

Leben!

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

WO AUS PAAREN
**ELTERN
WERDEN**

HILFE BEI
RÜCKEN-
SCHMERZEN
Stimulation der Muskeln



Katholisches Klinikum
Koblenz • Montabaur



Barmherzige Brüder
Saffig



Wenn aus Husten mehr wird

Was tun, wenn aus einem harmlosen Husten eine Bronchitis oder sogar eine gefährliche Lungenentzündung wird?

12



Gut leben mit Morbus Crohn

Mehr als 300.000 Menschen in Deutschland leiden unter der chronisch-entzündlichen Darmerkrankung. Die Dunkelziffer wird noch viel höher geschätzt. Dabei lässt sich mit einigen Hilfen ein fast normales Leben führen.

kurz&knapp

4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

medizin

6 Gut leben mit Morbus Crohn

11 Mit der Minikamera durch den Dünndarm

gesund&fit

12 Wenn aus Husten mehr wird



Neurostimulator hilft bei Rückenschmerzen

Die Schmerzen sind kaum mehr zu ertragen. Alle bisherigen Therapien brachten nicht den gewünschten Erfolg. Helfen kann ein neuartiger Neurostimulator.

geburtshilfe

14 Wo aus Paaren Eltern werden

standpunkt

18 Mehr Menschlichkeit!

nahdran

20 Nachrichten aus den Einrichtungen in Koblenz, Mayen-Koblenz und Montabaur

14

Elternglück

Neun Monate mit Sehnsucht erwartet und dann ist es endlich da. Der Moment, das eigene Kind zum ersten Mal im Arm zu halten, ist für Eltern etwas Unbeschreibliches. Wie gut, wenn die kleine Familie dann mit Ruhe und aller Zeit der Welt die ersten Stunden und Tage genießen kann. Ein Tag auf der Geburtsstation.





Fast so schön wie zu Hause

Für viele ist es im Alter schmerzhaft, zu realisieren, dass sie nicht mehr allein in ihrem Zuhause leben können. Aber vielleicht birgt der Umzug in eine Senioreneinrichtung doch die eine oder andere freudige Überraschung.



Werner Hohmann
Hausoberer Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur

Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser Ausgabe des BBT-Magazins „Leben!“ nehmen wir Sie mit an einen Ort, an dem in unseren Häusern tagtäglich neues Leben beginnt: auf die Geburtsstation. „Wo aus Paaren Eltern werden“ begleitet eine kleine Familie am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn bei ihren ersten Schritten in einen neuen Lebensabschnitt. Wie in Bonn so legt auch das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur sehr viel Wert auf eine „Geburt in Geborgenheit“. Am Marienhof in Koblenz haben alleine im Jahr 2016 knapp 1.500 Kinder das Licht der Welt erblickt. Den ersten sehr bewegenden Stunden gleich nach der Geburt widmet sich unsere Reportage aus Bonn.

In unserer Titelgeschichte thematisieren wir eine Krankheit, an der in Deutschland mehr als 300.000 Menschen leiden: Morbus Crohn. Experten schätzen, dass die Dunkelziffer der von dieser chronisch-entzündlichen Darmerkrankung betroffenen Patienten noch deutlich höher ist. Wir möchten Mut machen und einen Weg aufzeigen, wie man mit medizinischer Unterstützung trotz dieser Erkrankung ein fast normales Leben führen kann.

Mit einem neuartigen Neurostimulator widmet sich die Wirbelsäulenchirurgie am Katholischen Klinikum chronischen Rückenschmerzen. Diese führen oft zu Einschränkungen im Bewegungsapparat und zu langen Leidenszeiten der Patienten. Der Neurostimulator bietet diesen Patienten jetzt eine neue Behandlungsmethode und damit auch eine neue Perspektive. Wie der Stimulator funktioniert und welche Patienten für eine solche Behandlung in Frage kommen, erklären wir in dieser „Leben!“-Ausgabe.

Bevor ich Ihnen nun viel Freude bei der Lektüre wünschen möchte, erlauben Sie mir eine kurze Anmerkung in eigener Sache: Unser Magazin feiert mit dieser Ausgabe Jubiläum. Seit fünf Jahren berichten wir nun schon über das Leben in den Einrichtungen der BBT-Gruppe. Wir danken Ihnen für Ihre Treue und Ihr Interesse an unseren Themen. Wir freuen uns auf den weiteren gemeinsamen Weg mit Ihnen – in den nächsten fünf Jahren, und gerne auch darüber hinaus. Und wann immer Sie uns ein Feedback geben möchten oder eine Idee für ein Thema haben, freuen wir uns über Ihre Rückmeldung. „Leben!“ ist ein Magazin der BBT-Gruppe, aber es ist vor allem IHR Magazin.

Herzliche Grüße,
Ihr

Werner Hohmann

blickpunkt

24 Neurostimulator hilft bei Rückenschmerzen

seniorenzentrum

26 Fast so schön wie zu Hause

momentmal

30 Impuls

rätsel&co.

32 Kinderseite

33 Kreuzworträtsel

service

34 Veranstaltungstipps und Kontakt

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



STUDIE: MEHR SÜSSES BEI STRESS IM JOB

Schokoriegel am Schreibtisch

Wer Stress im Beruf hat, nascht zwischendurch häufiger Süßigkeiten. Das ist das Ergebnis einer kürzlich veröffentlichten Studie von Psychologen der Universität Mannheim. Für die Studie wurden 247 Berufstätige aus verschiedenen Organisationen zu ihren Arbeitsbedingungen und ihrem Snacking-Verhalten befragt. Das Ergebnis: Die Berufstätigen greifen vor allem dann zu ungesunden Snacks wie Eis oder Schokoriegeln, wenn sie ihre schlechte Laune kompensieren möchten. Die wiederum wird oft ausgelöst durch hohe Arbeitsanforderungen und Stress im Beruf. „Müssen sie sich bei der

Arbeit stark zusammenreißen, um ihre Aufgaben zu bewältigen, fällt es vielen Menschen schwerer, auch noch auf ungesunde Snacks zu verzichten“, erklärt Arbeits- und Organisationspsychologin Professor Dr. Sabine Sonnentag. Zu Obst und anderen gesunden Snacks griffen die Teilnehmer hingegen eher an

Tagen, an denen sie besonders auf ihre Gesundheit achten wollten. „Interessanterweise nimmt der Wunsch nach gesunder Ernährung nicht ab, nur weil man hohen Anforderungen ausgesetzt ist“, so Professor Sonnentag weiter. So scheint es Berufstätigen leichter zu fallen, auch an stressigen Tagen zu gesunden Snacks zu greifen, wenn eine gesunde Ernährungsweise im Unternehmen vorgelebt und vom Arbeitgeber gefördert wird. Aktuell führt das Team um Professor Sonnentag eine weitere Studie zu Snacking und körperlicher Aktivität im Arbeitsalltag durch. „Dabei wollen wir überprüfen, wo genau die Hürden für ein gesünderes Verhalten im Arbeitsalltag liegen und wie sich smarte Technologien nutzen lassen, um dennoch gesundheitsbewusster zu leben.“



UMFRAGE: WAS BRINGT KÜNSTLICHE INTELLIGENZ?

Digitaler Doktor

Die Mehrheit der Deutschen sieht in der rasanten Entwicklung auf dem Feld der Künstlichen Intelligenz (KI) eher eine Chance als eine Bedrohung. Zu diesem Ergebnis kommt eine bevölkerungsrepräsentative Umfrage des Beratungsunternehmens PwC. 77 Prozent der Befragten stimmen der Aussage zu, dass KI den Menschen helfen wird, ihren Alltag besser zu organisieren. Großes Potenzial traut die Bevölkerung dem Einsatz von Künstlicher Intelligenz in der Medizin zu. So stimmen laut Umfrage 21 Prozent der Aussage zu, dass KI es bis zum Jahr 2025 schaffen wird, Krebs zu heilen. 32 Prozent sehen die persönliche Gesundheit als Bereich an, in dem Künstliche Intelligenz bei zukünftigen Herausforderungen unterstützend begleiten könne. Bereits in fünf Jahren, so glauben 18 Prozent der Bevölkerung laut Erhebung, werden sich Menschen in Deutschland für eine medizinische Beratung zuerst an einen intelligenten digitalen Assistenten wenden und nicht an ihren Arzt. 58 Prozent der Bevölkerung sind der Umfrage zufolge der Ansicht, dass KI die Folgen des demografischen Wandels abfedern kann – indem sie zum Beispiel in der Pflege unterstützt und den Fachkräftemangel kompensieren hilft.





IMPfung BESONDERS FÜR ÄLTERE EMPFOHLEN

Gripeschutz für den Winter

Besonders viele alte Menschen sind im vergangenen Winter schwer an Influenza erkrankt oder gestorben. Nach Angaben der AG Influenza (AGI) am Robert Koch-Institut (RKI) wurde fast jeder vierte gemeldete Grippepatient im vergangenen Winter stationär behandelt, und 94 Prozent der gemeldeten Todesfälle gab es bei Patienten im Alter ab 60 Jahre. Besonders auch wegen des erhöhten Sterberisikos ist eine Grippeimpfung für ältere Menschen ratsam. „Das Risiko einer Influenza-Erkrankung sollte vor jeder Saison ernst genommen werden“, betont der RKI-Präsident Professor Lothar H. Wieler. Die Ständige Impfkommission empfiehlt die Grippeimpfung für Ältere, chronisch Kranke und Schwangere. Zudem sollten alle geimpft sein, die Kontakt zu solchen Risikogruppen haben, vor allem das Medizin- und Pflegepersonal.

WANDEL IN DER BESTATTUNGSKULTUR

Event am Grab

Wurden früher mehr als 85 Prozent Erdbestattungen durchgeführt, so ist es heute gerade umgekehrt. Feuerbestattungen werden heutzutage bevorzugt, weiß Hubert Laubach. Er führt mit seinem Sohn in fünfter Generation ein Bestattungsunternehmen in Saarbrücken. Der Wandel der Bestattungskultur sei ein Abbild gesellschaftlicher Veränderung, berichtete er beim Saarbrücker Hospizgespräch, einer regelmäßigen Veranstaltung des St. Jakobus Hospiz Saarbrücken. Die Liberalisierung des Friedhofs- und Bestattungsrechts habe größere unternehmerische Freiräume entstehen lassen. Ein Gang über die Friedhöfe zeige diese neue Vielfalt. „Heute muss der Bestatter – einem Eventmanager gleich – die Beerdigung umfassend planen und oft kreativ sein, um allen Wünschen gerecht zu werden“, erklärte Laubach. Ob Baumgrab, anonyme Bestattung, Rasen- oder Urnengrab, Themenparks, Seebestattung, Gemeinschaftsgrab, Verstreuen der Asche – fast alles sei möglich. Nach den Worten des Bestattungsunternehmers gewinnt die Vorsorge immer mehr an Bedeutung. Wer seine Bestattungswünsche bereits zu Lebzeiten regelt, könne nicht nur alles genau planen, sondern entlaste auch die Angehörigen in dieser schweren Zeit.

Fotos: istockphoto

PROJEKT DER BBT-GRUPPE

Krankenhaus der Zukunft

„Wissen wir wirklich, was für Patienten gut ist?“ Diese Perspektive steht im Mittelpunkt des Konzepts der Personen- und Prozessorientierten Organisation (PPO), das die BBT-Gruppe aktuell entwickelt. Bei einem Workshop brachten Teilnehmer unterschiedlicher Berufsgruppen und BBT-Einrichtungen ihre Ideen ein, wie die Versorgung noch mehr nach den Bedürfnissen der Patienten gestaltet werden kann. Dabei wurden digitale und technische Neuerungen genauso beleuchtet wie neue Organisationsformen und Personalkonzepte. Alle Bereiche von der Aufnahme der Patienten bis zu ihrer Entlassung, über die Diagnostik und Therapie, die stationäre Grundversorgung und begleitende Dienstleistungen sowie die prä- und poststationäre Versorgung werden dafür eingehend analysiert. In einem nächsten Schritt sollen die Überlegungen in einer Einrichtung getestet werden.





