

# Leben!

AUS  
IHRER  
REGION

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

Therapie  
**NICHT NUR DEN  
KÖRPER HEILEN**

Wirbelsäulenchirurgie  
**WIEDER IN  
BEWEGUNG**

NEUE PFLEGEAUSBILDUNG  
**MIT VIEL ABWECHSLUNG  
IN DEN BERUF  
STARTEN**

**Wieder in Bewegung**

Ein Missgeschick hat Winfried Gietzen das Genick gebrochen. Es bestand das Risiko einer Querschnittlähmung. Die Spezialisten im Wirbelsäulenzentrum Trier wählten eine funktionserhaltende Behandlungsmethode.



**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.

**PFLEGEAUSBILDUNG**



Fotos: istockphoto

**12 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.



## Nicht nur den Körper heilen

Einschneidende und lebensbedrohende Krankheiten wie Krebs bedeuten häufig eine extreme seelische Belastung. Patienten und deren Angehörige finden in solchen Fällen Hilfe bei der Klinischen Psychologie und Psychotherapie.

## editorial



**Dr. Ralf Beyer**  
Ärztlicher Direktor  
St.-Marien-Hospital  
Marsberg

### INHALT

#### intro

4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

#### pflegeausbildung

6 Jeden Tag ein neues Abenteuer

11 Interdisziplinär in den Beruf starten

#### gesund&fit

12 Stark im Alltag –  
Trainieren ohne Geräte

#### wirbelsäulenchirurgie

14 Wieder in Bewegung

#### standpunkt

18 Es geht jeden an

#### therapie

20 Bei Krebs und Schmerzen  
nicht nur den Körper heilen

#### kurz&knapp

23 Nachrichten aus der Region

#### viszeralmedizin

26 Gemeinsam die beste Therapie  
entwickeln

30 momentmal

32 Kinderseite

33 Kreuzworträtsel

34 Veranstaltungstipps

35 Impressum



Bei Fragen rund um Ihre  
Gesundheit helfen wir  
Ihnen gerne weiter.  
Schreiben Sie uns unter  
[info@bk-paderborn.de](mailto:info@bk-paderborn.de)  
oder  
[info@bk-marsberg.de](mailto:info@bk-marsberg.de)

### LIEBE LESERINNEN UND LESER,

im Januar sind wir oft noch ganz matt vom Weihnachtsmarathon. Hoffentlich konnten Sie die Zeit auch etwas genießen und Kräfte sammeln, um mit Energie ins neue Jahr zu starten.

Wir haben unsere Kräfte gebündelt und ebendies geschafft. Das Marsberger Team freute sich im vergangenen Jahr über die Rezertifizierung in der Endoskopie und natürlich über das neue Röntgengerät. Wir können hier weiter für unsere Patienten punkten, indem wir die Sicherheit erhöhen und Transparenz schaffen.

Unser Augenmerk gilt besonders Patienten in einem höheren Lebensalter. Ich freue mich, dass wir im unlängst zertifizierten Alterstraumatologie-Zentrum das Spezialistenteam aus Unfallchirurgen, Altersmediziner und Fachpflegern zusammenführen konnten. Hochbetagte Patienten leiden häufig an mehreren Erkrankungen und benötigen daher unsere besondere Aufmerksamkeit und Pflege.

Das wäre mein Wunsch für das Jahr 2020: Lassen Sie uns mehr auf diejenigen achten, die langsam sind, die Ruhe benötigen, die nicht mehr dem Selbstoptimierungswahn der modernen Gesellschaft hinterherhelfen können. Etwas mehr Langsamkeit in unser eigenes Leben zu bringen, dürfte heilsam sein.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und vor allem natürlich Gesundheit.

Ihr

Dr. Ralf Beyer

## 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](http://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](http://www.bbtgruppe.de)

Ausführliche Infos auch unter [www.pflegeausbildung.net](http://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.



# 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](http://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 Tauberbischofsheim. „Ich fühle mich sehr wohl hier“, erzählt sie.



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

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 wurde. 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 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.



**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 Segelflug-

zeuge. Und später will er sein Hobby sogar zum Beruf machen.

Als er mit der Verletzung 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 Krankenhaus könnte er dann eine Zusatzaus-

**Eine Station der neuen Ausbildung ist in der Altenhilfe.**



bildung zum HEMS (Helicopter Emergency Medical Services) Technical Crew Member absolvieren. Das hoch spezialisierte 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.

**AUCH MIT EINER AUSBILDUNG ZUM PFLEGER KANN MAN DURCHSTARTEN.**

Felix Beitel, 18 Jahre



## VIELE WEGE STEHEN OFFEN!

Für viele Krankenhäuser ist die generalistische Pflegeausbildung Neuland. Nicht so in Bad Mergentheim, schon seit mehr als 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 machen.

### **Während das für viele Neuland ist, konnten Sie schon Erfahrungen sammeln.**

Genau. Das, was jetzt mit dem neuen Pflegeberufegesetz bundesweiter Standard wird, bilden wir größtenteils schon

ab. Seit 15 Jahren bieten wir hier in Bad Mergentheim eine integrative Pflegeausbildung an, es handelt sich dabei um ein Pilotprojekt mit Genehmigung des Sozialministeriums. Das bedeutet, dass wir die theoretischen Inhalte schon zu 85 Prozent abdecken und dass unsere Auszubildenden mehrere Praxisstationen durchlaufen. Wir werden also kaum etwas umstellen müssen. So konnten wir schon viele Erfahrungen sammeln und wissen, wie wir komplexe Zusammenhänge unseren Auszubildenden gut vermitteln können.

### **Können Sie ein Beispiel nennen?**

Wir wollen im Unterricht das vermitteln, was die Auszubildenden in der Praxis erleben. Daher arbeiten wir viel mit Fallbeispielen und besprechen im Unterricht ausführlich die anonymisierten Fälle.

### **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.

# Interdisziplinär in den Beruf starten

Wohnortnah eine qualitativ hochwertige Ausbildung in der Pflege – das ermöglicht ab Frühjahr das St.-Marien-Hospital Marsberg. Für die neue generalistische Pflegeausbildung gibt es zum 1. April und zum 1. Oktober jeweils fünf Plätze. Auch das Paderborner Brüderkrankenhaus bietet die neue dreijährige Ausbildung an.

