Ausgabe 2 Jahrgang 2018

GLG

LEBEN & GESUNDHEIT

Magazin für Patienten, Mitarbeiter und Freunde

FREUNDLICHE HÜNDIN HILFT HEILEN

Tiertherapie in der Geriatrischen Tagesklinik

Weitere Themen im Heft:

- Behandlung chronischer Schmerzen
- Herzschwäche und Herzstolpern
- Ungewöhnliche Reise nach New York

Ausgezeichnete Ausbildung
→ ab S. 14

Verstärkung für die
Geburtshilfe → S. 18

Herzschwäche und Herzstolpern
→ S. 8

Freud und Leid rund um
den Sonnenschein → S. 40

AKTUELL
4 Neurologie-Fachklinik aus Wolletz erringt Spitzenplatz bei „Deutschlands beste Krankenhäuser“
5 Zweigpraxis für Strahlentherapie in Schwedt
6 Hilfe für Patienten mit chronischen Schmerzen

AUS DER MEDIZIN
8 Herzschwäche und Herzstolpern
10 ... plötzlich bin ich umgefallen
11 ... darum ist der Blutdruck wichtig
12 ... wenn das Herz vor dem Einschlafen rast
13 Wichtige Fragen, um ein Herzrasen beurteilen zu können

AUSBILDUNG
14 Unter den Besten im FOCUS-Test
15 Martin Gropius Krankenhaus nun Akademisches Lehrkrankenhaus
16 Impressionen vom Zukunftstag
18 Verstärkung für die Geburtshilfe
20 Realitätsnahes Training für die Stationsteams

TITELTHEMA
22 Auf den Hund gekommen

REPORT
24 New York-Traum ging in Erfüllung
27 Aktion „Kindertraum“
Der „Wünschewagen“

UMSCHAU
28 Aktion mit Schlaganfall-Bus
29 Blutdruck-Test im Messetrubel
Sportabzeichen-Tag
30 Freies WLAN für Patienten
31 Mehr als nur ein Pflegedienst

PRAXIS
32 Innovatives Laborsystem kann Leben retten
33 Task Force gegen Krankenhausinfektionen
34 Was tun gegen Gelenkschmerzen?

PANORAMA
36 Angermünder Psychiatrietag
Hilfe beim Berufseinstieg
37 Neue Leitung der Forensik
Tage der offenen Tür

FORUM
38 Wenn die Angst die Lebensluft abschnürt

RATGEBER
40 Freud und Leid rund um den Sonnenschein
42 Tipps für’s Sonnenbad

WER • WO • WAS
43 Zoobesuch zum Jubiläum
Eindrücke aus Bolivien
44 Erfolgreiche GLG-Läuferteams beim Angermünder Firmenlauf
45 Eberswalder Stadtlauf

GLG NACHRICHTEN

speziell für **Ärzte** – aktuelle Informationen auf einen Blick zwischen den Seiten **4** und **5**.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mehrere Gesundheitseinrichtungen im GLG-Verbund können aktuell stolz auf besondere Auszeichnungen sein. So hat die GLG Fachklinik Wolletzsee vom F.A.Z.-Institut das Qualitätszertifikat „Deutschlands beste Krankenhäuser“ erhalten (siehe Seite 4), das Werner Forßmann Krankenhaus zählt laut FOCUS-MONEY zu „Deutschlands besten Ausbildungsbetrieben“ (siehe Seite 14) und die GLG - Ambulante Pflege & Service GmbH, die vom MDK mit Bestnoten bewertet wurde, hat erfolgreich die ISO-Zertifizierung nach der neuen Norm DIN ISO 9001:2015 absolviert (siehe Seite 31). Ich freue mich darüber sehr und danke allen Beteiligten für ihre hochmotivierte und engagierte Arbeit. Die Auszeichnungen und viele weitere Themen, über die in diesem Heft berichtet wird, sind Ausdruck dafür, dass die mehr als 3.300 Beschäftigten aller Bereiche des GLG-Verbunds hervorragende Arbeit leisten, um das Unternehmensziel, die ambulante und stationäre medizinische Rundum-Versorgung der Menschen in der Region, bestmöglich zu verwirklichen. Die GLG befindet sich dabei in der Phase der Optimierung. Das heißt, Strukturen, Abläufe und Arbeitsbedingungen werden auf ihre Zukunftstauglichkeit überdacht und weiterentwickelt. Einen wichtigen Beitrag dazu leistet die bereits 2017 gestartete Initiative „GLG – Starke Pflege 2020“. Im gesamten GLG-Verbund sind Pflegekräfte als zahlenmäßig größte Berufsgruppe daran beteiligt, Verbesserungspotenziale zu identifizieren und Themen und Probleme, die im Stations- und Praxisalltag erschwerend oder hemmend wirken, zu überwinden. Inzwischen liegt ein erster Maßnahmenplan mit einzelnen Verbesserungen vor. Zu den aktuell schon laufenden weiteren Projekten gehört auch die Erarbeitung und Einführung eines Arbeitsausfallkonzepts für 43 Stationen im Werner Forßmann Krankenhaus, im Martin Gropius Krankenhaus und im Krankenhaus Angermünde. Darüber hinaus setzen wir nach wie vor deutliche Schwerpunkte in der Nachwuchsgewinnung aus der Region für die Region, beispielsweise durch das GLG-Stipendium für werdende Ärztinnen und Ärzte. In enger Kooperation mit Schulen geben GLG-Praxisanleiter schon frühzeitig Orientierungshilfen bei der Suche nach dem richtigen Beruf. Für Fachkräfte im Unternehmen werden die Perspektiven der Weiterentwicklung ausgebaut und Anreize durch familienfreundliche Zusatzleistungen geboten, wie zum Beispiel wiederholt in diesem Sommer mit dem GLG-Ferienencamp für Mitarbeiterkinder. Besonders wichtig ist mir bei alledem der Aspekt, dass es uns gelungen ist, die Arbeits- und Dienstbedingungen einschließlich der tariflichen Strukturen GLG-weit anzugleichen – als eine einheitliche Ausgangsbasis für die künftige Entwicklung. Neben den genannten guten Rahmenbedingungen sind für die Arbeit in der Gesundheitsversorgung stets auch besondere individuelle Qualitäten gefragt – hohe Ansprüche an die eigenen Leistungen, Teamfähigkeit, Serviceorientierung, Empathie. Dies spiegelt sich, wie ich finde, auf lebendige und vielfältige Weise in den Beiträgen dieses Heftes wider, für das ich Ihnen wie immer viel Spaß beim Blättern und beim Lesen wünsche.

Dr. Jörg Mocek,
GLG-Geschäftsführer

Neurologie-Fachklinik aus Wolletz erringt Spitzenplatz bei „Deutschlands beste Krankenhäuser“

Schon wieder eine Auszeichnung für die GLG Fachklinik Wolletzsee: Das Fachkrankenhaus für die Neurologische Frührehabilitation darf sich mit dem Qualitätszertifikat „Deutschlands beste Krankenhäuser“ schmücken.

Auf der Suche nach Informationen für die eigene optimale Behandlung greifen Patienten und Angehörige immer öfter auf Informationen aus dem Internet zurück. Sich hier einen Überblick zu verschaffen, ist jedoch für medizinische Laien mitunter sehr schwer. Besonders, wenn es sich um spezielle Fachbereiche handelt. Hilfe versprechen Auswertungen von gesetzlicher Seite, die die Qualität nach festgelegten objektiven Kriterien beurteilen, sowie Bewertungsportale, in der Patienten ihre individuellen Einschätzungen abgeben können.

Die zur Verfügung stehenden Informationen bleiben aber dennoch meist unübersichtlich und komplex. Vor allem dann, wenn Kliniken untereinander verglichen werden sollen. Eine schnelle Einordnung und Überprüfung von Qualitätskriterien versprechen Siegel und Zertifikate, deren Grundlage von Experten zusammengefasste und ausgewertete Daten darstellen. Das gilt auch für ein weiteres Zertifikat, mit dem das Fachkrankenhaus für die Neurologische Frührehabilitation, eine Abteilung der GLG Fachklinik Wolletzsee, jetzt punkten kann: dem vom F.A.Z.-Institut verliehenen Siegel „Deutschlands beste Krankenhäuser“.

„Wir können sehr stolz auf uns sein, dass wir nicht nur objektiv den Qualitätsanforderungen gerecht werden, sondern auch das Wichtigste schaffen: die individuellen Ansprüche unserer Patienten zu erfüllen.“

Günter Janz,
Verwaltungsdirektor

Für die Datenerhebung wurden Qualitätsberichte von insgesamt 2.567 Krankenhäusern untersucht, die vom Gemeinsamen Bundesausschuss, dem obersten Gremium der gemeinsamen Selbstverwaltung der Ärzte, Zahnärzte, Physiotherapeuten, Krankenhäuser und Krankenkassen in Deutschland, der Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt werden. Neben den objektiven Kriterien flossen in die Studie Meinungen aus Patienten-

▶ Fortsetzung auf Seite 5

2/18 GLG NACHRICHTEN
FÜR ÄRZTE IN DER REGION

Bei Bedarf können Sie die „GLG Nachrichten“ an der Perforation knicken und heraustrennen.

HUMANGENETISCHE BERATUNG

Das Erkennen eines Syndroms aus der Kombination verschiedener Krankheitszeichen und die Bewertung von kleinen Anomalien, die möglicherweise mit einem genetischen Defekt im Zusammenhang stehen sowie deren Relevanz für bestimmte Krankheitsdispositionen – das und vieles mehr gehört zum Themenbereich von Prof. Dr. Sigrid Tinschert.

Sie berichtete darüber in ihrem Vortrag auf dem 29. Pädiatertag der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin des Werner Forßmann Krankenhauses Mitte Mai in Eberswalde. Das Thema lautete: „Kleine Anomalien – Bausteine der Syndromdiagnostik“. Damit stellte sie ihr Fachgebiet und zugleich sich selbst ihren neuen ärztlichen Kollegen vor, denn seit Kurzem führt sie eine Humangenetische Praxis am Werner Forßmann Krankenhaus mit wöchentlichen Sprechstunden. „Die Aufgabe der Praxis besteht darin, Patienten und deren Familien zu beraten und auch Ansprechpartner für ärztliche Kollegen zu sein“, sagt sie. Dabei steht sie in engem Kontakt mit Universitäten und anderen Praxen für Humangenetik in Berlin und deutschlandweit.

„Die Spezifik dieses Faches liegt darin, dass nicht der einzelne Patient, sondern eine Familie betrachtet wird“, sagt Prof. Dr. Sigrid Tinschert. „Dabei wird allen Fragen nachgegangen, die mit genetischen Krankheiten im Zusammenhang stehen können. Eine genetische Beratung kann nur auf der Basis einer verlässlichen Diagnose erfolgen. Bei Verdacht auf eine syndromale genetische Krankheit spielt die körperliche Untersuchung unter dem Aspekt der Phänotypanalyse (= Analyse des äußeren Erscheinungsbildes) mit Erfassung kleiner Anomalien eine wesentliche Rolle. Die klinische Untersuchung muss häufig durch genetische Laboruntersuchungen ergänzt werden. Der krankheitsbezogene Familienstammbaum ist sowohl für die Diagnose als auch bei der Beurteilung von Wiederholungswahrscheinlichkeiten und individuellen gesundheitlichen Risiken von großer Bedeutung und wird über mindestens drei Generationen erhoben. Weitere genetische Fragestellungen umfassen ein breites Spektrum – vom unerfüllten Kinderwunsch über vorgeburtliche Diagnostik bis hin zu onkologischen Krankheiten oder Medikamenteneinnahme in der Schwangerschaft. Mittelpunkt der genetischen Beratung ist der Ratsuchende mit seinen individuellen Fragen. Auf der Basis vorliegender oder erst erhobener Befunde werden je nach spezifischer Situation und persönlicher Fragestellung Informationen gegeben z.B. zu Verlauf, Behandlungsmöglichkeiten, Ursachen einer Krankheit und bei Bedarf pränatale oder prädiktive Möglichkeiten erörtert. Daraus werden individuelle Handlungsoptionen für das weitere Vorgehen entwickelt.“

▲ Zu den Themen des Pädiatertages gehörten exemplarische Fallbeschreibungen aus der Kinderklinik und Neues über Infektionsrisiken durch Zecken.

▶ Prof. Dr. Sigrid Tinschert während des Vortrags über Syndromdiagnostik in der Humangenetik.

Prof. Dr. Sigrid Tinschert absolvierte ihre Ausbildung an der Humboldt Universität zu Berlin und an der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Als Fachärztin für Humangenetik mit Schwerpunkt klinische Genetik hat sie viele Jahre die Genetischen Beratungsstellen an der Charité Berlin und an der TU Dresden geleitet. Zwei Jahre war sie an der Universität in Innsbruck tätig.

Beratungen in ihrer Eberswalder Praxis sind nach Anmeldung unter folgender Telefonnummer möglich: 03334 69-1242.

NEUE LEITUNG DER **GYNÄKOLOGIE** AM KREISKRANKENHAUS PRENZLAU

Dr. Maria Kubisa (Mitte) ist neue Leiterin der Gynäkologie am Kreiskrankenhaus Prenzlau. Sie arbeitet eng mit Dipl.-Med. Arkadiusz Jonczak (links) zusammen. Dr. Janusz Rudzinski (rechts) gibt die Verantwortung nach jahrzehntelanger Arbeit als Gynäkologe ab.

Seit 1. Juli leitet Dr. Maria Kubisa den Fachbereich Frauenheilkunde am Kreiskrankenhaus Prenzlau. Die erfahrene Ärztin übernimmt die Aufgaben ihres Vorgängers Dr. Janusz Rudzinski. Somit ist die gynäkologische Versorgung der Patientinnen auch in Zukunft in vollem Umfang gewährleistet und wird durch weitere Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten ergänzt.

BREITES SPEKTRUM DER FRAUENHEILKUNDE

Der Fachbereich Frauenheilkunde des Kreiskrankenhauses Prenzlau bietet das gesamte Spektrum gynäkologischer Untersuchungen und Behandlungen, einschließlich aller Arten ambulanter und stationärer Operationen der Gynäkologie mit Ausnahme der Chirurgie von Krebserkrankungen. Seit 2012 hat Dr. Maria Kubisa hier bereits Seite an Seite mit Dr. Janusz Rudzinski gearbeitet, der nun im Alter von 77 Jahren seinen Verantwortungsbereich übergibt. „Ich kann auf ein eingespieltes Team vertrauen, auf bestens qualifizierte Ärzte und medizinische Fachkräfte“, sagt Dr. Maria Kubisa. Dazu zählt auch Dipl.-Med. Arkadiusz Jonczak, der seit zehn Jahren im Haus tätig ist und wie die neue Leiterin ebenfalls über die Facharztqualifikation in der Frauenheilkunde und Geburtshilfe verfügt.

Gemeinsam wollen sie das Leistungsspektrum des Bereiches noch erweitern, so zum Beispiel durch den Ausbau der Diagnostik, Therapie und chirurgischen Behandlung von Inkontinenz. Insgesamt entsprechen die in der Prenzlauer Gynäkologie angewendeten Verfahren modernsten Standards. „So werden Eingriffe fast nur noch minimal-invasiv durchgeführt“, sagt Dr. Maria Kubisa. „99 Prozent aller gutartigen Erkrankungen der Eierstöcke, Eileiter und der Gebärmutter lassen sich laparoskopisch ohne Bauchschnitt operieren.“

Die Ärztin hat ihr Medizinstudium in Rostock absolviert und bereits an verschiedenen Krankenhäusern unter anderem in Tübingen und am Universitätsklinikum Stettin sowie als Praxisärztin gearbeitet. Eine eigene gynäkologische Praxis führt sie auch weiterhin in Stettin und ist dabei unter anderem auf die Diagnostik und Behandlung der Fertilität spezialisiert. Darüber hinaus verfügt sie über weitreichende Erfahrungen in der sogenannten Schönheitsmedizin. So führt sie am Kreiskrankenhaus Prenzlau auch Operationen im Zentrum für plastisch-ästhetische Chirurgie durch, wie zum Beispiel zur Bauchstraffung oder Brustveränderung. Auch dabei arbeitet sie eng mit Dipl.-Med. Arkadiusz Jonczak zusammen sowie mit Priv.-Doz. Dr. Dr. Meikel A. Vesper aus dem Werner Forßmann Krankenhaus in Eberswalde, der auf plastische Operationen im Gesichtsbereich spezialisiert ist.

KOMPETENZ UND ZUVERLÄSSIGKEIT

Krankenhausverwaltungsdirektorin Marita Schönemann dankte Dr. Janusz Rudzinski für die geleistete Arbeit. Sie sagte: „Dr. Rudzinski hat mit hoher Kompetenz stets zuverlässig zum Wohle der Patientinnen sowie zum Wohle des Krankenhauses Prenzlau gearbeitet und damit einen wesentlichen Anteil an den positiven Entwicklungen des Krankenhauses gehabt. Für sein Engagement und seinen unermüdlichen Einsatz bin ich ihm sehr dankbar und wünsche ihm im Namen aller Kolleginnen und Kollegen beste Gesundheit und eine erlebnisreiche und schöne Zeit im neuen Lebensabschnitt.“ Zugleich äußerte sie hohe Erwartungen an seine Nachfolgerin: „Ich freue mich sehr, dass Dr. Maria Kubisa die Leitungsverantwortung für die Gynäkologie unseres Krankenhauses übernimmt. Dies stellt zugleich einen ärztlichen Generationswechsel dar, der die kontinuierliche Fortführung der modernen Frauenheilkunde am Kreiskrankenhaus Prenzlau mit guter Perspektive gewährleistet.“

Bei Bedarf können Sie die „GLG Nachrichten“ an der Perforation knicken und heraustrennen.

