

Leben!

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

AUS
IHRER
REGION

Sicherheit
GROSSÜBUNG
AM KKM

VISZERALMEDIZIN
GEMEINSAM
FÜR DIE
BESTE THERAPIE

Pflegeausbildung
JEDEN TAG EIN
NEUES ABENTEUER



Jeden Tag ein neues Abenteuer

2020 startet die neue Ausbildung in der Pflege: Kranken-, Alten- und Kinderkrankenpfleger werden nun gemeinsam ausgebildet. Das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim praktiziert das schon seit Längerem in einem Modellprojekt. Wie das im Alltag aussieht? Drei Schüler berichten.



Gemeinsam die beste Therapie entwickeln

Bei Erkrankungen des Magens, Darms oder anderer innerer Organe werden Patienten im Gemeinschaftskrankenhaus Bonn von Medizinern unterschiedlicher Fachrichtungen untersucht. Im Viszeralmedizinischen Zentrum arbeiten Internisten und Chirurgen eng zusammen.

VISZERALMEDIZIN



Fotos: istockphoto

Stark im Alltag – Trainieren ohne Geräte

Mal ehrlich, wenn man nach einem stressigen Tag endlich zu Hause angekommen ist, erscheint der Gang ins Fitnessstudio nicht sehr attraktiv. Gut, dass es Übungen gibt, die man daheim ohne weitere Hilfsmittel machen kann. Markus Häring, Physiotherapeut am Therapiezentrum des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur, weiß, wie man den Körper für alltägliche Bewegungen stärken kann.



Kleine ganz groß

Dieses Jubiläum musste gebührend gefeiert werden – und zwar mit den „richtigen“ Hauptdarstellern: den Kindern der Kita Marienkäfer. Die Kindertagesstätte des Katholischen Klinikums am Marienhof in Koblenz beging den zehnten Geburtstag.

editorial



Frank Mertes
Hausoberer
Barmherzige Brüder Saffig

INHALT

intro

- 4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

viszeralmedizin

- 6 Gemeinsam die beste Therapie entwickeln
- 11 Kompetenzzentrum für Hernienchirurgie

gesund&fit

- 12 Stark im Alltag – Trainieren ohne Geräte

pflegeausbildung

- 14 Jeden Tag ein neues Abenteuer

standpunkt

- 18 Es geht jeden an

kurz&knapp

- 20 Nachrichten aus der Region

beruf&familie

- 24 Kleine ganz groß

sicherheit

- 26 Großübung am KKM
- 30 momentmal
- 32 Kinderseite
- 33 Kreuzworträtsel
- 34 Veranstaltungstipps
- 35 Impressum



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

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

was möchte ich in meinem Leben werden? Diese Frage wird sich jeder früher oder später stellen. Celine Carcarlar, Milena Waltert und Felix Beitel haben ihre Entscheidung getroffen: Die jungen Menschen haben nach Schule und Praktika eine Ausbildung in der Pflege in der BBT-Region Tauberfranken-Hohenlohe begonnen. Dort profitieren sie von der generalistischen Pflegeausbildung, die ab Januar 2020 gesetzlich verankert ist. Welche Vorteile sich dadurch ergeben und was die drei in ihrem Berufsalltag antreibt, erfahren Sie in dieser Ausgabe des „Leben!“-Magazins.

Lesen Sie außerdem, wie im Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur in einer groß angelegten Brandschutzübung der Ernstfall geprobt wurde oder wie Mitarbeitende der Barmherzigen Brüder Saffig zukünftig die Tagwehr der ortsansässigen Freiwilligen Feuerwehr unterstützen. Sie sehen, dass Engagement und Einsatz über die pflegerisch-gesundheitliche Versorgung von kranken und pflegebedürftigen Menschen hinausgeht. In allen Lebenssituationen, selbst im Alltag, eröffnen sich Möglichkeiten, Hilfe und Unterstützung anzubieten. Man muss sie nur erkennen – und nutzen.

Denken Sie doch mal darüber nach, wie oft Sie sich in Ihrem Berufs- und Alltagsleben für andere einsetzen. Sie werden positiv überrascht sein!

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre der aktuellen Ausgabe.

Herzliche Grüße
Ihr

Frank Mertes

NEUE LEITUNG DES ORDENS

Im Zeichen der Nächstenliebe

Bruder Benedikt Molitor (2. v. li.) ist der neue Generalobere der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf. Außerdem wurde beim 34. Generalkapitel des Ordens Mitte Oktober der Generalrat für die kommenden sechs Jahre gewählt. Generaloberer und Generalrat bilden die Generalleitung der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf, die alleiniger Gesellschafter der Barmherzige Brüder Trier gGmbH ist. „In diesem Jahr feiern wir den 200. Geburtstag des Ordensgründers und erleben, wie aktuell und herausfordernd der Ordensauftrag zu einer tätigen Nächstenliebe in unsere Zeit wirkt. In diesem Geiste wirken die Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf bis heute mit hohem Engagement“, sagte BBT-Geschäftsführer Dr. Albert-Peter Rethmann anlässlich der Neuwahlen.



SPIELERISCH DAS GEHIRN TRAINIEREN

TABLET STATT TABLETTEN

Menschen wollen selbstständig leben, sich austauschen sowie Körper und Geist aktiv nutzen – das gilt in jedem Alter. Speziell für Senioren und Menschen mit einsetzender Demenz hat die Firma Media4Care gemeinsam mit Experten ein Tablet entwickelt, das mit Konzentrations- und Denkübungen für mehr Abwechslung im Alltag sowie geistige Fitness sorgen will. Außerdem können Angehörige Fotogröße und Nachrichten direkt an die Senioren senden oder auch per Videotelefonie in Kontakt bleiben.

Mehr Informationen unter www.media4care.de

DIAKONISSENKRANKENHAUS GEHÖRT ZUR BBT-GRUPPE

In guten Händen

Die Diakonissen Speyer haben zum 1. Dezember 2019 ihre Gesellschaftsanteile an der Diakonissenkrankenhaus Mannheim GmbH vollständig an die BBT-Gruppe übertragen. „Mit dem Zusammenschluss schaffen wir einen starken Verbund christlicher Häuser in Mannheim“, sagte Dr. Albert-Peter Rethmann, Sprecher der Geschäftsführung der BBT-Gruppe. „Wir können damit der Bevölkerung

in Mannheim und Umgebung unter dem Dach eines christlichen Krankenträgers eine umfassende und leistungsfähige medizinische Versorgung anbieten.“ Schwester Isabelle Wien, Oberin und Mitglied des Vorstands der Diakonissen Speyer, betonte: „Wir haben die Gespräche von Anfang an mit dem Ziel geführt, für unser Krankenhaus und unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine nachhaltige und auch in Zukunft von unserem christlichen Auftrag geprägte Perspektive zu entwickeln.“

Das Theresienkrankenhaus und die St. Hedwig-Klinik sowie das Diakonissenkrankenhaus in Mannheim bleiben unter dem Dach der BBT-Gruppe eigenständig, können aber durch eine enge Zusammenarbeit und Abstimmung ihr Leistungsangebot weiter qualifizieren und effizienter gestalten.



NEUE AUSBILDUNGSWEGE

Für eine moderne und zukunftsorientierte Pflege

Aus drei wird eins: Mit Jahresbeginn sind die bislang getrennten Ausbildungszweige Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege in der generalistischen Pflegeausbildung vereint. Neben der Praxis unter anderem in Krankenhaus, Altenpflege und ambulanter Pflege lernen die Auszubildenden die Theorie in den ersten beiden Jahren gemeinsam, sodass alle auf derselben Basis aufbauen können. Im dritten Jahr erst erfolgt die Entscheidung zum Berufsabschluss Pflegefachfrau/-mann, Altenpfleger/in oder Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger/in. Mit der neuen Ausbildung können Fachkräfte künftig in allen Bereichen arbeiten und sich beruflich besser weiterentwickeln, zum Beispiel über ein anschließendes Pflegestudium. Auch an den finanziellen Rahmenbedingungen hat sich etwas getan: Die Azubis müssen kein Schulgeld mehr bezahlen und haben Anspruch auf ein angemessenes Ausbildungsgehalt.

Mehr zur neuen Ausbildung in den Schulen für Gesundheitsfachberufe der BBT-Gruppe in dieser Ausgabe und auf www.bbtgruppe.de

Ausführliche Infos auch unter www.pflegeausbildung.net



Foto: istockphoto

KNIGGE FÜR DIE ERKÄLTUNGSZEIT

Mit der Faust gegen Viren

Die einen schütteln die Hand, andere geben ein Bussi, wieder andere nicken sich nur zu. Wie begrüße ich eigentlich korrekt in der Erkältungszeit, ohne den anderen vor den Kopf zu stoßen? Gar nicht so einfach, denn unzählige Mikroorganismen tummeln sich auf der Hand: Egal, ob beim Naseputzen, Essen zubereiten oder an der Türklinke – Keime gelangen überall auf die Hand und werden munter weiterverteilt, was in der Erkältungszeit besonders lästig ist. Deswegen rät Knigge zu einer einfachen Mitteilung an den Gesprächspartner und das Auslassen des Handschlags. Für größere Gruppen gilt die Faustregel: Bis zu fünf Personen reicht man die Hand, danach reicht ein Gruß in die Runde. Eine etwas ungewöhnliche Alternative ist der „Fist Bump“, bei dem man zur Begrüßung die Fäuste aneinander schlägt – auch Barack Obama und der Dalai Lama begrüßen ihre Gegenüber oftmals auf diese Art und übertragen damit bis zu 90 Prozent weniger Viren. Probieren Sie es doch mal aus und vor allem: Kommen Sie gut durch die Erkältungszeit!



Foto: istockphoto

Videos der BBT-Gruppe gibt es jetzt auch im Fernsehen in der kostenlosen Smart-TV-App Katholisch plus. Derzeit steht die App auf Samsung-Geräten zur Verfügung. Laden Sie sich die App einfach auf Ihren Fernseher.

GEMEINSAM DIE BESTE THERAPIE ENTWICKELN





TEXT: JORIS HIELSCHER | FOTOS: ANDRÉ LOESEL

Bei Erkrankungen des Magens, Darms oder anderer innerer Organe werden Patienten im Gemeinschaftskrankenhaus Bonn von Medizinern unterschiedlicher Fachrichtungen untersucht. Im Viszeralmedizinischen Zentrum arbeiten Internisten und Chirurgen eng zusammen und entscheiden gemeinsam, was die optimale Therapie für jeden Patienten ist.

Manfred Bodemann kann sich noch ganz genau an die Zeit vor vier Jahren erinnern: „Ich habe meinen Hausarzt aufgesucht, weil meine Augen so gelblich verfärbt waren, und zwei Tage später lag ich schon im Krankenhaus. Das ging ruckzuck.“ Sein Hausarzt hatte bei dem damals 76-Jährigen eine Gelbsucht diagnostiziert. „Er machte mir klar, dass es sich um eine ernsthafte Erkrankung handelte“, erzählt Bodemann.

Im Gemeinschaftskrankenhaus Bonn wurde der emeritierte Professor für Physikdidaktik, der im benachbarten Königswinter zusammen mit seiner Frau wohnt, eingehend untersucht. Und zwar nicht nur von Ärzten der Inneren Medizin, wie in anderen Krankenhäusern üblich, sondern von Anfang an auch von Ärzten der Viszeralchirurgie. Im sogenannten Viszeralmedizinischen Zentrum (VMZ), das seit 2016 zertifiziert ist, kooperieren die Abteilungen für Allgemeine Innere Medizin/Gastroenterologie sowie für Allgemein- und Viszeralchirurgie. Das Ziel der engen Zusammenarbeit zwischen Internisten und Chirurgen: Gemeinsam entwickeln sie die

optimale Therapie für jeden Patienten mit Erkrankungen der inneren Organe.

Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts

Der Begriff Viszeral kommt vom lateinischen Wort viscera, was übersetzt Eingeweide bedeutet. Das Viszeralmedizinische Zentrum kümmert sich also um Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts einschließlich der Speiseröhre, der Leber, der Gallenblase und Gallenwege sowie der Bauchspeicheldrüse. „Bei solchen Erkrankungen ist die Zusammenarbeit zwischen Innerer Medizin und Chirurgie essenziell“, sagt Privatdozent Dr. Bernd Sido, Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie, und gibt auch gleich ein Beispiel. So können Gallensteine auf verschiedene Arten therapiert werden. Es hängt unter anderem von ihrer Lage und Größe ab, ob sie beispielsweise endoskopisch oder operativ entfernt werden, also ob ein Internist oder ein Chirurg die Behandlung durchführt. Eine Diagnose – in diesem Fall Gallensteine – könne also je nach Ausprägung ganz unterschiedliche Therapien nach sich ziehen.

Priv.-Doz. Dr. Bernd Sido, Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie (Ii.), und Prof. Dr. Franz Ludwig Dumoulin, Chefarzt Innere Medizin.

Daher sind schon bei der Diagnose Experten beider Fachrichtungen beteiligt. „Kommt ein Patient mit akuten Bauchschmerzen in die Notaufnahme, untersuchen wir ihn gemeinsam und stimmen uns ab“, erklärt Bernd Sido. Zusammen entwickeln Internist und Chirurg einen Behandlungspfad für jeden Patienten: Wie sieht die Therapie aus? Wird er stationär behandelt? Auf welche Station wird er verlegt? „So wollen wir beispielsweise verhindern, dass eine Operation unnötigerweise hinausgezögert wird“, so der Chefarzt der Allgemein- und Viszeralchirurgie.

Transparenter Ablauf im Krankenhaus

Auch Patienten wie Manfred Bodemann, die mit einer Überweisung kommen und stationär versorgt werden, werden interdisziplinär behandelt. „Bei der Aufnahme identifizieren wir Pati-

enten mit relevanten Erkrankungen, in der elektronischen Patientenakte werden sie dann als VMZ-Patienten registriert“, sagt Professor Dr. Franz Ludwig Dumoulin, Chefarzt Innere Medizin. So können die Ärzte leicht nachvollziehen, wie VMZ-Patienten behandelt werden und auf welchen Stationen sie liegen. In einer wöchentlichen Konferenz besprechen Internisten und Chirurgen die Diagnose und die weitere Therapie jedes einzelnen Patienten.

Bei Manfred Bodemann gestaltete sich die Diagnose schwierig. Ziemlich schnell war klar, dass eine hochgradige Verengung des Gallengangs die Gelbsucht verursachte. Dadurch konnte die Gallenflüssigkeit nicht abfließen, erklärt Chefarzt Dumoulin, der den damals 76-Jährigen behandelte. Mit der Folge, dass das in der Gallenflüssigkeit enthaltene Bilirubin, ein gelblich-brauner Farbstoff, der beim Abbau roter Blutkörperchen entsteht, sich im Ge-

webe ablagerte und die normalerweise weiße Lederhaut des Auges gelb verfärbte. Unklar war allerdings, warum der Gallengang sich so verengt hatte. „Es konnte sich um eine Entzündung, aber auch um ein Karzinom handeln“, so Dumoulin.

Doppelte Expertise

Der Chefarzt untersuchte Manfred Bodemann, unter anderem kontrollierte er mit einem Endoskop den Gallengang. Außerdem setzte er eine Drainage, damit die Gallenflüssigkeit abfließen konnte. Bei der Diagnose zog er auch den Chefarzt Dr. Sido hinzu. „Neben der wöchentlichen Konferenz arbeiten wir auch ansonsten eng zusammen“, erläutert Dumoulin. So zeigen beispielsweise Internisten in der Endoskopie den Chirurgen Befunde, umgekehrt rufen Chirurgen Internisten in den OP, wenn deren Expertise gefragt ist. Die Wege



Enge Zusammenarbeit im Viszeralmedizinischen Zentrum: Ärzte verschiedener Fachgebiete sind an Diagnose und Therapie beteiligt.



Die gute Aufklärung vor der OP habe ihm sehr geholfen, erinnert sich Manfred Bodemann.

sind kurz, die Teams kennen sich sehr gut und suchen den direkten Kontakt. „Wir sehen uns nicht als Konkurrenz, sondern ergänzen uns zum Wohl der Patienten“, sagt Dr. Sido. „Das bedeutet aber nicht, dass wir immer einer Meinung sind. Es kommt durchaus vor, dass wir kontrovers diskutieren, welche die beste Behandlung ist“, ergänzt Dr. Dumoulin.

Auch schon vor der Einrichtung des Viszeralmedizinischen Zentrums vor rund vier Jahren arbeiteten die beiden Fachrichtungen zusammen. Der große Unterschied: Die Zusammenarbeit ist nun „standardisiert“. Es gibt klare Regeln zur Identifizierung der relevanten Patienten, zu Behandlungspfaden oder zur wöchentlichen Konferenz. „Mit der Zertifizierung haben wir ein Qualitätsmanagement etabliert“, erklärt Chefarzt Dumoulin.

Einsatz für die Patienten

Bei der Behandlung von Manfred Bodemann waren sich die beiden Chefarzte einig. „Nach den Untersuchungen

bestand eine hochgradige Indikation, dass es sich um ein Karzinom handelt, das operativ entfernt werden muss“, so Franz Ludwig Dumoulin. Bösartige Tumoren der Gallenblase und der Gallenwege, die zu den eher seltenen Krebserkrankungen gehören, haben keine gute Prognose. Weil betroffene Patienten im frühen Stadium häufig keine Symptome haben, werden Karzinome oft spät diagnostiziert, häufig zu spät. Die durchschnittliche Überlebenszeit nach Diagnosestellung beträgt nur vier bis fünf Monate, die Heilungschancen sind in der Regel gering.

Allerdings war die Diagnose nicht eindeutig, und so mussten beide Chefarzte Überzeugungsarbeit leisten. „Vor der Operation wollte ich genau wissen, was ich habe“, erinnert sich Manfred Bodemann. „Ich wollte einen absoluten Beweis, dass ich Krebs habe.“ Zu deutlich war die Erinnerung an die großen Schmerzen seiner Frau, die aufgrund einer Brustkrebserkrankung vor zehn Jahren mehrfach operiert wurde. Chefarzt Dumoulin führte Untersuchungen erneut durch, ohne allerdings eine defi-

nitive Diagnose stellen zu können. „Gerade bei solch großen Eingriffen machen wir es uns nicht leicht“, so Dumoulin.

Zeit für Fragen

Die beiden Chefarzte setzten sich mit dem Patienten zusammen. „Sie sind auf mich eingegangen und haben sich ernsthaft mit meinen Argumenten auseinandergesetzt. Das hat mir wirklich geholfen“, erzählt Bodemann. Sachlich und gut verständlich hätten sie ihm erklärt, was eine Krebserkrankung bedeuten und wie die Operation ablaufen würde. Letztendlich entschied sich Manfred Bodemann für eine OP.

Es sollte eine sehr aufwändige und schwierige Operation werden. Denn die Vermutung der Ärzte bewahrheitete sich, ein Pathologe konnte in den anfangs bei der Operation entnommenen Zellen Krebs nachweisen. Chefarzt Bernd Sido musste, um den Tumor zu entfernen, die Gallenblase, knapp zwei Drittel der Leber sowie den gesamten Gallengang herauschneiden. Das Schwierige dabei: Der Gallengang verläuft in seinem letzten Abschnitt durch den Kopf der Bauchspeicheldrüse. Wäre diese beschädigt worden, hätte Manfred Bodemann wahrscheinlich nicht überlebt. In einer aufwändigen



Befunde werden mit Kollegen anderer Fachrichtungen besprochen.

Prozedur schaffte es der Chefchirurg, den Gallengang in seiner ganzen Länge zu sezieren. Auch Chefarzt Dumoulin unterstützte bei der Operation.

Heute wieder fit

Sechs Wochen lag Manfred Bodemann im Krankenhaus, stark geschwächt von dem großen operativen Eingriff. Doch nach einigen Monaten erholte er sich. „Mittlerweile spüre ich keinerlei Beeinträchtigungen“, sagt er voller Freude. Dem mittlerweile 80-Jährigen geht es gesundheitlich wieder richtig gut. Mit seiner Frau und einer Wandergruppe geht er regelmäßig in der Eifel oder im Siebengebirge wandern. „Aber nicht unter zehn Kilometer“, betont er.

„Im Nachhinein können wir sagen: Alles richtig gemacht“, sagt Chefarzt Bernd Sido. „Aber ohne diese enge Zusammenarbeit hätten wir das nicht geschafft.“ ■



Priv.-Doz. Dr. Bernd Sido, Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie (li.), und Prof. Dr. Franz Ludwig Dumoulin, Chefarzt Innere Medizin (re.), behandelten Manfred Bodemann gemeinsam.

Diese Erkrankungen behandelt die Viszeralmedizin

1

Speiseröhre

Sodbrennen, Schluckstörungen, gutartige Tumore, Speiseröhrenkrebs

2

Magen

Akute und chronische Blutungen, entzündliche Erkrankungen, gutartige Tumore, Magenkrebs

3

Bauchspeicheldrüse

Akute und chronische Blutungen, gutartige Tumore, Bauchspeicheldrüsenkrebs

4

Leber

Leberzirrhose (Schrumpfleber), Leberzysten, gutartige Tumore, Leberzellkrebs, Lebermetastasen

5

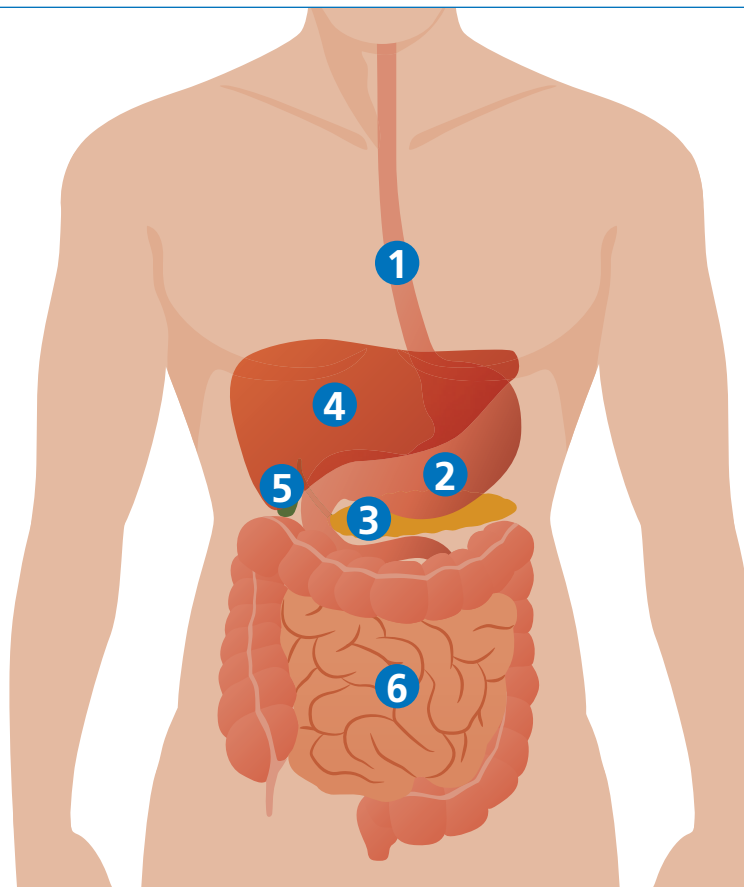
Gallenblase

Gallensteine, gutartige Tumore, Krebs der Gallenblase oder Gallengänge

6

Darm (Dünndarm, Dickdarm und Enddarm)

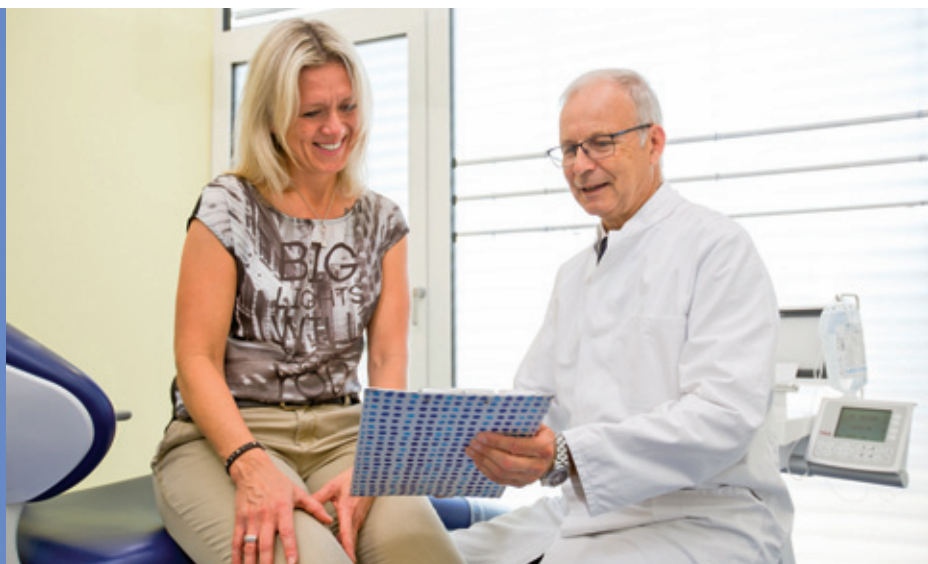
Durchfallerkrankungen, Ausstülpungen der Darmschleimhaut, Blutungen und Durchblutungsstörung, Darmverschluss, Stuhlinkontinenz, Krebsvorstufen (Adenome, Polypen), Darmkrebs



Wie wird die Behandlung ablaufen? Chefarzt Dr. Michael Düsseldorf und sein Team besprechen das gemeinsam mit den Patienten.