Mehr zur generalistischen Pflegeausbildung in den BBT-Krankenhäusern in Paderborn und Marsberg unter [www.genaumeinding.bk-paderborn.de](http://www.genaumeinding.bk-paderborn.de)



Die praktischen Anteile der Ausbildung werden zum größten Teil auf den unterschiedlichen Stationen des St.-Marien-Hospitals absolviert, unter anderem in der Chirurgie und der Inneren, aber auch auf der Intensivstation und im OP. Hinzu kommen noch weitere Pfeleinsätze in anderen Einrichtungen, beispielsweise beim ambulanten Pflegedienst und zur pädiatrischen und psychiatrischen Versorgung. Es besteht eine enge Kooperation mit der LWL-Klinik Marsberg: Die Auszubildenden des St.-Marien-Hospitals sowie der LWL-Klinik absolvieren einige Praxiseinsätze in der jeweils anderen Klinik, um so Erfahrungen in ganz unterschiedlichen Pflegebereichen zu erhalten. Insgesamt beinhaltet die dreijährige Ausbildung zur Pflegefachfrau bzw. zum Pflegefachmann 2.500 Stunden praktische betriebliche Ausbildung.

## Theorie in Paderborn

Weitere 2.100 Stunden umfasst die theoretische Ausbildung. Diese erhalten die zukünftigen Auszubildenden des St.-Marien-Hospitals in der Schule auf dem Campus des

Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn. Dort unterrichtet ein engagiertes Lehrerteam und vermittelt das Basiswissen sowie die Techniken und Fertigkeiten zur Ausübung des anspruchsvollen Jobs am Pflegebett. Der Unterricht wird in Blöcken organisiert, sodass für die Marsberger Schüler die Möglichkeit besteht, für diese Zeit ein Zimmer im benachbarten Wohnheim zu mieten.

„Der Pflegeberuf hat hervorragende Zukunftsaussichten. Es gibt viele Tätigkeitsfelder und Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten in den unterschiedlichsten Bereichen, zum Beispiel Stationsleitung, Intensivpflege, Schmerztherapie oder Wundversorgung“, sagt Pflegedirektor Klaus Niggemann.

Pflegedirektion  
Tel.: 02992 605-1880  
Susanne Stute, Pflegedienstleitung  
Tel.: 02992 605-6042  
**Bewerbungen an:**  
[bewerbung@bk-marsberg.de](mailto:bewerbung@bk-marsberg.de)  
[www.bk-marsberg.de/ausbildung](http://www.bk-marsberg.de/ausbildung)

Ihr Kontakt  
St.-Marien-Hospital Marsberg

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.



# WIEDER IN BEWEGUNG

Ein Missgeschick an einem verschneiten Winterabend hat Winfried Gietzen das Genick gebrochen. Er hätte dabei sein Leben oder zumindest viel Lebensqualität verlieren können – es bestand das Risiko einer Querschnittlähmung. Die Spezialisten im Wirbelsäulenzentrum Trier setzten alles auf eine Karte und wählten eine von ihnen weiterentwickelte funktionserhaltende Behandlungsmethode.

TEXT: JORIS HIELSCHER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL





Mit dem Ergebnis der Operation sind Winfried Gietzen und Dr. Andy Ottenbacher mehr als zufrieden.

# wirbelsäulenchirurgie

**D**rei Jahre ist es her, da kamen Winfried und Brigitta Gietzen von einer ihrer Wanderungen zurück, als es zu schneien begann. Noch am Abend streute der Hausherr die Einfahrt. Doch dabei rutschte er auf einer Eisplatte aus und prallte mit der Stirn gegen die Garagenwand.

„Das tat natürlich weh, aber viel gedacht habe ich mir dabei nicht“, erinnert sich der heute 73-Jährige. Als er sich später mit leichtem Brummschädel ins Bett legte, habe er bemerkt, „dass mit meinem Nacken etwas nicht stimmte“.

Brigitta Gietzen alarmierte eher aus Vorsicht den Notdienst. Und das war gut so. Geistesgegenwärtig fixierten die Rettungssanitäter Gietzens Wirbelsäule, bevor sie ihn ins örtliche Krankenhaus brachten. Eine Röntgenaufnahme bestätigte ihren Verdacht: Gietzen hatte sich das Genick gebrochen.

Ein gebrochenes Genick, das ist ein Fall für das Wirbelsäulenzentrum (WSZ) Trier. Die interdisziplinäre Einheit im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder

Trier ist die einzige in Rheinland-Pfalz und dem Saarland, die die Deutsche Wirbelsäulengesellschaft (DWG) als Wirbelsäulenzentrum der Maximalversorgung der DWG® zertifiziert hat.

## Die erste Adresse für Wirbelsäulenschäden

Gegründet hatte Professor Dr. Martin Bettag, Chefarzt der Neurochirurgie, das Wirbelsäulenzentrum 2012 mit seinen Kollegen von Orthopädie und Unfallchirurgie, um die Zusammenarbeit der drei Fachbereiche mit externen Kooperationspartnern zu koordinieren und zu optimieren. Das Ziel: die Versorgung von Wirbelsäulenpatienten weiter zu verbessern.

Denn am WSZ Trier wird im Prinzip das gesamte Spektrum an Erkrankungen und Verletzungen der Wirbelsäule behandelt: Am häufigsten sind degenerative Volkskrankheiten wie Wirbelgleiten oder Bandscheibenvorfälle. „In vielen Fällen ist eine konservative Therapie einer Operation vorzuziehen“, erklärt Privatdozent

Dr. Ralf Dieckmann, Chefarzt der Orthopädie. Dann werden Patienten vom Brüderkrankenhaus Trier an Partnerkliniken überwiesen, die eine entsprechende Expertise haben. „Entscheidet sich ein Patient aber für eine Operation im Wirbelsäulenzentrum Trier, kann er sicher sein, dass er auf direktem Wege dort landet, wo ihm optimal geholfen wird.“

## Interdisziplinäre Expertise

Die Zuständigkeiten sind klar geregelt: Als Teil des Stütz- und Bewegungsapparates des Körpers ist die Wirbelsäule zunächst einmal ein Fall für den Orthopäden. Entzündungen und Tumoren an Brust- und Lendenwirbelsäule werden deshalb von ihm behandelt. Verletzungen in diesem Bereich fallen in den Aufgabenbereich der Unfallchirurgen. Ist hingegen das Rückenmark bedroht oder bereits betroffen, übernehmen im WSZ Trier die Neurochirurgen. Dies ist insbesondere bei degenerativen Erkrankungen der Fall oder wenn Halswirbel betroffen sind.

Bei Gietzen lag zwar eine Unfallverletzung vor. Da von einer lädierten Halswirbelsäule aber immer eine Gefahr für das Rückenmark ausgeht, waren die Neurochirurgen zuständig. Als er am Tag nach dem Unfall ins WSZ Trier überwiesen wurde, kam er deshalb direkt in die Neurochirurgie zu Oberarzt Dr. Andy Ottenbacher. Der ist Ärztlicher Koordinator des Zentrums und spezialisiert auf Verletzungen der Halswirbelsäule: „Auf den Röntgen- und MRT-Bildern war klar zu sehen, dass Herr Gietzen sich eine sogenannte Jefferson-Fraktur zugezogen hatte, einen eher seltenen Vierfachbruch des ersten Halswirbels.“

## Risiko Lähmung

Eine direkte Schädigung des Rückenmarks in dieser Höhe hätte eine Querschnittslähmung vom Hals an zur Folge.



