Nahrung dienen und so für eine gute Verdauung sorgen. Neben Nudeln und Brot aus Vollkorn enthalten auch Hülsenfrüchte wie Erbsen oder Bohnen, feste Gemüsesorten wie Kohl und Fenchel sowie Beeren besonders viele Ballaststoffe. Wer dagegen viel Fleisch und Wurst isst, erhöht das Darmkrebs-Risiko. Experten schätzen, dass sich mehrere Tausend Darmkrebsfälle pro Jahr vermeiden ließen, wenn mehr Menschen bei ihrer Ernährung auf Fleischwaren verzichten würden – zugunsten von Obst und Gemüse.

info – Darmkrebsmonat März

Lange Zeit galt Darmkrebs als Tabu-Thema in unserer Gesellschaft. Die Felix Burda-Stiftung hat dieses Tabu aufgebrochen und ruft jedes Jahr im März den bundesweiten Darmkrebsmonat aus. **Weitere Informationen unter www.darmkrebs.de**



Felix Burda Stiftung

Fragen an Christa Maar,
Vorstandsvorsitzende der Felix Burda Stiftung

kontakt

Felix Burda Stiftung

Arabellastraße 27
81925 München
Tel.: 089 9250-2710
E-Mail: kontakt@felix-burda-stiftung.de
www.felix-burda-stiftung.de

Wodurch zeichnet sich die Felix Burda Stiftung aus?

Viele der Stiftungen, die sich mit Krebs befassen, legen ihren Fokus entweder auf die Grundlagenforschung oder auf die Forschung zur Verbesserung der Therapien für Patienten. Bei den Projekten der Felix Burda Stiftung steht dagegen der gesunde Mensch im Mittelpunkt, der über die Wichtigkeit der Teilnahme an Darmkrebsvorsorge aufgeklärt wird. Das hat einen sehr persönlichen Hintergrund. Mein und Hubert Burdas Sohn Felix starb 2001 an diesem Krebs, den eigentlich niemand bekommen müsste, weil er sich durch Vorsorge verhindern lässt. Spät erkannt ist er aber meist nicht mehr heilbar und führt bei der Mehrheit der Patienten zum Tod. Bei Felix wurde er erst spät erkannt, er starb zwei Jahre nach der Diagnose im Alter von 33 Jahren. Es war sein erklärter Wunsch, dass die Stiftung, die seinen Namen trägt, sich zukünftig dafür einsetzt, dass sein Schicksal möglichst vielen Menschen erspart bleibt. Wir klären die Bevölkerung mit großen Kampagnen über die Wichtigkeit von Darmkrebsvorsorge auf und werden dabei von vielen Prominenten unterstützt, die sich in Anzeigen und Fernsehspots dafür einsetzen, die Menschen zur Teilnahme an der Vorsorge zu motivieren. Inzwischen gibt es auch greifbare Erfolge unserer Arbeit zu verzeichnen: Sowohl die Rate der Neuerkrankungen wie die Rate der Sterbefälle von Darmkrebs nehmen kontinuierlich ab.

Wie profitieren Patienten und Angehörige von den Aktivitäten der Stiftung?

Wir möchten mit dem Thema Darmkrebsprävention hauptsächlich die gesunde Bevölkerung adressieren. Mir war es aber von Anfang an ganz wichtig, dass die Stiftung sich auch um die Bedürfnisse von Patienten und Angehörigen kümmert. Wir haben eine Website erstellt, die Betroffenen ermöglicht, sich umfassend zu Krankheit und Therapien zu informieren. Wichtig dabei ist, dass die Informationen auf unserer Website www.darmkrebs.de dem gegenwärtig gültigen, wissenschaftlich belegten Therapiestandard entsprechen und immer aktuell gehalten werden. Zum wichtigen Austausch mit anderen Betroffenen bieten wir auf der Website ein Forum für Patienten und Angehörige an, das sehr intensiv genutzt wird. Darmkrebspatienten sollten auch die Möglichkeit haben, sich wohnortunabhängig von qualifizierten Experten, die nach neuesten Therapiestandards behandeln, eine zweite Meinung zu ihrer Therapie einzuholen. Wir haben deshalb in einem Pilotprojekt die Möglichkeit erprobt, dass Darmkrebspatienten sich mit Hilfe einer elektronischen Patientenakte vom Tumorboard einer großen Klinik eine zweite Meinung übers Internet einholen. Das hat erstaunlich gut funktioniert. Inzwischen wurde das Verfahren bereits von einigen Krankenkassen aufgegriffen, die ihren Versicherten nun die auf diesem Weg eingeholte zweite Meinung bezahlen.

Wie wichtig ist die Vorsorge bei Darmkrebs?

Dieser Krebs ist der einzige, der sich durch Vorsorge fast hundertprozentig verhindern lässt. Wichtig ist, dass man als Gesunder, d. h. ohne Symptome, an der Vorsorgeuntersuchung teilnimmt. Die Krankenkasse zahlt Darmkrebsvorsorge ab dem Alter von 50 Jahren. Wenn man wartet, bis ein evtl. vorhandener Darmkrebs Beschwerden macht, hat man schlechte Karten für die Heilung, da die Erkrankung dann in aller Regel bereits weit fortgeschritten ist. Wird der Krebs hingegen in einem frühen Stadium erkannt, lässt er sich in der Mehrheit der Fälle heilen. Andere Altersgrenzen für den Vorsorgebeginn gelten dann, wenn es Darmkrebs in der Familie gibt. Bereits bei einem Fall in der Familie erhöht sich das Erkrankungsrisiko aller direkten Verwandten (Kinder, Geschwister) dramatisch. Betroffene sollten 10 Jahre vor dem Alter, in dem der Verwandte erkrankt ist, spätestens aber mit 40 bis 45 Jahren eine Vorsorge-Darmspiegelung durchführen lassen. Sind mehrere Familienmitglieder an Darmkrebs erkrankt, ist das Risiko für nahe Verwandte, ebenfalls an diesem Krebs zu erkranken, noch wesentlich höher. Es besteht dann der Verdacht, dass eine erbliche Form von Darmkrebs vorliegt, bei der Betroffenen geraten wird, bereits ab dem Alter von 25 Jahren ihre erste Darmspiegelung zu machen.

Bewegung trotz(t) Krebs

Wer regelmäßig Sport treibt, tut seinem Darm etwas Gutes – das ist wissenschaftlich erwiesen. „Wir wissen, dass körperlich aktive Menschen ihr Darmkrebs-Risiko gegenüber Inaktiven erheblich reduzieren können“, betont Dr. Andreas Jakob, Leiter des Onkologischen Zentrums Ortenau. Wie diese Bewegung aussieht, bleibt jedem Menschen selbst überlassen: Joggen, Schwimmen oder Tennis – auch regelmäßige Spaziergänge, Fahrradfahren, Tanzen oder ausgedehnte Gartenarbeit halten fit. Übrigens: Sport spielt nicht nur bei der Prävention eine wichtige Rolle. Auch Krebspatienten profitieren von körperlicher Aktivität. „Sport und Bewegung stärken den Körper und die Seele. Durch Sport lässt sich auch dem Muskelabbau als Folge einer Krebstherapie entgegenwirken. Außerdem belebt die Bewegung das Immunsystem und die Psyche. Deshalb ermutigen wir unsere Patienten schon während ihres stationären Aufenthalts bei uns zu kleinen Gymnastik-Übungen oder einer Runde am Fahrradergometer“, so Dr. Jakob.

Schluss mit dem Rauchen

Wenn Sie Raucher sind: Drücken Sie Ihre letzte Zigarette besser heute als morgen aus. 250 Substanzen einer Zigarette gelten als giftig, 40 davon sind krebserregend. Zwar ist Lungenkrebs die häufigste Krebsart unter Rauchern, doch sind auch andere Tumorformen, wie beispielsweise Darmkrebs, bei Rauchern deutlich gehäuft. Tabak schädigt auch eine Vielzahl weiterer Organe. Wer beim Aufhören Hilfe braucht, kann sich an seinen Hausarzt oder eine der zahlreichen Selbsthilfegruppen wenden.

Alkohol nur in Maßen

Der regelmäßige Konsum von Alkohol kann das Krebsrisiko deutlich erhöhen. Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sollten Frauen nicht mehr als 10 Gramm Alkohol (zum Beispiel enthalten in einem Achtel Wein oder einem Viertelliter Bier) und Männer nicht mehr als 20 Gramm pro Tag zu sich nehmen. An mindestens zwei Tagen pro Woche sollte man überhaupt keinen Alkohol trinken und lieber zu alkoholfreiem Bier oder Saftschorlen greifen.

info

Leben Krebs Leben

Aufklären, Mut machen, Hilfen anbieten: Ziel der Vortragsreihe **Leben Krebs Leben** ist es, den Dialog zwischen medizinischen Experten sowie Patientinnen und Patienten zu fördern, Unterstützung zu bieten und Begegnungen zwischen Betroffenen zu ermöglichen.

Weitere Informationen zur Vortragsreihe finden Sie auf Seite 19 in dieser Ausgabe Ihrer Patientenzeitschrift.



Erfahrungen austauschen, Hilfe finden

Weil sich Betroffene gegenseitig unterstützen wollten, entstand 1982 die ILCO-Gruppe in Offenburg. Darmkrebsbetroffene, Stomaträger sowie deren Angehörige können sich hier mit anderen Betroffenen austauschen. Außerdem helfen die ILCO-Mitarbeiter, die meist ebenfalls von der Krankheit betroffen sind. Sie berichten von ihren Erfahrungen und geben auch ganz praktische Unterstützung. In Offenburg finden die ILCO-Treffen alle zwei Monate statt, jeweils am letzten Montag in den ungeraden Monaten um 15 Uhr im Evangelischen Gemeindehaus der Auferstehungsgemeinde Offenburg, Hölderlinstrasse 3, 77654 Offenburg.

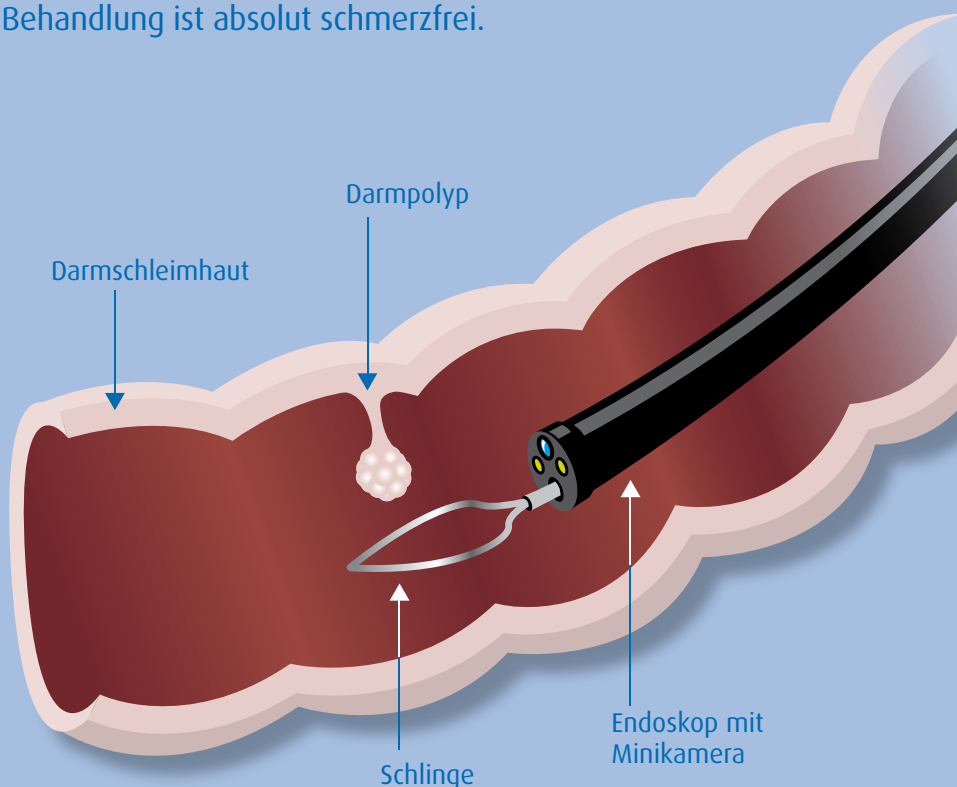


kontakt

Deutsche ILCO e.V.
ILCO-Gruppe Offenburg
 Gerda Rosewich
 Tel. 07807 2570
 info@ilco.de
 www.ilco.de

Die Darmspiegelung

Darmpolypen können bei der Darmspiegelung entdeckt und mit Hilfe einer Schlinge restlos entfernt werden. Die Behandlung ist absolut schmerzfrei.



info

Darmzentrum Ortenau

Das Darmzentrum Ortenau ist ein Zusammenschluss aller an Diagnose und Behandlung des Darmkrebses beteiligten Einrichtungen des Ortenau Klinikums Lahr-Ettenheim, des Ortenau Klinikums Offenburg-Gengenbach, der Medizinischen Versorgungszentren Ortenau (MVZ Ortenau), des Medizinischen Versorgungszentrums Offenburg St. Josefsklinik sowie der Onkologischen Schwerpunktpraxis Offenburg. Es steht unter der Leitung von Prof. Dr. Leonhard Mohr sowie den Standortleitern Dr. Werner Lindemann (Lahr) und Priv.-Doz. Dr. Uwe Pohlen (Offenburg).

Ziel des Darmzentrums ist es, Patienten mit bösartigen Erkrankungen des Dickdarms und ihren Vorstufen auf Basis des neuesten klinischen und wissenschaftlichen Wissens zu versorgen. Im Darmzentrum werden die Behandlungsabläufe aller Patienten in einer gemeinsamen, interdisziplinären Tumorkonferenz festgelegt. Somit ist für jeden Patienten eine individuelle Behandlung auf höchstem Niveau sichergestellt. 2008 bekam das Darmzentrum des Ortenau Klinikums von der Zertifizierungsstelle „OnkoZert“ die Auszeichnung „Darmzentrum mit Empfehlung der Deutschen Krebsgesellschaft“.

Weitere Informationen unter
www.darmzentrum-ortenau.de

info

Onkologisches Zentrum Ortenau (OZO)

Die Behandlung einer Krebserkrankung ist heute stets ganzheitlich und interdisziplinär ausgerichtet. Um diesem Anspruch gerecht zu werden, wurde bereits 1993 der Onkologische Schwerpunkt Ortenau (OSP) gegründet – ein zertifiziertes und mehrfach rezertifiziertes Netzwerk von stationären und ambulanten Versorgungseinrichtungen. Im Jahr 2010 genehmigten sowohl die Deutsche als auch die Baden-Württembergische Krebsgesellschaft den vom OSP gestellten Antrag, ein Onkologisches Zentrum Ortenau (OZO) zu etablieren – beide Krebsgesellschaften haben es zertifiziert und damit die hohe Qualität der Arbeit des OZO bestätigt. Das Onkologische Zentrum Ortenau basiert auf der engen Kooperation zwischen dem Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach und dem Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim. Ziel der Zusammenarbeit aller in die Krebsbehandlung eingebundenen Fachdisziplinen ist die Versorgung der Patienten auf internationalem Niveau.

Weitere Informationen unter
www.onkologisches-zentrum-ortenau.de



Fragen an Prof. Dr. Leonhard Mohr (links), Leiter des Darmzentrums Ortenau, und Dr. Andreas Jakob (rechts), Leiter des Onkologischen Zentrums Ortenau

Herr Professor Mohr, viele Menschen scheuen vor einer Darmspiegelung zurück. Gibt es einen Grund für solche Skepsis?

Nein. Die Darmspiegelung ist derzeit das genaueste Verfahren, um Darmkrebs zu diagnostizieren. Erst bei einer Darmspiegelung können wir den Darm genau einsehen, schon während der Untersuchung Gewebeprobe entnehmen und gefährliche Polypen gleich entfernen. Selbstverständlich gibt es auch die Möglichkeit, Stuhlproben der Patienten beispielsweise auf Blut zu untersuchen. Doch diese Methoden können eine Koloskopie nur ergänzen, keinesfalls ersetzen.

Auf was wird untersucht, worauf achten Sie?

Bei einer Darmspiegelung schauen wir uns ganz besonders die Darmschleimhaut an. Wichtig ist beispielsweise, ob diese ent-

nachgefragt

zündet ist, ob Polypen oder Darmdivertikel vorhanden sind. Polypen entfernen wir sofort mit einer kleinen Zange oder einer Elektroschlinge – auch das spürt der Patient nicht. Außerdem können wir an auffälligen Stellen schon während der Darmspiegelung Gewebeprobe entnehmen, die später unter dem Mikroskop untersucht werden. In den meisten Fällen ist dann kein weiterer Eingriff notwendig.

Herr Dr. Jakob, Sie leiten das Onkologische Zentrum Ortenau – was genau erwartet die Patienten dort?

Wir sind ein Zusammenschluss der onkologisch tätigen Fachkliniken im Ortenaukreis und von der Deutschen Krebsgesellschaft zertifiziert. Unser gemeinsames Ziel ist die ganzheitliche Betreuung von Krebspatienten. Das beginnt mit der multidisziplinären Diagnostik, und auch bei Therapie und Nachbehandlung arbeiten Kollegen aus allen medizinischen Disziplinen zusammen. Außerdem helfen wir bei Folgeerkrankungen, bieten psychosoziale und psychoonkologische Betreuung und auch spezialisierte ambulante Palliativversorgung.

Wie wird Darmkrebs behandelt?

Ein bösartiger Tumor im Darm sowie die den Tumor umgebenden Lymphknoten müssen entfernt werden, das erreichen wir nur mit einer Operation. Erfolgt sie im Frühstadium

kontakt

**Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim
Darmzentrum Ortenau**

Prof. Dr. Leonhard Mohr
Klosterstraße 19
77933 Lahr
Tel. 07821 93-2400

E-Mail:
Leonhard.Mohr@le.ortenau-klinikum.de
www.darmzentrum-ortenau.de

**Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach
Onkologisches Zentrum Ortenau**

Dr. Andreas Jakob
Weingartenstraße 70
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-2501

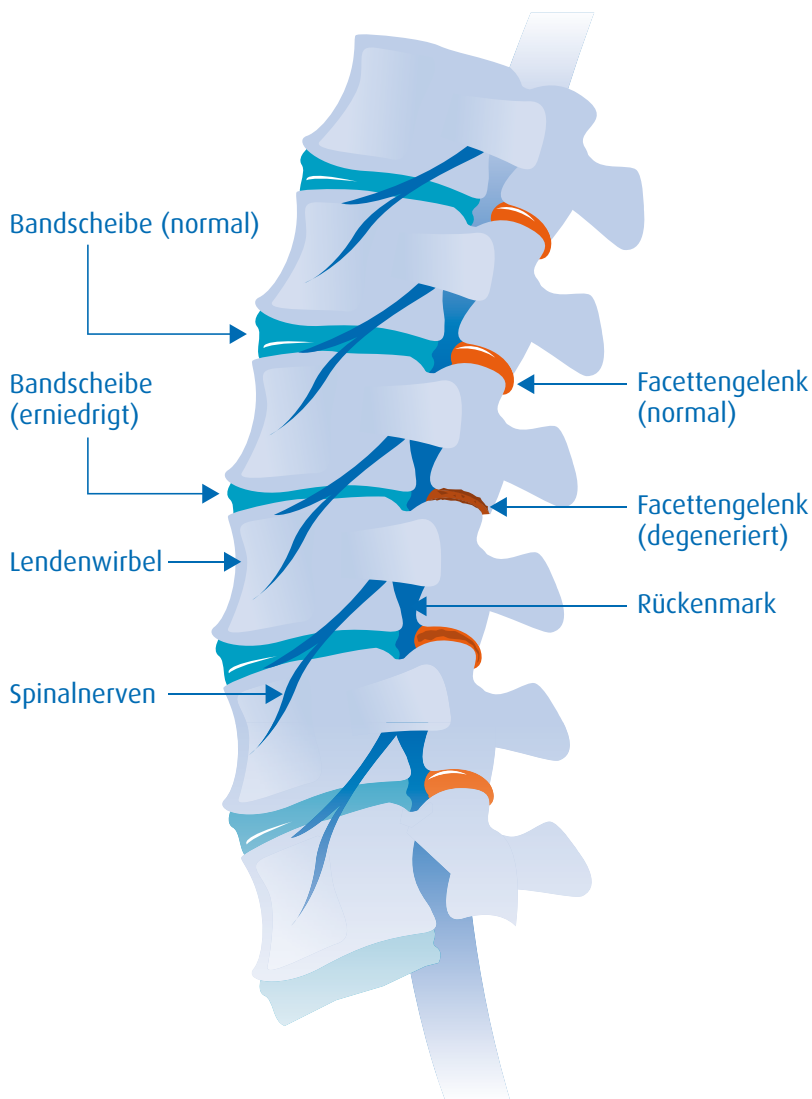
E-Mail:
haematologie@og.ortenau-klinikum.de
www.onkologisches-zentrum-ortenau.de

der Krebserkrankung, liegen die Heilungschancen bei 90 Prozent. Bei dem Eingriff wird ein Teil des Darms entfernt. Wie viel das ist, hängt davon ab, wie stark der Krebs bereits gewachsen ist. Viele Patienten haben Angst, dass sie nach einer solchen Operation einen künstlichen Darmausgang bekommen. Das ist jedoch nur bei einem Drittel aller Fälle notwendig. Zusätzlich zur Operation können auch eine Chemo- oder eine Strahlentherapie sinnvoll sein, um den Krebs zu bekämpfen.

Facettensyndrom

Wenn kleine Wirbelgelenke große Schmerzen verursachen

Sie hält uns aufrecht und muss tagtäglich einiges (er)tragen: unsere Wirbelsäule. Das menschliche Rückgrat besteht aus rund 33 Wirbeln. Die Anzahl der Wirbel ist nicht bei allen Menschen gleich, da sich die Zahl der Steißwirbel unterscheidet. Durch die Bandscheiben und verschiedene Bänder sind die Wirbel miteinander verbunden. Um zu verhindern, dass die Wirbelsäule sich bei Bewegungen verdreht, wird sie durch kleine Zwischenwirbelgelenke an den Seiten stabilisiert. Diese werden auch Wirbelbogen- oder Facettengelenke genannt.



Wenn der Druck auf die Gelenke wächst

Bei einem gesunden Rücken arbeiten die Wirbel, Gelenke, Bänder und Bandscheiben perfekt zusammen, so dass die Wirbelsäule und der Rücken elastisch, stabil und in Maßen belastbar sind. Doch unsere Wirbelsäule altert mit uns und zeigt im Laufe der Jahre immer stärkere Verschleißerscheinungen. Wenn es öfter im Rücken zwickelt, wenn Bewegungen zur Qual werden, ist das ein erstes Anzeichen dafür, dass das Zusammenspiel entlang der Wirbelsäule aus dem Gleichgewicht geraten ist. „Bei vier von zehn Menschen zeigen sich bereits mit Mitte Dreißig erste Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule und ihren kleinen Facettengelenken“, sagt Prof. Dr. Akhil P. Verheyden, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Physikalische Therapie und Notfallmedizin sowie Chefarzt der Klinik für Unfall-, Orthopädische und Wirbelsäulenchirurgie am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim. „Dieser Verschleiß wird insbesondere von drei Faktoren begünstigt: Zu wenig Bewegung, Übergewicht und genetische Veranlagung.“

Facettensyndrom

Zuallererst leiden meist die Bandscheiben. Unverbrauchte Bandscheibenkerne bestehen zu 80 bis 90 Prozent aus Wasser, der Rest ist Bindegewebe. Doch je älter wir werden, desto geringer ist der Wassergehalt in unserem Körper. Außerdem lagert der Organismus in die Bandscheiben Stoffe wie Kalzium, Magnesium, Fluor und Phosphor ein. Die Folge ist Höhenverlust der Bandscheibe und zunehmende Versteifung, die Kerne verlieren an Spannkraft, die Bandscheiben sind nicht mehr so elastisch wie früher. Das wirkt sich auch auf die Lendenwirbel aus, deren Abstand zueinander schrumpft, die Bänder leeren aus und die Wirbelsäule verliert an Stabilität. Dadurch werden die Facettengelenke, so nennt man die kleinen Wirbelgelenke auch, stärker belastet und verschleifen ebenfalls. Es kommt zu Ergüssen und schmerzhaften Entzündungsreaktionen. Mediziner sprechen dann von Wirbelgelenksarthrose, auch Facettensyndrom genannt.

Ausstrahlende Rückenschmerzen

Das Facettensyndrom ist eine zunächst oft fehlgedeutete, schmerzhaftes Erkrankung. „Betroffene leiden häufig unter starken Rücken- und Nackenschmerzen. Der Grund hierfür ist, dass den Facettengelenken sehr viele kleine Nerven innewohnen“, so Prof. Verheyden. „Werden die Nerven gereizt, können heftige Beschwerden die Folge sein. Doch die Symptome sind von Patient zu Patient sehr unterschiedlich, das macht eine eindeutige Diagnose anfangs schwierig.“

Symptome

Immerhin gibt es Hinweise, die den Verdacht nahe legen, dass es sich bei den auftretenden Beschwerden um ein Facettensyndrom handelt.

Dazu gehören:

- tiefliegende Rückenschmerzen, die bei Belastung oder im Laufe des Tages stärker werden
- ein schlecht zu beschreibender, dumpfer Schmerz
- ein morgendliches Steifheitsgefühl in der Lendenwirbelsäule
- Rückenschmerzen, die in Gesäß, Lenden und Beine ausstrahlen; vor allem dann, wenn die Rückenschmerzen stärker sind als die Beinschmerzen

- Rückenschmerzen, die sich beim Zurücklehnen verstärken
- Muskelverspannungen
- Schmerzen beim Anheben eines Beins im Liegen
- Im Liegen und im Ruhezustand verbessern sich die Beschwerden in der Regel

Diagnose

Um den Verschleiß der Facettengelenke zu erkennen, untersucht der Arzt zunächst die Krankheitsgeschichte des Patienten. Dauern die Schmerzen bereits über einen längeren Zeitraum von etwa sechs bis zwölf Wochen an, werden für eine sichere Diagnose Computertomographie (CT), Röntgen oder Magnetresonanztomographie (MRT) eingesetzt – alles Verfahren, mit deren Hilfe sich die Wirbelknochen und Gelenke sichtbar machen lassen. Insbesondere anhand von CT- oder MRT-Aufnahmen erkennt der Arzt den Verschleiß der Wirbelgelenke.