Kompetenzzentrum für Hernienchirurgie

Am Kompetenzzentrum Hernien des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur werden Patienten behandelt, die an einem Leistenbruch, einem Zwerchfellbruch oder einem Nabelbruch leiden. Unter der Leitung von Chefarzt Dr. Michael Düsseldorf wird im Hernienzentrum am Bräderkrankenhaus in Montabaur modernste Medizin auf höchstem Qualitätsniveau geboten – dies zeigt auch die Zertifizierung des Kompetenzzentrums.



„Die Mediziner unseres Hernienzentrums können auf die Erfahrungswerte von mehreren Hundert Operationen pro Jahr zurückgreifen“, sagt Dr. Düsseldorf. „Diese fachliche Expertise wird schon in einem ersten Therapieschritt genutzt, indem die Frage beantwortet wird, ob eine Operation überhaupt notwendig ist.“ Zur Klärung dieser Frage stehen neben der Ultraschalluntersuchung im Bedarfsfall auch Computer- und Kernspintomografie zur Verfügung. Dank der Verpflichtung zur ständigen Weiterbildung können permanent eine Vielzahl an verschiedenen Operationsverfahren eingesetzt werden, was sich auch in den sehr guten Behandlungsergebnissen widerspiegelt.

Um diese zu gewährleisten, ist die Teilnahme an der Qualitätssicherungsstudie „Herniamed“ der Deutschen Hernien-Gesellschaft obligatorisch. Im Rahmen der Zertifizierung müssen neben diesen fachlichen Qualitäten auch Organisationsmerkmale nachgewiesen werden, die ein Höchstmaß an Sicherheit für den Patienten garantieren. „Wir sehen uns in der Pflicht, anhand der beschriebenen Kriterien sehr sorgfältig und gemeinsam mit dem Patienten abzuwägen, ob eine

Operation überhaupt erforderlich ist und welches Operationsverfahren in Betracht kommt.“

Schonende Operationsverfahren

Die sorgfältige Auswahl des Operationsverfahrens, orientiert an den individuellen Gegebenheiten des Patienten, ermöglicht einen bestmöglichen Behandlungserfolg. Angewandt werden bei Leistenbrüchen und Zwerchfellbrüchen im Schwerpunkt minimalinvasive und damit für den Patienten schonende Operationsverfahren. Aufgrund der hohen fachlichen Expertise wurde das Zentrum von der Deutschen Herniengesellschaft (DHG) und der Deutschen Gesellschaft für Allgemein- und Viszeralchirurgie (DGAV) als Kompetenzzentrum für Hernienchirurgie zertifiziert und verfügt über modernste Diagnose- und Operationsverfahren.

Dr. Michael Düsseldorf
Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie
Katholisches Klinikum Koblenz · Montabaur
Bräderkrankenhaus Montabaur
Tel.: 02602 122-662
viszeralchirurgie@kk-km.de

Ihr Ansprechpartner
Bräderkrankenhaus Montabaur

TRAINIEREN OHNE GERÄTE

STARK IM ALLTAG

Mal ehrlich, wenn man nach einem stressigen Tag endlich zu Hause angekommen ist, erscheint der Gang ins Fitnessstudio nicht sehr attraktiv. Gut, dass es Übungen gibt, die man daheim ohne weitere Hilfsmittel machen kann. Markus Häring, Physiotherapeut am Therapiezentrum des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur, weiß, wie man den Körper für alltägliche Bewegungen stärken kann.

Kniebeugen

„Die Kniebeuge ist eine ganz zentrale Bewegung in unserem Alltag. Wir brauchen sie beim Bezwingen jeder Treppenstufe, beim Hinsetzen oder auch beim Heben von Lasten. Umso wichtiger ist es, den Bewegungsablauf durch Training zu stärken.“

Ausgangsposition ist der hüftbreite Stand. Den gesamten Oberkörper an-

spannen und die Knie beugen, bis die Oberschenkel parallel zum Boden sind. Die Knie müssen hinter den Fußspitzen bleiben. Diese Stellung einen kleinen Moment halten und danach aus der Kraft der Beine wieder in eine aufrechte Position stemmen. Den Rücken während der gesamten Übung gerade halten. „Stellen Sie sich vor, Sie würden sich auf einen Stuhl setzen, dann gehen Sie weit genug nach unten.“



Was kann ich gegen Muskelkater tun?

„Ich mache heute nichts, ich habe Muskelkater!“ Wenn Sie mit dem regelmäßigen Trainieren beginnen, werden Sie diesen Satz vielleicht öfter sagen – das wird mit der Zeit besser, versprochen! Dehnen Sie die in Mitleidenschaft gezogenen Muskelgruppen, um den Muskelkater zu verbessern. Außerdem fördert Wärme die Durchblutung der Muskulatur – gönnen Sie sich doch ein heißes Bad mit durchblutungsfördernden Zusätzen wie Latschenkiefer oder einen Gang in die Sauna. Nach zwölf bis 24 Stunden können Sie mit Ihrem Training weitermachen, auch wenn es vielleicht noch ein wenig schmerzt.



Einbeinstand

„Bei jedem Schritt verlagern wir unser ganzes Gewicht auf einen Fuß und halten den anderen für kurze Zeit frei in der Luft. In diesen wenigen Sekunden ist ein stabiles Fundament wichtig, das wir durch einfache Stabilisationsübungen stärken können.“

Auf ein Bein stellen und das andere leicht nach hinten anwinkeln. Eine halbe Minute halten und anschließend wechseln. Sollte das zu leicht erscheinen, ein Handtuch mehrmals falten und sich darauf stellen. Durch den wackeligen Untergrund muss das Bein ausbalanciert werden. Bei der Übung am besten einen fixen Punkt im Blick behalten, so lässt sich das Gleichgewicht besser ausbalancieren.

Wie oft und wie lange trainieren?

Es reicht, wenn Sie drei- bis viermal die Woche trainieren. Jede Übung sollte 20 Mal durchgeführt werden, bei drei Durchgängen. Stellen Sie bitte keine Geschwindigkeitsrekorde auf, sondern absolvieren Sie alle Übungen mit Ruhe und Bedacht. Kleine Verschnaufpausen dazwischen sind völlig legitim und empfehlenswert.

Vierfüßlerstand

„Unser Oberkörper ist vergleichbar mit dem Fahrgestell eines Autos. Er muss stabil und stark sein, sonst bricht alles in sich zusammen.“

Ausgangsposition ist der Vierfüßlerstand. Dabei Bauch und Beckenboden anspannen, sodass kein Hohlkreuz entsteht. Den rechten Arm vom Boden heben und nach vorne strecken. Gleichzeitig das linke Bein heben und nach hinten ausstrecken. Kurz halten und anschließend wechseln.

Bei der etwas dynamischeren Variante werden Arm und Bein nicht wieder abgesetzt, sondern unter dem Körper zusammengeführt, sodass ein Rundrücken entsteht.

IM SCHLAFZIMMER



Fotos: istockphoto

IM WOHNZIMMER



Beckenheben

„Wenn Sie sich jetzt fragen, wann Sie diese Bewegung brauchen, kann ich das verstehen. Wir brauchen sie eher unbewusst, zum Beispiel beim Umlagern in der Rückenlage oder wenn wir auf dem Rücken liegend eine sehr enge Jeans anziehen.“

Mit dem Rücken auf den Boden legen und die Arme neben sich ausstrecken. Beine anwinkeln und die Fersen aufstellen. Nun das Gesäß soweit anheben, dass der Körper eine schräg abfallende Linie bildet. Kurz halten und danach in die Ausgangsposition zurückkehren.

Muss ich mich aufwärmen?

Aufwärmen schadet nie, weil es die Durchblutung fördert und damit die Gelenke besser geschmiert werden. Sie können laufen gehen, es kann aber auch ein kleines Dehnprogramm sein. Auch auf der Stelle laufen ist eine Alternative. Nebenbei die Lieblingsserie zu schauen, kann eine nette Ablenkung sein – vielleicht laufen Sie dann sogar weiter, weil Sie nicht darüber nachdenken. Beenden können Sie das Aufwärmprogramm, wenn Sie ins Schwitzen kommen. Das ist das Zeichen Ihres Körpers, dass er aufgewärmt ist.

Burpees

„Bei den Burpees trainiert man nicht nur eine Muskelgruppe, sondern den ganzen Körper. Im Gegensatz zu den anderen Übungen wird hier auch das Herz-Kreislauf-System trainiert, weil Schwung in die Bewegung kommt.“ Zunächst hüftbreit auf die Füße stellen, danach in die breite Hocke gehen und die Hände vor die Füße auf den Boden legen. Mit beiden Füßen nach hinten springen und einen Liegestütz machen. Wieder in die Hocke nach vorne springen und aufrichten. Einen kraftvollen Strecksprung ausführen und in die Ausgangsposition zurückkehren.

IM ARBEITSZIMMER



Markus Häring,
Physiotherapeut am
Therapiezentrum des
Katholischen Klinikums
Koblenz · Montabaur.





JEDEN TAG EIN NEUES ABENTEUER

2020 startet die neue Ausbildung in der Pflege: Kranken-, Alten- und Kinderkrankenpfleger werden nun gemeinsam ausgebildet. Junge Menschen in der BBT-Region Tauberfranken-Hohenlohe haben damit bereits Erfahrungen gemacht, denn das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim praktiziert das schon seit Längerem in einem Modellprojekt. Wie das im Alltag aussieht? Drei Schüler berichten.

TEXT: JORIS HIELSCHER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL



ICH BIN ECHT FROH, DASS ICH MICH FÜR DIE AUSBILDUNG ENTSCHIEDEN HABE.

Celine Carcarlar, 21 Jahre

Eigentlich wollte Celine Carcarlar Medizin studieren, doch nach dem Abitur entschied sie sich für eine Ausbildung zur Krankenpflegerin im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim. Die 21-Jährige, die mittlerweile im zweiten Lehrjahr ist, bereut ihre Entscheidung nicht. Denn auch in der Ausbildung lernt sie viel über den menschlichen Körper – was sie fasziniert. „Und die Vielseitigkeit meiner Aufgaben gefällt mir sehr gut“, erzählt sie mit Begeisterung.

Rund 90 Kilometer pendelt Celine Carcarlar jeden Tag von ihrem Zuhause in Widdern, einer Kleinstadt in der Nähe von Heilbronn, nach Bad Mergentheim. Dass sie trotz des langen Arbeitsweges ihre Ausbildung am Caritas-Krankenhaus macht, hängt mit ihrer Großmutter zusammen. Sie wurde vor rund vier Jahren wegen Brustkrebs dort behandelt. Celine Carcarlar besuchte sie mit ihren Eltern häufig und lernte das Haus kennen.

