

StippVisite

INFOS UND UNTERHALTUNG AUS DEM KLINIKUM ST. GEORG LEIPZIG

Ihr persönliches Exemplar



Klinik für Unfallchirurgie
und Orthopädie stellt sich vor
Seite 8



Tag der Begegnung
Seite 24



Im Interview:

Die neue Chefapothekerin
am Klinikum St. Georg
Seite 28



Sechs bis acht Mal pro Tag ist normal.

Symptome und Behandlung der Überaktiven Blase

„Ist das noch normal?“ fragen sich viele Menschen, wenn sie fast jede Stunde auf Toilette gehen müssen. Unter bestimmten Umständen schon, z. B. wenn deutlich mehr als 1,5 bis 2 Liter pro Tag getrunken oder wasserreibende Medikamente eingenommen werden. Tritt aber starker Harndrang häufiger, evtl. auch nachts auf und kommt es gelegentlich zu ungewolltem Harnverlust, dann sind das klare Anzeichen für eine Überaktive Blase.

Millionen von Menschen sind von diesem Problem betroffen. Viele scheuen sich jedoch mit ihrem Arzt darüber zu sprechen. Vielleicht weil sie glauben, dass Inkontinenz eine normale Alterserscheinung sei und nicht zu behandeln wäre. Doch das ist nicht so. Gegen Blasenschwäche, wie die Überaktive Blase häufig genannt wird, gibt es heute effektive Behandlungsmöglichkeiten.

Der erste Schritt ist das Gespräch mit dem Arzt. Dabei werden andere Erkrankungen als Ursache für die Beschwerden, z. B. Harnwegsinfektionen, Blasensteine oder eine Schließmuskelschwäche ausgeschlossen.

Kommen diese Möglichkeiten nicht in Betracht, dann wird überprüft, welche Form der Blasenschwäche vorliegt. In der Medizin wird bei der Überaktiven Blase die „trockene“ und die „nasse“ Form unterschieden. Letztere geht mit ungewolltem Urinverlust einher, die sogenannte Dranginkontinenz.

Eine Überaktive Blase liegt vor, wenn folgende Symptome auftreten:

- Plötzlich auftretender, zwingender Drang, Urin lassen zu müssen, der nur mit Mühe unterdrückt werden kann.
- Häufig, z. B. mehr als 8 mal pro Tag, die Blase entleeren müssen.
- Nachts ein- oder mehrere Male aufstehen müssen, um Wasser zu lassen.

Grund für den starken Harndrang bei Überaktiver Blase ist die Übererregbarkeit des Blasenwandmuskels. Normalerweise ist dieser Muskel in der Füllungsphase der Harnblase entspannt und verkürzt sich erst bei der gewollten Blasenentleerung.

Bei einer Überaktiven Blase zieht sich der Muskel bereits während der Blasenfüllung zusammen.

Überaktive Blase – ein millionenfaches Problem

Mehr als jeder sechste Erwachsene über 40 Jahre in Europa leidet unter dem Syndrom der Überaktiven Blase. Allerdings leiden deutlich mehr Frauen unter einer Dranginkontinenz, d.h. einem ungewollten Harnverlust. Bei den Männern liegt oft nur ein häufiger und starker Harndrang ohne Harnverlust (Inkontinenz) vor.

Aktiv gegen Überaktive Blase

Einige kleine Änderungen im alltäglichen Verhalten und ein leichtes körperliches Trainingsprogramm können oftmals zu einem deutlichen Rückgang der Beschwerden beitragen. Wirksame Maßnahmen sind das Führen eines Miktionstagebuches, darauf aufbauendes Blasen- und Beckenbodentraining.

Neue Medikamente befreien bei Überaktiver Blase

Für die medikamentöse Behandlung stehen seit kurzem neue moderne Substanzen zur Behandlung der Überaktiven Blase zur Verfügung. Im Gegensatz zu älteren Präparaten, die zu Begleiterscheinungen wie Mundtrockenheit, Augenflimmern, Konzentrationsstörungen und Herzrasen führen können, beinhalten neue Arzneimittel Wirkstoffe, die sehr gezielt auf die Blase einwirken.

Weniger unerwünschte Nebenwirkungen schonen das Gedächtnis

Ein weiterer großer Vorteil dieser modernen Substanzen ist, dass sie sich nicht störend auf die Gedächtnisleistung der Patienten auswirken. Denn viele der herkömmlichen Präparate können das Kurzzeitgedächtnis beeinträchtigen und die Vergesslichkeit fördern, was gerade von älteren Patienten im Alltag als belastend und unangenehm empfunden wird. Dank der gezielten Wirkung der modernen Mittel auf die Blase kann man diese unerwünschten Nebenwirkungen heutzutage vergessen.



Gute Verträglichkeit durch gezielte Wirkung

Die speziell auf die Blase einwirkenden Substanzen verhindern das krankhaft häufige und starke Zusammenziehen der Blasenmuskulatur. Übermäßiger Harndrang und ungewollter Urinverlust treten dadurch selten oder gar nicht mehr auf. Die Blase wird entspannt und nicht mehr unnötig gereizt. Die Patienten fühlen sich befreit und freuen sich über ihre wiedergewonnene Lebensqualität.

Ausführliche Informationen rund ums Thema „Blasengesundheit“ finden Sie im Internet unter www.blasengesundheit.de



Bayer HealthCare

Herzlich willkommen!

Die Olympiade ist vorbei, und sicherlich haben auch Sie nicht selten mitgezittert und die Daumen gedrückt. Auch wenn es nicht immer mit der Medaille geklappt hat, so können wir doch absolut zufrieden sein. Unser kleines Land, verglichen mit dem großen China, ist mit sehr guten Sportlern gesegnet. Schon zu den zehn Besten der Welt zu gehören, wie viele unserer Olympioniken, sollte große Anerkennung finden.

Aber wir haben uns nicht nur auf den Sport konzentriert, sondern auch auf die Medizin. Und somit können wir Ihnen auch heute wieder eine informative Lektüre in Form der StippVisite liefern. Es geht unter anderem um ein Krebsmedikament, das mit einem Preis ausgezeichnet wurde, um Essstörungen, Neurodermitis, das Passivrauchen, den wichtigen Hautkontakt zwischen Eltern und zu früh

geborenen Kindern und um ein sehr kritisches Buch, das uns als Patienten einen sehr guten Einblick in unser Gesundheitswesen vermittelt.

Natürlich kommt die Unterhaltung nicht zu kurz. Das Reisequiz bietet die Chance auf einen traumhaften und garantiert entspannten Aufenthalt in einem Vier-Sterne Vital-&-Wellnesshotel im Schwarzwald, die richtige Lösung unseres Kreuzworträtsels könnte schon bald Ihre Toilette zum Luxus-WC umfunktionieren. Redakteurin Birgit Russell war

Foto: ARD/Thorsten Jander



mit ihrer Freundin bei einem „erfolgreichen“ Casting. Was sie da so erlebte, hat sie niedergeschrieben. Erfolgreicher war ihr Gespräch mit der ausgesprochen netten und natürlichen Moderatorin Charlotte Engelhardt.

Und nicht zuletzt hat Ihr Krankenhaus wieder viel Neues zu berichten. Denn wer möchte nicht wissen, was kontinuierlich in der heimischen Klinik verbessert wird, ob ein Chefarztwechsel stattgefunden hat oder ob es interessante Kursangebote gibt. In der StippVisite erfahren Sie alles Wichtige.

Die nächste Ausgabe kommt dann kurz vor Weihnachten in die Klinik und die Wartezimmer der niedergelassenen Ärzte in der Umgebung. Viel Spaß beim Lesen! Gute Besserung, stabile Gesundheit und einen schönen Herbst wünscht Ihnen

Ihre
StippVisite-Redaktion

Herzlich willkommen	3
PromiTalk mit Charlotte Engelhardt	6
Was tun bei juckender Haut?	7
Passivrauchen erhöht Asthmarisiko bei Kindern	10
Brustuntersuchung auch im hohen Alter	11
Essstörungen Teil 3 – die Behandlung	14
Das StippVisite-Kreuzworträtsel	18
Award für Brustkrebsmedikament	19
Sport treiben mit Köpfchen	22
Reisequiz: Oase für Körper und Seele	26
Frühchen brauchen Hautkontakt der Eltern	27
Buchvorstellung „Patient in Deutschland“	30
Das letzte Wort hat Birgit Russell	31

Impressum

Herausgeber:

Klinikum St. Georg gGmbH Leipzig
Delitzscher Straße 141, 04129 Leipzig

Tel.: (03 41) 9 09-0 und

Juwi MacMillan Group GmbH

Bockhorn 1, 29664 Walsrode

Tel.: (0 51 62) 98 15-0

E-Mail: info@juwimm.com

Redaktion und Konzept:

Juwi MacMillan Group GmbH

Tel.: (0 51 62) 98 15-0

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:

Peter Jungblut-Wischmann

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt für das Klinikum St. Georg:

Andrea Minker

Redaktion:

Juwi MacMillan Group GmbH,

Doris Bergs, Dirk Frankowski,

Birgit Russell (überregionaler Teil),

Anette von Löwenstern

Verantwortlich für diese Ausgabe:

Juwi MacMillan Group GmbH,

Dirk Frankowski

Producer:

Juwi MacMillan Group GmbH,

Heiko Kleinschmidt

Layout und Satz:

Juwi MacMillan Group GmbH,

Heiko Kleinschmidt, Christian König,

Nicole Laroche, Jessica Rodewald

Anzeigen:

Juwi MacMillan Group GmbH,

Jürgen Wolff, Tel.: (0 51 62) 98 15-42

Jessica Rodewald, Tel.: (0 51 62) 98 15-73

Fotos:

„St. Georg“,

Juwi MacMillan Group GmbH,

Titelblatt: ©1999 PhotoDisc, Inc./

Juwi MacMillan Group GmbH

Druck: Sponholtz Druck, Hemmingen

Erscheinungsweise: quartalsweise

Auflage StippVisite Leipzig: 10.000

Für den Inhalt der Anzeigen sind die Inserenten verantwortlich.

Der Nachdruck der Beiträge dieser Ausgabe bedarf, auch auszugsweise, der ausdrücklichen Genehmigung der Herausgeber.

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.



Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

unser gemeinnütziger Verein Krebsliga e.V. hat das Ziel, die interdisziplinäre Betreuung von Tumorpatienten am Klinikum und darüber hinaus zu fördern sowie mit Spendenmitteln Betreuung- und Diagnostikverfahren zu unterstützen, die durch die Krankenkassen nicht oder nur zum Teil finanziert werden können.

Ein besonderes Anliegen ist es uns, Vorbeugung und Früherkennung bösartiger Geschwülste zu fördern.

Informationen und Aufklärungen über derartige Gefährdungen (z. B. Zigarettenrauchen und Lungenkrebsrisiko) oder Früherkennungsmöglichkeiten noch gutartiger Vorstufen von Krebserkrankungen (z. B. Darmpolypenabtragungen bei Koloskopien, zytologische Früherfassungen und Abtragungen von Epithelveränderung am Gebärmutterhals) sowie die Früherfassung von Tumoren (z. B. kleiner Prostatakrebs durch Sonografie und Blutuntersuchungen, Geschwülste der Brust-

drüse durch erlernte Brustselbstuntersuchung und durch Mammografie und -sonografie) sind dabei erprobt und von hoher Effektivität.

Deshalb sind das in diesem Heft auf Seite 12 beschriebene Projekt „EVA“ und die Selbstuntersuchungsförderung durch „MammaCare“ besonders wichtige und von unserem Verein nachhaltig geförderte Maßnahmen.

Wir freuen uns daher besonders, dass auch die Mitarbeiterinnen unserer St. Georg Unternehmensgruppe auf einer großen Informationsveranstaltung am 8.10.2008 mit diesem letztgenannten Verfahren vertraut gemacht werden.

Herzlichst Ihr

Prof. Dr. Rolf Haupt
Vorstandsvorsitzender Krebsliga e.V.



Prof. Rolf Haupt

Inhalt

Editorial	4
Krankenhauseelsorge nun wieder komplett	5
Unfallchirurgie und Orthopädie auf höchstem Niveau	8
EVA – ein Projekt des Krebsliga e. V.	12
Neuer Präsident der DGEM kommt vom St. Georg	13
Auszeichnung für Susann Barkawitz	13
Pflegekompetenz im Darmzentrum erweitert	16
Sommerfest 2008 rund um Haus 9	20
Neuigkeiten vom Wege e. V.	20
Sommerfest lässt Träume wahr werden	21
Tag der Begegnung im Klinikum St. Georg	24
„Das ist schon faszinierend.“ – Interview mit der neuen Chefapothekerin	28

Krankenhausseelsorge nun wieder komplett

Nikolaus Natke OP feierlich eingeführt

Aus dem Klinikum St. Georg ist die Krankenhausseelsorge nicht mehr wegzudenken. Seit vielen Jahren kümmern sich hier die Seelsorger liebevoll um die Patienten und Angehörigen oder auch um die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

1991 war für Pfarrer Bernhard Weismann der Einstieg nicht leicht, war er doch damals Alleinkämpfer in Sachen Seelsorge im Klinikum. Schnell wurde klar, dass dieser Zustand nicht lange tragbar war. Die ungewohnte Situation des Krankenhausaufenthaltes, die Sorge um die eigene Gesundheit, die Trennung von der Familie – viele Gründe, warum gerade Patienten oftmals ein helfendes Gespräch mit einem Außenstehenden suchen. Hinzu kam, dass das Klinikum in den letzten Jahren durch externe Standorte eine nicht zu unterschätzende Erweiterung erfahren hat. Bis heute sind es 16 – von Leipzig bis nach Wermsdorf, Riesa und Torgau.

Unterstützung bekam Bernd Weismann durch Schwester Simone Poll und zeitweise auch durch Pater Peter. Als Pfarrer Weismann 2007 in den Ruhestand verabschiedet wurde, war es Schwester Simone, die händeringend Mitstreiter suchte und diese auch schon bald in Pfarrerin Ulrike Franke fand. Mit Pater Nikolaus Natke OP ist das Trio der Krankenhausseelsorger am Klinikum „St. Georg“ nun endlich wieder komplett.

Die Einführung von Pater Nikolaus fand am 25.

Juni im Raum der Stille in einem feierlichen Rahmen statt und wurde von Propst Lothar Vierhock vorgenommen. Pater Nikolaus selbst zeichnete in anschaulichen Worten seinen Werdegang nach und ließ die Anwesenden an seinen Gedanken hinsichtlich seines Auftrages zum Wohle der Patienten teilhaben. Grußworte sprachen Andrea Rudolph, Sprecherin des ökumenischen Arbeitskreises der KH-Seelsorger Leipzig, und Regina Mahler, Sprecherin des Arbeitskreises der katholischen KH-Seelsorge des Bistums Dresden-Meißen. Auf Wunsch des neu ernannten Krankenhausseelsorgers spielten die Cellistinnen Stücke von Johann Sebastian Bach.



Pater Nikolaus Natke

Nikolaus Natke wurde am 8. August 1958 in Waldheim (Sachsen) geboren. Seit 1982 mit dem Dominikanerkloster St. Albert zu Leipzig-Wahren verbunden, ist er seit 1988 als Krankenhausseelsorger tätig. Im Jahre 2004 wurde er von Kardinal

Joachim Meisner in den Priesterrat des Erzbistums Köln berufen und ist seit Dezember 2007 Prior des Konvents St. Albert in Leipzig Wahren. Pater Nikolaus wird im Klinikum mit einem Arbeitsumfang von 75 Prozent tätig sein.

Andrea Minker
Leiterin Unternehmens-
kommunikation
Pressesprecherin



Gratulation durch Pastorin und Krankenhausseelsorgerin Ulrike Franke



Theresa Erben und Frauke Spangenberg



PromiTalk mit Charlotte Engelhardt

„Fernsehen ist für mich pure Leidenschaft“

Gibt es denn nach Jahren unterschiedlicher Magazine und Shows die Wunschsendung für Sie?

Wenn Sie „Wetten, dass“ oder Ähnliches meinen, dann nein. Ich habe das große Glück, verschiedene Sachen zu machen und vor allem mit Menschen zu arbeiten. Ziele setze ich mir immer nur für ein Jahr und arbeite peu à peu darauf hin. Wichtig ist, immer Arbeit zu haben. Nicht dass ich irgendwann aufwache und denke: Mann, hat man dich etwa vergessen? Deswegen gibt es Plan B, den übrigens jeder in der Tasche haben sollte. Bei mir ist es Amerika.

Und dann?

Dann will ich ein ganz normales Leben führen, ohne Stress. Meine Freundin ist dort verheiratet, und vielleicht eröffne ich mit ihr eine Tierpension.

Also ist Fernsehen doch ganz schön stressig?

Nein, es ist für mich pure Leidenschaft. Wäre diese jedoch vorbei oder würde mein Sender sagen: „Die Engelhardt vergessen wir mal“, würde ich gehen. Deutschland ist nicht meine Heimat, nur mein jetziges Zuhause. Meine Eltern haben nie gesagt: „Das geht nicht.“ Damit bin ich groß geworden.

Sie wirken positiv, sind Sie auch mal traurig?

Oh ja. Aber ich habe gemerkt, dass Sport die beste Medizin dagegen ist. Ich mache Kickboxen bei dem Weltmeister Marko Rajkovic. Der guckt mich einmal an und sieht sofort, ob ich gut drauf bin oder nicht. Entsprechend plant er meine Trainingseinheiten.

Sie sind auch Botschafterin des Vereins „Kinderlachen“, der schwerstkranke Kinder in Kinderkliniken, Kinderhospizen, Kindertagesstätten und Kindergärten unterstützt.

Ja, das ist eine tolle Aufgabe. Ich war auch schon einige Male in einem Krankenhaus in München, zum Beispiel bei einer Gruppe von Mädels mit Essstörungen, Ängsten und Suchtproblemen. Ich habe ihnen gezeigt, welche Tricks im Fernsehen angewendet werden, damit jemand perfekt aussieht. Sie haben gestaunt und ich hoffe, damit erreicht zu haben, dass sie erkennen, dass vieles im Fernsehen eine Illusion ist, und dass die Superschönen im Privatleben ganz anders aussehen – und zwar normal. Nichts ist eben perfekt.

Würden Sie auch in andere Krankenhäuser gehen?

Ja, sofort, wenn man mich fragen würde. Ich vermittele gerne Positives und versuche, die Kinder zum Lachen zu bringen trotz schwerer Krankheit. Wenn eine Klinik interessiert ist, kann sie sich an „Kinderlachen e. V.“ wenden.

Was können Sie den Lesern der StippVisite denn Positives vermitteln?

Hat man körperliche Beschwerden, muss man in sich hineinhorchen und auf sein Herz hören. Das Wichtigste ist ein gesundes Umfeld. Das heißt, von Negativem muss man sich trennen, auch von den Menschen, die einem nicht guttun. Man sollte versuchen, positiv zu denken, auch wenn das nicht immer leichtfällt.

Frau Engelhardt, vielen Dank für das nette Gespräch. Ich wünsche Ihnen weiterhin viel Erfolg.

„Guten Abend RTL“, „Do it yourself – S.O.S.“, „Das große ProSieben-Promi-Pilgern“, „Stars auf Eis“ und vieles andere, Charlotte Engelhardt hat's drauf. Mit ihrer erfrischenden, natürlichen Art bereichert sie die Fernsehwelt. Auch wenn sie in den Medien häufig als Sexsymbol dargestellt wird, so ist sie, was die Intelligenz betrifft, so manch anderem Star und Journalisten weit voraus. StippVisite-Redakteurin Birgit Russell hatte eine nette Konversation mit ihr.

StippVisite: Frau Engelhardt, in Norwegen geboren, dann mit den Eltern nach Taiwan, später nach Frankfurt, jetzt in München. Erzählen Sie mal.

Charlotte Engelhardt: Meine Mutter ist Journalistin, mein Vater Diplomingenieur. Wir sind häufig umgezogen. Ich lebte auf Taiwan, in Norwegen und kam erst mit 14 Jahren nach Deutschland. Nach dem Abi habe ich BWL und Marketing studiert – davon ein Jahr in England – und mit Diplom abgeschlossen.

Und dann haben Sie als Wetterfee bei RTL angefangen.

Oh Gott, ja, mein Vater hat die Hände über dem Kopf zusammengeschlagen und meinte: „Da studierst du jahrelang BWL und dann landest du als Wetterfee beim Fernsehen.“ Er hat es aber schnell akzeptiert, denn er wusste ganz genau, dass er mich nicht beeinflussen konnte.

Neurodermitis

Was tun bei juckender Haut?

Wir alle wünschen uns eine gepflegte, gesunde Haut, doch für Neurodermitiker ist ihre Haut oft eine Qual. Trockenheit und Entzündungen bestimmen das Hautbild und es kommt zu unerträglichem Juckreiz, der die Betroffenen nicht zur Ruhe kommen lässt. Menschen mit Neurodermitis sollten ihre Haut daher regelmäßig mit geeigneten Produkten (wie PHYSIOGEL® A.I. Creme) pflegen, die der Haut Feuchtigkeit zurückgeben und den Juckreiz lindern.

Häufig sind schon Kinder von Neurodermitis betroffen, denn ihre Haut ist besonders empfindlich und noch nicht so widerstandsfähig wie bei Erwachsenen. Irritierende Stoffe können so leichter eindringen und die Feuchtigkeit geht schneller verloren. Außerdem verführt das starke Jucken zum Kratzen, wodurch die Haut noch mehr geschädigt wird. Regelmäßig kommt es dann zu Entzündungen, die oft mit Medikamenten, wie Kortisonhaltigen Cremes, behandelt werden müssen. Doch gerade Eltern möchten bei ihren Kindern auf Kortison verzichten, denn Nebenwirkungen sind nicht ausgeschlossen. Um es gar nicht so weit kommen zu lassen, fordern Dermatologen daher die Haut täglich zu pflegen und die Barriere der Haut zu stärken.

Regelmäßige Pflege lindert den Juckreiz

Wie hilfreich die tägliche Pflege sein kann, zeigt eine internationale Untersuchung, an der 2.400 Neurodermitiker, darunter 900 Kinder, teilnahmen (ATOPA-Studie). Alle Teilnehmer verwendeten über einen Zeitraum von 5 Wochen zweimal täglich PHYSIOGEL® A.I. Creme mit PEA (Palmitoylethanolamin). Durch die regelmäßige Anwendung der Creme war die Haut nicht nur deutlich weniger trocken, sondern auch Rötungen, Kratzspuren

und Rauigkeit gingen erheblich zurück, wie die Ärzte berichteten. Gleichzeitig konnten viele Betroffene auf Arzneimittel verzichten, so dass sie fast zwei Drittel weniger Kortison benötigen. Am wichtigsten war jedoch, dass die Haut laut Aussage der Teilnehmer um 60 Prozent weniger juckte. So konnten die Patienten auch besser schlafen, was das Leben der Betroffenen und ihrer Familien ganz maßgeblich verbesserte. Dabei profitierten gerade Kinder von der regelmäßigen Pflege mit PHYSIOGEL® A.I. Creme, denn bei ihnen besserte sich der Hautzustand sogar noch mehr als bei den Erwachsenen.

Auf die richtigen Inhaltsstoffe kommt es an

Wichtig ist für Neurodermitiker vor allem, die Barrierefunktion der Haut zu stärken, so dass sie nicht austrocknet. PHYSIOGEL® A.I. Creme pflegt daher mit pflanzlichen Lipiden, die in der hautverwandten Derma-Membran-Struktur (DMS®) vorliegen. So dringen die Lipide besonders gut in die oberen Schichten der Haut ein und führen zu einem lang anhalten-



den Pflegeeffekt. Außerdem ermöglicht es die DMS® auf Emulgatoren zu ver-

zichten, die die Haut zusätzlich auslaugen können. Zur Linderung von Juckreiz und Entzündungszeichen enthält PHYSIOGEL® A.I. Creme den körpereigenen Wirkstoff PEA (Palmitoylethanolamin). Wie Studien an der Hautklinik Münster zeigten, kann PEA juckreizleitende Nerven beeinflussen und so beruhigend wirken. Hierdurch wird weniger gekratzt und die Haut erholt sich. Die Creme ist daher nicht nur für Neurodermitiker hilfreich, sondern auch für Menschen, deren Juckreiz andere Ursachen hat (z.B. Diabetes). Um Unverträglichkeiten und Allergien zu vermeiden, enthält PHYSIOGEL® A.I. Creme keine Farbstoffe, Konservierungsmittel und kein Parfüm. Zur großflächigen Anwendung steht PHYSIOGEL® A.I. Lotion zur Verfügung. PHYSIOGEL® ist in Apotheken erhältlich.

Proben können Sie per E-Mail anfordern: info@stiefel-gmbh.de Stichwort „StippVisite“

Unfallchirurgie und Orthopädie auf höchstem Niveau

Kompetenz sorgt für steigende Patientenzahlen

In der letzten Ausgabe berichteten wir über das Traumazentrum „St. Georg“. Ab dieser Ausgabe werden wir in Folge zuerst die zum Traumazentrum gehörende Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie und danach die Kliniken für Neurochirurgie sowie für Plastische- und Handchirurgie mit Brandverletztenzentrum vorstellen.

In der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie des Traumazentrums werden nicht nur Patienten mit frischen Verletzungen aller Schweregrade nach Verkehrs-, Sport- und sonstigen Unfällen einschließlich polytraumatisierter Patienten versorgt, sondern auch alle nicht unfallbedingten Erkrankungen des gesamten Stütz- und Bewegungssystems behandelt. Dazu gehören insbesondere akute und chronisch-degenerative Erkrankungen der Gelenke. Einen weiteren wichtigen Teil nimmt auch die Versorgung von Spät- und Folgezuständen nach Verletzungen ein.

Die Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie des Traumazentrums bietet das gesamte Spektrum der Unfallchirurgie und Orthopädie auf höchstem Niveau an. Zur operativen

Versorgung steht hierfür die komplette Palette modernster geschlossener, offener oder minimalinvasiver Osteosyntheseverfahren zur Verfügung.

Somit kann die Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie in Zusammenarbeit mit den Partnern im Traumazentrum insbesondere die komplette Versorgung von Schwerverletzten täglich rund um die Uhr absichern. Dies reicht von der Erstversorgung im Schockraum bis zur Überleitung in eine Reha-Maßnahme nach abgeschlossener stationärer Behandlung.

Ein Beleg für den Erfolg der Arbeit ist die in den letzten Jahren stetig gestiegene Anzahl der versorgten Schwerverletzten. So wurden im Jahr 2006 53 und im Jahr 2007 57 Schwerverletzte im Traumazentrum behandelt.

In einer speziellen Abteilung der Klinik werden Patienten mit akuten und chronischen Infektionen des Bewegungs- und Skelettsystems behandelt. Hierbei kommen moderne operative Verfahren (Vakuumbehandlung bis hin zum Segmenttransfer) zum Einsatz.

Um dieses Maß an Versorgungsqualität zu gewährleisten und weiterhin zu verbessern, beteiligt sich die Klinik freiwillig am TraumaRegister der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie. Hier erfolgt rückwirkend über statistische Untersuchungen eine Aussage über die Qualität der Schwerverletztenversorgung.

In näherer Zukunft wird sich das Traumazentrum des Klinikums als zertifiziertes überregionales Traumazentrum in das Traumanetzwerk Westsachsen einbinden. Dabei steht die enge fachgebundene Zusammenarbeit mit den anderen unfallchirurgischen Kliniken in unserer Region



Liegendankunft am Haus 20

im Vordergrund. Ziel ist die weitere Verbesserung der Schwerverletztenversorgung. So soll zum Beispiel gewährleistet werden, dass Patienten mit speziellen Verletzungsmustern schnellstmöglich direkt vom Unfallort in eine für sie besonders geeignete Klinik gebracht werden.



Oberarzt Dr. Andreas Gosse im Gespräch mit einer Patientin

Besonderes Augenmerk liegt auf der Wirbelsäulenchirurgie, die sich in den letzten Jahren quantitativ und qualitativ positiv entwickelt hat, sodass sie inzwischen auch überregional große Anerkennung findet. Dies belegen die in den letzten Jahren gewachsenen Zahlen der in unsere Klinik verlegten Patienten mit Wirbelsäulenverletzungen, Wirbelsäulentumoren und -metastasen.

Unsere Klinik deckt das gesamte Spektrum der akuten Wirbelsäulenchirurgie ab. Dies beinhaltet sämtliche offenen Operationstechniken zur partiellen oder totalen Wirbelkörperausräumung, den Ersatz und die dorsale (hintere) sowie ventrale (vordere) Stabilisierung von traumatisierten als auch von Tumor oder Metastasen befallenen Wirbelkörpern

der gesamten Wirbelsäule. Für den Wirbelkörperersatz stehen verschiedene Ersatzmöglichkeiten wie Metallkörper (Cages), körpereigenes oder fremdes Knochenmaterial zur Verfügung.

Einen besonderen Wert besitzt heutzutage die minimalinvasive Wirbelsäulenchirurgie (Schlüssellochtechnik) – von der thorakoskopisch assistierten ventralen Versorgung und der dorsalen Stabilisierung mit Fixateur interne über die Vertebroplastie (Auffüllung des gebrochenen Wirbelkörpers mit Knochenzement mittels Spezialkanülen) und Kyphoplastie (Aufrichtung des Wirbelkörpers mit

tels zweier Ballons und Auffüllung desselben wahlweise mit abbaubarem Knochenersatzmaterial oder mit Knochenzement) bis hin zur Spineoplastie (Einbringung eines porösen Netzes in den Wirbelkörper und Impaktion desselben wahlweise mit biologischem Knochenmaterial oder mit Knochenzement). Die drei zuletzt genannten

Verfahren kommen, aufgrund der raschen postoperativen Schmerzlinderung und Mobilisationsmöglichkeit, besonders älteren Patienten mit osteoporotischen Wirbelfrakturen zugute.

Die Teilnahme unserer Klinik an vielen nationalen und internationalen Studien

und Kongressen sorgt für die Qualitätssicherung und bestmögliche Versorgung unserer Patienten.



Operationssaal 4 im Haus 20

**Oberarzt Dr. med. Ahmad Ahmad
Dr. med. Philipp Esser
Funktionsoberarzt Andreas Gosse
Dr. med. Holger Dietze
Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie**



Foto: photocase.com

Natürlich von hier

Es ist Nahrungsmittel, Lebensraum, Sportelement und nicht zuletzt der Hauptbestandteil des menschlichen Körpers. Je nach Alter bestehen wir zu 60 bis 95 Prozent aus dem Element allen Lebens. Kein Wunder also, dass wir regelmäßig und ausreichend Wasser trinken müssen. Der ideale Durstlöcher ist dabei das frische Trinkwasser der KWL.

Wir sind rund um die Uhr im Einsatz und liefern Ihnen das frische Nass in bester Qualität direkt nach Hause – und um die umweltgerechte Behandlung des Abwassers kümmern wir uns außerdem.

Wir bewegen mehr als Wasser

KWL – Kommunale Wasserwerke Leipzig GmbH

Johannisgasse 7/9, 04103 Leipzig

Telefon 0341 969-2222

kundenservice@wasser-leipzig.de

www.wasser-leipzig.de



KOMMUNALE WASSERWERKE LEIPZIG GMBH

Passivrauchen fördert Asthma bei Kindern

Rauchen kann tödlich sein

Feinstaubschleuder Zigarette: Grenzwerte um Faktor zehn überschritten

Kinder reagieren besonders sensibel auf Umweltbelastungen. Vor allem bei Erkrankungen der Atemwege spielen diese Belastungen eine zunehmend wichtige Rolle. Asthma bronchiale gehört zu den häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindesalter. Bereits zehn Prozent aller Kinder und Jugendlichen leiden an dieser entzündlichen Atemwegserkrankung. Eine der Hauptursachen für die Zunahme der Erkrankungen spielt das Rauchverhalten der Eltern – und das schon von der Schwangerschaft an.

In einer Studie an 53.879 Kindern im Alter von sechs bis zwölf Jahren wurde festgestellt, wie sehr Gifte aus der Zigarette über die Plazenta auf das Ungeborene wirken. Pränatales Passivrauchen erhöht demnach die Wahrscheinlichkeit einer schlechten Lungenfunktion um 31 bis 40 Prozent. So weisen Kinder von Müttern, die in der Schwangerschaft geraucht haben, deutlich weniger Lungenbläschen auf. Nikotin und andere Schadstoffe führen zu einem verzögerten Wachstum der Lungenfunktion und einer erhöhten Asthmaneigung. Selbst wenn die Mutter nach der Geburt mit dem Rauchen aufhört, bleiben diese Schäden bestehen. Die Wissenschaftler stellten auch fest, dass die Krank-

heitshäufigkeit der Kinder mit der Zahl der Raucher im Haushalt zunimmt. So kann es bei bereits bestehendem Asthma durch das Passivrauchen zu Rückfällen kommen, und bei schweren Fällen kann sogar ein lebensbedrohlicher Asthmaanfall ausgelöst werden.

Mediziner warnen: Rauchen in der Schwangerschaft hat die stärksten und nachhaltigsten Wirkungen auf Kinderasthma sowie auf Symptome wie die typischen Begleitgeräusche eines Asthmaanfalls und nächtlichem Husten. Aber auch nach der Geburt schädigen die Zigaretten der Eltern das Kind.

Ein weiterer Faktor für das Risiko, an Asthma zu erkranken, ist die Exposition mit Feinstäuben. Eine in Linz, Österreich, durchgeführte Studie er-

gab, dass beim Anstieg der Feinstaubbelastung in der Stadt auch die Atemnot beziehungsweise nächtlicher Husten bei Asthmakindern zunahm. Allerdings ist die schlimmste Feinstaubbelastung jene mit Tabakrauch, so die Mediziner. Schon drei Zigaretten in einem Raum sorgen für eine Grenzwertüberschreitung um das Zehnfache.

Ein weiterer Faktor, der neben Passivrauchen und Autoabgasen mit einer Zunahme von Asthma bei Kindern in Zusammenhang gebracht wurde, ist die Wohnhygiene. So war Asthma in der ehemaligen DDR eine seltene Krankheit. Die Kinder waren durch eine hohe Durchimpfungsrate vor gefährlichen Infektionskrankheiten geschützt, und nicht jeder Virusinfekt wurde gleich mit Antibiotika behandelt. Banale Infekte sollten das Immunsystem trainieren. Laut Untersuchungen haben zum Beispiel Kinder von Bäuerinnen ein gestärktes Immunsystem. Auch Kinder mit mehreren Geschwistern oder jene, die früh in Kindergärten kommen, verfügen meist über ein besseres Immunsystem.

Es ist also wichtig, Kinder nicht unter einen Glassturz zu stellen. Denn Krankheiten haben bei einem starken Immunsystem kaum eine Chance.

Quelle: Presstext Deutschland



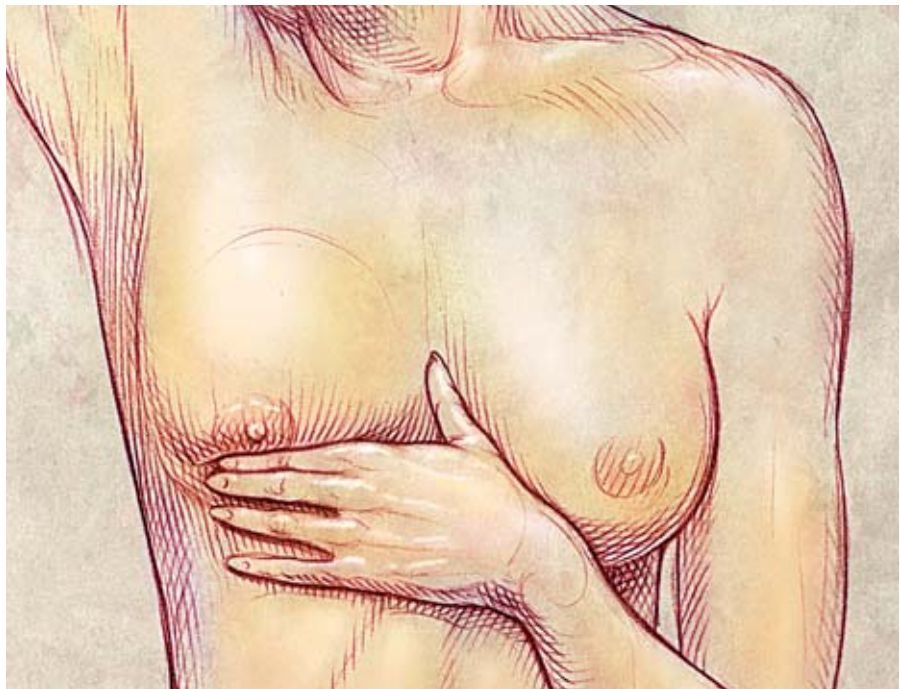
Mammografien auch in hohem Alter sinnvoll

US-Studie sorgt jedoch für Diskussion unter Wissenschaftlern

Laut einer aktuellen US-Studie unterzieht sich in den USA nur jede fünfte Frau zwischen 80 und 90 Jahren noch regelmäßig einer Brustkrebsuntersuchung. Das ist laut dem National Institute on Aging in Anbetracht des demografischen Wandels eine erschreckend niedrige Zahl. Im Jahr 2050 soll sich die Zahl der über 80-Jährigen in den USA vervierfachen haben. Zwei Drittel der über 85-Jährigen werden dann Frauen sein.

Also umso wichtiger stuft das National Institute on Aging die vorgelegte Studie ein. Demnach konnte bei 68 Prozent der Frauen, die sich jährlich oder alle zwei Jahre einer Vorsorgeuntersuchung unterzogen haben, der Brustkrebs in einer frühen, noch heilbaren Phase entdeckt werden. Bei jenen, die auf regelmäßige Untersuchungen verzichteten, lag die Quote bei nur 33 Prozent. Für die aktuelle Untersuchung wurden 12.000 Patientinnen herangezogen, die 80 oder älter sind und die zwischen 1996 und 2002 die Diagnose Brustkrebs erhielten. Fünf Jahre nach der Brustkrebsdiagnose lebten noch drei von vier Frauen, die regelmäßig zur Untersuchung gingen. Nicht einmal die Hälfte war es bei jenen, die auf diese Untersuchungen verzichteten.

Die Experten sind sich jedoch nicht völlig einig, ob und wie oft sich Frauen, speziell in diesem Alter, einer Brustkrebsuntersuchung unterziehen sollten. Die American Cancer Society beispielsweise empfiehlt Frauen über 40 Jahre, die bei guter Gesundheit



sind, sich einmal im Jahr untersuchen zu lassen. Diana B. Petitti von der US-amerikanischen Preventive Service Task Force rät hingegen, sich höchstens alle zwei bis drei Jahre untersuchen zu lassen, da die Strahlenbelastung recht hoch sei. „Frauen, die 70 Jahre alt sind, noch 19 Jahre Lebenserwartung haben, bei guter körperlicher Konstitution sind und sich einer möglichen Behandlung noch unterziehen können, sollten weiter zu Vorsorgeuntersuchungen gehen“, sagt Robert A. Smith, Direktor der Society of Cancer Screening. Wie oft dies passieren sollte, ließ er jedoch offen.

Mara A. Schonberg, Mammografie-expertin an der Uni Harvard, vertritt hingegen die These, dass auf derartige Untersuchungen im hohen Alter verzichtet werden sollte. „Gerade einmal zwei Prozent der Frauen über 80

sterben an Brustkrebs. Man beginnt nicht bei der Geburt mit Mammografien und man sollte damit auch nicht erst beim Tod aufhören.“ Viel wichtiger sei ihrer Meinung nach, die Risiken derartiger Untersuchungen zu bedenken. Bluthochdruck, die Angst vor einer Fehldiagnose oder eine falsche Behandlung würden Patientinnen viel mehr belasten und öfter zum Tod führen als der Krebs.

Trotz aller Einwände der Expertinnen gegen eine Untersuchung in hohem Alter sollte jede Frau die Möglichkeit einer Mammografie oder eines Screenings nutzen. Es gibt viele „junge Alte“ und die sollten ihr Leben so lange genießen wie möglich. Sollte es einen positiven Befund geben, kann jede Frau individuell entscheiden, ob sie sich einer Therapie unterziehen möchte.

Quelle: Presstext Deutschland

EVA – ein Projekt des Vereins Krebsliga e. V.



In Kooperation mit dem Sächsischen Landfrauenverband (SLFV) und dem Sächsischen Staatsministerium für Soziales (SMS)

In Deutschland erkranken jährlich rund 55.000 Frauen an Brustkrebs, davon 2.700 in Sachsen. Überwiegend sind Frauen zwischen dem 60. und 65. Lebensjahr betroffen. Etwa jede neunte Frau in Deutschland wird im Laufe ihres Lebens mit der Diagnose Brustkrebs konfrontiert. Brustkrebs ist das häufigste Krebsleiden der Frau.

Je früher Brustkrebs erkannt wird, umso besser sind die Heilungschancen. Die Früherkennung durch intensive Selbstuntersuchung, durch regelmäßige Kontrollen beim Gynäkologen sowie durch Mammografien in empfohlenen Intervallen ist von großer Bedeutung. Frühzeitig erkannt und richtig behandelt, kann Brustkrebs bei 90 Prozent der Frauen besiegt werden.

Für die Staatsregierung des Freistaates Sachsen steht deshalb die Prävention und Optimierung der Versorgung bei Brustkrebs als eines der Gesundheitsziele für Sachsen ganz oben auf der gesundheitspolitischen Agenda. Um dieses politische Ziel in konkrete praktische Konzepte und Aktivitäten umzusetzen, startete das Staatsministerium für Soziales zusammen mit dem Sächsischen Landfrauenverband, der Krebsliga Leipzig und dem Haus Leben Leipzig Gespräche. Das Ziel: ein Projekt zu initiieren, mit dem ein aktiver Beitrag zur Verbesserung der Brustkrebsvorsorge für Frauen im ländlichen Raum geschaffen werden kann.

Unter dem Motto „Brustkrebsmortalität senken und Lebensqualität erhöhen“ startete das Projekt EVA im Juni 2007. Nach erfolgreicher Pilotphase wird EVA auch 2008 fortgesetzt. EVA ist langfristig angelegt und wendet sich an alle Frauen in Stadt und Land, denn jede kann betroffen sein. Träger des geförderten Projekts ist der Verein Krebsliga e. V.

Im Rahmen von EVA werden kostenlose Informationsveranstaltungen zur Brustgesundheit durchgeführt. Diese Veranstaltungen finden sowohl im Bereich von Vereinen wie dem SLFV als auch in Betrieben jeglicher Größe statt. Im Klinikum St. Georg wird eine derartige Veranstaltung für alle Mitarbeiterinnen, die darüber hinaus für alle Interessierten offen ist, am 8. Oktober um 15 Uhr stattfinden.



Auf einer Infoveranstaltung werden Frauen über alle Fragen der Vorsorge und Früherkennung von Brustkrebs sowie die angebotenen gesetzlichen Früherkennungsuntersuchungen ausführlich informiert und können indivi-

duelle Fragen stellen. Ziel ist es, das Wissen der Frauen über das Thema Brustgesundheit aufzufrischen und sie dann zu motivieren, an den auf den Veranstaltungen aufbauenden MammaCare-Kursen in kleineren Gruppen in ihrem persönlichen Umfeld teilzunehmen. Hier helfen erfahrene Trainerinnen beim Erlernen der grundsätzlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten bei der Selbstuntersuchung der Brust und gehen noch einmal auf konkrete Aspekte der Wahrnehmung der Vorsorge und Früherkennungsuntersuchungen für die Erkennung und erfolgreiche Behandlung von Brustkrebs ein. Der Besuch der Kurse wird im Rahmen der gesetzlichen Vorsorgeanstrengungen von den Krankenkassen unterstützt und mit der Übernahme von bis zu 85 Prozent der Kursgebühr gefördert, der Eigenanteil beträgt 5 Euro pro Kurs und Teilnehmerin.

Informationen zu den Informationsveranstaltungen und die Möglichkeit zur Anmeldung für MammaCare-Kurse erhalten sie im:

Haus Leben Leipzig
Tel. 0341 444-2316
Fax 0341 444-2317

Projektkoordination:
Dr. Petra Wüller
petra.wueller@sanktgeorg.de
Büro der Krebsliga
Tel. 0341 909-2325
krebssliga@sanktgeorg.de

Neuer Präsident der DGEM kommt vom St. Georg

Ernährungswissenschaft hat in Leipzig Tradition

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM e. V.) hat einen neuen Präsidenten: Für eine Amtszeit von zwei Jahren wird Prof. Dr. med. Arved Weimann der Gesellschaft vorstehen.

Prof. Weimann, vordem bereits als Vizepräsident tätig, steht seit 1999 der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Klinikum St. Georg vor und ist seit fünf Jahren stellvertretender Leitender Chefarzt des Klinikums. Sein Vorgänger im Präsidentenamt der DGEM, Prof. Dr. Georg Kreymann aus Hamburg, wird als 1. Vizepräsident weiter dem Präsidium angehören.

„Naturgemäß werden auch in meiner Amtszeit Mangelernährung und Adipositas (Fettsucht, Anm. der Red.) im Vordergrund stehen. Wie Prof. Krey-

mann kommt es auch mir auf die gute Zusammenarbeit mit der Adipositasgesellschaft und der Deutschen Gesellschaft für Ernährung sowie dem Verband der Diätassistenten und dem Verband der Ökotrophologen an. Wenn es um Ernährung geht, müssen wir in Deutschland mit einer Stimme sprechen. Besonders wichtig ist mir ferner, dass sich die DGEM auch ethischen Fragen der Ernährungsmedizin – besonders am Lebensende – widmet“, so Prof. Weimann zu seinem neuen Verantwortungsbereich.

Das Klinikum St. Georg kann in Sachen Ernährung auf eine lange und erfolgreiche Tradition verweisen. Eine Abteilung Klinische Ernährung wurde hier bereits 1981 unter Prof. Dr. Wolfgang Hartig etabliert und war damals gesamtdeutsch die zweite dieser Art in einem Krankenhaus. Neben Therapien

mangelernährter Patienten und der Behandlung von Patienten mit morbidem Adipositas werden individuelle Pläne zur künstlichen Ernährung erstellt und Ernährungstherapien überwacht. Darüber hinaus liegt der Fokus auf entsprechenden Schulungen von Patienten, Angehörigen und Personal. Quartalsweise finden sogenannte „Küchenboards“ statt, bei denen vom Ernährungswissenschaftler bis hin zum Geschäftsführer Ernährungskonzepte diskutiert und erarbeitet werden.

Andrea Minker
Leiterin Unternehmenskommunikation/Pressesprecherin



Chefarzt Prof. Dr. Arved Weimann

Auszeichnung für Susann Barkawitz

Mit der höchsten deutschen Sportauszeichnung, dem Silbernen Lorbeerblatt, wurde Susann Barkawitz am 28. Mai 2008 im Berliner Hilton Hotel ausgezeichnet. Überreicht wurde die Ehrung durch Bundesinnenminister Wolfgang Schäuble. „Sie haben unser Land als Botschafter des Sports hervorragend vertreten und durch ihren Einsatz zentrale sportpolitische Ziele der Bundesregierung wie Toleranz, Fairplay und den entschlossenen Kampf gegen Doping mit Leben erfüllt“, würdigte Minister Schäuble die

Leistungen der insgesamt 130 Sportlerinnen und Sportler. Zu den Preisträgern gehörten unter anderem auch Regina Halmich, Ludger Beerbaum und Xu Huaiwen.

Susann Barkawitz ist seit Dezember 1998 im Klinikum als Physiotherapeutin tätig. Ihre sportliche Laufbahn als Flossenschwimmerin begann sie im Alter von 17 Jahren, nach dem Einstieg



Susann Barkawitz und Bundesinnenminister Wolfgang Schäuble

in den Leistungssport als Schwimmerin. Als Höhepunkte ihrer Karriere sind die Erlangung der Titel als Europameisterin in den Jahren 1999 und 2003 sowie die kürzliche Ehrung mit dem Silbernen Lorbeerblatt zu nennen.

Andrea Minker
Leiterin Unternehmenskommunikation/Pressesprecherin

Was ich wert bin, sagt mir die Waage

Teil 3: Wie behandelt man Essstörungen?

Über unterschiedliche Aspekte der Essstörungen Anorexie (Magersucht), Bulimie (Ess-Brech-Sucht) und Binge-Eating (Essattacken) haben wir in den vorherigen beiden Ausgaben der StippVisite berichtet. Bisher ging es um Frühwarnzeichen, Auslöser und Ursachen sowie um Diagnostik und Prävention. Im dritten Teil der Serie informieren wir über die Therapie der Essstörungen.

Wieso lassen sich viele Essgestörte erst so spät behandeln?

Die Essstörung selbst kann als ein Lösungsversuch für ein dahinterliegendes seelisches Problem verstanden werden. Sie hat die Funktion, wieder ein besseres seelisches Gleichgewicht herzustellen, weshalb die Patientinnen und Patienten zunächst an der Erkrankung festhalten und oft erst spät eine Krankheitseinsicht und Behandlungsbereitschaft entwickeln.

Im Falle der Magersucht stellt sich häufig mit dem Hungern wieder ein positives Gefühl der Kontrolle über das eigene Leben und über den eigenen Körper ein. Die typisch mager-süchtige Körperwahrnehmungsstörung (die Magersüchtige erlebt sich trotz erheblichen Untergewichts weiter als zu dick) verhindert zudem ein Krankheitsbewusstsein. Das Problem wird verleugnet, die Patientin versucht lange Zeit den Eindruck aufrechtzuerhalten, sich fit und gesund zu fühlen.

Im Fall der Bulimie schafft das Erbrechen Erleichterung bei inneren Spannungen und unerwünschten Gefühlen. Gleichzeitig besteht eine große Scham wegen des Kontrollverlusts beim Essanfall und wegen des Erbrechens. Dies verhindert häufig längere Zeit, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Deshalb kann man generell sagen, je ausgeprägter die Essstörung

ist, desto später begeben sich die Betroffenen in Behandlung.

Der erste ganz wesentliche Schritt für die erfolgreiche Therapie einer Essstörung besteht darin, sich einzugestehen, überhaupt eine Essstörung zu haben. Ohne beginnende Krankheitseinsicht und den Wunsch nach Veränderung ist eine erfolgreiche Therapie nicht möglich. Aber selbst dann ist die Behandlung – wie bei anderen Suchterkrankungen – oft schwierig, da die Betroffenen hin und her gerissen sind zwischen der Seite, die gesund werden will, und der Seite, die krank bleiben und das Suchtverhalten beibehalten will.

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Die einfachste Möglichkeit besteht darin, sich als Betroffener oder Angehöriger erst einmal ganz unverbindlich an eine Beratungsstelle zu wenden, gegebenenfalls auch telefonisch oder per E-Mail. Sehr gute Informationen bekommt man auch



Annette Eisenmann, Ärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

auf den Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (www.bzga-essstoerungen.de), die ein umfassendes Verzeichnis der Beratungsstellen in Deutschland bereithalten. In Kassel ist dies beispielsweise Kabera e.V. (www.kabera.de, Tel. 0561/70133-10). Natürlich kann man sich auch direkt an den Hausarzt oder einen Psychotherapeuten wenden.

In leichteren Fällen können Essstörungen ambulant behandelt werden. Sinnvoll ist eine Zusammenarbeit zwi-

schen Psychotherapeuten, Hausärzten und Ernährungsberatern. In der Psychotherapie geht es einerseits um Veränderungen beim Essverhalten, das Schreiben von Ess-Protokollen, das Genießenlernen, das sich Wiedereinlassen auf bislang strikt gemiedene Speisen, andererseits geht es aber auch um die Bearbeitung der seelischen Ursachen der Essstörung, das Wiedererlernen eines gesunden Selbstvertrauens und Gefühlsausdrucks und um die soziale Integration. Wenn möglich, ist vor allem bei jüngeren Patientinnen auch eine Familientherapie anzustreben. Die Hausärztin ist primär zuständig für den Körper mit regelmäßigen Gewichts- und Laborkontrollen. Bei der Bulimie können bestimmte Medikamente hilfreich sein zur Reduktion von Ess- und Brechanfällen.

In schwereren Fällen, besonders bei der Magersucht mit bedrohlichem Untergewicht, körperlichen und seelischen Begleiterkrankungen und gescheiterten Vorbehandlungen, ist eine stationäre Behandlung in einer psychosomatischen Reha- oder Akutklinik erforderlich. Zusätzlich zu den genannten Therapiemaßnahmen können im stationären Umfeld neben einer besseren körperlichen Überwachung häufigere Einzel- und Gruppenpsychotherapien, aber auch Entspannungs-, Bewegungs- und Gestaltungstherapien angeboten werden. In der Psychotherapie der Essgestörten haben sich Gruppen mit mehreren Betroffenen bewährt, da diese von anderen Betroffenen oft mehr annehmen können. Die Bewegungstherapie hilft, das Gespür für den Körper und seine Grenzen zu erfahren und sich wieder im wahrsten Sinne

Der erste Schritt für die erfolgreiche Therapie einer Essstörung besteht darin, sich einzugestehen, eine Essstörung zu haben.

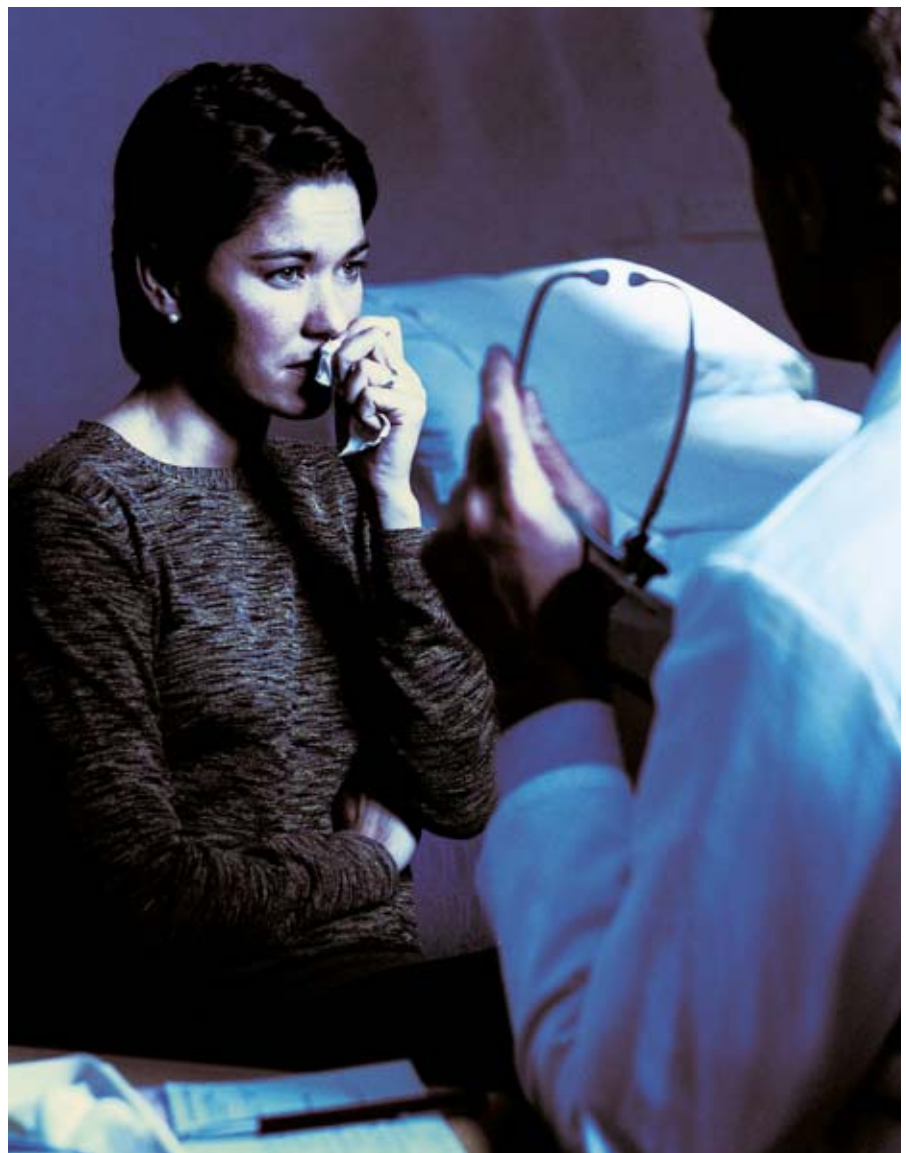
des Wortes ein Selbst-Bewusstsein zu erarbeiten. Die Gestaltungstherapie dient dem Ausdruck von Gefühlen, Ängsten und inneren Vorstellungen ohne Worte.

Bei der Bulimie ist auch in schwereren Fällen oft schon eine tagesklinische Behandlung ausreichend, bei der die Patienten an einem ähnlich umfangreichen Therapieprogramm wie stationäre Patienten teilnehmen, aber nachts zu Hause schlafen und in ihrem sozialen Umfeld bleiben.

Insgesamt ist die Behandlung einer manifesten Essstörung langwierig und schwierig, da Hilfsangebote oft erst zu einem relativ fortgeschrittenen Zeitpunkt der Erkrankung in Anspruch genommen werden und auch die Behandlung selbst von Rückfällen und Ambivalenzen gekennzeichnet ist. An eine stationäre oder tagesklinische Behandlung sollte sich auf jeden Fall eine weitere ambulante Psychotherapie anschließen.

Im 4. und letzten Teil der Serie geht es um das Thema Gesellschaft und Essstörung.

Annette Eisenmann
Ärztin für Psychiatrie
und Psychotherapie



Pflegekompetenz im Darmzentrum erweitert

Einsatz von geprüften Stomafachkräften

In Deutschland leben 110.000 Menschen mit einer künstlichen Darm- bzw. Harnableitung, einem sogenannten Stoma. Jedes Jahr werden etwa 43.000 neue Stomaanlagen operiert.

Ein künstlicher Darmausgang stellt für den Patienten, insbesondere in der Phase unmittelbar nach der Operation, häufig ein erhebliches psychisches Problem dar. Neben den Fragen nach dem Verlauf und der Prognose seines Leidens mit dem Stoma stehen die Versorgung, mögliche Komplikationen, psychosoziale Aspekte und die Körperbildveränderung im Vordergrund. Hier wird der/die Stomatherapeut/in tätig.



Schwester Diana (li.) während des Kurses Entero- und Urostomiepflege

Der Aufgabenbereich besteht in

- präoperativen Gesprächen mit dem Patienten und dem Chirurgen bezüglich der Stomalokalisation
- der fachlichen und psychischen Beratung der Stomapatienten und deren Angehörigen
- der Organisation von Stomagesprächskreisen
- der Einrichtung eigener Stomasprechstunden innerhalb der Klinik
- der fachlichen Unterstützung bei auftretenden Komplikationen

- speziellen Schulungen und eigenen Weiterbildungsseminaren für Krankenschwestern und -pfleger
- der Sicherstellung einer optimalen Nachbetreuung durch enge Kooperation mit dem Sanitätsfachhandel und Home-Care-Unternehmen.

Am 28. Juni dieses Jahres konnten die Absolventen des Kurses „Entero- und Urostomiepflege“ ihre Zertifikate entgegennehmen. Vorausgegangen waren ein umfangreiches Selbststudium,

vier intensive Seminartage, zwei schriftliche und eine praktische Abschlussprüfung am Bildungszentrum St. Georg in Kooperation mit der Firma Dansac und der Dansac-Akademie. Die Teilnehmer waren sich einig in ihrem abschließenden Urteil, dass diese Fortbildungsreihe fachlich, inhaltlich und organisatorisch sehr gut vorbereitet und durchgeführt wurde und sie nun gut gerüstet in die Praxis starten können.

Im Klinikum St. Georg steht Schwester Diana Kneisel dem zentralen Stomamanagement vor. Als Mitarbeiterin des Pflegefachbereichs Qualitätsmanagement ist sie auf diesem Gebiet Ansprechpartnerin für Patienten und Mitarbeiter. Gemeinsam mit 13 weiteren ausgebildeten Stomafachkräften aus der Pflege, dem ambulanten Pflegedienst und der Apotheke sieht sie den Schwerpunkt in der Beratung und Betreuung der Patienten während des Klinikaufenthaltes. „Dabei ist es sehr wichtig, dass bereits vor der Operation die individuelle Betreuung einsetzt, damit Ängste des Patienten abgebaut werden und dieser besser einschätzen kann, was ihn erwartet“, sagt Diana Kneisel gegenüber der Redaktion der StippVisite.

An der Zielstellung der umfassenden Rehabilitation des betroffenen Patienten sowie seiner Selbstständigkeit in der Versorgung der Stomaanlage arbeiten die Stomafachkräfte der dem Darmzentrum Nord-West-Sachsen angeschlossenen Kliniken gemeinsam in einem Qualitätszirkel.



Nach der Darmope-
ration, der Anlage
des Stomas, ist die
Wiedererlangung
von Lebensqualität
und Rückkehr der
Betroffenen in ihr
gewohntes persön-
liches und berufli-
ches Umfeld von
großer Bedeutung.
Eine gut abgestim-
mte Überleitung an
das Home-Care-
Unternehmen und
die Einbindung in
Strukturen der
Selbsthilfe ist dabei

sehr wichtig. Auch
hierbei wollen
zukünftig die Stomafachkräfte noch
besser mitwirken.

Betroffene finden Rat und Hilfe im
Kooperativen Darmzentrum Nord-
west-Sachsen, in dem neben der



Diana Kneisel im Aufklärungsgespräch mit einer Patientin

Klinikum St. Georg gGmbH die Kran-
kenhäuser Delitzsch/Eilenburg, Mul-
dental GmbH mit den Standorten
Grimma und Wurzen sowie Johann-
Kentmann in Torgau und Oschatz
vereint sind. Eine Überweisung vom
Hausarzt ist erforderlich.

Fragen zum Thema beantworten wir
im Klinikum St. Georg gern unter der
Rufnummer 0341 909-4752.

Diana Kneisel
Leiterin Stomamanagement

DIE RICHTIGE WAHL.

Unser UMWELT PLUS-Programm für Leipzig.




Weitere Informationen zu unseren
Förderprogrammen erhalten Sie
im Energieberatungszentrum
in der Pfaffendorfer Straße 2 oder
unter 0341 121-3333.

Stadtwerke Leipzig

Alles ganz einfach.

www.swl.de



Einsager beim Theater	Weltmeer	(sich zu jmd.) hinwenden	nicht gegen (etwas)	Frauenkurzname	Wapitihirsch	necken	Frauenkosenamen	griech.: Luft	Runddorf afrikan. Stämme	Kinofilm (ugs.)			
		4					plötzlich auftretend						
verletzen		Bürger einer dt. Stadt								Lindermittel			
							Schrei-vogel						
		7			russ. Männername								
ätzende Flüssigkeit		franz. Weinort					Wasserstelle in der Wüste	größter Staat der USA					
Blutader	Aufsehen erregender Vorfall											5	
schwach, unwohl	gut gekleidet									Bund, Clique			schlak-siger Mann (ugs.)
dt. Nachrichten-agentur										elektr. Stromspeicher (Kurzw.)			Hochgebirgs-nische
												3	
franz.: sehr			Bestandteil des Blutes	Rückfall (med.)		abwert. für: Geigenspiel	Süßwasserfisch						
Schleimhautentzündung (med.)	franz. Département	Krankheitskeim			Wer rastet, der ...	Maßeinheit für Lautstärke		Papyrusboot Heyerdahls		bekanntester dt. Flieger (Ernst)			
		6		8									
		nicht einteachtend	Kurzwort für bayr. Rettich				Man lernt nie ...						
körperlich auf der Höhe	verpflanzen						eckig geschliff. Edelsteinfläche						
augenblicklich		Punkt beim Tennis-Aufschlag				dt. Porzellanmanufaktur	sibir. Eichhörnchen						
		2		Wundmal		Regierung der dt. Staaten				dt. Komponist (Max)			
Klettereidechse	US-Schauspieler (Brad)	Strom in Russland	Bodendunst				Straßenbahn			griech. Vorsilbe für Stein...			
Reklameanschlag						helles engl. Bier	griech.: fern						
			süd-amerik. Faultier		anstößig								
zwei mal zwei		bibl. Männergestalt				lockeres Faser-material		1					
prüfend betrachten							nicht weniger						

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

Das StippVisite Kreuzworträtsel

Neue WC-Kultur – Balena 6000

Dass Wasser gründlicher und schonender reinigt als Papier, wissen seit Langem nicht nur Mediziner und Wellness-Experten, sondern auch die Firma Geberit. Denn sie hat den Gang zum WC revolutioniert mit dem Balena 6000 Dusch-WC-Aufsatz mit Fernbedienung für allerhöchstes Wohlbefinden.

Der kompakte Aufsatz verwöhnt mit einer wohltemperierten Dusche, angenehmem Warmluftföhn, Geruchsabsaugung und zahlreichen Zusatzfunktionen. Der bewegliche Duscharm und die pulsierende Massagedusche sorgen für eine besonders gründliche Reinigung. Der Balena 6000 wird problemlos gegen Sitz und Deckel ausgetauscht und zieht bei einem Wohnungswechsel einfach mit um. Er benötigt lediglich einen Strom- und Wasseranschluss.

Informieren Sie sich im Internet unter: www.balena.de oder direkt bei

Geberit Vertriebs GmbH,
Theuerbachstraße 1
88630 Pfullendorf
Tel. (0 75 52) 9 34-4 30
E-Mail: balena.de@geberit.com

Gewinnen Sie ein wertvolles Balena-Dusch-WC.

Senden Sie die richtige Lösung des Kreuzworträtsels bis zum 15. November 2008 an

**Redaktion StippVisite
Bockhorn 1
29664 Walsrode**

Gewinner eines Hautpflegesets von sebamed® des letzten Kreuzworträtsels mit der Lösung „Hautpflege“ sind:
W. Piech, Wilster; P. Semma, Wernigerode; E. Krause, Leipzig; S. Franke, Kiel; F. Lucas, Itzehoe; K. Richter, Leipzig;
O. Kullrich, Grimma; H. Kopp, Trebur; N. Krüger, Brunsbüttel.

Herzlichen Glückwunsch!

Die Überlebenschancen bei Brustkrebs verbessern

Trastuzumab mit Robert Koch Award ausgezeichnet

Der diesjährige Robert Koch Award ging an Trastuzumab (Herceptin®) von der Roche Pharma AG. Der Preis würdigt medizinische Innovationen, die vor allem der Patientenversorgung zugute kommen und zudem Potenzial für weitere klinische Forschung bieten. Für die Behandlung des HER2-positiven Brustkrebses eröffnet Trastuzumab neue Möglichkeiten sowohl hinsichtlich des spezifischen Wirkmechanismus als auch des Nutzens für die Betroffenen. So haben sich die Prognosen von Brustkrebspatientinnen mit HER2-positiven Tumoren im Früh- wie auch fortgeschrittenen Stadium deutlich verbessert. Der Robert Koch Award wird vom Verlag Urban & Vogel, der zur Springer Medizin Verlag GmbH gehört, vergeben.

Antikörper binden mit hoher Effektivität an ihr Zielmolekül und lösen so beispielsweise eine Aktivierung des körpereigenen Immunsystems aus. „Trastuzumab stellt die erste gezielte, ausschließlich auf den Tumor gerichtete Antikörpertherapie dar, wodurch eine deutliche Qualitätsverbesserung in der Versorgung von HER2-positiven Brustkrebspatientinnen möglich wird“, begründet der Vorsitzende der Jury Professor Dr. Thomas Unger die Wahl. Der Direktor des Pharmakologischen Institutes der Charité Berlin sieht

die Vorgaben für den Preis durch Trastuzumab bestens erfüllt. Der gegen den Tumorzellrezeptor HER2 (Human epidermal growth factor receptor 2) gerichtete Antikörper Trastuzumab hat mit seiner speziellen Wirkungsweise bei der Krebsbehandlung eine neue Ära eingeleitet. „Mittels des Antikörpers werden Funktionen von HER2 blockiert, wodurch das Tumorzellwachstum gebremst wird. Die mit Trastuzumab behafteten Tumorzellen werden nicht nur empfindlicher gegenüber Chemo- und Antihormontherapien, sondern auch von der körpereigenen Immunabwehr besser erkannt und bekämpft“, erklärt Professor Dr. Nadia Harbeck, Leitende Oberärztin Konservative Senologie, Frauenklinik der TU München.

In der europäischen Union ist Trastuzumab bereits seit dem Jahr 2000 für die Therapie des metastasierten Brustkrebses zugelassen. Die Zulassungserweiterung für Frauen mit früherem HER2-positivem Brustkrebs folgte im Frühjahr 2006. Schließlich wurde der Wirkstoff im Jahr 2007 noch in Verbindung mit einem Aromatasehemmer zugelassen und ist damit die erste Kombination zweier ziel-



Links: Dr. Wolfgang Dietrich, Leiter des Geschäftsbereiches Hämatologie/Onkologie/Rheumatologie (Roche), rechts: Prof. Dr. Thomas Unger, Direktor des Instituts für Pharmakologie, Charité – Universitätsmedizin Berlin

gerichteter Therapien. Mit therapeutischen Proteinen, und hier insbesondere monoklonalen Antikörpern, wurden in den letzten Jahren immense therapeutische Fortschritte erreicht und sind auch zukünftig zu erwarten. „Unsere Aufgabe ist es nun, Antikörper noch wirkungsvoller zu gestalten und weitere, zielgerichtete Behandlungsansätze zu entwickeln“, betont Professor Dr. Dr. Strein, Leiter der Pharmaforschung und Pharmaentwicklung bei Roche Deutschland. So lässt sich die aktivierende Wirkung der Antikörper auf Zellen des Immunsystems gentechnisch so verändern, dass die Immunzellen verstärkt an Krebszellen binden. Dies führt zu einer effektiven Zerstörung von Tumorzellen und somit zu besseren Behandlungsmöglichkeiten. „Im Mittelpunkt unserer Forschung steht weiterhin die Krebstherapie. Aber auch andere Erkrankungen wie beispielsweise Alzheimer, rheumatoide Arthritis oder Multiple Sklerose können so therapiert werden“, ergänzt Strein.



Professor Dr. Nadia Harbeck, Leitende Oberärztin Konservative Senologie, Frauenklinik der TU München

Sommerfest 2008 rund um Haus 9

Buntes Programm für Kinder und Jugendliche

Es ist bereits zu einer schönen Tradition geworden, dass wir zum Sommerfest der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin und des KfH Nierenzentrums für Kinder und Jugendliche am Klinikum St. Georg einladen. In diesem Jahr fand unser Fest am Samstag, dem 5. Juli, statt. Viele, viele Kinder kamen, brachten ihre Geschwister, Freunde und die ganze Familie mit.

Es gab wie immer zahlreiche kreative und sportliche Angebote, bei denen Ausprobieren und Mitmachen sich lohnte. Die CloWnsNasEn waren unterwegs, das Mitspieltheater suchte und fand kleine und große Schauspieler für das Märchen

vom Schneewittchen. Reitfreunde konnten auf den Pferden vom Reiterhof Lukas ihre Runden drehen. „Kranke“ Puppen und Teddys wurden in der Puppenklinik bestens versorgt. Es konnte gemalt, gebastelt und im Märchenzelt gerätselt werden. Wilde Katzen und Schmetterlinge waren am Schminkstand der Renner. Erstaunen und Freude riefen die Preise und Gewinne bei der Tombola hervor.

Fast europameisterliche Erinnerungen wurden an der REWE-Torwand geweckt! Die Mitarbeiter der Kinderklinik sowie der Elternvereine bewiesen ihr Supertalent beim Backen, zu bestaunen und vor allem zu genießen beim leckeren Kuchenbasar. Erstmals waren zudem verschiedene Ver-



Mitspieltheater mit den Clowns-nasen

eine eingeladen, um ihre Arbeit und sich selbst als Ansprechpartner für betroffene und interessierte Familien vorzustellen.

Unser Fest endete musikalisch mit dem Mitsing-Programm für Kinder und Eltern von und mit dem Leipziger Liedermacher Dirk Preusse. Ein rundherum gelungenes, kunterbuntes Fest, zu dessen Unterstützung zahlreiche Sponsoren sowie Helfer und Abteilungen unseres Klinikums beigetragen haben. Dafür sagen wir allen ein großes Dankeschön!

Uta Jurack
Klinik für Kinder- und Jugend-
medizin und KfH Nierenzentrum
für Kinder und Jugendliche

Neuigkeiten vom Wege e. V.

Räume für sozialtherapeutische Wohngruppe eingeweiht

In gewohnt herzlicher Weise begrüßte Monika Schöpe am 4. Juni die Gäste vom Verein Wege e. V. in der Lützner Straße. Grund des Zusammenseins war die Einweihung neuer Räume für Haus AURYN, die Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle des Vereins. Hier werden mehr als 80 Kinder und Jugendliche seelisch erkrankter Mütter und Väter betreut.

Ziel ist es, diese Kinder altersgerecht und fachlich zu beraten und zu betreuen, damit sie lernen, mit ihrer oftmals sehr schweren familiären Situation zurechtzukommen und selbst gesund zu bleiben. Gefördert wurde der Ausbau, der zwei freundlich gestaltete Beratungsräume sowie ein Büro und einen Aufenthaltsraum mit

Entspannungs- und Spielmöglichkeiten umfasst, von Sachsens Sozialministerium, vom Regierungspräsidium Leipzig, der AOK Sachsen, hiesi-



Melanie Gorspott (Leiterin Haus AURYN) und Dr. Siegfried Haller (Jugendamtsleiter der Stadt Leipzig) beim symbolischen Schnitt

gen Unternehmen sowie Mitgliedern und Freunden des Vereins Wege e. V., dessen Vorsitzende Monika Schöpe ist.

Zu dem kleinen Sommerfest, das am 9. Juli im Innenhof der „Lebensräume“ stattfand, waren vor allem Betroffene mit ihren Angehörigen und Vereinsmitglieder gekommen. Es bedurfte nicht sehr viel, um eine fröhliche Stimmung zu erzeugen. Als ein Mitarbeiter seiner Gitarre die ersten Töne entlockte, stimmten alle Anwesenden sofort mit ein. Mit großer Freude wurde ein von der St. Georg Wirtschafts- und Logistikgesellschaft mbH gespendeter Kuchen entgegengenommen.

Andrea Minker
Leiterin Unternehmenskommunikation/Pressesprecherin



Von der Abteilungsleiterin des Bildungs- und Entwicklungszentrums der Stadtwerke Leipzig GmbH erreichte die Redaktion der StippVisite folgender Beitrag, einschließlich Foto

Sommerfest lässt Träume wahr werden

Birgit hatte mich eingeladen – im Juni dieses Jahres – zum Sommerfest des Verbundes Gemeindenahe Psychiatrie, in die Schönbachstraße 2.

Birgit Reinhardt, unsere ehemalige Mitarbeiterin, die uns leider aufgrund einer Erkrankung verlassen musste, denkt eben immer noch an uns.

In unserer Betriebsband war Birgit noch „Mädchen für alles“. Schielte immer ein wenig sehnsüchtig nach denen, die mit ihren Instrumenten auf der Bühne standen.

Nun hat sich an diesem gelungenen Tag – durch die Initiative von Frau Oertelt-Jäger, der Ergotherapeutin des Verbundes Gemeindenahe Psychiatrie, und damit auch von Birgit



Birgit Reinhardt mit Gitarre und einem selbst gedichteten Lied

Reinhardt – Birgits großer Traum erfüllt: Mit einem selbst gedichteten Text und sich auf der Gitarre begleitend, freute sich Birgit nun gemeinsam mit ihren Mitstreitern über die Anerkennung und den Beifall der vielen fröhlichen Gäste.

Wunderbar, dass hier Menschen ihre Kreativität ausleben können und

andere damit erfreuen. Für mich als Personalentwicklerin wieder der Beweis: Kreativität ist überall, man muss sie nur zulassen und fördern.

Im Übrigen ist unser Bildungs- und Entwicklungszentrum nicht weit. Gern sind wir bereit, das Klinikum bei der Vorbereitung und Durchführung derartiger Events zu unterstützen.

Martina Müller
Abteilungsleiterin
Bildungs- und
Entwicklungszentrum der
Stadtwerke Leipzig

Bornaische Straße 120
04279 Leipzig
Tel. 0341 121-6435

Sommerfest im Verbund Gemeindenahe Psychiatrie, Schönbachstraße

Der Verbund Gemeindenahe Psychiatrie, Standort Südost (Schönbachstraße) veranstaltet seit drei Jahren jährlich ein Sommerfest für Patienten, Angehörige und Anwohner. Organisiert wird das Fest von den Mitarbeitern der Ergotherapie, die mit den Patienten dafür verschiedene Programmpunkte einstudieren.

Das diesjährige Sommerfest fand am 16. Juni 2008 unter dem Motto „Olympia einmal anders“ statt. In einem Quiz zum Thema Olympia konnte man sein Wissen testen und Patienten griffen das Motto in einem Theaterstück auf. Das Theaterstück stellt während der Sommerfeste jeweils den Höhepunkt dar. Das ganze Jahr hindurch wird dafür geprobt. Bis zu 50 Patienten waren in diesem Jahr in die Vorbereitung und Aufführung des Stückes involviert.

Neben dem Theaterstück trat die Tanzgruppe der Ambulanz mit Volkstänzen auf. Außerdem wurde gemeinsam gesungen und getanzt. Mit einem Salatbuffet und Deftigem vom Grill war auch für das leibliche Wohl gesorgt.



Sport treiben macht glücklich

Sport treiben mit Köpfchen noch mehr

brannte Kalorien werden dagegen in Fettdepots gelagert. Im Ruhezustand verbraucht der Körper einer Frau rund 1.400 bis 1.800 Kilokalorien pro Tag. Bei einer halben Stunde Joggen sind es schon 300 bis 500 Kilokalorien. Aber: Problemzonen lassen sich nicht so einfach gezielt wegtrainieren. An Bauch und Hüften nimmt man erst relativ spät ab, aber regelmäßiger Ausdauersport hilft trotzdem immer noch am besten, überhaupt abzunehmen.

empfehlenswert – das ist gesund und erhält das gute Gewissen, das sich beim Sport eingestellt hat (ein Beispiel siehe Rezept im Kasten).

Muskelkater

Wer stolz auf seinen Muskelkater ist, weil er „richtig was geschafft“ hat, irrt: Muskelkater ist ein Anzeichen von feinsten Verletzungen im Muskel. Man kann aber auch vorbeugen: Wer Sport treibt, hat einen höheren Magnesiumbedarf, weil durch das Schwitzen wertvolle Mineralstoffe verloren gehen. Darum sollten Ausdauersportler regelmäßig Magnesium nehmen. Die Apotheke hält ein Direktgranulat bereit, das jederzeit griffbereit ist und sich in Sekunden-schnelle ohne Flüssigkeit im Mund auflöst. Durch den Wirkstoff Magnesiumcitrat wird es vom Körper besonders gut aufgenommen. Außerdem ist es zuckerfrei und ohne künstliche Süßstoffe.

Training ja, aber mit Vorsicht

Moderates Training tut dem Körper gut, wer beim Sport übertreibt, schadet seinem Körper eher. Wer unter einem Infekt leidet, sollte keinen Ausdauersport treiben. Nicht jeder ist zum Ausdauersportler geboren: Orthopädische Probleme oder Übergewicht können dagegen sprechen. Wer längere Zeit keinen Ausdauersport gemacht hat, sollte sich lieber vom Arzt durchchecken lassen.

Protein (Eiweiß) als Baustein der Muskeln

Wer bei Sport an Muskelaufbau denkt, sollte wissen, welche Rolle Protein (Eiweiß), einer der Grundbau-

Jogging, Nordic Walking, Wandern, Radeln oder beispielsweise Tennis: Es gibt viele Sportarten, um sich fit zu halten. Aber man muss nicht selten den inneren Schweinehund überwinden, um dem Körper Leistung abzuverlangen. Dabei hilft die Frage: Warum treibe ich Sport? Beim Sport werden Glückshormone freigesetzt. Dieses großartige Gefühl, das man gerade beim Laufsport beobachtet, nennt man „Runner’s High“.

Warum Sport guttut, und wie das mit dem Abnehmen ist

Regelmäßiger und vernünftig betriebener Sport stärkt das Immunsystem und hält Blutdruck und Stoffwechsel in Schwung. Sauerstoff wird in die Zellen gepumpt. Außerdem werden Kalorien verbrannt. Diese wandelt der Körper in Energie um. Nicht ver-

Die richtige Vorbereitung

Bevor jemand mit dem Sport beginnt, ist eine Vorbereitung entscheidend. Wichtig sind in dieser Reihenfolge das Aufwärmen, das Stretching und Dehnungsübungen. Das fördert die Durchblutung und beugt der Verletzungsgefahr vor.

Trinken gegen Übersäuerung

Schon vor dem Sport trinken. Denn Schwitzen kostet Wasser und Mineralstoffe. Durch die enormen Anstrengungen werden zusätzlich Säuren im Stoffwechsel und in den Muskeln gebildet. Die Folgen können Krämpfe und eine erhöhte Verletzungsgefahr sein.

Und wie sieht es mit dem Essen aus?

Vor dem Sport am besten nichts essen oder nur Obst – das belastet kaum. Nach dem Sport ist leichte Kost

Leichte Sportkost – leicht zubereitet

Pumpnickel mit Hüttenkäse und Gurke

Hüttenkäse mit Öl mischen, mit Pfeffer und Salz abschmecken, auf eine Scheibe Pumpnickel streichen, mit Gurkenscheiben belegen, fertig!

Was sagt ein Profi?

Für die Marathonläuferin Claudia Dreher steht der Erfolg im Ausdauersport auf vier Säulen:

1. Ein Gesundheits-Check-up beim Hausarzt oder Sportmediziner hilft, gesundheitliche Risiken zu vermindern oder sogar zu vermeiden.
2. Gesunde Ernährung (und Lebensweise) mit ausgewogener Kost über fünf kleinere Mahlzeiten am Tag verteilt belastet weniger und sorgt für eine optimale Energiebereitstellung. Dem erhöhten Flüssigkeitsbedarf bei allen Ausdauersportarten Rechnung tragen.
3. Training mit Köpfchen: eine realistische Zielsetzung, die den Körper nicht überfordert. Und: Trainingspläne können zum Beispiel beim Marathon nicht einfach übernommen werden, sondern müssen individuell erarbeitet werden.
4. Die Regeneration ist ein wichtiger Bestandteil des Trainings und tritt durch ein gesundes Ess- und Trinkverhalten schneller ein. Ein stetiger Wechsel von richtiger Trainingsbelastung und Entlastung erhöht die körperliche Fitness.

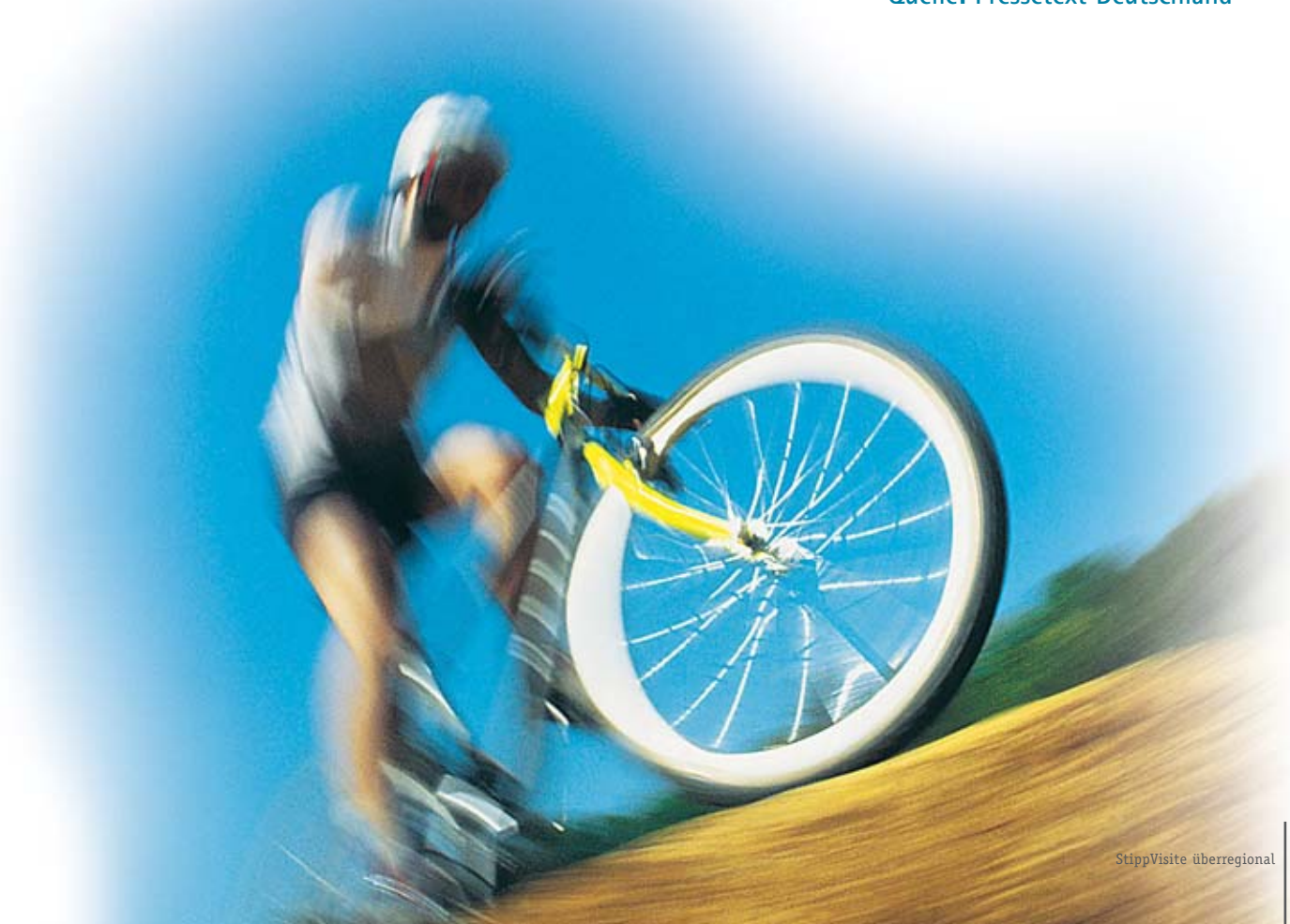
steine unseres Körpers, dabei spielt: Es agiert als „Baumaterial“ für unsere Muskeln. Proteine sind in pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln enthalten. Grundsätzlich ist die Aufnahme von tierischem Protein immer auch

mit der Zufuhr von Fett, Cholesterin und Harnsäurebildnern verbunden. Eine gute Alternative bieten rein pflanzliche Eiweiße aus dem Reformhaus oder der Apotheke.

Sportkleidung

Ein wichtiger Punkt ist auch das geeignete Schuhwerk. Wer einen Laufsport betreibt, sollte beim Sportschuh nicht sparen und sich im Fachhandel beraten lassen. Bei der Kleidung sollte man mehr auf den Nutzen als auf sportlichen Schick achten.

Quelle: Presstext Deutschland



Tag der Begegnung im Klinikum St. Georg

Ein Blick hinter die Kulissen des ältesten Krankenhauses Leipzigs

Präsentationen – Führungen – Informationen – Beratung – Kulturelles. Am 31. Mai 2008 lud das Klinikum St. Georg zum 7. Tag der Begegnung ein. Auf dem Gelände des Klinikums in der Delitzscher Straße präsentierten sich in 28 Zelten mehr als 60 medizinische Bereiche und boten Interessierten Einblicke in Bereiche, die sonst nicht der Öffentlichkeit zugänglich sind.

In gewohnter Weise wurde die Veranstaltung von Prof. Güdner eröffnet. In seinen einführenden Worten verdeutlichte er, dass dieser Tag ein Bild von der umfassenden Arbeit der gesamten Unternehmensgruppe geben soll und damit das Vertrauen und Verständnis für die teilweise komplexen Wechselwirkungen zwischen Patienten, Angehörigen und Mitarbeitern fördert.

Wer sich zu einem Rundgang entschloss, konnte sich von der Versorgung von Knochenbrüchen mit externem Fixateur über die Funktionsweise eines Bronchoskops bis hin zur BIA-Messung (misst Fett- und Mageranteile im Körper) informieren. Die Kliniken stellten wesentliche Erkrankungen, deren Diagnostizierung und Therapie durch Schaubilder und Präsentation verwendeter Materialien und Geräte vor. Gespräche mit Ärzten, Pflege- und Funktionspersonal vermittelten Interessierten wichtige Informationen über den klinischen und ambulanten Behandlungsalltag.

„Klinikum St. Georg – Heilung und mehr“ – dass zum „St. Georg“ noch mehr gehört als klinischer und ambulanter Behandlungsalltag, davon überzeugten Präsentationen wie die der Krankenhausapotheke, des Bildungszentrums oder des Zentrums für Drogenhilfe, um nur einige Bereiche zu nennen. Am Stand der Apotheke konnte beispielsweise Tee verkostet werden und das Bildungszentrum stellte seine Ausbildungen sowie Fortbildungskonzepte vor. Das Zentrum für Drogenhilfe bot zahlreiche Patientenarbeiten wie Vogelhäuschen oder Skulpturen zum Kauf an, und einem Rauschbrillenparcours war es möglich, die Beeinträchtigung der Wahrnehmung durch Alkohol zu simulieren.

Neben den Präsentationen ergaben sich zahlreiche Möglichkeiten zur Kontaktaufnahme, beispielsweise zwischen Patienten und medizinischem Personal, weiteren Mitarbeitern und Interessierten. Die Teilnahme der





Mitarbeiter der weiter entfernten Standorte wie z. B. Torgau und Riesa (Tageskliniken der Klinik für Psychiatrie und Psychologie in Wermsdorf) ermöglichte zum einen die persönliche Begegnung zwischen Kollegen, die sonst eher nur telefonisch Kontakt haben, und zeigte zum anderen, dass Leipzigs ältestes Krankenhaus weit über die Stadtgrenzen hinaus agiert.

Weiterhin hervorzuheben ist, dass an diesem Tag durch den Lions Club Leipzig eine Geldspende in Höhe von Euro 8.000 zur Verwendung für ein Mutter-Kind-Projekt von Haus Leben Leipzig übergeben und dass die ehrenamtliche und sicher nicht immer einfache Arbeit der Grünen Damen öffentlich geehrt wurde.

Das Rahmenprogramm des Tages der Begegnung wurde durch Frau Köppe, Moderatorin des Regionalsenders „Leipzig Fernsehen“, humorvoll und abwechslungsreich moderiert. Für die kulturelle Unterhaltung sorgten „Bläserquintett Brassophon“, Panflötenspieler Torsten Schlander und die Theatergruppe des Eitingon-Hauses. Für die jüngsten Gäste gab es Gewinne am Glücksrad, eine Bastelstraße und Pflastermalen. Die Freiwillige Feuerwehr Lindenthal bot mit ihren Vorführungen zur Brandverhütung und der spielerischen Brandschutzerziehung Großen wie auch Kleinen interessante Einblicke in die Arbeit einer Feuerwehr.

An diesem Tag mit seinen hochsommerlichen Temperaturen lud die gepflegte Grünanlage mit ihren zahlreichen Schattenplätzen zum Verweilen ein, für das leibliche Wohl sorgten die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der St. Georg Wirtschafts- und Logistikgesellschaft. Ob Schweinespießbraten oder Kuchen und Eis, es war für jeden etwas dabei.

Die Erlöse aus dem Verkauf des Spießbratens sowie aus dem Verkauf

der Tombolalose, aus Glücksrad und Buchtrödelmarkt flossen in ein Parkkonzert für alle Musikliebhaber im August dieses Jahres ein. (Darüber wird in der nächsten Ausgabe der StippVisite zu lesen sein. Anmerkung der Red.)

Der „Tag der Begegnung“, der alle zwei Jahre stattfindet, ist fester Bestandteil der Unternehmensstrategie. Er ergänzt und erweitert das umfangreiche Spektrum von Veranstaltungen mit wissenschaftlichen, kulturellen und sozialen Themen. Für den nächsten Tag der Begegnung ist der 5. Juni 2010 avisiert.

Michael Müller
Geschäftsbereich Controlling und Informationswirtschaft

Madeleine Tuczek
Unternehmenskommunikation



SENIORENRESIDENZ „AM LUNAPARK“ GMBH

Spezialisierung auf Demenzbetreuung, keine Suchtkranke und Wachkomapatienten.

Es gibt einen heimeigenen Garten, Ergotherapeuten sind direkt im Haus, sowie eine eigene Küche und Wäscherei. Desweiteren werden Friseur und Fußpflege angeboten.

Im Umkreis von 250 m befinden sich Ärzte, Apotheken, ein Kaufmarkt mit Poststelle und das Wahrener Rathaus.

Sehr gute Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel, zum Naherholungsgebiet Auensee sind es max.10 Min. Fußweg.

„AM LUNAPARK“
Friedrich-Bosse-Str. 93, 04159 Leipzig
Tel. 0341-46279-0

„AM AUENSEE“
Am Hirtenhaus 5, 04159 Leipzig
Tel. 0341-2318010

www.senioren-lunapark.de
info@senioren-lunapark.de



Eine Oase für Körper und Seele

Das Vier-Sterne „Vital- & Wellnesshotel Albblick“

Eingebettet inmitten der herrlichen Landschaft des Schwarzwaldes, direkt am Waldrand, liegt das Vier-Sterne „Vital- & Wellnesshotel Albblick“ – ein Ort, der im Nu entschleunigt vom Alltagsstress und der allgemeinen Hektik. Das Vital- und Wellnesshotel ist eine Oase für Körper und Seele: Entspannung, Sport, Schönheit und Gesundheit, kurz: Urlauber finden hier alles, was zum individuellen Wohlbefinden beiträgt – und dies in ruhervoller Umgebung.

Der erste Schritt ist immer der wichtigste: In der entspannten Atmosphäre des familiären Hauses finden Gäste wie von selbst zu neuer Balance. Dabei gehen alle auf Entdeckungsreise, die ein Angebot über FIT REISEN buchen. Denn der Spezialveranstalter für gesundes Reisen bietet in seinem neuen Zusatzkatalog 2008/2009 ein umfangreiches und abwechslungsreiches Programm: Ob Aktivurlaub, Medical Wellness, Schlankheit und Entschlackung, Beauty oder einfach nur Regeneration – im Vital- & Wellnesshotel Albblick kommt jeder Gast auf seine Kosten und wird von einem professionellen Team individuell betreut.

Auch die Zimmer der Entspannungsoase laden zum Erholen ein: Hier fühlt sich jeder sofort heimisch, wenn er die behaglich möblierten Doppelzimmer mit Wohnecke, Balkon oder Loggia betritt. Nur wenige Schritte vom Haupthaus entfernt befindet sich die

Albblick-Residenz mit großen Balkonen und herrlichem Panoramablick. Auch kulinarische Höhepunkte und Vielseitigkeit zeichnen das Vier-Sterne-Haus aus: Im hoteleigenen Restaurant genießen die Urlauber Wellness-, Diät-, Trennkost-, Thalasso-, cholesterinfreie Gerichte oder probieren regionale Schmankerl. Ayurveda-Fans können sich für die entsprechende Ayurveda-Kost entscheiden.

Möchten Sie auch einmal Ayurveda im Vier-Sterne „Vital- & Wellnesshotel Albblick“ schnuppern? Das Vital- & Wellnesshotel Albblick und FIT REISEN sponsern ein dreitägiges Ayurveda-Programm für zwei Personen mit zwei Übernachtungen in einem 4-Sterne-Komfort-Doppelzimmer (Anreise gegen 11 Uhr). Darin enthalten sind Wellness-Vollpension, eine ayurvedische Gesichtsmassage mit anschließender Kräutermaske, eine ayurvedische Ganzkörpermassage, ein Honigmilchbad, die tägliche Nutzung der Kneipp-Anlage sowie der Saunalandschaft mit einem Meersalzpeeling und der Cardio-Fitnessgeräte inklusive einer Einweisung. Zudem steht für aktive Gäste zweimal Frühgymnastik auf dem Programm.

Beantworten Sie folgende Fragen:

- In welchem „Wald“ befindet sich das Vital- & Wellnesshotel Albblick?
- Nennen Sie eines der speziellen Gerichte im Restaurant.
- Wie heißt der Aufenthalt, der von FIT REISEN und dem Vital- & Well-

nesshotel Albblick gesponsert wird?

- Über welchen Veranstalter ist die Ayurveda-Individualwoche buchbar?

Antworten bitte an:

Redaktion StippVisite, Bockhorn 1, 29664 Walsrode. Einsendeschluss ist der 15. November 2008. **Viel Glück!**

Wer Lust auf einen Aufenthalt im Vital- & Wellnesshotel bekommen hat und etwas tiefer entspannen möchte, dem empfehlen wir, über FIT REISEN die Ayurveda-Individualwoche zu buchen. Informationen erhalten Sie im Reisebüro oder direkt bei FIT REISEN, Ravensteinstraße 2, 60385 Frankfurt/Main, Tel. (0 69) 40 58 85-0, Fax (0 69) 40 58 85-12, www.fitreisen.de, E-Mail: info@fitreisen.de FIT REISEN publiziert jetzt für die Wintersaison 2008/2009 die 172-seitige Zusatzausgabe „Kur- und Wellness-Oasen weltweit“ – ergänzend zum Jahreskatalog 2008. Insgesamt bietet der Veranstalter für gesundes Reisen 358 Hotels an 201 Orten in 33 Ländern. Neu sind 8 Häuser in Deutschland, Indien, Sri Lanka und Spanien. Zudem präsentiert FIT innovative Pakete in bewährten FIT-Häusern.

Gewinner des Reisequiz der letzten Ausgabe der **StippVisite** ist P. Hartings aus Mainaschaff. Sie darf sich mit einer zweiten Person im Sauerland Stern Hotel verwöhnen lassen inklusive eines Entspannungsbads und natürlich einer Aarum-Manus®-Massage. **Viel Spaß!**

Hautkontakt hilft Frühchen, Schmerzen zu ertragen

Liebkosungen werden sehr früh wahrgenommen

Circa 8.000 Kinder in Deutschland werden vor der 30. Schwangerschaftswoche geboren. Damit zählen sie zu den Frühchen. Auch wenn diese klein und zerbrechlich aussehen, ist der Hautkontakt mit ihren Eltern sehr wichtig. Dies ergab eine Studie der McGill University. So verringern Liebkosungen bei Kindern, die in der 28. Schwangerschaftswoche geboren wurden, den Stress von schmerzhaften medizinischen Behandlungen.

Laut BBC gibt es bereits Hinweise darauf, dass regelmäßige Liebkosungen den Babys auch dann helfen, wenn sie im Brutkasten liegen. So verbessern sie nicht nur die Gesundheit, sondern stärken zudem die Bindung zu den Eltern. Die kann in den folgenden Monaten enorm wichtig sein.

Die aktuelle Studie konzentrierte sich erstmals auf Kinder, die zwischen der 28. und 31. Schwangerschaftswoche extrem früh auf die Welt kamen. Manche Experten gingen bisher davon aus, dass so kleine Kinder noch nicht entwickelt genug seien, um von den Berührungen zu profitieren. Weit gefehlt. Das Gegenteil bewies der sogenannte Hell-Prick-Test, der in Frühgeburtstationen immer wieder eingesetzt wird. Er ist für die Gewinnung von Blutproben zur Kontrolle der Blutzuckerwerte erforderlich. Unvermeidbar bei diesem Test sind Schmerzen, die Frühchen dabei haben. In einigen Fällen kann es mehrere Minuten dauern, bis dieses Leiden beendet ist. Vor allem bei Kindern mit einem schlechten Gesundheitszu-



stand kann dieses Vorgehen problematisch sein.

Die Forscher führten den Test an einigen Kindern durch, die währenddessen umarmt wurden und Hautkontakt hatten. Dabei wurden der Gesichtsausdruck, der Herzschlag und die Sauerstoffmenge im Blut beobachtet. Ziel war es, das Ausmaß des erlittenen Schmerzes festzustellen. Das Ergebnis war verblüffend. Die Schmerzwerte waren bei liebkosten Kindern nach 90 Sekunden deutlich geringer als bei jenen, die nicht be-

rührt wurden. Bei der Hälfte der zärtlich umsorgten Kinder war im Gesicht kein Ausdruck des Schmerzes festzustellen.

Zudem verkürzte sich die Zeitspanne, die die Kleinen brauchten, um sich wieder zu erholen, was sich positiv auf ihre Gesundheit auswirkte. Nun sind die Experten davon überzeugt, dass der Körperkontakt bei Frühchen den gesamten Entwicklungsprozess unterstützen kann.

Quelle: Presstext Deutschland

„Das ist schon faszinierend.“

Ein Interview mit der neuen Leiterin der Krankenhausapotheke

Bei der Erbauung des Krankenhauses St. Georg in den Jahren 1908 bis 1913 an seinem heutigen Hauptstandort in Eutritzsch in der Delitzscher Straße wurde gleichzeitig an die Notwendigkeit der Schaffung einer Krankenhausapotheke gedacht. Diese Weitsichtigkeit kommt dem Klinikum heute noch zugute, ist für eine medizinische Einrichtung dieser Größe eine Arzneimittelplanung, -beschaffung, -versorgung und -beratung doch von existenzieller Bedeutung. 90 Jahre war die Apotheke in Räumen des Verwaltungsgebäudes (Haus 17) untergebracht, bis sie im November 2003 ihr Domizil im neu erbauten Apothekengebäude (Haus 45) fand.