Was hilft gegen den Schmerz?

Das Facettensyndrom ist eine Folge von Verschleißerscheinungen, die nicht vollständig rückgängig zu machen sind. Deshalb geht es bei der Therapie in erster Linie um die Linderung beziehungsweise

Beseitigung der Schmerzen als eines der schwerwiegendsten Symptome. Neben Medikamenten, Schmerzplaster, Wärmeanwendungen sowie gezielter Physiotherapie erzielen Spritzen, die direkt an die Wirbelgelenke gesetzt werden, kurzfristig den größten schmerztherapeutischen Effekt. Man spricht in diesem Fall von Facetteninfiltration oder -injektion. „Dabei wird eine Mischung aus lokalem Betäubungsmittel und Kortison durch eine winzige Kanüle direkt in oder an die schmerzenden Wirbelgelenke gespritzt“, so Prof. Verheyden. Auch Hyaluronsäure kann verwendet werden, um die Regeneration des Gelenkknorpels in den kleinen Wirbelgelenken zu unterstützen. Generell dauert die schmerzstillende Wirkung unterschiedlich lange an, im Idealfall bleibt der Patient für Monate beschwerdefrei.

Linderung durch Denervation

Neben diesen sogenannten konservativen Therapiemethoden gibt es auch die Möglichkeit eines operativen Eingriffs, bei dem die winzigen Nervenenden an den Facettengelenken ausgeschaltet werden. „Dabei wird eine Elektrode, ein Laser oder eine Kältesonde am Wirbelgelenk platziert und für kurze Zeit aktiviert. Die korrekte



Computertomographie (CT)
am Ortenau Klinikum

Position dieser Sonde wird über einen Röntgenbildwandler oder einen Computertomographen genau überprüft“, erläutert Prof. Verheyden. „Der Vorteil dieser Methode ist, dass der schmerzlindernde Effekt in der Regel länger, in manchen Fällen sogar Jahre anhalten kann.“

Operative Möglichkeiten

Zunächst muss durch die oben genannten Methoden möglichst differenziert die Schmerzsache festgestellt werden. Ist das Facettengelenk als Hauptfaktor identifiziert und durch konservative Methoden und Injektionstherapien kein längerfristiger Erfolg zu erzielen, kann in ausgewählten Fällen durch Abstandhalter zwischen den Dornfortsätzen der Wirbel – sogenannte interspinöse Spreizer – eine Entlastung der Facettengelenke erreicht werden. Eine andere Möglichkeit sind dynamische Stabilisierungssysteme, die ähnlich wie ein Stoßdämpfer wirken, aber die Beweglichkeit erhalten. In fortgeschrittenen Fällen kann durch eine Versteifung des betroffenen Bewegungssegmentes – immer so kurz und schonend wie möglich – am zuverlässigsten Schmerzfreiheit oder

zumindest eine erhebliche Linderung der Beschwerden erzielt werden.

Verschleiß vorbeugen

Die beste Therapie allerdings bleibt eine effektive Prävention. Wer regelmäßig etwas für seinen Rücken tut, kann dem frühzeitigen Verschleiß aktiv entgegenwirken. Die wichtigsten Maßnahmen sind:

- Die Wirbelsäule ausreichend bewegen und nicht überlasten: Durch den Abbau von überflüssigen Pfunden, regelmäßige Bewegung, Sport und gezielte Rückengymnastik bleibt das Rückgrat stark und beweglich. Das danken besonders die Bandscheiben. Diese können Flüssigkeit nämlich nur dann aufnehmen, wenn sich der Mensch bewegt. Nur so werden sie mit genug Wasser versorgt und bleiben elastisch.
- Gesunde Ernährung statt Radikal-Diäten: Wer hungert, entzieht seinem Körper nicht nur Fett, sondern häufig auch wichtige Mikronährstoffe wie Kalzium und Vitamin D. Eine ausgewogene Ernährung mit viel frischem Gemüse und Bewegung an der Sonne macht den Konsum von Nahrungser-

gänzungsmitteln im Normalfall überflüssig. Lediglich bei älteren Menschen – insbesondere Frauen – ist zur Vorbeugung der Osteoporose im Winterhalbjahr eine Zufuhr von Vitamin D3 zu empfehlen.

- Auf die richtige Haltung achten: Wer viel im Sitzen arbeitet, sollte seine Position häufig verändern, z. B. im Stehen telefonieren, oder zum Kollegen ins Nachbarbüro laufen, anstatt ihn nur anzurufen. Auch der richtige Stuhl, der sich dynamisch dem Rücken anpasst bzw. die Rückenmuskulatur aktiv fördert, ist bei einem langen Büroalltag wichtig.

Wie stark der körperliche Verschleiß voranschreitet, kann der Mensch nur eingeschränkt beeinflussen. Doch durch Bewegung und Sport können wir dem frühzeitigen Verschleiß der Wirbelsäule entgegenwirken.



nachgefragt

Fragen an Prof. Dr. Akhil P. Verheyden, Chefarzt der Klinik für Unfall-, Orthopädische und Wirbelsäulen Chirurgie am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

kontakt

**Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim
Klinik für Unfall-, Orthopädische und
Wirbelsäulen Chirurgie**

Prof. Dr. Akhil P. Verheyden

Sekretariat: Tina Fader

Klosterstraße 19

77933 Lahr

Tel. 07821 93-2303

E-Mail: tina.fader@le.ortenau-klinikum.de

Herr Professor Verheyden, welche Leistungen bieten Sie an der Klinik für Unfall-, Orthopädische und Wirbelsäulen Chirurgie an?

Wir behandeln Krankheiten und Verletzungen des gesamten Bewegungsapparates. Pro Jahr kümmern wir uns um 16.000 Patienten und nehmen jährlich etwa 2500 Eingriffe vor. Unsere Leistungsschwerpunkte liegen neben der Akuttraumatologie des gesamten Bewegungsapparates in der Gelenk-Endoprothetik von Hüfte, Knie, Schulter und Ellenbogen. Wir sind zertifiziertes Traumazentrum für Schwerverletzte, außerdem bieten wir Sporttraumatologie mit arthroskopischen Eingriffen an Knie, Hüfte, Sprunggelenk, Schulter und Ellenbogen an. Einen erheblichen Teil unserer Arbeit nimmt die Wirbelsäulen Chirurgie nach Verletzungen und bei degenerativen und osteoporotischen Veränderungen ein.

Welche degenerativen Wirbelsäulen-erkrankungen gibt es?

Neben dem Facettensyndrom, also der Arthrose der kleinen Wirbelgelenke, sind das

die Wirbelkanalverengung, im Fachjargon Spinalkanalstenose genannt, sowie der Verschleiß und Vorfall der Bandscheiben und die degenerativen Deformitäten und Instabilitäten wie das Wirbelgleiten (Spondylolisthese), die speziell die Lendenwirbelsäule betreffen.

Wie werden diese Erkrankungen behandelt?

Wir bieten eine spezielle Wirbelsäulensprechstunde an, zu der sich Patienten mit Rückenproblemen vom Facharzt überweisen lassen können. Konservative Therapiemethoden sollten immer am Anfang stehen. Herausragende Bedeutung hat eine hochqualifizierte Physiotherapie mit vielen Spezialtechniken für die Wirbelsäule wie sie in unserem Haus unter der Leitung von Harry Huhn angeboten wird. Begleitet wird dies gegebenenfalls von medikamentöser Schmerztherapie. Diese konservative Behandlung kann bei entsprechender Beschwerdesymptomatik auch stationär durchgeführt werden. Infiltrationen der Nervenwurzeln (PRT) werden in Zusammenarbeit mit Prof. Billmann und seinem Team

der radiologischen Abteilung stationär angeboten. An operativen Möglichkeiten steht uns die gesamte Bandbreite der Operationstechniken in der Wirbelsäulen Chirurgie zur Verfügung. Dies beinhaltet Stabilisationen der Wirbelsäule über hintere und vordere minimal invasive Zugänge, wenn nötig mit mikrochirurgischer Dekompression des Spinalkanals. Zur zusätzlichen Sicherheit für den Patienten wird bei komplexen Situationen ein Navigationssystem eingesetzt. An der Bandscheibe werden Vorfälle und Verknöcherungen, die den Kanal einengen operiert und bei der entsprechenden Indikation auch Bandscheibenprothesen eingesetzt. Einen zunehmenden Stellenwert haben Operationen bei Patienten, die bereits Voreingriffe wie eine Dekompression des Spinalkanals hatten und bei denen die Wirbelsäule im weiteren Verlauf dann instabil geworden ist und ganz erhebliche Beschwerden bis zur völligen Immobilität bereiten kann.



Fragen an
Hubert Fehrenbacher,
Leiter des Pflege-
und Betreuungsheims

Ortenau Klinikum in Gengenbach-Fußbach

Herr Fehrenbacher, welche Aktivitäten bieten Sie älteren Bewohnern?

Zuerst einmal möchte ich vorausschicken, dass wir im Gegensatz zu einer reinen Senioreneinrichtung auch Menschen mit geistiger Behinderung oder psychischen Erkrankungen mittleren Alters betreuen. Die Wohngruppen werden nach den spezifischen Erkrankungen bzw. Fähigkeiten und nicht streng nach Alter zusammengestellt. Durch diese Vielfalt gestaltet sich das Leben in unserer Einrichtung sehr lebendig und bekommt einen dorfmäßigen Charakter. Das Arbeits- und Beschäftigungsprogramm ist auf die unterschiedlichen Gruppen mit ihren individuellen Fähigkeiten zugeschnitten.

Zu den Neigungsgruppen gehört sicherlich auch die beschriebene Kunstgruppe.

Ganz genau. Die Kunstschmiede Fußbach wird von einer Kunsttherapeutin geleitet und bietet etwa zehn Bewohnerinnen und Bewohnern im großen Atelier des Heimgeländes die Gelegenheit, sich kreativ auszudrücken. Darüber hinaus haben wir die unterschiedlichsten Neigungsgruppen wie beispielsweise Musik-, Tanz-, Theater-, Schwimm-, Sport-, Handarbeits- oder Kochgruppen. Daneben bieten wir auch Entspannungsangebote, gemeinsame Spaziergänge oder Einkaufsausflüge. Oberstes Ziel ist es, dass sich die zu betreuenden Menschen wohl bei uns fühlen, ein würdiges und weitgehend selbstständiges Leben führen und über sinnvolle Beschäftigungen ihr Selbstbewusstsein stärken.

Wie wird ein so vielfältiges Arbeits- und Beschäftigungsprogramm personell betreut?

Bei uns leben über 300 Menschen, die von etwa 300 Mitarbeitern betreut werden. Viele von ihnen sind examinierte Fachkräfte. Durch diesen hohen Anteil an geschultem Personal können wir eine qualitativ sehr hochwertige Arbeit mit unseren Bewohnern gewährleisten.

Kontakt

Pflege- und Betreuungsheim Ortenau Klinikum

Hubert Fehrenbacher
Fußbach 5
77723 Gengenbach
Tel. 07803 805-0
E-Mail: info@pb.ortenau-klinikum.de

Aktives Leben im Pflegeheim

Die neuen Seniorengenerationen haben viel vor. Ältere Menschen sind heute auch jenseits der 80 oftmals ein aktiver Teil des gesellschaftlichen Lebens. Kurz, viele hochbetagte Senioren bringen sich gerne trotz körperlicher Einschränkungen in die Gemeinschaft ein und gestalten diese aktiv mit. So wie Hilde S. (87), die seit einigen Monaten im Pflege- und Betreuungsheim Ortenau Klinikum in Gengenbach-Fußbach lebt.

„Ich gehöre noch lange nicht zum alten Eisen, aber der Haushalt meiner großen Wohnung wurde mir dann doch zu viel. Als dann die Kinder erzwungenermaßen beruflich wegziehen mussten und sich bei mir körperliche Beschwerden einstellen, habe ich den Schritt in das Pflegeheim vollzogen. Hier in Gengenbach habe ich ein schönes Zimmer und genieße die Gemeinschaft mit anderen“, erzählt die Seniorin. „Ich habe viele nette Bekanntschaften geschlossen und bin ganz begeistert vom Angebot hier in der Einrichtung. Ich nehme an Ausflügen teil, treibe wieder Gymnastik und habe meine Leidenschaft für die Malerei wiederentdeckt.“

Aktivitäten sind Teil des Pflegeauftrages

„Frau S. ist ein gutes Beispiel für hochbetagte Senioren, die sich früher in ihrer Wohnung einsam fühlten, viele Einschränkungen hinnehmen mussten und jetzt im Pflegeheim wieder ihre neu gewonnene Lebensqualität genießen“, sagt Hubert Fehrenbacher, Leiter des Pflege- und Betreuungsheims Ortenau Klinikum in Gengenbach-Fußbach. „Bei uns leben Menschen mit unterschiedlichen körperlichen und geistigen Fähigkeiten. Daher haben wir ein Konzept erarbeitet, das allen Bewohnern die Möglichkeit bietet, sich sinnvoll und den eigenen Fähigkeiten, Vorlieben und Talenten entsprechend zu beschäftigen.“ Und er ergänzt: „Bei uns ist das Beschäftigungsangebot ein integraler Teil des pflegerischen Gesamtkonzeptes.“

Gemeinschaft

Ob Tagespflege oder stationärer Aufenthalt: Ältere Menschen, die auf Hilfe ange-

wiesen sind, genießen besonders die Gemeinschaft ihrer Mitbewohner. Hier kann man sich austauschen und gemeinsam an Aktivitäten teilnehmen. Das Angebot vieler Pflegeheime reicht von künstlerischen Workshops und Sport bis hin zu Handarbeiten, Spielenachmittagen und Ausflügen. Wer zuvor allein in seiner Wohnung gelebt hat, erlebt hier Gemeinschaft, wird gefördert und gefördert und hat dennoch den nötigen Freiraum für ein selbstbestimmtes Leben.

Umzug ist ein emotionaler Schritt

Dennoch ist der Umzug in eine Senioreneinrichtung meist ein großer, emotionaler Schritt. „Man sollte sich über die angebotenen Aktivitäten, die Lage, das Betreuungsangebot und nicht zuletzt die künftigen Mitbewohner vorab informieren“, rät Hubert Fehrenbacher. „Oft bieten Senioreneinrichtungen ein sogenanntes Probe-wohnen an. In dieser Zeit kann sich der Interessent ein genaues Bild seines künftigen Alltags machen und dann in Ruhe entscheiden.“

Ein neues Lebensgefühl

Für Hilde S. war der Umzug ins Pflegeheim der richtige Schritt. „In meiner Wohnung habe ich mich ehrlich gesagt oft allein gefühlt. Hier habe ich ein völlig neues Lebensgefühl entdeckt“, sagt sie. „Ich bin selbstbewusster geworden und so aktiv wie schon lange nicht mehr. Besonders große Freude macht mir die Kunstgruppe. Über die Malerei kann ich mich kreativ ausdrücken. Für mich persönlich war der Umzug ins Pflegeheim die beste Entscheidung. Ich würde sogar sagen, es war ein Schritt zurück in ein aktives Leben.“

Ortenauer Schüler-Gesundheitsakademie

Die Schüler-Gesundheitsakademie ist eine erfolgreiche Veranstaltungsreihe mit Vorträgen, die schülergerecht aufbereitet werden und sich speziell an das jugendliche Publikum – an die Schüler aus der Ortenau – wenden. Ein Schwerpunkt ist die Prävention. Ärzte und Gesundheitsexperten informieren die Jugendlichen über Gesundheitsrisiken und mögliche Konsequenzen beispielsweise bei Drogenmissbrauch, ungeschütztem Geschlechtsverkehr, Tattoos und Piercings und stehen ihnen Rede und Antwort. Darüber hinaus gibt es Vorträge in Ergänzung zum Biologieunterricht sowie Informationen über Ausbildungsmöglichkeiten in der Gesundheits- und Krankenpflege am Ortenau Klinikum. Im Jahr 2013 kamen an zwei Tagen vor der Gesundheitsmesse Balance rund 1.000 Schülerinnen und Schüler zur Offenburger Messe, hörten interessiert den schülergerechten Vorträgen zu und stellten ihre Fragen den referierenden

Ärzten des Ortenau Klinikums. Im Jahr 2014 findet die Schüler-Gesundheitsakademie neben Offenburg erstmals auch in Oberkirch, Kehl und Lahr statt. Damit wird das Angebot für die Ortenauer Schulen erweitert. Bisher wurde die Schüler-Gesundheitsakademie

ausschließlich in Offenburg im Rahmen der Messe Balance für rund 1.000 Schüler sowie in Achern anlässlich des 100-jährigen Jubiläums des Ortenau Klinikums Achern für rund 500 Schüler angeboten.



Balance – die Messe für Gesundheit und Lebensqualität

Die Gesundheit – sowohl das körperliche als auch das geistige Wohlbefinden – sind für unsere Lebensqualität unerlässlich. Für beide Aspekte kann der Mensch aktiv etwas tun. Auf der Messe Balance zeigen Ihnen regionale und überregionale Aussteller Möglichkeiten auf, sich und seiner Gesundheit etwas Gutes zu tun.

Auch das Ortenau Klinikum bietet gemeinsam mit der Volkshochschule Offenburg ein umfangreiches Informations- und Mitmach-Angebot sowie viele Vorträge seiner Klinikärzte. Zudem ist die Balance ein Forum für die jährliche Schüler-Gesundheitsakademie: An zwei Tagen vor der Balance kommen jährlich rund 1.000 Schülerinnen

und Schüler zur Offenburger Messe, hören interessiert den schülergerechten Vorträgen zu und stellen ihre Fragen den referierenden Ärzten des Ortenau Klinikums.

Wir freuen uns über zahlreiche Besucher!

Das Ortenau Klinikum und die Volkshochschule Offenburg laden Sie ein:

Gesundheitsmesse Balance

29./30. März 2014, Oberrheinhalle, Offenburg

Umfangreiches Vortragsprogramm rund um die Gesundheit. Information und Aktion am Messestand:

- Vitalwertmessungen
- Ernährungsberatung
- Ultraschalluntersuchung der Halsschlagader (ab 14 Uhr)
- Laparoskopie-OP am Modell
- Darmkrebsmonat März – die Selbsthilfegruppe Deutsche ilco informiert
- Mitmachangebot „Fit durch Bewegung“

Zahlreiche Schnupperkurse der VHS Offenburg von den Fachärzten des Ortenau Klinikums empfohlen



**ORTENAU
KLINIKUM**
Offenburg-Gengenbach

www.ortenau-klinikum.de

Leben Krebs Leben

Den Dialog fördern. Mit Tabus brechen.

Schirmherrin der Veranstaltungsreihe ist Offenburgs Oberbürgermeisterin Edith Schreiner (siehe Bild), Veranstalter ist Dr. Andreas Jakob, Chefarzt der Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach, sowie Ärztlicher Leiter des Onkologischen Zentrums Ortenau (OZO). Referenten der Vortragsreihe sind Chefarzte des Ortenau Klinikums und weitere Experten.



2013 kamen über 1.000 Interessierte zu den zahlreichen Vorträgen. Die Diagnose „Krebs“ ist für Patienten und Angehörige ein Schock. Dabei können heutzutage mit der richtigen Behandlung eine Vielzahl von Krebserkrankungen gut behandelt werden, Lebenserwartung und Lebensqualität der Betroffenen lassen sich signifikant verbessern. Auch darüber möchte die Vortragsreihe aufklären. Informationen zu aktuellen Vorträgen unter www.LebenKrebsLeben.de

Fragen an Dr. Andreas Jakob:

Herr Dr. Jakob, Sie sind Veranstalter der Vortragsreihe LebenKrebsLeben, was sind deren Ziele?

Mit unserer Vortragsreihe wollen wir für mehr Offenheit und Austausch im Umgang mit dem Krebs sorgen. Daher sprechen wir

mit unserem vielfältigen Vortragsangebot sowohl Betroffene als auch deren Angehörigen an. Neben informativen Vorträgen sind uns insbesondere Mitmachangebote wichtig, die dazu anregen, selbst aktiv zu werden, wie beispielsweise unser Schnupperkurs Onko-Walking im Rahmen unserer Kampagne „Sport und Bewegung trotz(t) Erkrankung und Krebs“.

Sie beziehen in Ihrer Vortragsreihe auch die sogenannte Komplementärmedizin mit ein.

Ja, damit wollen über Maßnahmen aufklären, die für Tumorkranke eine sinnvolle Ergänzung zur Schulmedizin sein können. Denn Betroffene möchten aktiv etwas für ihre eigene Gesundheit tun, ihren Allgemeinzustand verbessern, die Selbstheilungskräfte wecken, gegen den Energieverlust ankämpfen und so die von ihrem behandelnden Arzt verordnete schulmedizinische Therapie mit unterstützen. Eine Studie der Uniklinik Freiburg hat beispielsweise herausgefunden, dass 63 Prozent der Patientinnen mit Brustkrebs Therapien aus dem Bereich der komplementären Medizin anwenden. Da wollen wir Orientierung bieten, was sinnvoll ist.



Kurse der VHS Offenburg –
Körper und Geist Gutes tun

Die Volkshochschule Offenburg ist langjähriger Veranstaltungspartner des Ortenau Klinikums und bietet in seinem Fachbereich Gesundheit ein umfangreiches Kursangebot rund um das Thema „Körper und Geist Gutes tun“, darunter auch von ärztlichen Referenten des Ortenau Klinikums. Im Kursangebot kann man zwischen den Bereichen Entspannung, Bewegung, Fitness und Ernährung aus einem reichen Angebot wählen. Das aktuelle Kursangebot gibt es bei der

Volkshochschule Offenburg e.V.
Weingartenstr. 34 b
77654 Offenburg
Tel. 0781 9364 200
www.vhs-offenburg.de

Das Ortenau Klinikum auf der 8. Wellness & Gesundheitsmesse in Lahr

Die Wellness & Gesundheit in Lahr ist eine beliebte Publikumsmesse für die ganze Familie. Das breite Angebot der mehr als 70 Aussteller umfasst die Bereiche Ernährung, Prävention, Fitness, Wellness, Nachsorge, Reha, Kosmetik und Anti-Aging. Nach dem großen Erfolg in den letzten Jahren wird das Ortenau Klinikum auch 2014 auf der Gesundheitsmesse in der Sulzberghalle in Lahr-Sulz vertreten sein. Ärzte und Gesundheitsexperten des Ortenau Klinikums referieren zu verschiedenen gesundheitlichen und medizinischen Themen.

Wir freuen uns über zahlreiche Besucher!



8. Gesundheitsmesse in Lahr

Wellness & Gesundheit

Business | Future
| Events

8. + 9. März 2014 · Sulzberghalle, Lahr-Sulz

Viele Fachvorträge!
Ausführliches Programm unter
www.Business-and-Future.com

Blasenschwäche und Inkontinenz erfolgreich therapieren

Es ist eines der größten Tabu-Themen in unserer Gesellschaft: Inkontinenz. Etwa zehn Prozent der Deutschen leiden unter Blasenschwäche, ältere aber auch junge Menschen, Frauen ebenso wie Männer – doch darüber sprechen wollen die meisten Betroffenen nicht.

Damit wir die Kontrolle über unsere Blase behalten, müssen das Gehirn, das Rückenmark sowie die beteiligten Muskeln und Nerven intakt sein und perfekt zusammen arbeiten. Wird dieses sensible Zusammenspiel gestört, kann die Blase den Urin nicht wie gewünscht halten oder gibt ihn unkontrolliert ab. Jeder zehnte Deutsche erlebt das täglich, allein im Ortenaukreis sind es etwa 40.000 Menschen. Doch zum Arzt gehen? Das Leiden offen ansprechen? Das kommt für viele nicht in Frage. Zu peinlich, zu intim ist das Problem. Dabei gibt es Hilfe. „Niemand muss sich mit diesem Schicksal abfinden: Inkontinenz ist in den meisten Fällen heilbar“, sagt Dr. Reinhard Groh, Chefarzt Urologie und Kinderurologie am Ortenau Klinikum in Offenburg Ebertplatz. Wichtig ist eine gründliche Untersuchung durch einen Urologen oder einen Gynäkologen, um Art und Ausprägung der Blasenschwäche genau festzustellen. Die anschließende Therapie wird individuell auf den Patienten abgestimmt. „Die Mög-

lichkeiten sind vielfältig und reichen vom Training der Beckenbodenmuskeln bis zur Operation“, betont Felix Liber, Chefarzt für Gynäkologie und Geburtshilfe am Ortenau Klinikum Kehl.

Wenn schon Niesen zum Problem wird

Tatsächlich tritt Harninkontinenz in vielen verschiedenen Ausprägungen auf. Mediziner unterscheiden drei Formen: Die **Belastungsinkontinenz** wurde früher fälschlicherweise auch als Stressinkontinenz bezeichnet und meint den Urinverlust unter körperlicher Belastung, also immer dann, wenn sich der Druck im Bauchraum erhöht. Das kann zum Beispiel beim Heben schwerer Gegenstände der Fall sein, beim Husten, Niesen oder Lachen. Die Betroffenen spüren normalerweise keinen Harndrang, bevor der Urin ungewollt abgeht.