Nicht lange danach absolvierte die damals 17-Jährige ein Praktikum im Caritas-Krankenhaus in der Allgemeinchirurgie. „Ich konnte bei größeren Eingriffen zuschauen – das war sehr spannend“, erinnert sie sich. Trotz dieser interessanten Erfahrung verwarf Celine

VIDEO

Mehr zur neuen Pflegeausbildung
unter www.bbtgruppe.de/leben

**Praxis und Theorie wechseln sich ab
und sind aufeinander abgestimmt.**



Carcarlar ihren Plan, nach dem Abitur Medizin zu studieren. Die lange Studiendauer schreckte sie ab, lieber wollte sie gleich anfangen, zu arbeiten.

„Ich bin echt froh, dass ich mich für die Ausbildung entschieden habe“, erzählt sie. Denn dort lerne sie viele unterschiedliche Bereiche kennen. Im ersten Jahr der dreijährigen Ausbildung hat sie Erfahrungen auf drei Krankenhausstationen, in einer Diabetes-Klinik sowie bei einem ambulanten Pflegedienst gesammelt. In Zukunft wird sie noch in anderen Abteilungen im Krankenhaus und unter anderem in der Psychiatrie arbeiten. „Ich finde es praktisch, solch einen breiten Einblick zu bekommen. So kann ich herausfinden, in welchem Bereich ich später tätig sein möchte“, sagt Celine Carcarlar.

Bisher hat ihr am besten die Arbeit im Krankenhaus gefallen, insbesondere auf der Station Urologie/Nephrologie. „Ich komme morgens auf Station und weiß nicht, was passiert. Es ist wie ein Abenteuer“, erzählt die 21-Jährige mit Begeisterung. Doch wie es nach der Ausbildung sein werde, könne sie nicht sagen. Knapp zwei Jahre Ausbildung liegen noch vor ihr, sie hat noch viel Zeit, sich zu entscheiden.

» DAS SCHÖNE IST, DIE FORTSCHRITTE DER PATIENTEN ZU SEHEN.

Milena Waltert, 20 Jahre



„Ich habe kein Helfersyndrom, aber ich kümmere mich gerne um andere Menschen“, sagt Milena Waltert über sich selbst. Und schon lange interessiert sich die 20-Jährige für Medizin. Da ist die Ausbildung als Krankenpflegerin mehr als naheliegend. Seit Oktober 2018 ist sie Auszubildende im Krankenhaus Taubertalbischheim. „Ich fühle mich sehr wohl hier“, erzählt sie.

In Freunde-Bücher schreiben Kinder hinein, welche Farbe, welches Tier oder welches Essen sie am liebsten mögen und was sie einmal werden möchten, wenn sie groß sind. „Ich habe immer Krankenschwester geschrieben“, erinnert sich Milena Waltert und lacht. Woher das komme, wisse sie nicht, aber schon im Kindergarten habe sie gerne anderen Kindern geholfen. Dieser Wunsch änderte sich auch nicht, als sie

älter wird. Sie besuchte das Berufskolleg Gesundheit und Pflege in Bad Mergentheim, das auf Berufe im Gesundheitssektor vorbereitet. Dazu gehörte auch ein Praktikum, das Milena Waltert auf einer Intensivstation absolvierte.

Mittlerweile befindet sich die 20-Jährige im zweiten Lehrjahr und konnte schon in verschiedenen Praxisstationen Erfahrungen sammeln. „Bislang hat es mir in der Chirurgie am besten gefallen“, sagt sie. Sie berichtet begeistert, wie die Vorbereitungen auf die OP ablaufen und wie sie danach die Patienten betreut. „Das Schöne ist, die Fortschritte der Patienten zu sehen.“ An der integrativen Ausbildung gefällt ihr, dass sie auch Erfahrungen auf der Neugeborenenstation sammeln wird. „Darauf freue ich mich schon sehr“, sagt Milena Waltert.

Sie könne sich gut vorstellen, nach der Ausbildung als Krankenpflegerin in der Chirurgie oder in einer Reha-Klinik zu arbeiten, sagt die junge Frau, die sich in ihrer Freizeit als Oberministrantin engagiert und Jüngere anleitet. „In der Reha betreuen wir die Patienten länger und lernen sie besser kennen.“ Die Nähe zu den Menschen und auch mal Zeit für ein Gespräch zu haben, ist ihr wichtig. „Ich bin gespannt, was die Ausbildung noch alles mit sich bringt“, sagt sie. Festlegen wolle sie sich daher noch nicht, wo sie später arbeiten wird. Es wird auf jeden Fall etwas mit Menschen sein.

Große Vielfalt: Einsätze im OP und auf verschiedenen Stationen gehören dazu.



» AUCH MIT EINER AUSBILDUNG ZUM PFLEGER KANN MAN DURCHSTARTEN.

Felix Beitel, 18 Jahre

Der 18-jährige Felix Beitel hat einen Plan: In rund zehn Jahren will er als Crewmitglied eines Rettungshubschraubers Menschenleben retten. Dazu muss er nach seiner Ausbildung als Krankenpfleger im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim Arbeitserfahrung sammeln und mehrere Weiterbildungen machen. Dabei wäre ihm seine Begeisterung fürs Fliegen einmal fast zum Verhängnis geworden.

„Ein Luftloch sorgte dafür, dass das Segelflugzeug plötzlich absackte“, erzählt Felix Beitel. Und anstatt auf dem Flugplatz mussten der Fluglehrer und der damals 14-Jährige auf einem nahe gelegenen Feld notlanden. Während der Fluglehrer unverletzt blieb, erlitt der Teenager eine Rückenfraktur. „Wir hatten richtig Glück“, sagt er und erzählt gelassen weiter. Trotz des Unfalls und der schweren Verletzung ist seine Faszination fürs Fliegen ungebrochen, gerade lernt er für einen Schein für Segelflugzeuge. Und später will er sein Hobby sogar zum Beruf machen.

Als er mit der Fraktur im Krankenhaus lag, kam ihm zum ersten Mal der Gedanke, Krankenpfleger zu werden, erzählt er. Sein Vater, selbst Pfleger in Bad Mergentheim, vermittelte ihm ein Praktikum in der Unfallchirurgie. „Da habe ich den richtigen Alltag auf Station kennengelernt. Ich fand die Arbeit ganz in Ordnung“, erzählt Felix Beitel. Nach der Realschule entschied er sich für die Ausbildung, schon vorher hatte er sich über Weiterbildungsmöglichkeiten informiert.



Felix Beitel hat sich viel vorgenommen. Nach seiner Ausbildung plant er, eine berufsbegleitende Fachweiterbildung für Intensivpflege und Anästhesie zu machen. Danach würde eine Ausbildung als Notfallsanitäter folgen. Und nach einiger Erfahrung im Krankenwagen könnte er dann eine Zusatzausbildung zum HEMS (Helicopter Emergency Medical Services) Technical Crew Member absolvieren. Das hochspezialisierte Crewmitglied muss sowohl die notfallmedizinische Versorgung als auch alle wichtigen Aspekte der Rettungsfliegerei beherrschen und assistiert dem Piloten sowie dem Notarzt. „Das ist ein erreichbares Ziel“, sagt der 18-Jährige selbstbewusst. Seine Botschaft: Auch mit einer Ausbildung zum Pfleger kann man durchstarten.



Eine Station der neuen Ausbildung ist in der Altenhilfe.



VIELE WEGE STEHEN OFFEN!

Für viele Krankenhäuser ist die generalistische Pflegeausbildung Neuland. Nicht so in Bad Mergentheim: Schon seit rund 15 Jahren werden die Auszubildenden dort möglichst umfangreich und vernetzt ausgebildet. Norbert Stolzenberger, Leiter des Caritas-Bildungszentrums, kennt daher die Vorteile des neuen Systems bestens.

Herr Stolzenberger, 2020 ist ein wichtiges Jahr für die Pflegeausbildung.

Das kann man tatsächlich so sagen. Mit dem Pflegeberufegesetz, das am 1. Januar in Kraft tritt, werden die Ausbildungen Krankenpflege, Kinderkrankenpflege und Altenpflege zusammengefasst. Das bedeutet in erster Linie, dass Auszubildende nicht mehr wie bisher ausschließlich im Krankenhaus oder im Pflegeheim eingesetzt werden und dass sie gemeinsam Inhalte lernen. Wir bekommen also eine einheitliche Ausbildung in der Pflege, die sich somit theoretisch wie praktisch verändern wird.

Wie genau sehen die Veränderungen aus?

Wer früher beispielsweise Altenpflege gelernt hat, wurde in der Regel ausschließlich im Pflegeheim eingesetzt. Jetzt mit der neuen generalistischen

Ausbildung lernen die Auszubildenden viele verschiedene Einsatzbereiche kennen. Für jeweils sechs bis zehn Wochen kommen sie auf Krankenhausstationen wie die Chirurgie, Orthopädie oder Gynäkologie, in Seniorenzentren und zu ambulanten Pflegediensten und damit zu Patienten nach Hause. Und sie können sogar Erfahrungen in der Psychiatrie oder in einem Reha-Zentrum sammeln.

Was ist der Gewinn der neuen Ausbildung?

Die Auszubildenden erhalten einen umfassenden Überblick und lernen vernetztes Denken. Wenn sie später beispielsweise in einem Pflegeheim arbeiten und einen Patienten aus dem Krankenhaus bekommen, können sie besser einschätzen, was im Vorfeld gewesen ist. Das war im alten System nicht der Fall. Vor allem bietet die neue Ausbildung bessere Karrieremöglichkeiten in der Pflege.

Inwiefern?

Die Auszubildenden lernen viele unterschiedliche Einsatzbereiche kennen und können sich später entscheiden, was ihnen am meisten liegt. Sie können beispielsweise in einer Stroke Unit oder im OP arbeiten, sie können im ambulanten Pflegedienst Menschen zu Hause versorgen oder die Leitung eines Wohnbereichs übernehmen. Ihnen stehen später viele Möglichkeiten offen, und sie können leichter deutschlandweit oder sogar EU-weit einen Job finden.

Es geht jeden an

Der Klimawandel ist längst zu einer Klimakrise geworden. Wer sich noch fragen sollte, was geht mich das alles an, wird nun vielleicht hellhörig: Auch Ärzte warnen vor den Folgen der weltweiten Erwärmung. Das Thema ist im Gesundheitswesen angekommen.

ABER
HIER IM REISEFÜHRER
STEHT, DASS DAS MAL
DER BLAUE PLANET
WAR.



„Der Klimawandel ist die größte Bedrohung für unsere Gesundheit im 21. Jahrhundert, ein medizinischer Notfall für die Erde – wir müssen schnellstens handeln“, zogen die Experten des World Health Summit, des Weltgesundheitsgipfels, der Ende Oktober in Berlin tagte, Bilanz. Die Folgen des Klimawandels werden nun vielleicht greifbarer und auch begreifbar für alle, die dem Thema bislang wenig Bedeutung beimaßen. Wenn das Eis an den Polen schmilzt, der Meeresspiegel steigt, ist, wer in der Mitte Deutschlands lebt, (noch) nicht in Gefahr. Extreme Wetterlagen nehmen zu, Landwirte beklagen Ernteausfälle, dennoch braucht bislang niemand etwas von seinem Speiseplan zu streichen.

Der weltweite CO₂-Ausstoß muss verringert, die Erderwärmung im Vergleich zur vorindustriellen Zeit auf deutlich unter zwei, möglichst auf 1,5 Grad begrenzt werden, so das Ziel des Pariser UN-Klimaabkommens von 2015. Die Botschaft hat jeder inzwischen verinnerlicht – dennoch: Das Ganze bleibt irgendwie immer noch abstrakt.

Mehr Krankheiten durch Klimawandel

Das könnte sich schnell ändern. „Temperaturanstieg, Hitzewellen, Dürren, Überschwemmungen – all das hat verheerende Auswirkung auf die Gesundheit der Menschen. Konkret bedeutet das: mehr Infektionskrankheiten, mehr Herz-Kreislauf-Erkrankungen, mehr Allergien“, warnte Professor Dr. Detlev Ganten, Präsident des World Health Summit, anlässlich des Treffens.