Die Krankenhausapotheke ist nicht im herkömmlichen Sinne als öffentliche Apotheke zu verstehen. Sie dient der Versorgung der Krankenhauspatienten mit Arzneimitteln und Labor diagnostika.

Andrea Minker, Pressesprecherin des Klinikums, sprach mit der neuen Leiterin Dr. Maike Fedders.

Andrea Minker:

Frau Dr. Fedders, Sie sind erst kürzlich zu uns ins Klinikum gekommen und haben sich damit gleichzeitig für Leipzig entschieden. Warum?

Dr. rer. nat. Fedders:

Das Klinikum, das ja weit über Sachsen hinaus bekannt ist, ist mir nicht zuletzt aus meiner Arbeit als Chefapothekerin in Duisburg und in diesem Zusammenhang besonders durch die Einkaufsgemeinschaft Kommunaler Krankenhäuser bekannt. So bin ich auch nach Leipzig gekom-

men. Und beides hat mich fasziniert: das hochmoderne Klinikum mit seiner langen Tradition und die Stadt mit ihrem besonderen Flair.

Andrea Minker:

Wie darf man sich die Arbeit in einer Krankenhausapotheke vorstellen? Hier gibt es doch ganz sicher einige Unterschiede im Vergleich zu einer öffentlichen Apotheke.

Dr. rer. nat. Fedders:

Das ist korrekt. Unsere Aufgabe besteht in erster Linie darin, die Krankenhauspatienten mit Arzneimitteln zu versorgen, d. h. die Anforderungen der Stationen abzarbeiten. Rezepte, die z. B. der Hausarzt ambulanten Patienten verschrieben hat, können hier nicht eingelöst werden.

Des Weiteren versorgen wir die Stationen und Institute mit Laborbedarf und sind für den Einkauf verantwortlich. Die Auswahl treffen Apotheker und Ärzte in einer Arzneimittelkommission gemeinsam. Circa 1.300 verschiedene Präparate halten wir so ständig vorrätig.

Andrea Minker:

In einem solch großen Klinikum treten sicher immer wieder Fälle auf, bei denen nicht handelsübliche Arzneien notwendig werden. Wie behelfen Sie sich dann?

Dr. rer. nat. Fedders:

In diesen Fällen werden die Arzneimittel selbst hergestellt. Das betrifft zum großen Teil Zytostatikazubereitungen für unsere onkologischen Pa-



Das neue Apothekengebäude

tientinnen und Patienten. Besonderes Augenmerk liegt in diesem Zusammenhang auch auf der Kinderklinik, da es viele handelsübliche Arzneimittel gibt, die für die Kleinen nicht proportioniert sind. So stellen wir z. B. Ernährungsbeutel für zu früh geborene Säuglinge der Neonatologie her.



Andrea Minker:

Ein breites und beachtliches Spektrum. Können Sie uns etwas zum Jahresumsatz der Apotheke sagen?

Dr. rer. nat. Fedders:

Dieser liegt im stationären Bereich unter Beachtung aller zum Klinikum gehörenden Standorte bei 7 Millionen Euro. Zusätzlich versorgen wir noch das Krankenhaus Altscherbitz und liegen damit bei ungefähr 1.800 Betten.

Andrea Minker:

Die Apotheke im Klinikum St. Georg ist im Grunde ja schon eine sehr betagte Dame. Hat das Auswirkungen auf Ihre Arbeit?

Dr. rer. nat. Fedders:

Nein, ganz im Gegenteil. Zum einen kann ich von dem langen Erfahrungsschatz meiner Vorgänger und meines Teams nur profitieren, zum anderen sind wir in einem hochmodernem Gebäude mit vollautomatisierter Technik – sprich Packautomat – untergebracht. Die Anforderungen werden von meinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern am PC eingegeben. Der Automat sucht sich die Anforderungen in den zahlreichen Regalen selbst raus und verpackt diese zielortgebunden in Kartons. Das ist nicht überall Standard und schon faszinierend.

Andrea Minker:

Was haben Sie sich für Ihre Arbeit als Chefapothekerin im Klinikum St. Georg konkret vorgenommen?

Dr. rer. nat. Fedders:

Kurz und bündig gesagt: Kompetenzen bündeln und Synergieeffekte nutzen. Konkret heißt das, die Zusammenführung der Bereiche Apotheke, Zentraleinkauf und Medizintechnik.



Laborantin bei der Arbeit

Andrea Minker:

Das sind ehrgeizige Ziele. Zumal Sie auch Mutter zweier Kinder sind. Wie schaffen Sie es, dienstliche Anforderungen und Privates unter einen Hut zu bringen?

Dr. rer. nat. Fedders:

Das ist nicht immer leicht. Mein Sohn David ist 11, meine Tochter Mona 1 Jahr alt. Hilfreich ist hier das Vorhandensein des St. Georg-Betriebskindergartens, da auch mein Mann einen Vollzeitjob hat. Er arbeitet als Radiologe im MVZ vom Krankenhaus Altscherbitz. Ende August sind wir von Duisburg nach Leipzig gezogen. Wir haben das so geplant, damit der Große die Schule nicht mitten im Schuljahr wechseln muss. Für ihn wird es ohnehin am schwierigsten, lässt er doch seinen ganzen Freundeskreis zurück.

Unsere Kraft schöpfen wir alle zusammen aus der Familie. Ein besseres „Geheimrezept“ gibt es für mich nicht.

Andrea Minker:

Damit erübrigt sich ja beinahe die Frage nach Ihren Hobbys?

Dr. rer. nat. Fedders:

Ja, das ist richtig. Mein Hobby ist meine Familie: die wenige Freizeit gemeinsam gestalten, gemeinsam Fahrrad fahren. Ein Ausgleich, dem man hier in der Region in und um Leipzig sehr gut nachkommen kann.

Andrea Minker:

Frau Dr. Fedders, vielen Dank für das Gespräch und alles Gute für Sie persönlich und bei der Umsetzung Ihrer beruflichen Vorhaben.



Chefapothekerin Dr. rer. nat. Maïke Fedders

Patient in Deutschland – Verraten und verkauft

Autorin Gaby Guzek nimmt kein Blatt vor den Mund

Die StippVisite-Redaktion hat ein kürzlich erschienenenes Buch entdeckt, das für jeden Patienten und Arzt außerordentlich interessant sein könnte. Denn die Hamburger Fachjournalistin Gaby Guzek zeigt in „Patient in Deutschland – Verraten und verkauft“ auf, wie es wirklich hinter den Kulissen des deutschen Gesundheitswesens aussieht.

Die Krankenkassenbeiträge steigen und steigen: Ein durchschnittlicher Angestellter arbeitet jedes Jahr ganze zweieinhalb Monate nur für seine Krankenkassenbeiträge – gleichzeitig wird die medizinische Versorgung ständig schlechter. Lange Wartezeiten auf einen Termin beim Facharzt oder in der Klinik sind an der Tagesordnung, bei Medikamenten gibt es nur noch Billigpillen, wer Rückenschmerzen hat und ein Rezept für eine Krankengymnastik ergattern konnte, darf sich freuen.

Der Frust der Versicherten sitzt tief. Wie tief, das haben vor nicht allzu langer Zeit mehr als 25.000 Patienten gezeigt, die sich zur ersten bundesweiten Patientendemonstration im Münchner Olympiastadion versammelten.

„Allen PR-Nebelbomben von Politikern zum Trotz: Wir haben schon

lange eine klammerheimliche Rationierung im deutschen Gesundheitswesen. Nur spricht keiner darüber. Das könnte ja Wählerstimmen kosten. Letztlich ist es aber kein anderer als Dr. med. Vater Staat selbst, der hinter den Kulissen die Strippen zieht und der – so scheint es mir – mehr die eigenen Finanzen als die Gesundheit seiner Bürger im Sinne hat“, schreibt die Hamburger Fachjournalistin Gaby Guzek in ihrem dieser Tage erscheinenden Buch „Patient in Deutschland – Verraten und verkauft.“

Sie gibt einen bislang nicht da gewesenen Blick hinter die Kulissen des deutschen Gesundheitswesens: Wussten Sie, dass die gesetzlichen Krankenkassen mehr Geld für ihre eigene Verwaltung ausgeben als für die zahnärztliche Versorgung ihrer Versicherten insgesamt? Oder dass es in Deutschland rund 94.000 Arztpraxen gibt – allerdings 140.000 Kran-

kenkassenmitarbeiter? Oder dass das Bundessozialgericht erst kürzlich einen 64-jährigen Pathologen dazu verurteilte, auch als Notarzt bereitzustehen – obwohl der Facharzt seit mehr als 30 Jahren keinen lebenden Patienten mehr zu Gesicht bekommen hat und kurz vor der Rente steht?

Gaby Guzek, geb. 1967, ist seit mehr als 15 Jahren als Fachjournalistin für Gesundheitspolitik und Medizin tätig. Sie ist die verantwortliche Redakteurin der Zeitschrift „durchblick gesundheit“ (www.durchblick-gesundheit.de) und Bestseller-Autorin zu medizinischen Themen mit einer Auflage von über 500.000 verkauften Büchern.

„Patient in Deutschland – Verraten und verkauft“ erscheint am 24. September im humboldt Verlag und kann im Buchhandel für 14,90 Euro bestellt werden.
ISBN: 978-3-89994-227-9



Die Sache mit dem Casting

Da flatterte mir doch tatsächlich eine Einladung zum Casting für „Das Quiz“ mit Jörg Pilawa ins Büro. Wow! Im Nu hatte ich das Eurozeichen in den Augen! „Bringen Sie bitte einen Wunschpartner mit, ein Familienmitglied, jemand aus der Verwandtschaft oder aus dem Freundeskreis, mit dem Sie eine nette Geschichte verbindet.“ So stand es im Anschreiben.

Mein Mann war gerade im Ausland. Meine Mutter bekommt in solchen Situationen eine Blockade im Gehirn wegen der Aufregung, und mein Vater trägt zwei Hörgeräte, die in Verbindung mit einem Mikrofon ununterbrochen piepsen. Schade, mit ihnen wäre das Geld in der Familie geblieben. So überfiel ich meine Freundin Elke, die sofort Spekulationen über unsere Gewinnsumme anstellte: „50.000 Euro schaffen wir locker.“ Dem konnte ich nur beipflichten.

Das Casting fand in Hamburg statt. Circa 15 andere Paare waren ebenfalls sicher, ihr Konto aufzubessern – leider. Aber wir waren absolut siegessicher. Dann ging eine der vielen Türen mit Schild „Eintritt verboten“ auf und eine freundliche, aber bestimmte Stimme schickte uns in den Castingraum. Der Ablauf: „Zuerst stellt jeder seinen Partner vor, dann stelle ich 25 Fragen und danach werden wir entscheiden, welche Paare in den Recall kommen. Mit ihnen machen wir noch einen Videodreh.“

Bevor wir überhaupt nachdenken konnten, war die Kamera bereits auf Elke und mich gerichtet. Ich: „Elke und ich haben uns durchs Reiten kennen-

gelernt. Meine Tochter reitet auch. So entstand eine Freundschaft. Inzwischen sind ihr Sohn und meine Tochter zusammen. Elke ist Zahnärztin, aber nicht meine. Unter Freundinnen fügt man sich ja keine Schmerzen zu.“ Ha, ha, ha, war das witzig. Elke, normalerweise rhetorisch sehr gewandt, sprach über das gemeinsame Hobby unserer Männer. Insgesamt eine sehr positive Geschichte – die aber leider nur wir beide verstanden.

Andere hatten sich besser vorbereitet: „Ich kenne meine Freundin seit 20 Jahren. Sie hat mir über den Verlust meines Mannes hinweggeholfen“, „Ich habe meine Partnerin durch eine Psychotherapie kennengelernt. Ich bin Psychotherapeut. Jetzt sind wir seit vier Jahren ein Paar“ (sie sah aus, als bräuchte sie eine Dauertherapie), „Mein Sohn und ich haben seit Jahren nicht miteinander geredet, jetzt haben wir uns vertragen und lieben uns“. Rosamunde Pilcher und Hedwig Courths-Mahler sind nichts dagegen.

Dann die 25 Fragen – ohne abzugucken – wie: Für welchen Rennstall fuhr Nicki Lauda? Was ist Kumin? ... und so weiter. Wir waren überzeugt, mindestens 18 Fragen richtig beantwortet zu haben. Wir mussten weiterkommen.

Dann hieß es warten. Wir überlegten inzwischen, was wir mit dem Geld machen: Wellnessurlaub, neues Reitoutfit, neue Sättel, ein neues spritsparendes Auto und Wohnungsrenovierung. Wir waren Jörg Pilawa gedanklich so nah. Dann kam die Realität. Die



vier Paare mit den rührenden Geschichten waren weiter. Wir nicht. Traum geplatzt.

Zur Aufmunterung erfuhren wir noch, wie schwer der Weg auf den Quiz-Stuhl ist: An einem Tag wie diesem wird insgesamt in zehn Städten in vier Terminen gecastet. Das bedeutet pro Stadt circa 100 Leute – also 1.000 insgesamt. Die Videofilme von circa 80 ausgewählten Paaren werden vorselektiert und dann der ARD übergeben. Hier wählen die Produzenten erneut aus. Nur eins von hundert Paaren hat die Chance auf Euros. Spielt jedoch während der Aufzeichnung ein Paar länger, vielleicht bis 300.000 Euro, kann es sein, dass Kandidaten wieder nach Hause fahren müssen.

Bevor wir den Rückweg antraten, wurden wir erst einmal abkassiert: zwei Capuccino im Hotel, 6,70 Euro, zwei Stunden Parken in der Tiefgarage 10 Euro. Wir waren echt sauer. Elke zitierte im Auto Albert Einstein: „Das Geld zieht nur den Eigennutz an und verführt stets unwiderstehlich zum Missbrauch.“ Daher war uns beiden klar: *Nie wieder zum Casting!*

FloraFarm Ginseng. Und wie geht's dir?

„Wenn wir 365 Tage im Jahr vom Leben herausgefordert werden, im Beruf oder in der Familie, dann brauchen wir Kraft und Balance. Für mich sind die Leistungsreserven das Entscheidende – sie sind da, wenn ich sie benötige.“

Koreanischer Ginseng aus deutschem Anbau in Arzneimittelqualität.
Weitere Informationen, Beratung, Verkauf und Versand unter:
0800 florafarm oder www.florafarm.de



FloraFarm Ginseng