Ohne Technik wären viele hochkomplexe OPs nicht möglich: Mithilfe eines mobilen 3-D-Röntgengeräts und infrarotgesteuerten Navigationssystems werden die Knochen aus unterschiedlichen Blickwinkeln gezeigt.





**Neurochirurg Dr. Andy Ottenbacher (li.) hat eine Methode entwickelt, wie bei der operativen Behandlung einer Atlasberstung überprüft werden kann, ob die Beweglichkeit mit ausreichender Stabilität sich wiederherstellen lässt.**

Allerdings tritt sie bei der Jefferson-Fraktur selten auf, weil der Schädel dabei von oben auf den ersten Halswirbel, den sogenannten Atlas, drückt und ihn zum Bersten bringt. Dabei schieben sich die Bruchstücke nach außen, also weg vom Rückenmark. Dennoch muss der Bruch umgehend stabilisiert werden, um weitere Schäden zu vermeiden.

Eine Möglichkeit besteht darin, den gebrochenen Wirbel zu versteifen, indem man ihn mit dem zweiten Halswirbel verschraubt. Allerdings findet die Kopffrotation zu 50 Prozent zwischen diesen beiden Wirbeln statt. Eine Verschraubung bedeutet also, dass der Patient seinen Kopf kaum noch drehen kann – und zwar dauerhaft. Will man die Beweglichkeit langfristig erhalten, muss der Atlas also unabhängig vom zweiten Halswirbel zusammenwachsen. Dafür wird der Schädel mit einem Halo-Gestell verschraubt, das auf den Schultern aufliegt. Doch das bedeutet, dass der Kopf über mehrere Monate vollkommen fixiert ist. Hinzu kommt: Häufig heilt der Bruch nicht, dann muss der Atlas doch noch versteift werden.

### Technik minimiert Risiken

Um dies den Patienten nach Möglichkeit zu ersparen, wendet Dr. Ottenbacher ein

seltenes operatives Verfahren an, bei der die Beweglichkeit erhalten bleibt. Dafür verschraubt er die beiden seitlichen Bruchstücke des Atlas mit einem Querträger, der die Fragmente zusammenschiebt. Mindestens zwei der vier Bruchstellen sollen so zusammenwachsen, um den Wirbel zu stabilisieren.

„Durch den von uns entwickelten intraoperativen Stabilitätstest können



**Die vier Brüche an der ersten Halswirbelsäule von Winfried Gietzen sind inzwischen geschlossen: „Das Ergebnis ist besser, als wir zu hoffen gewagt hatten“, sagt Dr. Andy Ottenbacher.**

## VIDEO

Erfahren Sie mehr über die innovative Behandlung im Wirbelsäulenzentrum: [www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)

wir abschätzen, ob die Methode Erfolgsaussichten hat“, sagt Dr. Ottenbacher, „und dank der Technik, die uns im OP zur Verfügung steht, können wir so präzise arbeiten, dass mit der gebotenen Sorgfalt auch bei solch diffizilen Operationen eigentlich keine Gefahr für den Patienten besteht.“

### Besser als erhofft

Mittlerweile sind alle vier Brüche geschlossen: „Das Ergebnis ist besser als wir zu hoffen gewagt hatten“, sagt der Arzt. „Theoretisch könnten wir die Schrauben herausnehmen.“ Notwendig sei dies angesichts der allgemeinen Risiken einer Operation aber nur im Falle von Schmerzen oder einer Entzündung. Die hat Gietzen aber nicht: „Ich kann beinahe wieder alles machen, und wenn man sich überlegt, wie das hätte ausgehen können, bin ich wirklich nur dankbar für das, was die Ärzte erreicht haben.“ ■

# 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 CO<sub>2</sub>-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.





Intensive Arbeit mit den Patienten: Sandra Schnülle in einem Einzelgespräch.

## KLINISCHE PSYCHOLOGIE UND PSYCHOTHERAPIE

# BEI KREBS UND SCHMERZEN NICHT NUR DEN KÖRPER HEILEN

Schon Platon wusste um den engen Zusammenhang zwischen Körper und Geist: „Willst du den Körper heilen, musst du zuerst die Seele heilen.“ Einschneidende und lebensbedrohende Krankheiten wie Krebs bedeuten häufig eine extreme seelische Belastung. Patienten und deren Angehörige finden in solchen Fällen Hilfe bei der Klinischen Psychologie und Psychotherapie.

**S**eit 15 Jahren besteht die Abteilung am Brüderkrankenhaus, die ursprünglich als Psychoonkologie ins Leben gerufen wurde. Seit dreieinhalb Jahren wird das achtköpfige Team von Sandra Schnülle geleitet. „Wir sind keine Abteilung mit eigenen Betten, sondern behandeln Patienten psychologisch und psychotherapeutisch, die aufgrund ihrer körperlichen Erkrankungen beispielsweise in der Klinik für Onkologie liegen. Damit entlasten wir Pflegekräfte und Ärzte“, erläutert die Psychologische Psychotherapeutin, die nach einer Ausbildung zur Krankenschwester zunächst Pflegewissenschaften studierte und danach ein Psychologiestudium erfolgreich abschloss. Mit der Psychoonkologie, der Behandlung von Palliativpatienten, der Schmerztherapie sowie der Psychotraumatologie hat die Abteilung vier thematische Schwerpunkte.

### **Gesprächsangebot**

Generell steht jedem Krebspatienten das Beratungsangebot der klinischen Psychologen offen. Das Team stellt sich nach Möglichkeit stationären Patienten vor, die mit einer neuen Diagnose oder einem Tumorverdacht im Haus sind. In den verschiedenen Zentren des Hauses, beispielsweise dem Darmkrebs- oder Lungenkrebszentrum, können Patienten über einen Screeningbogen bei der Aufnahme angeben, ob sie sich psychotherapeutische Gespräche wünschen. „Die Kolleginnen und Kollegen der Pflege und des ärztlichen Dienstes treten dann an uns heran, sodass wir gezielt Kontakt aufnehmen können“, berichtet Schnülle.

Finden während der stationären Behandlung des Patienten psychotherapeutische Gespräche statt, wird über eine weitere psychoonkologische Be-



**Der Austausch untereinander und mit anderen Professionen im Krankenhaus spielt eine große Rolle für die tägliche Arbeit des Teams.**

handlung entschieden: Stellt sich heraus, dass keine psychische Erkrankung vorliegt, vermittelt das Team bei Bedarf an die Krebsberatungsstelle, um die weitere Betreuung sicherzustellen.