Ein Beispiel: Im vergangenen Sommer ist erstmals in Deutschland eine Infektion mit dem West-Nil-Virus bekannt geworden und ein Patient an einer Gehirnentzündung erkrankt. Diese Viren stammen ursprünglich aus Afrika und sind durch Zugvögel und Stechmücken in nördlichere Regionen gelangt. „Offenbar haben die durch den Klimawandel bedingten ungewöhnlich warmen Sommer der letzten beiden Jahre dazu beigetragen, dass sich West-Nil-Viren nördlich der Alpen

Illustration: Markus Grollik/toonpool.com

etabliert haben“, so das Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin, das den Virus nachgewiesen hatte. Der Präsident des Robert Koch-Instituts, Professor Dr. Lothar H. Wieler, rechnet damit, dass in den kommenden Sommern weitere West-Nil-Virus-Infektionen auftreten werden.

Von Tropenkrankheiten bis Luftverschmutzung

Forscher prognostizieren generell die weitere Ausbreitung von tropischen Krankheiten wie dem Dengue-Fieber oder der Cholera. Auch die Luftverschmutzung in den Städten, die sich durch die Hitze verstärkt, bringt gesundheitliche Beschwerden mit sich. 2016 verursachte die Luftverschmutzung insgesamt weltweit bis zu sieben

wiegende gesundheitliche Folgen hätten wie Hitzschlag, Herzinfarkt und akutes Nierenversagen aufgrund von Flüssigkeitsmangel. Besonders gefährlich ist dies für ältere Menschen, kleine Kinder und chronisch Kranke. Allein in Deutschland starben im Jahr 2015 6.100 Menschen infolge der Hitze. Zudem haben Temperaturanstieg und Hitzewellen Einfluss auf die Arbeitskapazität verschiedener Bevölkerungsgruppen. 2018 gingen weltweit 133,6 Milliarden potenzielle Arbeitsstunden verloren, lautete die Bilanz der Wissenschaftler.

Vorbereitet sein

„Der gesamte Gesundheitsbereich muss sich auf die Veränderungen einstellen und dem Klimawandel entgegenwirken“, for-

so der Präsident der Bundesärztekammer, und er kündigte zugleich an, beim Ärztetag 2020 einen Schwerpunkt auf dieses Thema zu legen.

Gesundheit für kommende Generationen

Gesunde Menschen gibt es nur auf einem gesunden Planeten, das mag wie eine Binsenweisheit klingen, bringt es aber auf den Punkt: Wenn die Menschheit nicht sofort handele, so Nick Watts, Geschäftsführender Direktor des Lancet Countdown, wären die schon erzielten Fortschritte bei der Lebenserwartung in Gefahr – und der Klimawandel würde die Gesundheit der ganzen kommenden Generation bestimmen. In jeder Phase des Lebens vom Säugling bis zum Greis sind die Folgen des Temperaturanstiegs für die Gesundheit spürbar – und zwar heute schon.

Es ist gut, dass sich nun auch Vertreter der Gesundheitsberufe zu Wort melden. Denn ihre Aufgabe besteht nicht nur darin zu heilen, sondern auch die Gesundheit zu schützen und auf Gefahren hinzuweisen. An zentralen Stellen – ob im direkten Kontakt zu Patienten, organisiert in Verbänden und Kammern in Richtung Politik oder auch als Wissenschaftler – haben sie die Möglichkeit, Einfluss zu nehmen, Veränderungen anzustoßen und einzufordern. Der Patient Erde ist in Not und braucht dringend Hilfe – je mehr Gruppen in der Gesellschaft sich für eine Wende stark machen, umso besser. Denn es geht um kein geringeres Gut als unsere Gesundheit.

„Der gesamte Gesundheitsbereich muss sich auf die Veränderungen einstellen und dem Klimawandel entgegenwirken.“

Millionen Todesfälle, allein in Deutschland starben speziell durch Feinstaubbelastung mehr als 44.800 Menschen frühzeitig.

Der Klimawandel als eine globale Entwicklung zeigt nicht nur an anderen Orten der Erde Folgen, sondern bedroht ganz konkret die Gesundheit jedes Menschen. Deutlich machte das auch der globale Jahresbericht 2019 des internationalen Klimaforschungsprojektes The Lancet Countdown zu den gesundheitlichen Auswirkungen des Klimawandels. Diese Analyse beruht auf den Erkenntnissen von rund 120 Experten von verschiedenen Institutionen, darunter auch die Weltgesundheitsorganisation WHO, die Weltbank und viele Universitäten.

Bis zum Ende des Jahrhunderts sind demnach, wenn sich nichts ändert, jährlich mehrere zusätzliche Hitzewellen zu erwarten, insbesondere in Süddeutschland. Dies bringe Hitzestress und hohe bodennahe Ozonkonzentrationen mit sich, die schwer-

derter der Präsident der Bundesärztekammer, Dr. Klaus Reinhardt, vor dem Hintergrund der Ergebnisse von The Lancet Countdown. Konkret bedeute das: Krankenhäuser, Reha- und Senioreneinrichtungen müssen auf solch extreme Ereignisse vorbereitet sein und reagieren können – dafür muss die Politik laut Reinhardt die notwendigen Rahmenbedingungen schaffen. Ebenso sei die Entwicklung und Verabschiedung eines nationalen Hitzeplans erforderlich. Doch auch dem medizinischen und pflegerischen Personal müssen die Auswirkungen des Klimawandels für die Gesundheit präsent sein, um zum Beispiel die Dosierung von Medikamenten für Herz-Kreislauf-Erkrankungen anpassen oder um Patienten aufklären zu können. „Schließlich müssen wir die Forschung zu den Auswirkungen der Klimaerwärmung auf die Gesundheit des Einzelnen sowie auf die globale Gesundheit intensivieren“,

Judith Hens

ist Referentin im Zentralbereich Unternehmenskommunikation in der Zentrale der BBT-Gruppe und Chefin vom Dienst des „Leben!“-Magazins.





EINWEIHUNG Lebendig, bunt, informativ: Der Bildungscampus Koblenz, die Bildungseinrichtung des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur, nahm die Gäste bei der Einweihungsfeier der neuen Räumlichkeiten mit auf eine abwechslungsreiche Reise durch den neuen Campus. Rund 450 Schüler werden hier in unterschiedlichen Gesundheitsfachberufen ausgebildet. Seit rund einem Jahr geschieht all dies unter einem gemeinsamen Dach in der Koblenzer David-Roentgen-Straße.

Mehr Informationen unter www.bildungscampus-koblenz.de



AUSGEZEICHNET Die Schlaganfall-Spezialstation (Stroke Unit) unter der Leitung von Professor Dr. Johannes Wöhrle, Chefarzt der Neurologie und Stroke Unit, ist erfolgreich rezertifiziert worden und unterstreicht damit einmal mehr ihre Leistungsfähigkeit auf höchstem Niveau. Im August 1999 in Betrieb genommen, wird die „Überregionale Stroke Unit“ am Brüderhaus Koblenz bereits seit dem Jahr 2000 regelmäßig zertifiziert – und nun schon zum sechsten Mal. Die Deutsche Schlaganfall-Gesellschaft hat erst kürzlich eine erneute Qualitätsüberprüfung der Prozesse vorgenommen und dem KKM die Rezertifizierung überreicht.

NEUER HYBRID-OP

Für schwierige Eingriffe

Mit der Inbetriebnahme eines neuen Hybrid-OP am Marienhof in Koblenz hat das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur die Versorgung von Patienten in der Region weiter optimiert. „Es ist uns gelungen, mit diesem OP auf höchstem technischem Niveau die Versorgung kritischer Patienten in Koblenz weiter zu verbessern“, sagt Privatdozent Dr. Sascha Herber, Chefarzt der Klinik für Interventionelle Radiologie und Nuklearmedizin. Der neue OP-Saal ist mit einer Angiografieanlage mit modernster Computertechnik und bestmöglicher Reduktion der Röntgenstrahlung ausgestattet, abgestimmt insbesondere auf Gefäßeingriffe und Eingriffe bei akutem Schlaganfall. Die Ausstattung des Saales ermöglicht die Durchführung komplexer Eingriffe an Hirngefäßen oder der Bauchschlagader in Narkose. Patienten mit akutem Schlaganfall, die mit einem Hubschrauber transportiert werden müssen und daher nicht direkt auf die Stroke Unit in das Brüderhaus gebracht werden können, sind somit auch am Marienhof bestmöglich versorgt. Diese Patienten können unmittelbar vom Hubschrauberlandeplatz am Marienhof in den OP gebracht werden.





**Was tun bei Schmerzen?
Dr. Francis Kilian spricht im
Druckhaus der Rhein-Zeitung.**

CHEFARTZ INFORMIERT ÜBER DIE
URSACHE VON RÜCKENSCHMERZEN

Spezialisten für die Wirbelsäule

Dr. Francis Kilian, Chefarzt des zertifizierten Wirbelsäulenzentrums am Brüderhaus Koblenz, war erstmals zu Gast im Druckhaus der Rhein-Zeitung. Der Vortragsraum war mit rund 100 Zuhörern ausgebucht. Die starke Resonanz wunderte wenig, denn Rückenschmerzen sind die Volkskrankheit Nummer eins in Deutschland. „Mit über 85 Prozent unserer Bevölkerung“, bezifferte Dr. Kilian die Zahl der Betroffenen. „Über 60 Prozent sind jenseits der 60.“ Als Neurochirurg und Orthopäde steht der Chefarzt seit nunmehr 20 Jahren der damals gegründeten Abteilung vor. „Die Wirbelsäulenchirurgie hat in den letzten Jahren eine enorme technische Neuentwicklung mit revolutionären Veränderungen erfahren, die dem Patienten zugutekommen und das Operationsrisiko verringern“, erklärte Francis Kilian, der das Zentrum kontinuierlich weiterentwickelt hat. „Bis auf Unfälle entstehen die meisten Beschwerden mit der Zeit“, erläuterte der Fachmann. „Diagnosen sind selten einfach. Man muss den Menschen als Ganzes betrachten. Untersuchungen stehen im Vordergrund unserer Arbeit und diese sollten gründlich sein.“ Was tun, wenn Schmerz zu Einschränkungen, mangelnder Bewegung und auch zur Beeinträchtigung der Psyche führt? Dr. Kilian machte klar: „Schmerzbetäubung kann oft guttun, damit der Kopf wieder frei ist und Bewegung einsetzt. Aber am Ende hilft dann doch bei akuten Schäden und Problemen nur eine Operation.“ Die Ärzte des Katholischen Klinikums sind anerkannte Spezialisten, das Wirbelsäulenzentrum wurde von der Deutschen Wirbelsäulengesellschaft (DWG) auf Level II zertifiziert.

KARDIOLOGIE: LIVE AUS DEM KATHETERLABOR

Aus Koblenz in die ganze Welt

Aus dem Marienhof live in die ganze Welt: In einer sogenannten Live-Case-Übertragung haben die Herzspezialisten der Klinik für Innere Medizin/Kardiologie am Katholischen Klinikum Koblenz · Montaubaur an einer Liveschalte mit Experten aus der ganzen Welt teilgenommen. Dafür wurden Eingriffe am Herzen aus dem Marienhof live gestreamt und einem Fachpublikum in der ganzen Welt präsentiert. Zeitgleich wurden die Eingriffe kommentiert und diskutiert. Insgesamt wurde im Rahmen der siebenstündigen Veranstaltung aus drei deutschen und drei chinesischen Katheterlaboren übertragen. Dabei schauten weltweit mehr als 15.000 Herzspezialisten zu. Die Zuschauer der Liveübertragung kamen unter anderem aus Deutschland, China, Indonesien, Hongkong, Frankreich, Kanada und den USA.



**Maßgeblich initiiert und geleitet hatte den „Live Case“
Dr. Jiangtao Yu, Leitender Oberarzt der Inneren Medizin/
Kardiologie.**



FACHKLINIK FÜR PSYCHIATRIE UND
PSYCHOTHERAPIE BAUT ANGEBOT AUS

Mit mehr Plätzen

Mit dem neu in Kraft getretenen Landeskrankenhausplan wurde die psychiatrische Tagesklinik der Barmherzigen Brüder Saffig um zehn Plätze erweitert. Insgesamt stehen nun 15 Therapieplätze zur Verfügung. Damit wird die Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Standort Saffig weiter gestärkt. Einen Schwerpunkt der Tagesklinik bildet das Behandlungsangebot für junge Erwachsene mit dem Bedarf an strukturierten Angeboten, Sozialberatung, beruflicher Orientierung und Suchtprävention. Das Konzept der Tagesklinik sieht vor, dass die Patientinnen und Patienten tagsüber therapeutische Angebote wahrnehmen und abends und am Wochenende zu Hause sind.

