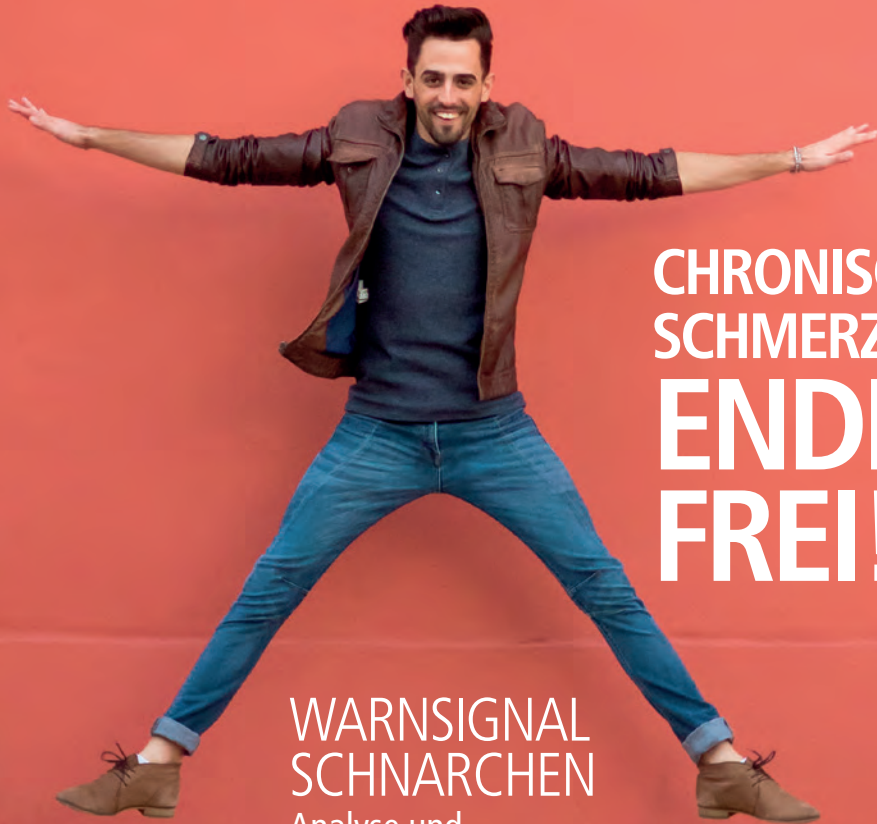


# Leben!

Das Magazin der  **BBT-Gruppe** für Gesundheit und Soziales



CHRONISCHE  
SCHMERZEN  
ENDLICH  
FREI!



WARNSIGNAL  
SCHNARCHEN

Analyse und  
Therapie im  
Schlaflabor



Katholisches Klinikum  
Koblenz • Montabaur



Barmherzige Brüder  
Saffig

Foto: istockphoto



## Superfood – wirklich super?

Unsere Ernährungsexpertin Sabine Wecker hat die „Super-Lebensmittel“ untersucht.

# 12



## Im Dschungel der Instanzen

Im Case Management der Barmherzigen Brüder in Saffig finden Angehörige, Betreuer und auch Betroffene eine erste Anlaufstelle und vor allem: Unterstützung.



## Warnsignal Schnarchen

Beschwerden, die sich von ausgeprägter Tagesmüdigkeit bis hin zum Sekundenschlaf äußern und zu Schlaganfall und Herzinfarkt führen können, lassen sich in einem Schlaf-labor analysieren und therapieren.

### kurz&knapp

- 4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

### titel

- 6 Therapie mit Schmerzschrittmacher
- 11 Chronische Schmerzen erfolgreich behandeln

### gesund&lecker

- 12 Superfood – wirklich super?

### casemanagement

- 14 Schnelle Hilfe im Dschungel der Instanzen

### standpunkt

- 18 Ein Gefühl von Heimat

### nahdran

- 20 Nachrichten aus den Einrichtungen in Koblenz und Montabaur

### blickpunkt

- 24 Warnsignal Schnarchen

## Endlich ohne Schmerzen

Chronische Schmerzen können den Alltag zur Qual werden lassen. „Heute bin ich ein anderer Mensch“, sagt Harald Schmitt nach einer neuen Therapie mit hochfrequenten elektrischen Impulsen im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier.

# 6





**Werner Hohmann**  
Hausoberer Katholisches Klinikum  
Koblenz · Montabaur

## Ein Tag im Seniorenheim

Was Tagespflege genau ist und wie man die richtige findet, erläutert Daniel Knopp, Leiter des Fachbereichs Seniorendienste der BBT-Gruppe.

## Liebe Leserinnen und Leser,

das Frühjahr und der Sommer nahen mit großen Schritten. Die Tage werden länger, wir tanken endlich wieder mehr Sonne und genießen die blühende Natur. Das Frühjahr ist aber immer auch die Zeit, ein erstes Mal auf die guten Vorsätze zu blicken, mit denen wir in das neue Jahr gestartet sind. Wie auch immer Ihr persönliches Zwischenfazit ausfällt: Lassen Sie sich von Ihrem ganz eigenen Weg nicht abbringen. Tun Sie das, was Ihnen gut tut. Und seien Sie gerne auch Inspiration für die Menschen, die Ihnen nahestehen.

### tagespflege

26 Im Seniorenheim – für einen Tag

### momentmal

30 Impuls

### rätsel&co.

32 Kinderseite

33 Kreuzworträtsel

### service

34 Veranstaltungstipps und Kontakt

Manchmal helfen die guten Vorsätze, die eigene Lebenssituation zu verbessern. Manchmal muss aber auch die Medizin helfen – etwa bei chronischen Schmerzen. In unserer Titelgeschichte blicken wir auf das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Trier. Seit zwei Jahren werden dort Schmerzschrittmacher eingesetzt, die bereits mehr als 100 Patienten eine deutliche Linderung der Schmerzen gebracht haben. So auch bei Harald Schmitt, der sagt, dass er heute ein anderer Mensch sei. Seine Geschichte lesen Sie in dieser „Leben!“-Ausgabe.

Zudem statten wir dem Schlaflabor am Marienhof in Koblenz einen Besuch ab. Schnarchen kann ein echtes Warnsignal sein und zu Atemstillständen führen, die oftmals unbemerkt bleiben. Die Experten am Katholischen Klinikum untersuchen den Schlaf und therapieren bei Bedarf das sogenannte Schlafapnoe-Syndrom.

Weitere Themen sind unter anderem ein Hintergrundbericht zum Thema „Superfood – wie super sind diese Lebensmittel wirklich?“ und „Schnelle Hilfe im Dschungel der Instanzen“ – ein Bericht, der das Case Management der Barmherzigen Brüder in Saffig vorstellt, eine wichtige Hilfestellung für Angehörige.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.

Ihr

Werner Hohmann

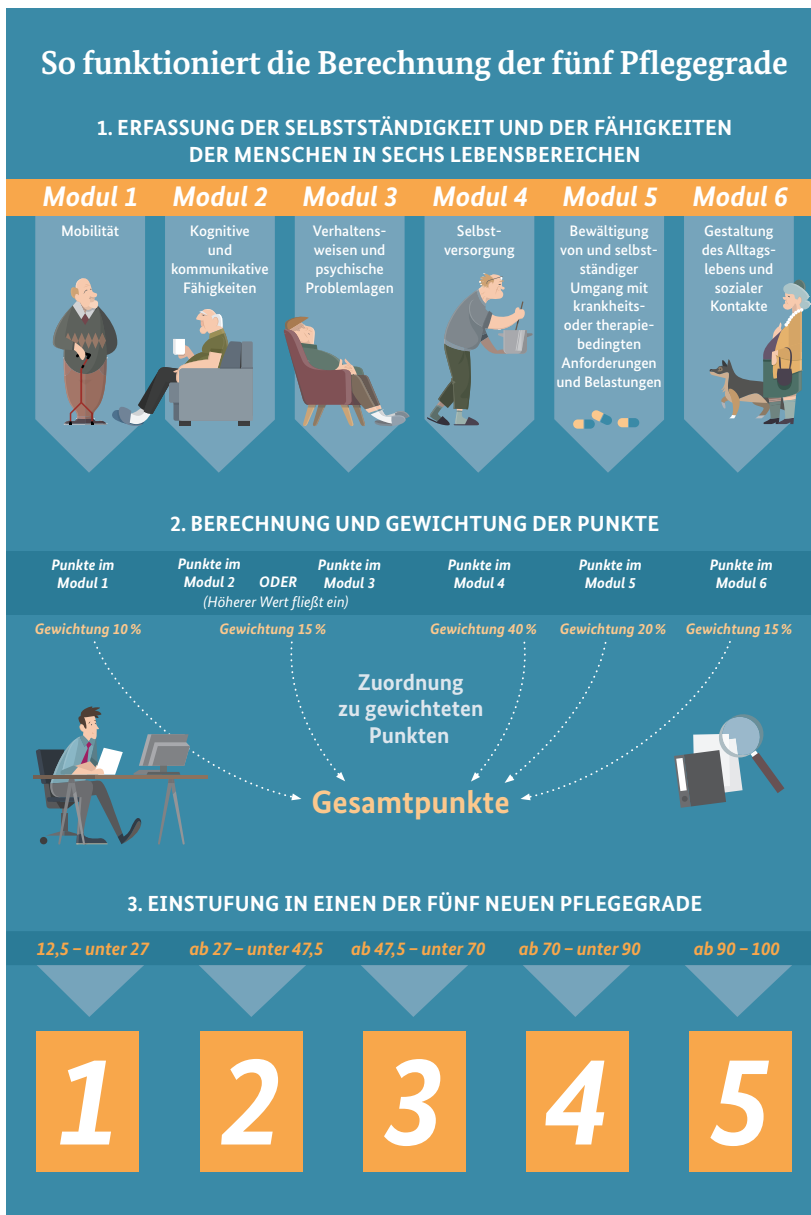
Haben Sie Fragen  
oder Anregungen?  
Schreiben Sie uns unter  
info@kk-km.de oder  
info@bb-saffig.de



## Fünf statt drei

Fünf Pflegegrade ersetzen seit Jahresbeginn die bisherigen drei Pflegestufen. Diese Umstellung ist Teil des sogenannten Pflegestärkungsgesetzes, das den Begriff der Pflegebedürftigkeit neu definiert. Unabhängig von körperlichen oder psychischen Ursachen soll nun die Selbstständigkeit das wichtigste Kriterium bei der Beurteilung der Pflegebedürftigkeit sein. Dadurch sollen in Zukunft auch Menschen Hilfe erhalten können, die mit den alten Pflegestufen noch kein Recht auf Unterstützung hatten.

Ausführliche Informationen unter [www.pflegestaerkungsgesetz.de](http://www.pflegestaerkungsgesetz.de)



Grafik: Bundesministerium für Gesundheit



DAS MANAGEMENT  
CHRISTLICHER ORGANISATIONEN

## Ethisch entscheiden

Große Teile des Sozial- und Gesundheitsbereiches in Deutschland werden von kirchlichen Trägern mitverantwortet. Allein dem Deutschen Caritasverband sind mehr als 24.000 Einrichtungen mit über einer halben Million Mitarbeitenden angeschlossen. Um glaubwürdig zu sein, müssen Dienstleister der Caritas verschiedene Ziele und Interessen im Spannungsfeld zwischen Wirtschaftlichkeit und Nächstenliebe miteinander vereinen. Das jüngst erschienene Buch „Entscheidungen im Management christlicher Organisationen“ stellt ein vom Deutschen Caritasverband entwickeltes Bewertungsinstrument vor. Es soll Leitungspersonen von christlichen Organisationen unterstützen, komplexe Entscheidungssituationen tragfähig zu lösen. BBT-Geschäftsführer Matthias Warmuth geht in seinem Beitrag des Sammelbandes der Frage nach, wie Werte die Entscheidungskultur in einem Unternehmen nachhaltig prägen können.

Alexis Fritz, Michael Fischer, Wolfgang Heinemann, Georg Beule (Hrsg.):  
*Entscheidungen im Management christlicher Organisationen.*  
Freiburg im Breisgau, 2016.