Schock nach der Diagnose: Rückhalt gaben Gaby Hauschild ihre Mutter und ihr Freund, mit dem sie inzwischen glücklich verheiratet ist.



TEXT: ANKE FAUST | FOTOS: HARALD OPPITZ

GUT LEBEN MIT MORBUS CROHN

Morbus Crohn ist eine verborgene Krankheit. Mehr als 300.000 Menschen in Deutschland leiden unter der chronisch-entzündlichen Darmerkrankung. Die Dunkelziffer wird noch viel höher geschätzt. Dabei lässt sich mit einigen Hilfen ein fast normales Leben führen.

Tief, tief, tief einatmen ... und stopp.“ Professor Dr. Christoph Dietrich gleitet mit dem Schallkopf über Gaby Hauschilds Bauch. Den Monitor neben der Untersuchungsliege hat er so gedreht, dass seine Patientin die Ultraschallbilder mitverfolgen kann. Er deutet mit dem Zeigefinger auf eine kleine hellgraue Blase mit schwarzem Inneren: „Hier sehen wir am Unterrand der Leber die Galle sehr schön. Weiteratmen.“ Die 37-Jährige ist zur jährlichen Kontrolluntersuchung im Caritas-Krankenhaus in Bad Mergentheim. Vor 18 Jahren wurde bei ihr die chronisch-entzündliche Darmerkrankung Morbus Crohn diagnostiziert. Jetzt untersucht Professor Dr. Dietrich die weiteren Verdauungsorgane: Nieren, Bauchspeicheldrüse und Darm. Komplikationen wie Steine, verstopfte Blutgefäße oder Entzündungszeichen entdeckt er nicht. Die jährliche Ultraschall-Untersuchung ist für ihn dennoch wichtig: „Nur wenn wir sie frühzeitig erkennen, können wir solchen Veränderungen rechtzeitig entgegenreten.“

Der Chefarzt der Medizinischen Klinik 2 und seine Patientin sind heute erleichtert und zufrieden. Das aber war nicht immer so. Mit eher unspezifischen Symptomen hatten 1999 die Probleme bei der damals 19-Jährigen begonnen. „Mein Hausarzt vermutete aufgrund von Durchfall und Erbrechen zunächst einen Magen-Darm-Infekt“, erzählt Gaby Hauschild. Weil die Symptome aber nicht abklagen, wurde sie nach vier Wochen und zehn Kilo Gewichtsverlust ins Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim überwiesen. Hier stand die Diagnose bereits nach zwei Tagen fest: Morbus Crohn.

Der Entzündung auf der Spur

„Um die Diagnose rasch und richtig stellen zu können, nehmen wir Blut ab, tasten den Bauch ab, machen Ultraschall, kontrollieren während einer Magen- und Darmspiegelung das Entzündungsmuster im Darm und entnehmen Gewebeprobe“, erklärt der Experte. „Wichtig ist es, andere – auch bösartige – Erkran-



Unsere Geräte für die Diagnostik sind auf dem neuesten Stand. Vor allem aber haben wir ein hochspezialisiertes therapeutisches Team und legen Wert auf eine persönliche Betreuung unserer Patienten.

Professor Dr. Christoph Dietrich



kungen auszuschließen.“ Gesucht wird nach typischen Entzündungszeichen. Morbus Crohn tritt am häufigsten im Alter zwischen 15 und 35 Jahren erstmals auf. Es kann den gesamten Verdauungstrakt vom Mund bis zum After betreffen. In den häufigsten Fällen ist die Stelle befallen, an der der Dünndarm in den Dickdarm übergeht. Die Krankheit verläuft in Schüben und ist nicht heil-, aber behandelbar, sodass in den meisten Fällen ein normales Leben möglich ist.

Mit dem Stoma geht es Gaby Hauschild heute richtig gut.

Professor Dr. Dietrich: „Die Patienten mit Verdacht auf eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung kommen in der Regel nach einem länger dauernden Leidensweg zu uns, den sie nicht wirklich als Krankheit wahrgenommen haben: Bauchschmerzen, häufiger Stuhlgang und Durchfall. Doch eine Komplikation wie eine eitrig-fistulöse Erkrankung im Darm zwingt sie spätestens dann ins Krankenhaus.“

Schock mit 32 Jahren

Auch Gaby Hauschild sollte das nicht erspart bleiben. Dreizehn Jahre nach der Diagnose und einem Leben mit vielen Einschränkungen im Alltag, bekommt sie im Sommer 2012 kaum auszuhaltende Schmerzen im Enddarm, sodass ihr Freund sie sofort ins Caritas-Krankenhaus fährt. Am Schließmuskel hat sich eine eitrig-fistulöse Erkrankung gebildet – eine typische Komplikation des Morbus Crohn. Eine OP bringt nur vorübergehend Abhilfe. Wenige Wochen später tritt erneut eine eitrig-fistulöse Erkrankung auf.



Diätassistentin Christina Schwab gibt Gaby Hauschild individuelle Tipps für ihre Ernährung. Feste Regeln für alle Morbus-Crohn-Patienten gibt es nicht.

Fistel auf. Der Schock für die damals 32-Jährige ist groß, als ihr die Ärzte erklären, dass die Anlage eines Stomas, also eines künstlichen Darmausgangs, das einzige Mittel der Wahl sei.

„Das war schlimm für mich mit Anfang 30. Ich kannte niemanden, der das hatte“, erinnert sich Gaby Hauschild. Dass das Stoma ihre Lebensqualität tatsächlich wieder zurückbringen würde, dass es Hobbys wie die geliebten Kreuzfahrten in alle Welt wieder möglich machen würde, dass sie wieder normal essen und ein Jahr später eine wunderschöne Hochzeit mit ihrem Freund feiern würde, das wusste sie zu diesem Zeitpunkt noch nicht.

Unterstützung von allen Seiten

Wie sie die ersten Tage und Wochen nach der OP überstanden hat? „Meine Familie, mein Freund und meine Arbeitskollegen haben mich damals aufgefangen.“ Aber auch in der Klinik fand sie Unterstützung: „Die Ärzte besprachen mit mir ausführlich die OP und legten mir ans Herz, mei-

ne Lieblingshosen mitzubringen, damit der Ausgang so gelegt werden kann, dass der Hosenbund nicht stört“, schmunzelt Hauschild. Auch die anfängliche Scheu, mit einer älteren Stoma-Patientin in einem Zimmer zu liegen, erwies sich als unbegründet. Schon bald wusste sie die weise Entscheidung des Pflegepersonals zu schätzen: „Meine Mitpatientin lebte seit 40 Jahren schon sehr gut mit einem Stoma und hat mir viele Fragen beantwortet und mir toll über die erste Zeit hinweggeholfen.“ Mit Hilfe des Ernährungsberatungsteams der Klinik lernte die junge Frau, was sie speziell verträgt und was nicht, und auf was sie achten muss, um eine Mangelernährung zu verhindern. Die Selbsthilfegruppe, die sie einige Mal besuchte, spornte sie an, ihr Leben mit Stoma zu meistern: „Wenn die das hinkriegen, schaffst du das auch!“

„Mir geht es heute richtig gut“

Und wie geht es ihr heute? Professor Dr. Dietrich und Gaby Hauschild nicken

DIE RICHTIGE THERAPIE FINDEN

Die Behandlung der Morbus-Crohn-Patienten versteht das Team im Caritas-Krankenhaus in Bad Mergentheim als eine „umfassende Lebensbegleitung“. Chefarzt Professor Dr. Christoph Dietrich: „Das wesentliche Merkmal einer vertrauensvollen Arzt-Patienten-Beziehung ist das Zuhören und Verstehen des Patienten. Die Diagnose einer chronischen Krankheit ist für jeden Patienten erst einmal ein Schock, der verarbeitet werden muss. Bei meinen Gesprächen muss ich daher berücksichtigen, dass der Patient von meinen ersten Erklärungen nur sehr wenig aufnehmen kann.“

Um die optimale Therapie zu finden, sei jeder Patient nach der allgemeinen Diagnosestellung individuell zu betrachten: „Wo liegen seine Neigungen und Hobbys, braucht er eher Autogenes Training oder einen sportlichen Ausgleich?“ Neben der Ernährungsberatung gebe es auch den Sozialdienst des Krankenhauses, der arbeitsrechtliche oder finanzielle Fragen weiterleiten kann. „So braucht ein Lkw-Fahrer mit Morbus Crohn aufgrund der Durchfälle vielleicht eine berufliche Alternative.“ Auch die Familienplanung sei ein großes Thema. Selbsthilfegruppen empfiehlt Professor Dr. Dietrich ausdrücklich: „Sie geben Rückhalt und bieten viele Alltagstipps.“ Die größte Herausforderung für die Patienten sei es, zu verstehen, dass sie in den meisten Fällen mit kleinen Einschränkungen, Hilfsmaßnahmen oder Medikamenten ein normales Leben führen könnten.

Selbsthilfegruppe:

Deutsche Morbus Crohn/
Colitis ulcerosa Vereinigung (DCCV) e.V.
www.dccv.de

sich lächelnd zu. „Mir geht es heute mit dem Stoma richtig gut“, erzählt die 37-Jährige. „Ich habe keine Schmerzen mehr und kann alles essen. Ich lebe seit einem Jahr komplett medikamenten-

frei, wir reisen wieder, wohin es uns gefällt, und ich hoffe, dass alles so bleibt.“ Dass manche Menschen zu viel Offenheit im Umgang mit der Krankheit nicht ertragen, stört sie nicht. Auch an die Blicke auf den hautfarbenen, blickdichten Stuhlgang-Beutel, der am künstlichen Darmausgang vorne am Bauch befestigt wird, hat sie sich gewöhnt. „Trotzdem fände ich es angenehmer, wenn mich die Leute einfach danach fragen würden, statt nur zu starren“, sagt sie.

Gute Zukunftsaussichten

Professor Dr. Dietrich und sein Oberarzt Dr. Werner Vey, der die Patientin seit vielen Jahren betreut, freuen sich über den gelungenen Therapieverlauf: „Nach unseren Erfahrungen sind die Zukunftsaussichten bei ihr gut. Sie hat jeglichen Leidensdruck verloren und hat mit dem Stoma in den vergangenen Jahren wieder eine sehr hohe Lebensqualität erreicht“, unterstreicht Dr. Vey. „Sie kann wieder so leben, wie sie will.“ Da das Stoma den Enddarm vor Stuhlgang schützt und diesen vorher über den künstlichen Ausgang abführt, ist sie symptomfrei. „Das funktioniert so sehr stabil“, bekräftigt der Facharzt.

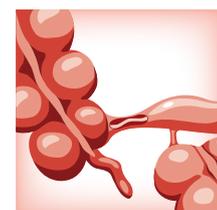
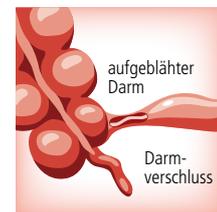
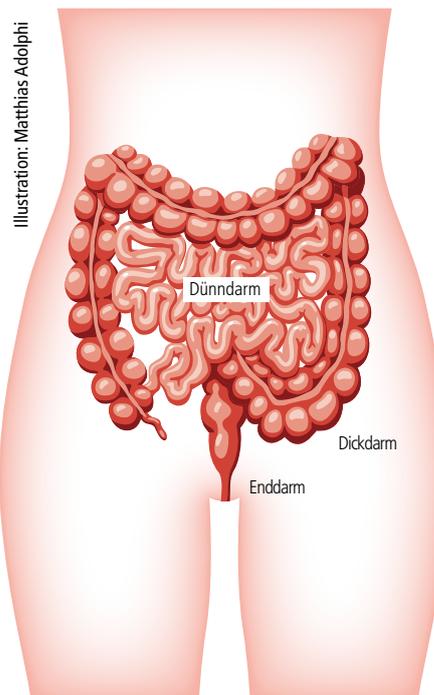
In der Tat auch ein Erfolg des Caritas-Krankenhauses: „Unsere Geräte für die Diagnostik sind auf dem neuesten Stand. Vor allem aber haben wir ein hochspezialisiertes therapeutisches Team und legen Wert auf eine persönliche Betreuung unserer Patienten“, so Professor Dr. Dietrich. Die medikamentöse Therapie habe sich in den vergangenen Jahren so stark verbessert, erklärt der Chefarzt weiter, dass die OP-Rate deutlich gesunken sei. „Das verleitet manchmal dazu, mit der Operation noch zu warten“, sagt er. Gaby Hauschild ist froh, dass sie damals operiert wurde: „Meine Lebensqualität heute ist perfekt.“ ■

WAS IST MORBUS CROHN?