▶ Fortsetzung von Seite 4

befragungen und Bewertungsportalen ein. Für die Endauswertung wurden die erhobenen Daten verdichtet, so dass 1.909 Kliniken für das Qualitäts-Ranking zur Verfügung standen.

Für die GLG Fachklinik Wolletzsee ist die Untersuchung besonders erfolgreich verlaufen: Unter den 417 Kliniken, die in der Studie ausgezeichnet wurden, erhielt das zu Wolletz zählende neurologische Fachkrankenhaus eine Punktzahl von 92,2 und ist damit deutschlandweit auf Platz 2 der besten deutschen Krankenhäuser. Die volle Punktzahl erzielte ausschließlich eine Klinik aus Passau.

Deutschlandweit ganz vorn

„Was für eine tolle Bestätigung unserer Arbeit“, freut sich Verwaltungsdirektor Günter Janz über den Sprung auf das Qualitäts-Podium. „Wir können sehr stolz auf uns sein, dass wir nicht nur objektiv den Qualitätsanforderungen gerecht werden, sondern auch das Wichtigste schaffen: die individuellen Ansprüche unserer Patienten zu erfüllen.“ Das Studienergebnis sei das Ergebnis kontinuierlicher Teamarbeit, für das allen Mitarbeitern der Abteilung ein besonderer Dank gilt, so Günter Janz. „Und die volle Punktzahl nehmen wir auch noch in Angriff!“

Seit 2011 gibt es die Fachklinik für die Neurologische Frührehabilitation Phase B in Wolletz. Sie ist mit 20 Betten der neurologischen Abteilung der Klinik angegliedert und stellt seither eine neurologische Gesamtversorgung von Reha-Patienten nach Akuterkrankungen und im Rahmen von medizinischen Heilverfahren sicher.

Zweigpraxis für Strahlentherapie in Schwedt

Seit Anfang Juni hat die Praxis für Strahlentherapie vom MVZ Am Klinikum Barnim in Eberswalde eine Zweigpraxis in Schwedt. Dies ermöglicht für die Patienten aus der Region die Erstvorstellung und die Nachsorge in Wohnortnähe. Geführt wird die Praxis vom Facharzt für Strahlentherapie Ralph Schrader, der zugleich Leiter der Klinik für Strahlentherapie im Werner Forßmann Krankenhaus und Ärztlicher Leiter des MVZs Am Klinikum Barnim ist. Die neue Zweigpraxis befindet sich direkt im Asklepios Klinikum Uckermark Schwedt im Bereich der dortigen Onkologischen Tagesklinik und Praxis für Hämatologie/Onkologie.

Das Schwedter Klinikum versorgt wie das Werner Forßmann Krankenhaus Patienten mit onkologischen Krankheiten, hat jedoch keine eigene Strahlenklinik. Das Onkologische Zentrum Barnim des Werner Forßmann Krankenhauses und das Onkologische Zentrum des Schwedter Klinikums vertiefen auf diese Weise ihre fachliche Zusammenarbeit im Interesse der Patienten. In telemedizinischen Tumorkonferenzen tauschen sich die Ärzte bereits regelmäßig aus. Zweimal pro Woche ist nun Ralph Schrader als Ansprechpartner direkt in Schwedt vor Ort und bereitet die radioonkologische Therapie vor bzw. führt strahlentherapeutische Nachsorgen durch.

Sprechzeiten der Zweigpraxis sind montags von 8 bis 12 Uhr und mittwochs von 13 bis 15 Uhr sowie von 17 bis 19 Uhr. Die Telefonnummer ist: 03334 69-1838.

Chefarzt Ralph Schrader

Neue Abteilung im Werner Forßmann Krankenhaus

Hilfe für Patienten mit chronischen Schmerzen

Patienten mit chronischen Schmerzen, bei denen ambulante Therapien keine ausreichende Verbesserung bewirkt haben, finden seit Juni Hilfe in der neuen Abteilung für stationäre multimodale Schmerztherapie im Werner Forßmann Krankenhaus.

Acht Bettenplätze stehen hier zur Aufnahme der Patienten zur Verfügung und waren sofort belegt. Die umfassenden Behandlungsmöglichkeiten, die das multidisziplinäre Team unter Leitung von Dr. Kortina Lück anbietet, sind außerordentlich gefragt.

„Allein an chronischen Rückenschmerzen leiden 17 Prozent der Bevölkerung“, sagt Dr. Kortina Lück. „Viele finden keine Heilung oder ausreichende Linderung ihrer Symptomatik und irren oft von Arzt zu Arzt. In unserer Abteilung haben wir sehr gute Möglichkeiten, den Ursachen auf die Spur zu kommen.“

Dazu arbeiten Spezialisten und Fachkräfte unterschiedlicher Disziplinen in der Abteilung eng zusammen und entwickeln gemeinsam für jeden einzelnen Patienten einen individuellen Behandlungsplan, basierend auf einer umfassenden bio-psycho-sozialen Sicht auf die Schmerzsymptomatik. So sind neben Ärzten mit Spezialisierung in der Schmerztherapie beispielsweise auch Psychologen, Physio-, Ergo- und Kunsttherapeuten sowie Pflegefachkräfte, nach Bedarf auch Orthopäden, Neurochirurgen, Psychiater und andere mehr beteiligt.

„Unsere Arbeit basiert auf einer umfassenden bio-psycho-sozialen Sicht auf die Schmerzsymptomatik.“

Dr. Kortina Lück
Leiterin der Abteilung für stationäre multimodale Schmerztherapie am Werner Forßmann Krankenhaus

AKTIVIERUNG UND BERATUNG

Auf dem Behandlungsplan stehen außer einer gründlichen Anamnese vor allem aktivierende Methoden wie Krankengymnastik, Sport und Bewegung, Entspannungstherapie, Psychotherapie und eine gezielte Wissensvermittlung für die Patienten, zum Beispiel das Erlernen von Übungen, die es zu Hause fortzusetzen gilt. Die Behandlung dauert mindestens sieben Tage, im Durchschnitt 17 Tage – so die Erfahrung von Dr. Kortina Lück, die das Konzept bereits in Berlin in einer von ihr zuvor geleiteten Einrichtung erfolgreich umgesetzt hat.

Die neue Abteilung gehört zur Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin und Schmerztherapie des Werner Forßmann Krankenhauses unter Leitung von Dr. Maren Schmidt. In dieser Klinik sorgen insgesamt 35 Ärzte für Narkosen und Schmerztherapien im OP und Intensivbereich und für den akuten postoperativen Schmerzdienst. „Die neue Abteilung ist eine lang ersehnte Erweiterung unserer Klinik“, sagt Dr. Maren Schmidt. „Unser Ziel ist außerdem die Einrichtung einer ambulanten Schmerzsprechstunde.“

Alle Arten chronischer Schmerzen kommen zur Behandlung in Betracht – von Rücken-, über Gelenk- und Kopfschmerzen, Phantomschmerzen und Tumorschmerzen in Ergänzung zur onkologischen Therapie bis hin zu vielen weiteren möglichen funktionellen Schmerzsyndromen und somatoformen Schmerzstörungen.

ANLAUFPUNKT FÜR DEN NORDOSTEN

Wichtige Aufnahmekriterien sind eine starke Beeinträchtigung der Arbeitsfähigkeit oder auch der Lebensqualität allgemein und eine vorausgegangene erfolglose ambulante Schmerztherapie und auch schwerwiegende körperliche und psychische Begleiterkrankungen. Im Zusammenwirken mit den anderen GLG-Krankenhäusern in Eberswalde, Angermünde, Prenzlau und Wolletz sowie weiteren Krankenhäusern und niedergelassenen Ärzten in der Region versteht sich die Abteilung für stationäre multimodale Schmerztherapie des Werner Forßmann Krankenhauses als Anlaufpunkt für Patienten aus dem gesamten Nordosten Brandenburgs.

Weitere Informationen und Termine erhält man unter der Telefonnummer 03334 69-2272.

Spezialisten informierten aus erster Hand über Behandlungsmöglichkeiten in der Kardiologie

Herzschwäche und Herzstolpern

Die Diagnose und Therapie einer Herzschwäche und die Behandlung von Herzrhythmusstörungen waren Schwerpunktthemen von Informationsveranstaltungen der Kardiologischen Klinik des Werner Forßmann Krankenhauses. Viele Menschen sind betroffen, wie auch das große Interesse und die hohen Besucherzahlen zeigten.

Zu den „Herzwochen" der Deutschen Herzstiftung im November und zum „Medizinischen Dienstag" im März waren jeweils alle Plätze im Paul-Wunderlich-Haus am Eberswalder Markt besetzt. Herzschwäche und Herzrhythmusstörungen sind Volkskrankheiten. Typische Symptome hat jeder schon erlebt. Wann sollte man den Arzt zu Rate ziehen? Das Spezialistenteam um Chefarzt Dr. Stefan Hoffmann ging dieser und anderen Fragen nach.

„Viele herzkranke Menschen kennen weder die Ursachen von Herzschwäche noch die krankheitstypischen Warnzeichen, mit denen sie sich bemerkbar macht. Der Aufklärungsbedarf ist daher sehr groß", so der Chefarzt. „Eine chronische Herzschwäche führt dazu, dass das Herz nicht mehr in der Lage ist, den Körper ausreichend mit Blut und damit mit Sauerstoff und Nährstoffen zu versorgen. Nicht nur das Herz selbst, auch andere Organe, wie Gehirn, Nieren oder Muskeln werden in Mitleidenschaft gezogen. Es kommt zu Beschwerden wie Atemnot, Leistungsschwäche und Flüssigkeitseinlagerungen in den Beinen und Knöcheln. Im fortgeschrittenen Stadium führt die Herzschwäche zu massiven Beschwerden, die den Alltag der Betroffenen stark beeinträchtigen, bis hin zur Lebensgefahr."

◀◀ Der Saal war bei den Veranstaltungen bis auf den letzten Platz besetzt.

Auch individuelle Fragen der Besucher wurden von den Kardiologen beantwortet: Chefarzt Dr. Stefan Hoffmann ▲ und die Leitende Oberärztin Dr. Kerstin Hahlweg ▼ vermittelten die medizinischen Inhalte fachlich versiert und leicht verständlich.

Sie berichteten in Vorträgen von ihren Klinikerfahrungen: Fachärztin Anke Geupel ▲ und Thea Hahnemann ▲▲.

◀ An Monitoren werden Untersuchungen und Eingriffe im Herzkatheterlabor des Werner Forßmann Krankenhauses genauestens überwacht und aufgezeichnet.

Viele Menschen wollen die Zeichen nicht wahrhaben oder führen diese auf das Altern zurück und zögern so eine Arztkonsultation hinaus. Doch je früher die Herzschwäche erkannt wird, umso eher kann man mit den heutigen Therapiemöglichkeiten die fatale Entwicklung der Krankheit aufhalten. Besteht beim Hausarzt der Verdacht auf eine Herzschwäche, muss der Patient zum Herzspezialisten (Kardiologen) zur genauen Beurteilung der Beschwerden. Die wichtigsten Diagnoseverfahren sind die Echokardiographie (Ultraschall), EKG und Belastungs-EKG, Röntgen, Labortests und die Katheteruntersuchung.

Die Behandlung liegt nicht allein in den Händen des Arztes, sondern auch beim Patienten selbst. „Er übernimmt eine aktive Rolle, indem er einen gesunden Lebensstil pflegt, sich viel bewegt, seine Ausdauer in angemessenem Maß trainiert, Übergewicht reduziert, sich gesund ernährt, auf Rauchen verzichtet und auf Warnsignale achtet", sagt die Leitende Oberärztin der Klinik, Dr. Kerstin Hahlweg. „Die tägliche Gewichtskontrolle bei Tendenz zur Wassereinlagerung gehört zum Beispiel dazu. Steigt das Körpergewicht um mehr als zwei Kilogramm in drei Tagen an, hat sich die Herzschwäche verstärkt. Der Hausarzt oder eine Klinik sind dringend aufzusuchen. Auch Messwerte von Puls und Blutdruck sollten von den Patienten in einem Tagebuch aufgezeichnet werden."

Ziel der Therapie ist es, das Fortschreiten der Erkrankung zu stoppen oder zu verlangsamen. Neben der

▶ Fortsetzung nächste Seite

... PLÖTZLICH BIN ICH UMGEFALLEN.

Fast jeder zweite erleidet im Leben irgendwann einen Schwindelanfall mit plötzlicher Bewusstlosigkeit, man spricht auch von Ohnmacht. Das kann zu Sturzverletzungen oder anderen Unfällen führen und im schlimmsten Fall auch Vorbote eines drohenden Herzstillstandes sein. Bei einer herz-

„Die Kardiologie ist ein komplexes Fachgebiet, das oft auch die Einbeziehung weiterer Spezialisten aus anderen Medizinbereichen erfordert."

Dr. Stefan Hoffmann,
Chefarzt der Kardiologie

bedingten Ohnmacht ist eine kurzzeitige Blutleere im Gehirn als Ursache möglich. Ärzte nennen dies eine Synkope. Sie entsteht durch Unregelmäßigkeiten im Herzrhythmus, die von den Betroffenen als solche häufig nicht erkannt werden. Durch ein Frageschema ermittelt der erfahrene Arzt, was zur Bewusstlosigkeit geführt hat. Apparative Untersuchungen werden sehr gezielt eingesetzt, um unnötige Belastungen zu vermeiden. Da sowohl eine Erkrankung des Herzens, aber auch des Gehirns oder des Gleichgewichtsorgans ursächlich sein können, ist eine enge Zusammenarbeit von Kardiologen, Neurologen und auch Hals-Nasen-Ohren-Ärzten wichtig. Das Werner Forßmann Krankenhaus ist entsprechend spezialisiert, hält die nötigen Fachkompetenzen bereit und gewährleistet die interdisziplinäre Kooperation.

▶ Fortsetzung von Seite 9

Behandlung der Ursachen, zum Beispiel Einstellung des Bluthochdrucks, kathetergestützte Operation defekter Herzklappen, Einsatz von Bypässen, Beheben von Durchblutungsstörungen und anderes mehr, helfen Medikamente und Bewegungstherapie sowie spezielle Herzschrittmacher. So kann die sogenannte Resynchronisationstherapie (CRT) mit Schrittmachern die Herzleistung bei Patienten mit einer gestörten Erregungsleitung im Herzen verbessern. Defibrillatoren schützen Patienten mit Herzschwäche, die durch eine lebensbedrohliche Herzrhythmusstörung (Kammerflimmern) gefährdet sind, vor dem plötzlichen Herztod.

Was leistet die Elektrophysiologie?

Ähnlich verbreitet wie die Herzschwäche sind Herzrhythmusstörungen. Wenn das Herz stolpert oder rast, kann das harmlos und völlig normal sein. Jeder hat Herzrhythmusstörungen schon einmal gespürt. Es gibt sie in vielen Formen. Ein gesundes Herz schlägt in Ruhe etwa 60 bis 80 Mal pro Minute. Taktgeber ist der sogenannte Sinusknoten im rechten Vorhof. Er erzeugt elektrische Impulse, die das Herz veranlassen, zu kontrahieren und zu entspannen. Treten die Rhythmusstörungen jedoch öfter auf oder dauern sie länger an, sollte unbedingt der Arzt zu Rate gezogen werden. Die Untersuchung und Behandlung von Herzrhythmusstörungen ist Gegenstand der kardiologischen Elektrophysiologie. Diesen Bereich am Werner Forßmann Krankenhaus in Eberswalde leitet seit kurzem Dr. Oliver

Gunkel. Der Spezialist bringt weitreichende Erfahrungen in die moderne Kardiologie der Klinik ein, die zudem in der Tradition eines Nobelpreisträgers auf dem Gebiet der Herzmedizin steht: Werner Forßmann, dessen Namen das Krankenhaus trägt.

Seine Idee war es, einen Katheter zum Herzen zu führen, um genaue Aufschlüsse über die Organfunktion zu erhalten und Fehlsteuerungen an Ort und Stelle zu behandeln. Diesem Gedanken folgend, hat er 1929 in Eberswalde das Katheterisieren des Herzens in einem riskanten Selbstversuch erstmals erprobt.

„Bis heute basiert die moderne kardiologische Diagnostik und interventionelle Kardiologie ganz entscheidend auf dem Katheterverfahren. Auch die Elektrophysiologie als noch relativ junges Fachgebiet baut darauf auf", erklärt Dr. Oliver Gunkel. „Ich bin stolz, die Tradition Werner Forßmanns als gelebte Herzmedizin hier in Eberswalde mitgestalten zu dürfen."