FOCUS-RANKING 2017

## Einer der Besten

Im Ranking der Top-Arbeitgeber Deutschlands von FOCUS-BUSINESS platziert sich die BBT-Gruppe unter den 1.000 beliebtesten Arbeitgebern des Landes. Im Bereich Gesundheit und Soziales erreicht sie Platz 10 von 55. „Wir freuen uns darüber, zu den Top-Arbeitgebern zu gehören, denn es zeigt, dass unsere Mitarbeitenden gerne bei uns tätig sind. Das ist uns sehr wichtig“, sagt der Sprecher der Geschäftsführung der BBT-Gruppe Bruder Alfons Maria Michels. „Dass wir auch in der gesamten Branche als attraktiver Arbeitgeber bekannt sind, ist für uns eine Wertschätzung und zugleich Bestätigung.“

THEMA PFLEGE IM VORFELD DER BUNDESTAGSWAHL

## Auf dem Prüfstand

Die Unzufriedenheit der Deutschen mit der Versorgung pflegebedürftiger Menschen könnte für die Bundestagswahl eine erhebliche Rolle spielen. Bei einer repräsentativen Umfrage bezeichneten 43 Prozent der Bürger das Thema Pflege als sehr wichtig für ihre Wahlentscheidung. In der für den Wahlausgang besonders maßgeblichen Altersgruppe der über 50-Jährigen sind es demnach sogar 53 Prozent. Viele zweifeln offenbar an der Pflegequalität in Deutschland. Zwar glaubt fast die Hälfte der Befragten (42 Prozent), die Pflege in der Bundesrepublik sei gut oder sehr gut. Die Mehrheit allerdings (55 Prozent) hält die Pflegequalität für weniger gut oder sogar schlecht. Personen mit persönlicher Pflegeerfahrung sind hier mindestens genauso kritisch (59 Prozent). Entsprechend wird Handlungsbedarf bei den Rahmenbedingungen in der Pflege gesehen. In erster Linie betrifft das die Verbesserung der Arbeitsbedingungen in der Pflege (71 Prozent). 42 Prozent der Befragten glauben, dass pflegende Angehörige dringend besser unterstützt werden müssen.

Die Studie basiert auf einer Befragung durch das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP). Ihr zufolge rangiert das Thema Pflege noch vor der Sorge um Umwelt und Klima, die Integration von Flüchtlingen und den Arbeitsmarkt.





# ENDLICH OHNE SCHMERZEN

„Heute bin ich ein anderer Mensch“, sagt Harald Schmitt. Die meisten Patienten hätten eine lange Odyssee hinter sich, weiß Oberarzt Dr. Gernot Surges.



Text: Andreas Laska | Fotos: Harald Oppitz

Chronische Schmerzen können den Alltag zur Qual werden lassen. Eine neue Therapie mit hochfrequenter Rückenmarkstimulation kann helfen. Im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier wird seit rund zwei Jahren ein Schmerzschrittmacher eingesetzt – und das hat schon mehr als 100 Patienten eine erhebliche Linderung gebracht.

**E**s gibt Menschen, die haben ab und an mal Schmerzen. Und es gibt andere, die begleitet der Schmerz jeden Tag – 24 Stunden lang, und das nicht selten über Jahre hinweg. Oft sind es Rückenschmerzen, die diese Patienten quälen. Nach einem Bandscheibenvorfall oder einer Operation ist der Schmerz erstmals aufgetreten. Zunächst tat es nur gelegentlich weh. Doch dann wurden die Attacken immer häufiger, bis es schließlich gar keine schmerzfreien Momente mehr gab. Ein normales Leben ist unter diesen Bedingungen kaum noch möglich. Viele Menschen kapseln sich ab, rutschen gar in Depressionen.

„Wenn die Patienten zu uns ins Brüderkrankenhaus Trier kommen, haben sie meist schon eine lange Odyssee hinter sich“, sagt Neurochirurg Dr. Gernot Surges. Sie waren beim Orthopäden und bei der Physiotherapie, haben es mit Akupunktur und manchmal auch mit Psychotherapie versucht. Zuletzt kam noch der Schmerztherapeut an die Reihe, doch auch der konnte langfristig nicht für Linderung sorgen. Oberarzt

Surges kennt den Grund dafür: „Bei diesen Patienten machen sich die Nerven im Rückenmark quasi selbstständig. Sie sind so gereizt, dass sie beständig Schmerzsignale aussenden. Und dagegen hilft oft nicht einmal Morphium.“

### Hochfrequenz am Rückenmark

Doch nun gibt es Hoffnung für diese Patienten. Seit 2011 ist ein Schmerzschrittmacher auf dem Markt, der genau an der Stelle ansetzt, wo die Schmerzen entstehen: im Rückenmark. Zwei in den Wirbelkanal implantierte Elektroden geben dort hochfrequente elektrische Impulse ab. Die krankhaft veränderte Aktivität der Nervenzellen wird dadurch so manipuliert, dass die Schmerzweiterleitung weitgehend normalisiert wird. Die Menschen leben regelrecht auf. „Wir können damit nicht allen Betroffenen helfen“, betont Surges, „aber viel mehr Patienten viel besser.“ Zum Einsatz kommt der Schmerzschrittmacher zum Beispiel bei chronischen Rückenschmerzen, bei irreversiblen Nervenverletzungen im



Bereits während der Operation ist ein Techniker (vorne links) dabei und überprüft, ob die Stimulation funktioniert.

Zuge einer Leistenbruchoperation oder bei Patienten mit starken Durchblutungsstörungen.

Der Erste, dem in Trier ein Schmerzschrittmacher implantiert wurde, war Harald Schmitt. Mehrere Bandscheibenvorfälle hat der 60-Jährige schon hinter sich und die beschriebene Odyssee von Arzt zu Arzt. Immer schlimmer wurden seine Schmerzen, schränkten ihn immer mehr ein. An arbeiten war schon lange nicht mehr zu denken, zuletzt konnte er kaum noch gehen – und das trotz hoher Dosen Morphium. 2015 kam er ins Bräuderkrankenhaus, weil seine Frau einen Zeitschriftenartikel über Schmerzpumpen gelesen hatte. Vom Einsatz einer solchen Schmerzpumpe riet Dr. Surges ab. Aber er erzählte Schmitt vom neuen Schmerzschrittmacher. Der Patient horchte auf. Dass er quasi Versuchskaninchen sein würde, störte ihn nicht. „Schlimmer als es schon war, konnte es nicht mehr werden. Entweder diese Therapie brachte etwas, oder ich würde im

Rollstuhl enden. Da wollte ich es doch wenigstens versuchen“, erinnert er sich.

Heute, sagt Schmitt, ist er ein anderer Mensch. Zum Gehen verwendet er zwar noch einen Stock. „Aber dass ich mich überhaupt wieder frei bewegen kann, ist ein ungeheurer Fortschritt.“ Die Hälfte der Zeit sei er komplett schmerzfrei, und wenn Schmerzen auftreten, seien diese meist erträglich. „Nur ab und an gibt es mal einen Ausreißer.“ In solchen Fällen kann Schmitt seinen Schmerzschrittmacher anders einstellen.

### Wieder am Leben teilnehmen

Über eine Fernbedienung kann er die Stärke der Stromimpulse erhöhen oder das Programm wechseln und so den Stimulationszyklus beschleunigen. „Komplett schmerzfrei werde ich nie sein“, weiß der Trierer. „Dafür sind meine Bandscheiben zu kaputt. Aber ich kann wieder am Leben teilnehmen, und das ist das Allerwichtigste.“



Prof. Dr. Bettag: „Der Schrittmacher kann bei verschiedenen Schmerztypen helfen.“

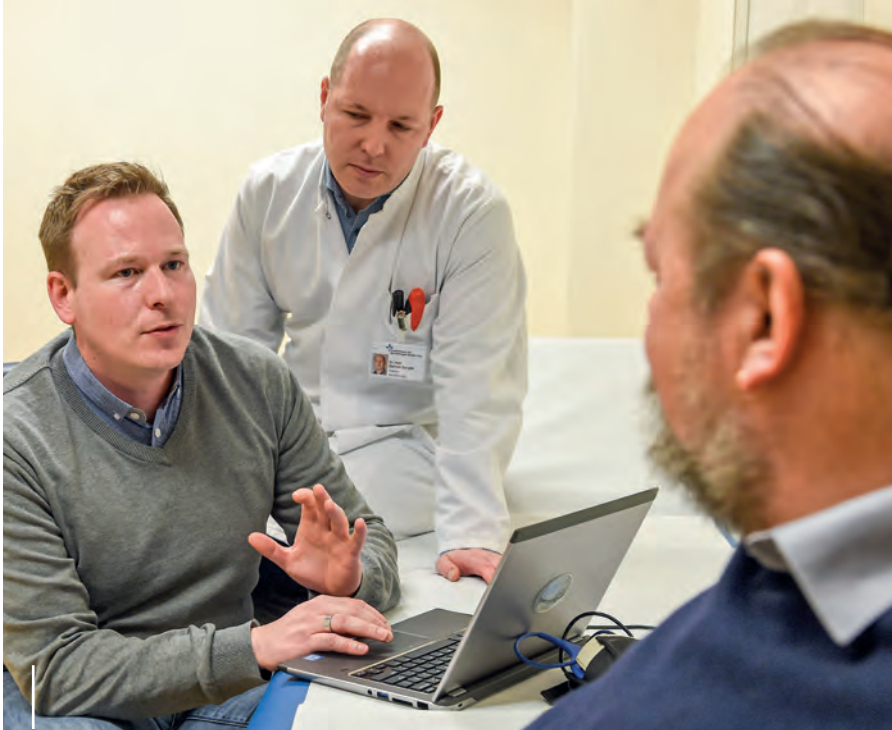
Ganz neu ist das Verfahren der Rückenmarkstimulation freilich nicht. Schon seit den 1980er-Jahren werden Patienten mit chronischen Schmerzen auf diese Art behandelt. Damals allerdings handelte es sich um eine Niedrigfrequenzstimulation. Dabei wird der Schmerz nicht unterdrückt, sondern durch ein leichtes Kribbeln überlagert. Auch brachte das Verfahren nur bei Beinschmerzen wirklich gute Ergebnisse. Bei reinen Rückenschmerzen half es nicht.

### Elektroden im Wirbelkanal

Und noch ein gewichtiger Nachteil kam hinzu. „Es galt bei der Operation genau die Stelle zu lokalisieren, an der der Patient die Schmerzen empfindet, um sie durch das Kribbeln zu überlagern“, berichtet Professor Dr. Martin Bettag, der die Abteilung für Neurochirurgie am Bräuderkrankenhaus leitet. Um das zu gewährleisten, musste der Patient wach sein und durch seine Angaben helfen, den richtigen Punkt zu treffen. „Das hat meist lange gedauert, sodass die Operation für den Patienten und den Arzt – gelinde gesagt – oft ziemlich anstrengend war.“

Bei der HF-10 Therapie werden die Elektroden immer in der gleichen anatomischen Position platziert, sodass die





**Nachsorgetermin:** Techniker Tobias Damm (li.) wählt sich per WLAN in den Schmerzschritt-  
macher ein und passt in Absprache mit dem Arzt die Stimulation an.

Operation in Vollnarkose erfolgen kann und eine Mitarbeit des Patienten nicht erforderlich ist. Der Patient liegt auf dem Bauch. In einem ersten Schritt werden die Elektroden eingesetzt – und zwar an einer vorher definierten Stelle. „Eigentlich gibt es nur zwei Punkte, je nachdem, wo der Patient die meisten Schmerzen hat“, erläutert Oberarzt Surges. Sind es reine Rückenschmerzen, gegebenenfalls mit Ausstrahlung in die Beine, werden die Elektroden im Bereich der Brustwirbelsäule angebracht. Hat der Patient Schmerzen im Nacken mit Ausstrahlung in die Arme, wird ein Punkt an der Halswirbelsäule gewählt. Die Elektroden werden dann mittels Verlängerungskabel an ein externes Gerät angeschlossen, das die Impulse steuert. Ein bis zwei Wochen lang kann der Patient nun die Wirkung der Impulse testen. Ist er zufrieden mit der Schmerzreduktion, wird in einer zweiten OP der eigentliche Impulsgeber implantiert. Am Gesäß, knapp unterhalb der Gürtellinie stört das Gerät erfahrungsgemäß am wenigsten.

