

Sommer 2021

Leben!

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

AUS
IHRER
REGION

Nach der Operation
**MEHR LEBENSMUT
MIT NEUEM GELENK**

DIE SCHMERZ- SPEZIALISTEN

Ganzheitlich gegen den Schmerz

Nach der Infektion
**LANGER ATEM
BEI LONG COVID**



12

Langer Atem bei Long Covid

Viele Menschen leiden an den Spätfolgen einer Covid-19-Infektion, auch Long Covid genannt. Das Therapiezentrum am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur hilft mit unterschiedlichen Behandlungsformen.



Die Schmerzexperten

Wenn Schmerzen sehr stark sind oder chronisch werden, ist der Leidensdruck von Betroffenen groß. Neben den körperlichen Ursachen kümmern sich spezialisierte Ärzte, Therapeuten und Pflegende daher auch um seelische Beeinträchtigungen und mögliche soziale Veränderungen. Im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, im St.-Marien-Hospital Marsberg und im MVZ Westheim verfolgen die Schmerzexperten einen ganzheitlichen Ansatz und lindern mit ganz unterschiedlichen Mitteln das Leid der Betroffenen.

SCHMERZTHERAPIE



Foto: istockphoto

10

Harte Arbeit für die Augen

Videokonferenzen statt Meetings, Streamingdienst statt Restaurantbesuch, Kinder am Smartphone statt bei Freunden: Wie wir unsere Augen im digitalen Alltag schützen können, weiß Dr. Johannes Luttko, Chefarzt Allgemeine Augenheilkunde im Zentrum für Augenheilkunde des Brüderkrankenhauses Trier.



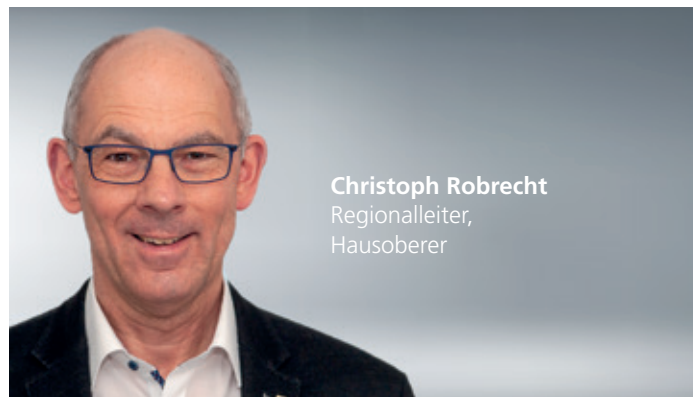
Foto: istockphoto



Spezialisten fürs Herz

Die Therapie von Herz-erkrankungen hat sich in den vergangenen Jahren enorm weiterentwickelt. Im Herzzentrum des Brüderkrankenhauses bringen Ärzte der verschiedenen Fachrichtungen ihr Wissen und ihre Erfahrungen zusammen.

editorial



Christoph Robrecht
Regionalleiter,
Hausoberer

INHALT

medizin

- 4 Die Schmerzexperten
- 9 Forschen gegen den Schmerz

gesund&fit

- 10 Harte Arbeit für die Augen

medizin

- 12 Langer Atem bei Long Covid

fachabteilungen

- 16 Wir sind für Sie da!

kurz&knapp

- 18 Nachrichten aus der Region

neuanfang

- 20 „Es fühlt sich gut an“

orthopädie

- 22 Für mehr Mobilität und Lebensmut

medizin

- 24 Spezialisten fürs Herz

- 28 Kinderseite
- 29 Kreuzworträtsel
- 30 Veranstaltungstipps
- 31 Impressum



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



Illustration: istockphoto



SAGEN SIE UNS DIE MEINUNG!

Machen Sie mit bei unserer Leserumfrage zum Magazin „Leben!“ und gewinnen Sie zwei Übernachtungen im Tagungs- und Gästehaus der Barmherzigen Brüder in Trier! www.bbtgruppe.de/leben

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir alle wissen von Kindheitstagen an, dass der Schmerz wichtig ist, weil er eine Art Seismograf ist, der alarmiert, wenn mit unserem Körper etwas nicht stimmt. Mit dem Älterwerden lernen wir außerdem, dass der Schmerz auch ein wichtiger Hinweis auf unsere psychische Verfassung sein kann. Nicht selten beeinflussen sich Körper und Psyche gegenseitig.

Wenn der Schmerz aber bestimmte Grenzen überschreitet und wir im ursprünglichen Sinn des Wortes an die „Schmerzgrenze“ gelangen oder er gar chronisch wird und somit zum „Lebensbegleiter“, dann bestimmt längst die sehr belastende Seite der Medaille unseren Alltag. Schmerz, der unerträglich wird oder bereits zum ständigen „Begleiter“ unseres Alltags geworden ist, mindert in erheblichem Maß unsere Lebensqualität. Spätestens dann sollten Sie keine Scheu haben, die Unterstützung von Experten in Anspruch zu nehmen.

Wenn die Ursache eines akuten Schmerzes gefunden wird, gibt es oftmals schnelle Hilfe. Schwieriger wird es, wenn der Schmerz bereits chronisch geworden ist. Dennoch sollte das kein Grund zur Resignation sein. Experten unterschiedlicher Profession können Ihnen helfen. Informieren Sie sich, wie wir Ihnen im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, im St.-Marien-Hospital Marsberg und in den Medizinischen Versorgungszentren der BBT-Gruppe helfen können, wenn Sie in besonderer Weise mit der sehr belastenden Seite des Schmerzes zu kämpfen haben.

Holen Sie sich die Hilfe, die Ihnen zusteht. In diesem Sinne: Kopf hoch und gute Besserung!

Ihr

Christoph Robrecht

Foto: istockphoto



DIE SCHMERZ- EXPERTEN

Wenn Schmerzen sehr stark sind oder chronisch werden, ist der Leidensdruck von Betroffenen groß. Neben den körperlichen Ursachen kümmern sich spezialisierte Ärzte, Therapeuten und Pflegende daher auch um seelische Beeinträchtigungen und mögliche soziale Veränderungen. Im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, im St.-Marien-Hospital Marsberg und im MVZ Westheim verfolgen die Schmerzexperten einen ganzheitlichen Ansatz und lindern mit ganz unterschiedlichen Mitteln das Leid der Betroffenen.

Dumpfe, lang andauernde Kopfschmerzen oder so heftige Rückenschmerzen, dass selbst einfachste Bewegungen als ein Ding der Unmöglichkeit erscheinen – Schmerzen können das Leben erheblich beeinträchtigen sowie starke Ängste und sogar Panik auslösen. Das führt bei manchen Leidgeplagten sogar dazu, dass sie bestimmte Situationen ganz vermeiden aus Angst, dass der Schmerz wiederkommt.

Dabei ist es wichtig, sich eines klarzumachen: Schmerzen sind wichtig. Das Empfinden von Schmerzen ist Bestandteil unseres Sinnessystems, mit dem wir unsere Umwelt und uns selbst wahrnehmen – so wie Hören und Sehen. „Schmerz ist ein Warnsignal, das von einer gefährdeten Stelle ausgeht, zum Beispiel von einem Bandscheibenvorfall. Von den

Schmerzfühlern bekommt das Gehirn eine Information und schickt sogleich Stoffe zurück, die das Schmerzempfinden hemmen“, erklärt Oliver Kramer, Facharzt für Anästhesie und spezielle Schmerztherapie im Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) in Westheim. Wenn die auslösende Ursache geheilt oder beseitigt ist, klingen die Schmerzen von selbst wieder ab. Akute Schmerzen sind also eine lebenserhaltende und damit sinnvolle Reaktion des Organismus.

Wenn der Schmerz chronisch wird

Auch wenn Schmerzen also einen wichtigen Zweck erfüllen, sollten stärkere oder länger andauernde Schmerzen unbedingt behandelt werden. Akute Schmerzen können – wenn nicht behandelt – zu chronischen Beschwerden führen. Zudem lässt sich bei vielen

Erkrankungen die schmerzauslösende Ursache nicht oder nur nach einer langen Behandlung beseitigen. So leiden zum Beispiel Patienten mit Diabetes oder einer Krebserkrankung unter häufig wiederkehrenden oder andauernden Schmerzen. Doch selbst ohne eine eindeutige körperliche Ursache können chronische Schmerzen entstehen – dabei spielen Stress und psychische Belastungen eine große Rolle. So wird der Schmerz selbst zur Erkrankung.

Die Empfindung, insbesondere die Schmerzwahrnehmung, hängt also von vielen Umständen ab, die einander bedingen. Die Schmerzexperten im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, im St.-Marien-Hospital Marsberg und im MVZ Westheim verfolgen daher einen ganzheitlichen Ansatz bei der Schmerztherapie – dieser berücksichtigt körperliche, seelische und umwelt-

Dr. Martin Leisin (li.) und Oliver Kramer sind Schmerztherapeuten in Marsberg und Westheim. Sie setzen auf eine multimodale Schmerztherapie und gehen die Beschwerden von verschiedenen Seiten an.



bezogene Faktoren. Teams aus Ärzten, Pflegenden, Psychologen, Physio- und Ergotherapeuten behandeln jeden Patienten ganz individuell. Neben der medikamentösen Behandlung können dazu psychotherapeutische Begleitung, Krankengymnastik, Ergotherapie, Musiktherapie, Faszientraining, aber auch naturkundliche Anwendungen gehören. „Wir versuchen, dem Patienten ganzheitlich Linderung zu verschaffen“, so Dr. Martin Leisin, Oberarzt der Klinik für Anästhesie im Marsberger St.-Marien-Hospital. Auf ganz vielen Wegen und mit ganz vielen Mitteln bekämpfen die Schmerzexperten also den Schmerz.

Akutschmerzdienst

Zu den Expertinnen gehören auch Sabrina Witte, Sigrid Brand-Rempe, Nicole Busch und Renate Wassing. Am Brüderkrankenhaus St. Josef arbeiten sie als sogenannte pflegerische Schmerzexpertin – im englischen Sprachraum heißt die Qualifikation „pain nurse“, also Schmerz-Krankenpflegerin. Ihre Aufgabe: Sie versorgen Patienten, die im Brüderkrankenhaus unter

Schmerzen leiden. So kümmern sie sich beispielsweise um Patienten, die gerade eine Operation hinter sich haben oder die aufgrund einer Tumorerkrankung unter Beschwerden leiden.

Die vier Frauen gehören zum Akutschmerzdienst des Krankenhauses. Die Idee dahinter: In enger Zusammenarbeit mit den Ärzten der Klinik für Anästhesiologie, operative Intensivmedizin und Schmerztherapie rund um Privatdozent Dr. Torsten Meier kümmern sich die speziell ausgebildeten Pflegerinnen abteilungsübergreifend um Patienten. Durch eine möglichst gut abgestimmte Behandlung soll verhindert werden, dass aus akuten Schmerzen chronische werden.

Intensität einschätzen

Bei ihrer täglichen Arbeit betreuen die Schmerzexpertinnen Patienten im Aufwachraum oder auf Station nach einer OP. Dabei ermitteln sie mithilfe einer Skala, der sogenannten NRS-Skala (numerische Analogskala), die Intensität des Schmerzes. Die Dokumentation ist ein wichtiger Baustein

des Akutschmerzdienstes. Eine andere Aufgabe: Zusammen mit Ärzten erklären sie den Patienten die Benutzung einer Schmerzpumpe. Ein individuell auf die Bedürfnisse der Erkrankten eingestellter Computer gibt Lokalanästhetika ab. „Schmerzspitzen kann der Patient selbst abfangen, auf Knopfdruck steht dafür eine Dosis bereit – sozusagen eine Extraportion Schmerzmittel“, erklärt Dr. Indira Ruch, Oberärztin in der Klinik für Anästhesiologie, operative Intensivmedizin und Schmerztherapie sowie Ärztliche Leiterin des Akutschmerzdienstes. Die Tagesdosis ist über den Computer begrenzt, sie wird je nach Verlauf der Beschwerden individuell bei Bedarf neu angepasst.