Morbus Crohn, kurz MC, ist eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung, die von der Mundhöhle bis zum After auftreten kann und in Schüben verläuft. Meist sind der untere Dünndarm und der Dickdarm betroffen. Es wechseln sich befallene und gesunde Abschnitte ab. Aber auch andere Organe wie Gelenke oder Augen können betroffen sein. MC gilt als Autoimmunerkrankung, da eine Immunantwort des eigenen Körpers die Darmschleimhaut schädigt. Symptome sind Bauchschmerzen und (blutiger) Durchfall bis zu 10- bis 20-mal pro Tag und auch nachts. Auch Fieber, Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Übelkeit und Erbrechen können vorkommen. Bei Kindern kann eine Wachstumsverzögerung das einzige Symptom sein. Als Komplikationen können auftreten: Darmverschluss, Fisteln oder Abszesse am After, Darmkrebs, Osteoporose bedingt

durch Mangelernährung (Nährstoffe, Eisen, Vitamine etc.), Gallen-/Nierensteine. Die Diagnose umfasst Labor, Ultraschall, Röntgen oder Magnetresonanztomografie (MRT), Magen- und Darmspiegelung, Gewebeprobe.

Männer und Frauen sind gleichermaßen betroffen, meist tritt MC zwischen dem 15. und 35. Lebensjahr zum ersten Mal auf. Zu den Risikofaktoren zählen eine genetische Veranlagung, Übergewicht, Rauchen, Antibabypille. Da die Ursachen bis heute nicht geklärt sind, kann nur symptomatisch behandelt werden. Mittel der Wahl sind unter anderem Kortison, Azathioprin sowie Biologicals (gentechnisch hergestellte Eiweiße), die die Abwehr-Reaktion des Körpers reduzieren. Da Symptome wie häufige Durchfälle die Lebensqualität der Patienten stark einschränken, können sich Ängste und Depressionen entwickeln, die behandelt werden sollten.



Bei Morbus Crohn ist meist der Übergang vom Dünndarm zum Dickdarm von Veränderungen betroffen: Es kann zu akuten Entzündungen, Darmverschluss oder auch zur Bildung von Fisteln kommen (von oben nach unten).

Fisteln: Verbindungen des Darms mit anderen Organen

Mit der Mini-kamera durch den Dünndarm

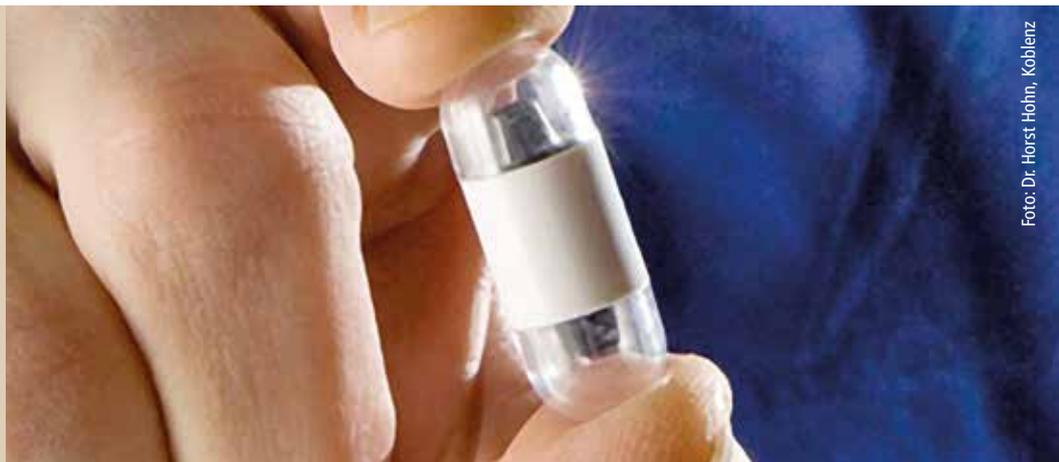


Foto: Dr. Horst Hohn, Koblenz

Die Kapselendoskopie ist ein neues Verfahren der bildgebenden Diagnostik, das derzeit zur Untersuchung des Dünndarms angewendet wird. Dr. Harald Faust leitet gemeinsam mit Dr. Michael Düsseldorf das Magen-Darm-Zentrum im Brüderkrankenhaus Montabaur und bietet seinen stationären Patienten in Kooperation mit der internistischen Facharztpraxis Dr. Horst Hohn in Koblenz die Kapselendoskopie an. Antworten auf die wichtigsten Fragen:

Wie funktioniert eine Kapselendoskopie?

Der Dünndarm ist bei einer Magenspiegelung nur im oberen Abschnitt und bei einer Darmspiegelung nur im letzten Abschnitt des Dünndarms einsehbar. „Wird in diesem Bereich ein krankhafter Prozess, eine Entzündung oder eine Blutungsquelle vermutet, so liefert diese Untersuchung sehr schnell präzise Ergebnisse für eine

Diagnose“, erklärt Dr. Michael Düsseldorf. Die Kapsel enthält eine winzige Videokamera und wird wie eine etwas größere Tablette geschluckt. Sie ermöglicht auf ihrem Weg durch den Körper eine endoskopische Betrachtung des gesamten Magen-Darm-Traktes. Der Patient trägt ein Aufnahmegerät, das die von der Kamera gelieferten Bilder speichert. Die Kapsel braucht für ihre Reise durch den Körper etwa acht Stunden, wird auf natürlichem Wege ausgeschieden und anschließend nicht mehr verwendet.

Welche Vorteile bietet die Kapselendoskopie den Patienten?

Bei dieser Untersuchung sind keine Beruhigungsmittel oder Kontrastmittel nötig. Sie ist einfach in der Anwendung und schmerzfrei. Die Patienten können während der Untersuchung in der Regel ihrem normalen Tagesablauf folgen. „Bereits am

nächsten Tag liegen die Ergebnisse vor“, sagt Dr. Faust.

Ersetzt dieses Verfahren eine Magen-Darm-Spiegelung?

Die Kapselendoskopie wird ergänzend zur Magen-Darm-Spiegelung eingesetzt und hat den Vorteil, dass der gesamte Magen-Darm-Trakt einschließlich des Dünndarms auf krankhafte Veränderungen untersucht werden kann.

Gibt es Fälle, bei denen die Kapselendoskopie nicht eingesetzt werden kann?

Wenn ein Verdacht auf Verengungen im Darmbereich besteht, wird zunächst eine Testkapsel geschluckt, die sich von selbst wieder auflöst, falls diese stecken bleibt. Wenn die Kapsel vom Patienten ausgeschieden wird, kann eine mit einer Kamera ausgestattete Kapsel angewendet werden.

Ansprechpartner:

Katholisches Klinikum Koblenz · Montabaur



Dr. Michael Düsseldorf
Leiter Magen-Darm-Zentrum
Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Brüderkrankenhaus Montabaur
Koblenzer Straße 11 -13, 56410 Montabaur
Tel.: 02602/122-662



Dr. Harald Faust
Leiter Magen-Darm-Zentrum
Chefarzt der Klinik für Allgemeine Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie
Brüderkrankenhaus Montabaur
Koblenzer Straße 11-13, 56410 Montabaur
Tel.: 02602/122-767

BRONCHITIS ODER LUNGENENTZÜNDUNG?

Wenn aus Husten mehr wird

Die warmen Tage sind vorbei und schon macht sich wieder das erste Kratzen im Hals bemerkbar: Herbst und Winter sind die klassischen Erkältungsmonate. Doch aus dem harmlosen Husten kann eine Bronchitis oder sogar eine gefährliche Lungenentzündung werden. Dr. Wolfgang Neumeister, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Pneumologie des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur, erklärt, wie das passiert und was dann hilft.

Mit einem Husten fängt es meist an. Wie entwickelt sich daraus eine Bronchitis oder gar eine Lungenentzündung?

In den allermeisten Fällen bekommen wir einen viralen Infekt – es gibt jede Menge Rhinoviren und Erkältungsviren, davor kann man sich gar nicht schützen –, und diese viralen Infektionen hinterlassen auf der Schleimhaut der Atemwege Narben beziehungsweise offene ungeschützte Stellen, sogenannte Schleimhautdefekte. Dort ist die örtliche Abwehr herabgesetzt und es nistet sich an diesen Stellen ein bakterieller Infekt ein.

Woran erkennt man eine Lungenentzündung?

Je nach Erreger und individueller Konstitution gibt es unterschiedliche Typen von Pneumonien. Bei einem jungen gesunden Menschen wird das anders aussehen als bei einem Diabetiker oder Raucher. Was allen Lungenentzündungen gemein ist: Es gibt eine radiologisch nachweisbare Veränderung in der Röntgenaufnahme der Lunge. Alles andere ist eine Infektion des tiefen Atemwegtraktes, aber keine klassische Lungenentzündung.

Muss immer mit Antibiotika behandelt werden?

Ja, und es gibt einen Grundsatz in der antibiotischen Therapie der Lungenentzündung: hit hard and early, also starker und früher Einsatz von Antibiotika. Die nationalen Leitlinien verlangen, dass acht Stunden nach Krankenhausaufnahme eine antibiotische Therapie eingesetzt hat, am besten jedoch noch früher. Eine Lungenentzündung ist immer ein potenziell lebensgefährdendes Krankheitsbild und man weiß nie, wie sie sich entwickelt. Deshalb ist die frühe antibiotische Therapie so wichtig. Um zu entscheiden, ob der Patient gefährdet ist, gibt es Risikoscores: die Atemfrequenz und das Alter, der Blutdruck und der Bewusstseinsgrad. Die Lungenentzündung führt häufig zu einer auffälligen Bewusstseinsstrübung.

Wann sollte der Patient ins Krankenhaus?

Der Schweregrad einer Lungenentzündung kann anhand von Risikoscores eingeschätzt werden. Letztendlich entscheidet aber der



Foto: istockphoto

Eindruck des Arztes, ob ein Patient stationär aufgenommen werden muss. Die Mehrzahl der Lungenentzündungen wird in Deutschland ambulant behandelt. Dann muss aber sichergestellt sein, dass der Patient sowohl ärztlich als auch durch beispielsweise Familienangehörige betreut ist, sodass er Hilfe erfährt, wenn sich seine Situation verschlechtert.

Immer wieder hört man auch von Todesfällen durch eine Pneumonie. Wer ist besonders gefährdet?

Generell sind betagte Patienten, Kleinkinder und Patienten, die unter Systemerkrankungen, also Tumorleiden oder chronisch-entzündlichen Erkrankungen leiden, besonders gefährdet; aber auch Junge und Gesunde, die die Schwere einer Lungenentzündung unterschätzen und deswegen zu spät in ärztliche Betreuung kommen, sind durchaus in Gefahr.

Jährlich erkranken in Deutschland rund 750.000 Menschen an einer Lungenentzündung. Woran liegt das?

Je mehr Betagte in einer Gesellschaft leben, desto größer wird der Risikokreis, denn sie sind auch besonders für eine Grippeinfektion gefährdet und die häufigste Komplikation der Grippe stellt die Lungenentzündung dar. Während der Grippeepidemie im vergangenen Winter wurden in unserem Krankenhaus deutlich vermehrt Lungenentzündungen stationär betreut. Zwischen zehn und 13 Prozent der Patienten, die wir wegen Lungenentzündung ins Krankenhaus aufnehmen, versterben dort.

Kann man einer Lungenentzündung vorbeugen oder gar wirksam dagegen impfen?