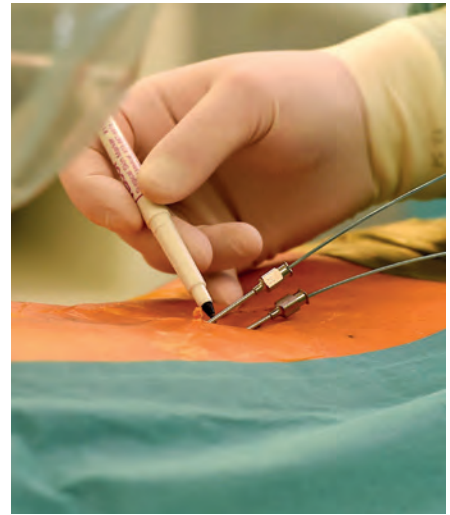
### Techniker prüft die Elektronik

Auch die Feinjustierung des Schmerzschritt-  
machers erfolgt in der Testphase. Dafür ist bei den Trierer Patienten To-

bias Damm zuständig, Mitarbeiter der Firma Nevro, die als einzige weltweit das Patent auf die Hochfrequenzstimulatoren besitzt. Damm ist bei jeder OP dabei, überprüft noch im Operationssaal das korrekte Funktionieren der Technik. Danach sucht er gemeinsam mit dem Patienten den optimalen Punkt für die Stimulation. Das kann bei diesen Schmerzschrittmachern elektronisch erfolgen. Jede Elektrode nämlich verfügt über acht Pole – zwei davon bilden einen Bipol (positiv/negativ geladen) und stimulieren so das Rückenmark.

Auch bei den Nachsorgeterminen ist Tobias Damm dabei. Über Wireless LAN, das drahtlose Netzwerk, wählt er sich in den Schmerzschritt-  
macher ein. Er überprüft die Technik und kontrolliert auch, wie stark der Patient in die Abläufe eingegriffen hat. In Absprache

Erfahren Sie mehr zum  
Schmerzschritt-  
macher im Video:  
[www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)



Mit dem Schmerzschritt-  
macher können wir nicht  
allen Betroffenen helfen,  
aber viel mehr Patienten  
viel besser.

Dr. Gernot Surges



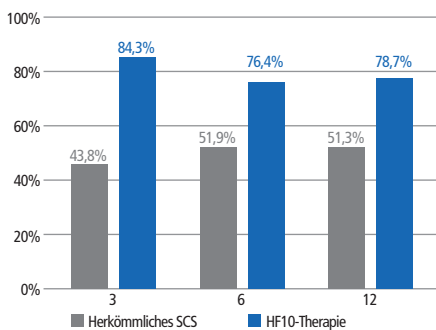


**Harald Schmitt war der erste Patient, der im Bräderkrankenhaus Trier den Schmerzschrittmacher eingesetzt bekam. Den Anstoß gab seine Frau: Sie hatte über das Verfahren der Schmerzpumpe gelesen.**

mit dem Arzt ändert er gegebenenfalls technische Parameter, stellt Stärken ein und dokumentiert den Verlauf. Aber auch zwischen diesen Terminen steht er den Patienten bei technischen Fragen zur Verfügung. „Das Miteinander von Arzt, Patient und Techniker ist bei dieser Therapie sehr wichtig“, betont Dr. Surges. Und es klappt hervorragend: „Da Tobias Damm quasi unser Mann ist, der alle unsere Patienten betreut, sind die Wege erfreulich kurz.“ Zudem erhebt Nevro weltweit anonymisierte Patientendaten, was den Behandlern und Technikern durch verbesserte Algorithmen hilft, die Therapie immer weiter zu verbessern. „Das führt dazu, dass wir

alle zusammen sehr schnell lernen“, erklärt der Oberarzt.

Noch kommt der neue Schmerzschrittmacher nicht flächendeckend zum Einsatz. Im Raum Trier etwa bietet nur das Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier dieses Verfahren an. Chefarzt Martin Bettag meint, dass die neue Therapie noch zu wenig bekannt sei. Auch stelle für manche Kollegen Rückenmarkstimulation per se ein rotes Tuch dar, weil sie mit der früheren Methode schlechte Erfahrungen gemacht hatten. Für den Neurochirurgen ist dennoch klar: „Die Hochfrequenzstimulation wird sich durchsetzen und langfristig ältere Verfahren ablösen. Da bin ich mir ganz sicher.“ ■



**In Studien der Firma Nevro über zwölf Monate zeigte sich, dass Patienten deutlich besser auf die HF10-Therapie gegenüber anderen ansprachen (blaue Balken).**



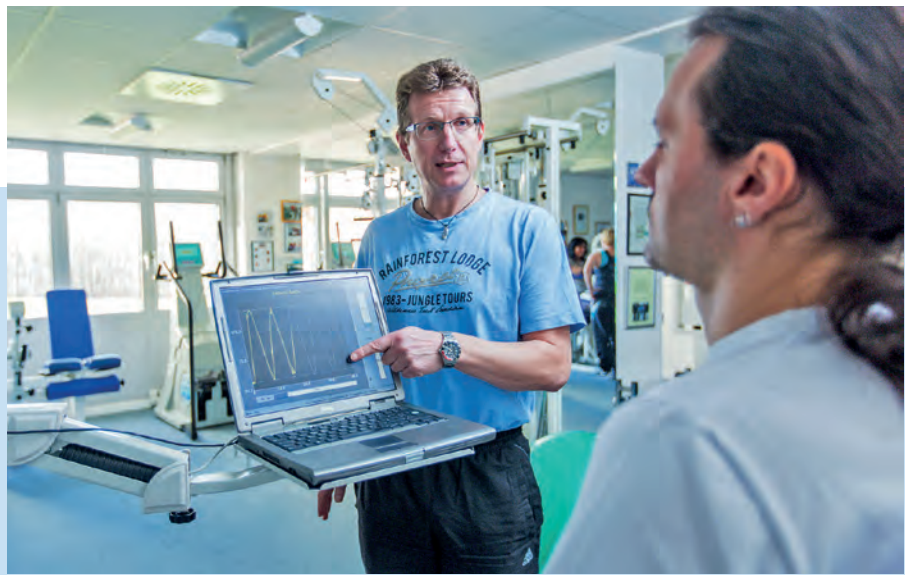
Foto und Diagramm: Nevro

## Hochfrequenz am Rückenmark

HF10-Therapie lautet der offizielle Name für die Implantation eines Schmerzschrittmachers. Dieses Kürzel steht bereits für die wichtigsten Informationen: Bei diesem Verfahren werden über zwei in den Wirbelkanal implantierte Elektroden hochfrequente elektrische Impulse von etwa 10.000 Hertz an das Rückenmark abgegeben, um so krankhafte Nervenaktivitäten zu verändern. Die Lebensdauer des Impulsgebers beträgt aktuell rund zehn Jahre. Da der Stromverbrauch sehr hoch ist, müssen die Akkus täglich geladen werden. Dies erfolgt durch ein Ladegerät via Induktion. Ein Ladevorgang dauert normalerweise zwischen 20 und 50 Minuten.

Studien zeigen eine hohe Wirksamkeit der Therapie. Das bestätigen auch die Erfahrungen aus dem Bräderkrankenhaus Trier. Rund 120 Patienten wurden dort schon mit der HF10-Therapie behandelt. Bei 87 Prozent dieser Patienten konnte eine mindestens 50-prozentige Schmerzreduktion erreicht werden. Die mittlere Schmerzlinderung liegt bei fast 80 Prozent. Bei Patienten, die an sonst nicht therapierbaren chronischen Schmerzen leiden, wird die HF10-Therapie von der Krankenkasse übernommen. Die Therapie verursacht praktisch keine Nebenwirkungen, sodass die behandelten Patienten auch weiterhin Auto fahren oder sonstige Maschinen führen dürfen.

# Chronische Schmerzen erfolgreich behandeln



**In Therapien und Kursen lernen Patienten im Brüderkrankenhaus Montabaur, mit dem Schmerz besser umzugehen.**

Die Schmerztagessklinik am Brüderkrankenhaus Montabaur ist auf die Therapie chronischer Rücken- und Kopfschmerzen sowie von Kopfschmerzen bei Kindern und Jugendlichen spezialisiert. Die Patienten absolvieren dabei Behandlungsprogramme zur Bewältigung chronischer Schmerzen auf der Grundlage des bio-psycho-sozialen Konzeptes.

## **Der Weg zu uns**

Der Weg in die Schmerztagessklinik erfolgt über die angegliederte Schmerzpraxis im MVZ am Brüderkrankenhaus Montabaur. Die Patienten erhalten auf Überweisung des Haus- oder Facharztes einen Termin zum Erstgespräch. Es erfolgen eine ausführliche Schmerz- und Allgemeinanamnese, die Sichtung der Vorbefunde und Vorthérapien sowie eine schwerpunktmäßige

orientierende körperliche Untersuchung. Dabei wird dann gemeinsam entschieden, gegebenenfalls mit den anderen Therapeuten (Psychotherapeut, Sporttherapeut), ob eine Aufnahme in die Schmerztagessklinik sinnvoll ist oder andere Alternativen zum Tragen kommen.

## **Wie sieht die Therapie aus?**

In Kursen lernen die Patienten, die Wechselbeziehungen von körperlichen, psychischen und psychosozialen Belastungen zu erkennen und zu verändern, den Schmerz zu lindern und seinen Einfluss auf das Leben zurückzudrängen.

### **Rückenschmerzen:**

vier Wochen tagesstationär

### **Kopfschmerzen:**

zehn Wochen tagesstationär, mittwochs von 8 bis 16 Uhr

### **Kinderkopfschmerzgruppe:**

speziell für Kinder von acht bis 14 Jahren, acht Wochen mittwochs von 15 bis 17 Uhr

**Tagesstationäres Angebot**  
**Regelmäßige Gespräche mit dem behandelnden Arzt**

## **Psychologische Behandlung in Gruppenarbeit**

Hier werden Wechselbeziehungen zwischen Schmerz und beeinflussenden Faktoren aufgezeigt sowie das Erlernen von Schmerzbewältigungsstrategien, Entspannungstechniken und Selbsthypnose angeboten.

## **Sporttherapie zur Steigerung der Leistungsfähigkeit**

Unter Anleitung absolviert der Patient ein gezieltes Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining. Zusätzlich werden natürliche Alltags- und Arbeitsbewegungen trainiert, die aufgrund des Schmerzes lange Zeit vermieden wurden.

## **Sozialpädagogische Beratung**

zur sozialen Sicherung und beruflichen Rehabilitation.

## Kontakt:

**Schmerztagessklinik am Brüderkrankenhaus Montabaur**  
Sekretariat:  
Monika Neuroth  
Tel.: 02602/122-666

**Schmerzpraxis im MVZ**  
Dr. Jutta Maxeiner  
Tel.: 02602/122-5667

gesund&lecker

# Superfood – wirklich super?

Camu-Camu, Chia-Samen, Quinoa und Matcha: Exotisches „Superfood“ ist längst in unseren Supermarktregalen angekommen. Es steht für mehr Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Attraktivität. Aber hält es tatsächlich, was es verspricht? Unsere Ernährungsexpertin Sabine Wecker hat die „Super-Lebensmittel“ untersucht.



**Sabine Wecker** ist Diplom-Ökotrophologin und als Ernährungsberaterin im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim tätig. Ihre Beratungsschwerpunkte liegen im Bereich der Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien, ein Bereich, der zunehmend an Bedeutung gewinnt.



## GUT ZU WISSEN!

Eine Ballaststoffzufuhr von 30 g pro Tag wird als ausreichend angesehen. Zum Vergleich: Eine Scheibe Weißbrot enthält nur ca. 1 g Ballaststoff, eine Scheibe Roggenvollkornbrot dagegen bereits ca. 4 g. Werden Kleie und andere sehr ballaststoffhaltige Lebensmittel verzehrt, liegt die empfohlene Trinkmenge bei 2,5 l pro Tag.

**O**b in natürlicher Form oder als Saft, Pulver oder Extrakt: Der „überdurchschnittliche“ Nährstoffgehalt scheint den oftmals hohen Preis des „Superfoods“ zu rechtfertigen. Doch der Preis sagt nichts über die Qualität der Ware aus. Die vielversprechenden Früchte, Körner und Blätter kommen meist aus fernen Ländern. Mit der enormen Nachfrage steigt beim konventionellen Anbau der Bedarf an Pflanzenschutzmitteln. Hierunter leiden die Umwelt und die Qualität der Produkte.