Die spezialisierten Pflegerinnen nehmen sensibel zwischenmenschliche Signale wahr. „Wir sind darin geschult, die angespannte Mimik der Patienten zu sehen, ebenso deren unnatürliche Körperhaltung, die manche einnehmen, um Schmerzen zu lindern“, erklärt Sabrina Witte. Denn viele Patienten können nicht artikulieren, an welcher Stelle und mit welcher Intensität Schmerzen auftreten.

Signale erkennen

Das gilt zum Beispiel für demenziell erkrankte Patienten, Wachkoma- oder beatmete Patienten ebenso wie für geistig beeinträchtigte Menschen. Die Expertinnen haben gelernt, wie sie trotzdem Schmerzen ermitteln. Und sie beobachten noch ein weiteres Phänomen: „Viele Pati-



Olga Viel, Sekretariat Schmerzambulanz, Psychotherapeut Peter Horstbrink, Dr. Indira Ruch, Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Torsten Meier, Physiotherapeut Carsten Börger und Oliver Kramer (v. li.) helfen Schmerzpatienten.



sind Kopf- und Rückenschmerzen die häufigsten Beschwerden.

Verhängnisvoller Kreislauf

Das Problematische an chronischen Schmerzen: Die ursprüngliche Funktion als Warnhinweis haben sie verloren und wirken sich zunehmend negativ auf die Gesundheit aus. „Wenn Schmerzen über einen längeren Zeitraum bestehen, kommt das sensible Wahrnehmungssystem durcheinander“, so Dr. Leisin vom Marsberger St.-Marien-Hospital. Das bedeutet, dass sich häufig keine rein körperliche Ursache für die Schmerzen finden lässt. Die chronischen Schmerzen setzen einen verhängnisvollen Kreislauf in Gang: „Betroffene haben oft eine deutliche Minderung ihrer Lebensqualität, denn die Schmerzen schlagen auf die Stimmung. Mit den Schmerzen entstehen Schlaflosigkeit, Anspannung und Stress. Es folgt der soziale Rückzug“, berichten die beiden Ärzte Oliver Kramer und Dr. Martin Leisin. Und diese Folgen können die Schmerzen wiederum verstärken.

enten neigen dazu, ihre Schmerzen zu verschweigen. So fürchten einige sich davor, zu starke Medikamente zu bekommen oder abhängig zu werden. Einige denken, dass Schmerzen, beispielsweise nach einer Operation, normal seien“, sagen Nicole Busch und Sigrid Brand-Rempe.

Schon seit mehr als 20 Jahren arbeiten Schmerzspezialisten im Brüderkrankenhaus. Der Akutschmerzdienst wurde in dieser Form 2015 eingerichtet und kürzlich erneut zertifiziert. „Wir arbeiten nach Leitlinien, die eine Behandlung nach etablierten und bewährten Standards beinhalten und personelle und organisatorische Vorgaben voraussetzen“, so Dr. Indira Ruch weiter.

Schmerzen als Dauerbegleiter

Wenn Schmerzen immer wiederkehren oder über einen längeren Zeitraum von mindestens drei bis sechs Monaten auftreten, spricht man von chronischen Schmerzen. Sie sind häufig zu einem bestimmenden Teil des Lebens geworden und führen zu deutlichen Beeinträchtigungen in allen Lebenslagen. Neben den körperlichen Leiden kommen häufig auch seelische Beeinträchtigungen und soziale Veränderungen hinzu. „Schmerzpatienten haben einen hohen Leidensdruck, sie halten ihre Situation oft kaum noch aus“, erklärt Schmerztherapeut Oliver Kramer.

Und es sind viele Menschen, die diese Situation kennen. Nach Schätzungen leidet ein Drittel aller Deutschen unter chronischen Schmerzen, hierbei

Beide Ärzte haben sich zu Schmerztherapeuten weitergebildet und arbeiten eng zusammen. Sie behandeln Patienten ambulant in der Schmerzambulanz des Brüderkrankenhauses und in der Praxis für Schmerztherapie im MVZ Westheim. Dort beginnt die Behandlung in der Regel mit einem Gespräch. Die Fachärzte informieren die Patienten nicht nur über die Entstehung und Verarbeitung ihrer Schmerzen, es wird auch ein psychologisches Erstgespräch initiiert. „Es ist wichtig, dass die Patienten ihre psychologischen Belastungen formulieren“, sagt Oliver Kramer. Außerdem klären die Ärzte über die Möglichkeiten der sogenannten multimodalen Schmerztherapie auf. Multimodal bedeutet „auf vielen Wegen“. Individuell auf den Patienten zugeschnitten entwickeln sie dann eine Therapie, wobei die gesamten Lebensumstände miteinbezogen werden sollen.

Dem Auslöser auf der Spur

So unterstützt etwa ein Psychotherapeut die Patienten darin, einen angemessenen Umgang mit dem Schmerz zu



Das Team des Akutschmerzdienstes: Nicole Busch, Sabrina Witte, Sigrid Brand-Rempe und Renate Wassing (v. li.) sind auf die Behandlung von Schmerzen spezialisiert.

lernen. Dabei gilt es, angstvolles Schonen genauso zu vermeiden wie krampfhaftes Durchhalten. In Gruppen- und Einzelgesprächen geht es um mögliche Umstände, die Schmerz auslösen oder fördern. Das können zum Beispiel ungelöste Konflikte in der Familie oder ständige Unter- oder Überforderung im Job sein. Andere Therapieansätze beinhalten Krankengymnastik oder Ergotherapie. Die Therapeuten zeigen gezielt Übungen, mit denen die Betroffenen ihren Umgang mit Schmerzen im Alltag verbessern können.

Wenn sich Schmerzen eines Patienten nicht ambulant beherrschen lassen, kann ein stationärer Aufenthalt in der Abteilung für Schmerztherapie des St.-Marien-Hospitals ein Ausweg sein. Dort bekommen die Betroffenen neben den genannten Therapieansätzen beispielsweise naturheilkundliche Behandlungen, Faszientraining, Musiktherapie, Schulungen zum Thema „Schmerzentscheidung und Verarbeitung“, zum Teil auch Ernährungsberatung. Außerdem überprüfen Ärzte die Dosierung der Schmerzmittel und passen diese gegebenenfalls an. Neben Gesprächen zur psychologischen Schmerzbewältigung wird eine Entspannungsgruppe angeboten, Wahrnehmungstraining und psychologische Einzelberatungen.

Dass Schmerzen unabhängig von ihrer Entstehung eine Eigendynamik bekommen und zu einer eigenständigen Erkrankung werden, ist eine der Herausforderungen der Schmerzmedizin. Man könne sich das wie eine Spirale vorstellen, auf der sich mit hoher Geschwindigkeit alles im Kreis dreht, so Dr. Martin Leisin: „Im Nervensystem der Patienten hat sich eine Schmerzautobahn entwickelt. Diese Autobahn wollen wir wieder zurückbauen – gemeinsam mit den Betroffenen, in ihrem individuellen Tempo und mit den für sie am besten geeigneten Therapien.“ ■

HIER SCHMERZT ES OFT – UND WAS DAGEGEN HILFT



KOPFSCHMERZ

MIGRÄNE

Heftiger einseitiger Kopfschmerz, der zumeist nur an einzelnen Tagen auftritt.

Therapieoptionen: Behandlung mit Migränemitteln nach Anweisung des Arztes. Entspannungs- und Atemübungen.

SPANNUNGSKOPFSCHMERZEN

Dauerhafter oder länger anhaltender Kopfschmerz.

Therapieoptionen: Vorsicht bei regelmäßiger Einnahme von Schmerzmitteln! Entspannungs- und Bewegungsübungen sowie lokale Mittel wie Minzöl probieren.

RÜCKENSCHMERZEN

UNSPECIFISCHE RÜCKENSCHMERZEN

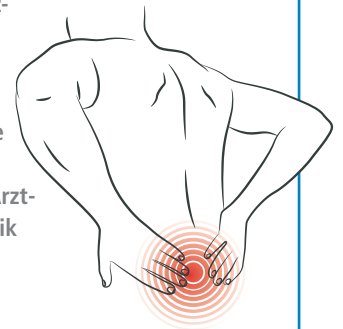
Häufig starke Schmerzen, oft ohne radiologisch nachvollziehbare Ursache.

Therapieoptionen: Prävention durch Bewegung und Muskelaufbau. Nach ärztlicher Rücksprache können Rücken- und Haltungsschulen, Kurse zur gesunden Gewichtsreduktion oder eine spezifische Medikation notwendig und schmerzlindernd sein.

AUSSTRALENDE RÜCKENSCHMERZEN

Starke Schmerzen, die bis in die Arme, Hände oder Beine ausstrahlen.

Therapieoptionen: Eine Therapie kann erst nach einem Arztbesuch mit einer differenzierten bildgebenden Diagnostik festgelegt werden.



GELENKSCHMERZEN

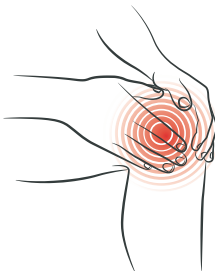
GELENKVERSTEIFUNGEN

Dauerhafte Schmerzen, die mitunter mit einer Entzündung einhergehen.

Therapieoptionen: Muskelaufbau um die betroffenen Gelenke herum. Gegebenenfalls können Entzündungshemmer mit schmerzlindernder Wirkung Einsatz finden.

ARTHROSE

Therapieoptionen: Orthopädisch-physiotherapeutische Behandlung. Nach längerem Krankheitsverlauf ist häufig eine Operation angezeigt. Schmerzmittel sollten nur akuten Einsatz finden.



Forschen gegen den Schmerz

Das Brüderkrankenhaus St. Josef geht in der Schmerztherapie neue Wege. Sowohl an der deutschlandweiten Studie PAIN2020 als auch am Forschungsprojekt Lopster ist es beteiligt. Das Ziel beider Initiativen: die Versorgung von Schmerzpatienten verbessern.



Foto: istockphoto

Die Schmerztherapie am Brüderkrankenhaus ist eins von rund 26 PAIN2020-Zentren in ganz Deutschland. Diese Initiative ist von der Deutschen Schmerzgesellschaft e. V. und der Barmer Krankenkasse entwickelt worden und erprobt eine neue, ganzheitliche und vielversprechende Behandlungsstrategie. Insgesamt sollen 4.500 Patienten in die vier Jahre dauernde Studie aufgenommen werden.

„Hier werden zusätzliche Leistungen angeboten, die sonst nicht durch die gesetzliche Krankenversicherung getragen werden“, sagen die Studienleiter Dr. Indira Ruch und Oliver Kramer, beide Fachärzte für Anästhesie. Am Ende der Studie werden die Behandlungserfolge der PAIN2020-Teilnehmer mit denen von solchen Patienten verglichen, die eine bisher übliche spezielle Regelversorgung erhalten. Zeigen sich bessere Behandlungsergebnisse der Studien-Teilnehmer, sollen diese in den Katalog der gesetzlichen Krankenversicherung aufgenommen werden.

„Einer der wichtigsten Bausteine von PAIN2020 ist die intensivere Zusammenarbeit der beteiligten Berufsgruppen in der Schmerztherapie, also Fachärzte mit der

Zusatzbezeichnung spezielle Schmerztherapie, Physiotherapeuten und Psychologen“, so Privatdozent Dr. Torsten Meier, Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie, operative Intensivmedizin und Schmerztherapie. „Wir sehen als PAIN2020-Zentrum die Chance, unsere Patienten frühzeitig multimodal zu versorgen, also mit vielfältigen Behandlungsmethoden unter Beteiligung verschiedenster Fachdisziplinen“, erklärt Dr. Indira Ruch, Oberärztin in der Klinik für Anästhesiologie, operative Intensivmedizin und Schmerztherapie.