Die Grippeimpfung stellt auch einen gewissen Schutz vor einer Lungenentzündung dar. Es gibt jedoch auch einen Impfstoff, der vor dem häufigsten Erreger der Lungenentzündung, dem Streptokokkus pneumoniae, schützt. Diese Impfung wird allen Patienten mit chronischen Erkrankungen und Erkrankungen der Atemwege sowie der Lunge empfohlen. Daneben schützt natürlich ein gesunder Lebensstil vor jeglicher Art von Infektion.



Foto: istockphoto

GESUND DURCH DIE KALTE JAHRESZEIT

In den kühleren Monaten arbeitet auch das Immunsystem auf Sparflamme. Deshalb haben Infekte leichtes Spiel: überall Schnupfen, Husten, Heiserkeit. Um sich gegen Viren zu wappnen, hilft:

Hygiene

Durch Kontaktinfektionen stecken sich die meisten Menschen mit Krankheitserregern an. Schon eine Computertastatur, auf die vorher jemand geniest hat, kann eine Ansteckungsquelle sein. Studien haben erwiesen, dass Händewaschen das Erkältungsrisiko minimiert. Ob nach einem Toilettengang oder vor dem Mittagessen: mindestens 20 Sekunden Zeit für das Waschen der Hände nehmen.

Bewegung

Auch wenn es kalt und windig ist, raus an die frische Luft! Egal, ob Spaziergang oder Ausdauertraining – wer sich öfter im Freien bewegt, ist weniger anfällig für Krankheiten. Um das Immunsystem weiterhin zu unterstützen und sich „abzuhärten“, sind Wechselduschen sehr sinnvoll. Das Gefäßsystem lernt somit schneller auf einen Temperaturwechsel zu reagieren. Sind die Schleimhäute gut durchblutet und warm, haben es Viren schwerer, sich einzunisten.

Ernährung

Viel frisches Obst und Gemüse und dazu frisch gepresste Säfte versorgen den Körper mit wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. Dadurch stärken sie das Immunsystem. Besonders reichhaltig an Vitamin C sind zum Beispiel Zitrusfrüchte, Kiwis, Paprika, Rosenkohl und Kartoffeln. Neben Brokkoli hat Kohl den höchsten Vitamingehalt. Außerdem versorgt er den Körper ausreichend mit Folsäure. Vor allem Weißkohl in Form von Sauerkraut ist empfehlenswert. Die enthaltenen Milchsäurebakterien stimulieren das Immunsystem und wirken sich positiv auf die Darmflora aus.



Dr. Wolfgang Neumeister
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Pneumologie
des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur



Behutsames Kennenlernen:
Susanna und Christian Kinz
mit Joshua wenige Stunden
nach der Geburt.

TEXT: ANGELIKA PRAUSS | FOTOS: HARALD OPPITZ

Neun Monate mit Sehnsucht erwartet und dann ist es endlich da. Der Moment, das eigene Kind zum ersten Mal im Arm zu halten, ist für Eltern etwas Unbeschreibliches. Wie gut, wenn die kleine Familie dann mit Ruhe und aller Zeit der Welt die ersten Stunden und Tage genießen kann. Ein Tag auf der Geburtsstation.

WO AUS PAAREN ELTERN WERDEN

Joshua schreit sich die Seele aus dem kleinen Leib. Papa Christian Kinz hält das in ein Handtuch gewickelte Bündel etwas ratlos im Arm. Wie nur kann er das Neugeborene beruhigen? „Geben Sie ihm mal den kleinen Finger in den Mund“, schlägt Schwester Helga Densing vor. Und tatsächlich, nach wenigen Augenblicken beruhigt sich der Säugling. „Ein Zeichen, dass er keinen Hunger hat – er möchte nur saugen“, erklärt die 57-Jährige einfühlsam. Frischgebackene Eltern anzuleiten, wie sie die Bedürfnisse

ihres Kindes erkennen und eine enge Bindung aufbauen können, ist der Leiterin der Wöchnerinnenstation im St. Elisabeth, einem Haus des Bonner Gemeinschaftskrankenhauses, eine Herzensangelegenheit. „Unser Job ist es, aus einem Paar Eltern zu machen.“

Für Christian Kinz und seine Frau Susanna war die Stillberatung ein entscheidender Grund, die katholische Klinik für die Entbindung auszuwählen. „Für meine Frau gab es zudem einen emotionalen Hintergrund – hier wurde 1960 auch ihr Vater geboren.“ Das „Eli“, wie das in der

Bonner Südstadt gelegene Krankenhaus liebevoll von der Bevölkerung genannt wird, hat als Geburtsklinik eine 110-jährige Tradition. Dabei ist das familiäre Haus immer mit der Zeit gegangen.

Urvertrauen tanken

Neben der Stillförderung wird viel Wert auf den Aufbau einer guten Eltern-Kind-Bindung gelegt, das sogenannte Bonding wie es in der Fachsprache heißt. Sofort nach der Geburt bekommt die frischgebackene Mama im Kreißsaal das Neugeborene in den Arm gelegt. „Nackte Haut auf nackter Haut“, erläutert Schwester

Intensive Betreuung von Mutter und Kind: Hebamme Anja Liebetrau und Chefarzt Dr. Joachim Roos schätzen die Vorteile einer kleineren Geburtsklinik.



Helga. So tanke das Neugeborene schon mit den ersten Atemzügen Urvertrauen. Und beim gleich danach folgenden Stillen bekommt es die mit Antikörpern angereicherte, wertvolle Vormilch. Die erste halbe Stunde gehört ganz den jungen Eltern. In aller Ruhe sollen sie nach der anstrengenden Geburt ihr neues Glück genießen. „Erst nach dem Stillen werden Mutter und Kind versorgt“, erklärt die erfahrene Kinderkrankenschwester, die seit 35 Jahren im „Eli“ arbeitet. „Die Routinen passen sich Mutter und Kind an – und nicht umgekehrt.“ Frühestens zwei Stunden nach der Geburt wird die junge Familie auf die Wöchnerinnenstation verlegt.

Trotz 600 bis 700 Geburten im Jahr geben wir den Eltern und Kindern diese wichtige Zeit“, sagt Dr. Joachim Roos, Chefarzt für Gynäkologie und Geburtshilfe. „Dafür haben wir tolle, motivierte Mitarbeiter“, freut sich der 50-Jährige. Und das spüren auch die Eltern. 2009 und 2012 erhielt die Klinik von der Weltgesundheitsorganisation WHO und UNICEF, dem Kinderhilfswerk der Vereinten Nationen, sogar die Auszeichnung Babyfreundliches Krankenhaus. Mit dem Zertifikat wurde die langjährige Arbeit zum Wohl der Mutter-Kind-Bindung gewürdigt.

Bonding mit Papa

Auch das Ehepaar Kinz fühlt sich gut aufgehoben. Weil bei Susanna die Wehen kaum einsetzten und das Kind sehr groß war, kam Joshua per Kaiserschnitt auf die Welt. Der Vater war mit im OP, und seine Frau konnte durch eine Periduralanästhesie bei Bewusstsein bleiben. Während Susanna nach dem Eingriff versorgt wurde, übernahm der junge Vater im OP das Bonding. „Das Baby lag lange auf meinem Oberkörper – eine tolle Erfahrung.“

Auch die Unterstützung bei den ersten Stillversuchen wissen die frischgebackenen Eltern zu schätzen: „Vom Stillen



hatten wir keine Ahnung – und unser Kind auch nicht“, sagt der junge Vater schmunzelnd. „Hier kann man jederzeit klingeln – es ist mindestens eine Hebamme oder eine Stillberaterin da“, freut sich der 33-Jährige. Mutter und Kind werden im Rahmen der integrativen Wochenbettpflege als eine Einheit betrachtet und durch eine Krankenschwester oder Kinderkrankenschwester betreut. Der Rhythmus von Eltern und Kind steht im Vordergrund, kein durchgetakteter Stationsablauf.

Geburten sind nicht planbar

Hinter den Kulissen bedeutet eine Geburtsstation eine logistische Herausforderung. Schließlich kann man Geburten nicht planen. „Vergangenes Wochenende hatten wir zehn Geburten – und dann gibt es auch mal zwei Tage ohne eine einzige Geburt“, erklärt Chefarzt Roos. Zu seinem Team gehören vier Oberärzte, neun Assistenzärzte und acht Hebammen, die gemeinsam mit den Pflegekräften rund um die Uhr im Drei-Schicht-Betrieb zur Verfügung stehen – gerade für kleinere Häuser ein wirtschaftliches Risiko: „Von den Krankenkassen gibt es nicht viel Geld für eine Geburt, aber wir müssen viel Personal vorhalten.“ Das bestätigt auch ein Gutachten des Wissenschaftlichen Dienstes des Bundestags: Demnach stehen die meisten Kliniken unter erheblichem Kostendruck und 60 Prozent der Entbindungsstationen arbeiten trotz aller



Vom Stillen hatten wir keine Ahnung – und unser Kind auch nicht.

Christian Kinz

Sparmaßnahmen nicht kostendeckend. Deshalb würden Geburtshilfeabteilungen zunehmend geschlossen, erläutert Roos. So ist die Zahl der Krankenhäuser mit Entbindungsabteilungen nach einer Studie der Deutschen Krankenhausgesellschaft seit 2004 von 952 auf 709 zurückgegangen.

Im Bonner Haus St. Elisabeth ist man indes froh, den werdenden Eltern eine behagliche Atmosphäre bieten zu können. Sicher ein Alleinstellungsmerkmal dürfte die kleine, mit Hortensien, Geranien und Lavendel bepflanzte Terrasse sein. Sie grenzt direkt an den in Sonnengelb und Orangetönen gestrichenen Kreißsaal an. „Man ist schon froh, wenn man bei einer Geburt, die auch mal zwölf Stunden dauern mag, zwischendurch den Fuß nach draußen setzen kann“, sagt Roos, dessen Frau vor dreieinhalb Jahren selbst hier entbunden hat. Auch das Kreißbett mit Massagefunktion und der Aufenthaltsraum mit Frühstücks- und Abendbüffet für junge Eltern sind mehr als Standard.

Ergreifende Momente

„Das mit der Terrasse ist natürlich super“, findet die angehende Mutter Silke Hartlich, als ihr der Chefarzt den Kreißsaal zeigt. Die 32-Jährige hat sich zuvor schon ein Krankenhaus angesehen, das pro Jahr rund 3.000 Geburten verzeichnet. „Ich möchte eher in einem kleinen Krankenhaus entbinden.“

Etwa bei Hebamme Anja Liebetrau. Die 38-Jährige schätzt die heimelige Atmosphäre und das gute Team, wenn sie werdenden Eltern beisteht. Nicht selten sei das ein hartes Stück Arbeit. Manchmal komme sie sich vor wie ein Trainer: „Ich muss pushen und motivieren, wenn die Mutter vor Schmerzen nicht mehr kann.“ Wenn dann aber das Kind auf die Welt kommt, dann sei das „immer ein ganz besonderer Moment, bei dem ich oft auch sehr ergriffen bin“.

In zwei Tagen wird Joshua mit seinen Eltern das Krankenhaus verlassen. Chefarzt Roos gibt den jungen Eltern noch augenzwinkernd einen Tipp mit auf den Weg. „Teilen Sie sich die Nächte – man gewöhnt sich an alles“. ■



MEHR ALS NAHRUNG

Viele Mütter möchten heute ihr Kind in den ersten vier bis sechs Monaten stillen und wissen, dass sie ihm damit die bestmögliche Nahrung geben. Die Muttermilch schützt das Kind vor Krankheiten, denn sie versorgt es mit Immun- und Abwehrstoffen der Mutter. Zu 88 Prozent besteht Muttermilch aus Wasser, daneben enthält sie Proteine, Fette, Kohlenhydrate, Mineralstoffe, Vitamine und Eisen. Die Milch in den ersten Tagen nach der Geburt enthält mehr Abwehrstoffe und ist deshalb besonders wichtig für einen gesunden Start ins Leben. Stillzeit ist natürlich auch Kuschelzeit voll inniger Zuwendung, Nähe und Wärme.