Der Nährstoffgehalt im „Superfood“ muss zudem relativ betrachtet werden. So verfügt Chia-Samen zwar über die günstige Alpha-Linolensäure, kommt aber bei der empfohlenen Tageshöchstmenge von 15 g lediglich auf 95 mg Kalzium. Zum Vergleich: Ein großes Glas Milch liefert 300 mg Kalzium. Außerdem sind viele gesundheitsbezogene Aussagen über die Wirkung von „Superfood“ wissenschaftlich noch nicht belegt sowie mögliche Allergien, Überempfindlichkeitsreaktionen und das Risiko von Wechselwirkungen unzureichend erforscht.

## Regionales „Superfood“

Tatsächlich gibt es Alternativen zu den genannten Exoten. Deutschland ist kein Vitaminmangeland. Auch einheimische Lebensmittel werden zunehmend als „Superfood“ bezeichnet. Ihre Wirkungen gelten als erwiesen:

**Rote Beerenfrüchte:** Heidelbeere, Sauerkirsche, Holunderbeere, Hagebutte oder die Apfelbeere (Aronia) weisen unter anderem einen hohen Gehalt an Antioxidantien auf, die unsere Körperzellen vor Zellschäden und chronischen Entzündungen schützen.

**Einheimische Nüsse, Samen und Kerne:** Walnüsse, Kürbiskerne, Leinsamen oder Mohn sind besonders reich an wertvollen Fettsäuren, die gut für unsere Blutgefäße, die Nerven- und Gehirnzellen und unser Herz sind. Die löslichen und unlöslichen Ballaststoffe sind förderlich für unsere Verdauung.

**Grünes Blattgemüse:** Rucola, Brennessel, Spinat, Mangold oder Garten- und Wildkräuter enthalten neben vielen Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen auch zahlreiche Mineralstoffe. Hinter dem oft bitteren Geschmack verstecken sich überdurchschnittlich hohe Gehalte der zellschützenden Antioxidantien.

**Rote Bete:** Sie verfügt über eine Fülle von Vitaminen und Mineralstoffen. Daneben wird dem roten Farbstoff Betalaine eine entzündungshemmende Wirkung zugeschrieben. Er soll zudem vor bestimmten Krebsarten schützen und Schmerzen lindern.

**Kohlgemüse:** Brokkoli, Blumenkohl, Rosenkohl oder Grünkohl besitzen neben dem beachtlichen Nährstoffspektrum bestimmte sekundäre Pflanzenstoffe, denen eine krebshemmende Wirkung und eine Reduktion des Herzinfarkt- und Schlaganfallrisikos zugeschrieben werden.

## Ballaststoffe für die Gesundheit

Die Supermarktregale sind voll mit einheimischem „Superfood“. Trotzdem essen wir durchschnittlich zu wenig Gemüse, Obst und Vollkornprodukte. Dabei darf das präventive Potenzial von ballaststoffreicher Kost nicht unterschätzt werden. Sie wirkt sich förderlich auf die Magen-Darm-Passage aus und senkt die Konzentration des Gesamt- und LDL-Cholesterols. Die Blutdruckwerte können dadurch sinken, und wir tragen zum Schutz vor koronaren Herzkrankheiten bei. Auch schützt sie vor starkem Übergewicht und hilft bei der Gewichtsreduktion. Adipositas kann hierdurch vermieden und Diabetes-Typ-2-Erkrankungen können behandelt werden.

Wer auf seine Gesundheit achten will, sollte sich ausgewogen ernähren und sich nicht auf eine Handvoll exotisches „Superfood“ verlassen. Vielmehr gehören Vollkornprodukte, frisches Gemüse und Obst auf den Speiseplan. Hierbei kann unser einheimisches „Superfood“ eine große Bereicherung sein.

# ROTE-BETE-SALAT AN GERÄUCHERTER FORELLE

## Für zwei Personen

300 g Rote Bete (gekocht), 50 g Rucola, 1 säuerlicher Apfel, 100 g Ziegenkäserolle, 2 Scheiben kerniges Vollkornbrot, 1 Zweig Rosmarin, 2 EL gehackte Walnüsse, 2 EL Olivenöl, 2 geräucherte Forellenfilets

## Für die Salatmarinade:

3 EL Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 1 TL Honig, 1 TL süßer Senf, 2 EL Walnussöl

Die gehackten Walnüsse in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur vorsichtig von allen Seiten unter gelegentlichem Rühren anrösten, bis die Nüsse zu duften beginnen. Zum Abkühlen die Nüsse aus der Pfanne nehmen.

Für die Salatmarinade Zitronensaft, Honig, Salz, Pfeffer, Senf und Walnussöl verrühren.

Den Rucola waschen und in mundgerechte Stücke zupfen. Die gekochte Rote Bete schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Den Apfel vierteln, vom Kernhaus befreien und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden. Nun den Rucola, die Rote Bete und die Apfelscheiben vermischen und mit den Forellenfilets auf zwei Tellern anrichten.

Die Vollkornbrotscheiben vierteln, auf ein mit Backpapier bedecktes Backblech legen und mit wenig Olivenöl beträufeln. Die Ziegenkäserolle in acht Scheiben schneiden und auf die Brotscheiben geben. Das Blech in den vorgeheizten Backofen bei 170 Grad für circa acht bis zehn Minuten schieben, bis der Ziegenkäse zu schmelzen beginnt. In der Zwischenzeit die Marinade über den angerichteten Salat träufeln und die gerösteten Walnüsse darüberstreuen.

Auf die fertigen Brotscheiben noch ein paar Rosmarinblätter legen, alles auf dem Salat anrichten und gleich servieren.

**Guten Appetit!**

casemanagement

FACH-  
ARZT

KOSTEN-  
TRÄGER

SCHNELLE HILFE IM

# DSCHEUN

DER INSTANZEN

SENIOREN-  
HEIM

AMBULANTE  
HILFE

PFLEGE-  
STUFE

N-  
R

REHA

GEL

Text: Angelika Prauß | Fotos: Elisabeth Schomaker

Woher schnell einen stationären Platz im Altenheim für die betagte Mutter bekommen? Wer hilft dem psychisch kranken jungen Mann, eine neue Wohnung zu finden? Kann der querschnittsgelähmte Bruder in einer Reha-Einrichtung untergebracht werden – oder muss er doch mit 60 schon in ein Altenheim? Fragen wie diese können Angehörige, Betreuer und auch Betroffene im akuten Fall überfordern. Im Case Management der Barmherzigen Brüder in Saffig finden sie eine erste Anlaufstelle und vor allem: Unterstützung.



Sabrina Wagner ist die erste Ansprechpartnerin in der Zentralen Informations- und Beratungsstelle der Barmherzigen Brüder Saffig.

Erst seit Herbst 2016 gibt es hier im Schäfgenhaus die Zentrale Informations- und Beratungsstelle, kurz ZIB. Doch schon jetzt steht dort das Telefon bei Sabrina Wagner kaum eine Minute still. Die empathische Diplom-Soziologin ist bei Anfragen in der ZIB die erste Ansprechpartnerin, die sich um die Ratsuchenden kümmert. Die 37-Jährige dokumentiert die Anfragen, prüft Aufnahmekapazitäten in Einrichtungen, verbindet Anrufer mit zuständigen Kollegen, informiert umfassend über die Leistungen der Barmherzigen Brüder Saffig: Psychiatrische Dienste, Gesundheitsdienste, Seniorendienste sowie den Bereich Teilhabe und Arbeit.

Über die ZIB können Ratsuchende kostenlos und ohne große und langwierige Umwege durch die Instanzen die zuständigen Fachkräfte kontaktieren und das weitere Vorgehen besprechen, etwa wenn es darum geht, Anträge auf Wiedereingliederung oder Sozialhilfe zu stellen, einen Platz für betreutes Wohnen zu beantragen oder Hilfen im Alltag zu organisieren. Oft melden sich auch Krankenhausmitarbeiter, die fieberhaft nach einem Kurzzeitpflegeplatz für einen Patienten suchen, oder Hausärzte, die sich um ihre Patienten sorgen. Aber auch auf externe Angebote wie gute Fachärzte und Möglichkeiten der ambulanten Psy-

chotherapie verweist Sabrina Wagner. Ein Vorteil der ZIB: Anfragen werden im Anschluss von jeweils zwei festen Ansprechpartnern, sogenannten Case Managern, gebündelt und fachübergreifend bearbeitet.

## „Das Optimale rausholen“

Hier tritt Silke Wiß mit ihrem neunköpfigen Team auf den Plan. Die Leiterin des Case Managements koordiniert die von Sabrina Wagner übermittelten Anfragen und weist passende Case Manager zu. Beim Erstgespräch im Haus der ZIB lernen sich beide Seiten kennen; Menschen mit eingeschränkter Mobilität besuchen die Case Manager auch zu Hause oder etwa in einer Pflegeeinrichtung.

Von nun an haben die Ratsuchenden kompetente Fürsprecher, die sie durch den komplizierten Instanzenschungel begleiten, „um das Optimale für den Einzelnen rauszuholen“ – sowohl finanziell als auch bezüglich gesundheitlicher und integrativer Unterstützung. „Wir kommen sozusagen von der Seite dazu und helfen den Betroffenen“, erklärt Silke Wiß. Die beiden Experten arbeiten dabei eng mit der hilfesuchenden Person zusammen, planen und koordinieren entsprechend des persönlichen Bedarfs individuelle Hilfen.

## Maßgeschneiderte Unterstützung

Nicht selten tangiert die Geschichte der Betroffenen mehr als einen der Dienste. Wird zum Beispiel ein Patient an die Fachklinik für Psychiatrie und Psycho-

CASE MANAGEMENT

INTEGRATIVE UNTERSTÜTZUNG

FESTE ANSPRECHPARTNER

HAUSBESUCHE

AUF SEITEN DER KLIENTEN

INDIVIDUELLE BEDARFSPLANUNG



therapie überwiesen, kommt die Anfrage an einen der Case Manager. „Er nimmt den Kontakt mit dem Patienten auf und stellt fest, welcher Bedarf zugrunde liegt und ob möglicherweise Angebote von verschiedenen Diensten in Frage kommen und wann diese zur Verfügung stehen“, erklärt Silke Wiß. Das Case Management hat daher den vollständigen Überblick über die Belegungssituation in allen Diensten der Barmherzigen Brüder Saffig. Die Zuständigkeit gilt also neben der Fachklinik auch für die Psychiatrischen Dienste, die aufsuchenden Hilfen sowie die Wohnbereiche, die Werkstätten und die Seniorenzentren.

Der Case Manager beauftragt nicht nur die Hilfen, sondern ist ebenso Kontaktperson für die Kostenträger wie etwa die Krankenversicherungen und Ansprechpartner für Kostenfragen. Nach dem Erstkontakt bleibt er während der gesamten Leistungsphase weiterhin zuständig. Dadurch haben die Kunden nicht ständig wechselnde Ansprechpartner an den verschiedenen Standorten. „Das ist ein wichtiger Schritt gewesen. Damit stehen die Betroffenen klar im Vordergrund“, betont Silke Wiß und führt weiter aus: „Jeder Fall ist anders, wir planen die Hilfen am Bedarf immer ganz individuell.“ Während es bei der Begleitung alter Menschen mehr um Wohnsituation und Pflegeplanung gehe, stehe bei psychisch Kranken die Teilhabepflicht – die Grundlage für die Kostenbewilligung durch den Kostenträger – und die Wiedereingliederung in das Arbeitsleben und den selbstversorgenden Alltag im Vordergrund. „Durch regelmäßige Besprechungen in unserem Team können wir kompetent über die Anfragen beraten und nach Lösungen suchen“, erklärt Silke Wiß.

### Angebote weiterentwickeln

650 Mitarbeiter aus rund 40 Berufen unterstützen und begleiten bei den



Welche Hilfe ist die beste? Das klärt Silke Wiß mit ihrem Team je nach Anfrage.

Barmherzigen Brüdern Saffig mehr als 1.100 alte, kranke, behinderte oder psychisch kranke Menschen. Die Einrichtungen befinden sich verteilt in den Landkreisen Mayen-Koblenz und Ahrweiler sowie in der Stadt Koblenz. Über die Schnittstelle des übergreifenden Case Managements werden nunmehr alle Kompetenzen zugunsten der Klienten optimal koordiniert.