Der 51-Jährige blickt selbst auf eine erfolgreiche Laufbahn als Kardiologe zurück. Sein Medizinstudium absolvierte er in Mainz, seine Facharztausbildung am Herzzentrum des Universitätsklinikums Leipzig. Nach Stationen an der Charité, dem Klinikum Sankt Georg in Leipzig und in Coburg hat er viele Jahre als Chefarzt am Klinikum Frankfurt/Oder gearbeitet und dort die interventionelle Kardiologie und Elektrophysiologie entwickelt und aufgebaut. Er sagt: „Die Elektrophysio-

▶ Fortsetzung nächste Seite

Die Teilnehmer der Informationsveranstaltungen hatten auch Gelegenheit zu praktischen Übungen unter professioneller Anleitung durch Thomas Willy vom Rettungsdienst Barnim.

Den eigenen Gesundheitsstatus konnten die Teilnehmer durch einen Check in der Veranstaltungspause ermitteln. Dazu gehörten unter anderem das Blutdruckmessen und die Bestimmung von Risikoparametern.

... DARUM IST DER BLUTDRUCK WICHTIG.

„Ein zu hoher Blutdruck ist ein wichtiger Risikofaktor für die Ausprägung einer Herzschwäche, ein zu niedriger kann ein Zeichen dafür sein."

Dr. Kerstin Hahlweg,
Leitende Oberärztin

Zu hoher Blutdruck führt auf Dauer zur Verdickung des Herzmuskels, wodurch sich dessen Elastiziät vermindert. Das wiederum bewirkt eine Füllungsstörung der linken Herzkammer mit der Folge, dass zu wenig Blut in den Kreislauf gelangt und sich somit die typischen Symptome der Herzschwäche ausprägen. Im hohen Lebensalter und bei einem vorgeschädigten Herzen kann Bluthochdruck außerdem eine lebensgefährliche akute Herzschwäche auslösen und verstärken. Patienten mit Bluthochdruck schützen sich am besten vor einer Herzschwäche, indem sie ihren Blutdruck konsequent unter 140/90 mmHg senken, bei Patienten über 80 Jahre wird unter 150/90 mmHg toleriert. Die konsequente Senkung erhöhter Blutdruckwerte gelingt durch einen gesunden Lebensstil, insbesondere Ausdauerbewegung, Abbau von Übergewicht und durch die Einnahme blutdrucksenkender Medikamente. Im Vergleich zum hohen Blutdruck gilt ein zu niedriger allgemein als weniger gesundheitsgefährdend. Jedoch kann er auch Folge einer Herzschwäche sein. Das geschwächte Herz ist in diesem Fall nicht mehr in der Lage, den normalen Blutdruck aufzubauen.

... WENN DAS HERZ VOR DEM EINSCHLAFEN RAST.

Gerade nachts, wenn keine anderen Reize ablenken und man sich auf sich selbst konzentriert, wird ein Herzrasen besonders wahrgenommen. Manche Betroffene berichten sogar vom ausschließlichen Auftreten des Problems während des Einschlafens

„Die elektrophysiologische Katheterablation beseitigt dauerhaft viele Formen von Herzrhythmusstörungen."

Dr. Oliver Gunkel,
Leiter der Elektrophysiologie

oder in der Nacht. Das anfallsartig wahrgenommene Rasen des Herzens kann völlig harmlos sein und zum Beispiel mit erhöhter Aufregung oder Anspannung in Verbindung stehen. Kommen weitere Symptome wie Luftnot und ausstrahlende Brustschmerzen hinzu, sollte man an einen Herzinfarkt denken und den Notarzt rufen. Ob hinter wiederkehrenden Rhythmusstörungen eine Herzkrankheit steckt, lässt sich durch Ultraschall und eine Herzkatheteruntersuchung herausfinden. Die elektrophysiologische Diagnostik als spezielle Form der Herzkatheteruntersuchung ermöglicht eine sehr genaue Beurteilung von Herzrhythmusstörungen hinsichtlich Ursache, Mechanismen, Prognose und in Frage kommender Therapie. Dem Ergebnis entsprechend erfolgt die Behandlung mit Medikamenten, Katheterverödung, Schrittmacher oder Defibrillator.

▶ Fortsetzung von Seite 11

logie ist ein Verfahren, das viele Möglichkeiten bietet wie zum Beispiel die zielgenaue Suche nach dem auslösenden Herd einer Herzrhythmusstörung mit Hilfe eines speziellen Elektrodenkatheters, der die EKG-Ströme direkt am Herzen misst. Hat man die Art und den Entstehungsort der Herzrhythmusstörungen auf diese Weise erkannt, kann eine Katheter-Ablation erfolgen. Bei dem Verfahren wird der Bereich des Herzgewebes, von dem die Herzrhythmusstörung ausgeht, meist schmerzfrei verödet."

Die Katheter-Ablation ist heute ein Routineverfahren in der Behandlung von Herzrhythmusstörungen. Komplikationen sind selten und in der Regel vor Ort behandelbar. Wie bei allen Katheteruntersuchungen können die Gefässzugänge zum Beispiel Blutungen und Blutergüsse verursachen. Selten kommen trotz Blutverdünnung Thrombosen und Embolien vor. Das elektrophysiologische Katheterlabor des Werner Forßmann Krankenhauses ist mit den modernsten medizintechnischen Möglichkeiten ausgestattet. So kann beispielsweise mittels eines speziellen Mappingsystems ein virtuelles dreidimensionales Bild der Herzhöhlen auf dem Bildschirm erzeugt werden. Dadurch wird auch die Therapie von komplexen Rhythmusstörungen wie Vorhofflimmern ermöglicht.

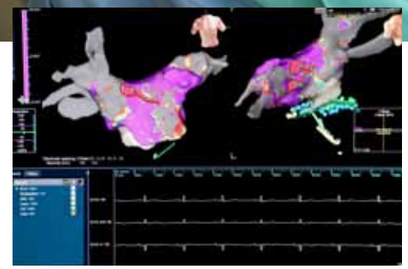
„Ich freue mich über die verfügbaren technischen Gegebenheiten und vor allem über das erfahrene und geschulte Team", sagt Dr. Oliver Gunkel. „Das sind beste Voraussetzungen, diesen Bereich als einen Schwerpunkt der Herzmedizin am Werner Forßmann Krankenhaus weiter zu entwickeln und auszubauen."

Das Krankenhaus wird damit der wachsenden Bedeutung der interventionellen Elektrophysiologie und somit auch seinem Versorgungsauftrag als Krankenhaus der Schwerpunktversorgung gerecht. Für die Patienten und ihre Angehörigen bedeutet dies, dass aufwendige Überweisungen in weiter entfernte Krankenhäuser entfallen und die Behandlung in Wohnortnähe möglich ist.

In diesem Beitrag wurden Informationen der Deutschen Herzstiftung zu den Herzwochen 2017 verwendet.

Im nächsten Heft lesen Sie:
Moderne Alterskardiologie und geriatrische Frührehabilitation im Kreiskrankenhaus Prenzlau

▲ *Dr. Oliver Gunkel im Herzkatheterlabor zusammen mit Fachärztin Anke Geupel.*



▶ *Die dreidimensionale Darstellung von Herzbereichen auf dem Bildschirm ermöglicht eine äußerst präzise Diagnostik und Vorgehensweise bei der Behandlung der Herzrhythmusstörung mittels Katheter.*

Wichtige Fragen, um ein Herzrasen beurteilen zu können:

- Beginnt und endet das Herzrasen abrupt oder allmählich? Abrupte Anfälle sind meistens harmlos.
- Wann trat das Herzrasen zum ersten Mal auf?
- Wie lange dauert das Herzrasen?
- Wie oft kommt das Herzrasen vor?
- In welchen Situationen findet das Herzrasen statt? Während oder nach einer körperlichen Anstrengung? Während der Bettruhe?
- Ist es mit Begleitsymptomen verbunden, z.B. mit Schwindel, Übelkeit oder Bewusstlosigkeit?
- Haben Sie Verwandte mit Herzrasen?
- Bei neu auftretendem Herzrasen: Nehmen Sie seit Kurzem regelmässig Medikamente ein?
- Stellen Sie weitere Beschwerden oder körperliche Veränderungen fest?
- Übersteigt der Ruhepuls 100 Schläge pro Minute?

Ob Herzrhythmusstörungen harmlos, weniger harmlos oder lebensbedrohlich sind, kann nur ein Kardiologe nach Untersuchung des Patienten entscheiden. Patienten, die aus dem Nichts heraus Anfälle von Herzrasen erleben, sollten dies auf jeden Fall ärztlich abklären lassen.

Eindrücke von der GLG-Berufemesse 2017 in Eberswalde

Ausgezeichnete Ausbildung im Werner Forßmann Krankenhaus

Unter den Besten im FOCUS-Test

Im Frühjahr 2018 wurde zum dritten Mal die Studie „Deutschlands beste Ausbildungsbetriebe" von DEUTSCHLAND TEST und dem Wirtschaftsmagazin FOCUS-MONEY durchgeführt. Das Werner Forßmann Krankenhaus in Eberswalde gehört zu den Testsiegern und darf nun das Gütesiegel „Deutschlands beste Ausbildungsbetriebe" tragen.

„Die Auszeichnung ist auch eine verdiente Anerkennung für die stetige Arbeit aller Ausbilder und Praxisanleiter in den verschiedenen Berufsrichtungen, in der Pflege, der Verwaltung und im wirtschaftlich-technischen Bereich des Krankenhauses."

Liane Treudler,
GLG-Personalleiterin

Den größten Anteil unter den insgesamt 18 verschiedenen Ausbildungsmöglichkeiten, die das Unternehmen GLG als Träger des Krankenhauses bietet, haben Pflegeberufe. Pflegedienstleiter Robert Hindenburg freut sich für alle Beteiligten über die Auszeichnung. Er sagt: „Viele Mitarbeiter haben einen großen Anteil daran, dass ein so hervorragendes Ergebnis erreicht wurde. Wer gut ausbilden möchte, braucht gute Ausbilder! Und diese Qualität wurde uns nun bescheinigt – einfach toll!"
Im Krankenhaus wurden zur Unterstützung der Auszubildenden unter anderem hauptamtliche Praxisanleiter qualifiziert und etabliert und eine Ausbildungskoordinatorin eingesetzt. Es bestehen Kooperationsverträge mit Schulen, um interessierten jungen Menschen durch Praktika im Krankenhaus möglichst frühzeitig ein reales Berufsbild zu vermitteln.

Das komplette FOCUS-Testergebnis wurde in der Ausgabe 14/2018 des Magazins veröffentlicht. Im Ranking erreichte das Werner Forßmann Krankenhaus mit 75,8 Punkten einen überdurchschnittlich hohen Wert. Bewertungsgrundlage war eine Befragung in den 20.000 mitarbeiterstärksten Unternehmen Deutschlands. Zur Beurteilung der Ausbildungsqualität wurden Kriterien in fünf Teilaspekten gewertet: strukturelle Daten, Ausbildungserfolg, Ausbildungsvergütung, Ausbildungsquote sowie zusätzliche Angebote für Auszubildende. Die Berechnung des Gesamtergebnisses erfolgte branchenspezifisch auf einer Skala von 0 bis 100 Zählern. Die jeweiligen Branchensieger bekamen den maximalen Score von 100 Punkten. Damit setzten sie die Benchmark. Unternehmen mit einem Score von mindestens 70 – das sind insgesamt 745 – erhielten die Auszeichnung „Deutschlands beste Ausbildungsbetriebe".

„Wir laden Schulklassen zu Aktionstagen ein, um früh das Berufsinteresse zu entwickeln. Vielen Auszubildenden bieten wir auch individuelle Förderungen an."

Liane Zimmermann,
GLG-Ausbildungskoordinatorin

„Der Pflegebereich bietet allen ausgebildeten Fachkräften viele Entwicklungsperspektiven durch berufliche Fort- und Weiterbildung."

Robert Hindenburg,
Pflegedienstleiter

Wissenschaftlich begleitet wurde die Studie von Prof. Dr. Werner Sarges, einem der führenden Wissenschaftler und Berater zu eignungsdiagnostischen Fragen im Managementbereich. In Deutschland gibt es heute mehrere hundert Ausbildungsberufe in über 400.000 Betrieben, und die Bewerber werden knapper. „Kreativität ist gefragt, um Nachwuchskräfte zu interessieren und zu halten", sagt GLG-Personalleiterin Liane Treudler.

Eine der entscheidenden Fragen bei der Ausbildungsplatzsuche lautet: Welche Firma bietet optimale Möglichkeiten? DEUTSCHLAND TEST beantwortet die Frage mit der vorgelegten Studie, die für jeden Interessierten sichtbar im aktuellen „Ausbildungsatlas für Deutschland" veröffentlicht worden ist.

Martin Gropius Krankenhaus nun Akademisches Lehrkrankenhaus

Auch das Martin Gropius Krankenhaus ist nun wie das Werner Forßmann Krankenhaus Akademisches Lehrkrankenhaus der Charité Berlin. Dieser Status schafft besondere Möglichkeiten der ärztlichen Ausbildung. Ein Lehrkrankenhaus ist vertraglich mit einer medizinischen Fakultät verbunden und nimmt Studenten dieser Fakultät zur Ausbildung auf, insbesondere für das im Medizinstudium obligatorische „Praktische Jahr". So werden im Herbst in der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik unter Leitung von Chefärztin Dr. Uta-Susan Donges und in der Klinik für Neurologie unter Leitung von Chefarzt Dr. Albert Grüger jeweils zwei Medizinstudenten ihr Praktisches Jahr beginnen. Auch die Krankenhäuser in Angermünde und in Prenzlau bieten praktische Ausbildungsmöglichkeiten für Ärzte, dort in Kooperation mit der Medizinischen Fakultät der Universtität Stettin.

„Diese Zusammenarbeit stärkt unsere Verbindung zu den medizinischen Universitäten", sagt GLG-Geschäftsführerin Dr. Steffi Miroslau. „Sie ist Teil des vielschichtigen Wissenstransfers und der Kooperationsbeziehungen zwischen Hochschulen und medizinischer Praxis. Zugleich ermöglicht uns der erteilte Lehrauftrag, ärztlichen Nachwuchs für unsere Gesundheitseinrichtungen zu gewinnen."

Die GLG setzt in der ärztlichen Nachwuchssuche schon seit Jahren mit Erfolg besondere Akzente – insbesondere mit dem GLG-Stipendium. Es unterstützt Medizinstudenten finanziell und auch in vielen anderen Fragen während des Studiums. Daran geknüpft ist die Bedingung, nach dem erfolgreichen Studienabschluss mindestens drei Jahre lang in GLG-Einrichtungen zu arbeiten. 53 Mal wurde das GLG-Stipendium schon vergeben, 24 ehemalige Stipendiaten arbeiten heute bereits als Ärzte in GLG-Häusern.

„Uns liegt besonders daran, ärztlichen Nachwuchs aus der Region für die Region zu fördern und zu gewinnen", sagt Dr. Steffi Miroslau. „Durch diese Formen aktiver Personalgewinnung und -entwicklung konnten wir gravierende personelle Engpässe im ärztlichen Bereich bislang gut vermeiden."

ANGERMÜNDE

Impressionen vom **Zukunftstag**

Wie in jedem Jahr beteiligten sich die GLG-Krankenhäuser im April am Brandenburger Zukunftstag – in Eberswalde in Kooperation mit der Akademie der Gesundheit. Zahlreiche Schüler aus der Region nutzten die Gelegenheit, sich ein Bild vom Berufsalltag in den Krankenhäusern zu machen. Dabei gab es außer einer Fülle an Informationen von Fachkräften und Auszubildenden auch vielfach Möglichkeiten etwas auszuprobieren – von der Suchtbrille bis zur Wiederbelebung am Versuchsobjekt, von der Physiotherapie bis zur geriatrischen Station.
Insgesamt 18 verschiedene Berufsausbildungen bietet der GLG-Verbund an. Informationen dazu findet man im Internet unter www.glg-mbh.de oder man fordert in der GLG-Personalabteilung die kostenlose Ausbildungsbroschüre mit der ausführlichen Darstellung der einzelnen Berufsprofile an.

PRENZLAU

EBERSWALDE

Künftige Hebammen haben das Probehalbjahr erfolgreich absolviert

Verstärkung für die Geburtshilfe

Hebammen werden überall gesucht. Ein Beruf, von dem man sagt, dass er glücklich macht. Aber auch einer, der einen engagierten Einsatz rund um die Uhr erfordert und für den sich die Rahmenbedingungen in den vergangenen Jahren vielerorts erschwert haben. Die Nachwuchssicherung in der Geburtshilfe ist eine dringende Aufgabe. Seit Oktober 2017 werden Hebammen erstmals direkt in Eberswalde ausgebildet.

Was gibt es Schöneres als eine glückliche Geburt? Kein Wunder, dass dieses Glücksgefühl sich auch auf die Beteiligten überträgt. Hebammen lieben ihren Job und identifizieren sich sehr stark mit ihm. Zu den Aufgaben gehört außer der Arbeit im Kreißsaal auch die Schwangerenvorsorge, Beratung und Wochenbettbetreuung. Wer möchte, kann sich sogar selbständig machen. In den letzten Jahren haben dies allerdings steigende Beiträge für die Berufshaftpflichtversicherung freiberuflicher Hebammen erschwert, und natürlich wird auch im täglichen Stationsbetrieb Hebammen viel abverlangt. „Umso mehr setzen wir uns dafür ein, dass die Geburtshilfe auch künftig ihren Ruf als eine der schönsten Tätigkeiten behält", sagt GLG-Pflegedirektorin Christiane Reinefeldt. „Wir wissen, dass dazu Handlungsbedarf besteht. Das beginnt beim Abbau von teilweise sehr hohen Belastungen im Arbeitsalltag der Hebammen und reicht bis zur intensiven Suche nach qualifizierten Bewerberinnen und Nachwuchsfachkräften, die wir für den Beruf begeistern wollen. Deshalb haben wir uns auch dafür eingesetzt, die Hebammenausbildung komplett in Eberswalde zu etablieren."