In der ersten Oktoberwoche bekommt Stillen wieder besondere Aufmerksamkeit: Mit der Weltstillwoche begehen alljährlich alle das Stillen fördernden Organisationen, zu denen auch UNICEF und die WHO gehören, eine gemeinsame Kampagne – und das in mehr als 120 Ländern.

Familie Kinz kann die Klinik bald verlassen.



Mehr Menschlichkeit!

Gesundheits- und Sozialpolitik spielten im vergangenen Bundestagswahlkampf kaum eine Rolle. Also alles im grünen Bereich? Mitnichten. Doch mit Gesundheits- und Sozialpolitik sind eben keine Wahlkämpfe zu gewinnen. Aber viel zu verlieren, meint BBT-Geschäftsführer Bruder Alfons Maria Michels.



Die Agenda der gesundheits- und sozialpolitischen Herausforderungen ist lang. Sie reicht von der Finanzierbarkeit der Gesetzlichen Krankenversicherung über den demografischen Wandel bis zum Anspruch, mit den Entwicklungen in Medizin und Technik auf hohem Niveau Schritt zu halten. Und immer geht es um die Frage, wie zukünftig die Finanzierung sichergestellt werden kann, ohne dass die Versorgungsqualität leidet. Was viele in der Diskussion um klamme Kassen und kostenintensive Krankenhäuser und Sozialeinrichtungen vergessen: Es geht um die Sicherstellung eines im Grundgesetz nach Art 20 I verbrieften Auftrages der Daseinsvorsorge des Sozialstaates für seine Bürger. Diesen Auftrag teilen sich zahlreiche Akteure der Zivilgesellschaft und im Gesundheits- und Sozialwesen eine Vielzahl privater, freigeinnütziger und staatlicher Träger.

Wie wichtig hier die Angebote der Caritas und Diakonie sind, fällt spätestens dann auf, wenn man sich nur einmal kurz vorstellt, sie gäbe es nicht mehr. Allein die Caritas leistet mit ihren rund 25.000 Einrichtungen und Diensten für über eine Million Menschen einen zentralen Beitrag zur Daseinsvorsorge.

Zeit für Zuwendung

Es ist richtig: Ohne eine ausreichende Finanzierung und einen verantwortlichen Umgang mit den zur Verfügung stehenden Mitteln könnten wir als Teil der Caritas diese Angebote nicht aufrechterhalten. Aber es wäre fatal, würden wir in der politischen Diskussion „Daseinsvorsorge“ ausschließlich unter dem Wirtschaftlichkeitsvorbehalt verstehen. Denn jeder, der einmal mit einer ersten Erkrankung ins Krankenhaus musste oder auf die Unterstützung in der Betreuung von Angehörigen angewiesen war, weiß, dass es auch um die Art und

Illustration: Markus Grolik

Weise der Zuwendung geht – obwohl die Rahmenbedingungen immer schwieriger werden. Der Fachkräftemangel ist schon lange im personalintensiven Gesundheits- und Sozialwesen angekommen; die Auflagen zur Dokumentation von Qualität führen paradoxerweise dazu, dass die Qualität von „Zeit für Zuwendung“ schlechter wird – denn für die Zeit, die sich ein Arzt, ein Betreuer oder eine Pflegekraft für ein einfühlsames Gespräch, einen Plausch über die Enkelkinder oder die Sorgen der Angehörigen nimmt, gibt es keinen Kostenschlüssel.

Wenn in den kommenden Wochen die Koalitionsverhandlungen beginnen, dann wünsche ich mir, dass es wieder etwas mehr menschelt: Dass Politiker sich an ihren letzten Krankenhausaufenthalt erinnern oder an den Besuch ihrer Verwandten in einem

tigen. Das sollte der Maßstab sein. Denn hiervon hängt ab, in welcher Gesellschaft wir zukünftig leben wollen.

Es geht alle an

Als einer der großen Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland wissen wir um die enormen Herausforderungen, die politisch und gesellschaftlich auf uns zukommen: der medizinische Fortschritt, die mit der Digitalisierung verbundenen neuen Möglichkeiten auch für Diagnose und Therapie, die Bewältigung hoher Investitionskosten und vor allem der Fachkräftemangel. All das sind Themen, für die in der 19. Legislaturperiode des Deutschen Bundestages politische Lösungen gesucht werden müssen. Hier ist auch der Beitrag der zivilge-

Wie wichtig die Angebote der Caritas und Diakonie sind, fällt spätestens dann auf, wenn man sich nur einmal kurz vorstellt, sie gäbe es nicht mehr.

Seniorenheim. Dass sie erfahren haben, wie es ist, wenn die eigene Mutter dement wird, oder ein Kind haben, das durch eine psychische Erkrankung fürs Leben gezeichnet ist. Ich wünsche mir, dass sich alle daran erinnern, wie gut es ihnen tat, als sich jemand Zeit für sie und ihre Nöte genommen, fachlich professionell geholfen und Lösungen gefunden hat. Auch das macht aus meiner Sicht den Sozialstaat, in dem wir leben dürfen, so großartig. Es sind letztlich Menschen, die sich um einen jeden von uns kümmern, wenn wir Unterstützung benö-

sellschaftlichen Akteure gefragt, selbst Verantwortung zu übernehmen und nicht mit dem Finger auf andere zu zeigen. Denn die Zukunft der Daseinsvorsorge ist ein gemeinsamer Auftrag, bei dem es auch um die Finanzierung, zuerst aber immer um den Menschen gehen muss!

Folgenreich

Die Gesellschaft wird immer älter: Die Anzahl der Menschen ab 67 Jahre wird bis 2040 den Berechnungen des Statistischen Bundesamtes zufolge voraussichtlich bei mindestens 21,5 Millionen liegen. Damit steigt der Anteil dieser Altersgruppe im Vergleich zum Jahr 2013 um 6,3 Millionen oder 42 Prozent. Die Anzahl der 20- bis 66-Jährigen wird dagegen aller Voraussicht nach weiter sinken. Das hat Folgen für die Gesundheitsversorgung und das Sozialwesen: Immer weniger Menschen werden immer mehr Ältere pflegen und versorgen müssen. Und auch wer der gesundheitspolitischen Devise „ambulant vor stationär“ folgt, ist auf private soziale Netzwerke angewiesen. Annähernd drei Viertel (2,08 Millionen) der insgesamt 2,9 Millionen Pflegebedürftigen im Jahr 2015 wurden zu Hause versorgt. Davon wurden 1,38 Millionen Pflegebedürftige in der Regel allein durch Angehörige gepflegt. Gut ein Viertel (783.000 Pflegebedürftige) wurde in Pflegeheimen vollstationär betreut. 500.000 Vollzeitkräfte werden in den nächsten Jahren in der Pflege fehlen, prognostiziert die Bertelsmann Stiftung in ihrem Pflereport 2030.

Bruder Alfons Maria Michels verantwortet den Geschäftsbereich Unternehmensstrategie und Unternehmenskommunikation, außerdem ist er Sprecher der Geschäftsführung der BBT-Gruppe. Er ist seit 1977 im Unternehmen und seit 2002 Geschäftsführer.





Foto: istockphoto

**BARMHERZIGE BRÜDER SAFFIG
LIEFERN AUSGEZEICHNETES SCHULESSEN**

Bunt und gesund

Ob ein Gastrokritiker das Essen an der Grundschule Kruft mit drei Sternen bewerten würde, das sei dahingestellt. Aber die Krufter Kinder haben ihren eigenen Geschmack. Mit einem lautstarken „Jaaa!“ beantworten sie die Frage, ob ihnen das Schulessen der Barmherzigen Brüder Saffig schmeckt, denn in der bunt eingerichteten Schulmensa gab es etwas Besonderes zu feiern. Dafür, dass sie sich verpflichtet hat, die Schulverpflegung ausgewogen und gesund zu gestalten, erhielt die Ganztagschule den dritten Menstern – als erste im Landkreis Mayen-Koblenz.

Bunt, kindgerecht, lecker und abwechslungsreich is(s)t die Grundschule Kruft nun laut dem neuen Speisen-Konzept. Das Schulessen erfüllt damit besondere Qualitätsmaßstäbe, die das Kollegium gemeinsam mit den Kindern und mit Frank Will, Küchenleiter der Barmherzigen Brüder Saffig, entwickelte. Jeden Dienstag ist jetzt Veggie-Day, es wird also ein fleischloses Essen geliefert, jeden Donnerstag steht Fisch auf dem Speiseplan. Außerdem wünschte sich die Schule mehr Rohkost und Desserts mit weniger Zucker, die der Umwelt zuliebe nun in Glasschälchen serviert werden.

**CHANCEN FÜR MENSCHEN MIT BEHINDERUNG
AUF DEM ERSTEN ARBEITSMARKT**

Inklusion gewinnt

Menschen mit Behinderung sollen überall mit dabei sein. Gerade auch auf dem Arbeitsmarkt. Denn Behinderung heißt keinesfalls Leistungsminderung. Auf der Inklusionsmesse im Koblenzer Löhr-Center informierten die unterschiedlichsten Einrichtungen an Ständen und Aktionsflächen über ihre Angebote und gaben Einblick in die Arbeit mit behinderten Menschen.

Unter den Ausstellern war auch der Berufliche Integrationsdienst der Barmherzigen Brüder Saffig. „Mit unserem Projekt ‚Inklusion, Analyse und Intervention‘, kurz InAnI, beschäftigen wir uns im Landkreis Mayen-Koblenz intensiv damit, schwerbehinderte und gleichgestellte Menschen durch eine langfristige, individuelle und intensive Unterstützung an den allgemeinen Arbeitsmarkt heranzuführen“, berichtet Stefan Minning, Leiter der Beruflichen Integrationsdienste. „InAnI ist Teil des Nationalen Aktionsplans zur Umsetzung der UN-Behindertenkonvention. Im Projekt arbeiten wir eng mit dem Jobcenter Mayen-Koblenz und dem Bundesministerium für Arbeit und Soziales zusammen. Wir stellen den jeweiligen Unterstützungsbedarf der Person fest, analysieren die Potenziale und Möglichkeiten und finden so gemeinsam einen Weg auf den Arbeitsmarkt.“ Stets gehe es darum, den ganzen Menschen und seine Stärken zu sehen, und um die notwendige Unterstützung, diese Stärken auch in Ausbildung und Beruf leben zu können. Beraten und unterstützt werden auch die jeweiligen Partnerbetriebe. Viele Probleme können schon im Vorfeld angesprochen und gelöst werden. Hierbei steht InAnI ebenfalls mit Rat und Tat zur Seite.

Mehr Informationen unter www.inani-myk.de

Sozialstaatssekretär David Langner (2. v. re.) im Gespräch mit Teilnehmern und Mitarbeitenden des Projekts InAnI.





SCHÜLER SCHNUPPERN BERUFLUFT IM BRÜDERKRANKENHAUS

Mit Spaß in die Praxis

Berufsluft in einem Krankenhaus schnuppern: Unter diesem Motto stand der Besuch einer achten Klasse der Anne-Frank-Realschule plus Montabaur am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur. Gemeinsam mit Klassenlehrer Dieter Große-Heilmann besichtigten die 27 Schülerinnen und Schüler das Brüderkrankenhaus in Montabaur. Organisiert und initiiert wurde diese sogenannte „Clusterfahrt“ von der Wirtschaftsförderungsgesellschaft des Westerwaldkreises. Ein kurzes Kennenlernen beim gemeinsamen Mittagessen – und schon ging es für die Achtklässler einmal quer durch das Brüderkrankenhaus. Unter der Leitung von Bruder Matthias, dem Stellvertretenden Hausoberen am Standort in Montabaur, wurden einige Abteilungen und Stationen des Hauses besichtigt – darunter die Wahlleistungsstation und die Notaufnahme.