Für Silke Wiß sind die zahllosen Anfragen, die die ZIB jeden Tag erreichen, aber auch ein wichtiges Instrument für die Bedarfsplanung; „entsprechend können wir als Unternehmen reagieren“. So sei es möglich, Angebote der Barmherzigen Brüder Saffig weiterzuentwickeln und auch in die künftige Personalplanung einzubeziehen. Schon jetzt zeichnet sich beispielsweise ab, dass es viel mehr Plätze für die Kurzzeitpflege geben müsste und mehr ambulante Angebote gewünscht werden, erklärt die 34-Jährige. „Die Anfragen in der ZIB sind für uns eine wichtige Rückmeldung.“ ■

### Zentrale Beratung

Die Zentrale Informations- und Beratungsstelle (ZIB) der Barmherzigen Brüder Saffig ist die erste Anlaufstelle für Betroffene, zuweisende Einrichtungen, Angehörige oder Betreuer, die Informationen zum Leistungsportfolio der Barmherzigen Brüder Saffig erhalten möchten. So kann ohne Umwege und langwierige Vermittlungswege ein Kontakt zu Fachkräften hergestellt und Näheres zur gewünschten Unterstützungsleistung direkt besprochen werden. Das Angebot der Beratungs- und Informationsstelle ist für alle Interessenten kostenfrei.

Die ZIB ist von Montag bis Freitag täglich und an zwei Wochentagen bis in die Abendstunden geöffnet.  
Tel.: 02625/31-929  
info-cm@bb-saffig.de

# Ein Gefühl von Heimat

Heimat – das schmeckt nach warmem Apfelkuchen mit Schlagsahne, ist da, wo liebe Menschen sind, wo man sich geborgen und sicher fühlt. Jeder hat sein ganz persönliches Heimatgefühl, das sich umso stärker regt, je mehr die eigene Heimat verloren geht. So wie vielen Millionen Menschen weltweit, die auf der Flucht sind. Der Deutsche Caritasverband stellt mit seiner diesjährigen Kampagne Heimat in den Mittelpunkt. Um was es dabei genau geht, erklärt Caritas-Präsident Prälat Dr. Peter Neher.



**Herr Prälat Neher, „Zusammen sind wir Heimat“ heißt die aktuelle Jahreskampagne. An was denken Sie denn ganz persönlich, wenn Sie Heimat hören?**

Mein persönlicher Heimatbegriff ist von meiner Herkunft geprägt, dem Allgäu, wo ich aufgewachsen bin. Heimatgefühle kommen auf, wenn ich etwas esse, das mich an meine Kindheit erinnert, aber auch, wenn ich an meine Geschwister, Verwandte und Freunde denke. Aber meine Heimat ist auch dort, wo ich gerne lebe und das ist seit vielen Jahren Freiburg. Heimat hat für mich etwas mit Vertrauen, Zugehörigkeit, Geborgenheit zu tun – und ja, auch mit Erinnerung.

**Kann ein neuer Ort diesen Stellenwert tatsächlich einnehmen?**

Das glaube ich schon und da setzt ja unsere Jahreskampagne an: Heimat hat eben nichts mit Abgrenzung zu tun, Heimat kann jeder neu gewinnen. Denken Sie nur daran, wie viele Menschen in eine andere Stadt, in ein neues Land ziehen oder an die vielen Vertriebenen nach dem Zweiten Weltkrieg. Heimat ist nicht statisch.

**Der Heimatbegriff lässt sich in ganz unterschiedliche Richtungen interpretieren und wird nicht zuletzt immer wieder von rassistischen und nationalistischen Gruppen genutzt. Bei welchem Heimatverständnis setzt Ihre Jahreskampagne an?**

Genau das möchten wir nicht: rechten Gruppen eine Interpretation von Heimat im Sinne von Abschottung und Ausgrenzung des Fremden überlassen. Mit der Jahreskampagne machen wir deutlich, dass Heimat etwas sehr Dynamisches ist. Sie kann immer wieder neu erworben werden, ganz gleich, in welcher Region oder in welchem Land man geboren ist. Mit verschiedenen Aktionen möchten wir dazu anregen, sich Einblicke zu verschaffen, was Heimat jeweils bedeutet. Sie entsteht, lebt und kann wachsen, indem wir unsere Sprache, unse-

© Caritas Deutschland

re Kultur, unser Land teilen – wie heißt es so schön: Zusammen sind wir Heimat.

**Was muss denn konkret geschehen, damit Heimat mehr ist als der „schönste Name für Zurückgebliebenheit“, wie Martin Walser es einmal formuliert hat?**

Es ist Aufgabe von Politik, Kirchen und Zivilgesellschaft, die anstehenden Debatten um die Integration der Menschen, die bei uns eine neue Heimat suchen, ohne Scheuklappen zu führen – und zwar ernsthaft und sachlich. Hier wollen wir mit unserer Kampagne unseren Beitrag leisten. In verschiedenen Aktionen an unterschiedlichen Orten zeigen wir Beispiele gelingender Integration und stellen Menschen vor, die sich dafür einsetzen, dass Zugezogene bei uns heimisch werden. So fand ich auch das Angebot in einem der Seniorenzentren der BBT-Gruppe sehr spannend, wo junge Flüchtlinge und alte Menschen sich austauschen und Vorurteile erst gar nicht entstehen. In den Wochen vor der Bundestagswahl, in denen ich sehr harte Auseinandersetzungen erwarte, planen wir

**andere Akteure und nicht zuletzt: Wie kann sich jeder Einzelne engagieren?**

Es engagieren sich bereits sehr viele Ehrenamtliche für Flüchtlinge, sei es in den Pfarrengemeinden, in vielfältigen Initiativen oder als Paten, die bei der Arbeitssuche helfen. So sind schon Freundschaften, gemeinsame Freizeitaktivitäten und auch Beschäftigungsverhältnisse entstanden. Auf unserer Homepage zeigen wir eine Reihe von Beispielen, die nicht zuletzt auch zum Nachahmen anregen sollen.

**Machen wir einen Zeitsprung zum Dezember: Was sollte sich dann durch die Kampagne verändert haben?**

Natürlich wünsche ich mir, dass in vielen Kriegs- und Krisenregionen Frieden einzieht, dass die Menschen in ihre Heimat zurückkehren können – schließlich ist das auch der Wunsch vieler, die fliehen mussten. Denjenigen, die bei uns bleiben, wünsche ich eine Perspektive, weil sie unsere Sprache gelernt haben, eine Ausbildung oder einen Arbeitsplatz und eine bezahl-

**Heimat hat eben nichts mit Abgrenzung zu tun, Heimat kann jeder neu gewinnen.**

eine Aktion, mit der wir unter der Prämisse „Wählt Menschlichkeit“ das Geschehen im Wahlkampf begleiten werden – unter anderem dann, wenn populistische Äußerungen oder Überzeichnungen drohen, die Wirklichkeit zu verzerren. Und natürlich haben wir ganz konkrete sozialpolitische Forderungen hinsichtlich Sprachförderung, Teilhabe am Arbeitsleben und Bildungssystem sowie bezahlbaren Wohnraum, um hier nur einige Beispiele zu nennen.

**Forderungen an die Politik sind das eine, aber wie können sich Kirche und**

bare Wohnung gefunden haben. Es wäre schön, wenn Deutsche und Flüchtlinge neugierig aufeinander sind, sich von ihrem Leben erzählen, sich austauschen. Und ganz wichtig: Europa muss endlich erkennen, dass nur gemeinsame Lösungen weiterhelfen und politischer Streit über Grenzümzäune und Obergrenzen der Vergangenheit angehört.

**Vielen Dank für das Gespräch.**

Das Interview führte Judith Hens.

## Ausgezeichnet!

Mit Hilfe eines Integrationscafés junge Flüchtlinge für den Pflegeberuf sensibilisieren und zu begeistern: Für dieses Konzept wurde das Seniorenzentrum Haus Heimberg der Gesundheitsholding Tauberfranken (BBT-Gruppe) kürzlich vom Deutschen Caritasverband e.V. ausgezeichnet. Das Projekt, das seit Mitte März 2016 läuft, ist laut Caritasverband eine „inspirierende Praxis und ein Vorzeigebeispiel für andere Einrichtungen“. So könne man Jugendlichen, die vor Krieg und Terror aus ihrer Heimat flüchten mussten, in Deutschland neue Perspektiven anbieten, ihnen den Start in ein neues Leben erleichtern und sie gegebenenfalls für eine Mitarbeit in der Altenhilfe gewinnen.



**Seniorenzentrum  
Haus Heimberg**

Mehr zur Caritas-Kampagne unter [www.zusammen-heimat.de](http://www.zusammen-heimat.de)

**Prälat Dr. Peter Neher** ist seit 2003 Präsident des Deutschen Caritasverbandes, inzwischen in der dritten Amtszeit. Nach Theologiestudium und Priesterweihe arbeitete der aus Pfronten stammende Neher als Krankenhauseelsorger, Stadtpfarrer in Kempten und Subregens am Augsburger Priesterseminar, bevor er 1999 zur Caritas in Augsburg kam.



Foto: DCV/Anke Jakob

ABENDVORLESUNG MIT ANGEREGTER DISKUSSION

## Herz und Gebet

Besteht ein Zusammenhang zwischen dem Gesundheitszustand des menschlichen Herzens und Religiosität? Diese Frage griff das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur im Rahmen der Abendvorlesung „Herz und Gebet“ auf. Selten zuvor wurde im Rahmen einer solchen Infoveranstaltung derart angeregt diskutiert. Privatdozent Dr. Felix Post, Chefarzt der Inneren Medizin am Marienhof in Koblenz, und der Hausobere des Katholischen Klinikums Werner Hohmann hatten sich gemeinsam an das spannende Thema gewagt. Dr. Post stellte aus medizinischer Sicht einige Studien vor: Demnach glauben 82 Prozent der Befragten an die heilende Wirkung des Gebets. In unterschiedlichen Versuchen hatte sich tatsächlich ein positiver Einfluss etwa auf Blutdruck und Atmung gezeigt. „Medizinisch gesehen ist das rituelle Gebet Arbeit“, sagte Dr. Post. „Es beinhaltet Entspannungstechniken, Atemtechniken und Fokussierungen – also bewusstes Abwenden von aktuellen Problemen und bewusstes Zuwenden zu Gott hin. Ein Teil der Effekte kann hierüber erklärt werden, aber eben nur ein Teil.“

Werner Hohmann beschrieb das Gebet als „verbale oder nonverbale Zuwendung, eine Kontaktaufnahme zu Gott, letztlich Beziehungspflege zu einem transzendenten Du, in dem der Betende sich geborgen weiß“.



BRÜDERKRANKENHAUS UND POLIZEI MONTABAUR KOOPERIEREN

## Enge Zusammenarbeit

Der Standort Brüderkrankenhaus Montabaur des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur (KKM) und die Polizeidirektion Montabaur intensivieren ihre enge Zusammenarbeit in der Region Westerwald. Bei der gemeinsamen Vertragsunterzeichnung sagte der Koblenzer Polizeipräsident Wolfgang Fromm: „Wir schaffen mit diesem Vertrag zuverlässige und verbindliche Strukturen in der Zusammenarbeit. Das ist in unserem Polizeipräsidium und damit im nördlichen Rheinland-Pfalz bisher einmalig.“ Nach den Worten von Kriminaldirektor Volker Schmidt, Leiter der Polizeidirektion Montabaur, ist die Zusammenarbeit von Ärzteschaft und Polizei von hohen rechtlichen und medizinisch-fachlichen Anforderungen geprägt. „Die Polizei ist im Rahmen der Gefahrenabwehr auf medizinische Hilfen und Einschätzungen sowie im Rahmen der Strafverfolgung auf eine qualifizierte Beweissicherung und Begutachtung angewiesen“, unterstrich Schmidt, der den Kooperationsvertrag gemeinsam mit Dr. Harald Faust, Chefarzt Innere Medizin und stellvertretender Ärztlicher Direktor am Standort Montabaur, ausgearbeitet hatte.