Lopster-Projekt

Zusätzlich zur Studie PAIN2020 nehmen die Spezialisten der Schmerztherapie des Brüderkrankenhauses St. Josef auch am Lopster-Projekt teil. Lopster steht für „Langzeitoutcome perioperativer Schmerztherapie“, soll heißen: Wie ist das Behandlungsergebnis, wenn Patienten vor, während und nach einer Operation schmerztherapeutisch betreut werden? Ein erheblicher Teil der Patienten leidet nach einer Operation an starken akuten Schmerzen. Diese tragen häufig zu Komplikationen bei und können chronisch werden. Über die Qualität der periopera-

tiven Versorgung ist in Deutschland bisher wenig bekannt.

Ziel von Lopster ist es daher, zu untersuchen, wie häufig akute Komplikationen und langfristige Folgeerkrankungen nach einer OP auftreten. Weiterhin untersucht das Projekt, ob es einen Zusammenhang zwischen perioperativen Schmerzen sowie schmerztherapeutischen Behandlungen und Komplikationen gibt und ob sich die verschiedenen perioperativen Schmerztherapieverfahren hinsichtlich der Komplikationsrate und der Häufigkeit langfristiger Folgeerkrankungen unterscheiden.

WEITERBILDUNG:

SPEZIELLE SCHMERZTHERAPIE

Wer seine Facharztausbildung abgeschlossen hat, kann im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn die Zusatz-Weiterbildung „Spezielle Schmerztherapie“ machen. Sie umfasst in Ergänzung zu einem Facharzt die Erkennung und Behandlung chronisch schmerzkranker Patienten, bei denen der Schmerz seine Leit- und Warnfunktion verloren und einen selbstständigen Krankheitswert erlangt hat.

HARTE ARBEIT FÜR DIE AUGEN

Videokonferenzen statt Meetings, Streamingdienst statt Restaurantbesuch, Kinder am Smartphone statt bei Freunden: Wie wir unsere Augen im digitalen Alltag schützen können, weiß Dr. Johannes Luttke, Chefarzt Allgemeine Augenheilkunde im Zentrum für Augenheilkunde des Bräuderkrankenhauses Trier.

„Digitale Bildschirme senden eine Wellenlänge von blauem Licht aus, die langfristig Schäden an der zentralen Netzhaut verursachen kann. Je näher wir an einem Gerät dran sitzen, desto stärker ist die Strahlung, dementsprechend ist die Dosis beim Smartphone am höchsten“, erklärt Dr. Johannes Luttke, Chefarzt Allgemeine Augenheilkunde im Zentrum für Augenheilkunde des Bräuderkrankenhauses Trier. Die Arbeit am Bildschirm habe jedoch keine Auswirkungen auf Weitsichtigkeit oder Kurzsichtigkeit.

Auf den Schlaf-Wach-Rhythmus könne die blaue Lichteinstrahlung durch Laptop oder Smartphone hingegen Auswirkungen haben, vor allem wenn man spät-abends noch vor dem PC oder am Handy sitzt. „Das blaue Licht suggeriert uns, dass

Tipps für den digitalen Alltag

Tipps 1:

Tragen Sie eine Brille mit Blaulichtfilter, unabhängig davon, ob Sie sonst eine Brille tragen.



es noch hell ist, wir werden nicht müde und gehen später schlafen. So verschiebt sich unser Rhythmus und es kann zu Schlafstörungen kommen“, erklärt der Chefarzt.

Schäden an der Netzhaut

Vor allem die langfristigen Folgen der Lichteinstrahlung beschreibt Dr. Luttke als gravierend, denn nach einem langen Arbeitsleben vor dem Bildschirm könne es zu Schäden an der Makula kommen – nur vier Quadratmillimeter groß ist die Stelle auf der Netzhaut, mit der wir scharf sehen und Farben erkennen. „Im schlimmsten Fall kommt es zu einer altersbedingten Makuladegeneration, die einhergeht mit einer verschwommenen

und verzerrten Wahrnehmung im Zentrum des Gesichtsfeldes“, beschreibt er. Gewöhnlich betreffe das Patienten erst ab dem 70. Lebensjahr, durch die Bildschirmarbeit könne sie jedoch zehn bis 15 Jahre früher eintreten.

Angestrengte Kinderaugen

Vor allem für Kinderaugen sei der digitalisierte Alltag nicht gut. „Am schlimmsten ist das Smartphone, weil es zu nah ist. Die Arbeit mit dem Handy verlangt dem Auge das Maximum dessen ab, was es leisten kann: Wir machen es künstlich kurzsichtig auf drei bis vier Dioptrien. Die Auswirkungen sehen wir täglich in der Praxis: Die Kinder werden immer kurzsichtiger“, betont Dr. Luttke.

Dr. Johannes Luttke,
Chefarzt Allgemeine
Augenheilkunde im
Zentrum für Augen-
heilkunde des Brüder-
krankenhauses Trier



Tipp 2:

Trockene und brennende Augen? Wir blinzeln vor dem Bildschirm zu wenig. Schauen Sie einfach nach jeder Stunde am Bildschirm fünf bis zehn Minuten in die Ferne, dazwischen auch mal die Augen schließen. Das beugt Kopfschmerzen vor.



Tipp 3:

Augenfreundlicher Arbeitsplatz:

- Mindestabstand von 65 Zentimetern zum Bildschirm
- Blickneigung von 25 bis 30 Grad. Das entlastet Nacken und Schultern.
- Gegenlicht oder Licht von hinten vermeiden
- bei Tageslicht arbeiten



Tipp 4:

Feste Smartphone-Zeiten mit Kindern vereinbaren: maximal viermal 30 Minuten am Tag mit langen Pausen dazwischen.

**Mehr Tipps für
das Homeoffice:**



**Petra Reepen trainiert
regelmäßig im Therapie-
zentrum. Ihre gewohnte
Fitness hat sie noch nicht
wiedererlangt.**



LANGER ATEM BEI LONG COVID

Petra Reepen hat sich Anfang des Jahres mit dem Coronavirus infiziert und leidet noch heute unter Symptomen wie Atembeschwerden und Erschöpfung. Wie sie sind viele Menschen von den Spätfolgen einer Covid-19-Infektion, auch Long Covid genannt, betroffen. Therapeuten und Logopäden des Therapiezentrums am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur helfen ihnen mit ganz unterschiedlichen Therapieformen.

Wenn Petra Reepen zusammen mit ihren drei Söhnen ihre gewohnte Runde durch den Wald läuft und keine Pause machen muss, dann ist es ein guter Tag. Aber häufig geht der 44-Jährigen auf der Steigung, die von ihrem Haus in einem beschaulichen Dorf im Westerwald in die Natur führt, die Puste aus und sie muss anhalten, um wieder ausreichend Luft zu bekommen. Seit sie sich im Januar 2021 mit Covid-19 infiziert hat, kämpft sie mit den Folgen. Vor der Erkrankung konnte die sportliche Frau ohne Probleme acht Kilometer weit joggen.

Wie Petra Reepen geht es vielen Menschen in Deutschland und auf der ganzen Welt. Sie haben eine SARS-CoV-2-Infektion überstanden, das heißt: Es

sind keine nachweisbaren Coronaviren mehr in ihrem Körper. Dennoch leiden sie unter zum Teil heftigen Beschwerden. Zu den häufigsten beobachteten Symptomen gehören laut Robert Koch-Institut Müdigkeit und Erschöpfung, Kopfschmerzen, Atembeschwerden, Geruchs- und Geschmacksstörungen, kognitive Beeinträchtigungen, depressive Verstimmungen, Schlaf- und Angststörungen. „Es handelt sich um Patienten, die sich längst in der Genesungsphase befinden müssten, sich jedoch nicht weiter erholen. Statt einer Verbesserung müssen sie sogar immer wieder Rückschläge verkraften“, erklärt Dr. Patricia Sandrieser, Bereichsleitung Logopädie. Dauern diese Beschwerden mehr als drei Monate an, spricht man von Long Covid oder vom Post-Covid-19-Syndrom.

Für mehr Lebensqualität

Die Logopädin und ihre Kolleginnen vom Therapiezentrum am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur unterstützen Betroffene wie Petra Reepen bei der Linderung der Beschwerden. Da die Patienten an sehr unterschiedlichen Symptomen leiden, die in Schwere und Ausprägung stark variieren, entwickeln die Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Logopäden individuell angepasste Therapien an den drei Standorten. Die eigentliche Ursache der Erkrankungen können die Therapeuten zwar nicht beheben, aber sie helfen den Betroffenen, die Symptome zu kontrollieren, ein gehöriges Stück Lebensqualität zurückzugewinnen und zum Beispiel den Wiedereinstieg in den Beruf zu schaffen.

Auch wenn Covid-19 unser Leben bereits seit anderthalb Jahren beeinflusst, ist über die Langzeitfolgen der Virusinfektion bislang wenig bekannt. Noch gibt es dazu wenig Studien; vielmehr laufen viele Untersuchungen gerade in mehreren Ländern erst an. Da sehr unterschiedliche Beschwerden auftreten, handelt es sich zudem nicht um ein klar abgrenzbares Krankheitsbild, die Begriffe Long Covid oder Post-Covid-19-Syndrom umfassen zunächst einmal alle langfristigen gesundheitlichen Schäden nach einer Infektion. Was aber mittlerweile sicher ist: Auch nach einem milden Verlauf können Langzeitschäden auftreten.

Mehr junge Patienten

Das beobachtet auch Stefanie Ebner-Etzkorn, Therapeutische Leiterin des Therapiezentrums am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur: „Zu uns kommen



Die Atembeschwerden sind geblieben. Daher macht Petra Reepen ein- bis zweimal die Woche eine Atemtherapie.

vor allem Patienten, die eine leichte oder mittelschwere Corona-Infektion hatten. Darunter sind auch junge, gesunde und berufstätige Menschen.“ Menschen mit einem schweren Covid-Verlauf oder ältere Erkrankte würden dagegen eher in einer Reha-Klinik weiterbehandelt. In der ambulanten Therapie betreuen sie hingegen mittlerweile mehr junge Patienten als noch vor der Pandemie.

Auch Petra Reepen gehört zu dieser Gruppe. „Zwar hatte ich großen Respekt vor dem Virus. Aber ich hatte mich nicht besonders gefährdet gesehen. Ich dachte: Ich bin gesund, mache Sport, ernähre mich gut und habe keine Vorerkrankungen“, erzählt die 44-Jährige. Die gelernte Krankenschwester und Ergotherapeutin arbeitet selbst im Therapiezentrum, sie ist also eine Kollegin von Stefanie Ebner-Etzkorn und Dr. Patricia Sandrieser.

Eine Vielzahl von Symptomen

Mit Covid-19 angesteckt hat sie sich wahrscheinlich bei einer Schlaganfall-Patientin, die sie als Ergotherapeutin auf der neurologischen Station Anfang des Jahres behandelte. „Und das, obwohl ich eine FFP2-Maske bei der Behandlung getragen habe“, erzählt sie. Auch eine Kollegin aus der Logopädie hat sich vermutlich bei der Patientin infiziert, die keine Covid-

19-Symptome zeigte und bei der das Virus erst einige Tage später entdeckt wurde.

Nach der Infektion entwickelte Petra Reepen eine ganze Reihe von Symptomen. Sie verlor den Geschmacks- und Geruchssinn, hatte kognitive Aussetzer und Wortfindungsstörungen, Schlafstörungen, ermüdete sehr schnell und litt unter erheblichen Atembeschwerden. Weil sie nur noch sehr schwer Luft bekam, ließ sie sich von einem Krankenwagen ins Krankenhaus bringen und dort umfangreich durchchecken. „Ich bin alleinerziehende Mutter von drei Jungs im Teenager-Alter. Da wollte ich wissen, was mit mir los ist“, berichtet sie. Doch bei der Untersuchung konnten die Ärzte nichts finden, wichtige Werte wie die Sauerstoffsättigung im Blut waren in Ordnung.