In Kleingruppen aufgeteilt, standen anschließend drei Stationen auf dem Programm: Pflegedienstleiterin Bettina Mathy und Stationsleiterin Ulrike Bergmann berichteten aus dem Berufsalltag einer Pflegekraft und standen den Schülern für Fragen zur Verfügung. Eine zweite Gruppe schnupperte derweil in die praktische Ausbildung am Bildungscampus Koblenz des Katholischen Klinikums hinein: Die drei KKM-Schüler Desiree Suchanek, Sara Ritz und Jan Reutelsterz erklärten alles rund um die Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger. Hier durften die Realschüler unter anderem ihren Klassenlehrer „betten“ und „versorgen“, was sichtlich Spaß bereitete. Für die dritte Station sprangen einige Schüler gar ins abkühlende Nass: In der Physiotherapie stellten Theresa Gehrman und Rebecca Tokarski einige Übungen im Bewegungsbad des Brüderkrankenhauses vor und brachten die Gäste (außerhalb des Beckens) dabei sogar ins Schwitzen. Fazit eines abwechslungsreichen Besuches: Wir sehen uns wieder!

345 LÄUFER GINGEN AN DEN START

Starker Firmenlauf

Das war knapp! Am Ende fehlte dem Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur nur ein Finisher, um beim Koblenzer Firmenlauf als „Größtes Team“ gewertet zu werden. Dennoch kann das KKM stolz auf die gezeigte Leistung und die lebendige Dienstgemeinschaft sein. Insgesamt hatten sich 345 Läuferinnen und Läufer aus dem Katholischen Klinikum für den Firmenlauf angemeldet. Im Ziel gingen am Ende 249 Finisher in die Wertung ein. Die gute Stimmung litt unter dem knapp verpassten Podest jedoch nicht – das gemeinsame Erlebnis und die vielen Gespräche vor, während und nach dem Lauf waren alle Anstrengungen auf der Strecke wert. Die Teilnahme am Firmenlauf war in diesem Jahr erneut bestens organisiert worden von den aktuellen Mittelkursen der Physiotherapieschule des Bildungscampus Koblenz. Die Schüler hatten im Vorfeld mehr als 2.000 Euro an Spendengeldern gesammelt, mit dem in diesem Jahr der „Wünschewagen“ von Rheinland-Pfalz unterstützt wurde. Unter der Schirmherrschaft von Ministerpräsidentin Malu Dreyer erfüllt dieses Projekt Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen großen Wunsch.



DREI FRAGEN AN ...

ALYSSA GÖRGEN

Frau Görgen, wie kann man selbst zur eigenen Genesung beitragen?

Eine allgemeingültige Regel gibt es nicht, jeder Genesungsweg ist anders. Es gibt jedoch einige allgemeine Faktoren, die zur Gesunderhaltung und auch zur Genesung beitragen können. Dazu zählen ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Belastung und Entspannung, körperliche Aktivität, genügend Schlaf, unterstützende soziale Kontakte, Freizeit, gesunde Ernährung. Aber auch das Gefühl von Sinnhaftigkeit des eigenen Lebens, realistische Ziele, die Überzeugung, Schwierigkeiten lösen zu können und seine Welt als verständlich, stimmig und geordnet wahrzunehmen, sind wichtige Aspekte, die gesund halten beziehungsweise zur Genesung beitragen können.

Spielt Achtsamkeit hierbei eine wichtige Rolle?

Ja, auch Achtsamkeit spielt dabei eine zentrale Rolle. Achtsamkeit hilft, mit Stress konstruktiver umzugehen, stärkt unsere Selbstakzeptanz und Selbstfürsorge, verbessert das Körperbewusstsein und kann so unser Wohlbefinden fördern. Achtsamkeit beginnt in den kleinen Dingen: im Alltag innehalten und Alltägliches bewusst wahrnehmen.

Welche Lösungsansätze und Hilfestellungen können Genesungsbegleiter hier geben?

Das große Geschenk von Genesungsbegleitern ist ihre persönliche Erfahrung. Sie haben selbst schon Krisen erlebt, waren in stationärer und/oder ambulanter Behandlung. Damit sprechen sie die gleiche Sprache wie viele Betroffene, sie teilen ähnliche Erfahrungen, das verbindet und macht Patienten gleichzeitig Hoffnung. Genesungsbegleiter sind das beste Beispiel, dass es einen Weg aus der Krise oder Krankheit gibt. Sie dienen damit als Rollenmodelle. Sie sind Vorbilder, können von ihrem eigenen Genesungsweg und Umgang mit Rückschlägen berichten. Der Fokus liegt dabei immer auf den Ressourcen und Stärken der Menschen.



Die Psychologin arbeitet in der Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Barmherzigen Brüder Saffig. Welche Wege es zur psychischen Gesundheit gibt, was gesund hält und was krank macht – darüber spricht sie regelmäßig mit Patienten und Interessierten.



Dr. Peter Simon (Mitte) dankte Vertretern der Barmherzigen Brüder Saffig für den herzlichen Empfang.

SENIORENZENTRUM MÜNSTERMAIFELD

Neue Arztpraxis eröffnet

Mit einer kleinen Eröffnungsfeier und der Einsegnung der neuen Räumlichkeiten hießen die Barmherzigen Brüder Saffig Landarzt Dr. Peter Simon und sein Team herzlich willkommen. In den vergangenen Monaten wurde das dritte Obergeschoss des Seniorenzentrums St. Josef Münstermaifeld erweitert, um Platz für die neue Praxis zu schaffen. „Wir freuen uns, dass wir Räumlichkeiten in unserem Seniorenzentrum St. Josef zur Verfügung stellen können und somit einen Beitrag zur Sicherung der ärztlichen Versorgung in der Stadt Münstermaifeld leisten“, so Hausoberer Frank Mertes im Rahmen der Einweihungsfeier. „Wir wünschen Dr. Simon und seinem Team alles Gute am neuen Standort.“

Ausgezeichnete Qualität

Meilenstein für die Akutgeriatrie des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur: Nur ein knappes Jahr nach Eröffnung der neuen Klinik am Brüderkrankenhaus in Montabaur ist die Akutgeriatrie erfolgreich zertifiziert worden. Einen ganzen Tag lang hatte Auditorin Annette Pries von DIOcert die Klinik und deren Abläufe unter die Lupe genommen. Sie sprach die Empfehlung aus, die Klinik mit der Zertifizierung auszuzeichnen. „Ich möchte mich bei allen Beteiligten sehr herzlich für die Mitarbeit bedanken“, sagte Dr. Ralph Schulz, Chefarzt der Akutgeriatrie. „Wir werden unser Tun und Handeln nie als perfekt ansehen, sondern unsere Prozesse stetig hinterfragen und optimieren. Ich bin stolz auf dieses Team, denn gemeinsam leben wir die Geriatrie. Mit der Zertifizierung ernten wir die Früchte unserer Mühen. Ich danke aber auch der Auditorin herzlich für die vielen Impulse für unsere weitere Arbeit.“

Auch Jérôme Korn-Fourcade, Stellvertretender Kaufmännischer Direktor am KKM, dankte allen Beteiligten: „Das war ein spannender Tag für uns alle. Es ist uns gelungen, innerhalb kürzester Zeit die Geriatrie auf ein sehr hohes Niveau zu bringen.“ Korn-Fourcade dankte Annette Pries für den „kritischen Blick auf die Abläufe und die Hinweise, wie wir die Prozesse in der Akutgeriatrie noch weiter optimieren können“. Inzwischen ist ein Erweiterungsbau am Brüderkrankenhaus mit einer neuen Station für die Akutgeriatrie und insgesamt 35 neuen Betten entstanden.

Auditorin Annette Pries (Mitte) untersuchte einen Tag lang die Abläufe der Akutgeriatrie.





Die elektrische Stimulation der Muskeln kann Schmerzpatienten helfen. Dr. Francis Kilian hat nun erstmals einen Neurostimulator eingesetzt.

Neurostimulator hilft bei Rückenschmerzen

Die Schmerzen sind kaum mehr zu ertragen. Und auch der Bewegungsapparat ist längst eingeschränkt. Der Rücken macht nicht mehr mit, alle bisherigen Therapien brachten nicht den gewünschten Erfolg. Helfen kann ein neuartiger Neurostimulator. Am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur wurde er jetzt erstmals eingesetzt.

Rückenschmerzen und Einschränkungen in der Bewegung lassen sich erheblich lindern und die Lebensqualität verbessert sich wesentlich – das zeigen klinische Studien und der erste Behandlungserfolg am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur. „Mit dieser Therapie können wir denjenigen Patienten eine neue Perspektive geben, die unter schwer behandelbaren chronischen Schmerzen an der Lendenwirbelsäule leiden“, sagt Dr. Francis Kilian, Chefarzt der Wirbelsäulenchirurgie, unter dessen Leitung nun erstmals ein solcher Stimulator implantiert wurde. „Dieser Eingriff kann außerdem dazu beitragen, langfristige Schmerzmittel-Injektionen und die Einnahme von Opioiden ebenso zu vermeiden wie frühzeitige Operationen an der Wirbelsäule.“

Schmerzkreislauf stoppen

Das von einem irischen Unternehmen in Zusammenarbeit mit Ärzten aus mehreren Ländern entwickelte Implantat aktiviert die Haltemuskulatur der Lendenwirbelsäule. Sie unterbricht dadurch den Kreislauf aus Fehlhaltungen und chronischen Schmerzen. Kern der Therapie ist das neuartige Neurostimulator-System ReActiv8®, das nun weltweit erstmalig in Koblenz einem Patienten eingesetzt wurde. Es aktiviert durch elektrische Stimulation die Muskelbündel, die für die dynamische Stabilität der Lendenwirbelsäule verantwortlich sind. Die schwachen Stimulationsimpulse fließen durch zwei dünne Drähte, die bei dem Patienten in einem kurzen Eingriff an den Bewegungsnerven dieser Muskelbündel platziert werden. Stromquelle und Steuerelektronik sitzen in einem Kästchen von der Größe einer Streichholzschachtel, das in einer Hauttasche oberhalb des Gesäßes implantiert wird. Weil diese Therapie



Grafik: Mainstay Medical

Der Neurostimulator sitzt oberhalb des Gesäßes.

die Ursachen der Schmerzen beseitigen hilft, wird sie als wiederherstellende oder restaurative Neurostimulation bezeichnet.

„Die Therapieabgabe wird vom Patienten zweimal täglich mit einer Fernbedienung gestartet, und während dreißig Minuten spürt er, wie sich die Muskeln im unteren Rücken abwechselnd zusammenziehen und entspannen“, sagt Dr. Kilian. „In wenigen Wochen beginnen Körper und Gehirn, diese Muskeln wieder zu verwenden, um die Bewegungen und Fehlhaltungen zu verhindern, die für die Rückenschmerzen verantwortlich sind.“

ReActiv8® hat nach umfangreichen klinischen Studien die CE-Kennzeichnung erhalten und ist damit das einzige in Europa zugelassene implantierbare Neurostimulationssystem zur Behandlung der Ursachen von chronischen Kreuzschmerzen. Außerdem wird der Verlauf der ersten Behandlungen in Deutschland systematisch in einem Register erfasst. „Damit können die behandelnden Ärzte den Erfolg der Therapie und die Qualität der Behandlung konsequent dokumentieren“, sagt Dr. Francis Kilian.

Für wen ist die Therapie geeignet?

Die Neurostimulation wird vor allem bei chronischem Schmerz eingesetzt. Chronisch heißt, die Schmerzen halten über einen Zeitraum von sechs Monaten an oder kehren immer wieder. Der behandelnde Arzt entscheidet bei einer Voruntersuchung über die Eignung des Patienten. Potentielle Patienten dürfen nicht an der Lendenwirbelsäule voroperiert sein. Die Therapie steht Privat- und Kassenpatienten offen.

Kontakt:

Katholisches Klinikum Koblenz · Montabaur

Klinik für Wirbelsäulenchirurgie

Brüderhaus Koblenz
Kardinal-Krementz-Str. 1-5
56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-6457
wirbelsaeulenchirurgie@kk-km.de



Fast so schön wie zu Hause

„So hatte ich mir das nicht vorgestellt!“ – Für viele ist es im Alter schmerzhaft, zu realisieren, dass sie nicht mehr allein in ihrem Zuhause leben können. Aber vielleicht birgt der Umzug in eine Senioreneinrichtung doch die eine oder andere freudige Überraschung. So hatte man sich das Leben hier wirklich nicht vorgestellt. Ein Besuch in Grünsfeld.