Besiegelten die Kooperation: (v. li.) Patrick Böckling (Polizeidirektion Montabaur), Jérôme Korn-Fourcade (stv. Kaufmännischer Direktor KKM), Michael Schmitt (Justiziar Polizeipräsidium Koblenz), Dr. Harald Faust (Chefarzt Innere Medizin und stv. Ärztlicher Direktor am Brüderkrankenhaus Montabaur), Volker Schmidt (Leiter der Polizeidirektion Montabaur) und Wolfgang Fromm (Polizeipräsident Koblenz).



HERZKATHETERLABOR IN MONTABOUR

## Schnelle Hilfe für Herzpatienten

Das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur hat zu Jahresbeginn das neue Herzkatheterlabor am Brüderkrankenhaus in Montabaur in Betrieb genommen. Schon am ersten Tag wurden mehrere Patienten behandelt. Die Region Westwald profitiert damit von der hohen fachlichen Expertise der Inneren Medizin/Kardiologie am Marienhof in Koblenz, die – geleitet von Chefarzt Privatdozent Dr. Felix Post – zu den Top 5 in Rheinland-Pfalz gehört. Das Team aus dem Marienhof betreibt das Herzkatheterlabor gemeinsam mit Dr. Franz-Ferdinand Kirchner, Standortleiter Kardiologie Montabaur, und mit der von Chefarzt Dr. Harald Faust geleiteten Inneren Medizin in Montabaur. „Mit dem neuen Herzkatheterlabor schließen wir eine Versorgungslücke in der Region“, sagt Oliver Zimmer, Kaufmännischer Direktor des Katholischen Klinikums. Schon heute ist die Kardiologie am Marienhof, zugleich der Schwerpunktversorger im nördlichen Rheinland-Pfalz, die größte ihrer Art im Umkreis von rund 100 Kilometern. „Als großes Team können wir mit verschiedenen Spezialisten nun auch besondere Probleme im Brüderkrankenhaus in Montabaur direkt vor Ort lösen“, freut sich Dr. Post. Eine 24-Stunden-Rufbereitschaft zur Versorgung von Herzinfarktpatienten ist eingerichtet.



Foto: istockphoto

NEUER INTERNETAUFTRITT

## Übersichtlich und modern

Vernetzt. Verlässlich. Vielfältig. Getreu dem Motto der Barmherzigen Brüder Saffig präsentiert sich der Internetauftritt der Einrichtung in neuem Gewand. In übersichtlicher moderner Form findet der Besucher wichtige Informationen. In den vergangenen Monaten wurde intensiv an dem neuen Auftritt gearbeitet und die Veränderungen der vorausgegangenen Reorganisation der Barmherzigen Brüder Saffig eingearbeitet. Neben der neu geschaffenen Zentralen Informations- und Beratungsstelle (ZIB) des Case Managements (mehr dazu ab S. 14) finden Interessierte nun ausführliche Darstellungen und Informationen zu den einzelnen Diensten und Wirkungsbereichen. Eine übersichtliche Stellenbörse, Ansprechpartner, Hintergrundinformationen und viel Bildmaterial runden das neue Onlineangebot ab.

[www.bb-saffig.de](http://www.bb-saffig.de)

LEITLINIE ZUR REDEFLUSSSTÖRUNG

## Flüssiges Sprechen

Eine medizinische Leitlinie zum Thema Redeflussstörungen – mit diesem Auftrag machte sich eine achtköpfige Autorengruppe der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) an die Arbeit. Sie entwickelte eine sogenannte S3-Leitlinie. Der bundesweiten Autorengruppe, die sich mit dem Thema Stottern beschäftigte, gehörte mit Dr. Patricia Sandrieser auch die Leiterin der Praxis für Logopädie am MVZ Marienhof des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur an. „Wir freuen uns sehr über die Ergebnisse, die in die S3-Leitlinie eingeflossen sind“, sagt Dr. Sandrieser. Aktuell arbeitet sie mit drei weiteren Autoren an einer Kurzversion für Patienten. Die Mitarbeit an der Leitlinie unterstreicht die hohe fachliche Kompetenz der logopädischen Praxis am Marienhof, die sich unter anderem auf die Behandlung von Stottern spezialisiert hat. Ein Team aus erfahrenen Logopädinnen bietet Betroffenen Diagnostik, Beratung und Therapie an.

Für mehr Informationen: [www.kk-mvz.de/mvz\\_koblenz/logopaedie.php](http://www.kk-mvz.de/mvz_koblenz/logopaedie.php)



LAND FÖRDERT BRÜDERKRANKENHAUS

## Neue Notaufnahme

Das Brüderkrankenhaus Montabaur des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur erhält eine neue Notaufnahme. Für den Umbau und die Neustrukturierung hat die rheinland-pfälzische Gesundheitsministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler eine Landesförderung von 1,645 Millionen Euro bewilligt. „Ich freue mich, dazu beitragen zu können, dass die Notfallversorgung der Patienten in Montabaur und der Region deutlich verbessert werden kann“, sagte Bätzing-Lichtenthäler. Oliver Zimmer, Kaufmännischer Direktor am Katholischen Klinikum, dankte für die Förderung und unterstrich: „Wir nehmen unsere Verantwortung für Notfälle und die Grund- und Regelversorgung im Westerwald sehr ernst.“ Ziel der Baumaßnahme ist die räumliche Zusammenführung der bestehenden unfallchirurgischen und internistischen Notaufnahme. Dadurch können Kapazitäten und fachliches Know-how in einer Notaufnahme gebündelt werden. Das verkürzt die Wege, vereinfacht die Abläufe und optimiert die medizinische Versorgung zum Wohl der Patienten. Die Erneuerung und Neustrukturierung der Notaufnahme findet im ersten von drei Bauabschnitten statt. Das Gesamtkonzept umfasst neben der Aufnahme- und Notfallversorgung auch die Neustrukturierung der Arztdienste, der Funktionsdiagnostik, der Endoskopie und des Zentrallabors am Brüderkrankenhaus. Die Baumaßnahme startet im Frühjahr 2017.



**Ehrenamtlich aktiv: (v. li.) Alois Steffens (25 Jahre), Gerlinde Mader (25 Jahre), Anja Horch (Teamleitung Gerontopsychiatrie), Erwin Harner (25 Jahre), Mary Aleff (25 Jahre), Christel Wilkes (5 Jahre), Roswitha Horch (5 Jahre), Hausoberer Frank Mertes.**

BARMHERZIGE BRÜDER SAFFIG EHREN  
LANGJÄHRIGE UNTERSTÜTZER

## Ehrenamtliche im Einsatz

25 Jahre ehrenamtlich für Menschen mit Behinderung unterwegs: Diesen bemerkenswerten Zeitraum können Gerlinde Mader, Mary Aleff, Alois Steffens und Erwin Harner aufweisen. Seit der Gründung der sogenannten Laienhelfer im Jahr 1991 sind die Seniorinnen und Senioren aus Saffig, Plaidt und Andernach für die Barmherzigen Brüder Saffig unterwegs. Der damalige Chefarzt Dr. Schäfgén erkannte zu dieser Zeit, dass es neben der professionellen Betreuung und Pflege auch Ehrenamtlicher bedarf, um für die Klienten eine gute und ganzheitliche Begleitung zu gewährleisten. Für alle vier war es eine Ehrensache, hier zu unterstützen: „Wir waren bereits beruflich im Gruppendienst bei den Barmherzigen Brüdern Saffig aktiv. Als dann die Berentung bevorstand und wir gefragt wurden, ob Interesse an einer weiteren ehrenamtlichen Tätigkeit bestehe, sagten wir sofort zu“, so Gerlinde Mader. Was das langjährige Engagement ausmacht? „Der Dank und die Freude, die einem tagtäglich zurückgegeben werden, ist überwältigend und Ansporn, weiterhin dabeizubleiben, so lange es gesundheitlich möglich ist“, sagen alle vier unisono. Frank Mertes, Hausoberer, und Anja Horch, Teamleiterin der Gerontopsychiatrie der Barmherzigen Brüder Saffig, dankten den Jubilaren herzlich für ihr Engagement und die langjährige Treue. Neben den 25-jährigen gab es im Rahmen der Feierstunde zudem noch zwei fünfjährige Jubiläen zu würdigen.

## Sportler des Jahres

Die Sportfreunde der Barmherzigen Brüder Saffig können auf ihn zählen. Mit ausgezeichneten Leistungen gehört er zu den Aushängeschildern des Vereins: Daniel Labonde ist im Kraftsport zu Hause. Er wurde nun für seine Erfolge von der Verbandsgemeinde Pellenz ausgezeichnet. Bei den Weltmeisterschaften der Special-Olympics in Los Angeles 2015 hatte er gleich vier Mal den dritten Platz in seiner Lieblingssportart, dem Kraftdreikampf, erzielt. In den Disziplinen Bankdrücken sowie Kniebeugen und Kreuzheben stand er auf dem Treppchen, und die vierte Bronzemedaille gab es für den dritten Platz im Gesamtklassement. „Es waren unglaublich schöne Momente, die ich erleben durfte“, kommentierte der Miesenheimer seine Eindrücke. Als einer von 194 Vertretern der deutschen Delegation zeigte er sein Können auf der internationalen Bühne. Immerhin waren 6.500 Sportler aus 165 Ländern mit geistiger und mehrfacher Behinderung angetreten.

Seit vier Jahren trainiert Daniel Labonde regelmäßig in der Kraftgruppe der Saffiger Sportfreunde. Der Verein Sportfreunde der Barmherzigen Brüder Saffig ist auf mehreren Feldern aktiv, unter anderem in den Abteilungen Kraftsport, Badminton und Kegeln. Viele Klienten der Barmherzigen Brüder Saffig trainieren mit den Sportfreunden, die derzeit mehr als 70 aktive Mitglieder haben. Sie können immer wieder Erfolge in Meisterschaften vorweisen wie zum Beispiel zuletzt bei den nationalen Spielen in Hannover.



**Mehrmals in der Woche trainiert Daniel Labonde mit Betreuer Jupp Engels.**



**Sportlerehrung: Daniel Labonde (Mitte) freut sich gemeinsam mit dem Kaufmännischen Direktor der Barmherzigen Brüder Saffig Holger Brandt (re.) über die Auszeichnung durch die Verbandsgemeinde Pellenz.**

# Warnsignal Schnarchen



Sechs bis sieben Prozent der Bevölkerung leiden an nächtlichem Atemstillstand. Bei den über 65-Jährigen sind es sogar rund 15 Prozent. Mehrere unbemerkte Atemstillstände pro Nacht sind der Namensgeber des Schlafapnoe-Syndroms. Die Beschwerden, die sich von einer ausgeprägten Tagesmüdigkeit bis hin zum Sekundenschlaf äußern und zu Schlaganfall und Herzinfarkt führen können, lassen sich in einem Schlaflabor analysieren und therapieren.

Die Anzeichen sind harmlos, die Folgen mitunter lebensgefährlich: Dr. Wolfgang Neumeister, der Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Pneumologie, Schlaf- und Beatmungsmedizin des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur, beschreibt einen klassischen Patienten, der im Schlaflabor des Koblenzer Marienhofs behandelt wird. „Er ist mittleren Alters, im Alltag etwas bequem geworden, er treibt keinen Sport mehr. Er hat Zucker und neigt zu Bluthochdruck. Der Mann schnarcht nachts, was seine Frau natürlich stört. Dennoch ist



soweit noch alles gut. Auf dem abendlichen Heimweg von der Arbeit nickt er am Steuer seines Autos kurz ein, kann auf den Sekundenschlaf jedoch rechtzeitig reagieren.“ Ein Signal, das niemand ignorieren sollte.

Nach einem Besuch beim Hausarzt, der den Patienten den Fragebogen zur Tagesschläfrigkeit (Epworth Sleepiness Scale) ausfüllen lässt, ist schnell klar: Eine Untersuchung im Schlaflabor ist dringend angeraten. Acht Fragen, die das normale Alltagsleben in der jüngsten Zeit betreffen, werden gestellt. Liegt der Score bei neun bis zehn Punkten, dann ist die Schläfrigkeit wahrscheinlich. Der von Dr. Neumeister beschriebene Patient ist ein Schlafapnoe-Kandidat. Vermehrte Atempausen pro Stunde, die manchmal bis zu 80 Sekunden lang sind, stören zum einen die Schlaf-Architektur. Nächtliche Weckreaktionen des Körpers, Entzug der Tief- und Traumschlafphase und eine erhöhte Einschlafgefahr tagsüber sind gefährliche Folgen. Zum anderen haben die Abfälle der Sauerstoffsättigung natürlich Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System des Mannes.