Für mehr Informationen:

Andreas Kerl-Sanchez, Leitender Oberarzt,
Tel.: 02625 31-502, a.kerl-sanchez@bb-saffig.de
Barmherzige Brüder Saffig, Zentrale
Informations- und Beratungsstelle,
Tel.: 02625 31-929, info-cm@bb-saffig.de



ALARM AM ARBEITSPLATZ Mitarbeitende der Barmherzigen Brüder Saffig unterstützen die Tagesalarmbereitschaft der Feuerwehr der Verbandsgemeinde Pellenz. Durch lange Arbeitswege stehen viele Freiwillige tagsüber nicht zum Einsatz bereit. Daher helfen nun fünf ausgebildete Wehrleute unter den Mitarbeitenden mit. Von der Idee begeistert, machen auch weitere Beschäftigte berufsbegleitend die Ausbildung. So können demnächst zwölf Mitarbeitende bei Alarm mit ausrücken. Weitere Interessierte sind willkommen.

AKTIONSTAG IM SENIORENZENTRUM MÜNSTERMAIFELD

Senioren sind „Rollator-Fit“

Der Rollator ist mehr als nur ein Hilfsmittel. Er unterstützt nicht nur bei der Bewältigung des Alltags und erhält die Selbstständigkeit, sondern kann gezielt als Trainingsgerät und Bewegungsmotivator eingesetzt werden. An einem Aktionstag unter dem Motto „Rollator-Fit!“ konnten Bewohner des Seniorenzentrums St. Josef Münstermaifeld den sicheren Umgang mit dem Rollator einüben und ihn in vielfältigster, kreativer und spaßorientierter Weise ausprobieren. Nach dem Theorieteil mit einem Überblick über die Funktionen und die richtige Bedienung des Rollators ging es in die Praxis. Hierbei absolvierten die Bewohner einzelne Stationen mit verschiedenen Aufgaben. Am Ende des Tages stand der Erwerb eines Rollator-Führerscheins an, den alle erfolgreich entgegennehmen konnten. Der Rollator ist auch Teil der Bewegungsangebote des Seniorenzentrums, um Kraft und Ausdauer, Sturzprophylaxe, die Konzentration und kognitive Leistungsfähigkeit sowie Bewegungsgeschicklichkeit zu fördern.



JUBILÄUM



FÜR EINEN ERFOLGREICHEN START INS BERUFSLEBEN

Talente flexibel fördern

Die Barmherzigen Brüder Saffig beteiligen sich an der Kampagne „TAFF – Talente flexibel fördern“ der Aktion Arbeit im Bistum Trier. „Umbrüche wie Schulwechsel oder Ausbildungsende stellen kritische Übergangsphasen beim Weg ins Berufsleben dar, die junge Menschen oft nicht meistern können. Genau hier setzt unser Engagement an“, erläutert Stefan Minning. Er vertritt die Barmherzigen Brüder Saffig im TAFF-Projekt. Ohne begleitende Hilfe gelänge der Schritt in ein existenzsicherndes Berufsleben nicht. Verlören junge Menschen ihre bisherige Unterstützung und die vertrauten Ansprechpartner, habe dies negative Effekte für den Berufseinstieg. TAFF gewährleistet die Unterstützung durch regelmäßige externe Anleitung, modulare Fortbildungen und Jobcoaching in dieser schwierigen Phase. Die Förderung soll dabei die Persönlichkeitsentwicklung unterstützen und helfen, selbstständig zu werden, um eine langfristige Eingliederung in den neuen Beruf zu ermöglichen.

Ansprechpartner:

Stefan Minning, Tel.: 02632 491053, s.minning@bb-saffig.de

AUSSTELLUNG 2.844 Besucher sahen die einjährige Jubiläumsausstellung „Rückblick. Ausblick. Weitblick. 150 Jahre Barmherzige Brüder Saffig“. Mit einer Dauerausstellung zur Standortgeschichte und zahlreichen Wechelausstellungen, Lesungen und Kunstaktionen zeigten Klienten, Bewohner, Beschäftigte, Mitarbeitende und Ehrenamtliche, dass Inklusion aktiv und abwechslungsreich verwirklicht werden kann. Aufgrund des großen Interesses wird das Projekt 2020 fortgeführt und weiterentwickelt.

Informationen zur Ausstellung unter www.bb-saffig.de



Stefan Mining (re.) beim Auftakt von „TAFF“ mit Bischof Dr. Stephan Ackermann (4. v. li.).



KLEINE GANZ GROSS

Dieses Jubiläum musste gebührend gefeiert werden – und zwar mit den „richtigen“ Hauptdarstellern: den Kindern der Kita Marienkäfer. Die Kindertagesstätte des Katholischen Klinikums am Marienhof in Koblenz begibt einen runden Geburtstag. Bereits seit zehn Jahren unterstützt das KKM seine Mitarbeitenden am Standort bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Die Feierlichkeiten begannen mit einem Familiengottesdienst in der Mutterhauskirche der Schwestern vom Heiligen Geist. Im Anschluss wurde das Jubiläum in den Räumlichkeiten der Kita gefeiert – lebendig, lustig und bunt, so wie es hier tagtäglich seit nunmehr zehn Jahren zugeht. „Danke an alle, die es ermöglicht haben, dass diese Erfolgsgeschichte Betriebskindertagesstätte Marienkäfer überhaupt starten konnte vor vielen Jahren“, sagte der neue stellvertretende Hausobere Ralf Braun. Er nannte dabei seine Vorgängerin Renate Brest und die engagierten Erzieherinnen, deren Fachkenntnis und wertschätzender, herzlicher Umgang mit den Kindern und im Team die Grundlage für die gute pädagogische Arbeit seien. Gelingen ist dies auch dank einer starken Partnerschaft mit Lotto Rheinland-Pfalz und der Sparkasse Koblenz. Die 64 Kita-Plätze werden ausschließlich an Kinder der Mitarbeitenden des Katholischen Klinikums und der beiden Kooperationspartner vergeben.

„Ich möchte an dieser Stelle aber auch den Eltern danken, die uns ihre Kinder anvertrauen“, unterstrich Ralf Braun. „Sie tragen damit zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei. Zudem engagieren sie sich nicht nur im Elternausschuss sehr aktiv für unsere Kita.“

Spiel, Spaß und Auszeichnungen

Im Rahmen des Jubiläums gab es unterschiedliche Aufführungen und Spiele mit den Kindern zu bestaunen, es wurde fleißig gegrillt und viel gelacht – unter anderem beim Besuch der Klinikclowns. Ralf Braun zeichnete zudem mit Schwester Sabine Wagner, der Kita-Leiterin, und Vanessa Maier – die beide von der ersten Stunde an Teil des Teams sind und somit ihr zehnjähriges Dienstjubiläum feierten – ebenfalls Monika Passon für ihre 15-jährige Tätigkeit am KKM aus.



Dank für langjährige Tätigkeit am KKM: der stellvertretende Hausobere Ralf Braun mit Monika Passon (li.), Vanessa Maier und Schwester Sabine.

„Es hat mir sehr viel Freude gemacht, die Kita von Grund auf mit zu planen und aufbauen zu können“, sagte Schwester Sabine. „Stolz bin ich darauf, dass der Wunsch nach einer Kita, der bei einer Mitarbeiterbefragung im KKM geäußert wurde, von der Krankenhausleitung und den Gesellschaftern aufgegriffen und umgesetzt wurde. Auch nach zehn Jahren empfinde ich das Miteinander und das Profitieren durch

die Dienstgemeinschaft als sehr unterstützend und arbeitserleichternd. Es ist für mich und die Mitarbeiterinnen der Kita eine Selbstverständlichkeit, auch unseren Teil in die Dienstgemeinschaft einzubringen, sodass die Eltern Familie und Beruf bestmöglich verbinden können. Und natürlich habe ich gerne mit Kindern zu tun. Es ist mein Traumberuf und ich kann mir keinen schöneren vorstellen.“

NEUE KITA PETERSTOR IN MONTABAUR

„Ein Tor ins Leben“ – das soll die neue Kita Peterstor in Montabaur nach dem Willen von Kita-Leiterin Katharina Lörch werden. Was sie damit verbindet, erklärte sie bei der offiziellen Einweihung der Einrichtung, die sich an der Peterstorstraße auf dem Gelände des Bräckerkrankenhauses Montabaur befindet und seit Mitte August in Betrieb ist. Rund 50 geladene Gäste waren gekommen, um das große Haus für die kleinen Leute zu besichtigen und einzuweihen.

Die neue Kita bietet Platz für 75 Kinder im Alter von zehn Monaten bis zum Schuleintritt, die in vier Gruppen in unterschiedlichen Altersmischungen betreut werden. Es gibt 49 Ganztagsplätze. Für die Kinder wird mittags frisch gekocht, dafür gibt es eine Küche mit eigenem Küchenpersonal. Zum Außengelände gehören ein Spielgarten mit schönen alten Bäumen und eine große Dachterrasse, wo die Kinder unter

drei Jahren nach Herzenslust toben und mit dem Rutschauto umherflitzen können. Das Kita-Team besteht aus 16 Mitarbeitern. Die Eltern können beim Bringen und Abholen der Kinder für 30 Minuten kostenlos auf dem Parkplatz des Klinikums parken.





GROSSÜBUNG AM KKM



Ein Feuer ist ausgebrochen – auf einer Station sind noch Patienten eingeschlossen. Mit einer groß angelegten Brandschutzübung proben das KKM und die Einsatzkräfte den Ernstfall, der hoffentlich niemals eintreten wird.

Als die ersten Einsatzkräfte eintreffen, hat der Rauch die gesamte Station im Griff und versperrt den Blick. Irgendwo am Ende des Ganges muss ein Feuer ausgebrochen sein. Irgendwo am Ende des Ganges ruhen Menschen – eingeschlossen in den Flammen – nach Hilfe. Und auch wenn alle Beteiligten wissen, dass dies nur ein Übungsszenario ist, schießt sofort das Adrenalin in den Körper, steigen Anspannung und Stresspegel. Mit einer groß angelegten Brandschutzübung hat das Katholische Klinikum Koblenz · Montabaur einen Ernstfall geprobt, von dem alle Beteiligten hoffen, dass er niemals eintreten wird. Mehr als 90 Einsatzkräfte von Feuerwehr, Rettungsdiensten und Polizei sind an diesem Vormittag am Brüderkrankenhaus in Montabaur im Einsatz – in einem Übungsszenario, das allen Beteiligten alles abverlangen wird.

„Wir haben eine besondere Fürsorgepflicht für unsere Patienten“, sagt Werner Hohmann, Hausoberer am Katholischen Klinikum. „Wir wissen, dass eine solche Situation jederzeit passieren kann, das haben die vergangenen Wo-

chen an anderen Krankenhäusern in Deutschland gezeigt. Wir müssen bestmöglich für einen solchen Fall gerüstet sein. Das ist nur möglich, wenn wir ein solches Szenario eng mit den beteiligten Einsatzkräften üben – auch, um mögliche Schwachstellen zu erkennen.“

Bergung und Versorgung von Verletzten

Das Krankenhaus hat eine Station, die aktuell für eine Renovierung geräumt ist, für die Übung zur Verfügung gestellt. Das Szenario: Auf der Station ist ein Feuer ausgebrochen. Das Pflegepersonal konnte erste Patienten und



Mehr als 90 Einsatzkräfte von Feuerwehr, Rettungsdiensten und Polizei rücken an.



Die enge Zusammenarbeit zwischen den Einsatzleitungen von Feuerwehr und Krankenhaus ist immens wichtig.

Wehrleiter Jens Weinriever



Die Rettungskräfte bergen und versorgen bei der Übung 20 Verletzte, darunter auch einen Schwerverletzten.



Übung unter realistischen Bedingungen.