### **Stationär und ambulant**

Bei etwa einem Drittel der Krebspatienten liegt jedoch zusätzlich eine psychische Erkrankung vor: Die Diagnose kann Depressionen, Angst- oder Panikstörungen auslösen. „Hier arbeiten wir im psychosozialen Netzwerk eng mit der LWL-Klinik und dem Psychotherapeutenverein zusammen. Wird eine ambulante Therapie benötigt, gibt es bei niedergelassenen Kollegen häufig lange Wartezeiten. Seit drei Jahren haben wir eine ambulante Ermächtigung und können auf diesem Weg psychotherapeutische Gruppenbehandlungen anbieten.“

Diese Therapieform in einer festen Gruppe bietet den Betroffenen Sicherheit und Halt. Das ist wichtig in einer Situation, in der die Krankheit sie fremdbestimmt und sie die Kontrolle verlieren können. „Die Patienten wissen, dass sie ihre Probleme in der Gruppe im geschützten Raum lassen. Und dass sie dort sie selbst sein können“, erzählt Schnülle.

### **Praxis im MVZ**

Um vor allem die onkologischen und schmerztherapeutischen Patienten noch umfassender behandeln zu können und die Schnittstelle zwischen der stationären und ambulanten psychotherapeutischen Behandlung weiter zu optimieren, gibt es in Paderborn nun auch eine Praxis für Psychotherapie im MVZ der MediCo GmbH. Die Praxis in der Ferdinandstraße 57 im Riemekeviertel wird von

Sandra Schnülle und ihrem Team aufgebaut und geleitet. Hier ist der Arbeitsplatz von Anna Theresa Frielingsdorf, Cornelia Schrödl und Juliane Schwieren.

Cornelia Schrödl und Juliane Schwieren behandeln in der neuen MVZ-Praxis vor allem Patienten, die vorher in der Onkologie oder in der Schmerztherapie des Brüderkrankenhauses versorgt wurden und eine weiterführende ambulante Behandlung ihrer psychischen Erkrankungen benötigen. Anna Theresa Frielingsdorf wird sowohl in der stationären als auch in der ambulanten Versorgung tätig sein: „In der Praxis begleiten wir Patienten mit psychischen Erkrankungen in einem längeren, stärker strukturierten Prozess, während die stationäre Behandlung in der Regel akut ist und einen viel kürzeren Zeitraum umfasst. Die Patienten sind häufig in einer Belastungssituation, ohne dass eine psychische Erkrankung vorliegt. Durch eine gezielte Betreuung in der Belastungssituation können wir manchmal die Ausbildung einer Störung vermeiden, zum Beispiel wenn man Panikattacken früh erkennt und den Patienten sofort wirksame Maßnahmen an die Hand geben kann.“

## Qualifiziertes Team

Die Mitglieder des psychotherapeutischen Teams sind allesamt Diplom-Psychologen, darüber hinaus haben sie sich weiterqualifiziert und bilden sich ständig fort. So haben beispielsweise Sandra Schnülle, Klaus Rafflenbeul, Anna Theresa Frielingsdorf und Cornelia Schrödl nach dem sechsjährigen Psychologiestudium eine mehrjährige Weiterbildung zur psychologischen Psychotherapeutin mit einer Approbation abgeschlossen. Dies ist vergleich-



**Das Team der Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapie.**

bar mit einer Facharztausbildung. Auch Peter Horstbrink steht kurz vor Abschluss dieser Ausbildung.

Mit der Therapie und Betreuung von Traumapatienten gibt es einen weiteren Bereich im Leistungsspektrum des psychotherapeutischen Teams. Hier erhalten Menschen Hilfestellung, die nach Gewalterfahrungen oder schweren Unfällen eine akute Belastungsreaktion zeigen.

## Für den Patienten da sein

Angesichts der anspruchsvollen Aufgaben der Psychologen stellt sich die Frage, wie das Team es schafft, eine professionelle Distanz zu wahren. „In unserer Weiterbildung lernen wir, uns im Gespräch komplett zurückzunehmen und

nur noch für den Patienten da zu sein. Privates und Berufliches trennen wir strikt voneinander“, so Schnülle.

Eine besondere Bedeutung hat der Austausch untereinander. Bei der wöchentlichen Teambesprechung geht es daher nicht nur um Organisatorisches, sondern auch um Fallbesprechungen. Eine Supervision findet drei- bis viermal pro Jahr statt. „Spannend sind unsere unterschiedlichen Blickwinkel: Meine Kollegin Meike Schneider ist in der Ausbildung zur lösungsfokussierten Beraterin, ich selbst bin überzeugte Tiefenpsychologin und die anderen Teammitglieder sind verhaltenstherapeutisch ausgebildet. Das ergänzt sich prima und man bekommt andere Impulse für die eigene Arbeit“, erläutert Sandra Schnülle.

### MVZ im MediCo

Zweigpraxis für Psychotherapie  
Ferdinandstraße 57  
33102 Paderborn  
Tel.: 05251 37167  
psychotherapie@mvz-im-medico.de  
www.mvz-im-medico.de

### Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn

Abteilung für Klinische Psychologie  
und Psychotherapie  
Leitung: Sandra Schnülle  
Sekretariat: Monika Kamp  
Tel.: 05251 702-3410  
m.kamp@bk-paderborn.de

### Ihr Kontakt



**BERUF & FAMILIE** besser unter einen Hut bekommen: In der neu eröffneten Kita Franz Stock im Neubaugebiet Brukerterweg/Auenweg in Paderborn können nun auch Kinder von Mitarbeitenden des Bräderkrankenhauses St. Josef angemeldet werden. Als „betriebsnahe Kita“ steht die Einrichtung aber allen Familien offen.

Infos und Anmeldungen über:  
<https://paderborn.kita-navigator.org/kitas/kath-kita-franz-stock/>

EINE DER DREI BESTEN AUSBILDUNGSAPOTHEKEN DEUTSCHLANDS

## paderlog erneut ausgezeichnet

Zum zweiten Mal nach 2012 ist das paderlog, Zentrum für Krankenhauslogistik und Klinische Pharmazie, bundesweit als eine der besten drei Ausbildungsapotheken im Krankenhausbereich ausgezeichnet worden. Der Bundesverband der Pharmaziestudierenden in Deutschland verleiht jährlich diese Auszeichnung. „Für uns ist die Auszeichnung eine große Ehre. Die Aktivitäten des Bundesverbandes fördern die Qualität der Ausbildung im Praktischen Jahr enorm“, sagt Chefapothekerin Anne Ignatius, Geschäftsleiterin des paderlog, das seit 35 Jahren besteht. Das Logistikzentrum bietet jedes Jahr angehenden Pharmazeuten (PhiP) die Möglichkeit, die im Studium geforderten Praktika zu absolvieren.