Gemeinsam im Kreißsaal
Pflegedienstleiter Robert Hindenburg | Livia Eisenblätter, Azubi Hebamme | Marianna-Sophie Witte, Azubi | Susen Knöchel, Azubi | Chefarzt Dr. Thomas Michel | Carolin Schulz, Lehrerin | Christin Schlesier, Azubi | Aline Queck, Schulleiterin | Liane Zimmermann, Ausbildungskoordinatorin | Anja Ebing, Azubi | Julienne Rätzer, Praxisanleiterin| Berit Fritsche, Leitende Hebamme

ERFOLGREICHE ERSTE SCHRITTE

Seit Oktober bietet die Akademie der Gesundheit, Campus Eberswalde die Hebammenausbildung an. Das kommt der Geburtsstation im Werner Forßmann Krankenhaus, wo die praktischen Ausbildungsanteile durchgeführt werden können, sehr entgegen. Vorher hatte das Werner Forßmann Krankenhaus bei der Hebammenausbildung mit dem „Vivantes"-Verbund in Berlin kooperiert. Das Pendeln zwischen Hauptstadt und Kreisstadt entfällt, und die Ausbildungspartner GLG und Akademie der Gesundheit können auf ihren engen Kontakten und guten Erfahrungen bei weiteren Berufsausbildungen, zum Beispiel in der Gesundheits- und Krankenpflege, Physio- und Ergotherapie, Logopädie und weiteren aufbauen. In der Premieren-Klasse der Akademie kommen fünf der insgesamt 16 Hebammenschülerinnen aus dem Werner Forßmann Krankenhaus. Alle fünf haben ihr Probehalbjahr erfolgreich abgeschlossen.

PRAXISÜBUNGEN IM SKILL-CENTER

Die GLG-Ausbildungskoordinatorin Liane Zimmermann berichtete dazu: „Am 1. November 2017 ist die Hebammenausbildung gestartet, die Probezeit lief über sechs Monate bis Mai 2018. Dann erfolgte eine Auswertung der Probezeit an Hand der Leistungen im Theorieunterricht und Leistungsübersichten der Akademie sowie der praktischen Leistungen in den Einsatzstationen. Auf dieser Basis wurden mit den Auszubildenden Einzelgespräche geführt, aus denen hervorging, welche Erfahrungen die Auszubildenden gemacht haben, wie zufrieden sie mit der Ausbildung sind, was geändert werden sollte usw. Unsere auszubildenden Hebammen sprachen von einer sehr zufriedenstellenden und sehr guten Ausbildung, in der Theorie sehr gut gestützt durch das Skill-Center für Hebammen, wo alle erlernten theoretischen Kenntnisse auch praktisch geübt werden können und wo sie ein hohes Maß an praktischen Handlungsfähigkeiten in den einzelnen geprobten Situationen erwerben. Gelobt wurde auch die hervorragende Ausbildungsbegleitung im Kreißsaal unter Leitung von Berit Fritsche

▶ Fortsetzung nächste Seite

„Dieser Beruf fordert einen sehr hohen persönlichen Einsatz. Unser Ziel sind bestmögliche Bedingungen für die Ausbildung und die Beschäftigung der Hebammen."

Christiane Reinefeldt
GLG-Pflegedirektorin

An einer Baby-Puppe demonstriert Ausbilderin Karolin Schulz (2.v.l.) den künftigen Hebammen im Skill-Center der Akademie die richtigen Handgriffe. Wiebke Zander (l.) und Sandra Schneider (r.) gehören zu den 16 jungen Frauen aus Brandenburg und Berlin, die seit Oktober unter anderem von Lehrerin Anne Schönmeyer (2.v.r.) in Eberswalde die professionelle Geburtshilfe erlernen.

Am runden Tisch wurden die Erfahrungen des ersten Ausbildungshalbjahres gemeinsam ausgewertet.

▶ Fortsetzung von Seite 19

und ihrem Team." Alle fünf Auszubildenden des Werner Forßmann Krankenhauses haben einen Notendurchschnitt von „sehr gut" aufzuweisen. „Eine sehr leistungsstarke Ausbildungsklasse, worüber wir uns außerordentlich freuen können", so Liane Zimmermann. Alle Auszubildenden sollen nach dem Bestehen des Examens unbefristete Arbeitsangebote im Werner Forßmann Krankenhaus erhalten.

MODERNES PERINATALZENTRUM

Das Geburtsteam des Krankenhauses arbeitet im Drei-Schicht-System. Dabei besteht eine enge interdisziplinäre Kooperation zwischen dem Kreißsaal, der Wochenstation und der Frühgeborenenabteilung. Das Perinatalzentrum des Krankenhauses mit zirka 700 Geburten im Jahr bietet werdenden Eltern eine angenehme, familienorientierte und moderne Umgebung und verbindet die hohe Sicherheit der Klinikgeburt mit einer komfortablen Unterbringung der Mütter – auf Wunsch auch der Väter. Den Frauen wird zum Beispiel die Spontangeburt bei Beckenendlage ermöglicht, wie auch die spontane Zwillingsgeburt. Dabei kann die Geburtsstation auf eine vergleichbar niedrige Rate von Kaiserschnitten verweisen. Den Hebammen bieten sich hier die Möglichkeit zur individuellen Betreuung der werdenden Eltern auch unter Einsatz alternativer Naturheilverfahren, ein erfahrenes Team, eine umfassende Einarbeitung, ein möglicher Einstieg in die freiberufliche Tätigkeit (Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse), externe Fortbildungsmöglichkeiten, zum Beispiel in der traditionellen Hebammenkunst bei vollständiger Übernahme der Fort- und Weiterbildungskosten und ein Einsatz in Voll- oder Teilzeit. Von den jungen Nachwuchshebammen wird erwartet, was man auch bei bereits ausgebildeten Bewerberinnen unbedingt voraussetzt: Aufgeschlossenheit, Teamfähigkeit, Engagement, gute fachliche Kenntnisse, eine hohe Sozialkompetenz, ein hohes Maß an Selbständigkeit und Flexibilität sowie Interesse an Fort- und Weiterbildung.

Wer sich für die Hebammenausbildung am Werner Forßmann Krankenhaus interessiert oder sich als ausgebildete Fachkraft einen Einblick in die Arbeit der Geburtsstation verschaffen möchte, ist dazu herzlich willkommen und wendet sich am besten an die Pflegedienstleitung des Krankenhauses unter der Telefonnummer 03334 69-2257.

Simulationszentrum bietet Fort- und Weiterbildung auf modernstem Niveau

Realitätsnahes Training für die Stationsteams

Wie sich medizinische Fachkräfte in kritischen Situationen richtig verhalten, wird unter realitätsnahen Bedingungen im neuen Institut für Simulation geübt. Die hochmoderne Lehreinrichtung wurde im April in Eberswalde vorgestellt und offiziell eröffnet. Sie ist ein Kooperationsprojekt der Akademie der Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V. Campus Eberswalde und der GLG.

Die Kooperation sieht vor, dass Ärzte und Fachkräfte sämtlicher Krankenhäuser der GLG aus Eberswalde, Angermünde, Prenzlau und Wolletz in dem Zentrum intensive Trainings durchlaufen werden. Es geht darum, Ärzte, Pflegende, Rettungskräfte und Angehörige anderer Medizinberufe auf besondere Herausforderungen und Ausnahmefälle im Berufsalltag vorzubereiten. Das wesentliche Ziel dieser aufwendigen und personalintensiven Lernform besteht darin, die Patientensicherheit zu erhöhen. Wobei nicht die medizinische Komponente im Vordergrund steht, sondern die Frage, wie professionelle Teams optimal agieren und interagieren.

Medizinischer Leiter des Simulationszentrums ist Johannes Püchel von der Akademie der Gesundheit. Er bringt Erfahrungen aus ähnlich hochmodernen Einrichtungen in der Schweiz mit und erklärte zur Premiere: „70 Prozent der Fehler, die in kritischen Situationen passieren, gehen auf menschliche Faktoren zurück.

Deshalb ist es wichtig, an dieser Stelle anzusetzen und mögliche Szenarien im geschützten Rahmen durchzuspielen und auszuwerten, um alle Beteiligten professionell vorzubereiten."

Die Szenarien reichen von der Geburt bis zum Herzinfarkt – jede Krankenhaussituation ist darstellbar. Die Teams agieren in einem Raum mit wandelbarem Ambiente. Hinter einer Glasfront und an Monitoren beobachten und steuern Instruktoren das Geschehen. Als Patienten werden Puppen verwendet, an denen man sogar den Pulsschlag messen kann und vieles mehr. Auch in den angrenzenden Lehrräumen können die Aktivitäten der Teams verfolgt und im Detail ausgewertet werden.

Experten als Instruktoren

„Ich freue mich sehr, dass wir diese hochmoderne Lernmöglichkeit für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aller Krankenhäuser einsetzen können", sagte GLG-Geschäftsführerin Dr. Steffi Miroslau. „In der Luftfahrt ist das schon lange Standard, und jeder Fußballverein verbessert sein Zusammenspiel im Team durch Simulation im Training. Das neue Simulationszentrum ist Fort- und Weiterbildung auf höchstem Niveau mit modernsten Mitteln und Methoden."

Seitens der GLG ist Verwaltungsdirektorin PD Dr. Ortrud Vargas-Hein für die Kooperation mit der Akademie verantwortlich. Sie sagte: „Zu dem gemeinsamen Projekt gehört auch, dass Experten aus den GLG-Krankenhäusern im Simulationszentrum als Instruktoren ihre Kenntnisse weitervermitteln. So wird im Zusammenwirken der Beteiligten mehr Teamkompetenz mit dem Ziel höherer Patientensicherheit erreicht."

Dr. Ortrud Vargas Hein seitens der GLG und Johannes Püchel seitens der Akademie koordinieren die Zusammenarbeit.

Hinter Glas und an Monitoren verfolgen und steuern Instruktoren das Geschehen.

Joyce mag den Kontakt mit Menschen. Angeborene Wesensmerkmale und eine fundierte Ausbildung bei Anika Walter machten sie zu einer prädestinierten Therapiehündin.

Auf den Hund gekommen

Jeden Donnerstag herrscht Aufregung in der Geriatrischen Tagesklinik des Werner Forßmann Krankenhauses in Eberswalde: Therapiehündin Joyce ist wieder da. Sie bringt nicht nur Leben auf die Station, sie ist auch Partnerin für die „Zweibeiner" bei ihrer wichtigen Arbeit mit den älteren Patienten.

Wuscheliges helles Fell, sanftmütiger Charakter und erst diese Augen: Therapiehündin Joyce, außergewöhnlich dreinblickend mit ihrem braunen und blauen Auge, hat im Nu die Herzen der älteren Herrschaften erobert. Seit dem Frühjahr ist sie in der Tagesklinik im Einsatz.

Ein echter Therapie-Profi

Die positiven Einflüsse von Tieren in der Therapie sind in der GLG längst kein Geheimnis mehr. Auch die Wissenschaft hat diesen besonders bei älteren oder psychisch erkrankten Menschen längst bestätigt. Im Martin Gropius Krankenhaus kam schon vor längerer Zeit „ein Kollege mit Fell" zum Einsatz. Mit Erfolg. So hat sich auch das Team der Geriatrischen Klinik im Werner Forßmann Krankenhaus unter Leitung von Chefarzt Dr. Oliver Günter stark gemacht für einen tierischen „Mitarbeiter". Fündig wurden die Verantwortlichen nach einer durchaus intensiven Suche bei der Rettungshundestaffel der Johanniter-Unfallhilfe Barnim, wo Anika Walter ehrenamtlichen Dienst tut. Die ausgebildete Hundeverhaltenstherapeutin kennt sich aus im Umgang mit Rettungshunden und hat mit Joyce noch dazu den perfekten Therapiehund. Die fünfjährige Australian-Sheperd-Hündin ist selbst ausgebildet und hat seit vielen Jahren Erfahrung im Umgang mit anderen Menschen, ist gefragt in Kitas, Schulen oder in Senioreneinrichtungen. Joyce ist ein echter Profi. Die Hündin spürt Ängste und Vorbehalte, kann die Patienten motivieren oder beruhigen – „und manchmal mit nur einem Augenaufschlag um den Finger wickeln", sagt ihre Besitzerin. Anika Walter hat sich längst daran gewöhnt, dass Joyce der „Star" dieser besonderen Beziehung ist. Die Hündin wird stets bereits von den Patienten erwartet und mit Streicheleinheiten begrüßt.

Tierisches Training hat viele Effekte

Die tierische Therapie ist keinesfalls nur ein netter Zeitvertreib für die Senioren. Es ist Training für die zum Teil dementen und depressiven Patienten, die mit Unterstützung von Joyce Alltagsfähigkeiten erhalten und verbessern. So müssen im 40-minütigen Training verschiedene Gegenstände, von Joyce apportiert, von ihnen einsortiert werden. Die Belohnung für die tierische Therapeutin, ein Stück Mohrrübe, wird nicht nur mit Fingern, sondern auch mit Klammern oder Zangen, manchmal auch mit dem Löffel gereicht. Feinmotorik, im Alltag zum Beispiel beim Anziehen oder Essen ungemein wichtig, wird so ebenso spielerisch trainiert wie das Gedächtnis. Denn Joyce erinnert die Patienten häufig an eigene Haustiere in der Vergangenheit und deckt verborgen geglaubte biografische Details auf.

Vom Erfolg der tiergestützten Therapie sind die Ergotherapeuten, die Anika Walter bei ihrer Arbeit mit den Patienten unterstützen, ebenso überzeugt wie die Patienten selbst. Strahlende Gesichter und Vorfreude auf die Übungen mit der Hündin sprechen ein eindeutiges Bild. Anfänglich nur mit einer Therapiegruppe ist das tierische Training bereits auf zusätzliches Interesse gestoßen, so dass Joyce inzwischen eine Doppelstunde im Werner Forßmann Krankenhaus abhält.

„Klar ist das anstrengende geistige Arbeit für Joyce", sagt Anika Walter, die genau darauf achtet, dass ihre Hündin mit Freude an der Arbeit ist und nicht überfordert wird. Nach dem Dienst ist ausgiebiges Toben angesagt und Entspannen für die Hundeseele. Damit wieder Kraft vorhanden ist für den nächsten Arbeitstag und Anika Walter auch beim nächsten Training noch ganz sicher von sich und ihrer Hündin sagen kann: „Wir haben den schönsten Job der Welt."

Eberswalder Krankenschwester unterstützt einen schwerkranken jungen Mann

New York-Traum ging in Erfüllung

Mit den Ängsten und Träumen ihrer Patienten muss sich Antonia Betker als Krankenschwester auf der Intensivstation im Werner Forßmann Krankenhaus Eberswalde jeden Tag beschäftigen. Für einen schwerkranken jungen Mann hat sie sich ganz persönlich eingesetzt – und dabei geholfen, seinen Traum von New York zu erfüllen.

Ozeanriese und Zuhause auf See: Zwei Wochen lang schippert die Reisegesellschaft um Willi mit dem Schiff in Richtung New York. Zurück geht es wieder auf dem Seeweg, dann mit der Queen Mary 2. Fotos: Antonia Betker

New York, die Stadt die niemals schläft – die wollte er einmal erleben. Die Häuserschluchten entlang schauen, den Lärm des Verkehrs hören, die Freiheitsstatue aus der Nähe sehen, die quirlige Metropole mit allen Sinnen genießen, kurzum: den Geruch der großen weiten Welt atmen. Für den 19-jährigen Willi aus Stralsund ein scheinbar unerreichbarer Traum. Der junge Mann ist schwer krank und auf intensive Pflege angewiesen. Sich einfach in ein Flugzeug zu setzen, so wie es viele Gleichaltrige tun können, das ist für Willi unmöglich. Bis sich die Mühen von Eltern, Freunden und vieler Spenden auszahlen – und die Krankenschwester aus dem Eberswalder Krankenhaus das Glück doch noch möglich macht.

Schon als Kind im Rollstuhl

Willi und Antonia Betker kennen sich nicht, als sie vom Schicksal des jungen Mannes erfährt. Über verschlungene Wege hört sie von dessen schwerem Lebensweg. Willi leidet an einer Erbkrankheit, die seine Muskeln schwinden lassen. Bereits mit acht Jahren sitzt er im Rollstuhl. Statt wie andere Kinder Fußball zu spielen und das Leben jeden Tag neu zu entdecken, muss Willi sich schon als Kind mit der Endlichkeit des eigenen Daseins auseinandersetzen. Die Ärzte machen wenig Hoffnung auf eine lange Zukunft. Den Lebensmut verliert der kleine Willi trotzdem nicht. Der Traum von Amerika, dem Land der unbegrenzten Möglichkeiten, wie er ihm von Kinoleinwänden entgegenflimmert, ist geboren.