Was für eine Reiseroute! Vom Wittigbach über den Grünbach bis nach Hawaii. Und das alles mit einem kleinen Schlauchboot! Ob das wohl gut geht? Die Bewohner des Seniorenzentrums St. Barbara in Grünsfeld haben da ihre Zweifel. Aber die drei Mitarbeiterinnen sind wild entschlossen. „Klar schaffen wir das!“, sagen sie und besteigen mit Gepäck, Kamera und Tauchausrüstung gut gelaunt das Boot. Doch die Skeptiker behalten recht. Weil der Grünbach plötzlich zu wenig Wasser führt, muss das Bötchen schon bald umdrehen. Statt exotischer Landschaften bestaunen die Damen nun die Schönheiten Tauberfrankens. Aber ist es letztlich nicht zu Hause doch am schönsten?

Was als Sketch beim Sommerfest des Seniorenzentrums für allgemeine Erheiterung sorgt, hat durchaus einen ernsten Hintergrund. „Bei uns zu Hause“ lautet das Motto der Einrichtung, die im Herbst 2016 eröffnet wurde. Dass dies im kleinen Grünsfeld geschehen ist, ist Teil des Konzepts. „Wir möchten, dass die Menschen ihren Lebensabend in ihrer vertrauten Umgebung verbringen können“, erklärt

Dr. Antonia Büchner, Kaufmännische Leiterin der Seniorenzentren in der Gesundheitsholding Tauberfranken. Neben Investitionen in die zentrale Einrichtung Haus Heimberg in der Kreisstadt setzt die Gesundheitsholding deshalb zusätzlich auf Kleinheime vor Ort. Auch im nahen Distelhausen entsteht derzeit ein solches Haus. Im Frühjahr 2018 soll es eröffnet werden.

Gute Gemeinschaft

30 Pflegeplätze stehen in Grünsfeld zur Verfügung, acht weitere im Bereich Betreutes Wohnen. „Natürlich pflegen und versorgen wir hier, aber es soll keinesfalls nach Krankenhaus aussehen“, erklärt Heimleiterin Gabi Fleckenstein die Philosophie des Hauses. Wohnlich und familiär soll es sein, damit sich die Bewohner wirklich zu Hause fühlen. Die enge Anbindung an den Ort trägt das Ihrige dazu bei. „Wir haben hier ständig Besuch“, erzählt Fleckenstein. Ob Angehörige, Freunde oder Nachbarn – weil die Wege kurz sind, schaut jeder gerne mal vorbei. „So intensiv erleben Sie das in anderen Heimen nicht.“

Auch Hildegard Moll profitiert von dieser Nähe. Seit einigen Wochen wohnt sie im Seniorenzentrum St. Barbara. Abgeschoben fühlt sie sich dennoch nicht. „Jeden Abend nach der Arbeit besucht mich meine Tochter für ein Stündchen. Dann plaudern wir ein wenig über den Tag“, erzählt die 93-Jährige. Möglich ist das, weil Mutter und Tochter beide in Grünsfeld wohnen und keine weiten Wege für den Besuch anfallen. Auch die Enkel kommen regelmäßig vorbei. Wenn sie bei der Mutter sind, ist es zur Oma schließlich nur ein Katzensprung. Im Heim fühlt sich die gehbehinderte



Konzept der Kleinheime: Dr. Antonia Büchner weiß, wie wichtig die Nähe zum Heimatort ist.

Hildegard Moll lebt seit Kurzem im Seniorenzentrum St. Barbara. Einsam ist sie nicht, ihre Tochter und auch die Enkel besuchen sie oft, denn auch sie wohnen in Grünsfeld.



Wer will da weit hinausrudern, wo es in der Heimat sowieso am schönsten ist? Drei Reiselustige begeisterten mit ihrem Sketch beim Sommerfest.

Seniorin bestens aufgehoben. „Zu Hause war ich den ganzen Tag allein“, erzählt sie. „Aber hier ist immer jemand, mit dem ich mich unterhalten kann.“ Zudem nimmt sie an verschiedenen Angeboten teil – vom Gedächtnistraining über die Gymnastik bis zum gemeinsamen Kochen und Backen. „Und jeden Nachmittag gibt es Kaffee und Kuchen“, schmunzelt Moll.

Ihr Fazit: „Ich werde hier wirklich bestens versorgt. Es war gut, hierherzuziehen.“

Familiäre Atmosphäre

Dass es in St. Barbara so viele Angebote gibt, verdankt das Seniorenzentrum der Einbindung in die Gesundheitsholding Tauberfranken. „Ob Sturzprävention oder Wundmanagement, Memory-Gruppe oder Diätberatung – mit der Holding im Rücken können wir eine Menge Synergieeffekte nutzen“, erklärt Dr. Antonia Büchner. Wichtig sei darüber hinaus die enge Verzahnung von Pflege, Hauswirtschaft und Betreuung. „Dass man sich hier gegenseitig unter die Arme greift, trägt viel zur familiären Atmosphäre des Hauses bei.“

Beim Sommerfest wird die Stimmung unterdessen immer ausgelassener. Regina Markert, die Frau des Grünfelder Bürgermeisters, hat zur Gitarre gegriffen und stimmt mit den Bewohnern ein



Lied um das andere an. „Hoch auf dem gelben Wagen“ ruft sie in die Runde, und schon singen alle lautstark mit. Kein Wunder, schließlich ist Markert den Bewohnern bestens bekannt. Einmal im Monat kommt sie zu einem Singnachmittag ins Seniorenzentrum – für viele ein lieb gewonnenes Ritual. „Und mir macht es jedes Mal großen Spaß.“

Aktiv im Gemeindeleben

Überhaupt: So jung das Heim auch ist, St. Barbara ist schon fester Bestandteil im Grünfelder Gemeindeleben. Ob Kindergarten, Schule oder die örtliche Musikgruppe „Die Grünbachtaler“ – alle sind sie gern gesehene Gäste bei den Feiern im Seniorenzentrum. Und damit nicht genug: „Als kürzlich ein feuerwehrbegeisterter Bewohner seinen Geburtstag feierte, schickte die Feuerwehr kurzerhand ihr neuestes Fahrzeug vorbei“, erzählt



Alles andere als anonym: Wohnlich und familiär solle es sein, sagt Heimleiterin Gabi Fleckenstein.



Neubau mitten im Ort. St. Barbara wurde 2016 eingeweiht. 30 stationäre Pflegeplätze im Erdgeschoss sind auf zwei Wohngruppen verteilt, acht Appartements im ersten Stock stehen für Betreutes Wohnen bereit. Hier leben Senioren weitestgehend eigenständig.



Hier ist immer jemand für einen Schwatz da – nicht nur bei den Festen, die man im Jahr hier feiert. Viele Aktivitäten laden zum Austausch ein.

Heimleiterin Fleckenstein. „Können Sie sich vorstellen, wie der sich gefreut hat?“

Begeistert zeigen sich aber nicht nur die Bewohner. Auch die Mitarbeiter sind voll des Lobes für das ortsnahе Kleinheim. „Ich empfinde die Atmosphäre hier als sehr entspannend“, sagt Hildegard Schulze, Leiterin der Memory-Gruppe. Auch die Ausstattung sei vorbildlich. „Helle, lichtdurchflutete Zimmer, jedes mit einer Nasszelle ausgestattet. Da kann man sich schon wohlfühlen.“

Dennoch – in die Zimmer zieht es an diesem sonnigen Nachmittag kaum jemand. Nachdem auch die „Grünbacher“ noch ein paar Lieder angestimmt haben, wird auf der Terrasse das Abendbrot serviert. Und weil Sommerfest ist, gibt es ein Bier dazu. „Wie gut, dass das mit Hawaii nicht geklappt hat“, meint plötzlich eine Bewohnerin. „Denn da gibt es ja bekanntlich kein Bier.“ Und schon stimmen sie wieder ein Lied an. ■



Wie viele Grünsfelder ist auch Regina Markert, die Frau des Bürgermeisters, oft in St. Barbara zu Gast. Einmal im Monat greift sie zur Gitarre und stimmt zum Singen an.

Nur wer trauert, findet auch Trost

Abschied nehmen, loslassen
fällt uns schwer,
wirft uns aus der Bahn.

Darum ist Trauern
so notwendig.
Es macht uns Mut,
den Verlust auszuhalten
und zu verarbeiten.
Erst so kann der Schmerz
sich langsam wandeln
in dankbare Erinnerung.

Vielleicht schöpfen wir dann
Kraft und Trost
zu neuem Aufbruch,
damit wir verwandelt
und befreit weiterleben können.

Die Sterne der Erinnerung
leuchten in das Dunkel unserer Trauer
und erfüllen uns
mit der tröstlichen Gewissheit:
Das Beste kommt noch!

Elke Deimel



Warum haben wir Muskelkater?

Wir bekommen Muskelkater nach übermäßiger Belastung der Muskeln. Dabei entstehen kleine Risse im Muskelgewebe, die Entzündungen hervorrufen. Danach dringt Wasser in die Risse ein und der Muskel schwillt an. Nach einigen Stunden wird das Wasser mit den Entzündungsstoffen aus den Muskeln geschwemmt. Jetzt entsteht der „Muskelkater“, weil das Wasser außerhalb der Muskeln erstmals auf schmerzempfindliche Nervenzellen trifft. Übrigens hat Muskelkater nichts mit einem Kater zu tun. „Catarrhus“ ist Altgriechisch und steht für Entzündung. Es steckt trotzdem ein Tier im Muskelkater, denn „muskulus“ ist die lateinische Bezeichnung für „Mäuschen“.

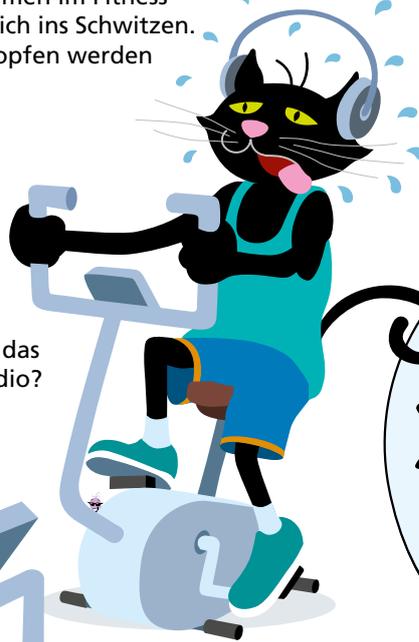
3. Die beste Vorbeugung gegen Muskelkater ist regelmäßiger Sport. Welche Bälle gehören zu welcher Sportart?



1. Die Kater kommen im Fitnessstudio ordentlich ins Schwitzen. Wie viele Schweißtropfen werden vergossen?



2. Wie heißt das Fitnessstudio?



4. Was empfiehlt Dr. Krax, um die Schmerzen bei Muskelkater zu lindern? Streicht alle doppelten Buchstaben durch und setzt die restlichen Buchstaben zu einem Wort zusammen.