Dr. Elisabeth Temme

Abdulfatah Elarousi

ST.-MARIEN-HOSPITAL MARSBERG

## Zwei neue Oberärzte für die Chirurgie

Gleich zwei chirurgische Fachärzte verstärken das Oberarztteam im Zentrum für Chirurgie des St.-Marien-Hospitals Marsberg. „Damit bauen wir die spezialisierte fachärztliche Versorgung in der Unfallchirurgie/Orthopädie und in der Viszeralchirurgie weiter aus“, freut sich Zentrumsleiter Dr. Michael Bucher. Für die Fachärztin für Unfallchirurgie und Orthopädie Dr. Elisabeth Temme (35) ist es ein Wiedersehen mit alten Kollegen. Die gebürtige Rösebeckerin (Altkreis Warburg) arbeitete bereits nach ihrem Medizinstudium zwei Jahre als Assistenzärztin im Team von Chefarzt Dr. Ralf Beyer. Nach einer Station in der Unfallchirurgie im Paderborner St. Vincenz-Krankenhaus entschied sie sich für den Wechsel ins St.-Marien-Hospital, wo sie die familiäre Atmosphäre und den kurzen Draht zu den Kollegen aller Berufsgruppen schätzt. Der aus Libyen stammende Facharzt für Viszeralchirurgie Abdulfatah Elarousi (47) lebt nach Ausbildung und anschließender Tätigkeit in Libyen seit 2008 in Deutschland: zunächst in Berlin, wo er seine Weiterbildung mit dem Facharzt für Viszeralchirurgie abschloss. Nach Stationen in Hagen und Iserlohn wechselte er ins St.-Marien-Hospital nach Marsberg.





**PAIN2020**  
Patientenorientiert, Abgestuft, Interdisziplinär, Netzwerk

**Matthias Pauli, Technischer Leiter, Leitender MTRA Wilhelm Agel und Hausoberer Heinrich Lake (v. li.) zeigen die Vorzüge des neuen Röntgengeräts.**



NEUE RÖNTGENTECHNOLOGIE

**Patientenfreundliche Technik mit weniger Strahlen**

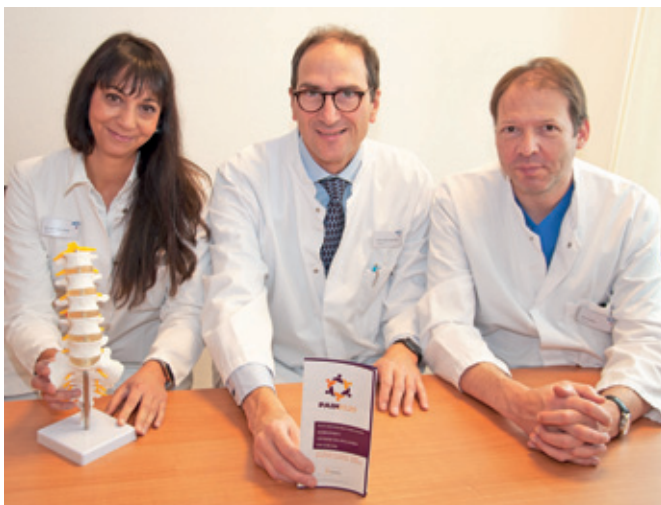
Im St.-Marien-Hospital Marsberg ist mit der Sanierung des Radiologieraumes nun auch ein neues Röntgengerät im Einsatz. Dank digitaler Detektoren kommt es mit einer minimalen Strahlendosis aus. Neben den klassischen Röntgenuntersuchungen ermöglicht das neue Gerät auch Durchleuchtungsverfahren, sogenannte Fluoroskopien: Darstellungen von Speiseröhre, Magen, Dünn- und Dickdarm, der Gallengänge, der Wirbelsäule und Schluckuntersuchungen. Die Ärzte nutzen die Durchleuchtungstechnik außerdem für endoskopische Eingriffe und für Venografien der Extremitäten. „Das Gerät arbeitet mit digitalen Detektoren, die in Sekundenschnelle ein hochaufgelöstes Bild anfertigen, das auf dem Bildschirm in verschiedenen Versionen dargestellt und im Speichersystem abgelegt werden kann“, erklärt Wilhelm Agel, Leitender Medizinisch-technischer Radiologieassistent (MTRA). Durch die Anbindung an das Krankenhausinformationssystem stehen die Bilder sofort zur Verfügung.

BRÜDERKRANKENHAUS IST PAIN2020-ZENTRUM

**Gemeinsam gegen den Schmerz**

Die Schmerztherapie am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn ist eines von rund 20 PAIN2020-Zentren in Deutschland. Das Projekt ist eine Initiative der Deutschen Schmerzgesellschaft e.V. und der BARMER. Ziel ist die Verbesserung der Versorgung von Schmerzpatienten. Einer der wichtigsten Bausteine ist eine enge Zusammenarbeit der beteiligten Berufsgruppen in der Schmerztherapie, also von Fachärzten mit der Zusatzbezeichnung Spezielle Schmerztherapie, von Physiotherapeuten und Psychologen. Beispielsweise erhalten die Teilnehmer von PAIN2020 möglichst schnell eine spezielle Einganguntersuchung sowohl von Schmerztherapeuten und Physiotherapeuten als auch Psychologen. Im Rahmen von PAIN2020 werden zusätzliche Leistungen angeboten, die sonst nicht durch die gesetzliche Krankenversicherung getragen werden. Am Ende der Studie werden die Behandlungserfolge mit denen von solchen Patienten verglichen, die die übliche Regelversorgung erhalten haben. Lässt sich nachweisen, dass die zusätzlichen Leistungen zu einer Verbesserung der Behandlungsergebnisse führen, sollen diese in den Katalog der gesetzlichen Krankenversicherung aufgenommen werden.

Weitere Informationen gibt es auf [www.pain2020.de](http://www.pain2020.de)



**Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Torsten Meier (Mitte), Dr. Indira Ruch und Oliver Kramer beteiligen sich an der PAIN2020-Studie.**



**QUALITÄT**

**HERNIENCHIRURGIE** Axel Faedrich, Oberarzt in der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Brüderkrankenhaus Paderborn, nahm von der Deutschen Herniengesellschaft (DHG) das Siegel für Qualitätsgesicherte Hernienchirurgie entgegen. Voraussetzung war die Teilnahme an der Studie HerniaMed, für die mindestens 30 Patienten in das Register eingetragen werden müssen.