Verletzte in Sicherheit bringen. Andere sind noch eingeschlossen. Insgesamt gilt es, 20 Verletzte, darunter ein Schwerverletzter, zu bergen und zu versorgen. Die eingeschlossenen Personen werden unter anderem von außen mit einer Drehleiter aus dem „brennenden“ Gebäudeteil befreit. Das Rote Kreuz hat einen Bereich auf der Rückseite des Gebäudes eingerichtet, in dem die Verletzten erstversorgt werden.

Einsatzplan schafft Klarheit

„Auch wenn man weiß, dass es nur eine Übung ist: Man spürt sehr schnell auch in der eigenen Rolle die Anspannung“, sagt Werner Hohmann. „Man wird hineingezogen in die Realität einer solchen Situation. Das macht sicherlich auch den hohen Wert dieser Übung aus.“ Ähnlich erging es Daniel Nauroth, dem Klinikmanager des Bräuderkrankenhauses: „Ich war am Anfang eigentlich relativ entspannt, wohlwissend, dass es sich um eine Übung handelt. Aber je mehr Einsatzkräfte vor Ort waren, umso größer wurde die Anspannung. Und wenn man sich dann auch selbst vor Ort ein Bild der Lage macht, bekommt man eine ganz andere Wahr-

nehmung. Man funktioniert und handelt, bekommt auf einen Schlag sehr viele Informationen und muss diese strukturiert und ruhig verarbeiten. Das ist sicherlich eine große Herausforderung.“

Die „übende Truppe“ bestand an diesem Tag nicht nur aus den Einsatzkräften von Feuerwehr und Rotem Kreuz, sondern eben auch aus Pflegekräften, Ärzten, Mitarbeitenden der Technik und der Pressestelle und der Krankenhausleitung, die in solchen Fällen einem klar strukturierten Einsatzplan folgt.

Enge Zusammenarbeit

Nach der Alarmierung der Klinikleitung wurde eine Krankenhaus-Einsatzleitung gebildet, die in engem Austausch mit der Einsatzleitung der Feuerwehr stand. Einzelne Übungsszenarien wie Rückfragen besorgter Angehöriger oder das Eintreffen von Journalisten am Ort des Geschehens wurden ebenso simuliert. Alle beteiligten Kräfte wurden von zahlreichen Beobachtern begleitet, die ganz gezielt nach Schwachstellen in den Abläufen suchten. Zeitnah werden sich Vertreter des Krankenhauses und der



Rettung aus den oberen Stockwerken: Mit einer Drehleiter gelangen die Eingeschlossenen aus dem „brennenden“ Gebäudeteil.

Einsatzkräfte nun zusammensetzen, um die Beobachtungen auszuwerten.

„Für uns ist eine solche Übung immer ein sehr spannendes Ereignis, von dem wir natürlich alle hoffen, dass der Ernstfall niemals eintreten wird“, sagt

Hans-Joachim Klimke. Während der stellvertretende Wehrleiter der Feuerwehr Montabaur den Übungseinsatz leitet, fungiert Wehrleiter Jens Weinriefer als Beobachter. „Die enge Zusammenarbeit zwischen den Einsatzleitungen von

Feuerwehr und Krankenhaus ist immens wichtig“, unterstreicht Klimke. „Diese Situation erfolgreich zu meistern, haben wir heute professionell geübt. Im Ernstfall wären heute mindestens 200 Einsatzkräfte der Feuerwehr vor Ort gewesen.“ ■

Anzeige

TAUSEND- SISSI

**1000 PLÄNE,
GROSSES HERZ!**

**WIR BRAUCHEN
MENSCHEN WIE DICH!**

DIENST. GEMEINSCHAFT. LEBEN.

Deine berufliche Zukunft in einem erfolgreichen Gesundheits- und Sozialunternehmen: www.dienstgemeinschaftleben.de







Das Geschenk des Unplanbaren

Pläne schmieden, Ziele ins Auge fassen,
sich absichern für alle Fälle –
unser normales Verhalten.

Und doch geschieht es täglich,
dass unsere Pläne durchkreuzt werden,
etwas Ungeplantes dazwischenkommt
und uns herausfordert.

Wie reagiere ich auf solche Zwischenfälle?
Werfen sie mich aus der Bahn?
Gibt es eine lernbare Strategie,
wie ich zurückfinde in meine Lebensspur?

Ich brauche dazu
einen unverstellten Blick
auf meine Wirklichkeit,
weil jeder neue Augenblick unplanbar ist,
ein überraschendes Geschenk.
Manchmal muss ich nur
„dem Wunder leise
wie einem Vogel
die Hand hinhalten“. (Hilde Domin)

Elke Deimel

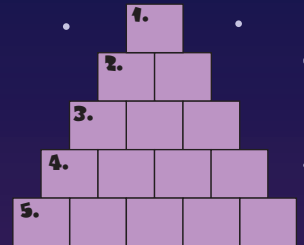
Warum träumen wir?

Jedes Mal wenn wir schlafen, träumen wir. Allerdings können wir uns später nicht immer an den Traum erinnern. Der Schlaf unterteilt sich in zwei Phasen:

1. die traumlose Tiefschlafphase,
2. die REM-Phase (Rapid Eye Movement = schnelle Bewegungen der Augen). Das sind die Traumphasen, die wir etwa drei- bis viermal in der Nacht durchlaufen. Dabei folgen die Augen der Handlung des Traums. Wenn man in dieser Zeit geweckt wird, kann man sich oft an den Traum erinnern.

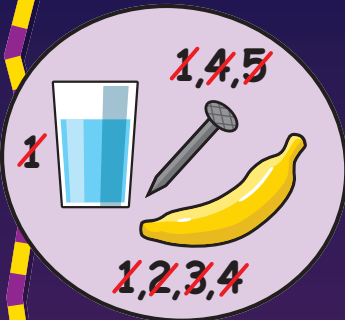
Wieso wir träumen, ist noch nicht völlig geklärt. Eine Theorie besagt, dass wir im Traum die Erlebnisse des Tages verarbeiten.

2. Pyramidenrätsel: Beginne mit einem Buchstaben und füge pro Reihe einen weiteren hinzu. Wenn nötig, bring die Buchstaben in die richtige Reihenfolge.



1. Abkürzung für Tonne
2. Autokennzeichen für „Türkei“
3. Tipp
4. Straßenbahn
5. Erlebnis im Schlaf

1. Dr. Krax träumt von seinem Lieblingsessen. Was könnte das sein?



3. Max kann im Traum fliegen. Vier Buchstaben verraten ihm, welche Art von Schloss da vor ihm liegt.

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

Entsetzen	von ausgeprägter Art	▼	Sportliches, schnelles-Gehen	Hauptstadt der Türkei	▼	elektr. Widerstandsmesser	▼	Frauenkurzname	▼	Windspiel	▼	kontinuierlich	▼	spanisches Reisgericht	hierher	▼	panischer Ansturm
▶	▶	4				Fitnessgerät (Radfahren)	▶										
▶				einheimisches Wildtier		militärische Übung	▶								Bittsteller		
scharfer Knick			Leid, Kummer	▶				Klostervorsteher	▶	6		verschreibt Rezepte		Fremdwortteil: gesamt	▶		
ostruss. Großlandschaft	▶	7								Reichhaltigkeit		US-Regisseur (Woody)	▶				Ausdauer
Wortteil: innerhalb	▶			13		Fremdwortteil: groß		röm. Frühlingsgöttin	▶			2		ein Wassersport		englisch, span.: mich, mir	▶
▶			südschwedische Insel	▶	mehrgängiges Gedeck	▶	12				belegte Brotscheibe		ital. Winterkurort (San ...)	▶			
Beiname Odins	versteckt	erd-farben	▶					Kurzform: „British Exit“	▶	sich wundern	▶			1			
Haus-tiere	▶				Liebes-paar			Körper-flüssig-keit	▶	3			ein Insek-tizid (Abk.)	▶		Erste	
histor. spanische Flotte		steinzeitliche Steinsäule		Eislaufdisziplin	▶							Schön-ling (franz.)		italie-nisch: ja	▶		
▶						Arznei-form	▶			Beginn		weit ausge-dehnt	▶			9	
frecher Junge	▶	8						Rufname des Boxers Schoiz †		dänische Insel im Kleinen Belt	▶	10			Stadt an der Bode		
▶				Fremdwortteil: halb		Honig-insekt	▶					südasiat. Staat		das Ich (latein.)	▶		
Braten-saft			Pfad-finder (engl.)	▶				5		„heilig“ in portug. Städtenamen		die Un-wahrheit sagen	▶				
ägyptische Pyramidenstadt	▶					Abk.: Don-nerstag		histor. Land-schaft in Arabien	▶				Frage-wort	▶			dt. Inter-net-Kenn-zeichen
▶			Arznei-mittel-verab-reichung	▶										Hautfalte zum Schutz d. Auges	▶		
ein weiches Metall		Vorname d. Schau-spielers Ventura	▶					Pseudo-nym von Dickens	▶			Marge, Differenz	▶				

DEIKEPRESS-le1817-1019-8

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 wurden uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von CEWE Stiftung & Co. KGaA.

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Welche Momente haben das vergangene Jahr geprägt? Welche Erlebnisse sollten für immer festgehalten werden? Wer einen besonderen Rückblick erstellen möchte, hat mit einem Fotobuch vielfältige Möglichkeiten. Hier können die schönsten Motive liebevoll zusammengefasst werden. Die Fotos lassen sich individuell anordnen, kreativ gestalten und mit persönlichen Texten versehen.

„Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen drei Gutscheine von cewe Fotobuch im Wert von 50 Euro.

Datenschutzerklärung: Bei Ihrer Kontaktaufnahme mit uns per E-Mail oder auf dem Postweg werden die von Ihnen mitgeteilten Daten von uns zum Zweck der Auslosung und schriftlichen Benachrichtigung der Gewinner gespeichert. Nach Beendigung des Gewinnspiels am 30.04.2020 werden Ihre Daten gelöscht. Bitte nehmen Sie Kenntnis von Ihren Rechten, die im Impressum genannt werden. Veranstalter des Gewinnspiels ist die Barmherzige Brüder Trier gGmbH.



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 31. März 2020. Viel Glück!

Abendvorlesungen

Experten des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur tragen in bewährter Weise interessante Themen aus ihren Fachgebieten für alle Interessierten vor und stehen in einer Diskussionsrunde Rede und Antwort.

23. Januar 2020

Der erste epileptische Anfall

Prof. Dr. Johannes Wöhrle,
Chefarzt der Klinik Neurologie/Stroke Unit

18 Uhr

**Therapiezentrum
am Brüderhaus Koblenz, Halle St. Josef**

Motivus e.V. – Verein für Gesundheit & Rehabilitation

Der Erhalt Ihrer Gesundheit ist uns ein wichtiges Anliegen – denn: Gesundheit bedeutet mehr Lebensqualität und Lebensfreude für jeden Einzelnen. Darum bietet Motivus e.V. – Verein für Gesundheit und Rehabilitation in den Thera-

piezentren am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur verschiedene Kurse aus dem Bereich der Prävention und Rehabilitation an, welche auf spezielle Verordnung oder als Selbstzahler in Anspruch genommen werden können.

Ab 10. Januar 2020

Fit & Mobil mit 60+

Die Fit & Mobil mit 60+ Gymnastik beinhaltet eine allgemeine Mobilisation und Stabilisation in verschiedenen Ausgangspositionen, Koordinations- und Gleichgewichtsübungen inklusive Training der Wirbelsäule und des Beckenbodens. Der Spaß an der Bewegung wird durch leichte Kraft- und Dehnübungen ergänzt. Der Kurs findet bis zum 20. März 2020 statt.

11.15 bis 12.15 Uhr

**Praxis für Physiotherapie
am Marienhof Koblenz**

**Der Folgekurs findet vom
24. April bis zum 3. Juli 2020 statt.**

Ab 13. Januar 2020

Fit an Geräten

Nach einer Erwärmung an Cardiogeräten werden unter Berücksichtigung der medizinischen Trainingslehre individuell und intensiv unterschiedliche Muskelgruppen an Fitnessgeräten gekräftigt. Spezielle Übungen, um die Koordination, Beweglichkeit und Dehnfähigkeit der Muskulatur zu stärken, ergänzen das Training an den Geräten. Der Kurs findet bis zum 23. März 2020 statt.