## Den Schlaf analysieren

Das Gute für alle von Schlafapnoe Betroffenen: Die Diagnose- und Therapiemöglichkeiten dieser Krankheit sind ebenso groß wie ihre Gefahren. Abends um 20 Uhr kommt der Patient in die Klinik. In einem Schrank in den Zimmern des Schlaflabors gibt es eine Vielzahl von Messkabeln, die am Kopf, im Gesicht, an den Beinen, der Brust und am Bauch befestigt werden. Während der Patient schläft, werden umfangreiche Daten wie EEG, EMG, EKG, Atemfluss, Atmungsanstrengung und die Sauerstoffsättigung gemessen und aufgezeichnet. Auf Video wird zudem die Körperlage festgehalten, ebenso werden

alle Schnarchgeräusche registriert. Aus diesen Daten wird eine Befundmatrix erstellt. Sie bildet die detaillierte nächtliche Untersuchung ab. In einem anderen Zimmer der Station wird der Schlaf an Monitoren überwacht. Die Auswertung des umfangreichen Datenmaterials nimmt später ein bis eineinhalb Stunden Zeit in Anspruch.

Seit Herbst 2001 gibt es das Schlaflabor am Marienhof in Koblenz, 2004 wurde es von der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin (DGSM) akkreditiert. Vier Plätze hat das Schlaflabor hier, zu wenige, wie Dr. Neumeister findet: „Wir bräuchten die doppelte Anzahl.“ Sabine Dötsch, die Leitende Krankenschwester der Station, vergibt Termine, die noch mehr als sechs Monate entfernt liegen. Die Nachfrage ist groß, fünf bis acht Anfragen pro Tag gibt es allein im Koblenzer Marienhof. Die durchschnittliche Verweildauer der Patienten liegt hier bei 1,6 Nächten. Häufig ergibt bereits die erste Nacht im Schlaflabor ein klares Bild. Mit dem Arzt wird der Befund besprochen und die Therapie eingeleitet.

Nur etwa zehn Prozent der Untersuchungen ergeben keinen positiven Befund. Für die anderen 90 Prozent ist die Konsequenz eines diagnostizierten Schlafapnoe-Syndroms allenfalls gewöhnungsbedürftig. Ihnen wird eine CPAP-Maske (Continuous Positive Airway Pressure) verordnet, die noch im Schlaflabor angepasst und auf ihren korrekten Sitz überprüft wird. Diese CPAP-Maske muss der Patient nun ständig nachts tragen. „Das Erste, was ich immer gefragt werde ist: Wie lange muss ich die Maske tragen?“, erzählt Dr. Wolfgang Neumeister. Seine unmissverständliche Antwort darauf lautet: „Lebenslang.“ Im Vergleich zu einem möglichen Sekundenschlaf am Lenkrad ist das wahrlich eine gute Nachricht.



**Erst werden die Messkabel angebracht, damit während des Schlafs alle Daten aufgezeichnet und später ausgewertet werden können.**

## Kontakt:

**Katholisches Klinikum Koblenz · Montabaur**



**Dr. Wolfgang Neumeister**  
Chefarzt der Klinik für  
Innere Medizin/Pneumologie,  
Schlaf- und Beatmungsmedizin  
Tel.: 0261/496-3121  
pneumologie@kk-km.de

# Im Seniorenheim – für einen Tag





Fotos: Edouard Olszewski

Das Pflegestärkungsgesetz II ist seit Jahresbeginn wirksam. Dadurch haben Versicherte Anspruch auf zusätzliche Betreuungsangebote in voll- und teilstationären Senioreneinrichtungen. Für viele Pflegebedürftige könnte dadurch die Tagespflege interessanter werden. Was das genau ist und wie man das Richtige findet, erläutert Daniel Knopp. Er leitet das Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder in Trier sowie den Fachbereich Seniorendienste in der BBT-Gruppe.

**Herr Knopp, zu den Pflegeleistungen, die die Pflegekasse – je nach Pflegegrad – übernimmt oder bezuschusst, zählen die Tages- und die Nachtpflege. Was genau muss man sich darunter vorstellen?**

Das sind Angebote für pflegebedürftige Menschen, die normalerweise zu Hause leben und auch dort betreut werden – meist von Angehörigen. Allerdings sind diese nicht immer rund um die Uhr verfügbar, sie haben berufliche oder andere Verpflichtungen. Um Angehörige in dieser Situation zu entlasten, gibt es die Möglichkeit, dass die pflegebedürftige Person stundenweise – tagsüber oder nachts – in einer Senioreneinrichtung betreut wird. In welchem Umfang das geschieht, ist sehr unterschiedlich. Um einmal bei der Tagespflege zu bleiben: Manche Menschen verbringen zehn Stunden in der Einrichtung, andere nur sechs. Die einen kommen einmal in der Woche, andere an mehreren Tagen. Das hängt ganz vom persönlichen Bedarf ab.

**Was ist der Unterschied zur Kurzzeitpflege?**

Die Kurzzeitpflege ist von vornherein auf einen bestimmten Zeitraum begrenzt, meistens zwei bis vier Wochen. In dieser Zeit lebt die pflegebedürftige Person tags und nachts in der Senioreneinrichtung, wie ein normaler Bewohner auch. Angehörige haben dann etwa die Möglichkeit, in Urlaub zu fahren.

**Zurück zur Tagespflege: Wie sieht denn ein Tag dort aus?**

Der oder die Pflegebedürftige wird morgens vom Fahrservice der Einrichtung zu Hause abgeholt. Dann gibt es – je nach Uhrzeit – ein Frühstück. Anschließend stehen verschiedene Angebote, Aktivitäts-

ten und Therapien zur Wahl. Das reicht von Physiotherapie und Sturzprophylaxe über Gedächtnistraining bis hin zu Gesellschaftsspielen und Ausflügen in die Umgebung. Auch die Möglichkeit zum Baden oder Duschen ist gegeben. Natürlich gibt es ein Mittagessen, Kaffee und – je nachdem, wie lange die Person in der Einrichtung bleibt – auch Abendbrot. Und dann geht es mit dem Fahrdienst wieder nach Hause.

## **Das Pflegestärkungsgesetz II, das am 1. Januar 2017 in Kraft getreten ist, stellt die Pflegeleistungen auf eine neue Grundlage. Was hat sich für den Bereich Tagespflege konkret geändert?**

Bisher wurden Pflegebedürftige von den Pflegekassen in drei Pflegestufen eingeteilt. Danach wurden dann die Leistungen bemessen. Diese Pflegestufen wurden jetzt durch fünf Pflegegrade ersetzt. Maßgabe des Gesetzgebers war es dabei, dass die Betroffenen durch diese Neueinteilung finanziell bessergestellt werden. Insofern wurden auch die Leistungen der Pflegeversicherung angepasst. Für den Bereich Tagespflege bedeutet das, dass Pflegebedürftige nun viel geringere Zuzahlungen leisten müssen. Meist werden die Pflegekosten komplett von der Versicherung übernommen, ebenso der Fahrdienst. Der Einzelne muss dann nur noch für Unterkunft und Verpflegung bezahlen und einen Investitionsbeitrag leisten. In manchen Fällen



können sogar Unterkunft und Verpflegung über die sogenannten Betreuungs- und Entlastungsleistungen mit der Pflegeversicherung abgerechnet werden.

## **Kann man die Tagespflege mit anderen Leistungen, etwa einem ambulanten Pflegedienst, kombinieren?**

Ja. Tagespflege ist ein Zusatzangebot, und Kosten werden nicht miteinander verrechnet. Das gilt für ambulante Pflegedienste ebenso wie für Leistungen, die pflegende Angehörige erhalten.

## **Wird das Interesse an Tagespflegeplätzen nun steigen?**

Auf jeden Fall. Durch die neuen Sätze ist die Tagespflege so lukrativ geworden, dass deutlich mehr Menschen dieses Angebot nutzen werden.

## **Für wen ist die Tagespflege denn ideal, oder andersherum: Wer ist dort nicht so gut aufgehoben?**

Betroffene sollten mindestens Pflegegrad II haben, denn bei Pflegegrad I sind die Zuzahlungen noch immer ziemlich hoch. An-



Daniel Knopp leitet das Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder in Trier und den Fachbereich Seniorendienste der BBT-Gruppe.



Das Angebot in der Tagespflege reicht von Physiotherapie und Sturzprophylaxe über Gedächtnistraining bis hin zu Gesellschaftsspielen und Ausflügen in die Umgebung.  
Daniel Knopp



sonsten gibt es keine Personengruppe, die man pauschal ausschließen könnte. Allerdings ist nicht jede Tagespflege für jeden geeignet. Insofern sollte man sich das Angebot im Vorfeld gut ansehen.

### Unterscheiden sich die Angebote denn so stark?

Es gibt immer wieder Einrichtungen, die bestimmte Schwerpunkte setzen. Das können zum Beispiel Aktivitäten außerhalb des Hauses sein. Wenn jemand in seiner Mobilität sehr stark eingeschränkt ist, ist das vielleicht nicht das Richtige. Wichtig ist auch die Frage, ob es in der Einrichtung Angebote für demenziell veränderte Personen gibt. Für an Demenz Erkrankte ist das dann sicher der richtige Ort. Ein geistig noch reger älterer Mensch hingegen fühlt sich dort eventuell nicht wohl, weil er die Tagespflege nicht zuletzt zum Gespräch mit anderen nutzen möchte.

### Wo kann man sich über die Angebote informieren?

Erster Ansprechpartner ist immer die Pflegekasse. Deren Mitarbeiter sind gesetzlich verpflichtet, Informationen über Tagespflegeangebote bereitzuhalten. Oft geschieht

das an den sogenannten Pflegestützpunkten. Ich rate den Betroffenen aber dringend sich die entsprechende Einrichtung auch persönlich anzusehen und nach Möglichkeit ein paar Probetage dort zu verbringen. Entsprechende Angebote gibt es in fast allen Senioreneinrichtungen. Und falls es nicht passt, sollte man sich auch nicht scheuen, Nein zu sagen und nach einer anderen, geeigneteren Einrichtung zu suchen.

### Nun gibt es sicher in manchen Regionen mehr Interessenten als Tagespflegeplätze. Nach welchen Kriterien werden denn die Plätze vergeben?

Laut Gesetz ist es verboten, hier ein Auswahlverfahren etwa nach dem Grad der Pflegebedürftigkeit durchzuführen. Insofern gilt der Grundsatz: Wer zuerst kommt, mahlt zuerst.

### Wird die BBT-Gruppe ihr Tagespflegeangebot nun ausbauen?

Ja, das ist in der Tat geplant. Ziel ist es, dass bis Ende 2018 in allen Seniorenpflegeeinrichtungen der BBT-Gruppe ausreichend Plätze in der Tagespflege vorhanden sind.

Das Interview führte Andreas Laska.

## Tagespflege in der BBT-Gruppe


Bislang stehen in fünf Einrichtungen der BBT-Gruppe Plätze in der Tagespflege zur Verfügung. Das größte Angebot mit 14 Plätzen gibt es im Seniorenzentrum St. Josefsheim in Alf an der Mosel.

Zehn Plätze bietet Haus Heimberg in Tauberbischofsheim. Ausgebaut werden die Angebote im Seniorenzentrum St. Josef in Münstermaifeld mit bislang sechs Plätzen, im Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder in Trier – zurzeit fünf Plätze – sowie im Seniorenzentrum Maria vom Siege in Plaidt mit bisher vier Plätzen. Neu eingerichtet wird die Tagespflege am Standort Rilchingen im Saarland.

Mehr Informationen mit Adressen und Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf [www.bbtgruppe.de](http://www.bbtgruppe.de)

momentmal





## Vertrauen wirkt Wunder

Es ist eine kostbare Gabe,  
verborgen in der Tiefe  
alles Lebendigen.

Vertrauen ist  
der Grundwasserspiegel der Seele,  
der vieles schöpferisch  
zur Entfaltung bringt –  
wie Frühlingserwachen.