# GUTE BEHANDLUNG FÜR ÄLTERE PATIENTEN

**In der Alterstraumatologie kümmert sich ein Spezialistenteam aus Unfallchirurgen, Altersmedizinern, Fachpflegern und Therapeuten um ältere und mehrfach erkrankte Patienten. Nun wurde es als Zentrum zertifiziert.**

„Für Patienten im höheren Lebensalter gehen Erkrankungen des Bewegungsapparates häufig mit Einschränkungen der Alltagsmobilität und Selbstversorgungskompetenz einher. Neben einer erhöhten Sturzrate sind abnehmende körperliche Geschicklichkeit und Minderung der Knochenfestigkeit wichtige Ursachen für häufige Knochenbrüche, Blutergüsse oder schmerzhafte Prellungen“, weiß Dr. Ralf Beyer, Chefarzt der Unfallchirurgie im St.-Marien-Hospital Marsberg.

Das Team im Alterstraumazentrum mit Unfallchirurgen und Geriatern, spezialisierten geriatrischen Fachpflegekräften, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Neuropsychologen und Sozialarbeitern ermöglicht eine interdisziplinäre Behandlung der oftmals komplexen Erkrankungsverläufe.

Häufig leiden die betagten Patienten unter Brüchen des Oberschenkels, im Bereich der Wirbelkörper, des Beckenringes, des schulterge-

lenksnahen Oberarmes und des handgelenksnahen Unterarmes. Mit zunehmender Häufigkeit von prothetischen Gelenkersatzeingriffen kommt es auch zu Brüchen im Bereich von künstlichen Gelenken.

Oftmals kommen Einschränkungen weiterer Organsysteme oder Funktionsbereiche hinzu wie Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, des Atmungssystems, Störungen im Wasser- und Elektrolythaushalt, Blut- und Nierenerkrankungen sowie Einschränkungen der Hirnleistung.

„Um eine frühzeitige Risikoabschätzung zu ermöglichen, erhalten alterstraumatologische Patienten eine spezielle geriatrische Begutachtung, damit funktionelle Einschränkungen und spezielle Risikokonstellationen möglichst früh und umfassend berücksichtigt werden können“, erläutert der Chefarzt der Inneren Medizin, Dr. Norbert Bradtke, das Konzept. „Ein konstant miteinander abgestimmtes Behandlungsteam und eine räumliche Konstanz von der chirurgischen Aufnahme bis zur geriatrischen Entlassung kann dabei helfen, viele begleitende Probleme frühzeitig zu erfassen und zu behandeln.“

**Das Ärzteteam der Alterstraumatologie im St.-Marien-Hospital Marsberg**



**Dr. Ralf Beyer**  
Chefarzt Unfallchirurgie und Orthopädie, Facharzt für Chirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Unfallchirurgie, D-Arzt  
Tel.: 02992 605-4022  
sekretariat-chirurgie@bk-marsberg.de



**Dr. Ulrike Sprenger**  
Oberärztin,  
Fachärztin für Chirurgie  
Tel.: 02992 605-4022



**Dr. Norbert Bradtke**  
Chefarzt Innere Medizin,  
Facharzt für Innere Medizin,  
Gastroenterologie,  
Diabetologie und Geriatrie  
Tel.: 02992 605-1590  
sekretariat-inneremedizin@bk-marsberg.de



**Michael Reder**  
Stationsarzt Innere Medizin  
Tel.: 02992 605-1590  
www.bk-marsberg.de/  
alterstraumatologie



# 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 und entscheiden gemeinsam, was die optimale Therapie für jeden Patienten ist.

**M**anfred 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.“ Sein Hausarzt hatte bei dem damals 76-Jährigen eine Gelbsucht diagnostiziert.

Im Gemeinschaftskrankenhaus Bonn wurde der emeritierte Professor für Physikdidaktik 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. 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 Speiseröhre, Leber, Gallenblase und -wege sowie 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 der Lage und der Größe der Gallensteine ab, ob sie beispielsweise endoskopisch vom Internisten oder operativ vom Chirurgen entfernt werden.

Daher sind bereits bei der Diagnose Experten beider Fachrichtungen beteiligt. „Kommt ein Patient mit akuten Bauchschmerzen in die Notaufnahme, untersuchen wir ihn gemeinsam“, 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**

„Bei der Aufnahme identifizieren wir Patienten mit relevanten Erkrankun-

gen, in der elektronischen Patientenakte werden sie dann als VMZ-Patienten registriert, so auch Herr Bodemann“, sagt Professor Dr. Franz Ludwig Dumoulin, Chefarzt Innere Medizin. 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. Unklar war allerdings, warum der Gallengang sich so verengt hatte. „Es konnte sich um eine Entzündung, aber auch um ein Karzinom handeln“, so Dumoulin.



**Die gute Aufklärung vor der OP habe ihm sehr geholfen, sagt Manfred Bodemann.**

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 Chefarzt Dr. Sido hinzu. „Neben der wöchentlichen Konferenz arbeiten wir auch sonst eng zusammen“, erläutert Dumoulin. So zeigen Internisten in der Endoskopie den Chirurgen Befunde, umgekehrt rufen Chirurgen Internisten in den OP, wenn deren Expertise gefragt ist. „Wir sehen uns nicht als Konkurrenz, sondern ergänzen uns zum Wohl der Patienten“, sagt Dr. Sido. „Einer Meinung sind wir aber nicht immer, es kommt durchaus vor, dass wir kontrovers diskutieren, welches die beste Behandlung ist“, ergänzt Dumoulin.

### Einsatz für die Patienten

Bei der Behandlung von Manfred Bodemann waren sich die beiden Chefärzte



**Enge Zusammenarbeit im Viszeralmedizinischen Zentrum: Ärzte verschiedener Fachgebiete tauschen sich regelmäßig aus.**

einig. „Nach den Untersuchungen bestand der begründete Verdacht, dass es sich um ein Karzinom handelt, das operativ entfernt werden muss“, so Franz Ludwig Dumoulin. Bösartige Tumore der Gallenblase und der Gallenwege, die zu den eher seltenen Krebserkrankungen gehören, haben keine gute Prognose. Betroffene Patienten haben im frühen Stadium häufig keine Symptome, so werden Karzinome oft spät diagnostiziert. Die durchschnittliche Überlebens-