Für Antonia Betker sind Amerikas Großstädte keineswegs Reiseziel erster Wahl. Die Angermünderin, die seit 2010 in Eberswalde arbeitet, mag es lieber bodenständig. Raus in die Natur, so hat es die 31-Jährige am liebsten. Und doch kommt sie ins Nachdenken, als sie von der Aktion „Kindertraum“ hört. An die Organisation haben sich Willi und seine Familie gewendet, um

Live und in Farbe: Der große Tag ist da – Willi und Antonia Betker müssen den Besuch an der Freiheitsstatue unbedingt im Bild festhalten. Es ist ein ganz besonderer Augenblick für den schwer erkrankten jungen Mann.

seinen größten Traum wahr werden zu lassen. Um das zu schaffen, braucht es viele Spender, die an Willis Schicksal teilhaben und ihm helfen wollen. Die Ersparnisse der Eltern reichen dafür nicht. Willi ist auf einen speziellen Rollstuhl angewiesen, weil er Arme und Beine nicht mehr bewegen kann, muss mit Sauerstoff beatmet und intensiv gepflegt werden. Eine Lungenentzündung hatte seine gesundheitliche Situation noch einmal dramatisch verschlechtert. Er kämpfte sich zurück ins Leben, aber eine Flugreise nach New York scheidet damit definitiv aus. Die Überfahrt mit dem Schiff ist möglich – aber sehr teuer.

Das unmöglich Scheinende gelingt

Es gelingt, was die Eltern des 19-Jährigen noch er selbst für möglich gehalten haben: Die Menschen nehmen Anteil und spenden. Zeitungen berichten über Willis Schicksal, rufen zur Unterstützung auf, die Erlöse aus Benefizkonzerten kommen ihm zugute, Unternehmer setzten sich ein, die Reisekasse füllt sich. Aber neue Hürden müssen überwunden werden: Weil die Intensivpflege rund um die Uhr sichergestellt werden muss, braucht es ausgewiesenes Pflegepersonal, das sich mit Willi und seinen Eltern auf die Reise macht. Und das ist alles andere als leicht zu finden. Wer Familie hat, beruflich eng eingebunden ist und in seinem Umfeld Verpflichtungen hat, der kann sich nicht so einfach für vier Wochen Zeit nehmen. Mögliche Schwestern und Pfleger zeigen Interesse und springen dann doch wieder ab. Droht Willis Traum zu zerplatzen? „Nein“, sagt Antonia Betker in Eberswalde. „Da muss man doch helfen können!“ Und sie macht ernst. New York kann für Willi tatsächlich kommen!

Organisatorische Hürden müssen aber auch für Antonia Betker bewältigt werden, bevor das Schiff mit Willi, seinen Eltern, einem weiteren Pfleger und der Angermünderin in See stechen kann. Nach dem Kennenlernen in Stralsund ist die Krankenschwester mehr denn je davon überzeugt, dass sie die große Verantwortung der Pflege während der langen Reise übernehmen will. „Dass es eine Herausforderung für mich wird, habe ich gewusst. Ich wollte Willi und seiner Familie die Möglichkeit geben, diese gemeinsame Reise zu erleben, die Eltern bei der

▶ Fortsetzung nächste Seite

Häuserschluchten in der Stadt, die niemals schläft: Drei Tage bleiben Zeit, um New York zu erkunden. Viel Schlaf gibt es für die Entdecker nicht.

Skyline: So lange hat Willi davon geträumt, die Skyline New Yorks mit eigenen Augen zu sehen. Als der Moment da ist, bricht sich die Freude eher still und zurückhaltend Bahn.

▶ Fortsetzung von Seite 25

Betreuung entlasten und für mich persönlich erfahren, wie ich mit dieser besonderen Situation umgehe", begründet sie ihre Entscheidung. Dankbar ist sie dann auch der Pflegedienstleitung, Jana Graeber, Leiterin auf der Station 14, und der Verwaltungsdirektiorin des Werner Forßmann Krankenhauses, Sibylle Ludewig. „Ich schätze sehr, dass sie es mir gerade in der kurzen Zeit der Absprache letztendlich ermöglicht haben, Willi nach New York zu begleiten." Der rund vierwöchige Ausfall kann kompensiert werden: Antonia Betker wird freigestellt und nimmt außerdem zwei Wochen Urlaub, um dem jungen Mann seinen Traum zu ermöglichen.

Herausforderung 24-Stunden-Pflege

Was die Pflegeaufgaben beinhalten, weiß die Krankenschwester natürlich, dennoch ist die Belastung und die besondere Verantwortung durch die 24-Stunden-Intensivbetreuung eine andere als im Krankenhausalltag. Betreuer und Familie kommen sich nahe, müssen mit den individuellen Charakteren umgehen, emotionale Hochs und Tiefs miteinander durchleben, die vielen Eindrücke für sich und auch gemeinsam verarbeiten. Im Mittelpunkt steht Willi. Seinen Bedürfnissen, physisch wie psychisch, wird alles untergeordnet.

Dass sie sich auch persönlich in ein Abenteuer stürzt, ist Antonia Betker von Beginn an bewusst. Wenige Monate vergehen vom ersten Kennenlernen bis zum Start der Reise. Die führt dann mit einem Kreuzfahrtschiff von Hamburg aus über europäische Häfen und den großen Teich nach Amerika. Die Freude über jeden der mit Ereignissen wie Landausflügen und Besuchen in der Kommandozentrale oder in den Vergnügungsstätten an Bord ausgefüllten Tage ist spürbar. Aber auch die Anstrengung, die psychische Belastung für alle Reisenden, die zu einer Gruppe verschmelzen. „Abgesehen von der intensiven Pflege, die Willi benötigt, ist er auch ein ganz normaler junger Mann, der gerade wegen der Erkrankung viel Aufmerksamkeit einfordert und Beschäftigung sucht", erklärt Antonia Betker die besondere Situation im Umgang. Eltern und Sohn haben eine enge Beziehung, ungern überlassen Mutter und Vater Willi den Pflegern einmal ohne Aufsicht – selbst wenn sie es könnten und es sie entlasten würde. Die Sorge um Willis Wohlergehen ist ihnen in Fleisch und Blut übergegangen, obwohl der Sohn trotz Krankheit ein typischer Teenager ist, der Grenzen austestet und eine eigene Sicht auf die kleine und große Welt behauptet und formuliert.

Dann ist der große Traum da: New York. Nach zwei Wochen auf See, in denen auch viele Passagiere am Schicksal Willis Anteil nahmen und ihn gleichzeitig trotz seiner Einschränkungen als einen unter vielen Mitreisenden wahrnahmen, taucht der Big Apple am Horizont auf. Drei intensive Tage saugen Willi, seine Eltern und die Pfleger die Großstadt in sich auf. Die Touristenattraktionen wie zum Beispiel die Freiheitsstatue oder der Time Square sind genauso unter den Ausflugszielen wie das World Trade Memorial oder der Central Park. „Das ist noch nicht alles: Wir sind U-Bahn gefahren, waren im Hardrock-Café, haben die Skyline von New York bewundert. Wir konnten die vielen Eindrücke gar nicht so schnell verarbeiten, wie sie auf uns eingeprasselt sind", sagt Antonia Betker. Auch Willi wird das große Abenteuer, das unfassbar schön und zugleich auch sehr anstrengend ist, erst im Nachhinein so richtig bewusst. Zum Verarbeiten bleibt Zeit auf der Rückreise, die erneut per Schiff angetreten wird. Die Euphorie ist verflogen, geblieben sind die vielen Momente, die sich in die Erinnerung aller Beteiligten eingebrannt haben. Mit dem „Wünschewagen" aus dem englischen Southhampton abgeholt, warten weitere Erlebnisse auf den jungen Mann, der über Holland zurück nach Stralsund gebracht wird.

Viel zu sehen: Während der langen Schiffsreise gibt es Zwischenstopps, auf denen Willi und Antonia Betker viele weitere Eindrücke sammeln und zahlreiche Flecken der Erde entdecken.

Bleibende Erinnerungen

Als „außergewöhnliche Erfahrung" beschreibt Antonia Betker die Reise mit Willi und seinen Eltern. Ihnen das Gefühl zu geben, dass auch sie die große weite Welt kennengelernt haben und Willis Traum Wirklichkeit geworden ist, das sei ihre schönste Erinnerung an den Trip über den großen Teich. Und auch über sich habe sie viel gelernt, über die Wertschätzung den liebsten Menschen um sich herum, über das große Glück, gesund zu sein. Über das und die vielen Erlebnisse spricht sie auch immer mal wieder, wenn sie Willi, der heute in einer eigenen Wohnung mit Rund-um-die-Uhr-Betreuung lebt, besucht. Gemeinsam mit den Eltern wird dann in den Fotoalben geblättert. Und über den neuen Traum gesprochen: dass das Amerika-Abenteuer für Willi vielleicht doch nicht die einzige und letzte Reise gewesen ist.

Aktion „Kindertraum"

Mit dem Motto **„Dein Wunsch, unsere Mission"** organisiert und realisiert die Aktion „Kindertraum" als gemeinnützige Gesellschaft mit Sitz in Hannover Hilfe für Kinder und Jugendliche in besonderen Lebenssituationen. Diese können durch eine schwere Erkrankung der Kinder oder Familienangehöriger, durch traumatische Erlebnisse, den Verlust einer nahestehenden Person oder andere gravierende Veränderungen entstehen. Die Gesellschaft fungiert dabei als Brückenbauer zwischen hilfesuchenden Kindern und Jugendlichen sowie ihrer Familien und der Öffentlichkeit. Auf zahlreichen Veranstaltungen in Deutschland werden mögliche Spender darüber informiert, wie sie dazu beitragen können, Herzenswünsche zu erfüllen. Das können besondere Erlebnisse oder Reisen ebenso sein wie Hilfsmittel oder Operationen. Aus vielen „Einmal-Wünschen" haben sich inzwischen Projekte entwickelt, die dauerhaft gefördert werden. Die Gesellschaft arbeitet dabei deutschlandweit mit einer Vielzahl von Organisationen zusammen, freut sich über die Unterstützung Prominenter und hat so im 20. Jahr ihres Bestehens bereits unzähligen Kindern ein Lächeln ins Gesicht zaubern können.

Mehr über die Gesellschaft und ihre Tätigkeiten finden Sie im Internet unter www.aktion-kindertraum.de

Der „Wünschewagen"

Hinter dem „Wünschewagen" steckt der Arbeiter-Samariter-Bund. Der Name ist durchaus in doppeltem Sinn zu verstehen: Das Auto ist Transportmittel für schwer kranke Menschen, die die Möglichkeit bekommen, ihre „Wünsche" zu „wagen". Das Ziel der Reise ist dabei ganz dem Fahrgast überlassen: ob ans Meer, zu einem Konzert oder dem Lieblingsort. Einzige Voraussetzung ist die Transportfähigkeit der Patienten, die im komfortabel ausgestatteten „Wünschewagen" einen Panoramablick in die Umgebung genießen können. Außerdem verfügen die „Wünschewagen" über eine moderne notfallmedizinische Ausstattung. Die Wunschfahrten werden von qualifizierten ehrenamtlichen Fachkräften begleitet – sie arbeiten alle freiwillig, um Herzenswünsche von Patienten zu erfüllen. Das Projekt lebt ausschließlich vom Engagement der Ehrenamtlichen, von Spenden und Eigenmitteln.

Mehr über das Projekt „Wünschewagen" gibt es ebenfalls im Internet unter www.wünschewagen.de

AKTION MIT DEM SCHLAGANFALL-BUS

Schon seit mehreren Jahren macht der Schlaganfall-Bus bei seiner Deutschlandtour auf dem Eberswalder Marktplatz Station, und jedesmal ist die Zahl der Interessierten groß. Am 11. Mai informierten an dem auffälligen roten Oldtimer-Gefährt der Firma Boehringer-Ingelheim Ärzte und Fachkräfte der Neurologie des Martin Gropius Krankenhauses und der GLG Fachklinik Wolletzsee sowie des Barnimer Rettungsdienstes über die Risiken des Schlaganfalls, über Vorhofflimmern und über Diabetes. Gefragt waren Informationsmaterialien und die Notfallkarte sowie der mobile Gesundheitstest – unter anderem Blutdruck-, Blutzucker- und Cholesterinwertemessung, EKG und Dopplersonographie. Diese wurde vom Abteilungsleiter der Stroke Unit, Oberarzt Hans-Michael Schmitt persönlich durchgeführt. Er sagte: „Wir konnten auch in diesem Jahr die Öffentlichkeit auf das uns so wichtige Thema Schlaganfall aufmerksam machen und viele Menschen für die Risikofaktoren und Warnzeichen sensibilisieren. Ganz herzlich möchte ich mich bei allen bedanken, die mit großem Eifer, Begeisterung und Improvisationsvermögen mitgewirkt haben, bei den Fachkräften am Stand und auch bei allen Unterstützern im Hintergrund von der Technik, dem Transport und der Küche. Ich glaube, alle freuen sich jetzt schon auf die Fortsetzung im nächsten Jahr."

BLUTDRUCK-TEST IM MESSETRUBEL

Ein gern besuchter Pflichttermin waren für die GLG-Mitarbeiter des Angermünder Krankenhauses und der GLG Ambulante Pflege & Service GmbH im April wieder die Wirtschafts- und Kulturtage (WiKu) in Angermünde. In den historischen Mauern der Klosterkirche war der Stand der GLG, an denen Blutdruck und Blutzucker getestet und wertvolle Tipps für die Besucher gegeben wurden, einer der besucherstärksten der Messe. So freuten sich die Mitarbeiter am Stand über viele interessierte Gäste, die sich auch darüber informierten, welche Möglichkeiten und Leistungen die GLG-Einrichtungen bieten – getreu ihrem Motto „Wir tun mehr ... für Ihre Gesundheit".

SPORTABZEICHEN-TAG

Der Deutsche Olympische Sportbund hatte im Juni zu einem Aktionstag nach Eberswalde eingeladen. Jung und Alt waren aufgerufen, das Deutsche Sportabzeichen zu erwerben. Im Fritz-Lesch-Stadion war auch die GLG mit einem Informationsstand und einem Angebot an sportlichen Aktivitäten vertreten. Außerdem stellte sich das Netzwerk Gesunde Kinder vor. Prominente Teilnehmer waren Zehnkampf-Ikone Frank Busemann, Paralympics-Sieger Gerd Schönfelder und Moderatorin Miriam Höller, bekannt auch als Stuntfrau und Model, sowie Joachim Franke, erfolgreichster deutscher Eisschnellauftrainer. Ein gesundheitsförderndes Sport- und Spaßangebot für die ganze Familie und alle, die es an diesem Tag zeitlich einrichten konnten. Mit 1.500 Sportbegeisterten lag Eberwalde im Städtevergleich der Aktion weit vorn.

Freies WLAN für Patienten

Vom Krankenbett aus nach neuesten Nachrichten suchen, im weltweiten Netz spielen oder mit Freunden chatten – schnelles Internet kann dabei helfen, einen Krankenhausaufenthalt leichter zu überstehen. Seit März können auch die Patienten im Krankenhaus Angermünde in ausgewählten Bereichen WLAN nutzen. „Mobiles Internet ist heute zu einer Selbstverständlichkeit geworden und für viele unserer Patienten eines der bewährtesten Kommunikationsmittel, um während der Zeit im Krankenhaus Kontakt zu der Familie und zu Freunden zu halten“, sagt Krankenhausdirektorin Marita Schönemann. Das Surfen auf dem Smartphone vertreibt zudem Langeweile, die bei Krankenhausaufenthalten durchaus entstehen kann. Jedoch: Weil in der Klinik die Rekonvaleszenz im Vordergrund steht und dazu Ruhe und Erholung wichtig sind, bleibt das Surfen mittels WLAN auf ausgewiesene Zonen, wie die Aufenthalts-, Warte- und Besucherbereiche, beschränkt. Die Nutzer können sich dort mit dem Anbieter verbinden und als Gast in das Internet einwählen. Im Patientenzimmer steht den Patienten nach wie vor der Fernseher und ein Telefon zur Kommunikation, Information und Unterhaltung zur Verfügung.

Als besonderes Plus im Angermünder Krankenhaus ist der WLAN-Zugang für die Patienten kostenfrei. „Wir freuen uns, dass wir unsere digitale Infrastruktur nun auch für unsere Patienten geöffnet haben und mit diesem Angebot die Servicequalität weiter erhöhen“, so Marita Schönemann.

Im Klinikalltag haben Internet und Digitalisierung auch im Krankenhaus Angermünde längst Einzug gehalten. Von der Archivierung über die angestrebte digitale Patientenakte, telemedizinische Arztkonferenzen und modernste Diagnostik, bis hin zur vernetzten Verwaltung reicht die Entwicklung auf dem Weg zum digitalen Krankenhaus der Zukunft. Weil damit auch Risiken bezüglich des Schutzes sensibler Daten verbunden sind, wird hier ganz besonders auf hohe technische Sicherheit geachtet.

TAG DER OFFENEN TÜR

Zahlreiche Interessierte nutzten den „Tag der offenen Tür“ im April, um sich einmal in den Räumen des Pflegedienstes umzuschauen. Die Besucher erwartete unter anderem ein „Markt der Möglichkeiten“ mit vielen Informationen und Tipps für die Gesundheit.

Pflegebedürftige und auch ihre Angehörigen werden von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der GLG - Ambulante Pflege & Service GmbH kompetent beraten.