Dranginkontinenz

Bei der zweiten Form, der **Dranginkontinenz**, haben die Patienten plötzlich und bisweilen mehrmals pro Stunde das Gefühl, dringend auf die Toilette zu müssen – obwohl die Blase noch gar nicht voll ist. Schaffen es die Betroffenen nicht rechtzeitig aufs „stille Örtchen“, geht der Urin häufig schwallartig ab. Die dritte Form

bezeichnen Mediziner als **Mischinkontinenz**. Sie vereint Symptome der Belastungs- mit denen der Dranginkontinenz. Manche Patienten haben beispielsweise das Gefühl, ihre Blase würde ständig tropfen (Überlaufinkontinenz). Bei Männern wird diese Blasenschwäche häufig durch eine vergrößerte Prostata oder eine Nervenschädigung ausgelöst. Andere Betroffene spüren gar nicht genau, wann ihre Blase tatsächlich voll ist. Deshalb fällt es ihnen schwer, die Entleerung zu steuern, und die Blase gibt den Urin in unregelmäßigen Abständen selbst ab (Reflexinkontinenz). Manche Patienten klagen auch darüber, ständig Urin zu verlieren (Extrarethrale Inkontinenz). Schuld daran können beispielsweise Fisteln, also unnatürliche Verbindungskanäle von der Blase in Scheide oder Darm, sein.

Warum Beckenbodentraining so wichtig ist

„Ein wichtiger Faktor bei der Frage, wie gut oder schlecht sich die eigene Blase kontrollieren lässt, ist der Beckenboden“, sagt Chefarzt Felix Liber. Dieser besteht aus Bindegewebe und Muskeln und begrenzt unser Becken nach unten. Die Beckenbodenmuskeln halten alle Organe im Beckenbereich an der richtigen Position und unterstützen auch den Blasenschließmuskel. Je kräftiger sie sind, desto geringer ist die Gefahr einer Blasenschwäche. Doch der Beckenboden allein trägt nicht immer die Schuld: „Um herauszufinden, um welche Form der Inkontinenz es sich beim jeweiligen Patienten handelt, stehen uns vielfältige Diagnose-Methoden zur



Bei Belastungsinkontinenz kann gezielte Beckenbodengymnastik helfen

Verfügung“, sagt Dr. Groh. Häufig werden die Patienten gebeten, zunächst ein Trink- und Blasenstagebuch zu führen. So kann sich der Arzt einen ersten Überblick verschaffen. Außerdem können Urin- und Ultraschall-Untersuchungen der Harnwege, urodynamische Untersuchungen mit einem speziellen Katheter oder eine Blasen Spiegelung notwendig sein.

Belastungsinkontinenz – ein Frauenleiden

„Frauen leiden besonders häufig unter einer Belastungsinkontinenz, da das weibliche Becken breiter und der Beckenboden schwächer ist als bei Männern“, erklärt Dr. Andreas Brandt, Chefarzt der Frauenklinik am Ortenau Klinikum in Offenburg Ebertplatz. „Außerdem stellen Schwangerschaft und Geburt extreme Belastungen für diesen sensiblen Bereich dar.“ Die Wechseljahre haben ebenfalls Einfluss auf den Beckenboden: Durch die hormonellen Veränderungen kann das Bindegewebe nachgeben. Folge: Die Beckenbodenmuskeln arbeiten nicht mehr so

koordiniert wie zuvor. „In manchen Fällen hilft hier bereits ein gezieltes Beckenbodentraining, das jedoch etwas Geduld und am besten tägliches Üben erfordert“, sagt Chefarzt Felix Liber. Auch Medikamente, beispielsweise mit dem Wirkstoff Duloxetine oder Anticholinergika, können Abhilfe schaffen.

Ein kleiner Eingriff mit großer Wirkung

Unter bestimmten Voraussetzungen sind auch operative Therapiemethoden sinnvoll. „Die Eingriffe können minimalinvasiv vorgenommen werden, teilweise sogar unter örtlicher Betäubung. Deshalb sind sie für die betroffenen Frauen in der Regel keine große Belastung“, so Dr. Brandt. Bei einer Belastungsinkontinenz hat sich inzwischen das TVT (Tension free Vaginal Tape) bewährt. „Der Arzt setzt bei der Operation lediglich ein Kunststoffband ein, das die Harnröhre stützt“, erklärt Chefarzt Felix Liber. Ein ähnlicher Effekt wird durch die Umspritzung der Harnröhre mit Kollagen oder Silikon erzielt.

Auch Männern kann eine OP helfen

Bei Männern hat sich diese Art der Operation bereits seit vielen Jahrzehnten insbesondere zur Therapie von Belastungsinkontinenz etabliert. Als künstlicher Schließmuskel fungiert eine Manschette, die mit Flüssigkeit gefüllt ist. Diese wird um die Harnröhre gelegt und verschließt sie durch Druck von außen. Dazu wird eine Pumpe im Hodensack eingesetzt die bei Bedarf, also wenn Urin abgelassen werden soll, Flüssigkeit aus der Manschette in einen Speicherballon pumpt. Ist der Schließmuskel nicht mehr vollständig intakt, können Schlingen eingesetzt werden, die den Harnröhren-Widerstand erhöhen. Je nachdem, wie stark dieser Widerstand sein muss, kann mit einem minimalinvasiven Eingriff nachjustiert werden.

Doch egal, welche Therapiemethode am Ende zum Erfolg führt: „Wer sich traut, das Problem anzusprechen und gemeinsam mit einem Arzt anzupacken, der gewinnt viel Lebensqualität zurück“, betonen beide Ärzte.

Lesen Sie auch die Informationen auf Seite 22/23 ►



Das sagt die Fachgesellschaft

Deutsche Kontinenz Gesellschaft

„Müssen-wollen-können“ lautet das Motto der Deutschen Kontinenz Gesellschaft. Prof. Dr. Daniela Schultz-Lampel ist Mitglied im Expertenrat und erklärt, wie die Sprachlosigkeit im Umgang mit dem Thema „Inkontinenz“ beseitigt werden soll.

Wodurch zeichnet sich die Deutsche Kontinenz Gesellschaft aus und wie profitieren Patienten von Ihren Aktivitäten?

Unser Ziel ist es, mit dem Tabuthema Harn- und Stuhlinkontinenz zu brechen. Hierfür betreiben wir umfassende Aufklärungsarbeit. Für Patienten bieten wir einen Austausch mit Experten an. Je nach Fragestellung beraten Urologen, Gynäkologen, Chirurgen, Neurologen oder Kinderärzte die Betroffenen individuell. Doch wir beraten nicht nur Patienten, auch für Ärzte sind wir ein wertvoller Ansprechpartner, z. B. durch unseren Jahreskongress. Wir möchten dazu beitragen, dass eine bessere Diagnostik bei Inkontinenz sowie Verbesserungen in der Behandlung erzielt werden.

Was tun Sie zur Aufklärung und öffentlichen Akzeptanz der Harninkontinenz?

Wir sind in Deutschland – regional und überregional – und sogar weltweit sehr aktiv und veranstalten viele Aktionen und Events, um für das Thema Inkontinenz zu sensibilisieren. Mit einer breit angelegten TV-Kampagne konnten wir viele Menschen deutschlandweit erreichen. Auch während der jährlich stattfindenden Weltkontinenz-Woche haben wir in über 100 Veranstaltungen in 89

Städten zur Enttabuisierung des Themas beigetragen. Weiterhin machen wir mit Informationsveranstaltungen, der Zeitschrift „kontinenz aktuell“ und in den Online-Medien auf das Thema aufmerksam.

Welche Risikofaktoren begünstigen eine Inkontinenz und wie kann ich sinnvoll vorbeugen?

Es ist zu unterscheiden zwischen der Belastungs- und der Dranginkontinenz. Bei der Belastungsinkontinenz ist eine effektive Prophylaxe sehr gut möglich. Durch Beckenbodentraining und nach Geburten durch konsequente Schwangerschaftsrückbildung kann Inkontinenz vorgebeugt werden. Übergewicht hingegen stellt einen Risikofaktor dar. Bei der Dranginkontinenz sind die Präventionsmöglichkeiten eingeschränkter. Doch auch in diesen Fällen kann durch regelmäßiges Blasen- und Beckenbodentraining das Risiko vermindert werden. Außerdem sollten Harnwegsinfektionen vermieden werden.

Wie hoch liegen die Heilungschancen bei Inkontinenz?

Das hängt von der Form und Ausprägung der Inkontinenz ab. Bei Frauen stehen die Chancen einer Heilung der Belastungsinkontinenz

bei 80 bis 90 %. Durch Beckenbodentraining oder Operationen, in denen Bänder zur Stützung der Harnröhre eingesetzt werden, kann dem Leiden meistens ein Ende gesetzt werden. Je nach Ausprägung kann bei der Dranginkontinenz eine Heilung zu 60 bis 90 % erreicht werden. Bei diesen Behandlungen kommen oft Medikamente zum Einsatz oder es wird Botox injiziert. In der Regel kann in fast allen Fällen eine Linderung erzielt werden, wenn die Betroffenen zum Arzt gehen würden. Deshalb appellieren wir an alle: Traut Euch darüber zu sprechen, dann kann Euch auch geholfen werden.

Weitere Informationen unter:
www.kontinenz-gesellschaft.de

kontakt

Deutsche Kontinenz Gesellschaft e.V.
Friedrichstraße 15
60323 Frankfurt
Telefon: 0561 780604
E-Mail: info@kontinenz-gesellschaft.de

info *Prostatakarzinomzentrum und daVinci Zentrum Ortenau in Offenburg Ebertplatz*

Die Krebserkrankung der Prostata gehört zu den häufigsten Krebsleiden des Mannes. In Deutschland erkranken jährlich ca. 50.000 Männer an Prostatakrebs, 15.000 Patienten sterben an dieser Erkrankung. Das Prostatakarzinomzentrum am Standort Offenburg Ebertplatz ist ein von der Deutschen Krebsgesellschaft (DKG) zertifiziertes Prostatakarzinomzentrum, dessen Ziel eine individuell auf jeden Patienten optimal abgestimmte Therapie ist: In Absprache mit dem Patienten wird in interdisziplinärer Zusammenarbeit mit weiteren Fachkliniken am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach sowie mit niedergelassenen Urologen ein spezielles Behandlungskonzept entwickelt,

welches die Tumorbiologie und das Lebensalter aber auch die persönlichen Wünsche der Betroffenen berücksichtigt. Dabei orientiert sich das Prostatakarzinomzentrum an den jeweils aktuellen Leitlinien der entsprechenden medizinischen Gesellschaften. Zudem bietet das Prostatakarzinomzentrum Ortenau mit dem hochmodernen daVinci System als erste Fachklinik in Südbaden diese minimalinvasive Operation an, ein für den Patienten äußerst schonendes Verfahren zur Entfernung der Vorsteherdrüse beim Prostatakrebs. Weitere Informationen unter www.prostatakarzinom-zentrum-ortenau.de



kontakt

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach Frauenklinik

Dr. Andreas Brandt
Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-3501
E-Mail:
frauenklinik@og.ortenau-klinikum.de

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach Urologie und Kinderurologie

Dr. Reinhard Groh
und Priv.-Doz. Dr. Jörg Simon
Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-3401
E-Mail:
urologie@og.ortenau-klinikum.de

Ortenau Klinikum Kehl Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Felix Liber
Kanzmattstraße 2
77694 Kehl
Tel. 07851 873-172
E-Mail:
gynaekologie@kel.ortenau-klinikum.de

nachgefragt



Dr. Reinhard Groh (l.)
Dr. Andreas Brandt (m.)
Felix Liber (r.)

Fragen an Dr. Reinhard Groh, gemeinsam mit Priv.-Doz. Dr. Jörg Simon Chefarzt der Urologie und Kinderurologie am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach, an Dr. Andreas Brandt, Chefarzt der Frauenklinik am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach sowie an Felix Liber, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe am Ortenau Klinikum Kehl

Herr Dr. Groh, welche Therapiemöglichkeiten bietet das Ortenau Klinikum bei Inkontinenz an?

Wir bieten die komplette Bandbreite an Behandlungsmöglichkeiten und entscheiden ganz individuell, welche Methode wir bei dem jeweiligen Patienten anwenden. Das hängt von der Charakteristik und der Form der Inkontinenz ab. Mit weit überregionalem Einzugsgebiet führen wir im operativen Bereich die sakrale Neuromodulation, also das Einsetzen eines Blasen-schrittmachers, sowie die Implantation von

artifiziellen Harnblasensphinkteren (künstlichen Schließmuskeln) in hoher Frequenz durch. Die Standard OP-Verfahren wie alle Band-OPs bei Frauen und Männern gehören selbstverständlich zur Belastungsinkontinenz-Basisversorgung und sind heutzutage nicht mehr wegzudenken.

Herr Dr. Brandt, bei Inkontinenz denken wir oft an alte Menschen. Doch auch viele junge Frauen sind während und nach der Schwangerschaft davon betroffen. Wie gehen diese Frauen damit um?

Da der Beckenbereich während der Schwangerschaft und der Geburt stark belastet wird, kann es zu einer Beckenbodensenkung kommen. Das Gewebe wird überdehnt, Nerven, Muskeln und Bindegewebe sind geschädigt und der Verschlussmechanismus der Blase funktioniert nicht mehr wie zuvor. Wir unterstützen Frauen ganzheitlich und beraten sie bei Inkontinenz umfassend. Das eigentliche Problem liegt darin, dass viele Frauen sich nicht trauen über dieses vermeintliche Tabuthema zu sprechen und erst gar keinen Arzt aufsuchen. Doch nur wenn über Inkontinenz gesprochen wird, kann sie geheilt werden.

Herr Liber, einer Ihrer Schwerpunkte liegt im urogynäkologischen Bereich, welche Behandlungsmöglichkeiten bieten Sie Ihren Patientinnen?

Bei der weiblichen Harninkontinenz und der Senkung von Gebärmutter und Blase sind wir in der Lage, je nach individuellen Voraussetzungen und dem Krankheitsbild der Patientin, verschiedene Verfahren anzuwenden. Einen sehr großen Schritt zum Wohle der Patientinnen haben wir bei Frauen mit Blasenschwäche mit einer neuen Operationsmethode mit Kunststoffnetz undTVT-Band getan. Diese Methode hat zu einem deutlich erhöhten Operationserfolg geführt, der in bis zu 80% aller Fälle ein positives Ergebnis hervorbringt.

Interview mit Matthias Zeisberger,
Vorsitzender von „Inkontinenz Selbsthilfe e.V.“

Seit wann gibt es die „Inkontinenz Selbsthilfe e.V.“ und was zeichnet Ihren Verein aus?

Die Inkontinenz Selbsthilfe e.V. wurde im Jahr 2006 von Betroffenen gegründet. Wir verstehen uns als bundesweite Gemeinschaft von engagierten Menschen mit ähnlichen Problemen, aber unterschiedlichen Erfahrungen und Kenntnissen. Als „Experten in eigener Sache“ fördern wir den gegenseitigen Erfahrungsaustausch, informieren über das Thema Inkontinenz und treten mit Fachkreisen und Politik in Dialog. Inkontinenz ist auch heute noch eine mit starker Scham behaftete Erkrankung. Betroffene erleben meist große Verunsicherung, bevor Sie Rat und Hilfe suchen. Hier greift unsere eigene Erfahrung. Denn oftmals können sich Betroffene leichter öffnen und über ihre Situation sprechen, wenn sich der Gesprächspartner nicht nur theoretisch mit der Thematik auseinandergesetzt hat, sondern sich durch die eigene Betroffenheit, einem Miteinander auf Augenhöhe, einfühlend kann.

Welche Beratungsangebote bieten Sie Betroffenen und Angehörigen?

Die „Inkontinenz Selbsthilfe e.V.“ ist im eigentlichen Sinne nicht beratend tätig. Vielmehr stehen Information und der Erfahrungsaustausch im Mittelpunkt unseres Handelns. Wir stellen die unterschiedlichen Inkontinenzformen vor und berichten über ihre Ursachen und den verschiedenen Möglichkeiten der Diagnostik, Therapie und den unterschiedlichen Hilfsmitteln. Wir unterstützen die Betroffenen von Inkontinenz bei der Recherche von Fachzentren und -kliniken. Unsere Website stellt ein Forum für den gegenseitigen Erfahrungsaustausch dar. Hier stellen wir detaillierte Informationen zur Verfügung und haben beispielsweise auch eine Liste mit Fachkliniken zusammengestellt sowie einen Leitfaden für die Vorbereitung auf einen Arztbesuch.

Was tun Sie zur Aufklärung und öffentlichen Akzeptanz von Inkontinenz?

Auf unserer Website haben sich bereits über

zweitausend Menschen registriert. Durch die zahlreichen Beiträge ist ein großes Wissensarchiv entstanden. Die Mitglieder der „Inkontinenz Selbsthilfe e.V.“ zeigen durch ihr Engagement und ihren offenen Umgang mit der Problematik, dass Inkontinenz nicht zu Scham und sozialer Isolation führen muss. Wir haben vier unterschiedliche Flyer erstellt, welche wir in Arztpraxen und Kliniken auslegen. Wir nehmen an Messen und Veranstaltungen teil und informieren Betroffene und Angehörige über entsprechende Beratungsangebote. Viele Betroffene erleben mithilfe unserer Unterstützung erstmals, dass sie mit ihrer Erkrankung nicht alleine sind und werden selbst aktiv, klären über Inkontinenz auf und verfolgen das Ziel, dass Inkontinenz nicht länger ein Tabuthema bleibt.

kontakt

Inkontinenz Selbsthilfe e.V.

Matthias Zeisberger
Kirchgasse 9
35305 Grünberg
Website:
www.inkontinenz-selbsthilfe.com



nachgefragt

Fragen an Miriam Lefevre, Gesundheits- und Krankenpflegerin,
Urotherapeutin am Ortenau-Klinikum Offenburg-Gengenbach

Wen betrifft Inkontinenz vor allem?

Inkontinenz betrifft viele Menschen verschiedener Altersgruppen. Sie ist weit verbreitet bei älteren Patienten mit zunehmenden körperlichen oder geistigen Einschränkungen. Aber auch Kinder und Jugendliche sind von Inkontinenz betroffen. In jüngerem Alter haben viele Frauen damit zu kämpfen, mit zunehmendem Alter sind auch die Männer vermehrt betroffen.

Wie kann man sich die Beratung bei Ihnen vorstellen?

Bei der Anamnese verfolgen wir einen patientenorientierten Ansatz. Wir richten uns an den Wünschen des Patienten aus und berücksichtigen die Versorgungssituation. Bei komplexen Kontinenzproblemen werden jene Beschwerden zuerst behandelt, die am belastendsten für den Patienten sind. So wäre das zum Beispiel bei einer Harninkontinenz mit Tages- und Nachtsymptomatik die Tagessymptomatik, die zuerst therapiert werden würde. Nach dem ersten Beratungsgespräch wird eine Untersuchung durchgeführt. Die Ergebnisse werden an-

schließend mit dem Betroffenen besprochen, anatomie- und krankheitsbedingte Veränderungen erklärt und die nötigen Therapieansätze erläutert.

Was sind die Ursachen von Harninkontinenz?

Das zunehmende Alter ist sicher eine der Hauptursachen für Harninkontinenz. Bei Männern wird sie dann häufig durch eine Prostatavergrößerung und bei Frauen durch einen Östrogenmangel ausgelöst. Darüber hinaus begünstigen sowohl Übergewicht, als auch chronischer Husten, welcher häufig vom Rauchen verursacht wird, diese Erkrankung. Aber auch operative Eingriffe am kleinen Becken und spezielle Medikamente können mögliche Auslöser sein. Im Kindes- und Jugendalter kommt es oft durch Fehlverhalten zur Harninkontinenz.

Können Sie uns Alltags-Tipps zur Vorbeugung einer Harninkontinenz geben?

Eine gesunde Lebensführung ist der bestmögliche Weg, um eine Inkontinenz oder Darmentleerungsstörung zu verhindern. Hierzu gehören eine ausgewogene und gesunde Ernährung und ein gesundes Trinkverhalten, d. h. über den Tag verteilt eine

Flüssigkeitsaufnahme von mindestens 1,5 bis 2 Litern. Regelmäßige körperliche Aktivitäten sind ein Garant dafür, dass man auch im Alter die Toilette selbstständig aufsuchen kann. Bei schweren Belastungen ist ein gezieltes, professionelles Beckenbodentraining eine Basistherapie. Man sollte außerdem darauf achten, dass man sich beim Toilettengang Zeit nimmt, sodass der Beckenboden richtig entspannt wird und die Blase oder der Darm sich ohne großen Druck komplett entleeren kann.

kontakt


Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach Pflege- und Funktionsdienst

Miriam Lefevre
Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-3408
E-Mail:
urotherapie@og.ortenau-klinikum.de

Gehirnjogging – trainieren Sie Ihre grauen Zellen!

KREUZWORTRÄTSEL

Füllen Sie die senkrechten und waagerechten Spalten auf Seite 24 und 25 aus. Die nummerierten Kästchen ergeben ein Lösungswort.

Laubbaum	neuer Mobilfunkstandard	berlinisch: Glas Bier	Wäschestück	Blutarmut	Übervorteilung im Lokal	chem. Z.: Nickel	ärztl. Untersuchungsergebnis	Abk.: afrikanisch	durcheinander	scharfe Kante	lediglich
			Klosterfrau				Kälte empfinden				
ehem. ital. Skifahrer (Alberto)				emsiges Streben				mongol.-türk. Herrschertitel	Teil des Wintersports	austral. Straußenvogel	
			Abk.: Esperanto			US-Nachrichtenagentur	US-Nationalfigur (Uncle ...)	trichterförmige Vulkanöffnung			
Zahlungsmittel	Beruf im Wintersport	nervig, störend	Abscheu	Heißgetränk					Bundesverband der Dt. Industrie	engl. Biersorte	Ozean
				Senkblei	Kleinstcomputer (Abk.)		12	taube Schicht (Bergwerk)			
dumme, törichte Handlung	Zierpflanze					Organ im Rachen			7		Wintersportler
				Gattin von John Lennon (Yoko)	Die Ortenau Gesundheitswelt ist auch online abrufbar!			Nebenfluss der Rhöne			
Gewebe mit Wabenmuster	Kartensteckplatz im PC							asiatischer Grunzochse	Hauptstadt von Jordanien	engl.: oder	
			einfältiger Mensch (süddt.)	rumänische Münzen						Unwahrheit	Bedrohlichkeit einer Lage
Weihnachtsgruß: Frohes ...	17	Abgott						ugs.: tausend			
				von oben her	www.ortenau-gesundheitswelt.de			Vorsilbe: groß (griech.)	Kfz.-Z.: Uecker-Randow	8	
Bitte um Antwort	Welhilfsprache	griech. Buchstabe			Schnee beseitigen	gallertartige Substanz	Lachs-fisch	Kinderkrankheit			
				ziehender Gliederschmerz					feiner Salzhering		Spitzen-schlagler
Weihnachts-symbol	geistliches Lied	Genussmittel	Währung im Iran u. Saudi-Arabien			Stadt in Norditalien		Massenangst	gewürztes Hackfleisch		
			dt. Pop-sängerin	Ausstrahlung		südamerikanische La-maart				amerik. Hochschule (Kw.)	zuvor, zunächst
kurzer Werbe-film	Gebäudeerweiterung					Großmutter		das eigene Ich	ugs.: sonderlicher Kerl		
				Multi-media Handy-standard			14	der 1. Januar		15	
Heilpaste	Vorname d. Tennisspielers Agassi				Backmasse				1	griech. Landschaft	
ehem. F1-Fahrer (... Häkchen)				ital. Presse-dienst (Abk.)				Schnür-leibchen für Frauen			

© RateFLUX 2013-295-003

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Christbaum-schmuck	indiskret	engl.: Raum, Zimmer	kleines vorlautes Mädchen	vorder-asiat. Staat	Stadt in Nord-england	bewegen-de Kraft	Hamb-urger Stadt-kanal	jüdischer Hohe-priester	ängstlich	Ein-bringen der Feld-früchte	Stadt am Rhein
		18				Winter-monat					16
Kfz.-Z.: Altötting			Eintopf aus Kohl u. Ham-mel (2W.)	Garten-blume	wild spielen					Berliner Spitz-name (Arthur)	Löt-material
Gewürz für Weih-nachts-gebäck						Winter-sport-disziplin					
			Stadt am Nieder-rhein		Steppen-form	Töpfer-kunst, Tonware		'Eis-mensch'			
ehem. Druck-maß (Abk.)	Über-bringerin	zwei Rhein-zuflüsse			Kreisaus-schnitt				9 borgen		Bewohner des Ober-nilgebiets
Ober-leitungs-fahrzeug (Kw.)			männ-liches Kind			Kampf-platz	amerik. Astronaut (John)				
	3	Zuruf an Zugtiere: vorwärts!			Hilfspro-gramm (EDV)	Stütz-kerbe				schäd-licher Stoff	radioakt. chem. Element
griech. Vorsilbe: gleich	in der Nähe von	Abk.: Anzeige	Spezial-gebiet d. Medizin (Abk.)	Amts-tracht			Wind-schatten-seite des Schiffs	Schnee-hütte der Eskimos			4
nordischer Ski-wett-kampf						einer der Hl. Drei Könige			10		
				mit dem Datennetz ver-bunden				Europ. Freihand-elszone (Abk.)			
schnell laufen	Stadt in den Nieder-landen					Bundes-land Ös-terreichs					

© RateFLIX 2013-295-002

LÖSUNGEN

KREUZWORTRÄTSEL

KREUZWORTRÄTSEL

SUDOKU

KREUZWORTRÄTSEL

SUDOKU

Trainieren Sie Ihre kombinatorischen Fähigkeiten und ergänzen Sie die fehlenden Zahlen. In jeder Reihe (waagrecht und senkrecht) dürfen die Ziffern 1-9 nur einmal vorkommen. Auch in jedem kleinen Quadrat darf jede Ziffer nur einmal vorkommen.

Viel Erfolg!

		1		5		8		
4								
	2				3			
	6	4						
2			4				6	9
7			2	9				
8		3		7				
			2		4			
				4		5	1	



Montag



TIPP

Geo 360° Brasilien:
Büffel auf Streife

Dienstag



TIPP

Deutschland Vom Königswinkel
ins Reich der Wasserschlösser

Mittwoch



TIPP

Geo 360° New York: Die
kleinste Oper der Welt



KIK-TV, das Patientenfernsehen des Ortenau Klinikums, finden Sie in allen Patientenzimmern auf Programmplatz 1.