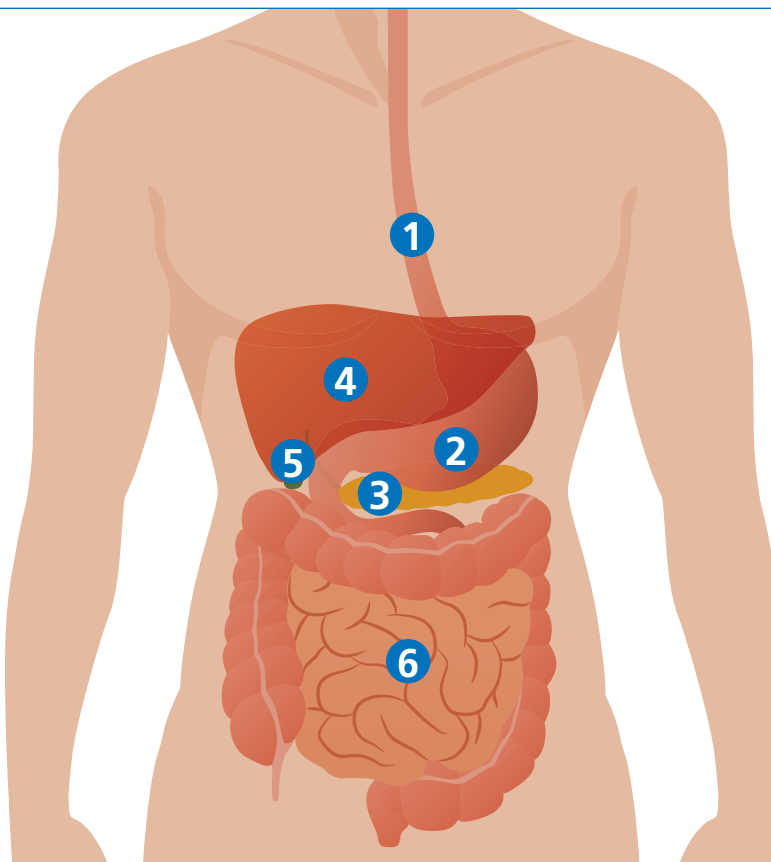
zeit nach Diagnosestellung beträgt nur vier bis fünf Monate, die Heilungschancen sind in der Regel gering.

Allerdings war die Diagnose nicht eindeutig, und so mussten beide Chefärzte Überzeugungsarbeit leisten. „Bevor ich operiert wurde, wollte ich genau wissen, was ich habe“, erinnert sich Manfred Bodemann. „Ich wollte einen absoluten Beweis, dass ich Krebs habe.“

Die beiden Chefärzte setzten sich mit dem Patienten zusammen. „Sie sind

## 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 Durchblutungsstörungen, Darmverschluss, Stuhlinkontinenz, Krebsvorstufen (Adenome, Polypen), Darmkrebs



**Priv.-Doz. Dr. Bernd Sido, Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie (re.), und Prof. Dr. Franz Ludwig Dumoulin, Chefarzt Innere Medizin, behandeln oft gemeinsam.**

auf mich eingegangen und haben sich ernsthaft mit meinen Argumenten auseinandergesetzt. Das hat mir wirklich geholfen“, erzählt Bodemann. 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.

## Heute wieder fit

Sechs Wochen lag Manfred Bodemann im Krankenhaus, stark geschwächt von dem 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.“ ■

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](http://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

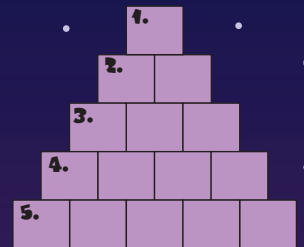
## Warum träumen wir?

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.

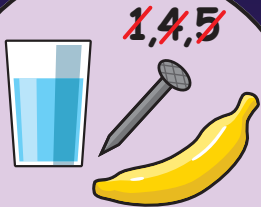
Wieso wir träumen, ist noch nicht völlig geklärt. Eine Theorie besagt, dass wir im Traum die Erlebnisse des Tages verarbeiten.

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

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 Stein-säule		Eislauf-disziplin	▶								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		
▶				Fremd-wortteil: halb		Honig-insekt	▶					südasiat. Staat		das Ich (latein.)	▶		
Braten-saft			Pfad-finder (engl.)	▶			5			„heilig“ in portug. Städte-namen		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. Der Gewinner wird 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](mailto:leben@bbtgruppe.de) oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 31. März 2020. Viel Glück!

8. Jan., 5. Feb., 4. März 2020

## 15. Paderborner Gesundheitsgespräche

Unter dem Motto „Gesundheit im Dialog“ informieren Chef- und Fachärzte in Kurzvorträgen über neue medizinische Erkenntnisse und Behandlungsmethoden und beantworten Fragen aus dem Publikum. In Kooperation mit der AOK Nordwest.

19 bis 21 Uhr

Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn,  
Café-Restaurant Ambiente  
Anmeldung bei AOK Nordwest,  
Stefanie Hartmann, Tel.: 0800 2655506536  
oder stefanie.hartmann@nw.aok.de

Das ausführliche Programm und alle Referenten finden Sie unter [www.bk-paderborn.de/veranstaltungen](http://www.bk-paderborn.de/veranstaltungen)

Ab 13. Jan., 24. Feb., 23. März 2020

## Pflegekurs Demenz

Im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn starten regelmäßig Pflegekurse für Menschen, die ihre dementen Angehörigen in den eigenen vier Wänden pflegen oder beabsichtigen, dies zu tun. Professionelle Pflegetrainerinnen geben Tipps für den Übergang von der Klinik in die häusliche Pflege. In Kleingruppen werden praktische Pflegetechniken und Anwendungen im Umgang mit dementen Personen vermittelt und trainiert; sozialrechtliche und psychosoziale Aspekte, Tipps rund um die Pflegeversicherung oder Hilfen bei persönlicher Überlastung werden ebenfalls thematisiert.

Kurs A: 13. und 17.1.2020,

jeweils 10 bis 14 Uhr

Kurs B: 24. und 26.2.2020,

jeweils 15 bis 19 Uhr

Kurs C: 23. und 27.3.2020,

jeweils 10 bis 14 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei und kann unabhängig von der Krankenkassenzugehörigkeit in Anspruch genommen werden. Anmeldung unter Tel.: 05251 702-1919

Weitere Infos unter [www.bk-paderborn.de](http://www.bk-paderborn.de)

14. Jan., 11. Feb., 10./31. März 2020

## 11. Marsberger Gesundheitsgespräche

Chef- und Oberärzte sowie Therapeuten aus dem St.-Marien-Hospital Marsberg geben Einblicke in neue medizinische und therapeutische Entwicklungen und stellen sich den Fragen des Publikums. In Kooperation mit der AOK Brilon.