Nach erfolgreicher Zertifizierung (v.l.): Ivonne Neumann, stellvertretende Pflegedienstleiterin, Christine Reimann, Pflegedienstleiterin, Cordula Beck, stellvertretende Pflegedienstleiterin, Matti Glantz, Qualitätsmanagementbeauftragter, Robert Schindler, stellvertretender GLG-Pflegedirektor, Dr. rer. rer. medic. Dorit Baretton, Co-Auditorin und Christiane Volpers, leitende Auditorin.

MEHR ALS NUR EIN **PFLEGEDIENST**

Der Umzug der GLG - Ambulante Pflege & Service GmbH in die neue Zentrale am Eberswalder WestendCenter hat das vielseitige Leistungsspektrum des Pflegedienstes nochmals erweitert. Es umfasst nun auch eine Intensivpflege-WG für sechs Bewohner als Alternative zum Krankenhaus- oder Heimaufenthalt, eine Begegnungs- und Freizeitstätte für Senioren, alle Formen häuslicher Pflege einschließlich ambulanter psychiatrischer Pflege, Beratungs- und Betreuungsangebote, hauswirtschaftliche Versorgung und viele individuell zu vereinbarende Leistungen, die älteren und pflegebedürftigen Menschen im Alltag weitestgehende Selbstständigkeit ermöglichen.
Im Juni absolvierte der vom MDK mit Bestnoten bewertete Pflegedienst unter der Leitung von Christine Reimann erfolgreich die ISO-Zertifizierung.
„Wir konnten die ISO Norm dabei von der DIN ISO 9001:2008 auf die neue DIN ISO 9001:2015 umstellen“, sagt der stellvertretender GLG-Konzernpflegedirektor Robert Schindler. „Dazu wurde unter anderem ein unternehmensweites Risikomanagement etabliert. Die GLG - Ambulante Pflege & Service GmbH ist somit das erste Tochterunternehmen der GLG, welches komplett ISO-zertifiziert ist. Das Zertifikat umfasst sämtliche Bereiche der GLG-Ambulante Pflege & Service GmbH.“
Die leitende Auditorin der Zertifizierungsstelle ClarCert, Christiane Volpers, empfahl nach Auswertung der beiden Überwachungsaudittage die Ausstellung des Zertifikates und attestierte der GLG - Ambulante Pflege & Service GmbH im Abschlussgespräch „ein sehr gutes Ergebnis“.
„Darauf können wir stolz sein“, sagt Robert Schindler. „Ich möchte dem gesamten Leitungsteam und allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Pflegedienstes danken.“

PFLEGEMITTWOCH

Regelmäßig lädt der Pflegedienst zu Informationsveranstaltungen ein. Einen neuen Rahmen dafür bietet unter anderem der „PflegeMittwoch“. Hier standen bereits Themen auf dem Programm wie „Alltagshilfen – Welche Hilfsmittel ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben daheim?“ oder „Die Angst vor der Heimbeatmung – Was ist möglich um daheim versorgt zu werden?“Für den 26. September ist ein weiterer Vortrag zu dem Thema geplant: „Gebrechlichkeit im Alter – Möglichkeiten um Pflegebedürftigkeit zu verhindern“.

Mehr Informationen:
GLG - Ambulante Pflege & Service GmbH
Heegermühler Straße 19 c in Eberswalde
Telefon 03334 69-2134
Beratungsstellen des Pflegedienstes gibt es außerdem in Prenzlau und in Angermünde.

Pilotprojekt am Werner Forßmann Krankenhaus

Innovatives Laborsystem kann Leben retten

Wie lassen sich Erreger von Krankenhausinfektionen noch schneller identifizieren, um sie zielgerichtet bekämpfen zu können? Eine neue Form der Diagnostik soll dies ermöglichen. Das Werner Forßmann Krankenhaus hat dazu ein Pilotprojekt zusammen mit einem renommierten Medizinprodukthersteller gestartet.

Seit Anfang Juli ist das Krankenhauslabor des Werner Forßmann Krankenhauses mit einem innovativen sogenannten In-vitro-Diagnostik-System ausgestattet. Parallel zur herkömmlichen Laboranalyse wird es Aussagen über Art und Empfindlichkeit von Bakterien in Blutproben liefern. Schon nach sieben Stunden sollen die Ergebnisse vorliegen, für die bisher in der Regel zwei bis drei Tage benötigt werden. Ein erheblicher Zeitvorteil für den Patienten, der beispielsweise im Falle einer Sepsis lebensrettend sein kann. Durch die genaue Kenntnis der Erreger und ihrer Empfindlichkeit hat der Arzt die Möglichkeit, zu einem deutlich früheren Zeitpunkt den Antibiotikaeinsatz fokussiert zu steuern. In welchem Maße sich die Behandlungsergebnisse dadurch verbessern werden und ob das System darüber hinaus sogar wirtschaftlicher ist, sind Fragen, die das Pilotprojekt anhand von klar dokumentierten Fakten beantworten soll.

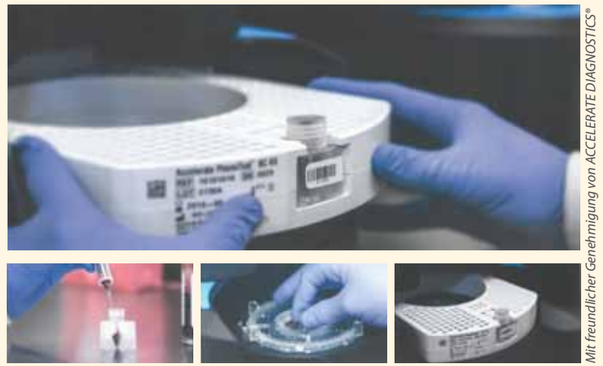
„Wir haben das Werner Forßmann Krankenhaus für diese Studie als einen von zwei, bis maximal drei Referenzstandorten in Deutschland ausgewählt", sagt Dr. Torsten Neumann, Geschäftsführer der Herstellerfirma. „Die Intensivtherapiestation des Krankenhauses bietet beste Möglichkeiten, die Effizienz des Systems in der klinischen Routine, sozusagen *real life*, zu testen. Zudem wird die Klinik von einem der bekanntesten Infektiologen Deutschlands geleitet."

Gemeint ist Chefarzt Dr. Klaus-Friedrich Bodmann, Facharzt für Innere Medizin und Spezielle Internistische Intensivmedizin mit den Zusatzbezeichnungen Rettungsmedizin und Infektiologie. Er ist Autor zahlreicher Fachpublikationen zur Infektiologie, Präsident der Infektliga und auch auf EU-Ebene an der Erforschung von Wegen und Möglichkeiten der Prävention und Behandlung nosokomialer Infektionen beteiligt.

„Ich freue mich sehr, gemeinsam mit den Entwicklern dieser medizinischen Innovation das Projekt bei uns durchführen zu können", sagt Dr. Klaus-Friedrich Bodmann. „Wir gewinnen wichtige Erkenntnisse für die infektiologische Praxis, und zugleich profitieren die Patienten jetzt schon von dem neuen Verfahren, das zusätzlich zu den bewährten Laboranalysen eingesetzt wird – ohne dass wir dafür mehr Blutproben als sonst benötigen würden."

Das Projekt wird medizinisch und wirtschaftlich vom renommierten wissenschaftlichen Institut inspiring-health aus München unter der Leitung von Dr. Michael Wilke, einem anerkannten internationalen Experten auf dem Gebiet der Gesundheitsökonomie, evaluiert.

Wie funktioniert das System?



Mit freundlicher Genehmigung von ACCELERATE DIAGNOSTICS®

Das Accelerate Pheno™ system ist ein Gerät welches in kürzester Zeit die wichtigsten Keime identifiziert, die für das immer häufiger auftretende Krankheitsbild Sepsis („Blutvergiftung") verantwortlich sind und anzeigt, ob eine Antibiotikagabe notwendig ist. Dafür wird dem Patienten Blut abgenommen und im Labor in einem „Brutschrank" bebrütet. Sind Keime im Blut vorhanden, erfolgt eine Meldung. Ab diesem Moment kann das Accelerate Pheno™ system eingesetzt werden. Man überführt eine kleine Menge Blut in das Accelerate Pheno™ system und startet mit der Messung. Nach nur 1 bis 1,5 Stunden erhält man eine Meldung, welche Keime gefunden wurden. Direkt danach startet die Antibiotikaempfindlichkeitsmessung. Durch sie wird ermittelt, welche Antibiotika gegen diesen Keim wirksam sind. Innerhalb von 5 bis 5,5 Stunden liegt ein Ergebnis vor. Herkömmliche Methoden dauern zwei bis drei Tage. Der behandelnde Arzt kann unverzüglich eine Auswahl der richtigen Antibiotika treffen und die Therapie schnellstmöglich anpassen. Durch die zielgerichtete Antibiotikatherapie wird die Behandlung optimiert und der Zunahme von Antibiotikaresistenzen entgegengewirkt. Zugleich werden damit Behandlungskosten reduziert.

Task Force gegen Krankenhausinfektionen

Dr. Klaus-Friedrich Bodmann

Die European Union of Medical Specialists (U.E.M.S.) hat ein neues Gremium geschaffen, das sich speziell mit Fragen der Prävention, Diagnostik und Therapie von nosokomialen Infektionen (Infection Control) befassen wird. Zu einem ersten Treffen kamen im Mai Spezialisten aus 20 verschiedenen EU-Ländern in Rom zusammen. Zu ihnen gehört seitens der Bundesrepublik Deutschland Dr. Klaus-Friedrich Bodmann, Chefarzt der Klinik für internistische Intensivmedizin und klinische Infektiologie am Werner Forßmann Krankenhaus in Eberswalde.

Er kommentierte das erste Treffen mit den Worten: „Als Delegierter der neu geschaffenen Task Force auf europäischer Ebene freue ich mich darauf, künftig auch in diesem Gremium regelmäßig Erfahrungen und neue Erkenntnisse zur Entstehung und Verbreitung von Krankenhausinfektionen und wie man diesen erfolgreich entgegenwirkt, mit Spezialisten anderer Länder auszutauschen."

Dabei kann er auf aktuellste wissenschaftliche Ergebnisse zurückgreifen. So wurden beispielsweise im Dezember 2017 unter seiner Leitung die Empfehlungen der Paul-Ehrlich-Gesellschaft für die kalkulierte Initialtherapie bakterieller Erkrankungen bei Erwachsenen erstellt und herausgegeben.

Ein besonderes Anliegen ist ihm die Verbreitung infektiologischen Fachwissens innerhalb der Ärzteschaft. Er verfügt über die Weiterbildungsermächtigung für Infektiologie und lädt jedes Jahr Ärzte aus dem gesamten deutschsprachigen Raum zum Infektiologischen Symposium nach Eberswalde ein. Am 30. Juni hat das Symposium zum neunten Mal stattgefunden.

Infektiologische Sprechstunde

Seit 1. Juli verfügt Dr. Klaus-Friedrich Bodmann auch über die Ermächtigung für eine infektiologische Sprechstunde am Werner Forßmann Krankenhaus.

Näheres über das Projekt erfuhren am 30. Juni die Teilnehmer des 9. Infektiologischen Symposiums im Martin Gropius Krankenhaus. Referenten aus dem gesamten deutschsprachigen Raum stellten dort neue Erkenntnisse zu den wichtigsten Brennpunkten der klinischen Infektiologie vor.

Bürgerforum des Kreiskrankenhauses Prenzlau erstmals im Dominikanerkloster

Was tun gegen Gelenkschmerzen?

Erstmals lud das Prenzlauer Bürgerforum an einen neuen Veranstaltungsort ein: das Dominikanerkloster. Es bietet Besuchern noch mehr Raum und ein ausgezeichnetes Ambiente, um Gesundheitswissen aus erster Hand zu vermitteln. Diesmal informierten Ärzte des Kreiskrankenhauses über Behandlungsmöglichkeiten bei Gelenkschmerzen.

Wenn gleich vier Prenzlauer Ärzte beim Bürgerforum vertreten sind, muss es besondere Gründe geben. Zum einen war es das Thema selbst, zum anderen hat die beliebte Veranstaltung mit dem Kleinkunstsaal des Dominikanerklosters einen neuen Austragungsort gefunden. Dieser besticht mit seiner zentralen Lage und dem vielen Platz, der auf das wachsende Publikumsinteresse ausgerichtet ist. Dass der neue Veranstaltungsort zur Premiere gut angenommen wurde, stellten die Chefärzte Dr. Oliver Günter und Wolf-German Geike sowie der Leitende Oberarzt Andrzej Zebrowski und Facharzt Marciej Opalko bereits bei der Begrüßung der knapp 80 Zuhörer fest. Das lag sicher nicht zuletzt am Thema „Gelenkschmerzen" – ein echtes Volksleiden.

85 Prozent haben „Rücken"

Ob im Rücken, in Knie oder Schulter und auch in den Handgelenken – wer hier im Laufe seines Lebens unter Schmerzen leidet, gehört keiner Minderheit an. Die Ursachen sind so vielfältig wie individuell. Verletzungen, Unfälle und spezielle Erkrankungen zählten die Experten ebenso auf wie alterbesdingte Abnutzungserscheinungen, Veranlagungen oder Lebensweisen. 85 Prozent aller Menschen „haben Rücken" im Laufe ihres Lebens. Und doch verbergen sich hinter den Symptomen nicht immer die erwarteten Ursachen. „Erst eine gezielte Diagnostik offenbart, was wirklich dahinter steckt", erklärt Wolf-German Geike, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie. „Rückenschmerzen können zum Beispiel auch auf innere Erkrankungen, wie zum Beispiel einen Herz- oder Niereninfarkt hinweisen. Der Rücken ist auch sehr häufig Sinnbild für seelische Probleme. Sehr häufig leiden Betroffene darunter, ohne dass es körperliche Ursachen gibt."

Was im Kreiskrankenhaus Prenzlau ein Team aus Ärzten und Therapeuten verschiedener Professionen übernimmt, darum sollten sich Betroffene auch ohne Krankenhausaufenthalt bemühen: eine Diagnostik, die den ganzen Menschen in den Blick nimmt. So verwies Dr. Oliver Günter, Chefarzt der Klinik für Altersmedizin, unter anderem auf eine mangelnde Vitaminversorgung, die ebenfalls zu Gelenkschmerzen beitragen kann. Etwa drei Viertel aller Patienten ab 70 Jahren leiden, so die Erfahrungen aus Prenzlau, an Vitamin D-Mangel, der nachweislich zu Knochenerweichung führt. Die ohnehin nachlassende Mobilität im Alter würde zudem durch die nicht ausreichende Versorgung mit Vitamin B12 oder Zink noch verstärkt.

Was aber nun tun bei Gelenkschmerzen? Die Antworten der Experten sind klar und einfach: Gewicht runter und mehr Bewegung. „Sitzen ist das Schlechteste, was man tun kann!", mahnt Wolf-German Geike. „Wer dann auch noch viele Kilos zu viel auf die Waage bringt, der belastet die Gelenke zusätzlich." Dabei müsse man keineswegs zum Leistungssportler werden, sondern für ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Sitzen, Laufen und Stehen sorgen. „Auch im Krankenhaus plädieren wir in erster Linie für eine konservative Behandlung, die zunächst Aktivität durch Physio- und Bewegungstherapie verordnet", zählt der Chefarzt auf. Da Schmerzen aber viele Betroffene zur Verzweiflung treiben würden, wird unterstützend auch die medikamentöse Behandlung mit Schmerzmitteln angewendet.

Aufklärer in Sachen Gelenkschmerz: ▲ Dr. Andrzej Zebrowski und die Prenzlauer Chefärzte ▲▲ Wolf German Geike und Dr. Oliver Günter sprechen am neuen Austragungsort des Bürgerforums vor einem höchst interessierten Publikum über die vielfältigen Ursachen für Beschwerden in den Gelenken.

Volksleiden Arthrose

Über das häufigste Gelenkleiden, die Arthrose, berichtete Andrzej Zebrowski, seit Sommer 2017 Leitender Oberarzt in der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie in Prenzlau. Der Abbau der Knorpelschicht zwischen den Knochen führt nicht nur zu großen Schmerzen, sondern auch zu einer Versteifung des Gelenks. Bereits ab einem Alter von 40 Jahren nimmt der Verschleiß in den Scharnieren des Körpers deutlich Fahrt auf. Frauen sind zudem aufgrund ihrer hormonellen Beschaffenheit proportional häufiger von Arthrose betroffen. Heilbar oder gar umkehrbar sei der Gelenkverschleiß nicht, so Andrzej Zebrowski, „aber mit Bewegung, auch wenn es schwer fällt, bleibt der Knorpel durchblutet und kann so seine Funktion als natürlicher Stoßdämpfer im Körper länger ausüben." Letzter Ausweg ist der Gelenkersatz. Auch das wird am Kreiskrankenhaus praktiziert. „Allerdings erst nach ausführlicher Diagnostik und im intensiven Austausch mit den Betroffenen", unterstreicht der Chefarzt der Orthopädie. Ein Kunstgelenk sei eine Alternative, um große Schmerzen zu ersparen und Mobilität zurückzugeben, aber dieser Schritt müsse stets genau geprüft und ausführlich beraten werden.

Spezialsprechstunden in der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie:
Montag, Dienstag und Donnerstag:
13 bis 15 Uhr
Mitzubringen sind Überweisung vom Hausarzt und aktuelles Röntgenbild.
Kontakt: Ambulantes Zentrum des Kreiskrankenhauses Prenzlau unter Telefon 03984 33-540.

Angermünder Psychiatrietag

Oben: Marita Schönemann, Prof. Dr. Hans Stoffels, Dr. Martin Sandner

Zum neunten Mal lud die Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie/-somatik und Suchtmedizin des Krankenhauses Angermünde zum „Psychiatrietag" ein. Mit mehr als 140 Teilnehmern waren die Cafeteria und das ergänzende Zelt mit Videoübertragung voll besetzt. Krankenhausverwaltungsdirektorin Marita Schönemann würdigte in einem Statement das 25-jährige Bestehen der Klinik, angefangen von der ersten Psychiatrischen Station 1993, über die Gründung der Tagesklinik in Schwedt 1995, bis hin zur Grundsteinlegung für den Erweiterungsbau im Jahr 2000 und die darauf folgende positive Entwicklung. Zu dieser trägt seit 2009 Chefarzt Dr. Martin Sandner maßgeblich bei. Dieser bedankte sich bei seinem Team und allen begleitenden und unterstützenden Diensten. Als eine entsprechende „Stellungnahme" wollte er auch das gewählte Tagungsthema „Supervision" verstanden wissen. Die Ansprüche an die Versorgung sind gestiegen und im selben Maße die an die Qualifikation und Belastbarkeit der Mitarbeiter. Dies gelte es zu würdigen. Als renommierte Gastreferenten sprachen Prof. Dr. Hans Stoffels aus Berlin und Dr. Birgitta Rüth-Behr aus Hamburg. In Workshops konnten die Teilnehmer Inspirationen aufnehmen und Erfahrungen austauschen. Die Psychiatrie heute ist mit der vor 25 Jahren nicht zu vergleichen. Es haben sich sozialpsychiatrische Dienste und Hilfen etabliert, und die Klinik umfasst weitere Tageskliniken und Beratungsstellen sowie Wohnstätten in Criewen – insgesamt 72 stationäre und 48 teilstationäre Plätze. Durch die enge Vernetzung mit der Klinik für Innere Medizin des Krankenhauses ergeben sich besonders gute Voraussetzungen für eine ganzheitliche Versorgung.

Prof. Dr. Hubertus Adam

Hilfe beim Berufseinstieg

An einem arbeitsreichen Seminartag im Martin Gropius Krankenhaus haben sich BerufseinstiegsbegleiterInnen (BerEB) aus der Region einen Überblick über die häufigsten Störungsbilder in der Adoleszenz verschafft. BerEB helfen Jugendlichen an der Schnittstelle zwischen Schule, Jobcenter und Ausbildung – eine Zeit, in der die Ausbildungsstätten hohe Erwartungen an die Jugendlichen stellen, welche diese aber nicht immer erfüllen können. Prof. Dr. Hubertus Adam, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des Kindes- und Jugendalters, gab einen Überblick über das Auftreten seelischer Probleme bei Jugendlichen und die Möglichkeiten, diese in der Klinik zu diagnostizieren und zu behandeln. Mit diesen grundlegenden Kenntnissen wurden Strategien zum Umgang mit den Jugendlichen erarbeitet und alltagstaugliche Handlungsoptionen besprochen. Abschließend wurde ausführlich zu den Anforderungen der BerEB und deren Rolle in der Beziehungsarbeit referiert. Prof. Dr. Hubertus Adam zog dazu das Fazit: „Es ist deutlich geworden, dass die Arbeit als BerEb viel Wissen und Kompetenz erfordert, aber auch immer Grenzen hat. Sie sind Nahtstellenmanager, die nicht alles selbst machen können und sollen. Vernetzung auch mit der Jugendpsychiatrie in Eberswalde ist wichtig und das A und O, damit ihre Arbeit gelingen kann."

Während der Veranstaltung im Martin Gropius Krankenhaus.

Neue Leitung der Forensik

▲ Manuela Stroske (rechts) und Verwaltungsdirektorin Sylvia Markl bei der Verabschiedung der Chefärztin am 19. April.

▶ Neuer Chefarzt: Thomas Loos

Seit 1. Juli ist Thomas Loos neuer Chefarzt der Klinik für Forensische Psychiatrie (Maßregelvollzug) am Martin Gropius Krankenhaus in Eberswalde. Er hatte nach dem Ausscheiden seiner Vorgängerin Chefärztin Manuela Stroske im April zunächst stellvertretend deren Funktion übernommen. Seit 2008 leitete Manuela Stroske die Klinik. Auftrag der Klinik ist die Besserung und Sicherung psychisch kranker Straftäter nach § 63 StGB sowie die Behandlung und Resozialisierung suchtkranker Straftäter nach § 64 StGB. Manuela Stroske, die als junge Assistenzärztin in den Ruppiner Kliniken ihre Facharztausbildung für Psychiatrie und Neurologie begann, hat die Entwicklung der Forensik im Land Brandenburg und in Eberswalde in vielfacher Hinsicht geprägt. Das wurde bei ihrer Verabschiedung im April noch einmal deutlich hervorgehoben – unter anderem durch Thomas Barta, Abteilungsleiter im Brandenburger Gesundheitsministerium. Er sagte, die Ärztin habe in zahlreichen Gremien mitgewirkt und die Eberswalder Klinik zu einer hervorragenden Adresse der Forensischen Psychiatrie gemacht. Ihr Engagement sei stets von hoher Führungsverantwortung, Loyalität, Fairness und Geduld geprägt gewesen. Manuela Stroske kündigte an, künftig noch als psychiatrische Gutachterin tätig zu sein.

Ihr Nachfolger Thomas Loos ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie mit dem Schwerpunkt Forensische Psychiatrie und außerdem Suchttherapeut. Bereits seit mehr als zehn Jahren ist er in der Forensik des Martin Gropius Krankenhauses tätig, hat mit Manuela Stroske Konzepte erarbeitet und sich für die Weiterentwicklung der Forensik stark gemacht. Sein Medizinstudium absolvierte er an der Humboldt Universität in Berlin und schloss es 1999 ab. Zuvor war er Fachkrankenpfleger für OP und Intensivmedizin. Der 55-Jährige wohnt in Berlin, ist verheiratet und hat zwei Kinder. Wenn ihm bei allen Verpflichtungen Zeit für sich selbst bleibt, nutzt er sie gern zum Malen. Nach seinen Vorhaben in der neuen Verantwortungsfunktion befragt, nennt er unter anderem das Ziel, „Therapie und Struktur in der Forensik leitlinienorientiert gestalten."

Tage der offenen Tür

Die Psychiatrischen Tageskliniken und Psychiatrischen Institutsambulanzen des GLG-Verbunds in Prenzlau, Schwedt und Bernau luden im Frühjahr zu „Tagen der offenen Tür" ein, um über ihre therapeutischen Angebote zu informieren. Dabei stellte die Familientagesklinik Koralle in Bernau ihre neuen Räumlichkeiten vor.

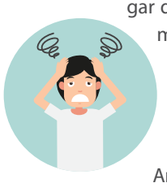
Das Team der Tagesklinik in Prenzlau am Tag der offenen Tür.

Tag der offenen Tür in der Familientagesklinik Koralle in Bernau.

Auch schwere Phobien lassen sich psychotherapeutisch gut behandeln

WENN DIE ANGST DIE LEBENSLUFT ABSCHNÜRT

Ob vor dem Fliegen, Spinnen oder der Höhe, vor großen Menschenmengen oder engen Räumen – Angstgefühle sind weit verbreitet. Auch bei den Uckermärkern, die sich mehr Informationen zu diesem Thema gewünscht hatten. Die Organisatoren des Angermünder Bürgerforums folgten dem Wunsch und freuten sich über viele interessierte Zuhörer.



Beim Anblick einer Spinne bleiben einige völlig unbeeindruckt, andere müssen sich sofort abwenden. Wer besonders schlimm unter der Arachnophobie leidet und sich der Situation nicht entziehen kann, dem bleibt gar die Luft weg und er gerät in Panik. Bis zur Ohnmacht steigert sich das Angstgefühl. Dieses Beispiel ist nur eines von unzähligen, die Betroffene schildern können. Sie wissen, dass es nicht immer – eine Spinne, ein Flugzeug, einen Fahrstuhl – diesen konkreten Auslöser braucht, um Angst zu haben. Dass die Ängste ein ganzes Leben beeinflussen können. Und dass Ohnmacht nicht nur reale Folge einer Angstattacke ist, sondern dass sie diese auch in Bezug auf den Umgang mit ihrer Erkrankung fühlen. Wie erkennt man eine Angsterkrankung? Wann ist eine ärztliche Behandlung unumgänglich? Und wie befreit man sich aus dem Teufelskreis von Angst, Vermeidung und Rückzug aus dem sozialen Leben? All diesen Fragen nahmen sich der Chefarzt der Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie/-somatik und Suchtmedizin im Krankenhaus Angermünde, Dr. Martin Sandner, und der Angermünder Apotheker Christian Toll an. Was sie vor allem wollten: Mut machen, sich seinen Ängsten zu stellen.

Von der gesunden Reaktion zum Kontrollverlust

Angst zu haben ist erst einmal gar nicht schlecht. Sie ist eine Reaktion auf innere und äußere Bedrohungen, schärft unsere Wahrnehmung, lässt uns Gefahrensituationen bewältigen und hilft dabei, diese zu vermeiden. „Eine Angststörung ist dann erreicht, wenn die Angst unverhältnismäßig ausgeprägt ist und das Leben Betroffener bestimmt und maßgeblich behindert“, erklärt der Angermünder Arzt. Wer etwa Flugangst hat, aber nicht gezwungen ist, regelmäßig ins Flugzeug zu steigen, der kann die angstauslösende Situation vermeiden, zukünftig mit Auto oder Bahn in den Urlaub fahren und wird vielleicht nicht einmal etwas vermissen. Wem jedoch viele Menschen auf einem engen Raum zu schaffen machen, der hat diese Situation meist selbst kaum unter Kontrolle. Entzieht sich der Betroffene der Situation, entweder ganz konkret oder schon, indem er zum Beispiel die Tageszeit auswählt, in der möglichst wenige Menschen zu erwarten sind, ist seine Freiheit und Lebensführung bereits massiv eingeschränkt.

Diese Ängste vor konkreten Situationen oder die auf einen Gegenstand oder Objekt gerichtete Furcht bezeichnen Fachleute als Phobie. Die Agoraphobie ist etwa die Angst vor offenen Plätzen und Menschenmengen, Klaustrophobie ist bekannt als die Angst vor geschlossenen, engen Räumen, die Hypochondrie gilt als übermäßige Angst vor Krankheiten. So sehr diese negativen Gefühle die Betroffenen belasten, „diese zielgerichteten Ängste, die klar abgegrenzt und deutlich bemerkbar sind, können in den meisten Fällen sehr gut behandelt werden“, sagt Dr. Martin Sandner. Selbst für schwere Phobien, die Menschen dazu zwingen, sich vollkommen zu isolieren und in gravierenden Fällen die eigenen vier Wände nicht mehr zu verlassen, gebe es individuelle psychotherapeutische Behandlungsansätze, mit denen geholfen werden kann. Im Unterschied dazu gibt es aber auch die generalisierte Angststörung, bei der Betroffene unter diffuser Angst leiden, gefangen sind in einem Kreislauf aus Sorgen und Ängsten, aus dem sie sich nur kurz ablenken können. Für die Betroffenen sei das extrem belastend und unangenehm, so der Angermünder Chefarzt. Kommen dazu noch Panikstörungen, bei der die Angstgefühle auf das Äußerste zugespitzt sind und schwere körperliche Reaktionen wie zum Beispiel die Hyperventilation hervorrufen, sei die Situation für Patienten meist kaum noch auszuhalten. Das Gefühl, verrückt zu werden oder sogar zu sterben, ist meist sehr verbreitet.

Spurensuche im eigenen Ich

Warum aber sind einige Menschen von übermäßiger Angst betroffen? Eine generelle Antwort hat der Angermünder Spezialist nicht. Dafür kennt er jedoch viele mögliche Ursachen. Sie reichen von genetischen und neurobiologischen Faktoren, denen zunächst auf den Grund gegangen werden sollte. Ein Zuviel an Angst könne aber auch lerntheoretische Gründe haben. „Ausschlaggebend ist immer auch, wie wir gelernt haben, mit negativen Erfahrungen, Stress, Schrecken und Leid umzugehen“, erklärt Dr. Martin Sandner. Daraus resultieren die Strategien, die auch bei einer professionellen Behandlung thematisiert werden. Wie verstehe ich Angst? In welchen Zusammenhängen entsteht sie, und war das im Laufe des Lebens immer schon so? Vor allem aber: Wie gehe ich mit meiner Angst um? Kann ich mit den Auswirkungen leben? Und was kann ich selbst tun? Diese Fragen helfen dabei, sich selbst zu analysieren. Sich allein auf diese innere Spurensuche zu begeben, sei aber nicht zu empfehlen, sagt der Fachmann. „Es fällt vielen Menschen schwer, das selbst objektiv festzustellen. Wer unter weniger ausgeprägten Ängsten leidet, kann dies mit nahestehenden Menschen besprechen und dabei auch Wege finden, selbst seinen Ängsten zu begegnen. Generell ist es aber besser, sich professioneller Hilfe zu bedienen“ – so Dr. Martin Sandner.

Wege aus der Angst

Psychotherapeuten und niedergelassene Fachärzte kennen die Wege aus der Angst. Flucht, und Vermeidung sind dabei die Schlagwörter, mit denen Angstpatienten sich ohnehin auseinandersetzen. Denn wer Angst verspürt, der sucht meist zunächst das Weite und bemüht sich, Unangenehmes zukünftig zu vermeiden. „Das mag zwar kurzfristig helfen, aber langfristig besteht die Gefahr, dass sich die Ängste verfestigen und chronisch werden und sogar auf andere Bereiche des Lebens übergreifen. Noch mehr Ängste sind dann die Folge“, mahnt der Chefarzt. Willenskraft allein reiche meist nicht aus, um Ängsten zu begegnen. Unter professioneller Begleitung werden Betroffene dagegen unter anderem angeleitet, sich bewusst angstauslösenden Situationen zu stellen (Exposition) und Reize, die Ängste auslösen, auszuhalten und sich schrittweise an sie zu gewöhnen (Habituation). Das geschieht immer individuell, behutsam und unter Umständen auch mithilfe von Entspannungstechniken und gegebenfalls von Medikamenten. „Aber Achtung: Beides, Exposition und Habituation, sind Maßnahmen im Rahmen einer Psycho- und Verhaltenstherapie“, mahnt Dr. Martin Sandner. „Sie brauchen eine fachgerechte Vor- und Nachbereitung. Das sollte niemand selbst in die Hand nehmen.“

FREUD UND LEID RUND UM DEN SONNENSCHEIN

„Endlich!“ haben viele Menschen ausgerufen, als nach einem langen, bis Ostern reichenden Winter die Sonne erste wärmende Strahlen schickte. Sonne steht für Aktivität, blauer Himmel, frische Luft, für Urlaub und Vergnügen, braungebrannte Haut und gute Laune. Doch so sehr der Mensch die Sonne zum Leben braucht, ihr Licht birgt auch Gefahren.

LEBENSELIXIER SONNE

Bei Sonnenschein ist die Stimmung gleich viel besser. Das ist nicht nur ein Gefühl, sondern auch wissenschaftlich nachgewiesen. Licht fördert das Wohlbefinden, regt Atmung, Durchblutung, Kreislauf und Stoffwechsel an. Die geistige Konzentration wird gesteigert und der Mensch durch die vermehrte Ausschüttung von Endorphinen zur Aktivität angeregt. Außerdem hilft die Sonne bei der Regulation des Biorhythmus. Darüber hinaus sorgen die UV-Strahlen, insbesondere die kurzwelligen UV-B-Strahlen, dafür, dass der Körper das wichtige Vitamin D bilden kann. Es beugt nicht nur Erkältungen und Knochenerkrankungen vor, es stärkt das Immunsystem auch gegen Krebs. Außerdem hat es Einfluss auf unzählige Stoffwechselprozesse, wirkt gegen Übergewicht und Depressionen. Wer aber denkt, je mehr Sonne, desto besser, der irrt. Auch hier gilt: Alles im richtigen Maß! So reicht es für den Vitamin D-Haushalt aus, Gesicht, Arme und Hände unbedeckt und ohne Sonnenschutz zwei- bis dreimal wöchentlich der Sonne auszusetzen – aber nur für die Hälfte der Zeit, in der man ungeschützt einen Sonnenbrand bekommen würde, raten Experten. Im Schnitt heißt das: Zehn Minuten sind ausreichend.

RISIKEN DES SONNENLICHTS

Sonnenbaden kann auch unschöne Folgen haben. Einige seien hier genannt:

SONNENSTICH UND HITZSCHLAG

Ein rotes Gesicht, Unruhe, Kopfschmerzen, manchmal auch Ohrgeräusche, Nackensteifigkeit, Erbrechen und Bewusstseinsstörungen können auf einen Sonnenstich hinweisen. Die Körpertemperatur ist in der Regel nicht erhöht. Helfenden Maßnahmen sind: Kühlen des Kopfes mit feuchten Tüchern oder eine kalte Dusche, den Oberkörper leicht erhöht lagern und trinken. Die Steigerungsform ist ein Hitzschlag, der den ganzen Körper beeinträchtigt, die Körpertemperatur massiv ansteigen und den Kreislauf zusammenbrechen lässt. Bei starkem Erbrechen oder apathischen Zuständen sollte der Notarzt verständigt werden.

SONNENALLERGIE

Unter diesem Begriff werden verschiedene durch die Sonnenstrahlung verursachte Hautreizungen zusammengefasst. Am häufigsten tritt die Polymorphe Lichtdermatose auf, besser bekannt als Sonnenekzem. Entzündungshemmende Cremes oder Lotionen helfen dagegen – und gute Vorbereitung mit einem ausreichenden Sonnenschutz. Ebenfalls als Sonnenallergie bezeichnet wird die Phototoxische Dermatitis, bei der es sich streng genommen nicht um eine Allergie, sondern um eine chemische Reaktion zwischen Sonnenlicht und einem bestimmten Stoff (Medikament, Hautcreme o.ä.) handelt. Betroffene sind meist empfindlicher gegenüber UV-Strahlung und bekommen schneller einen Sonnenbrand.

SONNENBRAND

Weit verbreitet und bei fast jedem schon einmal aufgetreten ist der Sonnenbrand. Meist vier bis sechs Stunden nach dem eigentlichen Sonnenbad zum Vorschein kommend, verursacht er nicht nur Schmerzen und sieht unschön aus, er kann die Haut auch dauerhaft schädigen. Die vorzeitige Haualterung ist nur eine der Folgen.

„Beim Sonnenbrand wird die äußere Hautschicht verbrannt, die UV-Strahlen können ins tiefere Gewebe vordringen und damit die elastische Struktur der Haut zerstören. Die Haut wird faltig und runzlig“, erklärt Astrid Schömberg, Fachärztin für Hautkrankheiten im MVZ Finowfurt. „Ausgiebige Sonnenbäder und -brände führen im Laufe des Lebens zu irreparablen Zellschädigungen. Immer mehr Menschen erkranken aufgrund von zu starker und dauerhafter Sonneneinstrahlung an Hautkrebs. Auch weil der Mythos, dass braune Haut ein Zeichen von Gesundheit sei, wider besseren Wissens nach wie vor verbreitet ist.“

Die Bräunung ist vielmehr ein Schutzmechanismus der Haut, bei dem der dunkle Farbstofff Melanin in den Hautzellen gebildet wird. Werden diese aber mehr geschädigt, als der hauteigene Schutzmechanismus reparieren kann, steigt das Risiko für Hautkrebs. Mit rund 140.000 Betroffenen jedes Jahr zählt der Hautkrebs deutschlandweit zu den häufigsten Krebserkrankungen. Die Ursache ist schnell ausgemacht: zu intensive bzw. dauerhafte Sonneneinstrahlung. Man unterscheidet vor allem zwei Formen: hellen (weißen) und dunklen (schwarzen) Hautkrebs. Beim weißen Hautkrebs handelt es sich um einen langsam wachsenden Tumor, der vorwiegend an stark sonnenexponierten Hautpartien wie Gesicht, Ohren und Kopfhaut auftritt. Ab einer bestimmten Größe bilden sich Metastasen. Der schwarze Hautkrebs tritt auch an Stellen auf, die nicht starker Sonneneinstrahlung ausgesetzt waren und bildet schneller Metastasen. Risikofaktoren sind starke Sonnenexposition, zum Beispiel häufige Sonnenbrände in Kindheit und Jugend, multiple Pigmentmale und das Vorhandensein aktinischer Keratosen, die als Hautkrebsvorstufen gelten. Bei Früherkennung ist Hautkrebs überwiegend heilbar.

Auch Lippenherpes wird durch starkes Sonnenlicht gefördert. Deshalb sollte der Sonnenschutz für die Lippen mit entsprechenden Sticks nicht vergessen werden.

„Sonnenbrände sollte man auf jeden Fall vermeiden, denn sie bergen Risiken für die Gesundheit.“

Astrid Schömberg,
Hautärztin im MVZ Finowfurt

SCHUTZ FÜR BABYS UND KLEINKINDER

Gerade Kinder und Babys benötigen einen ausreichenden Sonnenschutz, da ihre Haut wesentlich empfindlicher ist. Sonnengerechte Kleidung und Sonnenschutzmittel an unbedeckten Körperstellen sind für sie geboten.

Für Babys ist direkte Sonneneinstrahlung ganz tabu. Bis zum Ende des ersten Lebensjahres sind sie bekleidet im Schatten am besten aufgehoben.

Wie der Sonnenschutz nicht nur zu Hause, sondern auch im Alltag von Kindertagesstätten gelingen kann, zeigt das Projekt „Clever in Sonne und Schatten“ für Kitas, auf welches das Barnimer Gesundheitsamt besonders hinweist. Es unterstützt Einrichtungen darin, Sonnenschutz nachhaltig zu verankern. Ein Projektpaket hilft Erziehern, Kinder – insbesondere Drei- bis Sechsjährige – für den richtigen Sonnenschutz zu sensibilisieren: Clown Zitzewitz nimmt die Kleinen beispielsweise mit Hilfe einer DVD und einem Bilderbuch mit

▶ Fortsetzung nächste Seite

▶ Fortsetzung von Seite 41

zu einem Strandurlaub. Die Kinder werden zu Schatten-Detektiven und singen „Das Lied vom Sonnenschutz“.

DIE SONNENBRILLE: MEHR ALS EIN ACCESSOIRE

Auch die Augen können durch intensives Sonnenlicht geschädigt werden.

„Normalerweise verfügen wir über einen automatischen Schutzmechanismus: Bei grellem Licht verengen sich die Pupillen, um die einfallende Strahlung zu regulieren. Wir kneifen die Augen zusammen oder wenden unseren Blick von der Lichtquelle ab“, sagt Dr. Sarah Schill aus der Augenklinik des Werner Forßmann Krankenhauses und warnt: „Ein direkter Blick in die Sonne, wie beispielsweise beim Beobachten einer Sonnenfinsternis, kann die Netzhaut unwiderruflich schädigen und somit im schlimmsten Fall zur Erblindung führen. Der anatomische Aufbau des Auges mit seinen lichtbrechenden Medien wirkt dann wie ein Lupenglas, das die Strahlung auf der Netzhaut am Punkt des schärfsten Sehens, der Makula, bündelt und hier zu einer Narbenbildung führt.“

„Augenschutz ist bei intensivem Sonnenlicht unverzichtbar.“

Dr. Sarah Schill,
Ärztin aus der Augenklinik im Werner Forßmann Krankenhaus

Wer seine Augen jahrelang ungeschützt intensiver Sonneneinstrahlung aussetzt, erhöht das Risiko für eine altersbedingte Makuladegeneration (AMD), eine der häufigsten Erblindungsursachen. Außerdem ist starkes Sonnenlicht für das Fortschreiten des Grauen Stars, der Trübung der Augenlinse, verantwortlich. Zwar wirke die Linse mit ihrem natürlichen UV-Filter wie ein innerer Sonnenschutz der Augen, dennoch sollte man auf eine EU-genormte Sonnenbrille keinesfalls verzichten. Dies gilt für Urlaube im Sommer am Strand ebenso wie im Hochgebirge und bei Schnee im Winter.

TIPPS FÜR'S SONNEN-BAD

1. Langsame Vorbereitung auf das Sonnenbaden: Das heißt, die Sonnenstrahlung zwischen 11 und 15 Uhr am besten gänzlich meiden. Bekleidung aus dicht gewebtem Stoff tragen. Durch ein nasses Baumwoll-Shirt dringen die schädlichen Strahlen auf die Haut, auch wenn das Shirt weiß ist.
2. Hoher Lichtschutzfaktor: Wie lange Sonnenschutz hilft, ist abhängig von Lichtschutzfaktor und Hauttyp – wer sich mehrfach eincremt, hält den Schutz aufrecht, kann aber nicht länger in der Sonne bleiben, ohne Schäden zu riskieren – besser: häufiger in den Schatten.
3. Man beachte: „Wasserfest“ heißt nicht fest im Wasser – Sonnencreme wird nicht leicht abgespült, geht aber beim Baden doch verloren, auch beim Abtrocknen.
4. Sonnenbrand im und auf dem Wasser: Sonnenstrahlen werden vom Wasser reflektiert, ihre Wirkung wird noch verstärkt. Die Strahlen dringen bis zu einem halben Meter unter die Wasseroberfläche. Ein Schwimmer merkt davon nichts, denn das Wasser kühlt die Haut.
5. Sonnenschutz auch im Schatten: Zwar ist die Sonnenintensität vermindert, ein Sonnenbrand dennoch nicht ausgeschlossen.
6. Gesunde Bräune mit hohem Lichtschutzfaktor: Man bräunt langsamer und sanfter. Und die Bräune hält länger an.
7. Achtung bei der Einnahme von Medikamenten – einige erhöhen die Sonnenempfindlichkeit.

ZOOBESUCH ZUM JUBILÄUM

Der jährliche Tag der Begegnung ist bereits eine gute Tradition in den Wohnstätten Criewen. Ende Mai fand er wieder statt. Bei Kaffee und Kuchen konnten sich Gäste und Bewohner austauschen. Außerdem wurde bei Line Dance, beim Trommeln und mit einer „Wohnstätten Rallye“ auch unterhalten und zum gegenseitigen Kennenlernen beigetragen. Mit 150 Gästen war der Tag zur Freude der Bewohner sehr gut besucht.

Wenige Tage zuvor, im April, feierte die Wohnstätte Gutshaus Criewen, in der Menschen mit chronischen psychischen Erkrankungen leben, ihr zehnjähriges Bestehen – mit einem Ausflug der 15 Bewohner in den Tierpark Berlin. Die Bewohner konnten selbst entscheiden, ob sie den Tierpark allein oder zusammen mit der Gruppe erkunden wollten. Alle entschieden sich dafür, gemeinsam diesen schönen Tag zu verbringen. Die Elefantenfütterung war das eindeutige Highlight des Ausflugs.

EINDRÜCKE AUS BOLIVIEN

Faszinierende Eindrücke aus einem faszinierenden Land vermittelte von April bis Mai eine Ausstellung im Atrium des Martin Gropius Krankenhauses. Zu sehen waren Fotos von Menschen und Landschaften in Bolivien, präsentiert von Oberarzt Dr. Heiko Hildebrand und Schwester Sylvia Heinemann. Seit zwei Jahrzehnten zieht Bolivien den Thüringer Arzt in den Bann. Regelmäßig ist er dort zu Gast, hat mit Sylvia Heinemann und bolivianischen Kollegen Vorträge und Sprechstunden abgehalten und auf diese Weise versucht, einen Beitrag zur medizinischen Versorgung vor Ort zu leisten.

„Die Vielfalt der Natur und die Landschaften Boliviens locken Reisende aus der ganzen Welt an“, sagt Dr. Heiko Hildebrand. „Doch der wahre Reichtum des Landes sind seine Menschen, die mit scheinbarer Leichtigkeit und Improvisation ihren oft beschwerlichen Alltag meistern.“ Zuerst kam er als Rucksacktourist, heute bereist er das Land mit Fotoapparat und Stethoskop. Durch Kontakte mit Ordensschwestern wurde es ihm unbürokratisch möglich, in Gesundheitseinrichtungen Boliviens mitzuarbeiten. „Häufige Krankheiten sind angeborene Herzfehler bei Kindern und Infektionskrankheiten durch Parasiten und Bakterien“, sagt der Kardiologe. „Eine nicht unbeträchtliche Anzahl von Erkrankungen ist vermeidbar, deshalb sind Prophylaxe und Gesundheitserziehung wichtig.“ Alle drei Jahre arbeitet er für einige Wochen im Land, zusammen mit Sylvia Heinemann, die sich von einem seiner Vorträge begeistern ließ und sich seither an den Reisen nach Bolivien beteiligt.

Dr. Heiko Hildebrand und Sylvia Heinemann in ihrer Ausstellung.

Erfolgreiche GLG-Läuferteams
beim Angermünder Firmenlauf

Obere Reihe: Tanja Rost (Verwaltung), Heike Uhlmann (Pflege), Carmen Bräunig (Verwaltung), Petra Reimann (Pflege), Marina Sewekow (Pflege)
Vorn: Petra Kühl (Pflege), Christian Brückner (Sport-therapie), Janine Belde (Pflege), Nils Dahnke (Pflege), Anja Nauendorf (Pflege)

Gesundheitsbewusst, laufstark und eine Mannschaft auch außerhalb der Arbeitszeit – das sind die Klinik-Teams aus Wolletz und Angermünde, die sich an der vierten Auflage des Angermünder Firmen- und Teamlaufs im April beteiligten. Dabei stand für sie ebenso wie für alle der insgesamt mehr als 570 Läuferinnen und Läufer bei diesem Event vor allem der Spaß im Vordergrund. Denn nicht auf eine einzelne Top-Zeit kam es an, sondern auf eine echte Gemeinschaftsleistung: Erst wenn alle Teilnehmer eines Teams die Ziellinie überschritten hatten, wurde die Wertungszeit gestoppt. Außer Laufen stand auch Nordic-Walking auf dem Programm. Dafür gab es im Ziel viel Applaus und außerdem großes Lob von den Verwaltungsleitungen der Kliniken in Angermünde und in Wolletz.

„Schon 2015 haben drei unserer Kollegen beim Teamlauf in Angermünde teilgenommen", sagte die Wolletzer Verwaltungsleiterin Christin Walsh. „Es ist richtig super, dass inzwischen zwei Mannschaften aus verschiedenen Abteilungen im Rennen dabei sind und auch, wie viel Spaß sie dabei haben. Eine ganz klasse Aktion."

Ganz ähnlich sieht es Marita Schönemann, Verwaltungsdirektorin des Angermünder Krankenhauses. Sie sagte: „Ich freue mich außerordentlich über die wachsende Zahl der teilnehmenden Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen und danke ihnen für dieses sportliche, unseren Teamgeist fördernde Engagement."

Teilnehmer aus der GLG Fachklinik Wolletzsee:

:: Heike Kuhlmann, Janine Belde, Christian Brückner, Niels Dahnke, Anja Nauendorf (Platz 88 im Mannschaftslauf)
:: Petra Kühl, Tanja Rost, Carmen Bräuming, Petra Reimann und Marina Sewekow (Platz 122 im Mannschaftslauf, Platz 8 in der Nordic-Walking-Wertung)

Teilnehmer aus dem Krankenhaus Angermünde:

:: Eileen Reinicke, Petra Seddig, Nicole Walter, Madeleine Dolinka, Jeffrey Stellmacher (Platz 39 im Mannschaftslauf)
:: Egbert Krüger, Katrin Hild, Kerstin Beiersdorf, Simone Wollenberg, Ines Tomschin (Platz 119 im Mannschaftslauf, Platz 5 in der Nordic-Walking-Wertung)

Eberswalder Stadtlauf

Der Eberswalder Stadtlauf wird in diesem Jahr am 16. September stattfinden. Veranstalter ist der Verein „Partner für Gesundheit e.V.", zu dessen Mitgliedern auch die GLG gehört. Für alle GLG-Beschäftigten und ihre Kinder übernimmt die GLG die Anmeldung und die Startgebühren. Außerdem erhalten alle, die für die GLG in das Rennen gehen, wieder ein GLG-Läufer-Shirt. Nach dem Lauf kann man sich an der GLG-Vitaminbar erfrischen. Wie in den Vorjahren gibt es unterschiedliche Lauf-Kategorien: den Staffellauf über fünf mal zwei Kilometer, den Teamlauf und den Einzellauf über jeweils 6,5 Kilometer, einen Schnupperlauf über 4,1 Kilometer, den Kinderlauf und den Handicaplauf über zwei Kilometer und Nordic Walking über 6,5 Kilometer.

Weitere Informationen und Anmeldung:
Susanne Behring, Telefon: 03334 69-1620

Impressum

Leben & Gesundheit wird herausgegeben von der GLG Gesellschaft für Leben und Gesundheit mbH.

Verantwortlich:
Dr. med. Steffi Miroslau, GLG-Geschäftsführerin / Dr. Jörg Mocek, GLG-Geschäftsführer

Redaktion und Text:
Andreas Gericke, Christina Schmidt
Layout: Petra Riemer, Andreas Gericke

Fotos:
Antonia Betker (S. 24-26), Thomas Burckhardt (S. 2, 19), Enrico Duch (S. 37), André Eckert (S. 43), Martin Lindner/ Uckermark Kurier (S. 37), Ronald Mundzeck (S. 16, 44-45), Christina Schmidt (S. 29, 35), Sören Tetzlaff (S. 2, S. 1 GLG-Nachrichten, S. 8-13, 28-29, 31, 36, 43), Hans Wiedl (Titel, S. 2-4, S. 2 GLG-Nachrichten, S. 5-7, 10, 14-15, 17, 16-19, 22-23, 30-31, 33, 41, 42), Andreas Gericke (S. 21, 36, 37), Fotolia (S. 2, 34, 35, 38, 40, 42), Shutterstock (S. 27, 38-39, 45)

Druck:
Druckerei Nauendorf, Angermünde
Auflage: 4.000

Redaktionsschluss:
17. Juli 2018

Wir tun mehr ... für Ihre Gesundheit

GLG Gesellschaft für Leben und Gesundheit

Rudolf-Breitscheid-Straße 36
16225 Eberswalde
Telefon 03334/69-2105
www.glg-mbh.de