Die Sendungen gehen oft fließend ineinander über. Die Uhrzeiten sind Richtwerte. Programmänderungen vorbehalten.

Finanziert wird das Patientenfernsehen durch regionale Unternehmen, die sich zwischen den Sendungen mit kurzen Filmen präsentieren.

6.00	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Bambus Superfaser der Natur	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Das Büro der Zukunft Reportage Gesundheit aus der Natur Gesundheitsreportage Der Körper des Menschen Die Verdauung	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Cinque Terre Bedrohtes Ökosystem Homöopathie Das Geheimnis der weißen Kügelchen Der Körper des Menschen Hören, Sehen, Riechen
7.00	Akupunktur Alte Heilkunst im Vormarsch	Gesundheit aus der Natur Gesundheitsreportage	Homöopathie Das Geheimnis der weißen Kügelchen
8.00	Der Körper des Menschen Herz und Kreislauf	Der Körper des Menschen Die Verdauung	Der Körper des Menschen Hören, Sehen, Riechen
9.00	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Geo 360° Churubamba: Frauen am Ball	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Geo 360° Dagestan: Land über den Wolken	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Geo 360° Das Dschungel-Orchester
10.00	Afrika Kilimandscharo · Die herrliche Tierwelt rund um den höchsten Berg Afrikas	Aldabra Die Arche Noah der Riesenschildkröten	Belize Im Reich des Jaguars · In dem kleinen Staat Belize gibt es noch heute verborgene Schätze.
11.00	Hab und Gut in aller Welt Botswana	Hab und Gut in aller Welt Brasilien	Hab und Gut in aller Welt Bulgarien
12.00	Was ist was Das alte Rom Menschen unter uns Miss Bibel am Bodensee	Was ist was Mumien Menschen unter uns Insel der Hoffnung	Was ist was Ritter und Burgen Menschen unter uns Rebell der Alten
13.00	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Silver Girls Wer traut sich?	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Silver Girls Neues Wohnen!	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Silver Girls Besser wohnen!
14.00	Abnehmen in Essen Der Schwur / Abschied vom Schlaraffenland	Abnehmen in Essen Balsam für die Seele / Hochzeit und kein Ende	Abnehmen in Essen Die zweite Chance / Arabische Maße
15.00	Vernäht und zugestrickt Himmel, Gesäß und Nähgarn Hab und Gut in aller Welt Madagaskar	Vernäht und zugestrickt Stricken, stricken... Hab und Gut in aller Welt Marokko	Vernäht und zugestrickt Linientreu Hab und Gut in aller Welt Papua-Neuguinea
16.00	Wandern in der Toskana	TIPP Deutschland Vom Königswinkel ins Reich der Wasserschlösser	Deutschland Vom Schwäbischen Meer an Rügens Klippen
17.00	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Olivenöl Kostbar, delikates, gesund	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Krebs Hoffnung durch Forschung	Ortenau Kliniken: News & Infofilm Die Brille Scharf und hautnah
18.00	Slow Food Ernährungsreportage Leben mit Diabetes Die Diagnose	Mythos Fleisch Ernährungsreportage Leben mit Diabetes Die Ernährung	Muntermacher Vitamin C & Co
19.00	Die Spurensucher Soldaten und die Kunst Ortenau Kliniken: News & Infofilm	Die Spurensucher Das vertauschte Kind Ortenau Kliniken: News & Infofilm	Leben mit Diabetes Bewegung Die Spurensucher Die geheimnisvolle Geliebte Ortenau Kliniken: News & Infofilm
20.15	TIPP Geo 360° Brasilien: Büffel auf Streife · Die Einwohner der Amazonas-Insel Marajo nutzen asiatische Wasserbüffel als Reittiere.	Geo 360° Miyako: Insel des langen Lebens · Auf der japanischen Insel Miyako leben viele über hundertjährige Menschen.	TIPP Geo 360° New York: Die kleinste Oper der Welt · Tony Amato hat ein eigenes Opernhaus
21.00	Indischer Ozean Im Paradies der Korallengärten	Kroatien Die Wasser von Plitvice · Naturerbe der Welt	Lanzarote Die Feuerberge · Vulkanausbrüche auf der Insel Lanzarote
22.00	Wenn die Elefanten fliehen Tierdokumentation	Globale Erwärmung Menschen kämpfen gegen die Erderwärmung	Soweit die Flügel tragen Tierdokumentation
23.00	Auf den Spuren von Marco Polo Von Venedig in den Orient	Auf den Spuren von Marco Polo Vom Orient nach China	Auf den Spuren von Marco Polo Von China nach Venedig

Donnerstag



TIPP

Deutschland Vom Waldgebirge zum Rapunzelturm

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Baumwolle Die Herausforderung des weißen Goldes
Kampf dem Krebs Gesundheitsreportage
Der Körper des Menschen Knochen und Muskeln

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Geo 360° Die schwimmenden Dörfer der Ha Long Bucht (Vietnam)
British Columbia Im Reich der Riesenkraken

Hab und Gut in aller Welt

Chile
Was ist was Bäume
Menschen unter uns Rosi Gollmann

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Silver Girls Dicke Luft!
Abnehmen in Essen Eine Kugel zuviel / Zunehmen in Detroit

Vernäht und zugestrickt

Der Chef
Hab und Gut in aller Welt Russland
TIPP Deutschland Vom Waldgebirge zum Rapunzelturm

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Chronische Schmerzen Reportage
Wieviel Eiweiß braucht der Mensch?
Leben mit Diabetes Blutzucker
Die Spurensucher Die Insel der Ahnen

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Geo 360° Oman: Die Rosen der Wüste · Ein über 1.500 Jahre altes Kanalsystem bringt die Wüste zum Blühen.
Portugal Von Fatima zur Algarve
90 Jahre Plus Eine einfühlsame und humorvolle Dokumentation über vier Hochbetagte.
Eisenbahnen der Welt Volldampf in der Schweiz · Prächtige Landschaftsbilder und faszinierende Streckenaufnahmen.

Freitag



TIPP

Geo 360° Postbote im Himalaya

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Kokos-Palme Der Baum des Lebens
Die Kardiologen Gesundheitsreportage
Der Körper des Menschen Chemie der Gefühle

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Geo 360° Die Teebahn von Darjeeling
Die Alpen Der Steinadler · Beeindruckende Wildaufnahmen des größten Raubvogels der Alpen

Hab und Gut in aller Welt

Flüchtlinge in Uganda
Was ist was Die Erde
Menschen unter uns Ein Tag bei der Bahnmissionsmission

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Silver Girls Gemeinsam o. einsam?
Abnehmen in Essen Milchschnitten-Alarm / Alles in Butter?

Vernäht und zugestrickt

Ein heißes Eisen
Hab und Gut in aller Welt USA
Dresden Dresden als Zentrum der Kunst und Architektur.

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Die Herzchirurgen Reportage
Gute Fette, böse Fette Ernährungsreportage
Leben mit Diabetes Insulin
Die Spurensucher Der Traum von Afrika

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

TIPP Geo 360° Postbote im Himalaya · Postzustellung auf 4.000 Metern Höhe.
Südaustralien Die Bucht der vergessenen Haie
Die wunderbare Welt der Pilze Überraschende Einblicke
Deutschland Berlin · Das Portrait der deutschen Hauptstadt mit seiner bewegten Geschichte.

Samstag



TIPP

Geo 360° Russlands Zirkusschule auf Tour

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Burnout als Chance Gesundheitsreportage
Tiere helfen heilen Gesundheitsreportage
Qi-Gong Die sanfte Heilgymnastik aus China

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Geo 360° Traumberuf Schäfer: Herden an den Gipfeln der Pyrenäen
Die Alpen Im Paradies der Alpenseen

Hab und Gut in aller Welt

Guatemala
Was ist was Mond und Kosmos
Menschen unter uns Ich male meine Träume

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Hab und Gut in aller Welt Portugal
Microfinance Kredite für die Armen

Vernäht und zugestrickt

Abgeknöpft
Tobias Bartel - Mnemotechnik Gedächtnistrainer Tobias Bartel in einem unterhaltsamen Vortrag über Mnemotechniken

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Rot Lachen Krankenhausclowns
Augenprothetik Künstliche Augen aus Glas
Leben mit Diabetes Die Folgen
Die Spurensucher Missionare und Agenten

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

TIPP Geo 360° Russlands Zirkusschule auf Tour · Junge Leute balancieren und jonglieren am Ufer des Seligersees
Sulawesi Regenwald und Korallenzauber
Das Schaf Wolle, Fleisch und Landschaftspflege
Kamele Phänomenale Nutztiere
Deutschland Der Osten · Schönheiten und Sehenswürdigkeiten.

Sonntag



TIPP

Geo 360° Vom Klassenzimmer in die Kalahari

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Volkskrankheit Herzinfarkt Gesundheitsreportage
Albinos Gesundheitsreportage
Christine Kaufmann Vitale Meditation

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Geo 360° Vagabunden der Wüste Gobi
Florida Die geheimnisvolle Flusswelt der Seekühe

Hab und Gut in aller Welt

Haiti
Was ist was Vulkane
Menschen unter uns Was glaubst denn Du?

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Hab und Gut in aller Welt Samoa
Bogenschießen Flug des Pfeils

Seepferdchen Kurzfilm
Als wären sie nicht von dieser Welt Dokumentation über Schleimpilze
Königin für einen Sommer Dokumentation

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

Milch ist gesund, oder doch nicht?
Klonen Die zweite Chance
Leben mit Diabetes im Alltag
Die Spurensucher Dichtung und Wahrheit

Ortenau Kliniken: News & Infofilm

TIPP Geo 360° Vom Klassenzimmer in die Kalahari
Tasmanien Im Reich der Seedrachen
Ziegen Meckerer, die man liebt
Unser täglich Brot Reportage
Deutschlands Ostseeinseln Rügen, Hiddensee, Usedom und Fehmarn.

Die Spurensucher

Täglich um 19:00 Uhr (Dauer ca. 50 Minuten)

In jeder Familie gibt es weiße Flecken, sei es in Form eines Verwandten, von dem niemand etwas Genaues weiß, eines Vorfahren, der aus unbekanntem Gründen ausgewandert ist, oder einer Familiengeschichte, die im Unbekannten beginnt. In der achtteligen Reihe „Die Spurensucher“ helfen professionelle Familienforscher bei

der Lösung von solchen familiären Rätseln. In verschiedenen Ländern sichten sie Grundbücher, Archiveinträge und Kirchenbücher. Dabei lüften sie nicht nur Geheimnisse und die Herkunft der Familien, sondern stoßen hierbei auch immer wieder auf historisch bedeutsame Ereignisse.



© Lane Erickson – Fotolia.com

Milch ist gesund, oder doch nicht?

Sonntag 17:00 Uhr (Dauer ca. 30 Minuten)

Die Reportage geht der Frage nach, ob Milch wirklich so gesund ist wie wir alle annehmen und selten hinterfragen. Gibt es Unterschiede? Für wen ist Milch gesund und wer sollte lieber auf Milch verzichten oder Ersatzprodukte vorziehen? Oder kann Milch gar krank machen? Antworten auf diese Fragen gibt die ca. 30-minütige Informationssendung.



© Africa Studio – Fotolia.com

360° - Geo Reportage

Miyako – Insel des langen Lebens

Dienstag 20:15 Uhr (Dauer ca. 50 Minuten)

Das Durchschnittsalter von Menschen variiert zwischen verschiedenen Regionen und Ländern. Warum werden Menschen an bestimmten Orten durchschnittlich älter als andernorts?

Auf der japanischen Insel Miyako werden die Menschen besonders alt. Und sie altern meist gesund. Diese 360° – GEO Reportage erzählt von diesen Menschen, von denen schon viele über hundert Jahre alt sind.



© WONG SZE FEI – Fotolia.com

Hab und Gut in aller Welt – Guatemala

Samstag 11:00 Uhr (Dauer ca. 25 Minuten)

Die Dokumentationsreihe „Hab und Gut in aller Welt“ zeigt das Leben von Familien in unterschiedlichsten Ländern. Im Mittelpunkt stehen hierbei das alltägliche Leben der Menschen, ihre Besitzverhältnisse und Lebensumstände. Die porträtierten Familienmitglieder dokumentieren ihren Alltag selbst: auf Kommentare wird gänzlich verzichtet. Der tatsächliche Mikrokosmos der Familien steht damit im Vordergrund. In Guatemala werden Juan und Maria mit ihren sieben Kindern begleitet. Sie erzählen von ihren Sorgen, Nöten, ihren Glücksvorstellungen und Träumen. So ergibt sich eine Einsicht in die persönliche Lebenswelt dieser Familie in Guatemala.



Zutaten für 4 Personen

- 1 Esslöffel Butter
- 500 Gramm frischen Blattspinat, (alternativ tiefgefrorener Blattspinat)
- 2 Esslöffel Pinienkerne
- 1 Teelöffel Salz
- 2 Knoblauchzehen
- 250 Gramm Mozzarella 45 % Fett i.Tr.
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 2 Teelöffel Tomatenmark
- 500 Gramm Brokkoli
- 2 Esslöffel Olivenöl
- 3 Zwiebeln
- 250 Gramm Gnocchi

Gnocchi-Auflauf *mit Spinat und Brokkoli*

Zubereitung

Das Gemüse

Zupfen Sie den Brokkoli in kleine Röschen und garen Sie diese in siedendem Wasser kurz (ca. 5 Minuten) an. Anschließend lassen Sie den Brokkoli gut abtropfen. Sie können für den Auflauf frischen Blattspinat oder tiefgefrorenen verwenden. Frischer Blattspinat muss zunächst geputzt und gewaschen werden, Spinat aus dem Tiefkühlregal sollten Sie vor der Verwendung vollständig auftauen und abtropfen lassen. Der Spinat wird grob gehackt. Schälen Sie die Zwiebeln und den Knoblauch und schneiden Sie alles in sehr kleine Stücke.

Die Gnocchi

Legen Sie die Gnocchi zunächst in kochendes Salzwasser. Schon nach wenigen Minuten – wenn sie oben schwimmen – sind sie durch. Tropfen Sie die Gnocchi ab und heizen Sie den Backofen auf 220 Grad Celsius vor.

In der Pfanne

erhitzen Sie ein wenig Öl und dünsten die fein gehackten Knoblauch- und Zwiebelwürfel goldbraun. Geben Sie dann den Brokkoli hinzu und würzen Sie die Röschen

mit etwas Salz und Cayennepfeffer. Unter Wenden wird der Brokkoli kurz angebraten. Anschließend rühren Sie die zwei Teelöffel Tomatenmark unter und geben dann den Spinat dazu. Nach maximal zwei Minuten andünsten, oder bei frischen Blattspinat bis dieser zusammengefallen ist, mischen Sie die Gnocchi unter.

Auflaufform

Nun wird alles in eine gebutterte Auflaufform gegeben. In der Pfanne können Sie nun einen Esslöffel Pinienkerne kurz ohne Fett anrösten und anschließend über den Auflauf streuen. Schmecken Sie den Auflauf noch ein letztes Mal ab und würzen ihn ggf. noch mit etwas Salz und Cayennepfeffer nach. Jetzt bestreuen Sie den Auflauf mit dem Mozzarella und anschließend mit dem zweiten Löffel nicht gerösteter Pinienkerne.

Ab in den Ofen

Der Gnocchi-Spinat-Auflauf wird auf der mittleren Einschubleiste im Backofen etwa 12 Minuten überbacken.

Kleine Variationen

Für eine nicht vegetarische Variante können Sie alternativ zu dem Brokkoli auch Hackfleisch halb und halb verwenden. Anstelle oder zusätzlich zu dem Tomatenmark können Sie in der Pfanne auch etwas Schlag Sahne oder Fetakäse untermischen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

info

Brokkoli und Spinat

Brokkoli ist ein beliebtes und auch gesundes Gemüse, das mit dem Blumenkohl verwandt ist. Der Brokkoli enthält allerdings mehr Nährstoffe und schmeckt auch würziger als sein nächster Verwandter. Bemerkenswert ist sein hoher Gehalt an Eisen, Kalzium, Magnesium und Vitamin C, welche auch beim Kochen kaum zerstört werden. Wenn man frischen Brokkoli kauft, sollte man darauf achten, dass er fest und kräftig grün ist. Besonders bei Herz-, Nieren-, und Stoffwechselkranken wird der Verzehr von Brokkoli empfohlen, da er die Entwässerung des Körpers erleichtert. Beim Spinat ist es ähnlich. Frischer Blattspinat ist natürlich immer am besten, dennoch ist Spinat auch tiefgefroren ein vitaminreiches Gemüse, das sich leicht verarbeiten lässt. Gerichte mit Brokkoli und Spinat sind daher für das ganze Jahr empfehlenswert: Gesund und lecker!

info Küche am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

Am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim werden täglich knapp 2.000 Mahlzeiten zubereitet. Auch zwei Kindergärten und die Psychosomatische Tagesklinik werden von Wilfried Bläsi und seinem Team verköstigt. Zum Einkauf von Obst und Gemüse bevorzugt die Küche Händler aus der Region. So kommen Obst als auch Winter- und Sommergemüse in den meisten Fällen direkt vom Erzeuger. Das Rindfleisch erhält die Küche von „Echt Schwarzwald“, einer Vermarktungsorganisation, die ausschließlich Fleisch aus der Region vertreibt.

Die Zubereitung so vieler Mahlzeiten ist eine echte Herausforderung, denn Essen und Ernährung sind eine individuelle Angelegenheit; alle Patienten mit verschiedenen Vorlieben und Geschmäckern wollen zufrieden gestellt werden. Doch Herr Bläsi und sein Team haben jahrelange Erfahrung und legen viel Wert auf ausgewogenes, schmackhaft zubereitetes Essen und die richtige Zusammenstellung des Speiseplans.

Schmerzhafte Steinchen



Sie sind oft so winzig klein wie ein Sandkorn: Gallensteine. Doch die geringe Größe täuscht. Nicht immer sind die kleinen Steinchen harmlos, sie können auch starke Schmerzen verursachen. Etwa jeder sechste Deutsche hat Gallensteine im Körper, doch nur ein Viertel der Betroffenen entwickelt auch Beschwerden. Wie entstehen Gallensteine überhaupt?

Gallensekret

Die Leber produziert jeden Tag mehr als einen halben Liter Gallensekret. Direkt unterhalb der Leber liegt die Gallenblase, die 50 Milliliter Flüssigkeit fasst und nur einen Zentimeter lang ist. Wenn wir Nahrung zu uns nehmen, sorgt das im Darm ausgeschüttete Hormon Cholecystokinin dafür, dass sich die Gallenblase zusammenzieht und die Galle über den Gallengang (Ductus choledochus) in den Darm fließt. Im Zwölffingerdarm endet der zehn Zentimeter lange Gallengang. Dort löst das Gallensekret Fette und ermöglicht so deren Aufnahme über die Darmwand.

Entstehung

Gallenflüssigkeit besteht zu einem Großteil aus Wasser, hinzu kommen Cholesterin, Gallensäuren und der Gallenfarbstoff Bilirubin. „Solange die Stoffe in einem bestimmten Verhältnis in der Gallenflüssigkeit enthalten sind, bleiben sie im Wasser gelöst“, erläutert Dr. Hermann Bauer, Oberarzt an der Klinik für Innere Medizin am Ortenau Klinikum Kehl und Facharzt für Innere Medizin, Gastroenterologie, Hämatologie, Onkologie und Notfallmedizin. „Doch wenn sich dieses Gleichgewicht verschiebt, bilden sich Kristalle – die Gallensteine.“ Es gibt zwei Arten: Cholesterinsteine oder gemischte Steine, die gelblich gefärbt sind und so groß werden können wie eine Kirsche. Sie bestehen zu mehr als 70 Prozent aus Cholesterin und kommen in den westlichen Industrieländern häufig

vor. Nur jeder fünfte Patient leidet unter Pigmentsteinen. Sie bestehen im Kern aus Cholesterin, um den sich Bilirubin ange-lagert hat.

Alter und Übergewicht sind Risikofaktoren

„Das Lösungs-gleichgewicht in der Gal-le kann durch bestimmte Risikofaktoren recht leicht gestört werden“, sagt Dr. Bau-er. Bei Frauen liegt die Wahrscheinlichkeit, Gallensteine zu bekommen, dreimal so hoch wie bei Männern. Weitere Faktoren, die deren Entstehung begünstigen, sind eine fettreiche Ernährung, starkes Über-gewicht und ein fortgeschrittenes Alter. Auch eine Engstelle oder der Verschluss des Gallengangs können schuld sein an den Beschwerden. „Zusätzlich spielen auch genetische Faktoren eine Rolle. Es gibt Fa-milien, in denen dieses Problem tatsächlich gehäuft vorkommt“, so der Mediziner.

Vielfach keine Beschwerden

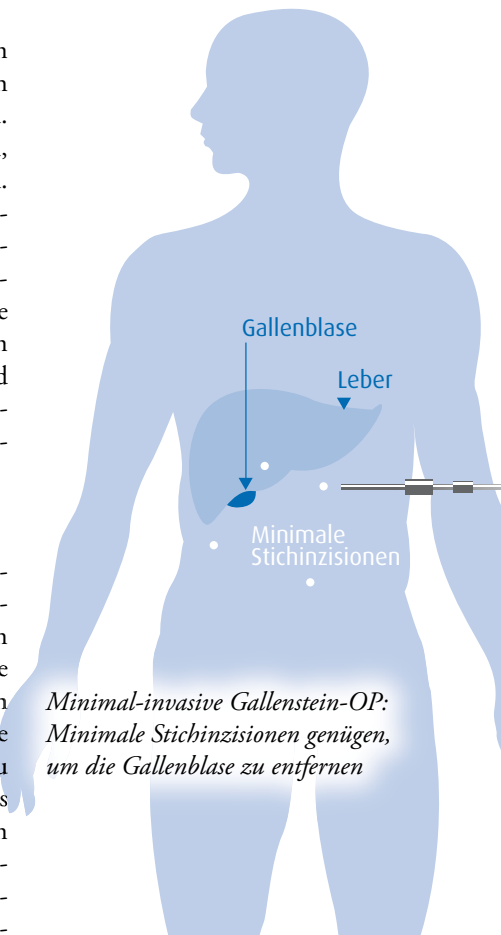
Die meisten Betroffenen haben ihr Leben lang keine Beschwerden. Der Rest jedoch leidet unter teilweise starken Schmerzen. Es beginnt zumeist mit einem Völlegefühl, Übelkeit und Schmerzen im Oberbauch. Besonders unangenehm sind Gallenko-liken, die teilweise wie aus heiterem Him-mel kommen und in die rechte Schul-ter oder in den Rücken ausstrahlen. Die Schmerzen entstehen beispielsweise, wenn ein Stein den Gallengang verstopft und sich die Gallengangmuskulatur krampf-artig zusammenzieht, um den Stein weiter-zuschieben.

Warnzeichen deuten

„Blockiert ein Stein den Gallengang voll-ständig, kann es zu ersten Komplikati-onen kommen“, sagt Dr. Bauer. In diesem Fall staut sich die Gallenflüssigkeit in die Gallenblase, die Leber und in manchen Fällen sogar in die Bauchspeicheldrüse zurück. „Es ist möglich, dass es dort zu Entzündungen kommt, dass die Wand des Organs reißt, die Gallenflüssigkeit in den Bauchraum gelangt und dort eine Bauch-fellentzündung auslöst. Dann besteht Le-bensgefahr.“ Warnzeichen sind eine Gelb-färbung der Haut und des Augenweißes (Ikterus), die ebenfalls auf einen verstopf-ten Gallengang hindeuten können. Liegt bereits eine Verdachtsdiagnose vor, kann der Arzt zur Absicherung eine Ultraschall-Untersuchung vornehmen, mit deren Hilfe sich in 95 Prozent aller Fälle die Gallenstei-ne erkennen lassen.

Entfernung der Gallenblase

Je nach Fall kann eine Operation zur Ent-fernung der Gallenblase notwendig sein. Der Eingriff ist minimalinvasiv: Bei der sogenannten Schlüsselloch-Chirurgie führt der Arzt lediglich ein Laparoskop in den Bauchraum ein; ein winziges Gerät unter anderem mit Kamera und Licht. Mit we-nigen weiteren Schnitten werden die chir-urgischen Instrumente in den Bauchraum eingebracht, mit denen er die Gallenblase entfernt. „Bei der gesamten OP bleiben nur minimale Narben zurück, und die Pa-tienten erholen sich in der Regel schneller“, sagt Dr. Bauer. Viele Menschen bemerken nach einer Gallenoperation keine größere Veränderung ihrer Verdauung. Möglich ist es jedoch, dass reichhaltige, fetthaltige Mahlzeiten nicht mehr so gut vertragen werden. Deshalb ist eine angepasste Ernäh-rung sinnvoll und meist auch notwendig (s. Infokasten „nachgefragt“).



*Minimal-invasive Gallenstein-OP:
Minimale Stichinzisionen genügen,
um die Gallenblase zu entfernen*

kontakt

Ortenau Klinikum Kehl Innere Medizin

Dr. Hermann Bauer
Kanzmattstraße 2
77694 Kehl
Tel. 07851 873-151
E-Mail: innere@kel.ortenau-klinikum.de

Fragen an Dr. Hermann Bauer,
Oberarzt an der Klinik für Innere
Medizin am Ortenau Klinikum Kehl

Herr Dr. Bauer, früher hat man Gallensteine meist per Laser oder mit Stoßwellen zertrümmert – ist das noch zeitgemäß?

Zunächst müssen natürlich die akuten Schmerzen zum Beispiel bei einer Gallen- kolik gelindert werden. Damit Gallenstei- ne auch auf längere Sicht keine Schäden verursachen, wird den meisten Patienten eine operative Entfernung der gesamten Gallenblase empfohlen, die sogenannte Cholezystektomie. Denn beim Zertrüm- mern von Gallensteinen kann es immer wieder zu erneuter Steinbildung kommen. Das Problem ist also nur kurzfristig gelöst.

Braucht man die Gallenblase denn nicht?

Ob man sich für oder gegen eine Entfer- nung der Gallenblase entscheidet, muss von Arzt und Patient sehr sorgfältig erwo- gen werden. Es ist keinesfalls notwendig, die Gallenblase zu entfernen, nur weil dar- in zufällig Steine entdeckt wurden. Etwa 80 Prozent aller Gallensteinträger bleiben frei von Beschwerden und müssen auch keine Spätfolgen befürchten. Fakt ist al- lerdings auch: Die Gallenblase ist nicht le- benswichtig, denn sie stellt sozusagen nur einen Zwischenspeicher für den Gallensaft dar. Man kann also auch ohne Gallenblase leben.

Was raten Sie Patienten, die schon Probleme mit ihren Gallensteinen hatten?

Wir Mediziner sprechen in diesem Zusam- menhang gerne von gallenbewusster Ern- ährung. Das bedeutet: Viel trinken, vor allem Mineralwasser und leichte Tees. Auf Zucker und Weißmehl verzichten, dafür Vollkornprodukte sowie viel Obst und Ge- müse zu sich nehmen. Wir wissen inzwi- schen, dass Vegetarier deutlich seltener an Gallensteinen leiden. Alkohol sollte man zudem nur in Maßen trinken. Eine geringe Menge kann der Bildung von Gallensteinen zwar entgegenwirken, weil sie den Chole- sterinspiegel in der Gallenblase senkt. Aber Vorsicht: Zu viel Wein, Bier oder Schnaps lassen den Cholesterinspiegel ansteigen. In jedem Fall sollten Betroffene versuchen, ihr Normalgewicht zu halten oder zu errei- chen. Aber bitte nicht mit radikalen Diäten oder Fasten-Kuren, denn auch sie fördern die Steinbildung.

Kreißsaal-Führungen für werdende Eltern

Alle Termine der geburtshilflichen Kliniken des Ortenau Klinikums 2014

Für Anmeldungen und weitere Informationen über unsere verschiedenen Vorträge sowie vielfältigen Kurs-Angebote für die Zeit vor und nach der Geburt wenden Sie sich bitte an die Kreißsäle am jeweiligen Standort. Entsprechend individueller Vereinbarung sind auch weitere Termine für Kreißsaalführungen möglich – zusätzlich zu den unten genannten.

Die Kreißsaalabende sind kostenfrei.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sprechen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie!

Ausführliche Infos und Baby-Galerie
im Internet unter
www.ortenau-babywelt.de



Ortenau Klinikum Achern

Josef-Wurzler-Straße 7
77855 Achern
Telefon 07841 700-0
Fax 07841 700-415
E-Mail info@ach.ortenau-klinikum.de

Jeden zweiten Montag im Monat, 19 Uhr (mit Ausnahmen)

13.01.2014	12.05.2014	08.09.2014
10.02.2014	02.06.2014	13.10.2014
10.03.2014	14.07.2014	10.11.2014
14.04.2014	11.08.2014	08.12.2014

Treffpunkt: Eingang Bildungszentrum für Gesundheits- und Pflegeberufe, Frankestraße 2



Ortenau Klinikum Oberkirch

Franz-Schubert-Straße 15
77704 Oberkirch
Telefon 07802 801-0
Fax 07802 801-182
E-Mail info@obk.ortenau-klinikum.de

Jeden ersten Sonntag im Monat, 10 Uhr

05.01.2014	04.05.2014	07.09.2014
02.02.2014	01.06.2014	05.10.2014
02.03.2014	06.07.2014	02.11.2014
06.04.2014	03.08.2014	07.12.2014

Treffpunkt: Pforte



© WavebreakMediaMicro - Fotolia.com



**Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim
Standort Lahr**

Klosterstraße 19
77933 Lahr
Telefon 07821 93-0
Fax 07821 93-2050
E-Mail info@le.ortenau-klinikum.de

**Jeden ersten Donnerstag im Monat, 19.30 Uhr
(mit Ausnahmen)**

9.01.2014	05.04.2014	03.07.2014	11.10.2014
6.02.2014	08.05.2014	07.08.2014	06.11.2014
6.03.2014	05.06.2014	04.09.2014	04.12.2014

Veranstaltungsort: Großer Hörsaal im Südbau
im Anschluss an den Vortrag „Alles rund um die
Geburtshilfe am Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim“
Rote Termine: Infotag in der Cafeteria
Schwarze Termine: Treffpunkt im Kreißsaal



**Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach
Standort Offenburg Ebertplatz**

Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Telefon 0781 472-0
Fax 0781 472-1002
E-Mail info@og.ortenau-klinikum.de

**Jeden zweiten und letzten Montag im Monat,
19 Uhr (mit Ausnahmen)**

13.01.2014	07.04.2014	14.07.2014	13.10.2014
27.01.2014	28.04.2014	28.07.2014	27.10.2014
10.02.2014	12.05.2014	11.08.2014	10.11.2014
24.02.2014	26.05.2014	25.08.2014	24.11.2014
10.03.2014	02.06.2014	08.09.2014	08.12.2014
31.03.2014	30.06.2014	29.09.2014	

Veranstaltungsort: Hörsaal 1
zusätzlich: Stillinfo-Abende jeden 3. Montag im Monat



Die Entstehung eines neuen Lebens ist ein wunderbares Abenteuer. Durch die vielen biochemischen Prozesse, die im Körper gleichzeitig stattfinden, ist die Schwangerschaft mit großen physischen und psychischen Veränderungen für die werdende Mutter verbunden. In kaum einer Phase wird das Leben eines erwachsenen Menschen so auf den Kopf gestellt wie vor und nach der Geburt eines Kindes. Umso wichtiger ist es, sich gut zu informieren und sich auf dem Weg zur Geburt kompetent und einfühlsam begleiten zu lassen.

Das Wunder des Lebens

Geburtshilfe begleitet

Woche für Woche ein kleines Wunder

Die Veränderungen und Begleiterscheinungen am Anfang der Schwangerschaft sind individuell verschieden, manche Frauen spüren kaum etwas, andere klagen über Schwangerschaftsübelkeit oder ein starkes Spannungsgefühl in den Brüsten.

Schon in der 5. Schwangerschaftswoche bilden sich die ersten Blutgefäße des Embryos, die Herzanlage und ein Vorläufer des zentralen Nervensystems. „Für meinen Mann und mich war es ein ganz besonderes Erlebnis, das erste Mal den Herzschlag unseres Kindes zu hören. Dass da ein eigenständiges Wesen heranwächst, wurde in diesem Moment zum ersten Mal wirklich begreifbar“, erinnert sich Melanie B., die kürzlich am Ortenau Klinikum Oberkirch ihren ersten Sohn zur Welt gebracht hat.

Aus einem Embryo wird ein kleiner Mensch

Ungefähr in der 11. Schwangerschaftswoche wird aus dem Embryo ein Fötus. Alle wichtigen Organe sind bereits angelegt. In dieser Phase der Schwangerschaft haben sich Melanie B. und ihr Mann für die Entbindungsstation am Ortenau Klinikum Oberkirch entschieden. „Die Hebamme hat sich während der individuellen Kreißsaal-Besichtigung viel Zeit genommen, uns alles genau zu erklären. Mich persönlich haben vor allem die angenehme Atmos-

phäre und die unterschiedlichen Entbindungsmöglichkeiten überzeugt. Meinem Mann war die gute medizinische Versorgung wichtig“, sagt die junge Frau.

Endspurt: nur noch wenige Wochen bis zur Geburt

Im letzten Trimester ist es Zeit, sich gezielt auf die Geburt vorzubereiten. Melanie B. hat sich für die Teilnahme an einem Aqua-Fit-Kurs entschieden. Während des Kurses werden Herz-Kreislaufsystem und Rückenmuskulatur sanft gestärkt und das Wohlbefinden von Mutter und Kind unterstützt. Das Ortenau Klinikum bietet ab der 28. Schwangerschaftswoche Geburtsvorbereitungskurse auch „an Land“ mit den Schwerpunkten Körperwahrnehmung, Bewegungsrhythmen, Atmung, Entspannung, Geburtspositionen sowie Säuglingspflegekurse an. Auch Akupunktur wird ab der 36. Schwangerschaftswoche geburtsvorbereitend eingesetzt. Aus medizinischer Sicht ist sicherzustellen, dass die Schwangere optimal auf die Geburt vorbereitet ist. Daher sollten kompetente Beratungsangebote in Anspruch genommen werden.

Einfühlsam begleitet bei der Geburt...

Nur drei Prozent der Babys kommen am errechneten Geburtstermin zur Welt. Die meisten Kinder werden innerhalb von zehn Tagen vor oder nach dem Stichtag geboren. Wenn der Geburtstermin deutlich überschritten wurde, wird die Geburt von Ärzten eingeleitet. Die Geburt sollte von gut geschulten und erfahrenen Ärzten und Hebammen begleitet werden. Weiterhin sind eine vertrauensvolle Umgebung vor und nach der Geburt sowie gut ausgestattete Kreißsäle sehr wichtig.

...und in der Zeit danach

In manchen Kliniken kann auf Wunsch ambulant entbunden werden. Die Vermittlung einer Nachsorgehebamme gehört in diesem Fall zur Geburtsvorbereitung. Wer keine ambulante Entbindung wünscht, wird nach der Geburt in einem Zweibettzimmer untergebracht, das auch als Familienzimmer genutzt werden kann. Dieses Angebot haben Melanie B. und ihr Mann in Anspruch genommen. „Ich hatte nach der Geburt immer eine Ansprechpartnerin, die uns bei der Säuglingspflege und

Stillförderung unterstützt hat und auch sonst mit Rat und Tat zur Seite stand“, berichtet sie. Auch Rückbildungsgymnastik, der Kontakt zu einer Stillgruppe oder die Babymassage sind nach der Geburt gern genutzte Angebote.



Nach der Geburt:
Individuelle Betreuung im
Ortenau Klinikum Oberkirch



nachgefragt

Fragen an Daniela Greinwald,
Leitende Hebamme am Ortenau
Klinikum Oberkirch

kontakt

Ortenau Klinikum Oberkirch
Elternschule

Daniela Greinwald, Leitende Hebamme
Tel. 07802 801-165

Was ist bei der Geburtsvorbereitung besonders wichtig?

Die nahende Geburt eines Kindes ist nicht nur auf körperlicher, sondern auch auf psychischer und seelischer Ebene ein besonderes Ereignis. Wichtig für eine gute Geburtsvorbereitung sind auf der einen Seite detaillierte Informationen über den genauen Ablauf der Geburt, das Wochenbett und die Säuglingspflege, verbunden mit praktischen Übungen. Gut vorbereitete Schwangere sind in der Regel unverkrampfter und der Geburtsvorgang verläuft damit meist unkomplizierter und schmerzfreier. Außerdem hilft der Austausch mit anderen werdenden Eltern oft, Ängsten vor der neuen Situation entspannter zu begegnen.

Welche Angebote finden werdende Eltern am Ortenau Klinikum?

Werdende Mütter können am Ortenau Klinikum neben den informativen Kursen mit praktischen Übungen auch Yoga-Kurse speziell für Schwangere oder unsere Aqua-Fit-Kurse im Wasser besuchen. Die meisten kombinieren gerade beim ersten Kind unterschiedliche Angebote miteinander. Viele

der Angebote richten sich selbstverständlich auch an die werdenden Väter.

Wie gestaltet sich die Betreuung während der Geburt am Ortenau Klinikum?

Eltern und Kind werden in modernen Kreißsälen individuell durch erfahrene Hebammen, Ärztinnen und Ärzte betreut. Die individuelle Begleitung ist uns vor allem deshalb möglich, weil wir die werdende Mutter in der Regel schon vor der Geburt betreut haben und damit nicht erst kurz vor der Geburt kennenlernen. Das schafft Vertrauen und eine angenehme Atmosphäre. Die medizinische Versorgung ist auf dem allerneuesten Stand. Unsere Kreißsäle verfügen zum Beispiel über multifunktionale Entbindungsbetten, Gebärhocker und eine Geburtswanne, um die Geburt zu erleichtern. In einem anderen Zimmer kann mit dem Zusatz von ätherischen Ölen entspannt werden. Auch im Bereich der Schmerzbehandlung gehen wir ganzheitliche Wege und bieten neben herkömmlichen Schmerzmitteln alternative Methoden wie beispielsweise Homöopathie oder Akupunktur an.

Und nach der Geburt?

Auch nach der Geburt betreuen wir die Babys und die jungen Eltern, insbesondere die Mütter, ganzheitlich und individuell. Kurse zur Säuglingspflege sowie Rückbildungsgymnastik sind beliebte Angebote. Uns ist es besonders wichtig, dass sich Eltern und Kind wohl und geborgen fühlen, darauf ist unser gesamtes Angebot ausgerichtet – vor, während und nach der Geburt.

Wann sollten die werdenden Eltern mit der Geburtsvorbereitung beginnen?

Im Prinzip kann die Geburtsvorbereitung schon mit dem ersten Tag der Schwangerschaft beginnen. Wer sich umfassend über die Phasen der Schwangerschaft informiert, ist auf mögliche Beschwerden besser vorbereitet. Die wirkliche Geburtsvorbereitung in Form unserer Kurse und Informationsveranstaltungen sollte etwa ab der 28. Schwangerschaftswoche beginnen, wobei die Aqua-Fit-Kurse oder Yoga auch schon früher besucht werden können.

Verengte Lebens

Sie ist eine der wichtigsten Lebensadern in unserem Körper: die Arteria carotis communis, auch Kopf- oder Halsschlagader genannt. Sie verläuft neben Speise- und Luftröhre vom Brusteingang zum Kopf. Die äußere Halsschlagader versorgt den Kopf und die oberen Halsorgane, die innere das Gehirn und die Augen. Funktioniert diese Verbindung nicht mehr richtig, kann das lebensgefährlich werden. Besonders häufig tritt eine Verengung der inneren Halsschlagader (Kariotisstenose) auf. Ursache ist eine langsame, manchmal über Jahre fortschreitende Verkalkung der Halsschlagader.

Was passiert bei einer Gefäßverengung im Körper?

Blutfette, Blutpfropfen (Thromben), Bindegewebszellen und Kalk, die mit dem Blut durch die Adern fließen, können sich an den Gefäßwänden ablagern. Meist spricht man von einer Verkalkung der Gefäßwand, auch Arteriosklerose genannt. Diese sorgt dafür, dass sich die Gefäße zunehmend verengen. In der Folge kann es zu einem Schlaganfall oder Embolien kommen. Bei einem Schlaganfall, auch Hirninfarkt genannt, wird das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Blut versorgt. Jährlich erleiden in Deutschland etwa 220.000 Menschen

einen Schlaganfall, bei mehr als 30.000 von ihnen wird er durch eine Verengung der inneren Halsschlagader ausgelöst.

Blutgerinnsel verursachen Embolie

„Bei einem Schlaganfall wird das Gehirn nicht mehr mit Sauerstoff versorgt“, sagt Dr. Bruno Maria Kaufmann, Chefarzt Innere Medizin und Facharzt für Innere Medizin/Schwerpunktanerkennung Kardiologie am Ortenau Klinikum Wolfach. „Das bedeutet: Je länger der Patient unversorgt bleibt, desto größer ist die Gefahr, dass er bleibende Schäden davonträgt, weil größere Gehirnanteile unwiderruflich ge-

schädigt werden.“ Eine Embolie wiederum wird durch Blutgerinnsel verursacht, die mit dem Blutstrom in die Hirngefäße gelangen und diese verschließen. Besonders gefährdet sind Menschen, die unter Bluthochdruck leiden, Patienten, die deutlich erhöhte Blutfettwerte haben sowie Diabestes mellitus-Patienten und Raucher. Auch haben Männer grundsätzlich ein höheres Schlaganfallrisiko als Frauen.

Seh- und Sprachstörungen sind Warnsignale

Erste Warnsignale des Körpers, die auf eine Verengung der Halsschlagader hindeuten können, sind Sehstörungen, die bisweilen minutenlang andauern, Sprachstörungen und vorübergehende Bewegungs- und Empfindungsstörungen. Mediziner bezeichnen diese Anzeichen auch als TIA (Transitorische ischämische Attacke). „Diese Symptome gelten als Vorläufer eines Schlaganfalls und sollten in jedem Fall ernst genommen werden“, so Dr. Kaufmann. „Häufig folgt auf diese ersten Signale ein Schlaganfall. Wer beim Auftreten solcher Beschwerden sofort einen Arzt aufsucht, kann Schlimmeres verhindern.“ Je früher die Behandlung erfolgt, desto besser sind



nachgefragt

Fragen an Dr. Bruno Maria Kaufmann,
Chefarzt Innere Medizin am Ortenau Klinikum Wolfach

kontakt

**Ortenau Klinikum Wolfach
Innere Medizin**

Dr. Bruno M. Kaufmann
Oberwolfacher Straße 10
77709 Wolfach

Tel. 07834 970-301

E-Mail:

sekretariat.innere@wol.ortenau-klinikum.de

Herr Dr. Kaufmann, welche Verfahren gibt es, um eine Verengung der Halsschlagader zu diagnostizieren?

Wir wenden in den meisten Fällen eine spezielle Ultraschall-Untersuchung, die Duplex-Sonographie, an. Dabei wird die Geschwindigkeit gemessen, mit der das Blut durch die verengte Stelle fließt. Denn dort, wo es einen Engpass gibt, ist die Fließgeschwindigkeit deutlich höher als in den freien Stellen. Außerdem können wir durch den Ultraschall auch die Oberflächenbeschaffenheit und die Zusammensetzung von Ablagerungen in den Gefäßen untersuchen.

Die Forschung diskutiert noch über die beste Behandlungsmethode bei Karotisstenose, zu welcher Therapie raten Sie?

Das hängt vom Allgemeinzustand des Patienten, dem Grad der Verengung und auch davon ab, ob er bereits einmal einen Schlaganfall erlitten hat. Ist die Verengung nicht so gravierend und sind noch keine Symptome aufgetreten, kann man zunächst mit einer medikamentösen Therapie, beispielsweise Blutplättchenhemmern, beginnen und versuchen, das Fortschreiten der Gefäßverkalkung durch eine gesunde Lebensweise zu bremsen. Bei symptomatischer Karotis-

stenose wird häufig eine Thrombenarteriektomie angewandt. Dabei wird das Gefäß chirurgisch ausgeschält, dann mit einem Kunststoffpatch vernäht und so erweitert. Es gibt aber auch Patienten, die aus gesundheitlichen beziehungsweise anatomischen Gründen nicht operiert werden können oder bei denen ein bereits operiertes Gefäß sich wieder verengt hat.

ader

die Heilungsaussichten. Ganz nach dem Motto „Zeit ist Gehirn“.

Ultraschalluntersuchung

Besteht der Verdacht auf eine Karotisstenose, also eine Verengung der inneren Halsschlagader, wird diese Diagnose mittels einer speziellen Ultraschalluntersuchung, Duplex-Sonographie genannt, abgesichert. Zudem bestimmt der Arzt den Schweregrad der Verengung. Weitere Diagnoseverfahren sind die Angiographie, bei der ein Kontrastmittel injiziert und so das betroffene Blutgefäß beim Röntgen bildlich dargestellt wird, sowie die Magnetresonanztomographie. Das Ergebnis dieser Untersuchungen entscheidet dann über Notwendigkeit und Art der Therapie. „Engen Ablagerungen die Halsschlagader um mehr als 80 Prozent ein, sprechen wir von hochgradiger Karotisstenose und empfehlen dringend eine Behandlung“, sagt Dr. Kaufmann.

Verschiedene Therapien

Bei der Wahl der richtigen Therapie unterscheiden Mediziner zwischen symptomatischer (mit Beschwerden verbundener) und asymptomatischer (beschwerdefreier)

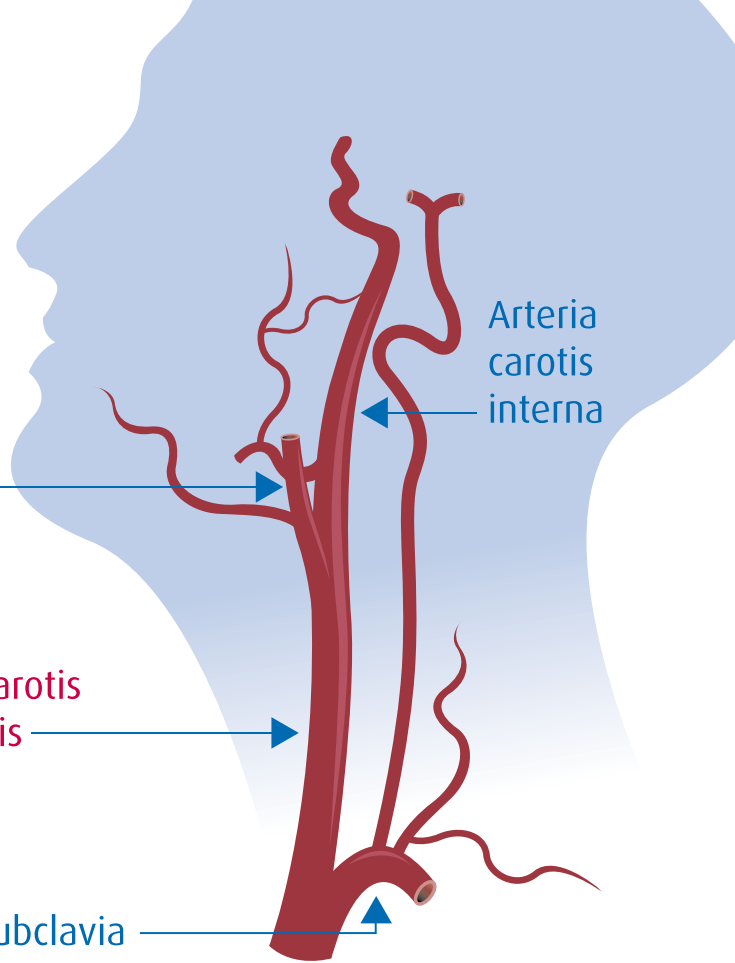
Karotisstenose. Je nach Art und Schweregrad kommen eine medikamentöse Therapie, eine chirurgische Ausschälung oder das Einsetzen eines sogenannten Stents, einer Gefäßstütze, in Frage. Unabhängig davon raten Mediziner zu einer ausgewogenen Ernährung nach dem Prinzip der Mittelmeerküche: Viel frisches Obst und Gemüse, sowie Fisch, dafür weniger tierische Fette.

Arteria carotis externa

Arteria carotis communis

Arteria subclavia

Arteria carotis interna



info

Warnzeichen richtig deuten

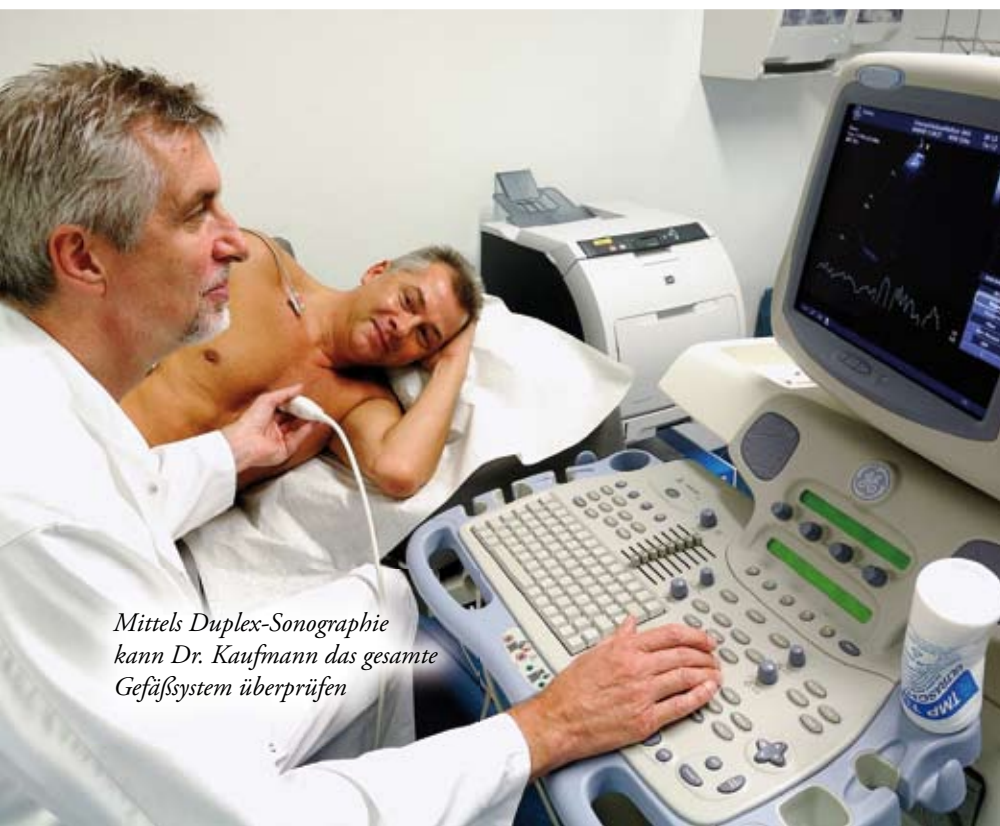
Bemerken Sie bei einer anderen Person Anzeichen, die auf einen Schlaganfall hindeuten, tun Sie Folgendes (FAST-Test, face-arm-speech-time):

Face – Gesicht: Fordern Sie den Betroffenen zum Lächeln auf. Grinst er/sie schief und/oder schneidet eine Art Grimasse, ist dies ein Warnzeichen.

Arm: Sagen Sie der Person, sie soll die Arme hochhalten. Kann ein Arm nicht gehalten werden, kann dies ein Symptom für einen Schlaganfall sein.

Speech – Sprache: Bitten Sie die Person, ihren Namen zu nennen oder einen einfachen Satz zu sagen. Kommen die Worte nur unartikuliert oder kann die Person gar nicht sprechen, ist dies ebenfalls ein Hinweis.

Time – Zeit: Treten solche Symptome auf, heißt es schnell reagieren: Unter der Notrufnummer **112** erhalten Sie sofortige Hilfe. Sprechen Sie auf jeden Fall an, dass der Verdacht auf einen Schlaganfall vorliegt. Wichtig: Auf keinen Fall sollten Sie dem Betroffenen etwas zu essen oder zu trinken geben. Denn oft führt der Schlaganfall zu Schluckproblemen, was Komplikationen zur Folge haben kann.



Mittels Duplex-Sonographie kann Dr. Kaufmann das gesamte Gefäßsystem überprüfen

Krankenhaus-Hygiene nach Plan

Hygiene im Krankenhaus – das bedeutet weit mehr als das Desinfizieren von Händen. Es ist eine anspruchsvolle, hochkomplexe Aufgabe, die viele verschiedene Bereiche berührt. Am Ortenau Klinikum kümmert sich ein Team aus Ärzten und Pflegekräften um dieses sensible Thema.

„Das Thema Krankenhaushygiene ist in den vergangenen Jahren mehr und mehr ins Blickfeld der Öffentlichkeit gerückt“, sagt der Mikrobiologe Dr. Dieter Auer, Facharzt für Anästhesiologie und Ärztlicher Leiter der Klinikhygiene am Ortenau Klinikum. Innerhalb des Klinikverbunds mit seinen neun Standorten und jährlich weit über 75.000 Patienten hat das Hygienemanagement seit jeher einen hohen Stellenwert. „Die Bedeutung von Hygiene ist im Bewusstsein unserer Mitarbeiter fest verankert“, sagt Dr. Auer.

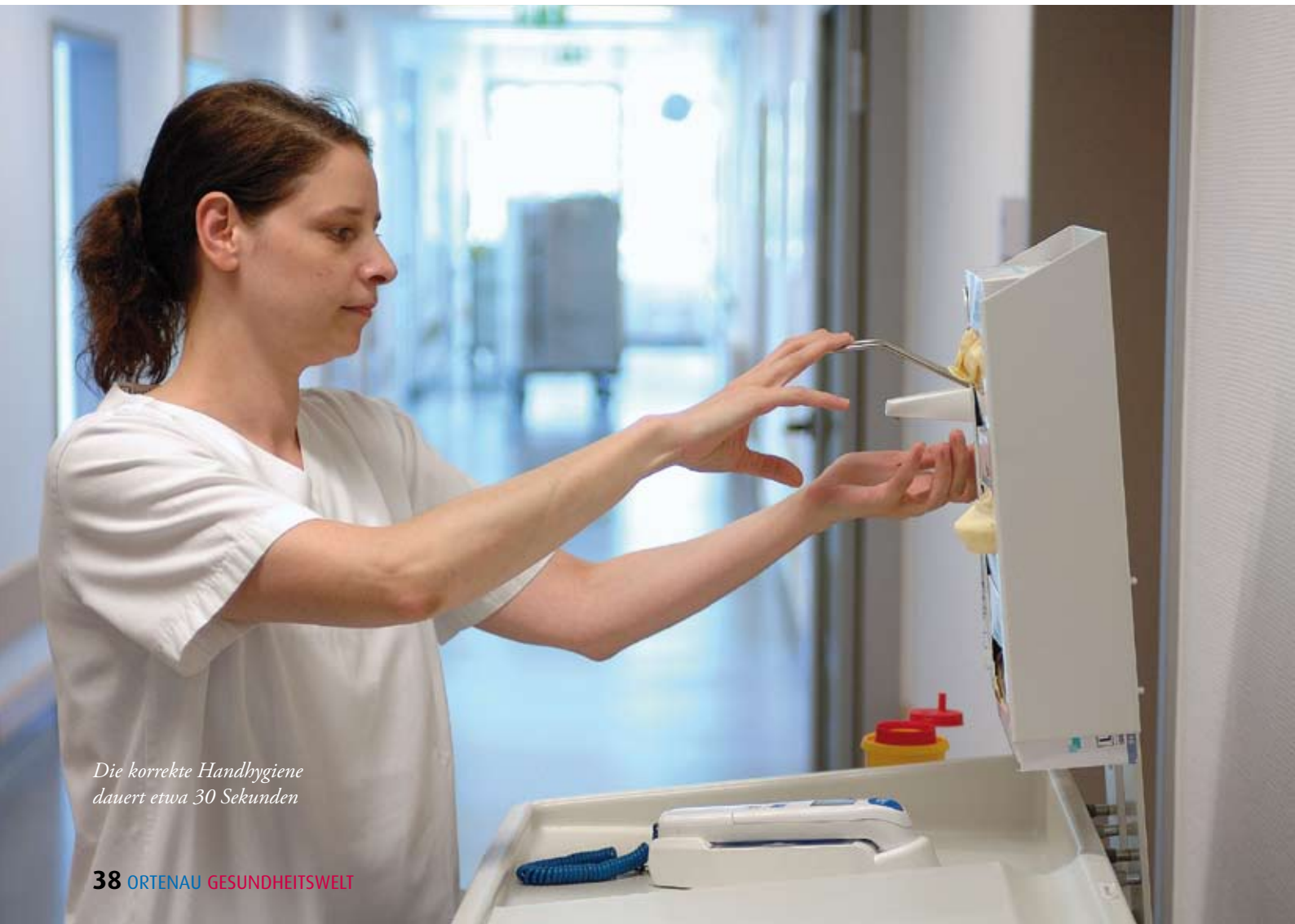
Hygienefachkräfte an allen Klinikstandorten

Für alle Fragen zu diesem Thema steht das Team der Hygiene-Beauftragten zur Verfügung. In diesem sind die speziell ausgebildeten Hygienefachkräfte der Standorte Achern, Ettenheim, Gengenbach, Kehl, Lahr, Oberkirch, Offenburg Ebertplatz, Offenburg St. Josefsklinik und Wolfach zu einer Zentralen Hygieneabteilung zusammengefasst. „Damit bündeln wir die Stärken der einzelnen Standorte und die fachliche Kompetenz der Teams“, erläutert Dr.

Auer gemeinsam mit seiner Stellvertreterin Dr. Tania Walzer, Fachärztin für Innere Medizin und Gastroenterologie.

Jede Fachabteilung hat eigene Hygiene-Profis

Und so funktioniert das im Krankenhausalltag: In jeder Fachabteilung des Klinikums gibt es Ärzte und Pflegekräfte, die sich intensiv mit dem Thema Hygiene auseinandergesetzt haben und dafür auch speziell geschult wurden. Sie sind quasi das „Frühwarnsystem“ in Sachen Hygiene.



Die korrekte Handhygiene dauert etwa 30 Sekunden

„Uns geht es darum, Fehler zu erkennen, bevor sie überhaupt gemacht werden“, betont Dr. Auer. „Das ist das Ziel – und so haben wir es auch geschafft, in den vergangenen Jahren den Blick aller Mitarbeiter für das Thema Sauberkeit zu schärfen.“ Gleichzeitig arbeitet das Zentrale Hygienemanagement nicht nur regelmäßig an einem möglichst optimalen Ist-Zustand, sondern will die Sauberkeit im Krankenhaus auch weiter verbessern.

Richtlinien des Robert-Koch-Instituts

Was viele Patienten nicht wissen: Die rechtliche Grundlage für die Arbeit der Ärzte und Pflegekräfte ist die Krankenhaushygieneverordnung des Landes Baden-Württemberg, die 2011 in Kraft trat. Sie basiert auf den bis dahin freiwilligen Richtlinien des Robert-Koch-Instituts zu Hygiene, Reinigung und Desinfektion. Für das Ortenau Klinikum bedeutete das jedoch keine große Umstellung der täglichen Routine. „Wir haben die Empfehlungen des RKI schon befolgt, bevor sie gesetzlich vorgeschrieben wurden“, sagt Dr. Auer. Dazu gehört beispielsweise eine korrekte Handhygiene:



In vielen Bereichen sind Handschuhe Pflicht

Korrekt ausgeführt beansprucht diese etwa 30 Sekunden und verbraucht mindestens drei Milliliter Desinfektionsmittel. Beim Kontakt mit Körperflüssigkeiten tragen die Mitarbeiter zudem Handschuhe und beispielsweise im Falle von Erbrochenem Mundschutz, da manche Keime auch durch die Luft übertragen werden können.

info

Aktion „Saubere Hände“

Händedesinfektion ist die wichtigste Maßnahme, um die Übertragung von Infektionserregern zu verhindern. Darum gibt es die bundesweite „Aktion Saubere Hände“, eine nationale Initiative zur Verbesserung der Händedesinfektion in deutschen Gesundheitseinrichtungen. Auch das Ortenau Klinikum beteiligt sich an dieser Initiative. So finden regelmäßige Aktionstage mit Informationsständen in verschiedenen Häusern des Ortenau Klinikums statt. Dort erhalten Patienten, Mitarbeiter und interessierte Besucher wichtige Informationen rund um das Thema Händedesinfektion im Krankenhaus. „Wir wollen damit unterstreichen, dass wir das Thema sehr ernst nehmen und permanent Aufklärungsarbeit leisten“, erläutert Dr. Dieter Auer, ärztlicher Leiter der Klinikhygiene am Ortenau Klinikum. Durch ein effektives Hygienemanagement, wie es das Ortenau Klinikum betreibt, könne die Zahl der Krankenhausinfektionen deutlich verringert werden.



nachgefragt

Fragen an Dr. Dieter Auer, Ärztlicher Leiter der Klinikhygiene am Ortenau Klinikum

Herr Dr. Auer, dass es im Krankenhaus sauber zugeht, ist aus Patientensicht doch selbstverständlich. Wozu braucht man da ein eigenes Hygienemanagement?

Die Abläufe in einer Klinik werden immer komplexer. Häufig greifen verschiedene Bereiche ineinander, beispielsweise wenn es um die Mahlzeiten geht, die in der Küche zubereitet, anschließend auf die Stationen geliefert und dort an die Patienten verteilt werden. Nur wenn wir in allen Abteilungen gleiche Standards haben, ist eine optimale Hygiene gewährleistet. Und genau dafür gibt es das zentrale Hygienemanagement, denn dort haben wir die Gesamtheit solcher Abläufe im Blick. Außerdem ist es unsere Aufgabe, über neue Entwicklungen, Produkte und Richtlinien in Sachen Hygiene auf dem Laufenden zu bleiben und zu prüfen, inwieweit eine Umsetzung bei uns am Ortenau Klinikum sinnvoll ist.

Wer unterstützt Sie dabei?

Es gibt verschiedene Verbände und Institutionen, die sich intensiv mit diesem Thema auseinandersetzen und mit denen wir in Kontakt stehen. Die Deutsche Gesellschaft für Krankenhaushygiene e.V. beispielsweise organisiert Kongresse und Fortbildungen, das Robert-Koch-Institut hat Richtlinien zur Krankenhaushygiene entworfen, die inzwischen gesetzlich verpflichtend sind und das Bundesgesundheitsministerium hat die Deutsche Antibiotika-Resistenzstrategie (DART) entwickelt. Diese enthält umfassende Maßnahmen zur Erkennung, Verhütung und Bekämpfung von Antibiotika-Resistenzen in Deutschland.

Welchen Herausforderungen müssen Sie sich in der Zukunft stellen?

Das meiste Kopfzerbrechen machen uns neue multiresistente Keime, die sich meist aus verschiedenen Erregern zusammenset-

zen und gegen verschiedene Antibiotika resistent sind. Das macht sie so gefährlich. Aber die Forschung beschäftigt sich intensiv mit der Entwicklung von neuen Medikamenten. Abschließend möchte ich betonen, dass jeder einzelne – auch Besucher und Patienten – etwas zur Krankenhaushygiene beitragen kann. Beispielhaft steht hier unsere Aktion 'Saubere Hände' (s. Extra-Kasten). Die Händedesinfektion ist die wichtigste Maßnahme, um die Übertragung von Infektionserregern zu verhindern.

Kniearthrose – wenn jeder Schritt zur Qual wird

Mit patientenindividuellen Behandlungskonzepten Lebensqualität zurückgewinnen

Beim Gehen, Treppen steigen, ins Auto einsteigen und vielen anderen alltäglichen Bewegungsabläufen ist unser größtes Gelenk aktiv – das Kniegelenk. Es ist nicht nur das größte Gelenk des menschlichen Körpers und kompliziert aufgebaut, sondern auch das am meisten beanspruchte, weshalb es häufig zu Erkrankungen kommt.

Das Kniegelenk verbindet drei Knochen miteinander: den Oberschenkelknochen, das Schienbein und die Kniescheibe, die von Bändern, Sehnen, und Muskeln zusammengehalten werden. Zwischen dem Oberschenkelknochen und dem Schienbein, die eine große Gelenkfläche bilden, befinden sich zwei sogenannte Menisken. Diese beiden halbmondförmigen Stoßdämpfer bestehen aus elastischem Knorpelgewebe und fangen den Druck und die Belastungen ab, denen unsere Knie täglich ausgesetzt sind.

Diagnose: Kniegelenksarthrose

Die weltweit häufigste Erkrankung des Kniegelenks ist die Arthrose. „Arthrose nennt man den übermäßigen Verschleiß der schützenden Knorpelschicht im Gelenk. Wenn die Knorpelschicht in den Gelenken dünner wird, bis die Knochen aufeinander reiben, dann liegt Arthrose vor, die starke Schmerzen hervorrufen kann“, erklärt Dr. Wolfgang Beeres, Chefarzt der Abteilung für Unfallchirurgie und Endoprothetik am Ortenau Klinikum Achern. Dabei betrifft die Erkrankung keineswegs nur ältere Menschen. „Die Ursachen von Arthrose sind ganz unterschiedlich. So können auch jün-



Das sagt die
Fachgesellschaft

Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik (AE)

Fragen an Prof. Dr. Bernd Fink,
Präsident der Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik

Herr Professor Fink, seit wann gibt es die Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik und was sind deren Ziele?

Die Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik wurde 1996 als gemeinnütziger Verein gegründet. Mitglieder sind führende Orthopäden und Unfallchirurgen sowie Wissenschaftler, die sich mit Fragen der Endoprothetik und anderen, gelenkerhaltenden Behandlungsverfahren beschäftigen. Die Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik hat im Wesentlichen zwei Aufgaben. Zum einen die Fort- und Weiterbildung von Ärzten und OP-Personal. Zum zweiten die Sicherung der Qualität in der endoprothetischen Patientenversorgung.

Wie profitieren Patienten von Ihren medizinischen und wissenschaftlichen Aktivitäten?

Letztlich hat alles, was wir tun, einen Effekt auf die gute Versorgung der Patienten – seien es Fortbildungen, Schulungen und Workshops für Ärzte und Pflegepersonal. Oder aber auch unsere Aktivitäten im Hin-

blick auf die Qualitätssicherung und -kontrolle. So unterstützen wir die Einführung des Endoprothesenregisters Deutschland (EPRD). Das Endoprothesenregister sammelt alle relevanten Daten zur Endoprothetik von Hüft- und Kniegelenken in Deutschland, um Patienten mehr Sicherheit und bessere Qualität zu bieten – kurz: Transparenz in der endoprothetischen Versorgung. Ziel ist es stets, die Lebensqualität von Patienten mit Erkrankungen und Verletzungen der Gelenke nachhaltig zu verbessern. Außerdem sind wir an der Etablierung der Endocert-Initiative als Grundlage für die Zertifizierung von Endoprothetikzentren beteiligt.

Was raten Sie Patienten, die vor einer Knie-Operation stehen?

Wichtig ist natürlich zuerst die Frage: Welcher Arzt hat einen guten Ruf? Hier sollte man sich beispielsweise im eigenen Bekanntenkreis umhören. Außerdem rate ich Patienten, eine Klinik aufzusuchen, in der dieser Eingriff sehr häufig durchgeführt wird,

in der die Ärzte also über hohe Erfahrung verfügen. Dafür lohnt es sich, entsprechende Wege in Kauf zu nehmen. Bei der Wahl des geeigneten Verfahrens und Implantats sind die Empfehlungen von „Dr. Google“ mit Vorsicht zu genießen. Hier sollten Patienten dem Rat ihres Arztes vertrauen, der nach einer intensiven Diagnosephase das optimale Operationsverfahren und das geeignete Implantat auswählt.

Weitere Informationen unter:
www.ae-germany.com

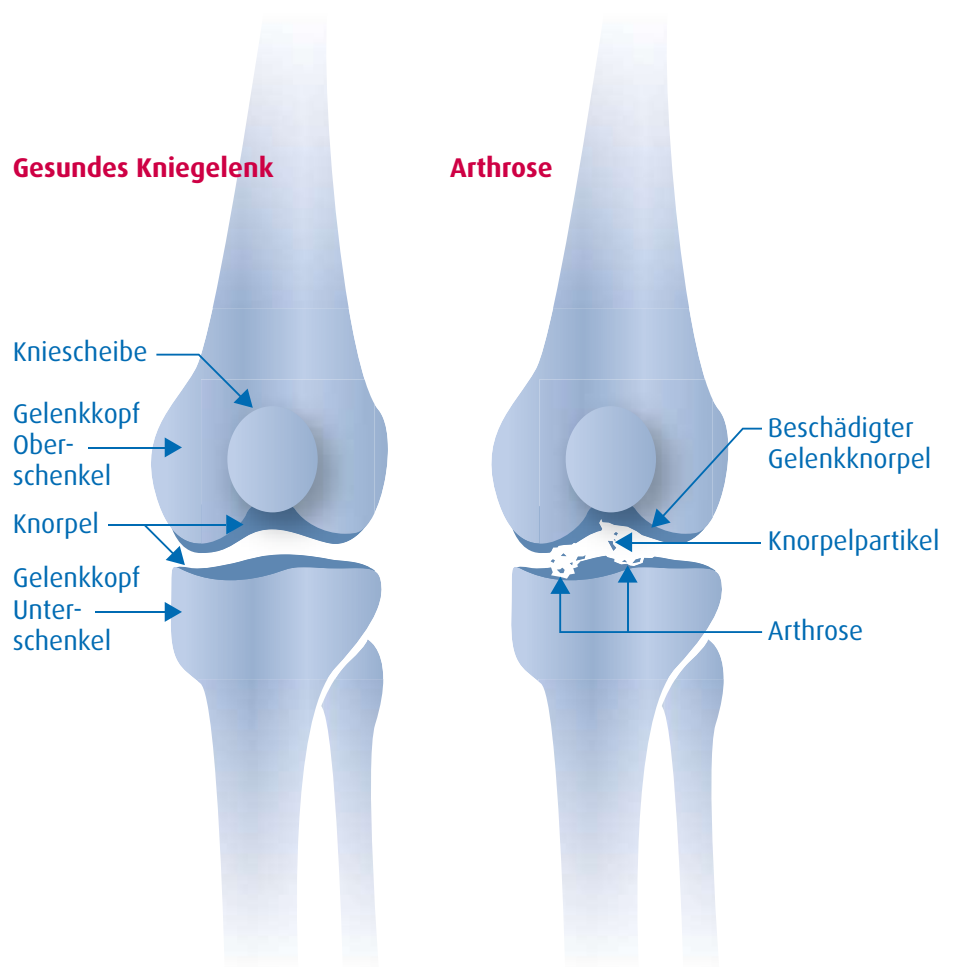
kontakt

Arbeitsgemeinschaft Endoprothetik
AE-Geschäftsstelle
Oltmannsstraße 5
79100 Freiburg
Telefon: 0761 45 64 76 66
E-Mail: sekretariat@ae-germany.com

gere Menschen betroffen sein, zum Beispiel aufgrund einer erhöhten Belastung durch bestimmte, intensiv betriebene Sportarten oder eines Berufes, der körperlich sehr fordernd ist. Arthrose ist außerdem häufig eine Folge vorangegangener Verletzungen, die die Kniegelenke gewissermaßen vorbelasten. Auch die Überlastung der Knie durch zu viel Körpergewicht kann eine Ursache von Arthrose sein“, so Dr. Beeres. Dies soll jedoch nicht bedeuten, dass der Arthrose durch Schonung der Knie und Vermeiden von Bewegung vorgebeugt werden könne. Im Gegenteil: Bewegungsmangel fördert die Arthrose des Gelenks. Schließlich sind unsere Kniegelenke ja für die Bewegung geschaffen.

Konservative Therapien ausschöpfen

Eine Arthrose ist leider nicht rückgängig zu machen. Ist ein Gelenk betroffen, gilt es, den Schmerzen entgegenzuwirken und die fortschreitende Erkrankung zu verlangsamen. So ist bei Übergewicht in jedem Fall eine Gewichtsabnahme nötig, um die Gelenke zu entlasten. „Die richtige Bewegung, und zwar regelmäßig, ist sehr wichtig bei Kniearthrose“, weiß Dr. Beeres und er fügt hinzu: „Eine Operation wird erst in



nachgefragt



Interview mit Dr. Wolfgang Beeres, Chefarzt der Abteilung für Endoprothetik und Unfallchirurgie am Ortenau Klinikum Achern

Wodurch zeichnet sich die Abteilung für Unfallchirurgie und Endoprothetik aus?

Ein besonderer Schwerpunkt unserer Abteilung ist der künstliche Ersatz des Knie- und Hüftgelenks mit jährlich bis zu 500 Eingriffen einschließlich komplexer Wechseloperationen nach Prothesenlockerung, -bruch oder -infektion. Dabei werden hochwertige, innovative Implantate, die auch bei besonders schwierigen Fällen geeignet sind, eingesetzt. Neben unserer jahrzehntelangen Erfahrung mit endoprothetischen Operationen zeichnet sich unsere Abteilung durch die Möglichkeit aus, Knochen aus unserer eigenen Knochenbank, kombiniert mit sogenannten modularen Prothesenkomponenten zu ersetzen. Durch diese Kombination können auch schwierigste Probleme dauerhaft mit guten Ergebnissen gelöst werden.

Betracht gezogen, wenn konservative Maßnahmen wie Physiotherapie, Krankengymnastik und Schmerztherapie nicht mehr weiterhelfen.“ In solchen Fällen leiden die Betroffenen alltäglich unter ihren Schmerzen, auch in Ruhestellung.

Wenn nichts mehr hilft

Wenn die Bewegung stark eingeschränkt ist und jeder Schritt zur Qual wird, kann durch den Einsatz eines Knieimplantats verlorene Lebensqualität zurückgewonnen werden. Denn von Arthrose Betroffene wollen trotz ihrer Erkrankung möglichst ohne Einschränkung in Beruf, Alltag und Freizeit an ihrem bisherigen Leben anschließen. Die moderne Endoprothetik wird diesen hohen Ansprüchen der Patienten an Mobilität und Aktivität heute zunehmend gerecht. „Aufgrund unserer jahrzehntelangen Erfahrung im Bereich des Kniegelenkersatzes und dank des rasanten Fortschritts im Bereich der Medizintechnik können wir in der Abteilung für Unfallchirurgie und Endoprothetik hervorragende Ergebnisse für unsere Patienten erzielen“, betont Chefarzt Dr. Beeres. Am Anfang der medizinischen Behandlung steht eine ausführliche Untersuchung;

Herr Dr. Beeres, welche Hilfe können Sie Patienten mit Kniearthrose am Ortenau Klinikum Achern anbieten?

Wenn Betroffene von Kniearthrose nach Ausschöpfung aller konservativen Behandlungsmöglichkeiten auch im Ruhezustand – sogar nachts – Schmerzen haben und sich kaum noch bewegen können, ist der Einsatz von einem Knieimplantat zumeist unausweichlich. Wir möchten diesen Patienten ihre Lebensqualität zurückgeben und dabei deren körperliche Fähigkeiten und Funktionen wieder herstellen bzw. erhalten. Dabei achten wir sehr sorgfältig auf modernste Implantationstechnik für eine lange Standzeit, also Haltedauer unserer Prothesen.

Welche OP ist bei Kniearthrose die richtige?

Jede Behandlungsmethode richtet sich nach dem Ausmaß der Erkrankung und dem Patienten selbst. Auch wenn verschiedene Patienten ähnliche Symptome zeigen, kann sich die Wahl des Operationsverfahrens und die der Implantate unterscheiden. Hier diagnostizieren wir in jedem Einzelfall sehr genau und entwickeln für jeden Patienten ein individuelles Behandlungskonzept. Zur Zeit

werden überwiegend sogenannte Oberflächenersatzimplantate mit Knochenzement eingesetzt, da die Arthrose meist beide Gelenkzonen innen und außen betrifft. Je nach Notwendigkeit und intraoperativem Augenschein kann auch ein Ersatz der Kniescheibenrückseite ergänzt werden. Bei vorwiegend einseitigem Verschleiß, meist des inneren Gelenkspaltes, der sog. Varusarthrose, setzen wir zunehmend auch einseitige Schlittenprothesen ein. Diese stellen einen wesentlich geringeren Eingriff mit weniger Schmerzen und deutlich schnellerer Rekonvaleszenz dar, da gesunde Gelenkbereiche erhalten bleiben und nur der erkrankte Knochen durch das Implantat ersetzt wird. Sie sind vor allem für jüngere Patienten geeignet und haben den großen Vorteil, dass bei späterer Lockerung infolge des langjährigen hohen Aktivitätsniveaus in der Regel problemlos zu einer konventionellen Oberflächenprothese gewechselt werden kann. Diese Methode scheint vielversprechend und zukunftstauglich zu sein, ist aber momentan noch in der Erprobungsphase. Daher liegen noch keine längerfristigen Ergebnisse vor, so dass hier unserer Meinung nach vor der allgemeinen Anwendung noch weitere Studienergebnisse abgewartet werden sollten.

„Eine intensive Diagnosephase ist die Grundlage für die Wahl des optimalen Operationsverfahrens und des geeigneten Implantats“, sagt Dr. Beeres.

Patientenindividuelle Knieimplantate

Vor allem für jüngere Patienten bietet die moderne Medizin innovative Behandlungsmöglichkeiten, z. B. mit vorab maßgefertigten Implantaten. Hierbei wird das Implantat dem Knochen angepasst und nicht umgekehrt wie bei bisherigen Endoprothesen. Wesentlicher Vorteil solch patientenindividueller Knieimplantate ist neben der exakten Passgenauigkeit von Implantat und Knochen, dass wirklich nur die erkrankten Bereiche der Gelenkoberfläche ersetzt werden. Gesunder Knochen bleibt erhalten. Der Eingriff ist dadurch weniger traumatisch und der vollständige Genesungsprozess erheblich kürzer. Allerdings ist diese Operationsmethode noch auf wenige sorgfältig ausgewählte Patienten beschränkt und muss in weiteren Studien



Patientenindividuelles Knieimplantat im Röntgenbild

untersucht werden. Bis zur allgemeinen Anwendung wird es noch dauern. Bis solide Ergebnisse vorliegen, favorisiert Achern bei jüngeren Patienten mit einseitiger Arthrose im Kniegelenk die Implantation von Schlit-

Endoprothetik Ortenau

Arthrose- und Gelenkzentrum

Die Endoprothetik Ortenau ist ein Zusammenschluss aller in diesem Fachbereich spezialisierten Ärzte am Ortenau Klinikum zu einem Qualitätszirkel. Ziel ist es, einen engen Erfahrungsaustausch zu pflegen, sich gemeinsam laufend über den aktuellen wissenschaftlichen Stand der Endoprothetik, über neue Operationsmethoden und Materialien zu informieren sowie gemeinsame Qualitätsstandards festzulegen und sich in bestimmten Fällen konsiliarisch zu Rate zu ziehen, um für jeden Patienten ein individuelles Behandlungskonzept zu entwickeln. Basis dazu ist ihre jahrzehntelange Erfahrung mit jährlich mehr als 2.100 endoprothetischen Operationen in Folge von Arthrose an Hüfte (Coxarthrose = Hüftgelenk-arthrose) oder Knie (Gonarthrose = Kniegelenk-arthrose) – für das Jahr 2008 waren dies über 5 % der in Baden-Württemberg durchgeführten Endoprothese-Operationen an Hüfte und Knie (seit 2008 sind die Eingriffszahlen bundesweit weitgehend unverändert). Zudem verfügt die Endoprothetik Ortenau über eine große Erfahrung mit speziellen endoprothetischen Eingriffen z. B. an Schulter, Ellenbogen, Hand und Sprunggelenk.

Weitere Informationen unter
www.endoprothetik-ortenau.de

kontakt

Fachkliniken der Endoprothetik Ortenau

Ortenau Klinikum Achern Unfallchirurgie und Endoprothetik

Dr. med. Wolfgang Beeres
Josef-Wurzler-Straße 7
77855 Achern
Tel. 07841 700-2200
E-Mail:
chirurgie@ach.ortenau-klinikum.de

Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim Klinik für Unfall-, Orthopädische und Wirbelsäulenchirurgie

Prof. Dr. Akhil P. Verheyden
Klosterstraße 19
77933 Lahr
Tel. 07821 93-2303
E-Mail:
tina.fader@le.ortenau-klinikum.de

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach und Oberkirch Orthopädie, Spezielle Orthopädische Chirurgie, Orthopädische Rheumatologie

Dr. Bruno Schweigert
Leutkirchstraße 32
77723 Gengenbach
Tel. 07803 89-3001
E-Mail: orthopaedie@og.ortenau-klinikum.de

Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach Unfall-, Hand- und Wiederherstellende Chirurgie

Priv.-Doz. Dr. Reinhard Meier
Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-3301
E-Mail: unfallchirurgie@og.ortenau-klinikum.de

Ortenau Klinikum Wolfach Chirurgische Abteilung (Unfallchirurgie/ Orthopädie)

Dr. Oliver Datz
Oberwolfacher Straße 10
77709 Wolfach
Tel. 07834 970-401
E-Mail: oliver.datz@wol.ortenau-klinikum.de



Patienten mit Kniearthrose kann mit einem individuellen Behandlungskonzept Lebensqualität zurückgegeben werden

tenprothesen, sogenannten unicondylären Systemen. Auch dabei ist der Eingriff wesentlich kleiner, gesunde Gelenkstrukturen bleiben erhalten und die Rehabilitation ist schmerzärmer und deutlich schneller.

Hoher Qualitätsstandard

Die Fachabteilung für Unfallchirurgie und Endoprothetik am Ortenau Klinikum Achern bietet eine hohe Behandlungsqualität. Das bestätigt die unabhängige www.weisse-liste.de, ein gemeinsames Internetportal der Bertelsmannstiftung und der Dachverbände der größten Patienten- und Verbraucherorganisationen. Hier finden Patienten leicht verständliche Beurteilungen über deutsche Krankenhäuser. Grundlage sind gesetzlich vorgeschriebene Qualitätsberichte der Krankenhäuser mit Informationen über die Qualifikation ihrer Ärzte und den Erfolg ihrer Behandlungen. Ergänzt werden diese Daten durch die Erfahrungen ehemaliger Patienten, die gemeinsam mit der AOK und der BARMER GEK erhoben werden: Überdurchschnittlich viele, nämlich 84% der befragten

Patienten, geben an, dass sie die Chirurgische Abteilung in Achern weiterempfehlen würden. Zudem bescheinigt die AOK der Fachabteilung in Achern eine überdurchschnittlich hohe Qualität bei dem

Schwerpunkt Knieendoprothetik, ebenso den endoprothetischen Fachkliniken in Gengenbach, Lahr und Wolfach. Basis der Bewertung ist das sogenannte QSR-Verfahren der AOK, ein Verfahren zur Qualitätssicherung von Krankenhausbehandlungen, bei dem Ergebnisse ausgewählter Behandlungen anhand möglicher Komplikationen bzw. unerwünschter Folgeereignisse (Indikatoren) bewertet werden. Die Abkürzung QSR steht für „Qualitätssicherung mit Routinedaten“. Das Bewertungsverfahren besitzt den Vorteil auch langfristige Behandlungsqualität messen zu können.

Den Krankenhausnavigator der AOK finden Sie hier:
<http://weisse-liste.krankenhaus.aok.de>

Warum ein gesunder Blutdruck die Nieren schützt



Dass sie ein Team sind, wissen häufig nur Experten: Ein gesunder Blutdruck schützt die Nieren und umgekehrt. Die Nieren regulieren den Blutdruck, indem sie mit Hilfe spezieller Hormone beispielsweise die Blutgefäße verengen oder weiten, dementsprechend steigt oder sinkt der Blutdruck.

Auch wirken die Nieren auf den Blutdruck, indem sie die Menge an Flüssigkeit im Körper regulieren. So können Nierenschäden Auslöser von gefährlichem Bluthochdruck sein. Aber auch umgekehrt beeinflusst der Blutdruck die Nierengesundheit. Denn ein dauerhaft hoher Blutdruck schädigt die empfindlichen Gefäße der Nieren. Die Ortenau Gesundheitswelt erklärt, wie das Wechselspiel dieser beiden wichtigen Organe funktioniert, und was man tun kann, um Nieren und Blutdruck gesund zu halten.

Häufig unentdeckt: Bluthochdruck

Bluthochdruck ist eine Volkskrankheit. Jeder vierte bis fünfte Deutsche ist davon betroffen, doch Beschwerden haben nur die wenigsten Patienten. Jeder Zweite ahnt nichts von seiner Erkrankung. Und genau das macht Bluthochdruck so gefährlich:

Bleibt er über einen langen Zeitraum unerkannt, kann er den Organismus schwer schädigen. Besonders gefährdet sind die Nieren. Denn was viele Menschen nicht wissen: Bluthochdruck kann eine Nierenerkrankung verursachen und zu chronischem Nierenversagen führen. „Die Bluthochdruck-Patienten von heute sind unsere Nierenpatienten von morgen, denn Bluthochdruck ist neben Diabetes die Hauptursache für chronische Nierenleiden“, sagt Dr. Martin Hornberger, Chefarzt der Klinik für Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Diabetologie und Shuntchirurgie am Ortenau Klinikum Ebertplatz und Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Nephrologie.

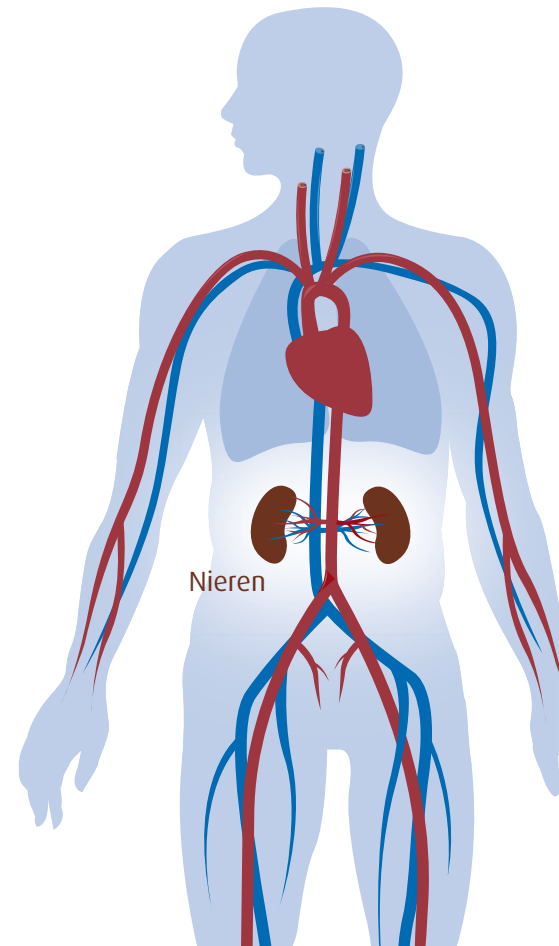
Warnzeichen

Gleichzeitig kann ein erhöhter Blutdruck auch ein Anzeichen für eine bereits bestehende Nierenerkrankung sein. „Erhöhter Blutdruck ist also in jedem Fall ein Warnzeichen des Körpers und sollte nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Ein richtig eingestellter Blutdruck bedeutet aktiven Nierenschutz“, so Dr. Horn-

berger. Doch ab wann sprechen Mediziner von Bluthochdruck? „Gesund ist ein Blutdruck unter 130/80 mmHg. Bluthochdruck hingegen weist einen Wert von mindestens 140/90 mmHg auf“, erklärt der Mediziner. Ist der Wert stark erhöht, steht der Körper unter Dauerstress. Ist der Organismus einer solchen Belastung über einen sehr langen Zeitraum ausgesetzt, können die Folgen schwerwiegend sein: Bluthochdruck gilt als Ursache für Schlaganfälle, Herzerkrankungen, Durchblutungsstörungen – und auch Nierenversagen. Denn ein dauerhaft stark erhöhter Blutdruck schädigt die empfindlichen Nierengefäße und das Nierengewebe; tatsächlich verursacht nicht erkannter und unbehandelter Bluthochdruck eine Vielzahl der Fälle von Nierenversagen.

Nieren filtern 1700 Liter Blut am Tag

Dabei sollten die Nieren sorgsam behandelt werden, denn sie erfüllen eine wichtige Funktion in unserem Körper. Jeden Tag werden sie von durchschnittlich 1700 Litern Blut durchflossen, isolieren körpereigene Abfallstoffe und filtern Giftstoffe,



Das sagt die
Fachgesellschaft

DHL®

Interview mit Herrn Prof. Dr. med. Ulrich Kintscher,
Vorsitzender der Deutschen Hochdruckliga e. V. DHL® -
Deutsche Gesellschaft für Hypertonie und Prävention

kontakt

Deutsche Hochdruckliga e.V. DHL®
Berliner Str. 46, 69120 Heidelberg
Telefon: 06221 588550
E-Mail: info@hochdruckliga.de

Seit wann gibt es die Deutsche Hochdruckliga und wodurch zeichnet sie sich aus?

Gegründet wurde die Deutsche Hochdruckliga 1974 von Professor Dr. med. Franz Gross, einem engagierten Hypertonieforscher. Die Erkrankung „Bluthochdruck“ wurde damals oft gar nicht oder viel zu spät erkannt, so dass viele Menschen an den Spätfolgen starben. Die Deutsche Hochdruckliga setzte sich zum Ziel, die Situation von Bluthochdruckpatienten zu verbessern und baute zunächst vor allem auf die Information von Ärzten. Heute verstehen wir uns nicht mehr als reine Fachgesellschaft, sondern auch als Patientenorganisation. Wir engagieren uns für Aufklärung und Präventionsarbeit und unterstützen Selbsthilfegruppen. In dieser Verbindung von Experten- und Patienten-netzwerken sehe ich ein großes Potenzial. Sie zeichnet die DHL® meiner Ansicht nach in ganz besonderer Weise aus.

Was sind Ihre Aufgaben und Ziele?

In Deutschland sind rund 35 Millionen Menschen von Bluthochdruck betroffen. Etwa

jeder zweite davon weiß nicht, dass er Bluthochdruck hat. Oft macht die Krankheit sich erst durch Spätfolgen wie Schlaganfälle, Herzinfarkte, Herzschwäche oder Nierenerkrankungen bemerkbar. Und die Patienten, die in Behandlung sind, erreichen oft keine ausreichende Blutdrucksenkung unter dem empfohlenen Zielwert. Information und Aufklärung sind für uns daher ein zentrales Anliegen. Darüber hinaus fördern wir Wissenschaft und Forschung zu Bluthochdruck sowie neue Therapieansätze, um die Situation von Patienten weiter zu verbessern. Wir vergeben Stiftungsprofessuren, Wissenschaftspreise und organisieren jedes Jahr einen Wissenschaftlichen Kongress. Einen sehr hohen Stellenwert hat für uns auch die Nachwuchsförderung: Wir wollen junge Ärzte und Wissenschaftler für das Thema Bluthochdruck begeistern, denn nur hervorragend ausgebildete und motivierte Mediziner können Bluthochdruckpatienten bestmöglich therapieren. Um die Qualifizierung von Ärztinnen und Ärzten im Bereich Bluthochdruck zu verbessern, hat die DHL® 2005 die Deutsche Hypertonie

Akademie gegründet. Unter ihrem Dach können Mediziner sich zum Hypertensiologen DHL® fortbilden. Für medizinisches Fachpersonal, wie z.B. Arzthelfer und Krankenpfleger, gibt es die Fortbildung zum Hypertonieassistenten DHL®.

Wie profitieren Patienten von den medizinischen und wissenschaftlichen Aktivitäten der Deutschen Hochdruckliga?

Trotz vieler Fortschritte in Wissenschaft und Praxis wird Bluthochdruck immer noch bei vielen Menschen zu spät erkannt und nicht oder nur unzureichend behandelt; Aufklärungs- und Präventionsarbeit erreichen zudem nicht genügend Menschen. Auch wenn sich die Situation seit der Gründung der Hochdruckliga für die Patienten deutlich verbessert hat, bleibt viel zu tun: Um die Entstehung von Bluthochdruck von vornherein zu verhindern. Oder um den Betroffenen mit der bestmöglichen Therapie möglichst lange eine hohe Lebensqualität zu erhalten. Das ist unser Ansporn.

die beispielsweise über Medikamente und Umweltgifte in unseren Körper gelangen. Sie bilden dabei etwa 190 Liter sogenannten Primärharn, wovon jedoch nur 1–2 Liter den Körper als Urin (Endharn) verlassen. Die restliche Flüssigkeit gelangt wieder in den Blutkreislauf, sonst würde man innerhalb kürzester Zeit austrocknen und alle lebensnotwendigen Salze verlieren. Darüber hinaus regulieren die Nieren die Körperflüssigkeiten und Mineralien wie Natrium, Kalium, Kalzium und bilden wichtige Hormone.

Nachlassende Funktion

Was aber passiert, wenn die Nieren nicht mehr mit voller Kraft arbeiten können? In diesem Fall sammeln sich die Abfallstoffe im Blut. Die Nieren sind zunächst in der Lage, eine eventuell nachlassende Funktion auszugleichen, ohne dass der Patient größere Beschwerden hat. Bleibt die Nierenerkrankung jedoch längere Zeit unentdeckt, drohen ernste gesundheitliche Folgen.

Die Krankheit kommt schleichend

Wenn Mediziner von chronischer Niereninsuffizienz sprechen, dann meinen

sie damit, dass die Nieren nach und nach ihre Funktionen verlieren. Dieser Prozess vollzieht sich schleichend und über Jahre hinweg. Erste Anzeichen können Müdigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Appetitlosigkeit, nächtliche Muskelkrämpfe sowie geschwollene Knöchel und Beine sein. Eine Nierenerkrankung kann jedoch frühzeitig diagnostiziert werden, wenn man bei den ersten Anzeichen zum Arzt geht. Wie stark die Nieren eventuell bereits geschädigt sind, kann der behandelnde Arzt mit einem Bluttest, bei dem die Glomeruläre Filtrationsrate (GFR) ermittelt wird, herausfinden. Die GFR ist ein Maß der Nierenfunktionsleistung und wird anhand der Elimination von Stoffen wie Kreatinin (ein Produkt des Muskelstoffwechsels) und Harnstoff ermittelt.

Wechselspiel

Unabhängig davon, ob eine gestörte Nierenfunktion zu einem Blutdruckanstieg führt oder umgekehrt, schädigt der zu hohe Blutdruck die Nieren. Blutdruck und Nieren sind also ein unschlagbares Team – wenn man beide achtsam behandelt und gesund hält.

info

Shuntzentrum Offenburg Ebertplatz

Der Klinik für Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Diabetologie und Shuntchirurgie ist das sogenannte Shuntzentrum angegliedert. Als Dialyse-Shunt bezeichnen Mediziner eine natürliche oder künstlich angelegte Verbindung zwischen zwei Gefäßen. Für Dialysepatienten beispielsweise ist der Shunt eine hochsensible „Lebensader“, über die sie zur Blutwäsche an die Dialysesmaschine angeschlossen werden. Im Shuntzentrum Offenburg Ebertplatz werden Shunt-Neuanlagen und -revisionen ausgeführt, insbesondere bei schwierigen Gefäßverhältnissen. Jährlich werden im Shuntzentrum rund 2000 Patienten operiert. Der Ärztliche Leiter Dr. Eckehard Mündlein zählt zu den führenden Shunt-Operateuren Deutschlands. Weitere Informationen unter www.shuntzentrum-ortenau.de



nachgefragt

Fragen an Dr. Martin Hornberger, Chefarzt der Klinik für Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Diabetologie und Shuntchirurgie am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Herr Dr. Hornberger, welche Menschen finden bei Ihnen Hilfe?

Wir behandeln sowohl Patienten, die unter Diabetes mellitus leiden, als auch Patienten mit schwerem Bluthochdruck, Nebenschilddrüsen- und Nebennieren-Erkrankungen. Ein besonderer Schwerpunkt unserer Arbeit ist die Behandlung von Patienten mit Nierenerkrankungen, von Nierentransplantierten und von Dialysepatienten. Außerdem kümmern wir uns um nierenkranke Patienten, die vielfältige internistische Krankheitsbilder haben. Da wir Kooperationspartner des Nephrologischen Zentrums Offenburg (NZO) sind, können wir unseren Patienten eine integrierte Versorgung garantieren und uns eng mit den Ärzten des NZO abstimmen.

Wie können Sie Patienten mit Nierenerkrankungen helfen?

Zunächst sorgen wir für eine sorgfältige Diagnose, um die Nierenfunktion beurteilen zu können. Dazu gehören einfache Maßnahmen wie die Blutdruckmessung, ein Test

zum Nachweis von Protein im Urin und eine Blutuntersuchung auf Kreatinin zur Messung ihrer Glomerulusfiltrationsrate (GFR), anhand derer der Arzt den Grad der Nierenfunktion feststellt. Weiter können auch eine Ultraschalluntersuchung, seltener eine Computer- oder Kernspintomographie oder eine Nierenbiopsie notwendig werden. Anschließend versuchen wir unter anderem mit den richtigen Medikamenten und einer eventuellen Umstellung des Lebensstils das Fortschreiten der Krankheit aufzuhalten. Bei Nierenversagen muss allerdings über ein Nierenersatzverfahren nachgedacht werden. In Frage kommen die Hämodialyse (Blutreinigung über ein extrakorporales System), die Peritonealdialyse (Reinigung über das körpereigene Bauchfell) oder die Nierentransplantation.

Was können Sie für Dialysepatienten tun?

Wir führen jährlich etwa 4.000 sogenannten extrakorporale Hämodialysen stationär

kontakt

**Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach
Nieren- und Hochdruckkrankheiten,
Diabetologie und Shuntchirurgie**

Dr. Martin Hornberger
Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-2601
E-Mail:
nephrologie@og.ortenau-klinikum.de

durch und weitere 450 sogenannte Bauchfelldialysen in Zusammenarbeit mit dem NZO. Wichtig ist für Nierenpatienten die Anlage eines Dialyse-Shunts, einer natürlichen oder künstlich angelegten Verbindung zwischen zwei Gefäßen. Über den Shunt wird der Patient an die Blutwäsche-Maschine angeschlossen. In unserem Shuntzentrum können wir den Patienten neue Shunts legen oder korrigieren und sind auf besonders schwierige Gefäßverhältnisse spezialisiert. Ebenfalls bieten wir die operative Anlage eines Katheters zur Durchführung der Bauchfelldialyse (in Zusammenarbeit mit unseren allgemeinchirurgischen Kollegen) an.

Fragen an Dr. Achim Wacker, Facharzt für Allgemein-, Notfall- und Palliativmedizin und Mitglied im Palliativ-Team Ortenau

Herr Dr. Wacker, jeder fünfte Deutsche denkt, dass es sich bei Palliativmedizin nur um Schmerzlinderung handelt. Ist das alles, was das Palliativteam Ortenau für die Patienten tun kann?

Die Schmerzen der Patienten zu lindern ist ein wichtiger Teil unserer Arbeit, aber bei Weitem nicht alles. Deshalb betreuen wir die Betroffenen ganzheitlich, also auf der körperlichen, seelischen und geistigen Ebene.

Wie muss man sich das praktisch vorstellen?

Wir haben eine große Bandbreite an Mitarbeitern: Ärzte kümmern sich beispielsweise darum, in welcher Dosierung welche Schmerzmittel verabreicht werden müssen, und wie man Symptome wie Übelkeit oder Verstopfung bekämpft. Speziell ausgebildete Pflegekräfte geben z. B. Tipps zur richtigen Mundpflege, Lagerung etc. Sie führen Gespräche mit den Betroffenen, um Ängste abzubauen, sind Ansprechpartner für die ambulanten Pflegedienste und koordinieren die Versorgung der Patienten im häuslichen Umfeld. Wir arbeiten eng mit Seelsorgern und Psychologen zusammen, wenn es darum geht, emotional mit dem Thema ‚Sterben und Tod‘ umzugehen. Die Sozialarbeiter der Kliniken helfen uns bei sozialrechtlichen Fragen. Niedergelassene Physiotherapeuten unterstützen die Patienten bei Muskelübungen, beim Atemtraining und anderen Therapiemaßnahmen. Zu unserer Aufgabe gehört es auch, die Angehörigen auf Krisensituationen vorzubereiten, die im Laufe der Krankheit auftreten können. Sie sehen also, wir sind breit aufgestellt.

Zehn Prozent der Bundesbürger wechseln Palliativmedizin mit sanfter Sterbehilfe – wie ist das tatsächlich?

Aktive Sterbehilfe lehnen wir strikt ab. Vielmehr begleiten wir unsere Patienten auf ihrem letzten Weg und helfen mit, ihren Tagen mehr Leben zu geben.

Palliativmedizin – weil jeder Tag zählt

Für Heidi B. unterteilt sich der Alltag mit ihrem Mann Hans-Peter in gute und schlechte Tage. An guten Tagen hören sie gemeinsam Musik, danach liest sie ihm aus der Zeitung vor und wenn der Tag sehr gut ist, unterhalten sie sich ein bisschen. Hans-Peter B. hat Bauchspeicheldrüsenkrebs. Der Tumor hat bereits gestreut, nun ist auch die Leber befallen. Heilung, so sagen die Ärzte, gibt es nicht mehr. Für Heidi B. war sofort klar: „Ich wollte, dass die Zeit, die meinem Mann bleibt, für ihn so schön und angenehm wie möglich ist“, betont die 76-Jährige. Doch dann kamen die Fragen: Wie pflege ich einen Todkranken? Was muss ich tun, wenn die Schmerzen unerträglich sind? Gibt es finanzielle Unterstützung und woher bekomme ich diese?

Um solche Fragen und praktische Probleme kümmert sich am Ortenau Klinikum ein eigenes, interdisziplinäres Palliativ-Team. Die Mitarbeiter begleiten Patienten, bei denen eine Heilung nicht mehr möglich und deren Lebenserwartung begrenzt ist. Heidi B. war anfangs skeptisch: „Unter ‚Palliativmedizin‘ konnte ich mir zu Beginn nichts vorstellen.“

Linderung von Beschwerden

Bei der Palliativmedizin geht es um die Linderung von Beschwerden, die im Zusammenhang mit unheilbaren Krankheiten auftreten. „Unsere Aufgabe ist es, den Patienten und seine Angehörigen zu begleiten und durch gezielte Maßnahmen die Lebensqualität zu steigern“, sagt Dr. Achim Wacker, Mitglied im Palliativ-Team Ortenau. „Der Mensch steht für uns im Mittelpunkt, das Ziel ist ein so weit wie möglich selbstbestimmtes Leben. Deshalb verfolgen wir ein ganzheitliches Konzept: Angefangen von der Schmerztherapie und der Linderung von Beschwerden wie Übelkeit oder Atemnot, über pflegerische, psychische, soziale bis hin zu spirituellen Fragen.“

Hilfe auch für Angehörige

Von dieser Hilfe profitieren nicht nur die Patienten selbst, sondern auch deren Angehörige. „Durch die Krankheit fallen neue organisatorische und praktische Aufgaben an, die zunächst schwierig erscheinen“, so Dr. Wacker. „Die neue Lebenssituation belastet die Angehörigen psychisch und physisch. Wir sind auch dafür da, dies aufzufangen.“

Lebensqualität als Sterbenskranker – was bedeutet das?