* Findet Alfons, den Bücherwurm. Der hat sich irgendwo versteckt.



gliederloses Reptil	▼	Kriechtier	▼	Halbinsel in Ostasien	▼	in erster Linie	▼	asiatischer Hühnervogel	▼	▼	Aktenbündel	Fleischgericht	▼	▼	beständig	med. Fachbereich (Abk.)	▼
Glaubensbekenntnis	▶					christl. Erneuerungsbe- wegung	▶							1			
medizinisch: Leber	▶					islam. Wallfahrtsort	▼	Ent- halt- samkeit	▶						Dimension	ehem. deutsche Münze (Abk.)	
Gebirge westl. d. Jordans		Fußballspielerposition		biblischer Ort	▶						Jazzrhythmus	Augenkrankheit	▶				Gehalt der Soldaten
▶		▼						wild, un- bändig	plötzlicher Einfall	▶				kurz für: um das	▶		
längster Strom Afrikas	▶			eine Kleiderlänge	▼	Häretiker	▶					franz. Mehrzahlartikel	▶				Schiffszubehör
Teefilter			griech. Vorsilbe: klein	▶				ein Getränk (Kw.)	▼			Gegner Luthers, † 1543	▼	Markierung	▶		
▶					Pflaumenart		Fremdwortteil: falsch, neben		dient d. Schutz von Wunden	▶							
medizinisch: Schlafheit	ein Trinkgefäß	▼	Kurzware	▼		Schliff im Benehmen	▶		Strom durch Grenoble	▼		französischer Schriftsteller, †	landwirtschaftliches Gerät	▼			altrömischer Grenzwall
▶						engl. Frauenkurzname	▼	Düsseldorfer Flaniermeile	▼	Medikamentform							2
gesund werden		Kfz-Z. Nienburg		Betäubung	▶							Eier im Vogelnest	▼		japanisches Längenmaß	▶	
▶							Fremdwortteil: eigen, sonder		Dotter	▶				3		ein Weißwal	
altchinesisches Volk	▶	7		Teil des Beines	▶				Feuchtgebiet	▼	musikalisches Übungsstück	▶					
medizinisch: die Knochen		gallertartige Substanz	▶			Scheidebrief im israel. Recht	▼	gemahlenes Korn	▶				Material der Fensterscheiben	▶			
▶				japan. Mediziner † 1975	▶					Arzneiform			5	Kurort an der Lahn (Bad ...)		Abk.: europäische Norm	engl. Fürwort: es
abgeschlossen		amerikanische Reiter-schau	▶					6	medizinisch: Bein, Knochen	▶		derart			Segeltau	▶	
▶							luth. reform. Christ	▶									

DEIKE-PRESS-1817-13

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausbezahlt 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 wurden uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von Royal Nature GmbH & Co. KG

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Adventszeit ist Teezeit. Mit einem Adventskalender, gefüllt mit leckeren Sorten, kann man sich jeden Tag selbst eine kleine Freude machen und sich gleich eine gemütliche Auszeit gönnen. 25 Würfel mit 25 hochwertigen Pyramidenbeuteln mit leckerem Tee sind in diesem schön gestalteten, nostalgischen Adventskalender aus England enthalten. Grüne und schwarze Tees wurden verfeinert mit weihnachtlichen Zutaten wie Zimt-, Apfel-, Ingwerstückchen und vielen anderen exotischen Gewürzen und Aromen. Ideal für Liebhaber von würzigen Chai Tees.

„Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen drei nostalgische Tee-Adventskalender.



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krements-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 20. November 2017. Viel Glück!

17. Oktober 2017

Aromapflege in der Seniorenarbeit

Wie wirken sich Aroma- und Dufttherapien bei an Demenz erkrankten Menschen aus? Steigern Aromen das Wohlbefinden? Ein „Schnupperkurs“ geht diesen und weiteren Fragen auf den Grund und bietet die Möglichkeit zur Information für Angehörige und Interessierte.

🕒 19 Uhr

Seniorenzentrum
St. Josef Münstermaifeld
Obertorstraße 35
56294 Münstermaifeld

📞 Anmeldung unter Tel.: 02605/9806-0

19. Oktober 2017

Paralympics in der Arbeitswelt – Zusammen arbeiten, als Team gewinnen

Macht es einen Unterschied, ob Ihr Verkäufer laufen kann? Spielt es eine Rolle, ob Ihre Köchin Stimmen hört? Referenten geben Denkanstöße, wie Inklusion im Arbeitsalltag gelingen kann, welche Unterstützungen für Unternehmen geboten werden und was Arbeitnehmer an Hilfestellung erfahren. Nach den Kurz-Referaten geht es in lockerer Atmosphäre bei einem „Flying Buffet“ ins Gespräch über die verschiedenen Erfahrungen und Möglichkeiten der Teilhabe am Arbeitsleben.

🕒 18 bis 20.30 Uhr

Barmherzige Brüder Saffig, Mariensaal

📞 Anmeldung unter Tel.: 02625/31-750
oder g.bons@bb-saffig.de

21. Oktober 2017

Fitness für alle – Was hält uns gesund?

Die Verbandsgemeinde Montabaur lädt zu einer Veranstaltung zum Thema „Fitness für alle – Was hält uns gesund? Gesundheitsförderung und Prävention in den Lebenswelten“ ein. Das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur beteiligt sich mit verschiedenen Aktionen an diesem Tag.

🕒 13 bis 18 Uhr

Montabaur,
Stadthalle Haus Mons Tabor,
Koblenzer Straße 2

21. Oktober 2017

Polio-Tag

Das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur lädt in Kooperation mit dem Landesverband Rheinland-Pfalz im Bundesverband Polio zum 18. Polio-Tag Rheinland Pfalz ein. Die Veranstaltung steht unter der Leitung von Dr. Axel Ruetz, Chefarzt der Abteilung Konservative Orthopädie/ Polio-Zentrum des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur. Als eine der wenigen Einrichtungen in Europa unterhält das Katholische Klinikum in Koblenz eine Poliostation mit intensiver poliospezifischer Diagnostik und interdisziplinärem Ansatz.

Der diesjährige Polio-Tag beschäftigt sich mit der Thematik Beweglichkeit im Alter bei Polio-Patienten und will die verschiedenen Neuerungen in der Hilfsmittelversorgung ansprechen. Dabei wird besonders auf die spezifischen und individuellen Bedürfnisse der Patienten eingegangen.

🕒 10 bis 15.45 Uhr

Brüderhaus Koblenz, Therapiezentrum

22. Oktober 2017

Kartoffelfest

„Alles Tolle aus der Knolle“. Unter diesem Motto wird wieder das Saffiger Kartoffelfest stattfinden. Im Mittelpunkt steht die Vielfalt der Speisen, die sich aus der Kartoffel zubereiten lassen: Von Kartoffelklößen über Reibekuchen – den traditionellen „Kröbbelche“ –, Pommes bis hin zum unvermeidlichen „Döppekooche“ reicht die Palette. Mit Kutschfahrten durch Saffig, einem Mitmach-Theater des Kindergartens, einer kleinen Landmaschinenausstellung, einem Glücksrad und einer Malaktion sorgt ein vielfältiges Rahmenprogramm für viel Unterhaltung am Nachmittag.

🕒 12 bis 18 Uhr

Außengelände der
Barmherzigen Brüder Saffig



Fotos: istockphoto

Neu im Januar 2018

Die Zahl von Menschen mit Demenz steigt stetig an. In der nächsten Ausgabe zeigen wir, was die Diagnose bedeutet, welche Hilfen es gibt und wie Betroffene und Angehörige den Alltag gestalten können.

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, Katharina Müller-Stromberg, Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, 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, Ahrweiler 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.



ClimatePartner®
klimaneutral gedruckt

Zertifikatsnummer:
53323-1709-1003
www.climatepartner.com

13. November 2017

Angehörigentreffen Thema Depression

Viele Angehörige sind durch die psychische Erkrankung des Betroffenen oft hohen Belastungen ausgesetzt, fühlen sich hilflos, überfordert, alleingelassen. Es besteht vielfach der Wunsch nach mehr Informationen über Krankheitsbilder, Therapiemöglichkeiten und den Umgang mit psychisch kranken Menschen. Andererseits fühlen sich viele Betroffene von ihren Angehörigen missverstanden, überfordert und falsch behandelt. Nach einem kurzen Vortrag durch Karin Scharf, Ärztin in der Fachklinik, besteht die Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch. Unterstützt von Fachleuten, können Betroffene gemeinsam Verständnis für ihre Probleme finden, über Erfahrungen berichten, sich über psychische Störungen informieren und eigene Anliegen vorbringen.

☎ 18.30 Uhr

Barmherzige Brüder Saffig, Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie

📍 Die Gruppe ist für alle Interessierten offen, eine Anmeldung ist nicht erforderlich

16. November 2017

Aromapflege in der Seniorenarbeit

Wie wirken sich Aroma- und Dufttherapien bei an Demenz erkrankten Menschen aus? Steigern Aromen das Wohlbefinden? Ein „Schnupperkurs“ geht diesen und weiteren Fragen auf den Grund und bietet die Möglichkeit zur Information für Angehörige und Interessierte.

☎ 19 Uhr

**Seniorenzentrum
Maria vom Siege Plaidt
Mühlenstraße 43
56637 Plaidt**

📍 Anmeldung unter Tel.: 02632/3090-0



**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

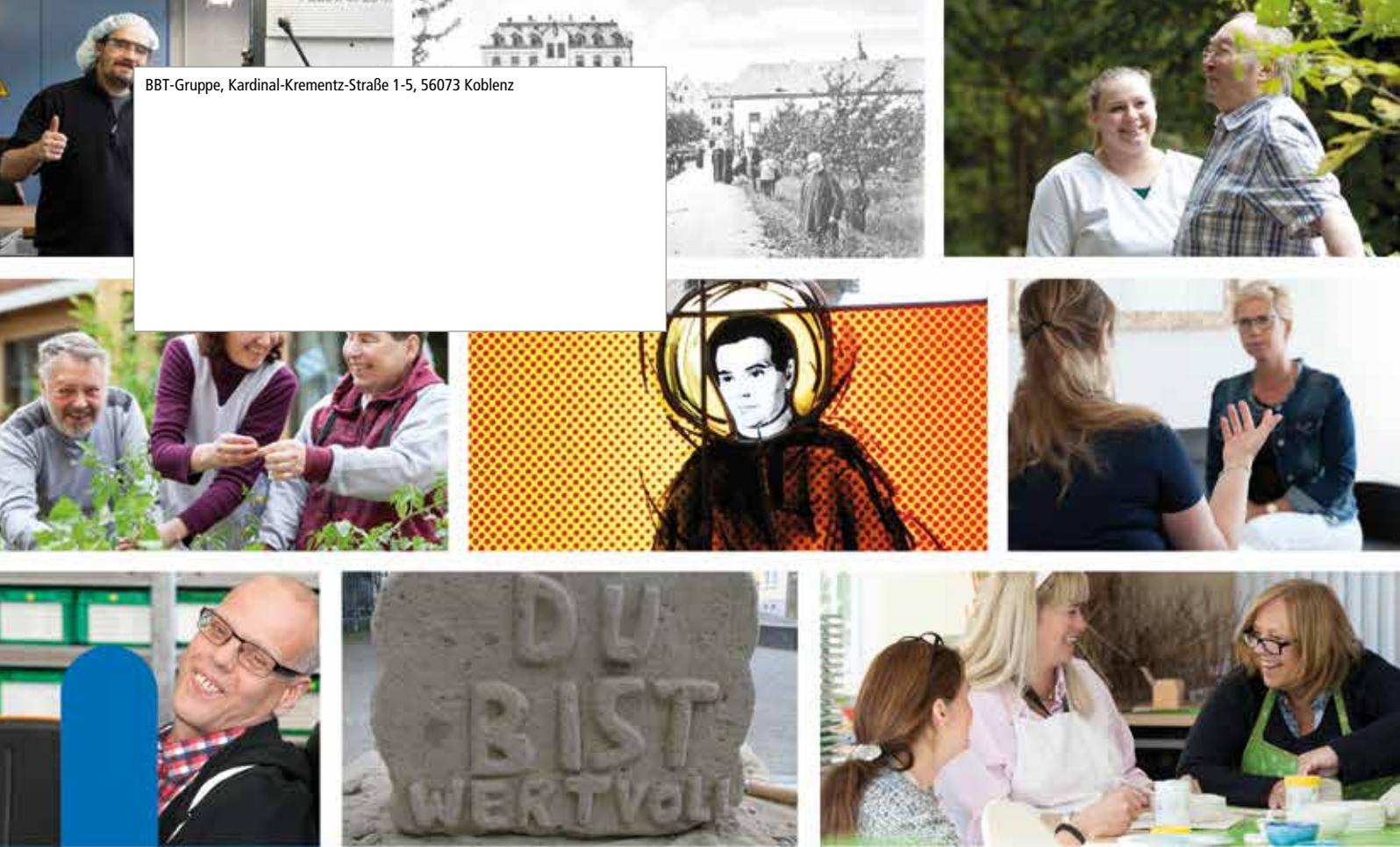
**Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Marienhof Koblenz**
Rudolf-Virchow-Str. 7-9
56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-0
www.kk-km.de

**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



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



**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.