19 bis 20.30 Uhr

St.-Marien-Hospital Marsberg,  
Konferenzraum Peter Friedhofen  
Anmeldungen im AOK Kundencenter  
unter Tel.: 0800 2655-502122

20. Januar und 20. April 2020

## Paderborner Gelenkforum – Neue Wege bei Gelenkerkrankungen

Orthopäden und Physiotherapeuten informieren im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn über Behandlungsmethoden bei Gelenkverschleiß. Dabei erläutern die Fachärzte sowohl konservative Methoden wie Physiotherapie und Medikamente als auch operative Eingriffe zum künstlichen Gelenkersatz an Knie, Hüfte oder Schulter.

18 bis 20 Uhr

Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn,  
Café-Restaurant Ambiente  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich,  
Informationen unter Tel.: 05251 702-1201

27. Jan., 24. Feb., 30. März 2020

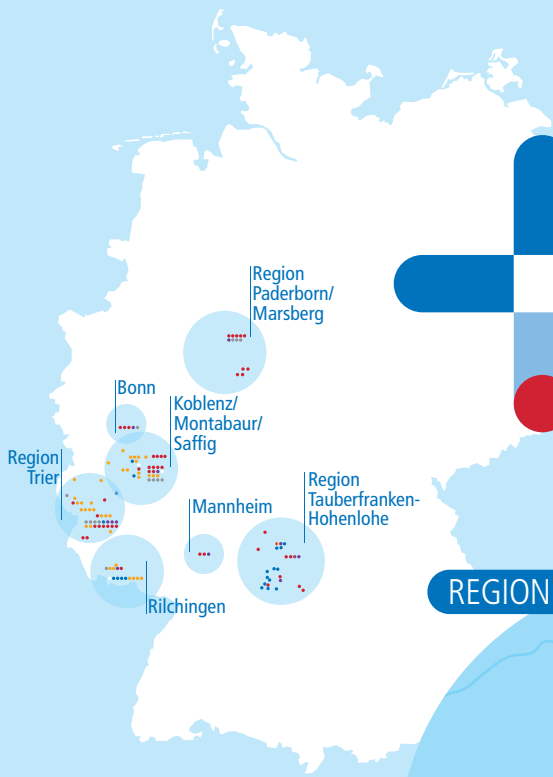
## Gesprächskreis pflegender Angehöriger

Der Gesprächskreis ist ein kostenloses Angebot für Menschen, die ihre Angehörigen zu Hause pflegen und sich über ihre Erfahrungen austauschen möchten. Im Vordergrund stehen neben dem Kontakt und Austausch mit anderen Menschen, die Angehörige zu Hause pflegen, auch Informationen zu neuen Pflegethemen sowie Tipps und Tricks für den Alltag vom Pflegeprofi.

10 bis 11.30 Uhr

Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn,  
Konferenzraum Peter Friedhofen  
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich

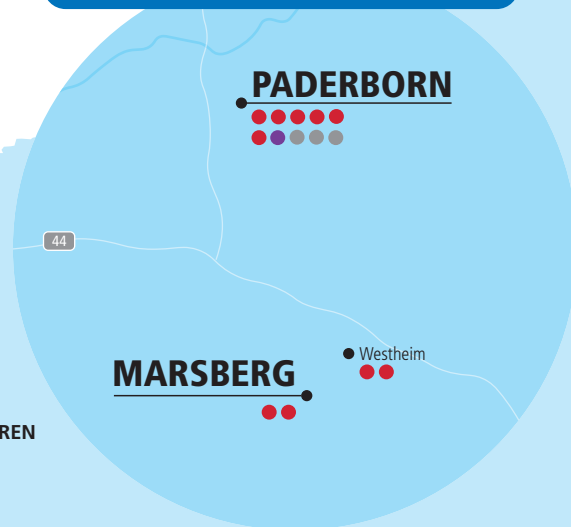
Die Termine finden Sie auch unter [www.bk-paderborn.de/veranstaltungen](http://www.bk-paderborn.de/veranstaltungen)



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.



## REGION PADERBORN/MARSBERG



**KRANKENHÄUSER**  
Brüderkrankenhaus  
St. Josef Paderborn  
Tel.: 05251 702-0  
www.bk-paderborn.de

St.-Marien-Hospital Marsberg  
Tel.: 02992 605-0  
www.bk-marsberg.de

**MEDIZINISCHE VERSORGUNGSZENTREN**  
MVZ des Brüderkrankenhauses  
St. Josef Paderborn  
Strahlentherapie, Nuklearmedizin  
und Urologie  
Tel.: 05251 699048-0  
www.paderborn-mvz.de

MVZ im MediCo  
Gastroenterologie, Hämatologie  
und Onkologie  
Tel.: 05251 54013160  
www.mvz-im-medico.de

Zweigpraxis für Psychotherapie  
Tel.: 05251 37167

MVZ Westheim  
Allgemeinmedizin, Innere Medizin,  
Schmerztherapie, Anästhesiologie,  
Gastroenterologie  
Tel.: 02994 9666-0  
www.mvz-westheim.de

MVZ Westheim  
Zweigpraxis Marsberg  
Orthopädie, Chirurgie  
Tel.: 02992 5964  
www.mvz-westheim.de

BAZ Betriebsarztzentrum Paderborn/Marsberg  
Praxis Westheim  
Tel.: 02994 9666-28  
www.baz-bbt.de

BAZ Betriebsarztzentrum Paderborn/Marsberg  
Zweigpraxis Paderborn  
Tel.: 05251 8766975

Ambulanter Hospizdienst Tobit  
Tel.: 05251 16195-7370  
www.hospizdienst-tobit.de

ZAR – Zentrum für ambulante Rehabilitation  
Paderborn  
Tel.: 05251 87216-0  
www.zar-paderborn.de

Schule für Gesundheitsfachberufe  
Tel.: 05251 702-1930  
www.bk-paderborn.de

SERVICEDIENSTE  
Sanitätshaus der Barmherzigen Brüder Paderborn  
Tel.: 05251 702-2986  
www.bk-sanitaetshaus.de

paderlog Zentrum für Krankenhauslogistik  
und klinische Pharmazie  
Tel.: 05251 702-2000  
www.paderlog.de

B+V Laborzentrum  
Tel.: 05251 877-360

## vorschau



Neu im April 2020

Foto: istockphoto

## 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 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  
die Region Paderborn/Marsberg:** Christiane Bernert,  
Claudia Blecher, Simone Yousef (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 2195-013X

### 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





# GENAU MEIN DING!

Wir bieten Perspektiven:  
[www.genaumeinding.bk-paderborn.de](http://www.genaumeinding.bk-paderborn.de)  
Bewirb Dich jetzt für eine Ausbildung zur  
Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann im  
St.-Marien-Hospital Marsberg und im  
Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn.



**Brüderkrankenhaus  
St. Josef Paderborn**



**St.-Marien-Hospital  
Marsberg**