„Ein wichtiger Teil unserer Arbeit ist beispielsweise die Mundpflege der Patienten. Durch Medikamente oder Therapien leiden die Betroffenen häufig unter Mundtrockenheit, schmerzhaften Aphthen oder unangenehmem Mundgeruch. Durch professionelle Mundhygiene können wir da Abhilfe schaffen“, sagt Dr. Wacker. Auch die Gabe von Medikamenten gegen Atemnot oder Husten, aber auch gegen Schmerzen und Angst, gehören zu den alltäglichen Aufgaben des Palliativ-Teams. Alle diese Maßnahmen sollen helfen, die Betroffenen von unnötigem Leiden zu befreien. Dank der modernen Medizin gibt es zahlreiche Möglichkeiten, um den Patienten das Leben, das ihnen noch bleibt, so lebenswert wie möglich zu machen.

kontakt

**Palliativ-Team Ortenau
Ortenau Klinikum**

Ute Königsmann

Tel. 0173 6582363

E-Mail: pto@ortenau-klinikum.de

Weitere Informationen auch unter
www.palliativ-team-ortenau.de



**Spitalverein
Offenburg e.V.**
Förderkreis Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach

Spitalverein Offenburg

Im Fokus: Enge Verknüpfung von medizinischer und pflegerischer Kompetenz mit gelebter Menschlichkeit

„Werteorientierung und Menschlichkeit – gerade für ein Krankenhaus sind dies Begriffe von zentraler Bedeutung, die immer wieder mit Leben gefüllt werden müssen, damit sie erfahrbar bleiben trotz des Kostendrucks und den Wirtschaftlichkeitsforderungen, die deutschlandweit auf den Kliniken lasten“, sagt Prof. Dr. Jörg Laubenberger. Zu diesem Zweck und mit Unterstützung der Volkshochschule Offenburg hat der Spitalverein Offenburg e.V., der Förderverein des Ortenau Klinikums Offenburg-Gengenbach, unter Vorsitz von Professor Laubenberger die Vortragsreihe „Ethik und Achtsamkeit“ ins Leben gerufen. Die Vorträge dieser Reihe richten sich sowohl an interessierte Bürger der Stadt und Region als auch an die Mitarbeiter des Klinikums.

Wertvolle Impulse setzen

Eingeladen werden renommierte Persönlichkeiten aus Wissenschaft, Kirche, Politik und Wirtschaft. Schwerpunkte der Vortragsreihe sind der Stellenwert von Ethik und Achtsamkeit in der alltäglichen Arbeit einer modernen Klinik und die Frage, wie eine Klinik das karitativ-mitmenschliche Denken und Handeln stärken kann. Begleitend dazu bietet die Patientenfürsprecherin Ingrid Fuchs mit Unterstützung der Ökumenischen Klinikseelsorge Offenburg einmal monatlich die sehr gut besuchte Achtsamkeitsübung „Gemeinsam meditieren – miteinander schweigen“ für Mitarbeiter des Klinikums sowie für die interessierte Öffentlichkeit an. Professor Laubenberger betont: „Wir freuen uns, wenn konkrete Impulse aus unserer Vor-

tragsreihe erwachsen, wie z. B. die Durchführung einer Forschungsstudie zur Frage nach der Wirkung von Meditation bei Ärzten und Pflegekräften, die Dr. Andreas Jakob, Leiter des Onkologischen Zentrums Ortenau, für die Palliativeinheit seiner Offenburgener Fachklinik Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin gemeinsam mit unserem ersten Referenten Professor Schmidt plant.“ Prof. Dr. Stefan Schmidt, Leiter der Akademischen Sektion für Komplementärmedizinische Evaluationsforschung am Universitätsklinikum Freiburg, sprach zum Auftakt der zweijährigen Reihe im Dezember 2012 über das Thema „Achtsamkeit – ein Weg aus der Beschleunigung“; den abschließenden Vortrag hält Benediktinerpater Dr. Anselm Grün im Oktober 2014 über die heilende Wirkung der Sprache

(siehe Infokasten) – Pater Anselm ist einer der meistgelesenen deutschen Autoren der Gegenwart.

Prominente Schirmherrschaft und Unterstützung

Die Schirmherrschaft der Vortragsreihe „Ethik und Achtsamkeit“ haben Prof. Dr. Giovanni Maio, Arzt und Medizinethiker sowie Direktor des Instituts für Ethik und Geschichte der Medizin an der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg und die bekannte Ordensschwester und ausgewiesene Pflegeexpertin Liliane Juchli. Professor Maio beschreibt seine Vorstellung einer optimalen Klinikversorgung wie folgt: „Ein kranker Mensch ist nicht nur auf die richtige Applikation angewiesen, sondern braucht zusätzlich ein verstehendes Gegenüber, das ihm signalisiert, dass es von innen heraus das Verlangen hat, ihm zu helfen“ – sonst werde ein Krankenhaus zu einer bloßen Reparaturwerkstatt, dagegen beziehe Heilung stets den gesamten Menschen mit ein. Schwester Liliane, von der das berühmte Pflegeleitwort „Ich pflege als die, die ich bin“ stammt, betont noch deutlicher: „Leben heißt lieben, und Pflegen heißt lieben üben. Liebe ist nicht als Zugabe zur Profes-



info Pater Anselm Grün

Dr. Anselm Grün ist Benediktinerpater und Cellerar (wirtschaftlicher Leiter) der Abtei Münsterschwarzach. Er ist einer der meistgelesenen deutschen Autoren der Gegenwart sowie Referent zu spirituellen und geistlichen Themen. Im Oktober 2014 spricht Pater Anselm Grün zu dem Thema „Achtsam sprechen. Die heilende Wirkung der Sprache wieder entdecken.“

Mo, 13.10.2014, 20 Uhr, Auditorium, St. Josefsklinik, Offenburg.
Weitere Informationen unter www.ethik-und-achtsamkeit.de.

nachgefragt



Fragen an Edith Schreiner,
Oberbürgermeisterin
der Stadt Offenburg:

Frau Oberbürgermeisterin, die Stadt Offenburg ist Mitglied im Spitalverein Offenburg. Was sind die Gründe hierfür? Und welche Bedeutung hat der Spitalverein Offenburg für die Patienten und die Menschen aus der Region?

Es ist wahrscheinlich, dass ein Mensch im Laufe seines Lebens einmal Patient wird und in einem Klinikum seiner Region behandelt wird. Dann erwartet er eine gute ärztliche, pflegerische und seelische Betreuung, die sich an modernsten medizinischen und technischen Möglichkeiten orientiert. Der Spitalverein bietet den Offenburger Bürgerinnen und Bürgern die Möglichkeit, ihr öffentliches Krankenhaus durch ideelle und materielle Unterstützung aktiv mitzugestalten – dazu ist auch die Stadt Offenburg Mitglied im Förderverein.

sionalität zu sehen sondern als deren Fundament.“

Seit kurzem zählt auch die Stadt Offenburg, vertreten durch die Oberbürgermeisterin Edith Schreiner, zum Kreis der Förderer – „für den Spitalverein ist diese wertvolle Unterstützung eine große Freude“, betont Prof. Laubenberger.

Gründung vor einem Jahr

Die Vortragsreihe „Ethik und Achtsamkeit“ ist die erste wichtige Aktivität des Spitalvereins Offenburg, dessen Gründung letztes Jahr im Oktober mit dem 100-jährigen Jubiläum des Ortenau Klinikums Offenburg-Gengenbach zusammenfiel. Ziel des Spitalvereins ist die ideelle und materielle Förderung der medizinischen und pflegerischen Arbeit des Ortenau Klinikums Offenburg-Gengenbach. Insbesondere sollen vorsorgemedizinische Projekte, die gesundheitliche Aufklärung der Bevölkerung, die Betreuung von Demenzkranken sowie die palliativmedizinische Versorgung gefördert werden. Zum Erreichen dieser Ziele ist neben der Trägerschaft des Ortenaukreises



Fragen an Ingrid Fuchs, Gründungsmitglied des Spitalvereins Offenburg e.V., Patientenfürsprecherin und Mitglied des Ethikkomitees am Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach sowie Ansprechpartnerin des Klinikverbundes für Selbsthilfegruppen:

Frau Fuchs, Sie haben die Vortragsreihe „Ethik und Achtsamkeit“ mit initiiert und bieten regelmäßig eine Meditationsübung an. Wo sehen Sie Herausforderungen im heutigen, schnelllebigen Klinikalltag?

Die Tätigkeit in einem Krankenhaus war immer schon eine besondere: Hier werden Menschen geboren, es kommen kranke Menschen voller Vertrauen und Hoffnung, doch nicht immer ist Heilung möglich, weshalb sich hier auch das Sterben vollziehen kann. Die Beschäftigung mit Fragen der Ethik und die Achtsamkeitsübung, das Spüren in sich hinein, können den medizinischen und pflegerischen Experten sowie allen Mitarbeitenden in einem Krankenhaus Orientierung bieten bei ihrer Arbeit mit den anvertrauten Menschen und die innere Kraft, selbst im Gleichgewicht zu bleiben.

auch die engagierte Unterstützung durch die Bevölkerung notwendig. Dazu will der Spitalverein die Verbindung zwischen der Bevölkerung Offenburgs und Umgebung mit dem Klinikum gezielt stärken. Jegliche Unterstützung und Förderung kommt letztendlich den Patientinnen und Patienten zugute.

Weitere Informationen unter www.spitalverein-offenburg.de und www.ethik-und-achtsamkeit.de.

kontakt

Spitalverein Offenburg e.V.

Prof. Dr. Jörg Laubenberger
(Vorsitzender Spitalverein)
Ärztlicher Direktor Ortenau Klinikum
Offenburg-Gengenbach
Chefarzt Radiologisches Institut
Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Tel. 0781 472-3101
E-Mail: radiologie@og.ortenau-klinikum.de



Fragen an Prof. Dr. Jörg Laubenberger, Vorsitzender des Spitalvereins Offenburg e.V., Ärztlicher Direktor des Ortenau Klinikums Offenburg-Gengenbach und Chefarzt des Radiologischen Instituts:

Herr Professor Laubenberger, welche Hoffnungen und Wünsche haben Sie in Bezug auf zukünftige Tätigkeiten des Spitalvereins Offenburg?

Unseren Spitalverein verstehen wir als Bindeglied zur Zusammenführung all derer, denen die Förderung des Ortenau Klinikums Offenburg-Gengenbach ideell wie auch materiell ein Anliegen ist – dazu gehören engagierte Bürgerinnen und Bürger, aber auch Unternehmen, Verbände und Institutionen. Wir haben noch viele Ideen für interessante Vorträge und Veranstaltungen zu Themen, die eine hohe Relevanz für unser Klinikum haben. Damit wollen wir ein Forum bieten für Begegnungen, aus denen konkrete Unterstützung, Förderung und Impulse für das tägliche praktische Handeln in unserem Klinikum erwachsen kann.

Ein herzliches Dankeschön!

Im Namen des Spitalvereins Offenburg bedanke ich mich ganz herzlich für die bisher eingegangenen großzügigen Einzelspenden vieler engagierter Offenburger Bürgerinnen und Bürger. Einen ganz besonderen Dank möchte ich der Offenburger Bürgerstiftung St. Andreas aussprechen, die eine Gesamtspende in Höhe von 10.000 Euro zur Unterstützung der Palliativstation des Ortenau Klinikums in Offenburg St. Josefsklinik bewilligt hat. Mit diesem Geld wird der Spitalverein ein wohnliches Zimmer mit kleiner Küche einrichten, das von Patientinnen und Patienten gemeinsam mit ihrem Besuch genutzt werden kann.

Wir wünschen Ihnen
ein gesundes Jahr 2014

Ihr
Prof. Dr. med. Jörg Laubenberger
Vorsitzender Spitalverein Offenburg e.V.

Unsere Klinikstandorte und Fachabteilungen

Wir sind für Sie da



Ortenau Klinikum Achern

Standort Achern

Josef-Wurzler-Straße 7
77855 Achern
Telefon 07841 700-0
Fax 07841 700-1090
E-Mail info@ach.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Innere Medizin
Dr. Rüdiger Feik
Allgemeinchirurgie
Dr. Gerhard Wesch
Unfallchirurgie
Dr. Wolfgang Beeres
Anästhesie
Dr. Michael Neuburger
Geburtshilfe/Gynäkologie
Dr. Thomas Füsslin
Dr. Muhamet Durmishi
Lilia Beck
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde
Belegärzte
Dr. Manuela Denzler
Dr. Wolf Schrader
Dr. Robert Wittenzeller



Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

Standort Ettenheim

Robert-Koch-Straße 15
77955 Ettenheim
Telefon 07822 430-0
Fax 07822 430-473
E-Mail info@le.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

**Unfall-, Orthopädische
und Wirbelsäulenchirurgie**
Prof. Dr. Akhil P. Verheyden
Viszeral-, Gefäß- und Thoraxchirurgie
Dr. Werner Lindemann
Medizinische Klinik
Dr. Theo Vetter
**Klinik für Anästhesiologie
und operative Intensivmedizin**
Prof. Dr. Georg Mols
**Klinik für Schmerztherapie,
Schmerzzentrum**
Dr. Ingo Schilk
Belegabteilung Nephrologie
Belegarzt
Dr. Klaus Sodemann



Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Standort Gengenbach

Leutkirchstraße 32
77723 Gengenbach
Telefon 07803 89-0
Fax 0781 472-1002
E-Mail info@og.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Anästhesiologie und Intensivmedizin
Dr. Jürgen Hug
**Allgemeine Innere Medizin,
Altersmedizin, Endokrinologie,
Rheumatologie**
Prof. Dr. Wolf-Bernhard Offensperger
**Orthopädie, Spezielle Orthopädische
Chirurgie, Orthopädische Rheumatologie**
Dr. Bruno Schweigert



Ortenau Klinikum Kehl

Standort Kehl

Kanzmattstraße 2
77694 Kehl
Telefon 07851 873-0
Fax 07851 873-217
E-Mail info@kel.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Innere Medizin
Dr. Stefan Hambrecht
Allgemeinchirurgie
Rainer Brobeil
Anästhesie
Dr. Rolf Ermerling
Gynäkologie
Felix Liber
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde
Belegärzte
Dr. Clemens Himmelsbach
Khaled Eid



Ortenau Klinikum Lahr-Ettenheim

Standort Lahr

Klosterstraße 19
77933 Lahr
Telefon 07821 93-0
Fax 07821 93-2050
E-Mail info@le.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Medizinische Klinik – Gastroenterologie, Hepatologie, Onkologie, Endokrinologie, Diabetologie, Darmzentrum Ortenau
Prof. Dr. Leonhard Mohr
Medizinische Klinik – Kardiologie, Pneumologie, Angiologie, Intensivmedizin, Herzinfarktzentrum
Prof. Dr. Manfred Mauser
Klinik für Unfall-, Orthopädische und Wirbelsäulenchirurgie
Prof. Dr. Akhil P. Verheyden
Klinik für Viszeral-, Gefäß- und Thoraxchirurgie, Urologie, Gefäßzentrum, Pankreaskarzinomzentrum
Dr. Werner Lindemann
Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Brustzentrum
Dr. Muneer Mansour
Klinik für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde, spezielle Kopf-Hals-Chirurgie und plastische Operationen
Dr. Olaf Ebeling
Neurologische Klinik, Regionaler Schlaganfallschwerpunkt
Prof. Dr. Volker Schuchardt
Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin
Prof. Dr. Georg Mols
Klinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Dr. Dr. Reinhard Niemann
Institut für Radiologie
Prof. Dr. Peter Billmann
Institut für Pathologie
Prof. Dr. Lothar Tietze



Ortenau Klinikum Oberkirch

Standort Oberkirch

Franz-Schubert-Straße 15
77704 Oberkirch
Telefon 07802 801-0
Fax 07802 801-182
E-Mail info@obk.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Innere Medizin
Dr. Michael Rost
Allgemeinchirurgie
Dr. Gerhard Wesch
Unfallchirurgie
Dr. Bruno Schweigert
Anästhesie
Dr. Michael Neuburger
Geburtshilfe/Gynäkologie
Belegärzte
Dr. Stephen Müller
Michael Schulze



Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Standort Offenburg Ebertplatz

Ebertplatz 12
77654 Offenburg
Telefon 0781 472-0
Fax 0781 472-1002
E-Mail info@og.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie

Dr. Bernhard Hügel,
Priv.-Doz. Dr. Uwe Pohlen

Frauenklinik

Dr. Andreas Brandt

Gastroenterologie, Hepatologie, Infektiologie, Altersmedizin

Prof. Dr. Wolf-Bernhard Offensperger
Kinderheilkunde und Jugendmedizin

Dr. Jens-Uwe Folkens

Neurologie, Schlaganfallereinheit, Schlafmedizin

Priv.-Doz. Dr. Carsten Wessig

Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Diabetologie, Shuntzentrum

Dr. Martin Hornberger

Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie

Dr. Tilman Schottler

Thoraxchirurgie

Dr. Lothar Latzke

Unfall-, Hand- und Wieder- herstellende Chirurgie

Priv.-Doz. Dr. Reinhard Meier

Urologie und Kinderurologie

Dr. Reinhard Groh,

Priv.-Doz. Dr. Jörg Simon

Anästhesiologie und Intensivmedizin

Dr. Friedrich Afflerbach,

Prof. Dr. Wolfram Engelhardt



Ortenau Klinikum Offenburg-Gengenbach

Standort Offenburg St. Josefsklinik

Weingartenstraße 70
77654 Offenburg
Telefon 0781 472-0
Fax 0781 472-1002
E-Mail info@og.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Augenklinik

Priv.-Doz. Prof. h.c. (Twer) Dr. Konrad Hille

Hämatologie, Onkologie,

Palliativmedizin

Dr. Andreas Jakob

Radio-Onkologie

Prof. Dr. Felix Momm

Kardiologie, Pneumologie, Angiologie, Intensivmedizin

Priv.-Doz. Dr. Siegfried Wieshammer

Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Dr. Dr. Reinhard Niemann

Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde

Belegärzte: Dr. Stephan Menstell,

Dr. Roland Müller

Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie

Belegärzte: Dr. Fritz Düker,

Dr. Dr. Jens Kuschnier

Institute/Chefärzte

Radiologisches Institut

Prof. Dr. Jörg Laubenberger,

Dr. Jörg Wirthle

Zentrallabor

Dr. Michael Elgas



Ortenau Klinikum Wolfach

Standort Wolfach

Oberwolfacher Straße 10
77706 Wolfach
Telefon 07834 970-0
Fax 07834 970-499
E-Mail info@wol.ortenau-klinikum.de

Fachkliniken/Chefärzte

Innere Medizin

Dr. Bruno Maria Kaufmann

Chirurgie

Dr. Volker Ansoerge

Dr. Oliver Datz

Anästhesie

Dr. Jürgen Hug

Gynäkologie

Belegärzte

Hansjörg Ehret

Dr. Rudolf Halder

Pflege und Betreuung für die Menschen in der Region

Sich zuhause fühlen



Pflegeheim am Nollen
Träger: Spitalfonds Gengenbach

Standort Gengenbach

Nollenstraße 11a
77723 Gengenbach
Telefon 07803 89-8541
Fax 07803 89-8552
E-Mail info@pflegeheim-am-nollen.de
www.pflegeheim-am-nollen.de

Das Pflegeheim am Nollen ist eine Einrichtung für Voll-, Kurzzeit- und Tagespflege für circa 50 ältere und pflegebedürftige Menschen. Angenommen und geborgen sein sowie aktive Pflege erfahren – darauf dürfen die Menschen vertrauen, die in unserem Pflegeheim, im Herzen der Stadt Gengenbach, wohnen. Bis zum Altstadt kern sind es nur wenige Meter, das ermöglicht älteren Menschen, weiter am öffentlichen Leben teilzunehmen.



**Pflege- und Betreuungsheim
Ortenau Klinikum**

Standort Gengenbach-Fußbach

Fußbach 5
77723 Gengenbach
Telefon 07803 805-0
Fax 07803 805-105
E-Mail info@pb.ortenau-klinikum.de
www.pflege-betreuung-ortenau.de

In unserem Pflege- und Betreuungsheim in Gengenbach-Fußbach bieten wir für über 300 sowohl ältere und pflegebedürftige als auch geistig behinderte, psychisch kranke und alkoholkrank Menschen ein pflegerisches kompetentes und menschlich liebevolles Zuhause an. Wir heißen sie gerne auf Dauer willkommen, betreuen sie aber genauso gerne als Kurzzeitpfleger oder Tagespflegegast. Die dorfähnliche Gemeinschaft unseres Heimes ermöglicht seinen Bewohnern ein lebendiges Zusammenleben inmitten einer reizvollen Landschaft mit guten Verkehrsverbindungen nach Gengenbach und Offenburg, ins Rheintal sowie in den Schwarzwald.

In Zell a. H. haben wir ein Haus mit drei kleinen Wohngruppen, auf denen wir uns auf die Betreuung von Menschen mit einer schweren Demenz spezialisiert haben.



Das Pflege- und Betreuungsheim Ortenau Klinikum, das Pflegeheim am Nollen und die ökumenische Sozialstation St. Martin sind Träger des Gengenbacher Pflegenetzwerks e.V.. Es unterstützt kranke, alte und behinderte Menschen in den Bereichen Pflege, Betreuung und Haushalt und steht Hilfesuchenden jederzeit mit Rat und Tat zur Seite. Das Gengenbacher Pflegenetzwerk hat ein gemeinsames Service-Telefon eingerichtet – hier finden Interessierte und Betroffene immer einen kompetenten Ansprechpartner.

Service-Telefon 07803 9214848

Leistungen des Gengenbacher Pflegenetzwerks e.V.

- Tagesbetreuung im Charlotte-Vorbeck-Haus (neben der Stadtkirche Gengenbach)
- Internetcafé für Senioren im Treff des Charlotte-Vorbeck-Hauses
- Essen auf Rädern
- Ambulante und stationäre Betreuung altersgebrechlicher, psychisch kranker und geistig verwirrter Menschen
- Behandlung nach ärztlicher Verordnung
- Eingliederungshilfe für seelisch, geistig und körperlich behinderte Menschen
- Außenwohngruppen
- Betreutes Wohnen für erwachsene behinderte Menschen
- Hausnotruf
- Hauswirtschaftliche Versorgung

Die medizinische und pflegerische Kompetenz



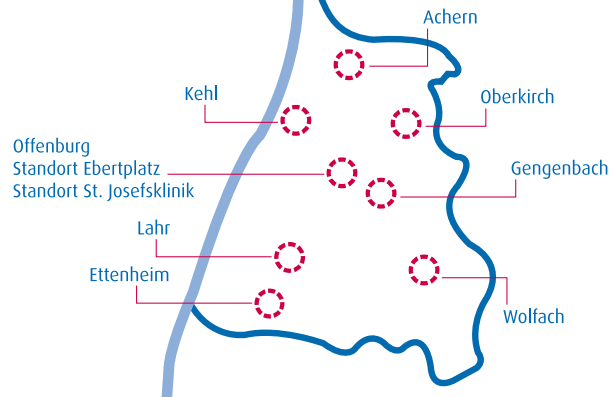
Für Sie die beste Therapie

Gemeinsam mit Hausärzten und niedergelassenen Fachärzten sorgt das Ortenau Klinikum für die Gesundheitsversorgung der Menschen in der Region.

Jährlich werden im Ortenau Klinikum 75.000 Patienten stationär behandelt. Jedes Jahr erblicken 3.500 Babys in den Ortenauer Kreißsälen das Licht der Welt. Mit seinen rund 5.000 Mitarbeitern an neun Standorten zählt das Ortenau Klinikum deutschlandweit zu den 100 größten Arbeitgebern in der Gesundheitsbranche. Träger ist der Ortenaukreis.

Medizinische Zentren

Im Ortenau Klinikum gibt es viele Zentren und Schwerpunkte, in denen nach neuesten Erkenntnissen behandelt wird. Sind mehrere Disziplinen beteiligt, bündeln diese ihre Erfahrungen und suchen für den Patienten gemeinsam den richtigen Behandlungsweg. Einige dieser Zentren haben wegen ihrer hohen medizinischen Expertise einen überregionalen Ruf.



- Altersmedizin Offenburg
- Augenklinik Offenburg
- Brustzentrum/Gynäkologisches Krebszentrum Lahr/Offenburg
- Darmzentrum Lahr/Offenburg
- Orthopädie/Endoprothetisches Zentrum Gengenbach/Achern/Lahr/Wolfach
- Gefäßzentrum Lahr
- Gefäßzentrum Nördliche Ortenau, Offenburg/Achern
- Geriatriischer Schwerpunkt Offenburg
- Herzinfarktzentrum Lahr
- HNO Lahr
- Kinderheilkunde und Jugendmedizin Offenburg
- Mutter-Kind-Zentrum/Perinatalzentrum Level 1 Offenburg
- Nephrologisches Shunt-Zentrum Offenburg
- Onkologisches Zentrum Ortenau Offenburg/Lahr
- Pankreaskarzinomzentrum Lahr
- Institut für Pathologie Lahr
- Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie Offenburg
- Pneumologisch-Thoraxchirurgisches Zentrum Offenburg
- Urologie mit Prostatakarzinomzentrum Offenburg
- Zentrum für Schlafmedizin Offenburg
- Regionaler Schlaganfallschwerpunkt Lahr/Offenburg
- Schmerzzentrum Ortenau Ettenheim
- Traumatologie Lahr/Offenburg

Notfall

Bei **medizinischen Notfällen** wenden Sie sich bitte an die Integrierte Leitstelle Ortenau des Rettungsdienstes, die Sie telefonisch über **112** erreichen.

Bei **Vergiftungsunfällen** können Sie sich über den **Giftnotruf 0761 19240** an die Uni-Klinik Freiburg wenden.

In weniger dringenden Fällen sowie bei Arbeits-, Sport- und Schulunfällen stehen Ihnen rund um die Uhr die Notfall-Ambulanzen unserer Kliniken zur Verfügung. Sie sind über unsere Standort-Zentralen zu erreichen (siehe Seite 50-52 in diesem Heft)

Bei der Meldung eines Notfalls sollten Sie unbedingt folgende fünf W beachten:

Wo ist der Notfall passiert?

Was ist passiert?

Wie viele Patienten oder Verletzte?

Welche Probleme oder Verletzungen?

Warten auf Rückfragen