Kein schwerer Verlauf

Ähnlich wie bei vielen anderen Long-Covid-Patienten, die im Therapiezentrum betreut werden, verlief die Erkrankung in der Akutphase insgesamt nicht bedrohlich, die in der Regel rund vier Wochen dauert. Petra Reepen musste nie künstlich beatmet werden oder lag auf der Intensivstation.

Nach drei Wochen kamen schließlich der Geschmacks- und Geruchssinn wieder, nach rund zwei Monaten hörten

die kognitiven Aussetzer und Wortfindungsstörungen auf, erzählt sie. Doch Müdigkeit, eine rasche Erschöpfung und die Atembeschwerden sind bis heute geblieben. „Schon bei kleinen Reizen zeigen meine Bronchien eine Überreaktion. Ich kann nicht richtig einatmen und kriege keine Luft. Zudem muss ich stark husten“, sagt die 44-Jährige.

Belastungsprobe Alltag

Von solchen Symptomen erzählen auch viele andere ehemalige Corona-Patienten, berichtet die Leiterin des Therapiezentrums Stefanie Ebner-Etzkorn und erklärt, wie diese zusammenhängen: „Alltägliche Aufgaben wie Treppensteigen oder Einkaufen können zu einer Belastungsprobe werden. Die Lungenfunktion der Betroffenen ist stark eingeschränkt und sie leiden unter Kurzatmigkeit, da können solche Kleinigkeiten zu Erschöpfungszuständen führen.“ Eine weitere Folge kann das sogenannte Fatigue-Syndrom sein, bei dem die Betroffenen über anhaltende Müdigkeit, Erschöpfung und Antriebslosigkeit klagen.

Das erlebt auch Petra Reepen. Sie ist schon häufig nach einfachen Tätigkeiten sehr erschöpft, durch die Atembeschwerden ist sie nur wenig belastbar. Seit Anfang des Jahres ist sie krankgeschrieben. Immerhin ist sie von Stimmstörungen verschont geblieben, die für viele Patienten ein großes Problem sind.

Atem und Stimme

Durch Atembeschwerden verändert sich die Atemfrequenz, wodurch es den Betroffenen schwerfällt, Atmung und Sprechstimme zu koordinieren. „Wenn wir sprechen, wissen wir normalerweise intuitiv, wie lange unser Atem reicht, bis wir Luft holen müssen, und passen unsere Sprechpausen daran an. Wenn nun aber weniger Atem zur Verfügung steht oder wir Probleme beim Atmen haben,

hat das natürlich Auswirkungen auf die Sprechstimme“, erklärt Dr. Sandrieser. Betroffene berichten, dass sie schnell heiser werden, die Stimme nicht mehr belastbar ist und schnell ermüdet.

Was die unterschiedlichen Symptome auslöst, ist bisher nicht abschließend geklärt. Es gilt als unwahrscheinlich, dass das Virus selbst noch am Werk ist. Eine Theorie ist, dass Fragmente des Virus, wie Eiweißmoleküle, noch im Körper sind und Prozesse stören, auch wenn sie keine Zellen infizieren. Eine andere Möglichkeit: Long Covid wird durch ein fehlgeleitetes Immunsystem ausgelöst, das den Körper angreift. In einer der jüngsten Studien wurden Veränderungen bei den Blutkörperchen festgestellt. In Modellversuchen erproben Ärzte neue Therapieansätze für die Behandlung der Langzeitfolgen.

Individuelle Therapie

Im Therapiezentrum in Koblenz und Montabaur geht es hingegen darum, die Symptome zu lindern. „Die Auswirkungen einer Corona-Infektion sind sehr vielfältig, deswegen muss die Therapie auch auf jeden Patienten individuell angepasst werden“, betont die Logopädin. Die meisten erhielten eine Kombination aus Ergotherapie, Physiotherapie und Logopädie. Die Physiotherapie stärkt durch Atemübungen und Muskeltraining die Lunge, während die Logopädie mit Stimmtherapie unterstützt.

Auch Petra Reeper macht ein- bis zweimal die Woche eine physiotherapeutische Atemtherapie, um die Lungenfunktion wiederherzustellen. „Ich konnte gar nicht mehr gezielt in meinen Bauch oder meine Brust atmen. Es

ist wie eine Wahrnehmungsstörung“, erzählt sie. Früher hat sie Patienten Atemtechniken erklärt, jetzt hilft ihr eine Kollegin bei den Übungen. So lernt sie wieder, die Atmung zu steuern und wichtige Muskeln und Faszien zu lösen, was sie auch zu Hause übt. „Hier können wir in der Physiotherapie ganz praktisch helfen, indem wir den Menschen Übungen und Körperhaltungen zeigen, mit denen sie sich selbst helfen können“, sagt Diplom-Sportwissenschaftlerin Ebner-Etzkorn.

Einen Tag ohne Beschwerden hatte Petra Reepen bislang nicht. „Ich gehe davon aus, dass ich noch lange mit Einschränkungen leben muss. Doch damit kann ich umgehen. Ich habe tolle Jungs, die mich, so gut, wie sie können, unterstützen, viele Freunde und super Kollegen“, sagt sie. ■



Die Auswirkungen der Corona-Infektion sind sehr vielfältig, daher wird die Therapie auf jeden Patienten individuell angepasst; meist eine Kombination aus Ergotherapie, Physiotherapie und Logopädie.

WER IST BETROFFEN?

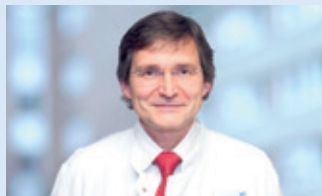
Auch wenn die Datenlage zu den Spätfolgen von Covid-19 insgesamt noch schwach ist, haben Studien Risikofaktoren identifizieren können. Laut dem RKI sind Personen, die schwer an Covid-19 erkrankten, häufiger betroffen als Menschen mit einem milden Krankheitsverlauf. Auch erhöhen hohes Alter, Adipositas sowie Vorerkrankungen der Lunge und des Herzens das Risiko, an Spätfolgen zu leiden. Frauen klagen überdurchschnittlich oft über Erschöpfungssyndrome. Doch auch junge Menschen mit einem milden Verlauf und selbst Kinder können unter Spätfolgen leiden. Wie viele Menschen davon betroffen sind, kann bisher noch nicht verlässlich geschätzt werden. Eine deutsche Studie hat herausgefunden, dass zehn Prozent der Patienten mit zunächst geringen oder keinen Symptomen auch Monate nach der akuten Erkrankung an Spätfolgen wie Atembeschwerden, Schlaflosigkeit oder Müdigkeit litten. Hochgerechnet auf die Corona-Fälle in Deutschland wären das rund 350.000 Menschen.

WIR SIND FÜR SIE DA

Die Abteilungen des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn und des St.-Marien-Hospitals Marsberg

Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn

INNERE MEDIZIN, GASTROENTEROLOGIE UND PNEUMOLOGIE



Dr. med. Ulrich Pannewick
Tel.: 05251 702-1500
u.pannewick@bk-paderborn.de

ANÄSTHESIOLOGIE, OPERATIVE INTENSIVMEDIZIN UND SCHMERZTHERAPIE



Priv.-Doz. Dr. med. Torsten Meier
Tel.: 05251 702-1700
t.meier@bk-paderborn.de

UNFALL-, HAND- UND WIEDERHERSTELLUNGS- CHIRURGIE



Dr. med. Heiner Gellhaus
Tel.: 05251 702-1160
h.gellhaus@bk-paderborn.de

DIAGNOSTISCHE UND INTERVENTIONELLE RADIOLOGIE



Prof. Dr. med. Marc Keberle
Tel.: 05251 702-1300
m.keberle@bk-paderborn.de

HÄMATOLOGIE UND INTER- NISTISCHE ONKOLOGIE



Dr. med. Tobias Gaska
Tel.: 05251 702-1425
t.gaska@bk-paderborn.de

ALLGEMEIN- UND VISZERALCHIRURGIE



Priv.-Doz. Dr. med. Ricarda Diller
Tel.: 05251 702-1100
chirurgie@bk-paderborn.de

ORTHOPÄDIE UND ORTHO- PÄDISCHE CHIRURGIE



Prof. Dr. med. Norbert Lindner
Tel.: 05251 702-1200
n.lindner@bk-paderborn.de

UROLOGIE UND KINDERUROLOGIE



Dr. med. Andreas Kutta
Tel.: 05251 702-1600
s.franke@bk-paderborn.de
(Sekretariat)

KARDIOLOGIE



Dr. med. Andreas Schärtl
Tel.: 05251 702-1450
a.schärtl@bk-paderborn.de

THORAXCHIRURGIE



Dr. med. Guido Scholz
Tel.: 05251 702-1130
g.scholz@bk-paderborn.de

NUKLEARMEDIZIN



Dr. med. Fonyuy Nyuyki
Tel.: 05251 702-24500
f.nyuyki@bk-paderborn.de

STRAHLENTHERAPIE



MU Dr. Attila Salay
Tel.: 05251 702-1301
a.salay@bk-paderborn.de



**Brüderkrankenhaus
St. Josef Paderborn**

www.bk-paderborn.de



WIRBELSÄULENCHIRURGIE



Dr. med. Carsten Schneekloth
Tel.: 05251 702-1280
c.schneekloth@bk-paderborn.de

**ALLGEMEIN- UND
VISZERALCHIRURGIE**



Wolfgang Zwerenz
Tel.: 02992 605-4022
w.zwerenz@bk-marsberg.de

**ORTHOPÄDIE UND
UNFALLCHIRURGIE**



Dr. med. Ralf Beyer
Tel.: 02992 605-4022
r.beyer@bk-marsberg.de

**ANÄSTHESIE, INTENSIV-
MEDIZIN UND STATIONÄRE
SCHMERZTHERAPIE**



**Priv.-Doz. Dr. med.
Torsten Meier**
Tel.: 05251 702-1700
t.meier@bk-paderborn.de

BELEGABTEILUNG FÜR HNO



**Priv.-Doz. Dr. med.
Dominik Brors**
Tel.: 05251 24815
drbrors@t-online.de

ENDOPROTHETIK



**Prof. Dr. med.
Norbert Lindner**
Tel.: 05251 702-1201
n.lindner@bk-paderborn.de

RADIOLOGIE



Prof. Dr. med. Marc Keberle
Tel.: 05251 702-1300
m.keberle@bk-paderborn.de

WIRBELSÄULENCHIRURGIE



**Dr. med.
Carsten Schneekloth**
Tel.: 05251 702-1280
c.schneekloth@
bk-paderborn.de

**INNERE MEDIZIN,
GASTROENTEROLOGIE, DIA-
BETOLOGIE UND GERIATRIE**



Dr. med. Norbert Bradtke
Tel.: 02992 605-1590
n.bradtke@bk-marsberg.de

**ZENTRALE
NOTAUFNAHME**

**RUND UM DIE
UHR BESETZT:
TEL.: 05251 702-0**

NEUE BERÜHRUNGSLOSE HYGIENESPENDER

Für saubere Hände

Neben den regelmäßigen Testungen, Schutzimpfungen der Mitarbeitenden und der Masken- und Abstandspflicht ist die Händehygiene ein wichtiger Baustein im Sicherheitskonzept des St.-Marien-Hospitals Marsberg und des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn. 2.564 neue berührungslose Spender für Desinfektionsmittel wurden in den beiden Häusern installiert, 1.566 davon für die Händedesinfektion. Die Verbrauchsdaten der Spender werden digital an ein mobiles Endgerät der Hygiene übermittelt und fließen so in die regelmäßige Statistik ein. Das Hygieneteam kann so gezielt an den Orten Schulungen anbieten, wo es Auffälligkeiten gibt. Auch wenn Patienten immer noch Sorge vor einer Infektion haben, so ist das Risiko, sich im Krankenhaus bei einer ambulanten oder stationären Behandlung anzustecken, extrem gering. „Sie darf nicht dazu führen, dass die Klinik bei ernsthaften Erkrankungen gemieden wird“, sind sich die verantwortlichen Ärzte einig.



Uwe Riedesel, Leiter der Klinikhygiene, und Dr. Michael Kaiser, hygienebeauftragter Arzt.



REGIONALES TRAUMAZENTRUM

Schnelle Behandlung für Schwerverletzte

Das Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn ist erneut als Regionales Traumazentrum im Traumanetzwerk Ostwestfalen der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) bestätigt worden. Gemeinsam mit 29 Kliniken aller Versorgungsstufen aus der Region leistet es damit einen wichtigen Beitrag zur verbesserten Versorgung von schwerst verletzten Patienten. Das Netzwerk stellt sicher, dass jeder schwer verletzte Patient in circa 30 Minuten vom Unfallort in den Schockraum eines kompetenten Krankenhauses transportiert werden kann. Das St.-Marien-Hospital Marsberg ist als lokales Traumazentrum ebenfalls Mitglied dieses Netzwerks.



WECHSEL

ANNA BERINGHOFF ist neue Pflegedirektorin im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn und im St.-Marien-Hospital Marsberg. Ihr Vorgänger Klaus Niggemann wurde nach 43 Dienstjahren in den Ruhestand verabschiedet. Anna Beringhoff ist Mitglied der Direktionen der beiden Einrichtungen und verantwortlich für 1.700 Mitarbeitende, von denen die Pflege die größte Berufsgruppe bildet. Als stellvertretende Pflegedirektorin und Pflegedienstleitung hatte sie ihren Wirkungskreis zuletzt im Krankenhaus Bad Oeynhausen (Mühlenkreiskliniken). Regionalleiter Christoph Robrecht: „Wir freuen uns sehr, dass wir mit Anna Beringhoff eine erfahrene und kompetente Führungskraft für diese verantwortungsvolle Aufgabe gewinnen konnten.“



STUDIEN

DR. TOBIAS GASKA, Chefarzt der Klinik für Hämatologie und Onkologie am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, wurde von Professor Dr. Michael Hallek, Uniklinik Köln, in die Strategiekommision der Deutschen CLL Studiengruppe berufen. Die Studiengruppe befasst sich mit der Planung und Durchführung klinischer Studien, um Diagnostik und Therapie der chronischen lymphatischen Leukämie (CLL) zu optimieren. Die Strategiekommision ist ein interdisziplinäres Entscheidungsgremium aus Statistikern, klinischen Forschern und erfahrenen Hämato-Onkologen. Im Rahmen des Onkologischen Zentrums des Brüderkrankenhauses nimmt Gaska seit vielen Jahren an diesen Studien teil und habe durch seine gute Rekrutierung „maßgeblich zum Erfolg der Studiengruppe beigetragen“, so Hallek.

KOMPETENZ IN DER MINIMALINVASIVEN CHIRURGIE

Wolfgang Zwerenz ist neuer Chefarzt

Wolfgang Zwerenz ist neuer Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie im St.-Marien-Hospital Marsberg. Zuvor war er sieben Jahre Oberarzt in Marsberg, wo er auch wohnt: „Ich mag die Marsberger Patienten. Sie sind ehrlich, offen und freundlich.“ Seine Schwerpunkte hat er am St.-Marien-Hospital längst besetzt. Auf dem Gebiet der minimalinvasiven Chirurgie, der Schlüsseloperationen, sind es unter anderem Operationen wie Leistenbrüche, Blinddarmentzündungen, Gallenblasenentzündungen, Dickdarmoperationen und Operationen am Magen und Zwerchfell bei Sodbrennen. „Im Sinne unserer Patienten machen wir kleine Schnitte, wo immer es geht: Die Betroffenen sind schneller wieder mobil, die Belastung für den Körper ist deutlich geringer als beispielsweise bei großen Bauchschnitten“, betont Zwerenz.

Gemeinsam mit Chefarzt Dr. Ralf Beyer leitet er auch das Zentrum für Chirurgie am St.-Marien-Hospital, welches die Kliniken für Unfallchirurgie und Orthopädie, Allgemein- und Viszeralchirurgie sowie die Bereiche Endoprothetik und Wirbelsäulenchirurgie umfasst.



PADERLOG ERNEUT BESTE AUSBILDUNGSAPOTHEKE

Viel Abwechslung in der Ausbildung

Das paderlog, die Krankenhausapotheker des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn, ist zum vierten Mal als beste Ausbildungsapotheker im Bereich Krankenhaus vom Bundesverband der Pharmaziestudierenden (BPhD) ausgezeichnet worden. „Für uns ist dies eine große Ehre“, freut sich paderlog-Geschäftsleiterin Anne Ignatius. „Insbesondere weil 2020 für uns alle kein gewöhnliches Jahr war. Vor allem in den Anfängen der Corona-Pandemie haben unsere Pharmazeuten im Praktikum (PhiPs) tatkräftig mit angepackt, wie bei der Herstellung von 12.000 Litern Händedesinfektionsmittel. Dass wir der Ausbildung trotz aller Widrigkeiten einen sehr hohen Stellenwert beigemessen haben, bestätigt in unseren Augen die Auszeichnung des BPhD.“

Sechs PhiPs bildet das paderlog jährlich aus. Die interessierten jungen Kollegen bringen frischen Wind und neueste Erkenntnisse von der Uni ins Unternehmen und profitieren vom strukturierten Ausbildungskonzept und den vielseitigen Einsatzmöglichkeiten in der Krankenhausapotheker.

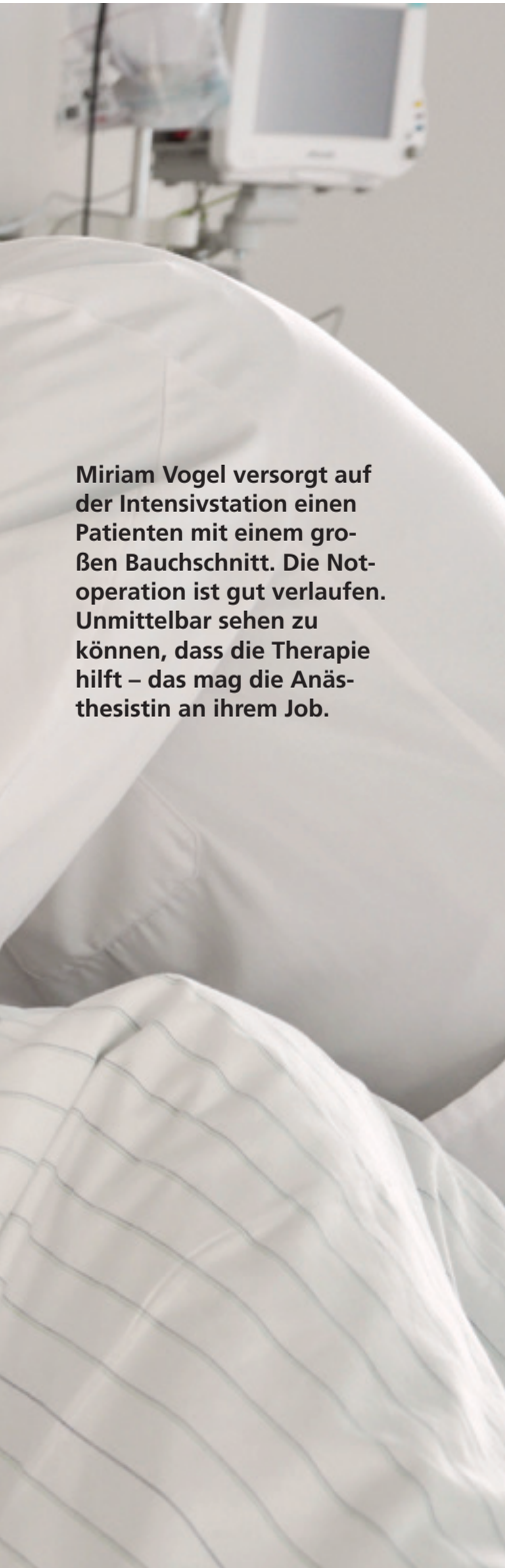


Svea Hollik kam als Pharmazeutin im Praktikum zum paderlog und blieb. Im Hintergrund: Apothekerin Donate Hoppe und Geschäftsleiterin Anne Ignatius (v. li.).



„ES FÜHLT SICH GUT AN“

Nach vielen beruflichen Stationen ist die Marsbergerin Miriam Vogel zurück in ihrer Heimat. Die Anästhesistin ist nun als Oberärztin im St.-Marien-Hospital tätig.



Miriam Vogel versorgt auf der Intensivstation einen Patienten mit einem großen Bauchschnitt. Die Notoperation ist gut verlaufen. Unmittelbar sehen zu können, dass die Therapie hilft – das mag die Anästhesistin an ihrem Job.

Der Nachtdienst war anstrengend. Oberärztin Miriam Vogel blinzelt ein wenig müde über ihren Mund-Nasen-Schutz. Die 35-jährige Anästhesistin ist froh, dass es dem Patienten, der am Wochenende notoperiert wurde, besser geht. Der große Bauchschnitt verheilt gut, morgen wird der Patient von der Intensivstation auf eine chirurgische Station verlegt.

„Das ist toll an meinem Fachgebiet, dass eine Therapie oft unmittelbar die gewünschte Wirkung zeigt“, sagt Miriam Vogel, die eine Weiterbildung in spezieller Intensivmedizin und in Palliativmedizin gemacht hat und Notärztin ist: „Ich mag es, akute Probleme zu lösen.“ Das tut sie fast täglich. Und wenn sie mit ihrer Familie erst von Kassel nach Diemelstadt-Helmighausen gezogen ist, will sie auch als Notärztin durch den Hochsauerlandkreis fahren.

Mit viel Begeisterung für den Beruf

Das St.-Marien-Hospital ist lokales Trauzentrum im Traumanetzwerk OWL. „Alles, was vor der Einlieferung ins Krankenhaus passiert, ist von entscheidender Bedeutung für den Patienten“, so Vogel. Es könne ausschlaggebend dafür sein, ob der Patient gesund wird, beeinträchtigt bleibt oder stirbt.“ Miriam Vogel berichtet über die ärztlichen Entscheidungen zwischen Leben und Tod keineswegs pathetisch, sie berichtet über ihre Arbeit mit Hingabe, mit Begeisterung und Engagement.

Studiert hat die Marsbergerin in Marburg. In der Uniklinik auf den Lahnbergen, einem Krankenhaus mit knapp 1.200 Betten. „Meine Entscheidung für die Anästhesie fiel auf der Zielgeraden des Studiums.“ Ein Weg, den sie nie bereute und zielstrebig verfolgte. Für die Facharztausbildung zur Anästhesistin wechselte Miriam Vogel nach dem Studium in das Universitätsklinikum Bergmannsheil in Bochum, danach an das Städtische Klinikum Kassel. „Das war wieder ein Krankenhaus mit ei-

nem großen Spektrum, in dem die ganze Bandbreite operativer Fächer abgedeckt war. Ich habe das Gefühl, ich bin auf meine Stelle als Oberärztin gut vorbereitet.“

Herzlicher Empfang im Team

Seit wenigen Wochen ist sie nun in ihrer neuen Position im St.-Marien-Hospital. „Es fühlte sich von Anfang an gut an“, sagt die 35-Jährige und berichtet, dass sie im Team herzlich aufgenommen wurde. Die Chance, im Hochsauerlandkreis eine berufliche Perspektive aufzubauen, passt gut in ihren aktuellen Lebensentwurf. Ihr Mann arbeitet für den Hessischen Rundfunk, ihr zweijähriger Sohn hat einen Kitaplatz in Wrexen. „Dass wir künftig beide Familien im Hintergrund haben, ist eine große Erleichterung“, sagt Miriam Vogel, „und für alle Beteiligten einfach auch schön.“

Sich in Helmighausen niederzulassen, ist für die Familie naheliegend: Es ist der Heimatort von Christian Vogel. Seinem Fernweh hat der Journalist vor einigen Jahren nachgegeben. Eine Motorradreise führte Christian Vogel fast ein Jahr lang 55.000 Kilometer um die ganze Welt. Miriam Vogel sicherte aus Deutschland rund um die Uhr den Support: beantragte Visa, organisierte Ersatzteile, recherchierte nach einem Unfall ihres Mannes in Indien die Adresse eines passenden Krankenhauses und flog nach Delhi, um ihn vor Ort zu unterstützen. „Im Hintergrund unaufgeregt, hochkonzentriert und professionell meinen Job zu machen – das kenne ich aus dem OP und von der Intensivstation.“ Keine Frage, dass das ihre Kollegen und Patienten zu schätzen wissen.

Miriam Vogel

Oberärztin Anästhesie,
Fachärztin für Anästhesiologie
Intensivmedizin, Palliativmedizin
und Notfallmedizin
Tel.: 02992 605-6030



Ihre Ansprechpartnerin
St.-Marien-Hospital Marsberg



**Professor
Dr. Norbert Lindner
erklärt seinem
Patienten, wie der
neue Hüftkopf in
der Pfanne liegt.**

FÜR MEHR MOBILITÄT UND LEBENSMUT

Schmerzen beim Gehen und bei jeder Bewegung – eine fortgeschrittene Arthrose bringt viele Einschränkungen im Alltag mit sich. Manchmal ist ein neues Hüftgelenk der einzige Ausweg. Eine Operation ist auch im Alter und bei Vorerkrankungen möglich.

Ferdinand Meyer ist 81 Jahre alt: Zeit seines Lebens geht er gerne wandern, fährt in seinem schnittigen Sportwagen durch die Kreise Paderborn und Höxter, besucht seine sechs Enkelkinder im ganzen Bundesgebiet und liebt es, mit seiner Freundin ein selbstbestimmtes und mobiles Leben zu führen. Damit ist es eines Morgens überraschend vorbei. „Ich hatte in den Wochen zuvor Schmerzen beim Laufen, nichts Dramatisches. Leider nahmen die Einschränkungen zu und irgendwann kam ich morgens nicht mehr aus dem Bett.“

Der ehemalige Raumausstatter zögert nicht und geht zum Facharzt. Eine massiv verschlissene Hüfte ist der Kern des Übels: „Ich habe 55 Jahre gearbeitet und bin bei meinen Kunden viel auf dem Boden herumgerutscht“, für Ferdinand



**Ferdinand Meyer
liebt es, durch die
Natur zu wandern.**



Höheres Sterberisiko

Eine Empfehlung bringt den Steinheimer ins Brüderkrankenhaus Paderborn, genauer gesagt zu Professor Dr. Norbert Lindner, Chefarzt der Klinik für Orthopädie. Der Orthopäde hört bei seinem Patienten klar heraus, dass nicht nur die Beweglichkeit auf dem Spiel steht – der Lebensmut kommt bei Ferdinand Meyer zusehends abhanden. „Letztlich steigert Inaktivität das Risiko, zu sterben“, sagt Lindner: Eine intakte Hüfte könne das Leben des schmerzgeplagten Patienten verlängern und ihm einen großen Teil seiner gewohnten Mobilität zurückgeben.

Professor Dr. Norbert Lindner bespricht sich mit den Spezialisten aus der Klinik für Anästhesie. Die Kollegen geben grünes Licht – für den Einbau der künstlichen Hüfte unter einer Rückenmarksnarkose: Dabei ist der Patient ab der Hüfte betäubt, Herz und Kreislauf werden weniger belastet.

Der Eingriff wird von einem erfahrenen Team durchgeführt. Innerhalb von 40 Minuten sitzt der Schaff mit dem neuen Kopf im Oberschenkelknochen. Damit alles stabil bleibt, kommt Zement hinzu. „Wir haben uns für eine Keramik-Kugel mit einer Titan-Pfanne entschieden. Diese Materialkombination hat sich bewährt“, erklärt Lindner.

Schnell wieder auf den Beinen

Der Mut des Patienten und der Operateure wird belohnt: Schon einen Tag

Meyer lässt sich die krankhafte Veränderung seines Hüftgelenks nachvollziehen. Akzeptieren kann er den Zustand nicht. Ein operativer Eingriff – der Ersatz der Hüfte durch ein künstliches Gelenk – wäre eine Option. Allerdings findet der betagte Patient keinen Orthopäden, der sich an den Eingriff heranwagt, denn Ferdinand Meyer hat diverse Vorerkrankungen: Sein Lungenvolumen liegt bedingt durch eine COPD, eine chronisch fortschreitende Lungenerkrankung, bei nur 40 Prozent, sein Herz und seine Nieren arbeiten mit stark verminderter Leistung. Kurzum: „Die Orthopäden, bei denen ich mich vorstellte, winkten ab. Das Risiko einer Operation sei zu groß, ich müsse mich mit der eingeschränkten Mobilität abfinden. Die Schmerzen könne man medikamentös behandeln.“ Ferdinand Meyer ist das zu wenig.

nach dem Eingriff wagt der furchtlose Senior unter Anleitung einer Physiotherapeutin die ersten Schritte. Im Anschluss an den Krankenhausaufenthalt ist er drei Wochen in der Reha. Dort tauscht er die Unterarmgehstützen zügig gegen seine Nordic-Walking-Stöcke aus. „Damit war ich einfach flotter“, so Meyer. Seine Lungenleistung verbessert sich – die wiedergewonnene Mobilität tut dem ganzen Körper gut.

Nach wie vor macht er zu Hause täglich alle Übungen, die er in der Reha gelernt hat – dafür nimmt er sich noch vor dem Frühstück 40 Minuten Zeit. Mit seiner Freundin fährt er im tiefer gelegten Sportwagen Richtung Schieder-Schwalenberg zum Wandern. Ferdinand Meyer ist dankbar, dass er im richtigen Augenblick erfahrene Ärzte gefunden und nicht aufgegeben hat: „Ich will 100 Jahre alt werden.“

Prof. Dr. Norbert Lindner

Chefarzt
Klinik für Orthopädie, spezielle
orthopädische Chirurgie und
Sportmedizin zertifiziertes
Endoprothetikzentrum
der Maximalversorgung
Tel.: 05251 702-1201



Ihr Ansprechpartner
Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn

Zentrum für Chirurgie

Tel.: 02992 605-4022
www.bk-marsberg.de

Ihr Kontakt
St.-Marien-Hospital Marsberg

TEXT: JORIS HIELSCHER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL

SPEZIALISTEN FÜRS HERZ

Die Therapie von Herzerkrankungen hat sich in den vergangenen Jahren enorm weiterentwickelt, mittlerweile existiert eine Vielzahl von unterschiedlichen Behandlungsmöglichkeiten. Im Herzzentrum des Bräuderkrankenhauses bringen Ärzte der verschiedenen Fachrichtungen ihr Wissen und ihre Erfahrungen zusammen. Gemeinsam schauen sich Kardiologen, Herzchirurgen und Rhythmologen jeden einzelnen Patienten an und entwickeln eine individuelle Therapie.



Im Herzzentrum arbeiten alle Disziplinen eng zusammen, die sich mit der Herz- und Kreislaufmedizin beschäftigen.



Alle Spezialisten entwickeln gemeinsam die beste Therapie für jeden Patienten individuell.

Das Herz ist ein extrem faszinierendes Organ. Es hat anatomisch eine ganz wichtige Aufgabe und ist auf der anderen Seite auch sehr stark emotional behaftet in unserem Kulturkreis“, erklärt Professor Dr. Nikos Werner, Chefarzt der Kardiologie am Brüdern Krankenhaus Trier. Und Professor Dr. Ivar Friedrich, Chefarzt für Herz- und Thoraxchirurgie, ergänzt: „Das Herz ist das zentrale Organ für den Kreislauf, der letztlich alle Organsysteme, alle Zellen unseres Körpers miteinander verbindet.“

Geballte Kompetenz

Nicht nur die Faszination für das Organ Herz verbindet die beiden Ärzte, sondern auch die tägliche Arbeit. Im Herzzentrum im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier arbeiten Mediziner verschiedener Fachrichtungen sehr eng zusammen – auf gemeinsamen Stationen sowie in regelmäßigen Besprechungen. Es sind Mediziner

aller Disziplinen, die sich mit der Herz- und Kreislaufmedizin beschäftigen: Kardiologen, Herzchirurgen, Rhythmologen, aber auch speziell geschulte Anästhesisten. Zudem kommen bei Bedarf Radiologen und andere Fachärzte dazu und unterstützen die Herzmediziner.

Die Grundidee des Herzzentrums, das vor drei Jahren gegründet wurde: Die Spezialisten bringen ihre unterschiedliche Expertise zusammen und entwickeln gemeinsam die beste Therapie für jeden einzelnen Patienten.

Verbesserte Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Das ist umso wichtiger, da laut Robert Koch-Institut Herz-Kreislauf-Erkrankungen weiterhin die führende Todesursache in Deutschland sind und insgesamt etwa 40 Prozent aller Sterbefälle verursachen.

Was die Statistik allerdings auch zeigt: Herzinfarkte, Herzschwäche oder koronare Herzkrankheit lassen sich immer besser behandeln. Die steigende Lebenserwartung in Deutschland ist zu einem überwiegenden Teil auf die ver-

besserten Behandlungsmöglichkeiten bei Herzpatienten zurückzuführen.

Innovationen in allen Bereichen

„Wir erleben eine unglaubliche Innovation und Entwicklung in der Herzmedizin in den vergangenen Jahren“, sagt Professor Dr. Werner. In seinem Fachgebiet der Kardiologie betrifft das vor allem die Katheter-technik. Schon lange werden gefährliche Verengungen in den Blutgefäßen geöffnet, indem mithilfe eines Katheterschlauches ein Ballon durch die Blutbahn an die betroffene Stelle gebracht und dort aufgeblasen wird – zur Stabilisierung werden dann häufig zusätzlich Stents, also kleine Drahtgeflechte, installiert. Seit einigen Jahren können Kardiologen aber auch andere Herzerkrankungen mithilfe der Katheter-technik behandeln. „Wir sind in der Lage, minimalinvasiv, durch kathetererbierte Verfahren, Herzklappen zu ersetzen und zu reparieren“, erklärt der Chefarzt der Kardiologie.

„Kaum ein Bereich hat sich so sehr entwickelt wie die Herzmedizin“, fügt Professor Dr. Ivar Friedrich begeistert



VIDEO

Erfahren Sie mehr über die Zusammenarbeit der Herzspezialisten unter www.bbtgruppe.de/leben

hinzu. Auch in der Herzchirurgie werde dank technischer Entwicklung zunehmend minimalinvasiv operiert, das heißt möglichst schonend mit der sogenannten Schlüssellochtechnologie. Das Brüderkrankenhaus hat bereits seit 1991 eine herzchirurgische Abteilung – mit dieser Expertise hebe es sich von vielen anderen Krankenhäusern in der Region ab. „Was seit einigen Jahren neu ist: Die gemeinsame Arbeit von Chirurgen und Katheterspezialisten, um möglichst schonende Behandlungsverfahren für den Patienten bereitzuhalten“, erklärt der Chefarzt der Herz- und Thoraxchirurgie. „Es gibt eine ganze Menge an Eingriffen, die wir gemeinsam machen.“ Und diese werden in Zukunft sogar zunehmen, weil es immer mehr Mischverfahren gebe.

Auch die Rhythmologie, also die Therapie von Herzrhythmusstörungen, hat große Fortschritte in den vergangenen Jahren gemacht. Am Brüderkrankenhaus Trier hat sich das Team um Privatdozent Dr. Frederik Voss auf die Behandlung von Herzrhythmusstörungen und die Implantation von modernen Defibrillator- und Schrittmachersystemen spezialisiert („Leben!“ berichtete in der Ausgabe 3+4/2020 über die Rhythmologie).

Gemeinsam für die beste Therapie

„Jede einzelne Fachrichtung ist inzwischen extrem spezialisiert, aber alle kümmern sich um das Herz“, erklärt der Kardiologe. Deshalb schlossen sich die Abteilungen Kardiologie, Herzchirurgie und Rhythmologie zusammen. Sie versorgen gemeinsam Patienten auf den Normal- und den Intensivstationen und treffen sich regelmäßig zu Besprechungen. Den Vorteil für sie macht Professor Dr. Werner deutlich: „Es ist egal, ob der Patient zunächst zum Herzchirurgen oder zum Kardiologen oder zum Rhythmologen geht. Jeder Patient wird interdisziplinär im Team besprochen.“

Dabei schauen sich die Ärzte jeden einzelnen Patienten genau an und beraten über die weitere Therapie: Wie ist die Erkrankung genau ausgeprägt? Wie ist der Gesundheitszustand des Patienten? Und wie sieht es mit Vorerkrankungen aus? Bei der Diagnose greifen sie auf breite Expertise des Radiologischen Zentrums am Brüderkrankenhaus zurück. Das machen sie in der wöchentlich stattfindenden Herzkonferenz, wo neben Kardiologen, Herzchirurgen und Rhythmologen auch spezi-

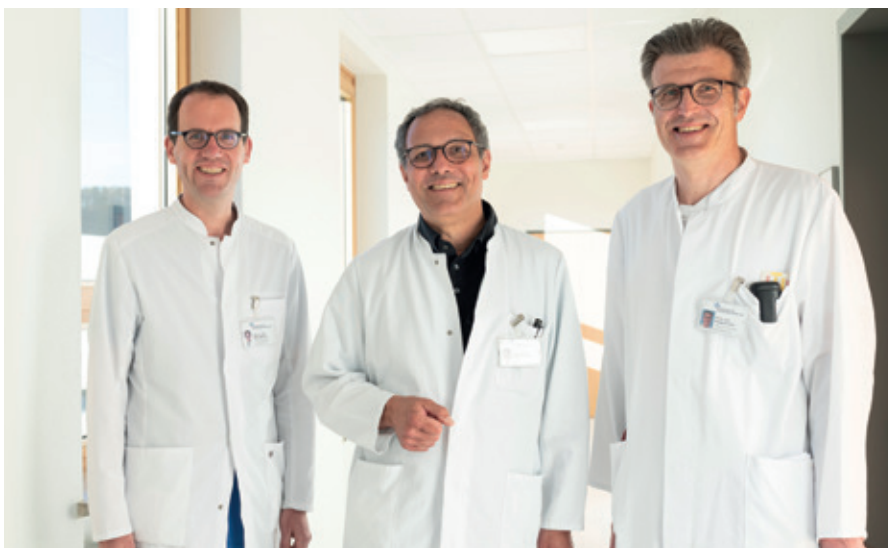
ell ausgebildete Kardio-Anästhesisten teilnehmen, die für die Narkose der jeweiligen Patienten verantwortlich sind, sowie in der täglichen Arbeit.

Mehr Behandlungsoptionen

Die Behandlungsmöglichkeiten sind durch die technische Weiterentwicklung in den vergangenen Jahren deutlich größer geworden. Ein Beispiel: Ein Patient hat einen Herzklappenfehler. Während früher eine neue Herzklappe zwangsläufig von einem Chirurgen in einer Operation am offenen Herzen eingesetzt wurde, können das jetzt ein Herzchirurg in einer OP, ein Kardiologe mit einem interventionellen Verfahren oder beide zusammen in einem gemeinsamen Eingriff durchführen. „Wir schauen uns die unterschiedlichen Techniken an, die uns zu Verfügung stehen, und überlegen dann für jeden einzelnen Patienten: Von welcher Technik profitiert er ganz besonders?“, erläutert der Herzchirurg.

Moderner Hybrid-OP

Ein Ort im Brüderkrankenhaus steht exemplarisch für die enge Zusammenarbeit zwischen den Fachdisziplinen: Es ist der sogenannte Hybrid-OP – eine Kombination aus einem Herzkatheterlabor auf der einen Seite und einem konventionellen Operationsaal auf der anderen Seite. Das bedeutet: Der Hybrid-OP verfügt über moderne Röntgen- und Ultraschall-Bildgebungssysteme, darunter eine mobile Angiografieanlage, damit Kardiologen die Kathetereingriffe durchführen können – denn nur damit können sie den Katheter innerhalb der Blutbahnen bzw. des Herzens sehen. Gleichzeitig erfüllt der Hybrid-OP alle Bedingungen eines OP-Saals, sodass er sofort auf eine konventionelle Operation umgestellt werden kann. In diesem Raum führen die



Professor Dr. Nikos Werner, Professor Dr. Ivar Friedrich und Privatdozent Dr. Frederik Voss (v. li.) sind die drei Chefarzte des Herzzentrums des Brüderkrankenhauses Trier.



„Kaum ein Bereich hat sich so sehr entwickelt wie die Herzmedizin“, weiß Professor Dr. Ivar Friedrich. Auch in der Herzchirurgie werde dank technischer Entwicklung zunehmend minimalinvasiv operiert.

Ärzte des Herzzentrums komplexe Eingriffe an der Herzklappe durch, genauso wie Implantationen von Schrittmachersystemen. „Hier können wir optimal zusammenarbeiten“, erklärt Professor Dr. Friedrich.

Bereits 2011 nahm das Brüderkrankenhaus Trier den Hybrid-OP in Betrieb und war damit eines der ersten Krankenhäuser in Deutschland. Professor Dr. Werner erzählt mit Begeisterung: „Die Etablierung dieses Hybrid-OPs war ein Meilenstein in der interventionellen Behandlung von Herzklappenerkrankungen. Die Inbetriebnahme hat letztendlich dazu geführt, dass wir hier in Trier ein großes Programm für katheterbasierte Herzklappen-Therapien entwickeln konnten.“

Herzklappen mittels Katheter ersetzen

Zu diesen Therapien gehört auch der sogenannte transapikale Aortenklappenersatz – der Eingriff ist ein Beispiel, wie Kardiologen und Chirurgen im Hybrid-

OP zusammenarbeiten. Dabei wird über einen kleinen Schnitt in der linken Brust ein Katheter in die Spitze des Herzens eingeführt, zur Aortenklappe. Dann kann der Kardiologe über diesen Katheter eine neue Klappe einbringen und dort die Aortenklappe ersetzen. Das geht ganz ohne Herz-Lungen-Maschine und ohne Öffnen des Brustkorbes. „Für mich persönlich ist es immer noch die größte Sensation und Entwicklung in den letzten Jahren: Wir sind inzwischen in der Lage, über einen kleinen Zugang und einen Katheter, der ungefähr die Größe einer Kugelschreiberhülse hat, eine Klappe zur Aorta vorzubringen und sie dort zu implantieren“, erzählt der Kardiologe Professor Dr. Werner.

Auch Professor Dr. Friedrich zeigt sich begeistert von den Möglichkeiten der Herzmedizin. „Das Wichtigste an der Zusammenarbeit ist der Respekt und die Anerkennung der Kompetenz des jeweiligen Fachkollegen. Und wenn da Wissen zusammenfließt, können wir den Patienten wirklich helfen.“ ■

DIE DREI FACHDISZIPLINEN DER HERZMEDIZIN

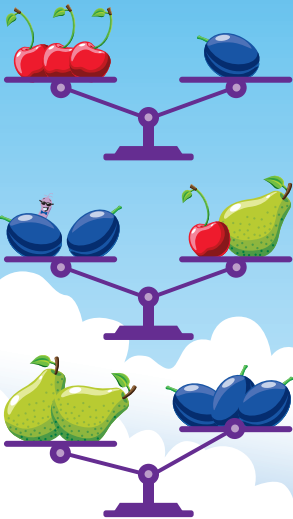
Kardiologie: Die Kardiologie ist ein Teilbereich der Inneren Medizin. Kardiologen kümmern sich um die Erkennung, Behandlung und Rehabilitation von Erkrankungen des Herzens, des Herz-Kreislauf-Systems und der herznahen Gefäße. Neben interventionellen Eingriffen führen sie medikamentöse Therapien sowie unterschiedliche Untersuchungen mit Ultraschall und anderen bildgebenden Verfahren durch.

Herzchirurgie: Die Herzchirurgie (genauer Herz-Thorax-Chirurgie) umfasst alle operativen Eingriffe am Herzen und den herznahen Gefäßen. Herzchirurgen führen Operationen an den Herzkranzgefäßen, den Herzklappen und den großen Gefäßen des Brustraums, operative Korrekturen von angeborenen und erworbenen Herzfehlern bis hin zu Herztransplantationen durch.

Rhythmologie: Die Rhythmologie beschäftigt sich mit der Diagnostik und Behandlung von Herzrhythmusstörungen, die in unterschiedlichsten Formen vorkommen. Rhythmologen sind auch Kardiologen mit einer speziellen Weiterbildung in Rhythmologie.



1. Hier geht es auch ums Gleichgewicht. Dr. Krax hat Kirschen, Erdbeeren und Äpfel. Bei den beiden ersten Versuchen ist es ausgeglichen. Welche Frucht fehlt für das Gleichgewicht im dritten Versuch?

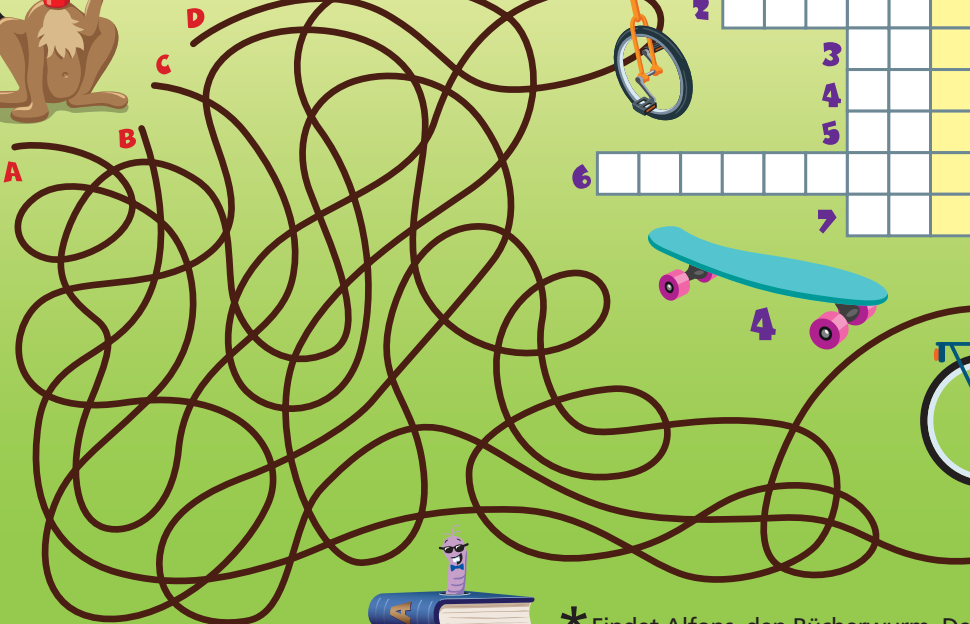


Wieso fallen wir nicht um?

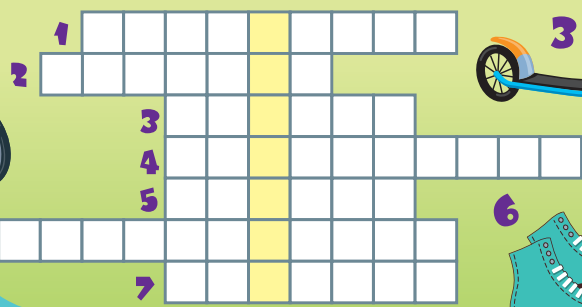
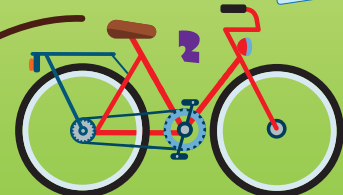
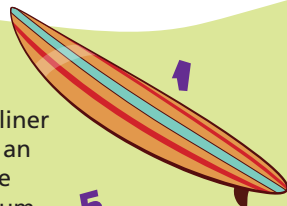
Laufen, Springen und Klettern machen Spaß. Das Gleichgewichtsorgan sorgt dafür, dass wir beim Toben immer wissen, wo oben und unten ist, und nicht ständig hinfallen. Es versteckt sich im Innenohr. Dort liegen drei mit Flüssigkeit gefüllte Schleifen. Kippen wir zur Seite, bewegt sich die Flüssigkeit. Winzige Haarzellen registrieren die Bewegung und leiten die Information blitzschnell an das Gehirn weiter. So können wir sofort reagieren und gegensteuern. Das funktioniert auch bei einem Handstand oder einem Sprung mit dem Skateboard.



2. Waldi ist auch unter die Slackliner gegangen. Ein Ende ist schon an den Pflock angebunden. Das zweite Ende muss Waldi noch an einen Baum binden. Aber welches Seilende ist es?



3. Hier seht ihr sieben Fortbewegungsmittel, bei denen es sehr wichtig ist, das Gleichgewicht zu halten. Tragt ihre Namen in die Kästchen ein. In den gelben Kästchen steht der gesuchte Begriff.



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

bandförmiges Blumengebilde	Paradiesgarten	Ordensgründer (Franz von)	Teil des Gemüsegartens	geländegängiges Motorrad	gleichsam	Rednerplatz	Hauptstadt von Brunei	Ort bei Hildesheim	französisch: BRD	Hunderasse	Impfstoffe
					Länder jenseits der Ozeane						
Metallbetrieb		Fluss durch Paris			US-Sängerin (Britney)	begeistert bemühen					3
Tempeldiener im AT			Briefanrede	Wundmale Jesu							Früchte
		männliche Nachkommen	nichtswürdiger Mensch			Vorname der West †		Feldtier		Begleiter des Heiligen Nikolaus	
unbestimmtes Fürwort	ostruss. Großlandschaft					süßer Brantwein	1	nicht lieblich			
zwei Musizierende		Name mehrerer Päpste		indonesische Insel	bibl. Männergestalt						
			Prototyp	Entwässerungsrohr				Urkundsjuristen	Initialen Tschai-kowskis		
dt. Arbeiterführer, † 1913	ständig Kritisierender	erhöhte Galerie	Denkschriften (Kw.)			sehr viel reden, schwätzen		Wasserstrudel			japanisches Heiligtum
Lehrer des Telemach (myth.)				Häretiker	Ballspiel zu Pferd		2		orientalische Rohrflöte		
		Meeressäugtier	Spendensammlung							ein Balte	
Geheimgericht		kleinste Teile der Wortbedeutung		russischer Monarch		leicht schwindelig		Sakrament			
Rippenstück, Fleisch (franz.)											indon. Rinderart
				zusammengehörige Teile	Beiname New Yorks (Big ...)			Zahlungsart		Klostervorsteher	
sehr junges Schwein		Abk.: Halbpension	das Unsterbliche			Teil der Heiligen Schrift (Abk.)		englisch: Bohne			
Weissager, Seher	eh. EKD-Vorsitzender (Wolfgang)				seelischer Schock				Abk.: bis oben		
				europäische Münze				größte griechische Insel			

DEIKEPRESS-le1817-0621-14

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

Lösung:

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

Cubeletics, die kleinen Holzwürfel mit Sportübungen auf allen Seiten, bringen Spaß und Abwechslung in das tägliche Fitnesstraining. Egal ob zu Hause, im Schwimmbad oder im Park, überall kann man sich mit den handlichen Quadern sein Workout zusammenwürfeln. Über 200 Kombinationen sind möglich. Nun gibt's keine Ausreden mehr!

„Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen fünf Exemplare.

Datenschutzerklärung: Bei Ihrer Kontaktaufnahme mit uns per E-Mail oder auf dem Postweg werden die von Ihnen mitgeteilten Daten von uns zum Zweck der Auslosung und schriftlichen Benachrichtigung der Gewinner gespeichert. Nach Beendigung des Gewinnspiels am 31.12.2021 werden Ihre Daten gelöscht. Bitte nehmen Sie Kenntnis von Ihren Rechten, die im Impressum genannt werden. Veranstalter des Gewinnspiels ist die Barmherzige Brüder Trier gGmbH.



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krementsz-Str. 1–5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 31. Oktober 2021. Viel Glück!

veranstaltungstipps

5. August 2021

Onlinepatientenvortrag: Lymphome – Diagnose und Therapie

Treffen Sie den Chefarzt der Klinik für Hämatologie und Onkologie und Leiter des Onkologischen Zentrums, Dr. Tobias Gaska, im virtuellen Konferenzraum. Dr. Gaska stellt die verschiedenen Erkrankungen des Lymphsystems vor und zeigt Behandlungsmöglichkeiten auf. Er beantwortet anschließend die Fragen aus dem Live-Chat.

18.30 Uhr bis 19.30 Uhr

Anmeldung:
Sekretariat der Hämatologie
und Onkologie
per Mail an s.gaska@bk-paderborn.de,
weitere Informationen unter
Tel.: 05251 702-1425

28. Oktober 2021

Onlinepatientenvortrag: Moderne Therapie bei Arthrose und Gelenkverschleiß

Digitale Patientenveranstaltung zum Thema „Gelenkfunktion, Vorbeugung und moderne Therapie bei Arthrose und Gelenkverschleiß“. Chefarzt Professor Dr. Norbert Lindner informiert und beantwortet die Fragen im Live-Chat.

18.30 Uhr bis 20 Uhr

Anmeldung:
Sekretariat der Orthopädie
per Mail an s.kahl@bk-paderborn.de,
weitere Informationen unter
Tel.: 05251 702-1201

Voraussetzung für die Teilnahme an der Onlineveranstaltung ist lediglich ein mobiles Endgerät wie Handy, Tablet oder PC mit Internetzugang. Die Interessierten erhalten nach Anmeldung eine detaillierte Anleitung.

FREYA FOR FUTURE

RETTET DIE MENSCHHEIT

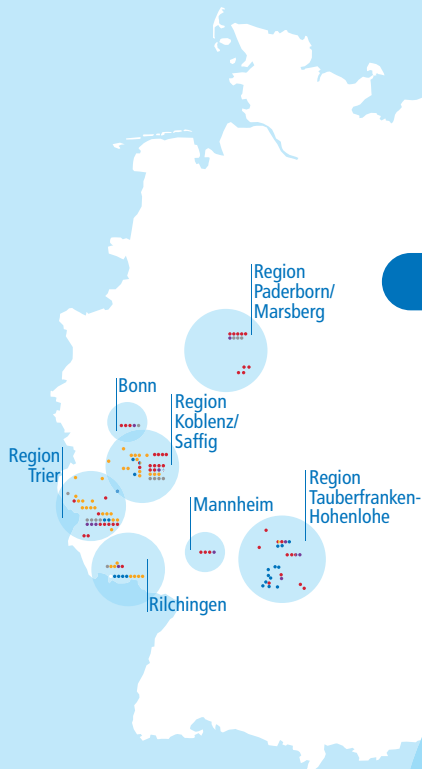
GESUNDHEIT BRAUCHT MENSCHEN WIE DICH!

DIENST. GEMEINSCHAFT. LEBEN.

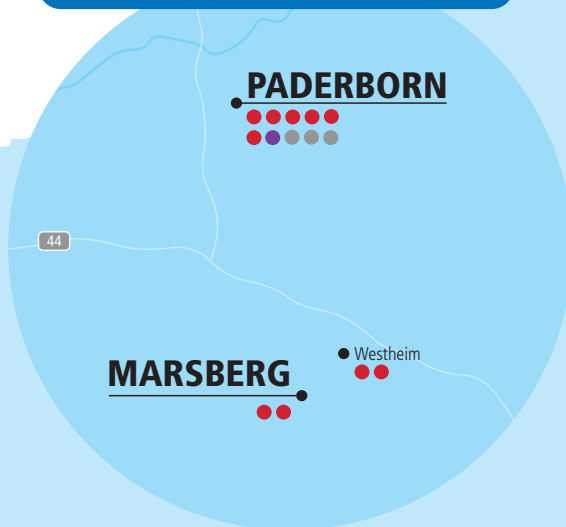
Deine berufliche Zukunft in einem erfolgreichen Gesundheits-
und Sozialunternehmen: www.dienstgemeinschaftleben.de



Die BBT-Gruppe gehört mit über 100 Einrichtungen und mehr als 14.000 Mitarbeitenden zu den großen christlichen Trägern von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland. Unsere christliche Mission: Praktizierte Nächstenliebe.



REGION PADERBORN/MARSBERG



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

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

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

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

Zweigpraxis für Psychotherapie
Tel.: 05251 37167

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

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

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

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

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

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

Schule für Pflege und Gesundheit Paderborn
Tel.: 05251 702-1930
www.pflageschule-paderborn.de

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

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

B+V Laborzentrum
Tel.: 05251 877-360

Leben!

AUS
IHRER
REGION

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

Die nächste Ausgabe
erscheint im November 2021

Impressum

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

Gesellschafter: Generalat der Barmherzigen Brüder von
Maria-Hilf e. V.

Vorsitzender des Aufsichtsrates: Bruder Alfons Maria Michels
Geschäftsführer: Dr. Albert-Peter Rethmann, Matthias Warmuth,
Werner Hemmes, Andreas Latz
Chefredaktion: Martin Fuchs (verantwortl.)
Chefin vom Dienst: Judith Hens
Redaktion: Christiane Bernert, Claudia Blecher, Anne Britten,
Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Julia Gröber-Knapp,
Christian Klehr, Nicole Mansouri-Hein, Frank Mertes,
Peter Mossem, Katharina Müller-Stromberg,
Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, Simone Yousef
In Zusammenarbeit mit Heyst GmbH, www.heyst.com

**Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für
die Region Paderborn/Marsberg:** Christiane Bernert,
Claudia Blecher, Simone Yousef (verantwortl.)
Redaktionsanschrift: Kardinal-Krementz-Str. 1–5, 56073 Koblenz
Tel.: 0261 496-6464, leben@bbtgruppe.de
Erscheinungsweise: halbjährlich

Layout: WWS Werbeagentur GmbH, Kamper Str. 24, 52064 Aachen
Druck: Bonifatius GmbH, Druck-Buch-Verlag, Karl-Schurz-Str. 26,
33100 Paderborn

Gerichtsstand: Koblenz
„Leben!“ wird kostenfrei in den Einrichtungen der BBT-Gruppe
ausgelegt. Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie es gerne
abonnieren: leben@bbtgruppe.de
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die
Meinung des Herausgebers wieder. Alle Fotos stammen aus den
Einrichtungen der BBT-Gruppe, wenn nicht anders angegeben.

ISSN 2195-013X

Datenschutzerklärung:

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

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

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

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



Reha
nah am
Menschen

Orthopädie
Neurologie

ZAR Paderborn Zentrum für ambulante Rehabilitation

REHA & Therapie vor Ort – alles unter einem Dach!

Direkt am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder in Paderborn kümmern wir uns in unseren Reha-Fachabteilungen für Orthopädie und Neurologie um Ihre Genesung.

Ob als Anschlussrehabilitation nach dem Krankenhaus, mit oder ohne OP, oder als Rehabilitation aufgrund akuter Beschwerden von Ihrem niedergelassenen Arzt beantragt – unser multiprofessionelles Team unterstützt Sie mit individuellen Therapien:

- **Mehrwöchige, ganztägig ambulante Rehabilitation in den Indikationen Orthopädie und Neurologie**
- **Nachsorgeprogramme**
- **Behandlungen auf Rezept in unseren Praxen für Physio- und Ergotherapie, Logopädie**
- **Präventionsprogramme und Gesundheitskurse**
- **Ernährungsberatung-/therapie**
- **EAP (Erweiterte ambulante Physiotherapie)**
- **MBOR (Medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation)**
- **Zulassungen aller Kostenträger**

Kontaktieren Sie uns – wir freuen uns auf Sie!

ZAR Paderborn

Husener Str. 48 . 33098 Paderborn . Tel. 05251. 872 16-0. info@zar-paderborn.de

zar-paderborn.de