17.30 bis 18.30 Uhr

**Praxis für Physiotherapie
am Marienhof Koblenz**

**Der Folgekurs findet vom
30. März bis zum 8. Juni 2020 statt.**

Ab 16. Januar 2020

Body & Relax

Body & Relax ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit dem Fokus auf Dehnungen/Faszienstretching mit anschließender Entspannung und richtet sich an sämtliche Altersstufen und Fitnesslevels. Der Kurs findet bis zum 26. März 2020 statt.

17 bis 18 Uhr

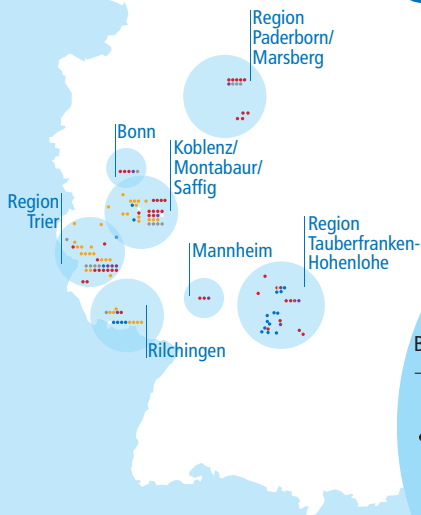
**Therapiezentrum
am Brüderhaus Koblenz**

**Der Folgekurs findet vom
9. April bis zum 9. Juli 2020 statt.**

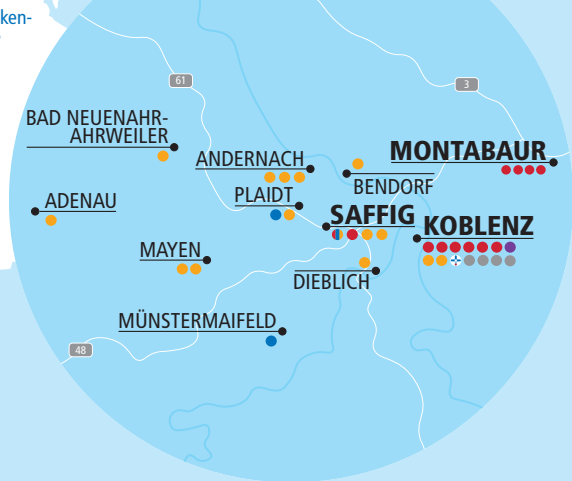
Mehr Informationen:

Motivus e.V. –
Verein für Gesundheit & Rehabilitation
motivus@kk-km.de
Tel.: 0261 496-9296
www.kkm-thz.de

Die BBT-Gruppe ist mit rund 100 Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, über 14.000 Mitarbeitenden und ca. 900 Auszubildenden einer der großen christlichen Träger von Krankenhäusern und Sozial-einrichtungen in Deutschland.



KOBLENZ/MONTABAUR/SAFFIG



KRANKENHÄUSER
Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Brüderhaus Koblenz
Tel.: 0261 496-0
www.kk-km.de

Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Marienhof Koblenz
Tel.: 0261 496-0
www.kk-km.de

Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Brüderkrankenhaus Montabaur
Tel.: 02602 122-0
www.kk-km.de

Fachklinik für Psychiatrie
und Psychotherapie
Tel.: 02625 31-500
www.bb-saffig.de

SENIERENDIENSTE
Seniorenzentrum
St. Josef Münstermaifeld
Tel.: 02605 9806-0
www.bb-saffig.de

Seniorenzentrum
Maria vom Siege Plaidt
Tel.: 02632 3090-0
www.bb-saffig.de

Ambulanter Pflegedienst
der Barmherzigen Brüder Saffig
Tel.: 02625 31-929
www.bb-saffig.de

PSYCHIATRISCHE DIENSTE
Barmherzige Brüder Saffig
Tel.: 02625 31-0
www.bb-saffig.de

GPBZ Mayen
Tel.: 02651 70340
www.bb-saffig.de

GPBZ Adenau
Tel.: 02691 9397550
www.bb-saffig.de

GPA Koblenz-Andernach
Tel.: 02625 31-930
www.bb-saffig.de

GPD Untermosel (Sitz in Dieblisch)
Tel.: 02607 961-9480
www.bb-saffig.de

St. Josefs-Werkstätten Plaidt
Tel.: 02632 952-0
www.bb-saffig.de

Berufliche Integrationsdienste Andernach
Tel.: 02632 491053
www.berufliche-integrationsdienste.de

Berufliche Integrationsdienste Mayen
Tel.: 02651 904124
www.berufliche-integrationsdienste.de

Berufliche Integrationsdienste
Bad Neuenahr-Ahrweiler
Tel.: 02641 205225-27
www.berufliche-integrationsdienste.de

Berufliche Integrationsdienste Bendorf
Tel.: 02622 88546-22
www.berufliche-integrationsdienste.de

IVITA Rheinland-Pfalz und Saarland
Tel.: 0261 702020-0
www.ivita-ggmbh.de

IPS Integrationsbetrieb Post-
und Scanservice Andernach
Tel.: 02632 95836-0
www.ips-andernach.de

MEDIZINISCHE VERSORGUNGSZENTREN
MVZ am Brüderkrankenhaus Montabaur
Tel.: 02602 1220
www.kk-mvz.de

MVZ am Brüderhaus Koblenz
Tel.: 0261 17035
www.kk-mvz.de

MVZ am Marienhof Koblenz
Tel.: 0261 496-3979
www.kk-mvz.de

THERAPIEZENTREN
Therapiezentrum am
Brüderkrankenhaus Montabaur
Tel.: 02602 122-730
www.kkm-thz.de

Therapiezentrum am Brüderhaus Koblenz
Tel.: 0261 496-6208
www.kkm-thz.de

Therapiezentrum am Marienhof Koblenz
Tel.: 0261 496-3720
www.kkm-thz.de

**Bildungscampus am Katholischen
Klinikum Koblenz · Montabaur**
Tel.: 0261 20166-10
www.bildungscampus-koblenz.de

SERVICEDIENSTE
Sanitätshaus der
Barmherzigen Brüder Koblenz
Tel.: 0261 496-6421
www.bk-sanitaetshaus.de

BBT Dienstleistungsgesellschaft
Tel.: 0261 496-6000
www.bbtgruppe.de

BBT Handelsgesellschaft
Tel.: 0261 496-6000
www.bbtgruppe.de

Gesellschaft für Krankenhaus-
dienstleistungen Koblenz · Montabaur
Tel.: 0261 496-6208

Zentrale der BBT-Gruppe
Tel.: 0261 496-6000
www.bbtgruppe.de

vorschau



Neu im April 2020

impresum

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: Generalrat der Barmherzigen Brüder von
Maria-Hilf e.V.

Vorsitzender des Aufsichtsrates: Bruder Alfons Maria Michels
Geschäftsführer: Dr. Albert-Peter Rethmann, Matthias Warmuth,
Werner Hemmes, Andreas Latz

Chefredaktion: Martin Fuchs (verantwortl.)
Chefin vom Dienst: Judith Hens

Redaktion: Christiane Bernert, Claudia Blecher, Anne Britten,
Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Julia Gröber-Knapp,
Frank Mertes, Peter Mossem, Katharina Müller-Stromberg,
Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, Simone Yousef
In Zusammenarbeit mit Heyst GmbH, www.heyst.com

**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.

ISSN 2195-4658

Datenschutzerklärung:

Bei Ihrer Kontaktaufnahme mit uns, der Barmherzigen Brüder
Trier gGmbH, werden die von Ihnen mitgeteilten Daten von uns
gespeichert, um Ihre Fragen zu beantworten oder Ihr Anliegen
zu bearbeiten. Ihre in diesem Zusammenhang anfallenden Daten
löschen wir, nachdem die Speicherung nicht mehr erforderlich ist,
oder schränken die Verarbeitung ein, falls gesetzliche Aufbewah-
rungspflichten bestehen.

Falls wir für einzelne Funktionen unseres Angebots auf beauf-
tragte Dienstleister zurückgreifen oder Ihre Daten für werbliche
Zwecke nutzen möchten, werden wir Sie über die jeweiligen
Vorgänge informieren.

Sie haben gegenüber uns hinsichtlich der Sie betreffenden per-
sonenbezogenen Daten das Recht auf Auskunft, auf Berichtigung
oder Löschung, auf Einschränkung der Verarbeitung, auf Wider-
spruch gegen die Verarbeitung und auf Datenübertragbarkeit. Sie
haben im Falle datenschutzrechtlicher Verstöße ein Beschwerde-
recht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde:

Gemeinsamer Ordensdatenschutzbeauftragter der DOK Nord
Dieter Fuchs, Postanschrift: Wittelsbacherring 9, 53115 Bonn
Tel.: 0171 4215965 (dienstags von 14 bis 17 Uhr)
fuchs@orden.de





Katholisches Klinikum
Koblenz • Montabaur

Unsere Fachabteilungen

Brüderhaus Koblenz

Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz

ORTHOPÄDIE/UNFALLCHIRURGIE

ORTHOPÄDIE/UNFALLCHIRURGIE,
ENDOPROTHETIK UND
KINDERORTHOPÄDIE

Dr. med. Martin Haunschild

ARTHROSKOPISCHE CHIRURGIE,
SPORTORTHOPÄDIE

Dr. med. Dirk Holsten

WIRBELSÄULENCHIRURGIE

Dr. med. Francis Ch. Kilian

KONSERVATIVE ORTHOPÄDIE,
POLIOZENTRUM

Dr. med. Axel Ruetz

NEUROLOGIE, STROKE UNIT

Prof. Dr. med. Johannes Wöhrle

Marienhof Koblenz

Rudolf-Virchow-Str. 7-9, 56073 Koblenz

INNERE MEDIZIN

ALLGEMEINE INNERE MEDIZIN,
INTERVENTIONELLE KARDIOLOGIE

Priv.-Doz. Dr. med. Felix Post

ELEKTROPHYSIOLOGIE,
RHYTHMOLOGIE

Dr. med. Osman Balta

PNEUMOLOGIE, SCHLAFLABOR,
BEATMUNGSMEDIZIN

Dr. med. Jutta Kappes

GEBURTSHILFE, GYNÄKOLOGIE, SENOLOGIE

Dr. med. Jan Dünnebacke

HNO-HEILKUNDE, GESICHTS-, KOPF-, HALS- UND SCHÄDELBASISCHIRURGIE

Prof. Dr. med. Jan Maurer

THORAXCHIRURGIE

Priv.-Doz. Dr. med. Martin Hürtgen

Brüderkrankenhaus Montabaur

Koblenzer Straße 11-13, 56410 Montabaur

INNERE MEDIZIN

ALLGEMEINE INNERE MEDIZIN,
GASTROENTEROLOGIE, PNEUMOLOGIE

Dr. med. Harald Faust

AKUTGERIATRIE

Dr. med. Ralph Schulz

INTERVENTIONELLE KARDIOLOGIE

Priv.-Doz. Dr. med. Felix Post

ELEKTROPHYSIOLOGIE,
RHYTHMOLOGIE

Dr. med. Osman Balta

ALLGEMEIN- UND VISZERALCHIRURGIE

Dr. med. Michael Düsseldorf

MUND-, KIEFER- UND GESICHTSCHIRURGIE

Dr. Dr. med. Michael Wiesend

ORTHOPÄDIE, UNFALL-, HAND- UND WIEDERHERSTELLUNGSSCHIRURGIE, WIRBELSÄULENCHIRURGIE

Dr. med. Thomas Rudy

UROLOGIE UND KINDERUROLOGIE

Dr. med. Constantin Charvalakis

Alle Betriebsstätten

ANÄSTHESIE, INTENSIVMEDIZIN,
NOTFALLMEDIZIN, SCHMERZ-
THERAPIE

Prof. Dr. med. Malte Silomon

DIAGNOSTISCHE UND INTER-
VENTIONELLE RADIOLOGIE,
NUKLEARMEDIZIN

Priv.-Doz. Dr. med. Sascha C. A. Herber

GEFÄSSCHIRURGIE

Dr. med. Franz-Josef Theis

MODERNE MEDIZIN

*Von Mensch
zu Mensch*