Es ist ein ansteckendes Gefühl  
der Zuversicht,  
das wirkt von Herz zu Herz:  
ein Lächeln, ein aufmunterndes Wort,  
eine Geste der Zuwendung  
im Alltagsgrau,  
ein Wunder in unserer Lebenswüste,  
das Khalil Gibran so deutet:

„Vertrauen ist eine Oase im Herzen,  
die von der Karawane des Denkens  
niemals erreicht wird.“

Elke Deimel

## Wieso brauchen wir Sonnenschutz?

**B**ald ist wieder Sommer und wir freuen uns auf die Sonne. Zuviel davon ist aber ungesund. Dann bekommt ihr einen Sonnenbrand und das Risiko, später an Hautkrebs zu erkranken, steigt. Die einfachste Art, sich vor den schädlichen Strahlen zu schützen, ist, im Schatten zu bleiben oder Sonnenhut und Kleider anzuziehen. Vor dem Sonnenbaden solltet ihr euch immer mit Sonnencreme einreiben und eine Sonnenbrille tragen. Je höher der Lichtschutzfaktor der Creme, umso länger könnt ihr in der Sonne spielen.

**1.** Monster Emil hat seinen Schwimmreifen am Strand vergessen. Folgt den Fußspuren und findet den Reifen im Gewühl.

**3.** Wie viele quer- und wie viele längsgestreifte Handtücher zählt ihr am Strand?

**2.** Gesucht sind vier Begriffe, was ihr oft am Strand findet. Setzt sie aus den hier abgebildeten acht Dingen zusammen.



\* Wie immer hat sich Alfons, unser Bücherwurm, irgendwo versteckt. Findet ihn.

Lösungen: \* Suchspiel: Alfons versteckt sich im Korb oben rechts. Rätsel 1: Der blaue orangefarbene Schwimmreifen liegt neben dem bunten Sonnenschirm in der Mitte. Rätsel 2: Sandburg, Schlauchboot, Sonnenbrille, Strandkorb. Rätsel 3: Es sind 10 quer- und 8 längsgestreifte Badetücher.



Arzneipflanze	Vermögen	unverheiratet	außerordentlich	Kfz-Z. Gießen	ein Gebiet	kaltes Dessert	Brennstoff	panischer Ansturm	unbestimmt	Schonkost	gänzlich, völlig	
				christl. Erneuerungsbe- wegung								
Initialen Dürers		Metalle verbinden	loyal			3			heilige Schale d. Artus- sage		franzö- sisch: Insel	
Rennwagen- fahrer	1			unge- bunden	Eil- bogen- knochen (med.)				nord. Göttin d. ewigen Jugend	bibli- scher Priester		
				ugs.: franzö- sischer Polizist			Sinfonie Beet- hovens	Heil- pflanze				
medi- zinisch: Starre		arabi- scher Fürsten- titel		ugs.: franzö- sischer Polizist	freund- lich und liebens- wert	med. Fach- bereich (Abk.)			Informa- tions- samml- ung	verfärbt durch Kleckse	kurz für: eine	
Kloster- vor- steher			ein Win- ter- sportler	Gattin des Erek				Zwerg der Edda	2	euro- päischer Haupt- städter	Art, Typ	
						Note beim Doktor- examen	7	Ge- legen- heit				
Über- empfind- g. best. Stoffe	Agaven- faser	eine Schulart		Nadel- bäume	Drei- einig- keit						Abk.: Ober- inspektor	
Abk.: außer Kraft			Zahn- arzt					Ver- bands- stoff	ein Teil- bereich der Kirche	9		
Lutscher (ugs.)				int. Kfz.-Z. Ecuador	Vorname des Autors Mailier	von un- end- licher Dauer						
Kfz.-Z. Olden- burg			Flach- land (Mz.)				arabi- sche Schreib- schrift	Stoß- gerät	inner- halb		bayrisch: nein	
kret- span. Maler, † 1614			6			er- dulden		10		4	Laut- stärke- maß	
engl. Fürwort: er		latei- nisch: ich	einfäl- tiger Mensch		früherer äthiop. Fürsten- titel		alte chines. Dynastie		ein Olympia- komitee (Abk.)	Sprech- gesang moderner Musik		
				amerik. Riesen- kröte		Natur- wissen- schaft					deutsche Vorsilbe	chem. Zeichen für Kobalt
britischer Medi- ziner † 1899		Kreuzi- gungs- stätte Jesu						Fürsten- tum am Mittel- meer			8	
Patron der Feuer- wehr	5					Ein- spritzung						

DEIKE-PRESS-1817-10

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausgezahlt werden. Die Gewinner werden ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Zusendungen von gewerblichen Gewinnspielteilnahme-Dienstleistern werden ausgeschlossen. Die BBT-Gruppe behält sich vor, diese bei Verdacht bei der Verlosung nicht zu berücksichtigen. Die Preise würden uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von frooggies AG.

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Volle Beerenpower! Das macht sauer, aber auch lustig. frooggies Beeren sind perfekt für Müsli, Joghurt oder für beerige Drinks. Das „Pure Berry“-Set besteht aus je einer 100-g-Dose frooggies Wildheidelbeere, frooggies Himbeere und frooggies Erdbeere. Die Fruchtpulver werden aus reifen, frisch eingefrorenen aromatischen Früchten hergestellt, die nach der Trocknung gemahlen werden. Ein reines Naturprodukt, frei von Zusatzstoffen, Geschmacksverstärkern und zusätzlichem Zucker.

„Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen drei „Pure Berry“-Sets.



## Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an [leben@bbtgruppe.de](mailto:leben@bbtgruppe.de) oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krements-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 30. Juni 2017. Viel Glück!



## Abendvorlesungen

Das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur bietet regelmäßig Abendvorlesungen für jedermann zu unterschiedlichen Themen aus dem Gesundheitsbereich an. In interessanten Vorträgen informieren die Referenten über aktuelle Themen und geben den Besuchern auch die Möglichkeit, ihre persönlichen Anliegen zu besprechen.

### Marienhof Koblenz

5. April 2017

#### Herzrhythmusstörungen: Vorhofflimmern und Therapiemöglichkeiten

Dr. Osman Balta, Chefarzt  
Innere Medizin/Elektrophysiologie  
und Rhythmologie

🕒 19 Uhr

Cafeteria

10. Mai 2017

#### Gesundheit erhalten: Demenz – kann ich mich davor schützen?

Dr. Eberhard Schmitt, Leitender  
Oberarzt Neurologie & Stroke Unit

🕒 19 Uhr

Cafeteria

14. Juni 2017

#### Gesundheit erhalten: Hygiene und Keime im Krankenhaus

Renate Petry, Leitung Hygiene- und  
Umweltmanagement

🕒 19 Uhr

Cafeteria

### Brüderkrankenhaus Montabaur

5. April 2017

#### Gesundheit erhalten: Delir – eine lebens- bedrohliche Situation

Dr. Harald Faust, Chefarzt  
Allgemeine Innere Medizin/  
Gastroenterologie, Pneumologie,  
und Dr. Ralph Schulz

🕒 18.30 Uhr

Raum Johannes von Gott

10. Mai 2017

#### Gesundheit erhalten: gesunde Ernährung bei Prostataerkrankung

Dr. Constantin Charvalakis,  
Chefarzt Urologie & Kinderurologie

🕒 18.30 Uhr

Raum Johannes von Gott

14. Juni 2017

#### Rückenschmerzen und Möglichkeiten der Therapie

Oliver Käs, Leiter der Sektion  
Wirbelsäulenchirurgie

🕒 18.30 Uhr

Raum Johannes von Gott



1. April 2017

#### Einsegnung des Herzkatheterlabors Montabaur

mit anschließender öffentlicher  
Veranstaltung für interessierte  
Besucher im Brüderkrankenhaus  
Montabaur

🕒 ab 10 Uhr

Raum Johannes von Gott



**Katholisches Klinikum  
Koblenz · Montabaur**

**Katholisches Klinikum  
Koblenz · Montabaur  
Brüderhaus Koblenz**  
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5  
56073 Koblenz  
Tel.: 0261/496-0  
www.kk-km.de

**Katholisches Klinikum  
Koblenz · Montabaur  
Marienhof Koblenz**  
Rudolf-Virchow-Str. 7-9  
56073 Koblenz  
Tel.: 0261/496-0  
www.kk-km.de

**Katholisches Klinikum  
Koblenz · Montabaur  
Brüderkrankenhaus Montabaur**  
Koblenzer Str. 11-13  
56410 Montabaur  
Tel.: 02602/122-0  
www.kk-km.de



**Barmherzige Brüder  
Saffig**

**Barmherzige Brüder Saffig**  
Pöschstr. 18  
56648 Saffig  
Tel.: 02625/31-0  
www.bb-saffig.de

## vorschau



Fotos: istockphoto

Neu im Juli 2017

In der nächsten Ausgabe geht es um Prostatakrebs, der häufigsten Krebserkrankung bei Männern. Da Prostatakrebs erst im fortgeschrittenen Stadium Beschwerden macht, bleibt er oft lange Zeit unentdeckt.

### Impressum

**Herausgeber:** Barmherzige Brüder Trier gGmbH  
Zentrale der BBT-Gruppe  
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5  
56073 Koblenz  
Tel.: 0261/496-6000  
www.bbtgruppe.de, info@bbtgruppe.de  
Amtsgericht Koblenz I HRB 24056

**Gesellschafter:** Generalat der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf e.V.  
**Vorsitzender des Aufsichtsrates:** Bruder Peter Berg  
**Geschäftsführer:** Bruder Alfons Maria Michels,  
Dr. Albert-Peter Rethmann, Andreas Latz,  
Werner Hemmes, Matthias Warmuth

**Chefredaktion:** Martin Fuchs (verantwortl.)  
**Chefin vom Dienst:** Judith Hens  
**Redaktion:** Yvonne Antoine, Anne Britten,  
Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Frank Mertes,  
Peter Mossem, Pascal Nachtsheim, Doris Quinten,  
Katharina Müller-Stromberg, Gerd Vieler,  
Simone Yousef  
In Zusammenarbeit mit dreipunkt drei  
mediengesellschaft mbH, www.dreipunkt drei.de

**Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für Koblenz,  
Mayen-Koblenz und den Westerwald:**  
Christine Daichendt, Pascal Nachtsheim  
(verantwortl.)

**Redaktionsanschrift:**  
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz  
Tel.: 0261/496-6464, Fax: 0261/496-6470  
leben@bbtgruppe.de

**Erscheinungsweise:** vierteljährlich

**Layout:** WWS Werbeagentur GmbH  
Kamper Str. 24, 52064 Aachen

**Druck:** Bonifatius GmbH, Druck-Buch-Verlag  
Karl-Schurz-Str. 26, 33100 Paderborn

**Gerichtsstand:** Koblenz

Leben! wird kostenfrei in den Einrichtungen  
der BBT-Gruppe ausgelegt.

Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie  
es gerne abonnieren: leben@bbtgruppe.de

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben  
nicht zwingend die Meinung des Herausgebers  
wieder. Alle Fotos stammen aus den  
Einrichtungen der BBT-Gruppe, wenn nicht  
anders angegeben.

Titelbild: istockphoto



ClimatePartner®  
**klimaneutral  
gedruckt**

Zertifikatsnummer:  
53323-1703-1007  
www.climatepartner.com



BBT-Gruppe, Kardinal-Krementsz-Straße 1-5, 56073 Koblenz

## Seit 1869 mit Kompetenz und Nächstenliebe im Dienst für Menschen

In Trägerschaft der Barmherzigen Brüder Trier gGmbH (BBT-Gruppe) stehen die Barmherzigen Brüder Saffig für die professionelle Unterstützung und Betreuung von alten, psychisch kranken und behinderten Menschen in den Landkreisen Mayen-Koblenz und Ahrweiler sowie in der Stadt Koblenz.

Rund 650 Mitarbeitende in über 40 verschiedenen Berufen setzen sich tagtäglich engagiert für die Belange der Klienten, Patienten, Beschäftigten und Bewohner ein. Damit gehören die Barmherzigen Brüder Saffig zu den größten sozial-caritativen Einrichtungen im nördlichen Rheinland-Pfalz.

[www.bb-saffig.de](http://www.bb-saffig.de)



**Barmherzige Brüder  
Saffig**



**BBT-Gruppe**

Die BBT-Gruppe ist mit rund 80 Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, über 11.000 Mitarbeitenden und ca. 800 Auszubildenden einer der großen christlichen Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland.