



# Unser Klinikum

Zeitschrift für Patienten, Mitarbeiter und Besucher des  
Klinikums Kulmbach mit Fachklinik Stadtsteinach



AUSGABE 62  
JULI 2016

## Arbeits- sicherheit

- > Ein externes Büro unterstützt das Klinikum  
**Seite 5**

## Schlaflabor

- > Warum guter Schlaf so wichtig ist  
**Seite 22**

## Stoßwellen- therapie

- > Eine alternative Behandlungsmethode  
**Seite 44**

## Boys' Day

- > Schüler erkunden den Pflegeberuf  
**Seite 30**

## Rettungswache

- > Das BRK braucht mehr Platz  
**Seite 39**



## Pflege



Beruf mit großer Verantwortung

Seite 14

## Umbaupläne



Neue Strukturen fürs Klinikum

Seite 6

## Neurochirurgie



Rückenbeschwerden behandeln

Seite 18



# **MENSCHEN DIE HELFEN**

Hausnotruf + Blutspende + Menüservice + Ambulante Pflege und Beratung + Pflegenotruf  
Seniorenwohnen am Park + Seniorenheim Marktleugast + Seniorenclub und Reisen + Ausflüge  
Haus für seelische Gesundheit + Betreutes Einzelwohnen + Betreuungsverein + Schülerwohnheim  
Katastrophenschutz + Wasserwacht + Bergwacht + Bereitschaften + Sanitätsdienst  
Rettungsdienst + Fahrdienst + Kleiderkammer + Jugendrotkreuz

Rund um die Uhr – immer für Sie da

**BRK Kreisverband Kulmbach**

[www.brk-kulmbach.de](http://www.brk-kulmbach.de) (09221) 9745-0

95326 Kulmbach, Flessastraße 1

Mit einer Fördermitgliedschaft können Sie unsere vielfältigen Leistungen hier vor Ort unterstützen

BRK Kreisverband Kulmbach + Konto: 168997 + Bankleitzahl: 771 50000

# Liebe Leserin, lieber Leser!

Die Pflege ist ein großes Thema in dieser Ausgabe von UNSER KLINIKUM. Mehr als 630 Männer und Frauen sind am Klinikum Kulmbach rund um die Uhr für unsere Patienten im Einsatz, sei es auf den Stationen, in der Notaufnahme oder in den zahlreichen Funktionsabteilungen unseres Hauses. Ohne die Pflege könnte ein Krankenhaus nicht funktionieren. Nicht umsonst ist die Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger oder der Gesundheits- und Krankenpflegerin hoch anspruchsvoll und endet mit einem staatlichen Examen. Die große Bedeutung der Pflege erkennt man auch daran, dass Schwestern und Pfleger in allen Krankenhäusern die größte Berufsgruppe darstellen.

Der Deutsche Berufsverband für Pflegeberufe beschreibt zutreffend, wie verantwortungsvoll und vielseitig die Aufgaben sind: „Pflege umfasst die eigenverantwortliche Versorgung und Betreuung, allein oder in Kooperation mit anderen Berufsangehörigen, von Menschen aller Altersgruppen, von Familien oder Lebensgemeinschaften, sowie von Gruppen und sozialen Gemeinschaften, ob krank oder gesund, in allen Lebenssituationen. Pflege schließt die Förderung der Gesundheit, Verhütung von Krankheiten und die Versorgung und Betreuung kranker, behinderter und sterbender Menschen ein. Weitere Schlüsselaufgaben der Pflege sind Wahrnehmung der Interessen und Bedürfnisse, Förderung einer sicheren Umgebung, Forschung, Mitwirkung in der Gestaltung der Gesundheitspolitik sowie im Management des Gesundheitswesens und in der Bildung.“

Von der Geburt bis zum Sterbebett - in allen Phasen menschlichen Lebens spielt Pflege eine zentrale Rolle. Beruflich Pflegende gestalten ihre Tätigkeit so, dass der hilfebedürftige Mensch ein möglichst selbstbestimmtes und selbstständiges Leben in Würde führen kann. Individuelle Bedürfnisse werden weitestgehend berücksichtigt. Die Unterstützung soll dahingehend ausgerichtet sein, die physischen, psychischen und kognitiven Ressourcen des Pflegebedürftigen nach Möglichkeit wiederherzustellen beziehungsweise zu erhalten. Das erfordert viel Wissen, Erfahrung, Weitsicht, Souveränität und Kommunikation, aber auch Empathie und Engagement. Pflegefachpersonen sind mit ihrer Leistung ein wesentlicher Erfolgsfaktor im System.

Pflegekräfte genießen höchstes Vertrauen in der Bevölkerung und werden zudem den „wichtigsten Berufen“ zugeordnet. „Der Pflegesektor ist der Jobmotor der Zukunft“, formulierte die Bundesagentur für Arbeit im Herbst 2013 in ihrem Arbeitsmarktbericht. Dass die Pflege eine boomende Branche ist, darüber sind sich alle Experten einig. Allerdings gilt die Pflege schon heute als „Engpassberuf“. Die Schere zwischen Fachpersonalangebot und -nachfrage öffnet sich zunehmend. Umso wichtiger ist deswegen, interessierte und geeignete junge Menschen für diesen anspruchsvollen und wichtigen Beruf zu interessieren und ihnen eine langfristige berufliche Entwicklungsperspektive zu bieten. Am Klinikum Kulmbach wird deswegen auf Ausbildung größter Wert gelegt. Schon lange befassen sich die Verantwortli-

chen für diesen Bereich mit dem Thema Personalentwicklung. Qualifizierte Pflege, die höchsten Ansprüchen genügt, muss auch angemessen bezahlt werden. Das Klinikum Kulmbach hat deswegen immer ganz bewusst darauf verzichtet, die Pflegenden beispielsweise in Servicegesellschaften zu beschäftigen.

Examierte Gesundheits- und Krankenpfleger oder -pflegerinnen haben zahlreiche Karrierechancen und Fortbildungsmöglichkeiten und können bis ins Management des Klinikbetriebs aufsteigen. Es gibt beispielsweise die Ausbildung zur Fachpflegerin oder zum Fachpfleger. Auch anschließende Bachelor- oder Masterstudiengänge bieten sich an, ob im Bereich des Gesundheits- und Pflegemanagements, der Gesundheits- und Pflegepädagogik oder in angewandten Pflegewissenschaften. Auch eine duale Ausbildung wird zum Beispiel in Kooperation mit der Schwesternschaft des BRK angeboten. Innerhalb von viereinhalb Jahren besteht die Möglichkeit, die Staatliche Prüfung in der Gesundheits- und Krankenpflege und einen Bachelor-Abschluss zu erlangen. An all diesen Beispielen sieht man: Pflege hat Zukunft.

Allen Pflegenden an unserem Haus sei an dieser Stelle herzlich gedankt für den großen Einsatz, der in diesem Arbeitsfeld tagtäglich und rund um die Uhr geleistet wird.

**Ihnen allen wünsche ich alles Gute**



**Brigitte Angermann**  
Geschäftsführerin

- > Arbeitssicherheit - Ein wichtiger Tätigkeitsbereich in neuen Händen .....5
- > Umbaupläne - Das Klinikum will sich für die Zukunft rüsten .....6
- > Studie - Gesundheitsministerin Huml hat psychische Erkrankungen Jugendlicher untersuchen lassen .....10
- > Onkologie - Warum eine zweite ärztliche Meinung hilfreich sein kann .....12
- > Pflege - Ein Beruf mit großer Verantwortung und Vielfalt .....14
- > Neurochirurgie - Wann bei Bandscheibenvorfällen eine Operation sinnvoll scheint .....18
- > Vorsorge - Ein Plädoyer für die Darmspiegelung .....20
- > Schlaganfall - Das Klinikum betreibt Öffentlichkeitsarbeit .....21
- > Schlaflabor - Alles rund ums Thema Schlaf .....22
- > Frauenklinik - Die Rezertifizierung als „Babyfreundliches Krankenhaus“ ist geschafft .....27
- > Alkohol - Rund 100 Menschen in Kulmbach trinken sich pro Jahr ins Koma .....28
- > Boys' Day - Schüler erkunden den Pflegeberuf .....30
- > Hobbys - Guido Franke hat sein Herz an „Enten“ verloren .....32
- > Messebesuch - Das Klinikum wirbt in Erlangen um junge Ärzte .....34
- > Schwesternschaft - Ehrungen und Vorstandswahlen .....36
- > Rettungswache - Die Retter des BRK Kulmbach brauchen mehr Platz .....39
- > Diabetes - Das steckt hinter der Volkskrankheit .....42
- > Stoßwellentherapie - Eine alternative Behandlung kann viel Leid ersparen .....44
- > Berufsfachschule - Schüler auf Pilgerreise .....46
- > Berufsfachschule - Gelungene Präsentation im Oberland .....47
- > Personalforum - Neue Mitarbeiter, Jubiläen und Geburtstage .....50
- > Service - Wissenswertes rund um Klinikum und Fachklinik .....55



Sanitätshaus  
**Barkhofen**



*... für Ihre  
Mobilität  
geben wir  
unser  
Bestes!*

Webergasse 5 . 95326 Kulmbach . Telefon 0 92 21 / 47 85  
Telefax 0 92 21 / 94 76 69 . E-Mail: [sanitaetshausbarkhofen@t-online.de](mailto:sanitaetshausbarkhofen@t-online.de)  
[www.sanitaetshaus-barkhofen.de](http://www.sanitaetshaus-barkhofen.de)

Orthopädie-Technik

Reha-Technik

Brustprothetik

Kompressionstherapie

Bandagen

Schuheinlagen

Bequemschuhe

Elektromobile und Scooter

Treppenlifter

Senioren- und Pflegebedarf

Mutter- und Kindbedarf

Fitness und Wellness

Onlineshop

## „Unfälle müssen nicht sein“

Das Ingenieurbüro Kolter ist neuer externer Dienstleister für Arbeitssicherheit am Klinikum. Die Experten haben ein breites Aufgabengebiet.

Mit dem Büro „Kolter Ingenieure“ hat sich das Klinikum Kulmbach in Sachen Arbeitssicherheit neu aufgestellt. Zweimal wöchentlich sind der Sicherheitsingenieur und Geschäftsführer dieses Büros, Henning Kolter, oder Hans-Peter Zahner persönlich in Kulmbach, um dieses wichtige Arbeitsfeld abzudecken. Arbeitssicherheit sowie Sicherheits- und Gesundheitsschutzkoordination sind die Schwerpunkte von Henning Kolter und seinem Team. Eine optimale Grundlage für die Aufgaben, die das Ingenieurbüro nun am Klinikum übernommen hat.

Beheimatet ist der neue Beauftragte für Arbeitssicherheit in Litzendorf bei Bamberg. Henning Kolter versteht sich dabei als Partner des Klinikums, der das Haus bei der Konzeption und Umsetzung der sicherheitstechnischen und arbeitsmedizinischen Anforderungen unterstützt. „Wir wollen dabei nicht als ‚Sicherheitspolizisten‘ auftreten, sondern Berater sein, die gemeinsam mit dem Klinikum Problemstellungen analysiert und das Klinikum bei der Findung von Lösungsmöglichkeiten unterstützt“, sagt Henning Kolter.



Hans-Peter Zahner, Kolter Ingenieure

Der Arbeitssicherheit kommt in einem Klinikum große Bedeutung zu. Es gibt zahlreiche Vorschriften, die in der täglichen Praxis zu beachten sind und bewältigt werden müssen. Dafür wieder einen hoch qualifizierten externen Dienstleister ins Boot zu holen, nachdem der bislang tätige Experte auf diesem Gebiet in den Ruhestand gegangen war, lag auf der Hand, sagt Geschäftsführerin Brigitte Angermann.

Drei Bereiche decken Kolter und seine Kollegen am Klinikum Kulmbach ab: Den Arbeitssicherheitsschutz nach dem Arbeitssicherheitsgesetz als externe Fachkräfte für Arbeitssicherheit, die Prüfung von Elektrogeräten nach DGUV V3 und den Sicherheits- und Gesundheitsschutz für Baustellen. Aktuell betreut das Büro die Baustelle des Parkhauses. Dabei geht es um Absturzsicherung, die Prüfung von Arbeitsgeräten und die Koordination zwischen den Firmen, was die Sicherheit angeht. „Wenn oben auf dem Dach beispielsweise der Dachdecker Ziegeln auflegt, sollte unter ihm nicht gerade der Maler an der Fassade arbeiten“, erläutert Henning Kolter den Hintergrund.

Im Bereich der Arbeitssicherheit ist das Büro zum Schutz der Beschäftigten am Klinikum tätig. Große Bedeutung kommt da in einem Krankenhaus unter anderem dem Umgang mit Gefahrstoffen zu. Betriebsanweisungen werden erstellt und geprüft und natürlich schauen die Fachkräfte für Arbeitssicherheit auch die Schutzausrüstungen genau an und unterweisen die Beschäftigten, die persönliche Schutzausrüstungen zuverlässig und richtig zu



„Wenn oben auf dem Dach beispielsweise der Dachdecker Ziegeln auflegt, sollte unter ihm nicht gerade der Maler an der Fassade arbeiten.“

**Henning Kolter**  
**Kolter Ingenieure**

tragen. Die Zusammenarbeit mit dem Betriebsarzt, der Hygiene und auch dem Personalrat ist dabei sehr wichtig, erläutert Henning Kolter. Drei- bis viermal jährlich gibt es gemeinsame Sitzungen.

Für Henning Kolter ist es wichtig, das Ziel zu erreichen, dass Menschen sicherarbeiten können. „Es muss nicht sein, dass sich jemand unnötig verletzt“, betont er. Der Umgang mit allen Berufsgruppen, von der Geschäftsführung bis zur Servicekraft, macht Kolter Freude. „Es wird nie langweilig und jeden Tag gibt es neue Themen und Probleme, die es zu bearbeiten und zu lösen gilt.“

# Klinikum will 120 Millionen Euro investieren

Im Juli fällt die Entscheidung in München. Wenn das Kabinett zustimmt, wird sich das Klinikum Kulmbach in den kommenden acht Jahren gründlich verändern.



Buchstäblich große Pläne hat das Klinikum Kulmbach: Aus- und Umbauten für mehr als 120 Millionen Euro sollen dem Haus in den kommenden Jahren eine ganz neue Struktur geben und das Klinikum für die Zukunft rüsten. Kurz vor der Entscheidung im Kabinett hat sich jetzt Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml in Kulmbach nochmals mit den Einzelheiten der Planung vertraut gemacht. Das Foto zeigt (von links): Geschäftsführerin Brigitte Angermann, Landtagsabgeordneten Martin Schöffel, Landrat Klaus Peter Söllner, Landtagsabgeordneten Ludwig von Lerchenfeld, Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml, OB Henry Schramm und und Pflegedienstleiterin Franziska Schlegel. Foto: Melitta Burger

Mit großer Spannung erwarten die Verantwortlichen des Klinikums Kulmbach den Beschluss des Bayerischen Kabinetts, welche Projekte in den diesjährigen Krankenhausbedarfsplan aufgenommen werden. Im Juli wird die Entscheidung bekanntgegeben, ob das Klinikum Kulmbach die Genehmigung für ein Bauvorhaben von bisher nicht gekannter Größenordnung bekommen wird. Mehr als 120 Millionen Euro würde es kosten, das gesamte Klinikum gründlich um- und auszubauen und völlig neu zu strukturieren.

Die Genehmigung aus München vorausgesetzt, könnte mit den Vorarbeiten für den ersten von drei Bauabschnitten mit Kosten von knapp 42 Millionen Euro bereits in diesem Herbst begonnen werden. Wenn das gesamte Vorhaben realisiert werden kann, würden die Bauarbeiten rund acht Jahre dauern. Allein der erste Bauabschnitt würde zwei Jahre in Anspruch nehmen. Die Chancen für Kulmbach stehen gut. Gesundheitsministerin Melanie Huml hat sich kurz vor der endgültigen Entscheidung des Kabinetts jetzt noch einmal alle Ein-



*„Stillstand wäre Rückschritt. Es ist das Gebot der Stunde, die Chance zu nutzen und das Haus für die Zukunft tragfähig zu machen.“*

**Oberbürgermeister  
Henry Schramm**

zelheiten in Kulmbach erläutern lassen. Festlegen kann sich die Ministerin noch nicht. Ihr Kommentar allerdings lässt hoffen: „Ich habe einen sehr guten Eindruck von den in Kulmbach geplanten Maßnahmen gewinnen können“, sagte Huml zum Abschluss ihres Besuchs in Kulmbach und betonte, die Argumente, weshalb sich die Verantwortlichen für das Klinikum zu einer völligen Neuplanung entschlossen haben, seien gut und schlüssig.

Die Neuplanung ist in der Tat gewaltig. Am bestehenden Gebäude sollen nach Süden und auch nach Norden zwei Anbauten entstehen, die insgesamt wie eine liegende Acht aussehen werden. Dabei wird auch der bisherige Vorplatz am Haupteingang mit einbezogen. Dort soll später die Eingangshalle entstehen. Mit dem gewaltigen Bauprojekt werden mehrere Ziele verfolgt: Zum einen soll das gesamte Klinikum auf Zweibettzimmer-Standard umgestellt werden. Die Zeiten, in denen aufgrund der ausgesprochen hohen Belegung des Hauses bis zu vier Patienten ein Zimmer teilen müssen, hätten dann ein Ende. Als weiterer Vorteil wird gesehen, dass nach dem Umbau Stationen flexibel genutzt werden können. „Floating“ wird das genannt. Stationen sind dabei so aufgebaut, dass sie je nach Belegungen von der einen oder anderen Fachabteilung bedarfsgerecht genutzt werden können. Als weiteren Vorteil beschreibt es Geschäftsführerin Brigitte Angermann, dass nach dem Umbau die Wege im Klinikum deutlich kürzer werden. Das ist nicht nur für die Patienten deutlich angenehmer, sondern spart auch dem immer knapper werdenden Pflegepersonal viel Zeit. Nicht zuletzt könnte das

Klinikum dann auch die bereits genehmigten zusätzlichen 30 Betten tatsächlich nutzen und hätte in Kulmbach dann 480 Betten ständig zur Verfügung.

Landrat Klaus Peter Söllner freute sich, dass die Gesundheitsministerin auf Vermittlung der Landtagsabgeordneten Martin Schöffel und Ludwig von Lerchenfeld nun nochmals nach Kulmbach gekommen war. Söllner erinnerte daran, dass das Klinikum für seine inzwischen verworfene Planung im vergangenen Jahr schon mit fast 15 Millionen Euro in den Krankenhausbedarfsplan aufgenommen worden war. Die Planung habe man zum Jahreswechsel 2015 nochmals auf den Prüfstand gestellt und eine andere Lösung bevorzugt. „Damit können wir die Qualität noch mehr in den Mittelpunkt stellen“, zeigte sich Söllner überzeugt und betonte, wie wichtig es sei, den hohen Standard zu halten, den das Klinikum seit Jahren habe. In den kommenden Tagen werde über den Krankenhausbedarfsplan entschieden. „Da müssen wir drin sein“, bat Söllner die Ministerin.

Melanie Huml hatte sich nicht nur die Baupläne erläutern lassen, sondern sich auch den möglichen Bauplatz betrachtet. Es sei manchmal hilfreich, wenn man einen eigenen Eindruck habe und nicht nur am grünen Tisch entscheiden müsse. Das Klinikum Kulmbach weise aufgrund seiner Lage in einem steilen Hang Besonderheiten auf, die man besser erkennen könne, wenn man das Gelände selbst gesehen habe. OB Henry Schramm merkte an, man müsse sich auch vor Augen halten, was sich rund um Kulmbach in der oberfränkischen Krankenhauslandschaft tue. An vielen



„Damit können wir die Qualität noch mehr in den Mittelpunkt stellen.“

**Landrat  
Klaus Peter Söllner**

Standorten werde gebaut und modernisiert. „Stillstand wäre da ein Rückschritt. Es ist das Gebot der Stunde, die Chance zu nutzen und Situationen zu schaffen, die auch in der Zukunft tragfähig sind.“ Zweibett-Standard werde inzwischen von den meisten Patienten gefordert. „Wenn man das als einziges Haus in der Region nicht bietet, verliert man.“ 120 Millionen Euro seien ein stolzer Betrag, sagte Schramm. Aber das Geld würde in Kulmbach gut investiert. Am Klinikum ziehen laut Schramm alle an einem Strang: Der Zweckverband über alle Parteigrenzen hinweg, die Verwaltung, die Pflege und die Ärzteschaft.



## Vier Bettenebenen und flexible Stationen

Zwölf Stationen mit je 36 Betten sind vorgesehen, die je nach Bedarf verkleinert oder vergrößert werden können.

- › Vier Bettenebenen soll es, wenn die Umbaupläne für das Klinikum Kulmbach genehmigt werden, künftig am Haus geben, erläutert Geschäftsführerin Brigitte Angermann. Zwölf Stationen mit je 36 Betten sind vorgesehen, die je nach Bedarf verkleinert oder vergrößert werden und so individuell an den Bedarf der jeweiligen Fachrichtungen angepasst werden können.

Einmal mehr würden dann Fachabteilungen umziehen. Beispielsweise soll die Neurologie mit ihren Behandlungsräumen und den Patientenzimmern im zweiten Obergeschoss angesiedelt werden, die Endoskopie zieht in den dritten Stock und wird dann von den ebenfalls direkt angrenzenden Stationen der Gastroenterologie wie auch der Visceralchirurgie genutzt. „Wir werden danach

viel weniger Transportbewegungen haben“, erläutert dazu die Geschäftsführerin. Im Erdgeschoss soll der Vorplatz für die Eingangshalle genutzt werden. Laufwege sollen eine klare Ordnung erhalten und soweit es möglich ist, verkürzt werden. Die bereits genehmigten 30 zusätzlichen Betten könnten dann auch genutzt werden. Unter anderem sind auch zahlreiche Einzelzimmer geplant, beispielsweise 25 als Isolierzimmer und zwölf Einzelzimmer, die behindertengerecht ausgestattet sind.

Statt Drei- und Vierbettzimmern sollen künftig Zweibettzimmer Standard sein.

Die Genehmigung durch das Kabinett vorausgesetzt, könnten die Vorarbeiten bereits in diesem Herbst beginnen. Der erste Bauabschnitt des insgesamt 120 Millionen Euro teuren Projekts beläuft sich auf 41,9 Millionen Euro. Die weiteren Baumaßnahmen sollen dann in noch zwei weitere Bauabschnitte aufgeteilt werden.



„Nach dem Umbau werden die Wege im Klinikum deutlich kürzer werden. Das ist nicht nur für die Patienten deutlich angenehmer, sondern spart auch dem immer knapper werdenden Pflegepersonal viel Zeit.“

**Geschäftsführerin  
Brigitte Angermann**

### Lebenswichtige Informationen auf Knopfdruck

**Das Klinikum Kulmbach wurde für das Pilotprojekt „digitale Patientenakte“ ausgewählt.**

In einem medizinischen Notfall ist der schnell Zugriff auf Informationen möglicherweise lebensrettend. Wesentlich erleichtern kann den Zugriff auf wichtige Gesundheitsdaten die elektronische Patientenakte.

In ihr finden sich alle wichtigen Angaben, vor allem auch von sich verändernden Krankheitsbildern. Ohne modernste EDV geht in einem modernen Krankenhaus heute nichts mehr. Längst werden beispielsweise Röntgenaufnahmen digital erstellt und verwaltet. Die digitale Patientenakte ermöglicht es den behandelnden Ärzten, sofort per Knopfdruck auf eine lückenlose Dokumentation zugreifen zu können. Jeder ambulante oder stationäre Aufenthalt ist in dieser Akte vermerkt. Die digitale

Patientenakte sichert den behandelnden Ärzten, Schwestern und Pflegepersonal jederzeit alle relevanten Informationen. Und sie gewährleistet den Patienten die Gewissheit, dass im Notfall, wenn es vielleicht auf Minuten ankommt, keine Zeit verschwendet wird oder wesentliche Informationen, zum Beispiel Medikamentenunverträglichkeiten, nicht zugänglich sind. Das Klinikum Kulmbach beteiligt sich an einem Pilotprojekt, das die Einführung dieser wichtigen digitalen Grundlage für eine noch bessere Behandlung der Patienten zum Inhalt hat. Gesundheitsministerin Huml hat sich auch über diese Neuerung in Kulmbach informieren lassen und einen sehr positiven Eindruck mit nach München nehmen können.

# Grundsätze für die Krankenhausplanung

Rund 500 Millionen Euro im Jahr gibt der Freistaat Bayern für die Entwicklung seiner Krankenhäuser aus.

Die Krankenhausplanung legt die Standorte und die stationären Leistungsangebote der Krankenhäuser fest. Die Länder sind gesetzlich verpflichtet, Krankenhauspläne aufzustellen, um eine bedarfsgerechte Versorgung der Bevölkerung mit leistungsfähigen, eigenverantwortlich wirtschaftenden Krankenhäusern zu gewährleisten und zu sozial tragbaren Pflegesätzen beizutragen. 500 Millionen Euro gibt der Freistaat Bayern laut Gesundheitsministerin Melanie Huml Jahr für Jahr aus, um seine Krankenhäuser fortzuentwickeln und wichtige Investitionen zu fördern.

Die Krankenhausträger haben mit diesem Instrument größtmögliche Sicherheit. Ist ein Projekt erst einmal in den Krankenhausbedarfsplan aufgenommen, ist der Mittelfluss auch garantiert. Diese konsequenten baulichen Investitionen belegen den besonderen Stellenwert, den der Freistaat einer qualitativ hochwertigen Krankenhausversorgung beimisst, betont das Gesundheitsministerium. Den Patientinnen und Patienten sollen auch in Zukunft flächendeckend gut erreichbare und medizinisch leistungsfähige Einrichtungen zur Verfügung stehen, heißt es.

Das Bayerische Staatsministerium für Umwelt und Gesundheit stellt unter Mitwirkung des Bayerischen Krankenhausplanungsausschusses den Krankenhausplan für den Freistaat Bayern auf. Dieser stellt die für die bedarfsgerechte Versorgung erforderlichen Krankenhäuser nach Standort, Bettenzahl, Fachrichtung und Versorgungsstufe dar. Das

Gesundheitswesen zeichnet sich durch einen raschen Wandel aus. Um in allen Regionen Bayerns eine leistungsfähige und zeitgemäße Krankenhausversorgung gewährleisten zu können, sind kontinuierliche Investitionen in Gebäude und Ausstattung der Kliniken erforderlich, heißt es dazu im Gesundheitsministerium. Der Freistaat fördert die dazu notwendigen Investitionsmaßnahmen über das Jahreskrankenhausbauprogramm. Ministerin Huml, selbst von Beruf Ärztin, sagt, warum das so wichtig ist: „Zeitgemäße Standards in den Kliniken erfordern konsequente Investitionen. Deshalb ist es ein zentrales Anliegen bayerischer Gesundheitspolitik, die Krankenhausträger dabei durch konsequente Förderung zu unterstützen.“

## Lob für das Kulmbacher Stipendiatenprogramm

Lob gab es aus dem Mund der Ministerin für das Programm, mit dem das Klinikum Kulmbach nun schon seit Jahren angehende Mediziner während ihres Studiums finanziell unterstützt. Es sei wichtig, junge Ärzte schon frühzeitig zu interessieren und auch zu binden, betonte Melanie Huml, nachdem sie sich über den aktuellen Stand des Programms informieren ließ. Mehr als 30 Ärzte könne das Klinikum Kulmbach so in den kommenden Jahren neu an sein Haus holen, die ersten Ärzte haben ihren Dienst bereits angetreten. Eine gute Sache, fand Melanie Huml.



„Ich habe einen sehr guten Eindruck von den in Kulmbach geplanten Maßnahmen gewinnen können.“

**Gesundheitsministerin  
Melanie Huml**

Der Krankenhausplan wird jährlich fortgeschrieben. Dabei ist es - nicht zuletzt wegen des rasanten und unaufhaltsamen medizinisch-technischen Fortschritts - schwierig, langfristige Aussagen zu treffen. Nach derzeitigen Erfahrungen ist mit einer Entwicklung zu rechnen, die einerseits ständig neue, zusätzliche und meist aufwendige Behandlungsarten ermöglicht, was den Bedarf an stationären Krankenhausleistungen steigert, während andererseits Leistungsbereiche zunehmend auch ambulant erbracht werden können, erklärt das bayerische Gesundheitsministerium.

# „Psychische Krankheiten dürfen kein Tabu sein“

Studie

Gesundheitsministerin Huml stellt den Bericht zur psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen in Bayern vor.



Gesundheitsministerin Huml dankte Ski-Ass Viktoria Rebensburg für die Unterstützung der Schwerpunktkampagne.

Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml hat in München den ersten Bericht zur psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen im Freistaat vorgestellt. In dem bundesweit einzigartigen Bericht werden die häufigsten Krankheitsbilder unter die Lupe genommen und zahlreiche Daten aus unterschiedlichen Quellen gebündelt. Enthalten sind auch Informationen zu den wohnortnahen Angeboten zur Beratung und Betreuung für psychisch kranke Kinder und Jugendliche. Der Bericht widmet sich zudem bestimmten Risikogruppen, die besondere Hilfe benötigen.

Huml betonte: „Wir haben jetzt eine umfassende Informationsgrundlage zur psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Bayern. Das ist auch unser Schwerpunktthema in diesem Jahr. Ich möchte darauf hinwirken, dass die Betroffenen frühzeitig Hilfe finden. Deshalb dürfen psychische Krankheiten kein Tabu sein.“

Die Ministerin fügte hinzu: „Ich freue mich, dass uns Viktoria Rebensburg bei unserer Schwerpunktkampagne unterstützt. Sie kann als erfolgreicher und engagierter Ski-Star viel Aufmerksamkeit für dieses wichtige Thema erzielen. Für

diesen Einsatz danke ich sehr herzlich!“ Rebensburg unterstrich bei der gemeinsamen Pressekonferenz: „Auch im Sport gilt es, psychisch stark zu sein, weil Training und Wettkämpfe viel Disziplin, Willen und Durchhaltevermögen erfordern. Ich hatte das Glück, dass meine Eltern und meine Trainer mich gefördert haben – ganz ohne Druck. So eine Unterstützung ist besonders bei Kindern und Jugendlichen wichtig. Mir hat sie Sicherheit gegeben, mich zusätzlich motiviert und mir geholfen dranzubleiben – auch wenn es mal nicht optimal gelaufen ist.“ Der neue Bericht zeigt unter anderem, dass die Zahl der Behandlungen auf-



grund psychischer Störungen in den vergangenen Jahren stark zugenommen hat. Huml erläuterte: „Das liegt zum Teil sicher daran, dass die gesellschaftliche Aufmerksamkeit für dieses Thema deutlich gestiegen ist und auch die Behandlungsangebote ausgeweitet werden konnten. Das ist positiv, weil es dabei hilft, psychische Erkrankungen weiter zu entstigmatisieren. Allerdings wird in der Öffentlichkeit oft sehr emotional darüber diskutiert, wo entwicklungsgerechtes Verhalten endet und eine psychische Störung beginnt. Unser Bericht soll auch zur Versachlichung der Debatte beitragen.“

Huml verwies darauf, dass das Bayerische Gesundheitsministerium in diesem Bereich bereits seit längerer Zeit aktiv

ist. So werden Modellprojekte zur Behandlung von Depressionen im Kinder- und Jugendalter oder zur Verbesserung der Vernetzung zwischen Jugend- und Suchthilfe gefördert. Die Ministerin fügte hinzu: „Wir unterstützen zudem Fachärzte und Psychotherapeuten bei der Niederlassung im ländlichen Raum. Ferner wollen wir die vorgezogene Schuleingangsuntersuchung flächendeckend in ganz Bayern einführen. Klar ist: Was wir heute gemeinsam für die Gesundheit unserer Kinder und Jugendlichen erreichen, ist die beste Investition in die Gesellschaft von morgen!“

Der Bericht beinhaltet unter anderem Daten der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB). Demzufolge lag im zweiten Halbjahr 2014 für etwa 470.000 Kinder und Jugendliche im Freistaat die Diagnose einer psychischen Störung vor - dazu zählen auch Entwicklungsstörungen. Das ist rund ein Viertel aller Kinder und Jugendlichen in Bayern. Die Daten gelten für die circa 90 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Bayern, die in der Gesetzlichen Krankenversicherung sind.

Bei den Klein- und Vorschulkindern sind Entwicklungsstörungen die häufigste Diagnose. Im Alter zwischen 7 und 14 Jahren gewinnen Verhaltensstörungen und emotionale Störungen an Bedeutung. Hier macht die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) gut die Hälfte der Diagnosen aus. Im Alter zwischen 15 und einschließlich 17 Jahren kommen auch Depressionen hinzu.

Erfreulich ist die Entwicklung beim Alkohol- und Tabakkonsum. So geht die Zahl der Krankenhauseinweisungen infolge von Alkoholvergiftungen bei Jugendlichen in Bayern zurück. Außerdem hat der Anteil der jugendlichen Raucher im Alter von 12 bis 17 Jahren nach Erhebungen der BZgA mit 9,6 Prozent im Jahr 2015 den niedrigsten Wert seit Beginn der Erhebungen Ende der 1970er-Jahre erreicht.

Der Bericht ist im Internet zu finden unter: [www.aktiv-schauen.de](http://www.aktiv-schauen.de)



„Was wir heute gemeinsam für die Gesundheit unserer Kinder und Jugendlichen erreichen, ist die beste Investition in die Gesellschaft von morgen!“

**Gesundheitsministerin  
Melanie Huml**

## Zweite Meinung für mehr Sicherheit

Wer an Krebs erkrankt, empfindet oft Angst.

Sich mit einem zweiten Arzt über Befund und Therapie zu unterhalten, gibt vielen Patienten Halt. Doch es gibt einiges zu beachten, wenn es gut sein soll.



Krebs ist für alle Menschen erst einmal eine niederschmetternde Diagnose. Vielen hilft es, wenn sie sich eine zweite ärztliche Meinung einholen.

Wer sich mit der Tatsache befassen muss, an Krebs erkrankt zu sein, durchlebt schlimmste Momente der Angst und Verunsicherung. Noch eine zweite ärztliche Meinung gehört zu haben, hilft in vielen Fällen, sich besser zu orientieren und Sicherheit zurückzugewinnen. Leitender Oberarzt Dr. Wolfgang März, Onkologe am Klinikum Kulmbach, kennt die Not der Menschen. Dr. März wird selbst regelmäßig um eine Zweitmeinung gebeten und auch er selbst empfiehlt Patienten in bestimmten Situationen eine weitere Beratung. „Jeder Onkologe begrüßt es, wenn Therapievorschläge durch eine zweite Meinung unterstützt werden, z. B. wenn Ermessensspielräume bezüglich mehrerer Therapieoptionen vorliegen und der Patient nach einer umfassenden Erstberatung noch nicht ganz sicher ist, welchen Weg er

einschlagen soll. Da ist es durchaus eine gute Möglichkeit, wenn mehrere Fachkundige Vorschläge unterbreiten bzw. Entscheidungshilfe geben.“, erläutert der erfahrene Onkologe.

Auch wenn Patienten beispielsweise mit einem Therapievorschlag nicht einverstanden sind, einen vorgeschlagenen Weg kritisch sehen oder selbst nach einer erweiterten Beratung fragen, hält Dr. März es für wichtig, als behandelnder Arzt das Einholen einer Zweitmeinung aktiv zu unterstützen. „Ich helfe dann auch selbst mit Informationen weiter, wo ausgewiesene Experten sitzen und empfehle in solchen Fällen, nationale Experten aufzusuchen, z.B. das Team der Sarkomchirurgie der Universitätsmedizin Mannheim oder das Pankreaszentrum der Uniklinik Heidelberg.“

Diese zweite Meinung wird umso wichtiger, je schwerwiegender die Diagnose ist, sagt Dr. März. Wenn Krebs in einem Frühstadium festgestellt wurde, ist sehr häufig eine Heilung erreichbar. Die dafür erforderlichen Therapieelemente sind längst standardisiert bzw. in Leitlinien formuliert, weiß Dr. März. Das heißt nichts anderes, als dass in solchen Fällen die zweite Meinung, wenn sie denn überhaupt eingeholt wird, eher der Bestärkung des Patienten dient, den optimalen standardisierten Behandlungsweg zu gehen. Anders sieht es bei fortgeschrittenen Krebserkrankungen aus, bei denen man von einem nicht mehr heilbaren Stadium ausgehen muss. „Da gibt es diverse mehr oder weniger abgesicherte Verfahren, die eingesetzt werden können.“

„Auch auf mich selbst kommen immer wieder Patienten zu, die mich nach einer Bewertung ihrer Diagnose und der vorgeschlagenen Therapie fragen“, berichtet der Kulmbacher Onkologe und



Bei Tumorerkrankungen gilt es, jeden Patienten ganz individuell zu betrachten.



**Für die Behandlung von Krebserkrankungen gibt es international festgelegte Standards.**

unterstützt das Anliegen gerade der Patienten, die mit einer schwerwiegenden Diagnose für sich selbst größtmögliche Sicherheit verwirklichen wollen: „Das ist längst ein gängiges Verfahren, das auch dazu beitragen kann, dass ein Patient Sicherheit gewinnt und mit seiner Krankheit besser umgehen lernt.“ Für Dr. März ist daher klar: „Jeder Patient sollte bei Bedarf die Option haben, einen zweiten Facharzt aufzusuchen und sich beraten zu lassen.“

Jedes Jahr erkranken allein in Bayern rund 68 000 Menschen an Krebs. Um Patienten in dieser schwierigen Situation zu unterstützen, bietet die AOK jetzt eine erweiterte ärztliche onkologische Zweitmeinung. Betroffene Versicherte der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach können sich kostenlos bei der Universitätsklinik in Erlangen beraten lassen. Das Angebot für eine ärztliche Zweitmeinung gilt für viele bösartige Tumorerkrankungen mit Ausnahme von Augentumoren. Eine entsprechende Kooperation hat die AOK Bayern mit dem Universitätsklinikum in Erlangen vor Kurzem geschlossen. „Damit geben wir

Patienten eine zusätzliche Orientierungshilfe - und ein Stück mehr Sicherheit bei der Entscheidung“, sagt Klaus Knorr, Direktor der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach. Sogar eine Hotline (0800/88 100 81) hat die AOK dafür geschaltet. Die Hotline ist Montag bis Freitag von 8 bis 12 Uhr und am Mittwoch von 12 bis 17 Uhr zu erreichen. Krebspatienten, die diese Nummer wählen, erfahren unter anderem, welche Befunde sie einreichen müssen, teilt die Krankenkasse mit und informiert, dass ein persönliches Erscheinen in der Universitätsklinik nicht zwingend notwendig sei. Der Versicherte muss auch keine Überweisung oder Einweisung durch den Hausarzt vorlegen. Jede Woche findet in der Uniklinik in Erlangen mindestens einmal eine Tumorkonferenz statt. Dort prüfen Mediziner aus verschiedenen Fachrichtungen die Behandlungsmöglichkeiten. Die Patienten erhalten innerhalb von drei Werktagen nach der Konferenz die schriftliche Zweitmeinung, teilt die AOK mit. Diese könne die Behandlungsempfehlung bestätigen oder eine Alternative aufzeigen.

„Auch am Klinikum Kulmbach findet übrigens wöchentlich eine Tumorkonferenz zur interdisziplinären Therapieplanung statt“, bemerkt Dr. März.

Wenn eine konstruktive zweite Meinung gesucht wird, rät Dr. März den Patienten, sich nach Möglichkeit nicht auf eine schriftlichen oder fernmündlichen Dialog zu beschränken, sondern stets direkt einen geeigneten Experten aufzusuchen. Der Grund liegt auf der Hand: „Wenn der wirklich bestmögliche Weg erarbeitet werden soll, dann ist es zur Vorbereitung einer fundierten Beurteilung wichtig, den Patienten auch wirklich vor sich zu haben und umfassend mit seinem Anliegen zu Wort kommen zu lassen: Das kann man nach Aktenlage nicht wirklich beurteilen. Dazu muss man den Patienten sehen.“

## Das rät die Krebsgesellschaft

Es gibt eine ganze Reihe von Möglichkeiten, wie sich ein Krebspatient größtmögliche Sicherheit über seine Diagnose und auch die angebotene Therapie verschaffen kann, sagt die Deutsche Krebsgesellschaft.

Bereits im Jahr 2003 sei in der „Charta der Patientenrechte“ festgeschrieben worden, dass jeder Patient das Recht auf eine ärztliche Zweitmeinung hat. Eine klare Definition, was eine „ärztliche Zweitmeinung“ genau beinhaltet, gibt es allerdings nicht, stellen die Experten fest. Das angebotene Spektrum reichte von Expertenkonsilen, an die sich der behandelnde Arzt selbst wenden kann über Angebote von zertifizierten onkologischen Zentren bis hin zu kommerziellen Anbietern oder „Zweitmeinungshotlines“ bei den Krankenkassen.

Aus Sicht der Deutschen Krebsgesellschaft erfüllen allerdings viele dieser Angebote nicht die Anforderungen an eine qualifizierte ärztliche Zweitmeinung.

Wenn bei einem Patienten trotz qualifizierter Erstmeinung noch Unsicherheiten blieben, sei es wichtig sicherzustellen, dass Befunde vollständig erfasst und auf ihre sinnvolle Zusammenstellung überprüft und auch eventuell durch eine neue Diagnostik ergänzt werden. Darüber hinaus sei es essentiell, dass der Facharzt den Patienten kenne und auch dessen individuelle Situation einschätzen könne.

# Pflegekräfte sind tragende Säule der Gesundheitsversorgung

Pflege

Der Internationale Tag der Pflege wird jährlich am 12. Mai begangen. Der Tag erinnert an den Geburtstag der britischen Krankenpflegerin und Pionierin der modernen Krankenpflege, Florence Nightingale. Er macht aber auch deutlich, wie wichtig die Pflegeberufe für die gesamte Gesellschaft sind.



Pflege kranker Menschen muss fachlich und menschlich auf höchstem Niveau erfolgen. Das wissen die Betroffenen zu schätzen und sprechen den Pflegenden großes Vertrauen aus.

Unsere Pflegekräfte setzen sich in Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen und bei der Pflege zu Hause tagtäglich unermüdlich für Menschen ein, die Hilfe benötigen. Pflegerinnen und Pfleger sind eine tragende Säule unserer Gesundheitsversorgung. Dafür verdienen sie Anerkennung und Dank, sagt Bundesgesundheitsminister Hermann Gröhe.

Der Patientenbeauftragte und Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung, Staatssekretär Karl-Josef Laumann betont ebenfalls: „Die Pflege ist ein anspruchsvoller und komplexer Beruf. Unsere Pflegekräfte verfügen über ein hohes Maß an fachlicher Kompetenz und Professionalität. Gleichzeitig braucht es viel Empathie, um Patienten und Pflegebedürftige ihren Bedürfnissen entsprechend zu versorgen.“ Laumann ist voller Respekt für die Angehörigen dieses Berufsstands und wür-

digt den „Tag der Pflege“ als eine wichtige Einrichtung: „Pflege ist unverzichtbar und gewinnt angesichts der demographischen Veränderungen noch mehr Gewicht für die gesamte Gesellschaft.“ Auch am Klinikum Kulmbach würde ohne die vielen Fachkräfte in der Pflege in allen Bereichen nichts vorwärtsgen. Der großen Bedeutung dieser Berufsgruppe sind sich alle Verantwortlichen des Hauses bewusst. Wer sich für einen Beruf in der Pflege entscheidet, findet nicht nur eine sehr vielseitige und verantwortungsvolle Aufgabe. Menschen mit qualifizierten Ausbildungen in diesem Bereich dürfen auch auf eine sichere Beschäftigung vertrauen, denn Pflegekräfte werden in einem Krankenhaus an vielen Stellen gebraucht.

Pflegedienstleiterin Franziska Schlegel würde sich nach vielen Jahren in ihrem Beruf auch heute wieder für die Pflege

entscheiden. 1973 hat sie ihre Ausbildung begonnen, weil sie medizinerorientiert arbeiten wollte. Dabei wäre Franziska Schlegel damals durchaus auch das Medizinstudium offen gestanden. Aber Franziska Schlegel sagt, sie habe während ihrer Ausbildung sehr schnell erkannt, wie wichtig die Pflege ist und wie viel Verantwortung damit verbunden ist: „Die Pflegekräfte führen weitgehend die Regie für den Patienten, sie sind sein Anwalt, ihnen obliegt die Krankenüberwachung. Sie entscheiden beispielsweise als Pflegenden, ob sie den Arzt verständigen. Das ist eine immense Verantwortung, bringt aber auch eine große Erfüllung mit sich.“ Die Pflegekräfte sind nach Franziska Schlegels Überzeugung diejenigen, die den Patienten am nächsten seien. Das habe sie von der Richtigkeit ihrer Berufsentscheidung überzeugt. >



„Die Beschäftigten aus der Pflege sind diejenigen, die den Patienten am nächsten sind.“

**Pflegedienstleiterin  
Franziska Schlegel**

## Pflege ist vielseitig und sehr verantwortungsvoll

Ohne die Pflege könnte ein Krankenhaus nicht funktionieren. Es gibt kaum einen Bereich, in dem Pflegerinnen und Pfleger nicht gebraucht werden: Das Pflegepersonal stellt sicher, dass Patienten rund um die Uhr sachgerecht und mit viel menschlicher Zuwendung versorgt und betreut werden. Die Gesundheits- und Krankenpfleger und -pflegerinnen sind es, die Patienten sehr maßgeblich unterstützen. Dafür müssen die Pfleger nicht nur fachlich hoch qualifiziert sein, sondern auch über hohe soziale Kompetenz verfügen und der hohen Anforderung an die Verantwortung gerecht werden, die sie tragen.

In allen Pflege- und Funktionsbereichen eines Krankenhauses ist die Anwesenheit von Pflegepersonal rund um die Uhr selbstverständlich. Wer sich für die Pflege entscheidet, wird gebraucht und findet Anerkennung. Natürlich steht die bestmögliche Pflege, Versorgung und Begleitung des Patienten rund um die Uhr nach aktuellen pflegewissenschaftlichen und medizinischen Erkenntnissen im Vordergrund. Aber das ist längst nicht alles, was diesen überaus vielseitigen Beruf ausmacht: Schon im Ausbildungsziel ist festgelegt, das den angehenden Pflegekräften der allgemein anerkannte Stand pflegewissenschaftlicher, medizinischer und weiterer bezugswissenschaftlicher Erkenntnisse vermittelt werden soll. Fachliche, personale, soziale und methodische Kompetenzen zur verantwortlichen Mitwirkung insbesondere bei der Heilung, Erkennung und Verhütung von Krankheiten gehören ebenfalls dazu.

Pflegekräfte beraten Patienten und ihre Angehörige in der Verarbeitung ihrer Krankheit, zeigen ihnen, wie sie sich nach ihrer Entlassung gegebenenfalls selbst versorgen können, unterstützen sie dabei, sich gesund-

heitsfördernd zu verhalten und zeigen gesundheitsschädigende Faktoren auf. Menschliche Zuwendung ist in der Pflege unverzichtbar. Auch die sehr verantwortungsvolle Betreuung und Begleitung schwerstkranker und sterbender Patienten ist ein Teil der Aufgaben, die Pflegepersonal leistet. Die Ausbildung für die Pflege befähigt die Mitarbeiter zu vielen eigenverantwortlichen Tätigkeiten: Die Feststellung des Pflegebedarfs, die Planung, Organisation und Dokumentation der Pflege gehört ebenso dazu wie die Sicherung und Entwicklung der Qualität der Pflege. Auch die Einleitung lebenserhaltender Sofortmaßnahmen bis zum Eintreffen eines Arztes müssen Pflegekräfte beherrschen. Zu ihren täglichen Tätigkeiten gehört es, eigenständig ärztlich veranlasste Maßnahmen umzusetzen und in der medizinischen Diagnostik, Therapie oder Rehabilitation mitzuwirken. Dabei ist auch die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen unabdingbar. Nicht zuletzt ist es für Pflegekräfte auch wichtig, zu wissen, wie sie sich in Krisen- und Katastrophensituationen zu verhalten haben.

Der Pflegedienst ist die größte Berufsgruppe im Klinikum und ist sowohl im stationären Bereich wie auch im Funktionsdienst tätig. Auf den Stationen sind die Schwestern und Pfleger zuständig für professionelle Pflege- und Behandlungsmaßnahmen. Im Operations-, Anästhesie-, Endoskopie- und EKG-Bereich sichern sie die sach- und fachgerechte Assistenz bei operativen Eingriffen, in der Diagnostik und Therapie. Die praktische Ausbildung der Gesundheits- und Krankenpflegeschüler/innen liegt ebenfalls in den Händen des Pflegedienstes. In Kulmbach betreibt die Schwesternschaft Nürnberg des BRK in enger Kooperation mit dem Klinikum die Berufsfachschule.



Wie wichtig Pflege ist, wird auch in der Gesellschaft erkannt und gewürdigt. Die große Mehrheit der Bevölkerung (95 Prozent) hält den Pflegeberuf für einen fachlich anspruchsvollen Beruf mit Zukunft, 98 Prozent sind der Meinung, dass Pflegenden mehr Anerkennung für ihre Arbeit erhalten sollten. Das ist das Ergebnis einer vom Bundesgesundheitsministerium in Auftrag gegebenen repräsentativen Umfrage von Infratest dimap 2016. Nach einer Umfrage von Forsa landeten Angehörige der Pflegeberufe nach Feuerwehrleuten und Rettungssanitätern auf Rang 3 der am höchsten anerkannten Berufe. Zum Vergleich: Richter kamen auf Rang 14, Lehrer auf Rang 11.





Mit insgesamt mehr als 137.000 Auszubildenden in der Krankenpflege (64.022), Kinderkrankenpflege (6928) und Altenpflege (66.285) gab es auch im Schuljahr 2014/2015 deutschlandweit einen Ausbildungsrekord. Trotzdem besteht weiter ein Mangel in diesem wichtigen und krisensicheren Bereich des Gesundheitswesens, der qualifizierten Kräften zahlreiche unterschiedliche Einsatzgebiete und Berufe mit vielfältigen Aufstiegschancen bietet.

Franziska Schlegel ist als Pflegedienstleiterin fest eingebunden in die verschiedenen Projekte zur Personalentwicklung, die angesichts der Bedeutung der Pflegeberufe am Klinikum Kulmbach natürlich bereits seit langem betrieben wird. „Wir brauchen Lösungen, wie wir uns künftig aufstellen und wie wir uns die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sichern, die wir auch in Zukunft brauchen, um kranke Menschen bestmöglich versorgen zu können“, betont Schlegel.

## Zahlreiche Karrierechancen

Mit einem Examen als Gesundheits- und Krankenpflegerin oder -pfleger stehen den Beschäftigten zahlreiche Karrierechancen zur Verfügung. Kaum ein Berufsbild bietet so viele Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten wie die Pflege. Nahezu alle enden mit einer staatlichen Prüfung und berechtigen zum Führen einer neuen Berufsbezeichnung.

Viele examinierte Pflegekräfte entscheiden sich nach ihrer ersten Ausbildung, sich zusätzlich als Fachgesundheitspflegerin oder -pfleger zu qualifizieren. Die Auswahl ist groß: Fachpflegekräfte gibt es unter anderem in der Anästhesie und Intensivmedizin, in der Endoskopie und im Operationsdienst, in der Geriatrie, der Nephrologie, der Kinderkrankenpflege, der Palliativ- und Hospizpflege, der onkologischen oder auch psychiatrischen Pflege. Aufstiegschancen sind beispielsweise zur Stationsleitung möglich. Dafür bietet sich die Weiterbildung zur Fachkraft zur Leitung einer Pflege- und Funktionseinheit an.

Längst schon werden Studiengänge, auch als duale Ausbildungen, in diesem Berufsfeld angeboten: Unter anderem gibt es den Fachwirt im Gesundheits- und Sozialwesen, wer sich für eine Karriere in der Pflegedienstleitung interessiert, kann sich in Deutschland gleich unter mehreren Studiengängen entscheiden: Pflegemanagement, Pflegepädagogik oder auch Pflegewissenschaft sind als Bachelor- oder Masterstudiengänge unter anderem im Angebot. Dabei ist auch ein Fernstudium möglich. Es gibt sowohl die Möglichkeit, an einer Universität zu studieren wie auch an einer Fachhochschule. Ein beliebter Abschluss ist beispielsweise der Fachwirt im Gesundheits- und Sozialwesen (IHK) oder auch der Fachwirt in der Alten- und Krankenpflege. Damit ist die Bandbreite noch längst nicht ausgeschöpft: Hygienefachkräfte haben ebenso interessante Tätigkeitsfelder in einem Klinikbetrieb wie Lehrer für Krankenpflege. Qualitätsbeauftragte werden in allen Klinikbereichen gebraucht. Eine Ausbildung in der Pflege ist alles andere als eine Einbahnstraße.

## „Weil ich gerne Menschen helfen will“

Die Ausbildung an der Berufsfachschule für Krankenpflege der Schwesternschaft Nürnberg vom BRK e. V. am Klinikum Kulmbach ist ebenso anspruchsvoll wie vielfältig.

„Weil ich gerne Menschen helfen will“, ist einer der meisten genannten Gründe, weshalb sich junge Menschen für den Beruf der Gesundheits- und Krankenpflege an unserer Berufsfachschule bewerben. Und tatsächlich, die Krankenpflege ist ein Beruf, in dem man Menschen in vielfältigster Hinsicht unmittelbar helfen kann. Dabei geht es nicht darum, irgendwie zu helfen, im Krankheitsfall bedarf es professioneller Hilfe von Menschen, die ihren Beruf gelernt haben.



Kreative Arbeit mit verschiedenen Medien gehört auch dazu.



## Rückenbeschwerden individuell behandeln

An der Klinik für Neurochirurgie und Wirbelsäulenchirurgie des Klinikums Kulmbach arbeiten die Operateure mit modernster Technik. Mehrere hundert Menschen werden pro Jahr in Kulmbach an der Wirbelsäule operiert.



Auf Operationen an der Bandscheibe sind die Kulmbacher Neurochirurgen spezialisiert. Dr. Arek Kosmala und seine Kollegen genießen dabei einen sehr guten Ruf. Sogar aus dem Ausland kommen deswegen immer wieder Patienten ins Klinikum.

Rund 40 Prozent aller Menschen aller Altersstufen leiden unter Rückenschmerzen. Diese Beschwerden stellen nach den Atemwegsinfektionen die zweithäufigste Ursache für einen Arztbesuch dar. Rückenschmerzen werden ausgelöst durch verschleißbedingte Wirbelsäulenerkrankungen, Übergewicht, Bewegungsarmut, Fehlbelastungen und metabolische Erkrankungen. Das Hauptaugenmerk muss daher zunächst der genauen Abklärung der Ursache gelten, bevor dann eine individuell auf den jeweiligen Patienten abgestimmte Therapie gefunden werden kann.

Die Klinik für Neurochirurgie und Wirbelsäulenchirurgie am Klinikum Kulmbach verfügt über zahlreiche diagnostische und therapeutische Möglichkeiten. „Wir bieten unseren Patienten verschiedene minimal-invasive Therapien ebenso an wie offene Standardoperationen bis hin zu Bandscheibenendoprothetik, Wirbelkörperersatz, Versteifung von Wirbelsäulenabschnitten zusätzlich modernste Technik und speziell für die Neuro- und Wirbelsäulenchirurgie ausgestatteten Operationssälen“, erklärt Leitender Arzt Dr. Arek Kosmala. Er betont: „Unser Ziel ist es dabei für jeden Patienten die am wenigsten inva-

sive, jedoch Erfolg versprechende Behandlung zu finden.“

Die Verengung des Spinalkanals sowie die Instabilität der Wirbelsäule bilden den Schwerpunkt der wirbelsäulenchirurgischen Behandlung. Dabei kommen am Klinikum Kulmbach die modernsten Operationstechniken zum Einsatz: Minimal-invasive Zugänge, spezielle Implantationstechniken sowie neuartige Implantate. Darüber arbeitet das Team der Neurochirurgie mit bewegungserhaltenden, nicht versteifenden chirurgischen Maßnahmen, wie Bandscheibenendoprothetik, im zervikalen (Halswir-

belsäule) Wirbelsäulenabschnitt, seltener auch an der lumbalen Wirbelsäule. „Verfahren wie Kyphoplastik, endoskopische Bandscheibenchirurgie sind in unserer Klinik Routine. Offene Operationen an der Wirbelsäule erfolgen, falls notwendig, unter hochauflösender mikroskopischer Sicht“, erläutert Dr. Kosmala. Einen weiteren Schwerpunkt bilden die stabilisierenden Operationen an der Wirbelsäule, wobei die Implantate vorzugsweise minimal-invasiv und

gewebeschonend gesetzt werden können.

Bereits seit Jahren wird im OP-Saal der Neurochirurgie hochmoderne Technik eingesetzt: Ein Durchleuchtungsgerät der neuesten Generation, ein sogenannter O-Arm, macht es den Chirurgen möglich, mit höchster Präzision zu arbeiten und dadurch größtmögliche Sicherheit für den Patienten zu gewährleisten. Die Operateure können mit Hilfe

einer exakten Navigationsunterstützung ihr Operationsziel genauestens ansteuern und unmittelbar kontrollieren, ob die Implantate exakt sitzen.

Keineswegs bei allen Patienten, die unter Rückenbeschwerden leiden, ist eine operative Behandlung notwendig. Deswegen erfolgen wirbelsäulenchirurgische Behandlungen in der Regel nach einem Stufenkonzept, das der neurologischen Symptomatik, dem Alter des Patienten sowie dem Ergebnis der bildgebenden Diagnostik angepasst ist. Im Klinikum Kulmbach stehen dafür Kernspin- sowie Computertomografie, Myelografie und Szintigrafie und auch ein sogenanntes PET-CT zur Verfügung.



Der O-Arm ist ein medizinisches Hightech-Gerät, das in der Neurochirurgie sehr oft zum Einsatz kommt.

### Sprechstunden

Die Klinik für Neurochirurgie am Klinikum Kulmbach bietet eine ambulante Sprechstunde an, die Leitender Arzt Dr. Arek Kosmala hält.

Termine werden mit dem Sekretariat der Klinik unter den Telefonnummern 09221/98-7161 oder -1771 vereinbart.



# „Auslösende Momente nicht zum Zug kommen lassen“

Leitender Arzt Dr. Arek Kosmala im Gespräch über ein „Volksleiden, den Bandscheibenvorfall.

**Herr Dr. Kosmala, Bandscheibenvorfälle quälen eine Vielzahl von Menschen. Oft heißt es, die Ursache sei schwere Arbeit. Trifft das zu?**

Schwere körperliche Belastung trägt nur zum Teil zur Entstehung von Rückenbeschwerden bei. Das haben Untersuchungen ergeben. Viel wesentlicher wirken sich genetisch bedingte Ursachen bei der Grundsteinlegung von Rückenproblemen aus, die dann im erwachsenen Alter zu Tage treten. Übrigens: Die Alterung unserer Wirbelsäule beginnt schon sehr früh. Kinder und Jugendliche, die unter Rückenbeschwerden leiden, sind leider keine Seltenheit.

**Wie kommt es dann, dass gerade schwer arbeitende Menschen berichten, in der Freizeit hätten sie so gut wie keine Beschwerden, aber während der Arbeit mit oft einseitigen Belastungen hätten sie regelmäßig Schmerzen?**

Erst einmal müssen wir unterscheiden. Handelt es sich um einen Arbeitnehmer, der tatsächlich schwerster körperlicher Belastung ausgesetzt ist oder sind die Rückenbeschwerden eher durch langes Sitzen vor dem Computer verursacht? Wer lange sitzt oder Fehlhaltungen eingenommen hat, beschleunigt den Verschleißprozess an seiner Wirbelsäule nichtweniger als einer, der körperliche Höchstleistungen erbringt.

**Was kann man tun, um Bandscheibenschäden zu vermeiden?**

Wer bereits im täglichen Leben Probleme mit dem Rücken hat, kann nur eins tun: Möglichst vermeiden, dass die auslösenden Momente erst gar nicht zum Zug kommen. Wir alle sollten ein für uns persönlich als individuell ausreichend empfundenen Maß an Beweglich-

keit, Sportlichkeit und Gelenkigkeit er-sinnen und dann auch konsequent diesem „Leitbild“ folgen. Die Erfahrung zeigt, dass regelmäßige und mäßige sportliche Betätigung im Freien, mit Beanspruchung aller Gelenke, nicht nur der Wirbelsäule, den größten positiven Einfluss auf unser Wohlempfinden hat.

**Die Gretchenfrage: Wann weiß ich, dass es Zeit ist für eine Operation?**

Diese Entscheidung kann kein Laie selbstständig treffen. Sie ist das Ergebnis einer sehr gründlichen Untersuchung durch einen Spezialisten. Man sollte vorgewarnt sein, wenn sich plötzlich die bekannten Rückenprobleme verschlimmern, die Schmerzen, außer dass sie stärker, auch konstanter werden: sie vergehen nicht, auch nicht nach Einnahme der verordneten Schmerzmittel, nach Einhaltung der vom Hausarzt verordneten Behandlungen und Verhaltensmaßnahmen. Auch das Auftreten von neurologischen Ausfällen ist ein Grund, sich zum Spezialisten zu begeben. Als der „neurologische Ausfall“ schlechthin sei hier das Auftreten einer Blasen- und Mastdarminkontinenz und Lähmungen der Arme oder Beine erwähnt. Allerdings ist auch das Führen eines schmerz erfüllten Lebens mit Verlust der Lebensqualität bei einem operativ recht gut beherrschbaren gesundheitlichen Problem, zum Beispiel einem Bandscheibenvorfall, nicht wirklich eine besonders kluge Alternative: Es darf nämlich auch dann operiert werden, wenn noch keine schwerwiegenden neurologischen Ausfälle vorliegen und durch die Operation Aussichten auf eine rasche Besserung bestehen.

**Wie wahrscheinlich ist denn der Erfolg, mit einer Operation beschwerdefrei zu werden?**

Eine „Wiederherstellung“ nach diesen Operationen gleicht zunächst nicht zwingend einer Heilung, die die Erlangung der vollen Gesundheit mit sich bringt. Man wird an einem Bandscheibenvorfall ja nicht etwa aus voller Gesundheit heraus operiert. Die Operation entspricht bildlich gesagt einer gelungenen Reparatur eines Autos, das bereits mindestens 200.000 Kilometer gefahren ist und trotzdem danach immer noch weitere Tausende Kilometer fast, aber nur fast, ohne Einschränkung fahren kann. Zu einem nagelneuen Wagen wird es trotz der Reparatur nicht mehr. Man soll also keine unerfüllbaren Erwartungen auf die Operation legen. Aber eine deutliche Verbesserung wird in den allermeisten Fällen für die Patienten spürbar sein.



*„Eine deutliche Verbesserung wird in den allermeisten Fällen für die Patienten nach einer Bandscheiben-OP spürbar sein.“*

**Dr. Arek Kosmala**  
Leitender Arzt der Klinik  
für Neurochirurgie

# Mit Nachdruck gegen Hochdruck

Auch das Klinikum Kulmbach beteiligte sich am gemeinsamen Aktionstag gegen den Schlaganfall auf dem Kulmbacher Holzmarkt.

Schlaganfall



## DEN SCHLAGANFALL!

*Mit Nachdruck gegen Hochdruck*

Die Schlaganfall Selbsthilfegruppe Kulmbach hat sich zusammen mit verschiedenen Kooperationspartnern, darunter auch die Klinik für Neurologie des Klinikums Kulmbach, am 7. Mai auf dem Holzmarkt in Kulmbach am bundesweiten „Tag gegen den Schlaganfall“ beteiligt. Zusammen mit der Sozialstation der Diakonie Kulmbach, der Apotheke am Holzmarkt und Dr. Christian Konhäuser, Leitender Arzt der Neurologie am Klinikum Kulmbach war es das Ziel des Tages, die Bevölkerung mit verschiedenen Aktionen für die Schlaganfall-Prävention und Früherkennung zu sensibilisieren.

Die Sozialstation der Diakonie Kulmbach hat kostenlose Blutdruck- und das Team der Holzmarktapotheke kostenlose Blutzuckermessungen angeboten. Dr. Christian Konhäuser vom Klinikum informierte vor Ort über die Stroke Unit, die Schlaganfalleinheit am Klinikum und das Schlaganfallnetzwerk mit Telemedizin in Nordbayern, genannt STENO.

Mehr als 130.000 Schlaganfälle pro Jahr könnten in Deutschland verhindert werden, allein durch die Vermeidung und Kontrolle von Risikofaktoren. Der bundesweite „Tag gegen den Schlaganfall“ stand deshalb unter dem Motto „Stopp den Schlaganfall - mit Nachdruck gegen Hochdruck!“.

Um Schlaganfallpatienten bestmögliche Behandlung zu gewährleisten, hat das Klinikum Kulmbach in eine ganz neu gestaltete Schlaganfalleinheit, auch „Stroke Unit“ genannt, investiert. Diese Einrichtung ist nach dem Qualitätsstandard der Deutschen Schlaganfallgesellschaft und der Stiftung der Deutschen Schlaganfall-Hilfe zertifiziert. Ein Schlaganfall ist eine der häufigsten Erkrankungen vor allem bei älteren Menschen, weiß Dr. Christian Konhäuser. Solche Patienten auf hohem Niveau heimatnah behandeln zu können, trägt zu einer deutlichen Verbesserung der Versorgungsqualität bei. Untergebracht ist die „Stroke Unit“ am Klinikum in der Intermediate Care-Station, die zwölf Patienten in zwei Einbett- und fünf Zweibettzimmern beherbergen kann.

## Kontakt zur Selbsthilfegruppe

Alle Betroffenen und ihre Angehörigen sind herzlich zur „Selbsthilfegruppe Schlaganfall“ eingeladen. Die Mitglieder treffen sich an jedem ersten Donnerstag im Monat im Erdgeschoß des Ladentreffs (Goethestraße 11a), in Kulmbach.

Betroffene können sich hier über Sorgen und Nöte, Erfahrungen und Kenntnisse austauschen und über die Problematik „Schlaganfall“ reden.



*„Mehr als 130.000 Schlaganfälle pro Jahr könnten in Deutschland verhindert werden, allein durch die Vermeidung und Kontrolle von Risikofaktoren.“*

**Dr. Christian Konhäuser  
Leitender Arzt Neurologie**

## Der unbekannte Freund

Jeder tut es täglich, aber kaum jemand weiß etwas darüber: schlafen.

Ein Somnologe kommentiert Schlummermythen und bringt Licht ins Dunkel - sofern es möglich ist.



So seelig wie dieses Kätzchen würde auch so mancher Mensch gerne schlafen.

Foto: Jewgenia Stasiok/Pixelio.de

Ungefähr ein Drittel seines Lebens verbringt der Mensch mit dem Schlafen und weiß so wenig darüber. Viele Dinge, die in dem einen Drittel passieren, beeinflussen aber die restlichen zwei Drittel“, sagt Dr. Ruslan Gamsalijew. Er ist der Oberarzt der Pneumologie am Klinikum Kulmbach und Somnologe, das bedeutet Schlafmediziner. Im Klinikum Kulmbach behandelt er viele Menschen mit Schlafstörungen. „Gerade die Atemstörungen während des Schlafs sind mittlerweile eine Volkskrankheit. Tückisch ist, dass sie viele gar nicht mitbekommen.“ Dabei ist ein erholsamer Schlaf so wichtig: Das Leistungsniveau, die Gedächtnisfunktionen und die Lernprozesse hängen von ihm ab. Der Motor des Menschen, das Herz, braucht die nächtliche Pause, um sich entspannen und regenerieren zu können. Ein Mensch verschläft im Durchschnitt etwa 25 Jahre seines Lebens und kann sich kaum an diese Zeit

erinnern. Der Schlaf hat wohl daher etwas Mystisches. Landläufig kursieren viele Meinungen. Der Schlafexperte Gamsalijew hat zu 25 Thesen Stellung bezogen.

### 1. Der Schlaf vor Mitternacht ist der beste.

„Das gilt nicht für jeden“, erläutert Gamsalijew. Nach der Chronobiologie, die sich mit physiologischen Prozessen und deren zeitlichen Abläufen beschäftigt, gebe es grundsätzlich zwei Zeit-Charaktere - den Lerchen- und den Nachtigall-Typ, erklärt der Schlafmediziner. Die „Lerche“ stehe lieber früh auf und sei abends bald müde, während die „Nachtigall“ eher ein Langschläfer sei und abends richtig auf Touren komme. „Die Menschen fahren ideal, wenn sie ihre Schlafzeiten danach richten können.“ Dies sei aber durch den Beruf oftmals schwierig. Gamsalijew veran-

schalicht: „Der Nachtigall-Typ ist abends noch produktiv und schreibt vielleicht um Mitternacht seine Doktorarbeit.“

### 2. Der frühe Vogel fängt den Wurm.

„Das gilt wohl eher für die ‚Lerche‘. Die schläft dafür aber vielleicht kurz nach der Tagesschau ein und ist dann zu nichts mehr zu gebrauchen“, sagt Gamsalijew.

### 3. Sechs Stunden Schlaf genügen.

„Der Schlafbedarf ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich“, ist der Schlafmediziner überzeugt. Es gebe bei Menschen, die beruflich viel leisten müssen, die Tendenz, oft nur sechs Stunden pro Tag zu schlafen. „Das heißt aber nicht, dass sie nicht mehr brauchen. Schlafen diese Menschen am freien Wochenende länger, ist dies ein Indiz dafür, dass der

Schlaf unter der Woche nicht ausreichend“, erläutert Gamsalijew. Grundsätzlich könne er aber keine quantitative Empfehlung aussprechen. „Manchen Menschen reichen vielleicht sechs Stunden aus, während andere acht brauchen.“

#### 4. Ein Mittagsschlafchen ist gesund.

„Ein kurzes Mittagsschlafchen kann durchaus hilfreich sein“, sagt Gamsalijew. Damit könne man ein Mittagstief ausgleichen. Eines sei aber wichtig: „Den Mittagsschlaf nicht ausdehnen, höchstens 30 Minuten. Sonst schläft man abends schlechter ein.“ Vor allem für Leute mit einer Insomnie sei ein langes Mittagsschlafchen kontraproduktiv. „Das bringt den ganzen Rhythmus durcheinander.“

#### 5. Ein Glas Bier oder Wein sorgt für guten Schlaf.

Der Alkohol erleichtere vielleicht das Einschlafen. Die Wirkung lasse aber rasch nach und höre mitten in der Nacht auf, erklärt Gamsalijew. „Alkoholkonsum kann bei bestimmten Leuten eine Durchschlafstörung erzeugen.“ Von daher rät der Mediziner davon ab, Bier und Wein als Schlafmittel zu verwenden.

#### 6. Wer sich viel bewegt, schläft besser.

„Bewegung ist gut, vielleicht nicht unbedingt am späten Abend. Aber prinzipiell führt körperliche Aktivität zu Müdigkeit und fördert den festen Schlaf“, bringt es der Schlafexperte auf den Punkt.

#### 7. Wer spät isst, schläft schlecht.

„Ein sehr voller Bauch kann bei einem liegenden Menschen die Atmung stören oder Sodbrennen auslösen.“ Von daher sollte jeder größere Mahlzeiten direkt vor dem Zubettgehen meiden. Gamsalijew relativiert aber: „Das ist durchaus auch kulturell bedingt. Die Menschen in den mediterranen Ländern essen meist spät am Abend und schlafen durchschnittlich auch nicht schlechter.“

#### 8. Nackt schläft es sich besser.

„Generell kann man das so nicht sagen. Die Temperatur muss halt passen und für den Schlafenden angenehm sein. Der Mensch sollte weder übermäßig schwitzen, noch frieren“, rät der Arzt. Wer es aber mag, direkten Körperkontakt zu seiner Bettdecke zu haben, nur zu.

#### 9. Die Decke und die Matratze müssen stimmen.

„Ich habe neulich einen Typen im Fernsehen gesehen, der auf einem Brett schläft und als Kissen einen Baumstamm verwendet“, sagt Gamsalijew. Das sei aber wohl eher ein Ausnahmefall. Der Arzt empfiehlt eine Matratze, auf der die Wirbelsäule in einer vernünftigen Position liegen kann und den Körper nicht total durchhängen lässt. Ob man unbedingt die neueste High-Tech-Matratze braucht, sei dahingestellt. Die Decke sollte für die notwendige Wärme sorgen, aber auch nicht zu dick sein.

#### 10. Die Schlafqualität sinkt durch Schichtarbeit.

„Schichtarbeit ist erwiesenermaßen schlecht für den Schlaf und führt bei vielen zu einer Schlafrythmusstörung. Einige schlafen flacher.“ Es gebe aber auch genauso gut Menschen, die schon Jahre lang im Schichtdienst arbeiten und keine Probleme mit ihrem Schlaf hätten, berichtet der Somnologe.

#### 11. Wenn der Fernseher läuft, schläft man besser ein.

Leute mit Insomnie schliefen oft beim Fernsehen ein. Gamsalijew holt aus: „Das ist wie folgt zu begründen: Wer unter einer Schlafstörung leidet, versucht meist gezielt einzuschlafen, verkrampft dabei aber oft, was dann dazu führt, dass es nicht klappt. Das Fernsehen lenkt ab. Die Leute entspannen sich eher.“ Der Mediziner stellt aber klar, dass der Bildschirm prinzipiell nicht ins Schlafzimmer gehört und nicht die Nacht über laufen sollte. Denn die Geräusche und das Flimmern beeinträchtigen die Schlafqualität. >



Somnologe Dr. Ruslan Gamsalijew

### 12. Wer nachts aufwacht, schläft schlecht.

„Jeder Mensch wacht eigentlich in der Nacht kurz auf, schon alleine um die Schlafposition zu wechseln.“ Die meisten Leute erinnern sich nur nicht daran, da das Gedächtnis Wachphasen unter fünf Minuten nicht abspeichere, erklärt Gamsalijew. „Wir in unserem Schlaflabor erkennen das aber anhand der gemessenen Hirnströme.“ Kritisch sei, wenn der Mensch in der Nacht länger wach bleibt und sich dadurch am nächsten Morgen beispielsweise schlechter konzentrieren kann.

### 13. Vor- und nachschlafen geht.

„Es kann durchaus sein, dass ich ein Schlafdefizit vorheriger Tage durch längeren Schlaf ausgleiche. Wenn ich unter der Woche pro Nacht nur fünf Stunden schlafe und dafür am Wochenende sehr lange, ist das aber ein Zeichen dafür, dass der Körper mehr Schlaf bräuchte“, sagt Gamsalijew. Sinnvoller sei ein stabiler, geordneter Schlafrhythmus über alle Tage hinweg.

### 14. Smartphones auf dem Nachtkästchen stören den Schlaf.

„Es gibt keinerlei wissenschaftliche Hinweise, dass Handystrahlen, einen Einfluss auf den Schlaf hätten. Auf der einen Seite gibt es in der Bevölkerung verbreitete Ängste, andererseits nutzen Millionen von Menschen die Geräte.“ Trotzdem könne das Mobiltelefon den Schlaf beeinträchtigen. „Wenn Menschen ständig auf die Handyuhr gucken und überprüfen, seit wann sie denn nun wachliegen, ist das besonders kontraproduktiv.“



„Lerchen“ stehen früh auf, sind allerdings abends auch früh müde.

Tim Caspary/Pixelio.de

### 15. Schlafen macht schön.

„Ja, der Mensch braucht Ruhe, um geistig und körperlich fit zu sein.“ Sicherlich könne ein ausgeruhter und zufriedener Mensch mehr Attraktivität ausstrahlen. Gamsalijew warnt aber scherzhaft: „Die Methode ist limitiert. Man wird nicht umso schöner, je länger man schläft.“

### 16. Wer schlecht träumt, schläft schlecht.

„Wenn Menschen ständig unter Alpträumen leiden, deutet das eventuell auf eine psychische Problematik hin. Manche entwickeln dann sogar eine Angst vor dem Einschlafen.“ Hin und wieder schlecht zu träumen, sei aber nicht schlimm. Gamsalijew beruhigt: „Man kann es sich halt nicht aussuchen.“

### 17. Im Schlafzimmer muss es kühl sein.

„Das kann man nicht verallgemeinern. Jeder sollte es für sich so angenehm wie möglich machen. Wichtig ist, dass sich der Mensch entspannen kann und das gelingt am besten, wenn er weder stark schwitzt noch friert. Es ist schwierig, das in Grad Celsius auszudrücken“, sagt der Arzt.

### 18. Ein echter Mann wacht mit einer Morgenlatte auf.

„Die Erektion ist an die Traumschlafphasen gekoppelt und währenddessen ganz normal. Die gehört dazu.“ Im Traumschlaf zeige der Penis auch dann in Richtung Decke, wenn der Traum nicht von erotischen Abenteuern handle. „Das ist eine physiologische Reaktion und beweist, dass organisch alles okay ist.“ Genauso gut sei es aber möglich, mit schlaffem Glied zu erwachen – nämlich dann, wenn sich der Mann vor dem Schellen des Weckers nicht in einer Traumschlafphase befindet.

### 19. Wenn ich schlapp bin, ist das die Frühjahrsmüdigkeit.

„Das liegt wohl dann an der Zeitumstellung. Die verursacht bei manchen Leuten Müdigkeit.“ Gerade der Nachtigall-Typ leide oftmals unter der Sommerzeit. „Denn der ist abends länger wach, muss aber vielleicht früh trotzdem um sechs Uhr aufstehen. Aus schlafmedizinischer Sicht ist die Zeitumstellung eher störend“, ist Gamsalijew überzeugt.



„Nachtigallen“ sind oft Morgenmuffel, dafür aber abends leistungsfähig. Chris Romeiks/Wikipedia

### 20. Wer am Abend Kaffee trinkt, steht im Bett.

„Prinzipiell wird man durch den Kaffee munterer, das liegt am Koffein. Es gibt aber einen Gewöhnungseffekt“, erklärt der Somnologe. Wenn jemand regelmäßig zum Heißgetränk greift, lasse die aufputschende Wirkung mit der Zeit nach. „Generell rate ich aber davon ab, spät Kaffee zu trinken.“ Gamsalijew ergänzt, dass auch schwarzer und grüner Tee Koffein enthalten.

### 21. Ich habe gestern Nacht nichts geträumt.

„Jeder träumt. In der Regel können sich die Leute nur nicht daran erinnern. Träumen findet überwiegend in den sogenannten REM-Schlafphasen statt. REM bedeutet ‚Rapid Eye Movement‘, also schnelle Bewegungen der Augen“, sagt der Arzt. Wacht ein Mensch während oder unmittelbar nach einer REM-Phase auf, könne er sich meist gut erinnern. „Das sind dann oft sehr bunte, emotionale, teilweise auch absurde Träume.“ Wenn also jemand behauptet, er habe in der vergangenen Nacht gar nichts geträumt, dann befand er sich wohl kurz vor dem Weckerklingeln nicht im REM-Schlaf.

### 22. Ältere Menschen brauchen weniger Schlaf.

„Das kann man schon sagen, zumindest etwas weniger. Das ist statistisch belegt. Kinder schlafen eher länger, Babys über zwölf Stunden.“ Zu einer Besonderheit komme es während der Pubertät. Die meisten Jugendlichen entwickelten sich dann zu „Nachtigallen“ und neigten dazu, spät ins Bett zu gehen. „Das kollidiert dann oftmals mit den Schulzeiten“, sagt Gamsalijew. Wenn also der 14-jährige Sohn nachts partout nicht schlafen will, muss das nicht unbedingt ein Ausdruck pubertierender Rebellion sein. Es kann ganz einfach am sich biologischen Rhythmus liegen, der sich gerade verändert.

### 23. Schlafen nur mit geöffnetem Fenster.

„Jeder sollte nach seinen persönlichen Vorlieben schlafen. Da kann das Fenster ruhig auch geschlossen bleiben.“ Allerdings sei es ratsam, früh und kurz vor dem Zubettgehen gut zu lüften. „Der Sauerstoff im Raum verbraucht sich. Außerdem muss die Feuchtigkeit aus dem Zimmer entweichen können“, erläutert der Arzt.

### 24. Bei Vollmond schläft es sich schlechter.

Der Arzt erklärt: „Empfindliche Leute reagieren eventuell auf das hellere Licht des Mondes und können daher schlechter schlafen. Andererseits gibt es keine wissenschaftlichen Belege dafür, dass der Mond den Schlaf beeinträchtigt.“

### 25. Sex wirkt entspannend und fördert den Schlaf.

Gamsalijew sagt: „Ja.“

## Frühaufsteher oder Langschläfer?

Jeder Mensch hat seinen eigenen Schlaf-Wach-Rhythmus. Die Wissenschaft hat die beiden Extremformen der sogenannten Chrono-Typen nach Vögeln benannt. Es gibt Menschen, die eher dem Typ „Lerche“ und Menschen, die eher dem Typ „Nachtigall“ entsprechen. Wenn manche „Lerche“ sich bereits aufs Ohr haut, kommt manche „Nachtigall“ erst auf Touren. Die „innere Uhr“ eines Menschen ist auch vom Alter abhängig und verändert sich im Laufe des Lebens. (Viele Forscher verwenden anstatt der „Nachtigall“ die „Eule“ als Namensgeberin für den nachtaktiven Typus.)

## Ambulante Ergotherapie

... Verbesserung der Lebensqualität



### Termine und Hausbesuche nach Vereinbarung

Telefon: 09225 88-6130  
Telefax: 09225 88-6302

Kronacher Str. 26  
95346 Stadtsteinach

[www.fachklinik-stadtsteinach.de](http://www.fachklinik-stadtsteinach.de)

### Angebot

- Koordinationstraining
- Gleichgewichtstraining
- Funktionsanbahnung bei Lähmungserscheinungen
- Gelenkmobilisation
- Grob- und Feinmotorisches Training der Hände
- Sensibilisierungstraining
- Hirnleistungstraining
- Training im lebenspraktischen Bereich
- Stumpfabhärtung und Prothesentraining
- Wohnungsbegehungen
- Hilfsmittelberatung



## Orthopädische Rehabilitation

... wir bringen Bewegung in Ihr Leben

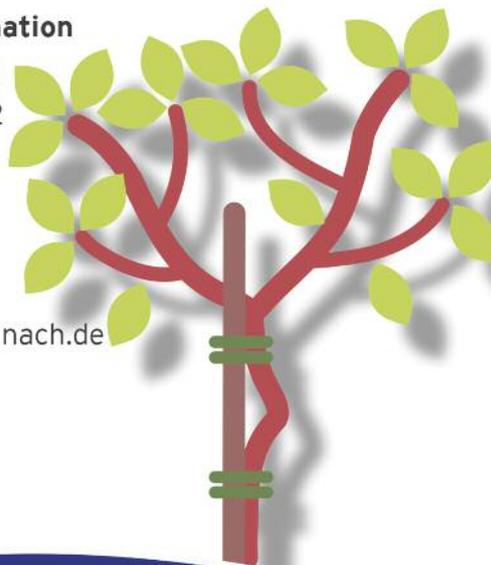


### Anmeldung und Information

Telefon: 09225 88-7635  
Telefax: 09225 88-6302

Kronacher Str. 26  
95346 Stadtsteinach

[www.fachklinik-stadtsteinach.de](http://www.fachklinik-stadtsteinach.de)



### Angebot

- Individuell zusammengestellte Rehabilitationsprogramme
- moderne Einzelzimmer mit Dusche und WC, Fernseher und Telefon
- Unterbringung von Begleitpersonen
- Frühstücks- und Abendbuffet
- Drei Mittagsgerichte zur Auswahl
- Physiotherapie
- Ergotherapie
- Ernährungsberatung
- Logopädie



# Das Konzept „Babyfreundlich“ geht auf

Die Frauenklinik am Klinikum Kulmbach hat die Rezertifizierung als „Babyfreundliche Geburtsklinik“ geschafft.



Besonders viel Nähe wird in der als „Babyfreundlich“ zertifizierten Geburtsklinik gefördert.

Die Geburt eines Kindes ist ein einzigartiges Erlebnis. Als eines von wenigen WHO/Unicef-ausgezeichneten Krankenhäusern in Bayern vereint die Entbindungsklinik des Klinikums Kulmbach den heute üblichen hohen Standard der medizinisch-technischen Versorgung von Mutter und Kind mit der modernsten Möglichkeit einer zertifizierten Babybetreuung nach einem ausgewählten WHO/Unicef-Konzept. Jetzt hat die Klinik die Rezertifizierung geschafft und darf sich weiterhin „Babyfreundliche Geburtsklinik“ nennen. Leitender Arzt Dr. Benno Lex, Kinderarzt Dr. Helmut Bock und Laktationsberaterin Claudia Helm haben damit eine umfangreiche Aufgabe abgeschlossen.

Babyfreundliche Geburtskliniken unterstützen von Anfang an die Nähe und das erste Kennenlernen zwischen Eltern und Kind. Eltern können rund um die Uhr mit Ihrem Neugeborenen zusammen sein. Von Beginn an sind natürlich auch der Partner und die Geschwisterkinder der Familie in die Pflege und Betreuung des neuen Familienmitglieds einbezogen. Babyfreundliche Einrichtungen ermöglichen unge-

stört von Klinikroutinen das erste Kennenlernen mit dem Baby. Das Klinikpersonal ermutigt Eltern zu viel Hautkontakt: „Am besten liegt Ihr Kind nur mit einer Windel bekleidet auf Mamas oder Papas nacktem Oberkörper. Dies fördert die Eltern-Kind-Bindung oder das Bonding, wie Fachleute sagen“, erklärt Leitender Arzt Dr. Benno Lex. Umfangreiche Angebote muss eine Geburtsklinik gewährleisten, wenn sie das begehrte Zertifikat „Babyfreundlich“ tragen will. Das Fördern des Stillens gehört selbstverständlich dazu. Muttermilch ist nach wissenschaftlichen Erkenntnissen nicht nur die natürliche, sondern auch die beste Säuglingsnah-

rung. Aber auch wenn eine Frau nicht stillt, ist sie in einer babyfreundlichen Klinik bestens aufgehoben. Das Kuscheln mit dem Baby ist dann besonders wichtig. Erfahrene Mitarbeiterinnen zeigen Müttern und Vätern, wie sie auch bei Flaschenfütterung Wärme und Geborgenheit geben. Speziell geschultes Personal begleitet und berät die jungen Eltern in der wichtigen ersten Zeit mit Ihrem Baby. In Babyfreundlichen Geburtskliniken können Eltern rund um die Uhr mit ihrem Kind zusammen sein. Das erleichtert das erste Kennenlernen.

Das in Kulmbach angebotene 10-Schritte-Programm für eine Babyfreundliche Geburtsklinik zur Umsetzung der B.E.St.®-Kriterien basiert auf den weltweit besten interkulturellen Daten und Erfahrungen über den möglichst natürlichen Umgang mit Schwangeren und Neugeborenen vor, während und nach der Geburt. In dem Konzept „Babyfreundlich“ ist selbstverständlich auch die „Mütterfreundliche Geburtsbetreuung“ vorgesehen. In den sog. B.E.St.®-Richtlinien werden Bindung/Entwicklung/Stillen als objektiv wertvolle, zukunftsorientierte und nachhaltige Ziele für junge Familien definiert. Zahlreiche Vorteile sind dabei sowohl für das Kind als auch für die Mutter und die Gesellschaft in Studien belegt.



Dr. Benno Lex



Claudia Helm



Dr. Helmut Bock

## Kinder im akuten Rausch

Der Fall einer volltrunkenen Zwölfjährigen reiht sich ein in die Serie der sogenannten Komasäufer. Schon ein Blutalkoholwert von 0,7 Promille bedeutet höchste Gefahr.



Wenn es nur noch darum geht, soviel Alkohol zu trinken wie möglich, wird es für die Betroffenen oft ernst: Rund 100 Mal müssen Notärzte pro Jahr meist junge „Komasäufer“ behandeln. Die meisten von ihnen landen im Klinikum, nicht selten auf der Intensivstation.

Foto: J.Bredehorn/pixelio.de

Die Entwicklung ist beunruhigend. Trotzdem scheint die Alkohol-Präventionsarbeit im Landkreis Fränkische Schweiz zu tragen. Als Anfang Juni eine 12-Jährige am Röhleinsberg in der Kulmbacher Altstadt bewusstlos zusammenbricht, handeln ihre Freunde richtig. Ein Kumpel ruft den Notarzt. Genau dieses Verhalten wird den Jugendlichen bei den Aufklärungskampagnen eingebläut. Der Rettungsdienst liefert das sturzbetrunkene Mädchen ins Klinikum ein. Die Diagnose lautet: akuter Vollrausch mit einem Alkoholwert von 0,7 Promille im Blut. Damit gehört die 12-Jährige zu den weit mehr als 100 Komasäufern im Raum Kulmbach, die jährlich in der Statistik verzeichnet werden.

Für einen jungen Menschen sind 0,7 Promille ein vergleichsweise hoher Wert, sagt Dr. Susanne Luber. „Schon kleine Mengen Alkohol können bei Kindern lebensbedrohlich sein“, erklärt die ärztliche Leiterin des Rettungsdienstes im Raum Kulmbach und Bayreuth. Der Stoffwechsel ist anders als bei Erwachsenen. Eine 12-Jährige sei normalerweise überhaupt nicht an Alkohol gewöhnt. Entsprechend heftig fällt die Reaktion des Körpers aus.

Bei suchtkranken Menschen, die jahrelang und regelmäßig das Nervengift Alkohol konsumiert haben, gibt es hingegen selbst bei hohen Promillewerten kaum Ausfallerscheinungen, stellt Luber fest. „Sie wirken dann völlig klar.“

Selbst mit fast drei Promille könnten starke Trinker noch normal erscheinende Unterhaltungen führen.

Ein ganz anderes Bild zeigt sich bei betrunkenen Kindern und Jugendlichen. Die Notärztin hat während ihrer Einsätze mehrmals erlebt, dass junge Menschen nach Alkoholkonsum ein aufgedrehtes und aggressives Verhalten zeigen. „Schon bei einem Promille rasten manche total aus“, schildert die Medizinerin. „Andere bekommen Panikattacken.“

Ein großer Teil der Vollrausch-Patienten reagiert so wie die 12-Jährige am Freitag. Mit Bewusstlosigkeit und einem langen Schlaf. Das sieht womöglich harmlos aus, kann aber lebensbedrohlich werden. „Es besteht die Gefahr, dass der Betrunkene sein Erbrochenes einatmet und erstickt“, sagt Dr. Luber. Wer nicht mehr Herr seiner Sinne ist, für den steigt außerdem das Risiko eines Sturzes. Schwere Gehirnerschütterungen oder gar eine Hirnblutung können die Folge sein. Helfer, die im Umgang mit einem Betrunkenen nicht mehr weiter wissen, sollten den Rettungsdienst anrufen. Einige der Patienten können zwei Stunden später schon wieder aus dem Krankenhaus abgeholt werden, sagt die Notärztin. „Die meisten schlafen sich nach einer Alkoholvergiftung einfach nur aus.“

Trotzdem muss der akute Rausch ernst genommen werden. Weil mittlerweile viele Menschen für das Problem Komasaufen sensibilisiert sind, passiert es immer häufiger, dass ärztliche Unterstützung angefordert wird. Das könnte schließlich der Grund dafür sein, dass in der Statistik die Zahl der Vollrausch-Patienten zunimmt.



„Schon bei einem Promille rasten manche total aus.“

**Dr. Susanne Luber**  
Leitende Notärztin

Im Jahr 2012 wurden im Landkreis 112 Komasäufer ins Krankenhaus eingeliefert. 2014 waren es bereits 133. So lauten die aktuellen Zahlen des Landesamtes für Statistik. Demnach liegt in Kulmbach der Anteil der Komasäufer an der Gesamtzahl der alkoholbedingten Behandlungen bei 45,9 Prozent. Der bayerische Durchschnitt beträgt 42,6 Prozent.

Auffällig ist, dass in Kulmbach besonders häufig junge Menschen dem akuten Rausch verfallen. Während in Bayern in der Altersgruppe der unter 20-Jährigen ein leichter Rückgang der Behandlungsfälle zu erkennen ist, steigt im Landkreis Kulmbach die Zahl der Komasäufer von 36 im Jahr 2012 auf 43 im Jahr 2014.

„Die meisten beamen sich mit Wodka weg“, stellt Susanne Luber fest. Das sei schlicht eine Frage des Preises. Weil junge Menschen den bitteren Geschmack des Alkohols gar nicht mögen, mischen sie den billigen Wodka in Energy-Getränke, Cola oder Säfte.

Wie die 12-Jährige und ihre gleichaltrigen Freunde am Freitagabend in Kulmbach an den Alkohol gelangt sind, ist nicht bekannt. Oftmals gibt es einen Volljährigen, der den Stoff legal im Supermarkt besorgt und dann verbotenerweise an die Kinder weitergibt. Jugendamt und Polizei kennen das Problem und haben ein Auge darauf.

Die 12-Jährige soll nun aus ihrem Fehlverhalten lernen. „Sozialpädagogische Fachkräfte werden auf das Mädchen zugehen und das Gespräch mit der Familie suchen“, kündigt Klaus Schröder, der Leiter des Kulmbacher Kreisjugendamtes an. „Bei der Aussprache geht es nicht darum, die 12-Jährige zur Rechenschaft zu ziehen.“ Ziel soll es sein, dass sich das Mädchen kritisch mit dem eigenen Tun auseinandersetzt und künftig Strategien kennt, um derartige Probleme zu vermeiden.

Eltern reagieren bei solchen Gesprächen sehr unterschiedlich, stellt der Jugendamtsleiter fest. „Für manche bricht eine Welt zusammen“, sagt Schröder. Andere nehmen den Vorfall eher auf die leichte Schulter.

Die sozialpädagogischen Fachkräfte wollen die Betroffenen weiter sensibilisieren und weniger gängeln. Das ist auch die Strategie der Präventionsarbeit, die der Landkreis Kulmbach seit Jahren verfolgt. Mit den Aufklärungs-

kampagnen wurden schon Zehntausende Jugendliche über den bewussten Umgang mit Alkohol informiert.

„Es wird immer wieder Situationen geben, in denen die beste Präventionsarbeit nichts bringt“, sagt Kreisjugendpfleger Jürgen Ziegler. Vorfälle wie am Freitag seien bedauerlich. Ihre Freunde haben die 12-Jährige am Freitag nicht vom Trinken abgehalten. Aber glücklicherweise wussten sie, was zu tun ist, als das Mädchen die Kontrolle verloren hat.

## Erste Hilfe

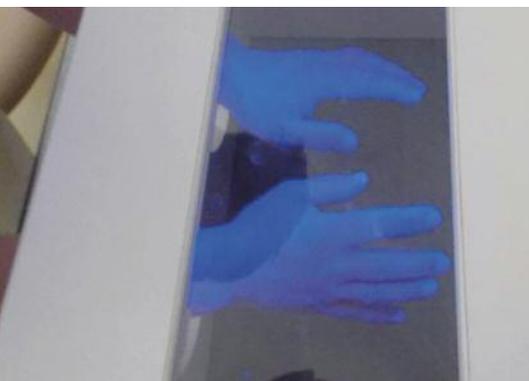
Ersthelfer sollten bei einem bewusstlosen Betrunkenen zuerst die Vitalfunktionen prüfen, sagt Dr. Susanne Luber, die ärztliche Leiterin des Rettungsdienstes im Raum Kulmbach und Bayreuth. Der Patient muss in die stabile Seitenlage gebracht werden, denn es besteht die Gefahr, dass er an Erbrochenem erstickt. Stark betrunkene Menschen dürfen nicht sich selbst überlassen oder alleine heimgeschickt werden. Im Zweifelsfall verständigen Helfer am besten den Rettungsdienst unter der Telefonnummer 112.

# Spannende Einblicke in einen verantwortungsvollen Beruf

Schon zum siebten Mal fand der Boys` Day am Klinikum Kulmbach und in der Fachklinik Stadtsteinach statt.



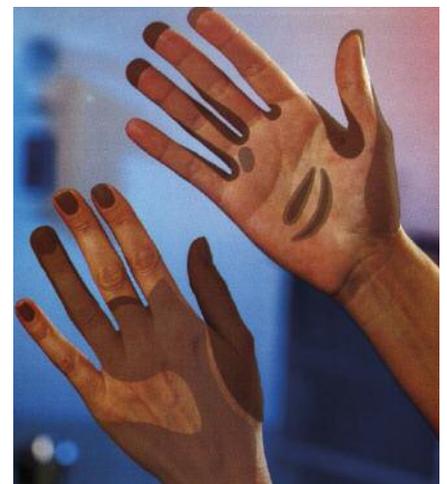
Bereits zum siebten Mal hatten im April interessierte Schüler am Boys` Day die Gelegenheit, im Klinikum Kulmbach und in der Fachklinik die Betriebsabläufe, speziell im Pflegedienst, zu erkunden. Einmal mehr stellten Teilnehmer wie auch die Betreuer der Jungs aus dem Klinikum fest: Dieser Tag hat Spaß gemacht!



Ergebnis einer exakt durchgeführten Händedesinfektion: Die Kontrolle der Hände unter UV-Licht zeigt keine Benetzungslücken.

Von 8 Uhr bis 12.30 Uhr waren acht Jungs im Alter zwischen zehn und 14 Jahren in Kulmbach und zwei in Stadtsteinach aktiv, um dort einen Einblick zu erhalten, welche Tätigkeiten die Pflege in einem Krankenhaus bietet. Gesundheits- und Krankenpflegerin Jessica Rachele, Station 2B, unterwies die Schüler, wie man sich seine Hände korrekt desinfiziert. Danach folgte ein Test mit fluoreszierender Lösung. Das Ergebnis wurde unter UV-Licht kontrolliert und sichtbar. So mancher staunte da über das Ergebnis. Im Anschluss zeigte und erklärte Jessica Rachele, wie ein steriles Pflaster aus der Packung entnommen und aufgebracht wird.

Zwischendurch konnten sich die Buben am Vormittag mit einer Brotzeit stärken. Das Fazit am Ende dieses spannenden Tages: Der Beruf des Gesundheits- und Krankenpflegers hat viel zu bieten. Die Teilnehmer am Boys` Day im Klinikum



Die dunklen Stellen zeigen die Benetzungslücken, es wurde keine korrekte Händedesinfektion durchgeführt.

Kulmbach: Steffen Miller, Can Dogru, Justin Höpfl, Christopher Ott, Marius Märkl (alle Kulmbach), Felix Laschinka (Mainleus), Eric Wyckoff (Thurnau) und Leon Kolb aus Kasendorf (alle Max-Hundt-Grund- und Mittelschule).



## Warum ein Jungen-Zukunftstag?

Jungen haben vielfältige Interessen und Stärken. Geht es um die Berufswahl, entscheiden sie sich jedoch oft für Berufe wie Kfz-Mechatroniker oder Industriemechaniker, die traditionell meist von Männern gewählt werden. Natürlich sind das interessante Berufe, aber es gibt noch viele andere Berufsfelder, in denen männliche Fachkräfte und Bezugspersonen gesucht werden und sehr erwünscht sind.

Zum Beispiel im sozialen, erzieherischen oder pflegerischen Bereich - hier werden viele Nachwuchskräfte gebraucht und Männer sind hier in der Regel sehr willkommen. Um Jungen eine Gelegenheit zu geben, auch diese Berufe auszuprobieren, gibt es den Boys`Day. Neben der Berufserkundung können die Schüler am Boys`Day auch an pädagogischen Workshops teilnehmen. Hier geht es beispielsweise um

männliche Rollenbilder, die Vielfalt der Lebensentwürfe und um die Frage, ob das Modell des männlichen Alleinverdieners nicht längst überholt ist. In den Workshops können die Jungs auch ihre sozialen Kompetenzen wie Team- und Konfliktfähigkeit stärken. Seit 2011 haben fast 194.000 Jungen an mehr als 31.000 Boys`Day-Angeboten teilgenommen.



### Physiotherapie

#### Termine nach Vereinbarung

Telefon: 09221 98-3700

täglich von 7.30 - 11.30 Uhr

Albert-Schweitzer-Str. 10  
95326 Kulmbach

[www.klinikum-kulmbach.de](http://www.klinikum-kulmbach.de)

Geschenkgutscheine  
erhalten Sie an der  
Information im Klinikum!

### Angebot

- Krankengymnastik und Bewegungsübungen
- Manuelle Therapie
- Bobath Konzept für Erwachsene (IBITA)
- Gehschule
- Manuelle Lymphdrainage
- Atemtherapie und Vibrationsmassage
- Bewegungsbad
- Sportphysiotherapie
- Massage
- Fango/Heissluft
- und vieles mehr

# Autos für eine glücklichere Welt

Aus einem Notkauf wurde Liebe: Guido Franke aus Kulmbach ist Entenfahrer aus Leidenschaft. Zu jeder Jahreszeit ist er mit ihnen unterwegs. Er schwört auf den Citroen CV.



Wer eine Ente hat, muss schrauben können. Ersatzteile hat Guido Franke genug daheim.

Fotos: Gabriele Fölsche

Wer Ente fahren will, muss schrauben. Und wer schrauben will, braucht viele Ersatzteile. In der Werkstatt von Guido Franke liegen diese zuhauf. An die 20 Motoren hat der Kulmbacher; Getriebe, Achsen, Motorhauben, Spiegel und natürlich auch alle anderen diversen Kleinteile, die ein Entenfahrer so braucht.

Von der Decke baumeln Kotflügel in sämtlichen Farben. Guido Franke wiegelt ab: „Ach, an einer Ente ist ja nicht viel dran, was kaputt gehen kann. Nur mit dem Rost muss man hinterher sein.“ Und wer nun meint, Frankes Autos, die allesamt über 30 Jahre auf dem Buckel haben, kommen auf Hochglanz poliert zur Sonntagsausfahrt oder

Oldtimertreffen aus der Garage, der hat sich getäuscht. Nein, bei Guido Franke ist das Auto ein Gebrauchsgegenstand, das Sommer wie Winter gefahren wird. „Ich kuppel den Hänger an und fahre auch zum Holzmachen in den Wald“, sagt Franke. Denn der 52-Jährige besitzt und fährt „nur“ Enten. Vier sind es an der Zahl, denn auch seine Frau Corinna Lang teilt seine Leidenschaft.

Er ist ein Asket - zumindest was das Autofahren betrifft. Auf viele PS und Luxus verzichtet er gerne, wenn er nur in den kleinen Citroen steigen und gemütlich lostuckern kann. Seine Leidenschaft für das rundliche Gefährt mit dem netten „Gesichtsausdruck“ begann 1991: „Ich brauchte ein Auto, aber der Gebraucht-

wagenmarkt war nach der Grenzöffnung wie leergefegt. Es gab kaum was Günstiges zu kaufen“, erinnert er sich zurück. Am Straßenrand in München dann, infizierte er sich mit dem Entenvirus in Form einer roten CV6 Club. „Darin war ein Schild angebracht: Ente mit leichtem Defekt zu verkaufen“, sagt Guido Franke. Und ergänzt, dass der Anlasser nicht funktionierte. „Ich musste das Auto immer ankurbeln“, sagt er und lacht. 1450 Mark hat Franke damals für seinen ersten Citroen ausgegeben. Dafür aber kam er relativ schnell mit anderen Entenfahrern in Kontakt. Bald folgten die ersten Besuche von Ententreffen und der erste Stammtisch. „Dem Stammtisch stand ich sehr skeptisch gegenüber. Meine Vorstellung war, dass die Treffen Opel-Manta-mäßig ablaufen, sich dort nur über Spoiler und PS unterhalten wird.“ Gerne aber ließ sich der 52-Jährige vom Gegenteil überzeugen: „Ich kam damals rein und als Erste fiel mir eine Nonne auf, neben mir saß eine Polizeibeamtin. Einfach allesamt nette Menschen.“ Nach und nach rutschte der Kulmbacher in die Szene.

Da ist es kaum verwunderlich, dass er auch seine heutige Frau Corinna Lang auf einem Treffen kennenlernte: „Sie

„Über Alpenpässe fahre ich im zweiten Gang mit 15 Stundenkilometern.“

**Guido Franke**



hat in ihrem Leben noch nie etwas anderes als Ente gefahren“, sagt Guido Franke. So ist es für das Paar auch selbstverständlich, mit einem seiner Autos in den Urlaub zu fahren. Die 28 PS starke Ente hat dann noch einen kleinen Wohnwagen zu ziehen, und zwar einen Eriba Puck: „Na ja, auf der Autobahn bin ich schon froh, wenn ich eine Geschwindigkeit von 80 Stundenkilometer halten kann“, sagt Franke. Bis nach Italien fährt das Paar. „Über Alpenpässe fahre ich im zweiten Gang mit 15 Stundenkilometern“, beschreibt der Kulmbacher ein gemütliches Reisen. An Rasen ist mit einer Ente, die bei durchgetretenem Gaspedal 110 Stundenkilometer fährt, eh nicht zu denken. „Es kommt schon mal vor, das ich ein anderes Auto überhole - welches Jahr war das noch?“, nimmt sich der Entenfahrer selbst auf die Schippe.

Seit elf Jahren veranstaltet Guido Franke alljährlich zum Altstadtfest ein

Ententreffen auf dem Gelände der Mönchshof in der Hofer Straße. „Dann sind auf dem Gelände an die 50 kleine Citroen, die meisten Fahrer kommen aus Deutschland, aber auch einige Freunde aus der Tschechei. Drei Tage dauert das Treffen“, erzählt er. Derzeit hat das Ehepaar zwei Enten zugelassen: „Eines der Autos ist bei einem Freund in Berlin zur Restauration.“ In der Garage hat der Kulmbacher noch eine graue „Kasten-Ente“: „Diese ist ein Citroen AZU Baujahr 1976 und wurde serienmäßig mit unterschiedlichen großen Koffern gebaut. Demnächst möchte ich diese auf Elektroantrieb umbauen lassen.“ Was Guido Franke etwas traurig stimmt, sind die steigenden Preise für die Modelle. „Was die Preise kaputt gemacht hat, ist die Tatsache, dass mittlerweile sehr viel Geld für eines dieser Autos gezahlt wird.“

Dafür nennt der Entenfahrer auch einen Grund. „Viele Studenten fahren eines

dieser Autos. Heute sind das Leute mit viel Geld, die sich in Erinnerung an ihr Studium wieder eine Ente anschaffen und dafür hohe Preise zahlen. Da sind 15 000 bis 20 000 Euro für ein Topmodell keine Seltenheit. Für einen Wagen, der gerade noch so im brauchbaren Zustand ist, sind mittlerweile 3000 bis 4000 Euro zu zahlen.“ Doch was treibt Guido Franke an, ein Auto mit Minimalausstattung zu fahren und auf sämtlichen Luxus zu verzichten? „Ich begegne fast ausschließlich lachenden Menschen am Straßenrand, die sich freuen, wenn sie eine Ente sehen. Es ist dann so, als würde man in eine glücklichere Welt starten.“

### Chef über die Brandmelder

Guido Franke ist am Klinikum Kulmbach der Spezialist für die sehr umfangreiche und komplexe Brand- und Rauchmeldeanlage. Er hat auch die Zulassung für die Reparatur und Wartung dieser sehr speziellen Technik. Horst Wettermann, Leiter der Haustechnik, ist ausgesprochen froh, jemanden wie Guido Franke zu haben. Er kam ans Klinikum, als er für seinen vorigen Arbeitgeber Siemens die Brandmeldeanlage installierte. „Dann hat Herr Frankeseine Liebe zum Klinikum entdeckt und ist geblieben“, freut sich Horst Wettermann. Seither sei das Klinikum Kulmbach eins der wenigen Krankenhäuser in der Region, die über einen eigenen Spezialisten für diese vorgeschriebenen Anlagen habe. „Der Guido ist ein echter Glücksgriff“, lobt Wettermann.



Wenn Guido Franken mit seiner Ente unterwegs ist, trifft er immer auf freundliche Menschen.

# Sympathische Werbung um junge Ärzte

Auf der „Klinik Kontakt Messe“ in Erlangen führte das Kulmbacher Messteam eine Vielzahl von guten Gesprächen mit angehenden Medizinerinnen.

Ein junges kompetentes Team am Messtand und interessante Angebote hatte das Klinikum Kulmbach anlässlich der Messe „Klinik Kontakt“ am 27. April im Redoutensaal in Erlangen zu bieten. Maxi Roßberg (Assistenzärztin an der Frauenklinik), Yvonne Wagner (Sachgebietsleitung Personal) und Janine Brunecker (Marketing und Öffentlichkeitsarbeit) haben das Klinikum auf dieser wichtigen Messe vertreten. Sinn und Zweck der Veranstaltung war es, junge Medizinstudenten anzusprechen und für das Klinikum Kulmbach zu gewinnen. Insbesondere wurden in Einzelgesprächen mit den Studenten die Famulatur sowie das Studentenförderprogramm beworben sowie die anschließenden vielfältigen Weiterbildungsmöglichkeiten erörtert. Erfreulicherweise haben sich dabei auch Studenten aus Region, beispielsweise aus Bayreuth oder Selb, intensiv für die Chancen interessiert, die das Klinikum bietet. Der erste Auftritt auf dieser Messe war aus Sicht des Klinikums ein voller Erfolg.

Die Messe „Klinik Kontakt“ gibt es bereits seit einigen Jahren und in mehreren Städten Deutschlands. Veranstaltet wird sie von zwei Medizinerinnen aus Münster, Dr. Ricarda Saßmannshausen und Dr. Peter Brinkrolf. Die beiden Fachleute wissen: Der Markt um junge Ärzte ist umkämpft. Mit ihren Messen bieten sie eine Plattform, auf der sich die Krankenhäuser und die angehenden Mediziner kennenlernen können. Viele Medizinstudierende und junge Ärzte wünschen sich persönlichen Austausch und ein ungezwungenes Kennenlernen mit potenziellen Arbeitgebern, um sich im Dschungel der Möglichkeiten zu Recht zu finden. Eine im Jahre 2006 von der Bundesvertretung der Medizinstudie-

renden in Deutschland durchgeführte Online-Befragung unter mehr als 3600 Medizinstudierenden zeigt, dass weiche Standortfaktoren wie gutes Betriebsklima, partnerschaftlicher Umgang mit Vorgesetzten oder die Möglichkeiten der Kinderbetreuung noch nie so wichtig in der Auswahl der späteren Stelle waren wie zurzeit.

Dennoch bleiben zahlreiche attraktive Stellen vor allem in nicht-universitären Häusern zuweilen unbesetzt. Ein Grund

dafür ist, dass Studierende und junge Ärzte nur wenige Gelegenheiten bekommen, Kontakte zu Häusern aufzunehmen oder Kliniken gar nicht wissen, wo der Schuh drückt. „Diesen Missstand greifen wir auf und setzen dort an“, sagen die Messeveranstalter. Das Klinikum Kulmbach hat das Angebot genutzt, in direkten Kontakt mit Erlanger Medizinstudenten zu kommen und vielleicht auch den einen oder anderen durch einen sympathischen Erstkontakt auf Kulmbach aufmerksam zu machen.



Das Kulmbacher Messteam (von links): Janine Brunecker, Maxi Roßberg und Yvonne Wagner.



Assistenzärztin Maxi Roßberg führte zahlreiche Gespräche mit angehenden Kollegen.



Sympathische Werbung für Kulmbach und das Klinikum.

## Zahl der Krankmeldungen steigt

In Kulmbach gibt es mehr krankgeschriebene Arbeitnehmer als im bayerischen Durchschnitt. Das hat eine Untersuchung der AOK ergeben.

Die aktuelle Auswertung der AOK zum Krankenstand für 2015 zeigt: Im Landkreis Kulmbach sind AOK-versicherte Arbeitnehmer kränker als im bayernweiten Vergleich. Mit 5,3 Prozent liegt der Krankenstand über dem Bayernwert von 4,7 Prozent. Im Vergleich zum Vorjahr haben sich mehr Beschäftigte krankgemeldet. Der Krankenstand kletterte im Landkreis Kulmbach um 0,3 Prozentpunkte.

Auffällig ist die Zunahme der Atemwegserkrankungen. 46,7 Krankmeldungen je 100 erwerbstätige AOK-Mitglieder gab es im vergangenen Jahr im Landkreis Kulmbach wegen dieser Krankheitsart. Im Jahr zuvor waren es 36,8 Krankmeldungen. Experten führen die Steigerung auf die Erkältungswelle im Jahr 2015 zurück. Sie ist vor allem in den ersten drei Monaten aufgetreten. Demgegenüber entfielen auf Muskel-/Skeletterkrankungen 32,6, auf Erkrankungen des Verdauungssystems 16,9 und auf Verletzungen 17,9 Arbeitsunfähigkeitsfälle. „Geht es um die Dauer der Erkrankung, so verursachen Muskel-

und Skeletterkrankungen von allen Krankheitsarten immer noch die meisten Ausfalltage“, so Ilona Birner von der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach. Statistisch gesehen war deswegen 2015 jeder AOK-versicherte Arbeitnehmer aus dem Landkreis Kulmbach 6,4 Tage krankgeschrieben. 3,0 Fehltage ergaben sich aus Atemwegserkrankungen, 3,3 Krankheitstage wegen Verletzungen. Insgesamt war im Freistaat durchschnittlich jeder AOK-versicherte Arbeitnehmer 17,1 Kalendertage krank, im Landkreis Kulmbach waren es im Schnitt 19,4 Tage.

Die Krankenstanddaten der AOK weisen innerhalb Bayerns ein deutliches Nord-Süd-Gefälle auf. Während in Ober- und Unterfranken der Krankenstand mit jeweils 5,3 Prozent am höchsten war, betrug er in Oberbayern lediglich 4,2 Prozent. Die Ursachen hierfür: Nordbayerische Unternehmen haben deutlich ältere Belegschaften. Oberbayerische Arbeitgeber dagegen profitieren von einem starken Zuzug jüngerer Arbeitnehmer.

„Um arbeitsbedingte Erkrankungen zu vermeiden, unterstützen wir Unternehmen aus unserer Region beim betrieblichen Gesundheitsmanagement“, erklärt Ilona Birner. Allein im Bereich der AOK-Direktion Bayreuth-Kulmbach nutzen jährlich rund 50 Unternehmen diesen Service. Bayernweit waren es allein im letzten Jahr mehr als 3200 Unternehmen. Dabei zählte etwa jedes dritte Unternehmen zum verarbeitenden Gewerbe, jedes sechste Unternehmen gehörte der Gesundheits- und Sozialbranche an. Darunter ist auch das Klinikum Kulmbach.

Vom betrieblichen Gesundheitsmanagement profitieren auch kleine und mittelständische Unternehmen. Rund 40 Prozent der Unternehmen mit langfristigen Projekten zur Betrieblichen Gesundheitsförderung (BGF) beschäftigen weniger als 100 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Die AOK Bayern stemmte damit mehr als jedes fünfte BGF-Projekt der gesetzlichen Krankenkassen bezogen auf ganz Deutschland.

## Aktionswoche zum Welt-Zöliakie-Tag

Informationen rund um das Thema Zöliakie standen im Mai im Mittelpunkt einer bundesweiten Telefon-Hotline mit Experten der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft e.V. (DZG). Anlass war eine Aktionswoche zum Welt-Zöliakie-Tag.

Nach aktuellen Untersuchungen ist etwa jeder 100. Deutsche von Zöliakie betroffen. Verursacht wird Zöliakie durch eine Unverträglichkeit gegenüber dem Klebereiweiß Gluten, welches in Weizen, Dinkel, Roggen und Gerste ent-

halten ist. Die einzige Therapie der chronischen Erkrankung ist eine lebenslange, streng glutenfreie Ernährung. Handelsübliche glutenhaltige Lebensmittel wie beispielsweise Brot, Kuchen, Pizza, Nudeln oder Kekse sind für Betroffene deshalb tabu. Auf Genuss muss bei Zöliakie dennoch nicht verzichtet werden, denn mittlerweile gibt es zahlreiche glutenfreie Alternativprodukte, beispielsweise aus Mais, Reis, Hirse, Amaranth, Quinoa oder Buchweizen. Bleibt eine Zöliakie unerkannt und Be-

troffene verzehren weiterhin glutenhaltige Lebensmittel, kann es zu einer Vielzahl von möglichen Folgeerkrankungen wie Lactoseintoleranz, Osteoporose, Zahnschmelzdefekten oder Blutarmut kommen. Um dies zu verhindern ist eine richtige und schnelle Diagnose sehr wichtig. Die durchschnittliche Dauer von den ersten Symptomen bis zur Diagnose der Zöliakie beträgt in Europa derzeit jedoch mehr als zehn Jahre.

## Mitgliederversammlung 2016: In Nürnberg gab es wieder viel zu feiern

Vorstands- und Beiratswahlen sowie Ehrungen für langjährige Mitglieder der Schwesternschaft Nürnberg vom BRK e. V. standen neben dem Fest am 10. Mai im Mittelpunkt

Wenn sich einmal im Jahr die Mitglieder der Schwesternschaft Nürnberg vom BRK e.V., zu denen auch die meisten Schwestern am Klinikum Kulmbach gehören, treffen, dann wird nicht nur zünftig gefeiert. Auch Ehrungen verdienter Mitglieder stehen immer auf dem Programm und besonders feierlich geht es bei der Neuaufnahme von jungen Schwestern vor, wenn das Gelöbnis von Florence Nightingale verlesen wird. In diesem Jahr standen zudem auch noch Wahlen zum Vorstand und des Beirats der Schwesternschaft auf der umfangreichen Tagesordnung. Unter den Ausgezeichneten wie auch unter den Vertretern im Vorstandsgremium und im Beirat sind auch Schwestern des Klinikums Kulmbach. Den Geehrten wie auch den Gewählten von dieser Stelle herzlichen Glückwunsch und alles Gute!



**Vorstandswahl:** In den Vorstand der Schwesternschaft wurden (von links) Doris Pösch (Schulleiterin der Berufsfachschule am Klinikum Kulmbach) und für ihre zweite Amtsperiode Franziska Schlegel (Pflegedienstleiterin am Klinikum Kulmbach) gewählt. Oberin Heidi Scheiber-Deuter dankte herzlich für die Übernahme der Ehrenämter. Die Amtsperiode beträgt fünf Jahre.



**Beiratswahl:** Ein wichtiges Bindeglied zwischen dem Vorstand der Schwesternschaft und den Mitgliedern ist der Beirat. Auch hier sind die Schwestern ehrenamtlich tätig und für fünf Jahre gewählt. Wiedergewählt wurden Valentina Backert und Karolin Kraft. Neu im Beirat aus dem Arbeitsfeld Klinikum Kulmbach mit Fachklinik Stadtsteinach werden Anne Döring, Tanja Pitterich, Sahra Mikhail, Svenja Grampp und Irmtraud Vinders aktiv. Auch eine Schülerinnenvertretung gibt es im Beirat. Die Schülerinnen werden jeweils für ein Schuljahr gewählt und sind voll in die Beiratsaufgaben eingebunden. Die Vorstands- und Beiratsmitglieder von links: Tanja Baier und Lisa-Marie Kolb (Beiratsschülerinnen), Franziska Schlegel, Doris Pösch, Karolin Kraft, Anne Döring, Svenja Grampp, Irmtraud Vinders, Valentina Backert, Sarah Mikhail, Tanja Pitterich und Oberin Heidi Scheiber-Deuter.



Als ordentliche Mitglieder wurden junge 15 Gesundheits- und Krankenpflegerinnen in die Schwesternschaft aufgenommen. Schwester Lakeesha Vitharana verlas stellvertretend für alle das Florence-Nightingale-Gelöbnis. Auf zehn Jahre Mitgliedschaft wurde bei zwei Schwestern zurückgeblickt und für ihr 25-jähriges Jubiläum wurden drei Schwestern durch Frau Generaloberin Edith Dürr (Vorsitzende des Verbandes der Schwesternschaften vom Bayerischen Roten Kreuz e. V.) sowie Oberin Heidi Scheiber-Deuter geehrt. Alle Jubilarinnen erhielten eine Urkunde und die Ehrennadel. Im Bild von links: Christine Groh, Anna-Katharina Kaiser, Cindy Bar, Nadine Hügerich, Julia Backer, Barbara Pittroff, Carmen Semmelroch, Jenny Geßlein, Lakksha Vitharana, Alina Krüger (zehn Jahre), Verena Pöhlmann, Theresa Will, Nadine Knorr, Hanna Bernhardt, Oberin Scheiber-Deuter, Franziska Bock, Sarah Mikhail, Sonja Sommer (25 Jahre), Heidrun Wachtel (25 Jahre), Daniela Herold (zehn Jahre) und Elke Vogler (25 Jahre).

## Spaß und Sport im Vordergrund

Das Klinikum Kulmbach war Ausrichter der oberfränkischen Krankenhausmeisterschaften im Hallenfußball.

Fußballturnier

Ein voller Erfolg waren die Oberfränkischen Krankenhausmeisterschaften im Hallenfußball in der Dreifachturnhalle in der Realschule Kulmbach - Weiher. Insgesamt acht Mannschaften nahmen an der Oberfrankenweiten Aktion der Kliniken teil.

Dieses Jahr galt es für das Klinikum Kulmbach die Meisterschaften auszurichten, was man im Organisationsteam rund um Personalratsvorsitzenden Frank Wilzok auch gerne erledigt hat. So trafen sich in der Dreifachsporthalle in Kulmbach die Klinikmannschaften aus Kulmbach, dem Bezirksklinikum Obermain, Hochstadt, die Kliniken aus Bayreuth, Lichtenfels und Marktredwitz um ihren Meister auszuspielen. Das Klinikum Kulmbach war unter anderem mit einer Damenmannschaft angetre-



Mit der Verteidigung des Titels, den die Kulmbacher im Vorjahr geholt hatten, hat es leider nicht geklappt. Nicht weniger herzlich fielen aber die Glückwünsche für die Mannschaft aus Bayreuth aus, die in diesem Jahr gewonnen hat. Die Aufnahme zeigt die Sportler zusammen mit den Vertretern des Klinikums.



Mit einer Frauen- und Herrenmannschaft trat das Klinikum Kulmbach zum Turnier an.



Spannende Spielszenen gab es zu beobachten und zu kommentieren.

- > ten, die mehr als überzeugend gegen die Männerwelt mitspielen.

Bereits in der Vorrunde konnte die Geschäftsführerin des Klinikums, Frau Brigitte Angermann, interessante Spiele verfolgen, die fair und freundschaftlich verliefen. Nachdem die Mannschaft des Klinikum Kulmbach ihr letztes Vorrundenspiel knapp mit 1:0 gegen den späteren Gewinner des Turniers, dem Klinikum Bayreuth verloren hatte war klar, dass keine der drei Mannschaften des Klinikum Kulmbach in die Endrunde einziehen wird. Dies tat aber der Stimmung in der Halle keinen Abbruch, denn die Fans des Bezirksklinikum Hochstadt, die für einen tolle Stimmung in der Halle sorgten, wussten, dass ihre Mannschaft weiter im Turnier ist. Die Halbfinale spielten die Kliniken aus Bayreuth, Obermain, Lichtenfels und Hochstadt. Im Finale setzte sich das Klinikum Bayreuth mit 4:1 gegen das Klinikum Lichtenfels durch. Der Gewinner des Turniers, muss auch die nächste Meisterschaft 2017 austragen.

Landrat Klaus Peter Söllner und Oberbürgermeister Henry Schramm überbrachten ihre Grüße und bedankten sich bei allen teilnehmenden Mannschaften. Zur Siegerehrung gab es noch einen Kasten Kulmbacher Bier, den die Brauerei spendierte. In ihrem Grußwort stellte die Geschäftsführerin des Klinikums, Brigitte Angermann, noch die Damenmannschaft des Klinikums heraus, die eine tolle Leistung ablieferte.

# Rettungswache platzt aus allen Nähten

Mehr und vor allem viel größere Fahrzeuge, mehr Personal, mehr Einsätze. Die Räume des BRK an Klinikumsberg sind längst viel zu klein. Jetzt denken die Verantwortlichen über einen Neubau nach.

Jürgen Dippold, Geschäftsführer des Kulmbacher BRK, nennt beeindruckende Zahlen. Vier Fahrzeuge hatten die Sanitäter des Roten Kreuzes im Einsatz, als sie Anfang der 1980-er Jahre ihre damals nagelneue Rettungswache unterhalb des Klinikums bezogen. Zwölf hauptamtliche Mitarbeiter waren damals in der Rettungswache beschäftigt. Heute ist alles anders: 13 Rettungswagen und Krankentransportfahrzeuge hat das BRK inzwischen. So viele, dass zwei Fahrzeuge schon ständig nach Thurnau und Stadtsteinach ausgelagert werden mussten, weil in der Wache kein Stellplatz für sie vorhanden ist. Und nicht nur die Zahl der Fahrzeuge schafft ein Platzproblem: Die Einsatzwagen sind zudem wegen der vielen Technik, die dort Einzug gehalten hat, heutzutage viel größer als früher. Statt der zwölf Beschäftigten tun heute 38 hauptamtliche Mitarbeiter Dienst, zusammen mit den ehrenamtlichen Helfern kommt so die stolze Zahl von rund 70 zustande. Angesichts dieser Entwicklung leuchtet schnell ein, warum das BRK gerade alle Anstrengungen unternimmt, seine Wache zu vergrößern und auf den technisch neuesten Stand zu bringen. Die Vorbereitungen für dieses große Projekt sind jetzt angelaufen.

Anfang Mai hatte der Zweckverband des Klinikums den Punkt auf der Tagesordnung, bestätigt die Klinikums-Geschäftsführerin Brigitte Angermann. Das Klinikum als Eigentümer und Vermieter der Wache kann nachvollziehen, dass in Anbetracht der Entwicklung mehr Räumlichkeiten sowohl für die Menschen als auch für die Fahrzeuge benötigt werden, sagt Angermann. Die



Technisch aufwendig sind die Rettungswagen der neuesten Generation ausgestattet. Deswegen sind die Fahrzeuge in der Vergangenheit immer größer geworden.

Geschäftsführerin ist zudem der Überzeugung, dass die Wache nahe am Krankenhaus bleiben sollte: „Wir wollen daran festhalten, weil diese Lösung sinnvoll und seit vielen Jahren bewährt ist.“ Der Zweckverband habe deshalb einstimmig einer Erweiterung der Wache zugestimmt. Ganz so weit ist das BRK noch nicht. Aber auch da laufen die Vorbereitungen zur Verwirklichung des Projekts auf Hochtouren, bestätigt BRK-Geschäftsführer Jürgen Dippold. Als Verantwortlicher weiß er: „Das passt dort alles nicht mehr: Die Rangierflächen sind zu klein und auch die Räume für unsere Mitarbeiter.“ Praktisch alles, was zur Rettungswache gehört, müsse um mindestens eine Nummer wachsen.

Nach gründlicher Vorberatung im Vorstand habe man sich entschlossen, am bisherigen Standort festzuhalten, sagt Dippold. Da sind zum einen die kurzen Wege. Ein wesentlicher Aspekt ist aber auch die Zusammenarbeit beispielsweise mit der Zentralapotheke des Klinikums. Von dort bezieht der Rettungsdienst des BRK seine Medikamente, die er in den Rettungsfahrzeugen vorhält. Von dort kommen im Ernstfall auch zusätzliche Notärzte. Nach der Zustimmung des Vermieters ist jetzt das BRK am Zug, die Genehmigungen von den Kostenträgern für die Erweiterung zu erhalten. Die Anträge werden laut Jürgen Dippold gerade zusammengestellt. Wenn alles gut geht, könnte die Ent-





Im Rettungsdienst hat sich in den vergangenen 30 Jahren praktisch alles gewandelt, weiß der Leiter der Kulmbacher Rettungswache, Michael Martin. Nicht nur das System, das alle relevanten Patientendaten bereits vor dem Eintreffen des Patienten aus dem Rettungswagen ins Klinikum überträgt, ist neu (Bild). Auch die Zahl der Fahrzeuge, die Zahl der Einsätze und die Zahl der Mitarbeiter ist drastisch größer geworden.

- > scheidung noch in diesem Jahr fallen. Fiele sie positiv aus, könnte schon 2017 mit dem Abriss und Neubau begonnen werden. Im Idealfall wäre die neue Wache dann im Lauf des Jahres 2018 bezugsfertig.

Michael Martin kennt den Wandel, der sich im Rettungsdienst in den vergangenen Jahren rasant vollzogen hat, ganz genau. „In den vergangenen 20

Jahren ist der Rettungsdienst noch viel professioneller geworden. Unsere Arbeit von heute ist nicht mehr vergleichbar mit der aus den 80-er Jahren, als wir unsere Wache bezogen haben.“ Das beginnt schon bei der Zahl der Einsätze. Zwischen 12.000 und 13.000 mal pro Jahr rücken die Mitarbeiter der Kulmbacher Wache aus, um Menschen in Not zu helfen. Durchschnittlich mehr als 30 Mal am Tag. Der Zuwachs bei den Krankentransportfahrten beträgt laut Michael Martin in den vergangenen zehn Jahren 20 Prozent. Und auch die Fahrzeuge, die heute im Einsatz sind, kann man mit denen von vor gut 30 Jahren natürlich nicht mehr vergleichen. Viel größer sind die Rettungswagen geworden, sie haben deutlich mehr Technik an Bord. Als Beispiel sei ein hochleistungsfähiges 12 Kanal EKG-Gerät genannt. Auch die Beatmungstechnik ist auf einem viel höheren Level. Heute sei es Hightech, sagt Michael Martin, früher sei es nicht viel mehr als eine „Luftpumpe“ gewesen. „Schon im RTW können Patienten heute viel besser versorgt werden als früher“, berichtet der Rettungswachenleiter.

Aber auch für das Personal hat sich viel gewandelt. Nicht nur, dass die Zahl der Beschäftigten der Rettungswache deutlich größer geworden ist; auch die Anforderungen haben sich gewandelt. Michael Martin berichtet als Beispiel von den drastisch gestiegenen Zahlen der sogenannten „Infektionsfahrten“. Praktisch mehrfach täglich transportieren die Fahrzeuge und Rettungsassistenten Menschen, die von multiresistenten Keimen befallen sind. Nach einer jeden solchen Fahrt muss das gesamte Fahrzeug gewaschen werden, die Mitarbeiter müssen duschen, sich umziehen. Die Waschbox für die deutlich größeren Fahrzeuge ist längst zu eng geworden. Die eine Dusche reicht nicht aus und auch die Lagerflächen für Wechselkleidung sind zu klein. Mehr Personal, das in Schichten zu zwölf Stunden tätig ist, erfordert auch mehr Ruheräume.

Die direkte Nähe zum Klinikum will auch der Praktiker Michael Martin nicht missen. „Die Lage ist ideal“, betont er und er lobt die gute Zusammenarbeit mit der Klinik. Zudem habe eine Strukturanalyse ergeben, dass diese Nähe, wie sie in Kulmbach besteht, geradezu ideal sei. Das bestätigt auch Landrat Klaus Peter Söllner, der als Vorsitzender des Zweckverbands Klinikum Kulmbach und BRK-Kreisvorsitzender die Situation aus beiden Blickwinkeln genau kennt. Natürlich wäre es auch eine Option gewesen, die Rettungswache mit in das neue BRK-Zentrum einzubeziehen, das in der Heinrich-von-Stephan-Straße entsteht. Nach gründlicher Beratung im Vorstand habe man sich entschieden, die Lösung am Klinikum zu präferieren. „Diese Nähe ist unbezahlbar und schafft viele Synergien“, betont der Landrat. Zu bleiben und die Räumlichkeiten den heutigen Anforderungen anzupassen, sei daher der beste Weg. „Der Rettungsdienst im Jahr 2020 sieht nun einmal anders als aus im Jahr 1980.“ Die Basis für die neue Rettungswache sei nun gelegt. Jetzt komme es darauf an, die nötigen Genehmigungen zu erhalten. Dann könne es losgehen.



„Die Nähe zum Klinikum ist unbezahlbar und schafft viele Synergien.“

**Landrat  
Klaus Peter Söllner**

# Mit mobiler Datenübertragung Leben retten

Wenn sich der Rettungswagen des BRK mit seinem Patienten am Einsatzort in Bewegung setzt, wissen die Ärzte im Klinikum schon alles Wesentliche. Modernste Technik macht es möglich.

Rettungswache

AhKunft	Ereignis	Anmeldedatex	Kreislauf	GCS	Intubiert	I-Status
10:05	Beckentrauma	w 86 Sturz auf re Hüfte	stabil	15	nein	nein
10:00		m 45 akutes Abdomen	stabil	15	nein	nein
09:50	Ausschluss NORO	w 81 Erbrechen + Durchfall seit 0300, ca. 1x pro Std	stabil	15	nein	ja
09:42	Verlegung Palliativ	m 95 Verlegung von FKL S1 auf Palliativ	stabil		nein	nein
07:58	Asthma / exazerbierte COPD	m 79 COPD	stabil	15	nein	

Auf einem großen Monitor in der Notaufnahme werden die ankommenden Patienten und ihre Erkrankung angezeigt. An den Computern in den Behandlungsräumen können die Einzelheiten abgerufen werden.

Es gibt Erkrankungen, bei denen buchstäblich Minuten entscheiden, ob ein Patient überlebt oder nicht. Mit einem ganz neuen System der Datenübertragung direkt aus dem Rettungswagen an das Klinikum in Kulmbach hat das BRK die Weichen gestellt, um für viele Patienten genau diese entscheidenden Minuten zu gewinnen. Als eine der ersten Rettungswachen in Nordbayern setzen die Kulmbacher in Kooperation mit dem Klinikum ein aufwendiges technisches Datenübermittlungssystem ein. BRK-Geschäftsführer Jürgen Dippold erklärt, worum es geht: „Wenn der Patient im Klinikum eintrifft, sind dort schon alle relevanten Daten aus dem Rettungswagen eingetroffen.“

Wie ein robustes Tablett sieht das mobile Gerät aus, das die Retter im Einsatz nutzen, um alles einzugeben, was die Klinik braucht. Selbst alle relevanten Daten eines großen EKG können übermittelt werden. Die Vorteile, die Rettungswachenleiter Michael Martin

beschreibt, sind überzeugend: „So wissen die Mitarbeiter in der Notaufnahme schon, was auf sie zukommt und können sich vorbereiten. Wenn es Rückfragen gibt, können sie die direkt bei uns stellen.“ Bei einem Herzinfarkt beispielsweise könnten die Ärzte aus den übertragenen EKG-Werten ableiten, ob der Patient sofort einen Herzkatheter benötigt. In diesem Fall könne das Katheterlabor bereits vorbereitet werden, der Patient könne unmittelbar dorthin gebracht werden. „Gerade bei einem Infarkt sind diese Minuten, die wir uns mit der Telemedizin sparen, oft entscheidend“, weiß Martin.

Als das BRK diese Neuerung im vergangenen Jahr Klinikums-Geschäftsführerin Brigitte Angermann vorgestellt habe, sei diese sofort vom Nutzen überzeugt gewesen und habe einer Testphase zugestimmt. Die Testphase ist inzwischen in den Regelbetrieb übergegangen. Die Neuerung hat sich bewährt.

In der Notaufnahme weist auf dem „Arrival Board“ im Flur ein großer Monitor auf ankommende Patienten hin. Die genauen Daten werden dann direkt in den Behandlungsräumen am PC aufgerufen. Rund 450 bis 500 Protokolle über Einsätze werden jetzt schon monatlich aus den Rettungsfahrzeugen ans Klinikum geschickt. Die Zahl ist steigend, weiß Michael Martin. Eingebaut hat das BRK dieses neue System in allen seinen Fahrzeugen, im RTW genau so wie in den Krankentransportfahrzeugen und auch im Notarzteinsatzfahrzeug ist das lebensrettende Tablet für die Telemedizin dabei.

Und auch am Klinikum Kulmbach sind die Verantwortlichen überzeugt vom Nutzen dieser Technik. Brigitte Angermann: „Das ist eine sehr gute Sache für unsere Patienten, aber auch für unsere Mitarbeiter, die sich vorab schon auf den Patienten vorbereiten und auch die jeweils nötige fachliche Unterstützung dazuholen können.“ Der innerklinische Aufnahmeintervall werde so deutlich verkürzt, denn wenn Blutdruckdaten, Temperatur, Puls und alle anderen relevanten Informationen schon vorliegen, müsse man sich nicht mehr mit Vorarbeiten befassen, sondern könne sich unmittelbar auf Behandlung der akuten Erkrankung konzentrieren.

„Wenn der Patient im Klinikum eintrifft, sind dort schon alle relevanten Daten aus dem Rettungswagen eingetroffen.“

**BRK-Geschäftsführer  
Jürgen Dippold**

# Diabetes Mellitus - „honigsüßer Durchfluss“

Der Diabetes mellitus (DM) („honigsüßer Durchfluss“, griechisch, von altgriechisch diabainein, „hindurchgehen“, „hindurchfließen“ und lateinisch mellitus „honigsüß“), umgangssprachlich kurz: Diabetes, Zuckerkrankheit oder seltener Blutzuckerkrankheit, bezeichnet eine Gruppe von Stoffwechselerkrankungen. Das Wort beschreibt deren Hauptsymptom, die Ausscheidung von Zucker im Urin. Thomas Willis diagnostizierte 1675 die Krankheit, wie bereits Ärzte der Antike in Indien, Alexandria und Rom, anhand einer Geschmacksprobe des Urins, denn der Harn von Personen mit Diabetes weist bei erhöhtem Blutzuckerspiegel einen süßlichen Geschmack auf.

Mechanismen, die zur Überzuckerung des Blutes (Hyperglykämie) führen, setzen überwiegend am Insulin, dem Hauptregelungshormon des Zuckerstoffwechsels im menschlichen Körper, absoluter Insulinmangel, relativer Insulinmangel durch eine abgeschwächte Wirksamkeit des Insulins (Insulinresistenz) oder beides zusammen.



## Was geschieht in unserem Körper?

Der Verdauungsapparat baut die mit der Nahrung aufgenommenen Kohlenhydrate (aus Früchten, Getreideprodukten, Kartoffeln, Mais, Reis) zu Glukose (Traubenzucker) ab, die anschließend über die Darmwand in das Blut aufgenommen und im gesamten Körper verteilt wird. Die Bauchspeicheldrüse erzeugt in den  $\beta$ -Zellen der Langerhansschen Inseln das Hormon Insulin. Als Botenstoff bewirkt Insulin den Transport von Glukose ins Zellinnere, wo die Glukose anschließend zur Energiegewinnung verbraucht wird (Glykolyse). Darüber hinaus bewirkt Insulin auch eine Speicherung von Glukose in Form von Glykogen in der Leber sowie in den Muskelzellen, wodurch der Blutzuckerspiegel nach der Nahrungsaufnahme in engen Grenzen (ca. 80-120 mg/dl oder 4,5-6,7 mmol/l) konstant gehalten wird. Selbst bei langer Nüchternheit bleibt der Blutzuckerspiegel dabei auf normalem Niveau, wofür dann wiederum vor allem die Leber sorgt, zum einen dadurch, dass das zuvor gebildete Glykogen wieder zurück in Glukose aufgespalten und zurück ins Blut abgegeben wird, zum anderen dadurch, dass die Leber biochemisch ständig neue Glukose produziert.

## Die Erkrankung:

Entsprechend der WHO-Kommission und den Leitlinien der DGG wird nach folgenden Kriterien eingeteilt:

## Typ 1 Diabetes mellitus

Zerstörung der Betazellen der Langerhans-Inseln der Bauchspeicheldrüse führt zu absolutem Insulinmangel. Wenn die insulinproduzierenden  $\beta$ -Zellen nicht mehr genug oder gar kein Insulin mehr produzieren oder z. B. aufgrund von Entzündungen oder Operationen gar nicht mehr vorhanden sind, fehlen also sowohl die Glukose-Aufnahme in die Körperzellen als auch die Hemmung der Glukose-Neubildung in der Leber. (früher auch „Jugendlicher Diabetes“ genannt)

### Ursachen:

- Genetisch bedingt, erbliche Ursachen durch Chromosomenveränderungen.
- Umweltfaktoren, hier vor allem Diabetesauslösende Viren, Autoimmunreaktionen, wenn das Immunsystem einem körperfremden Antigen ausgesetzt wird.

### Symptome:

Charakteristisch für die Manifestation des Typ-1-Diabetes ist die ausgeprägte Gewichtsabnahme innerhalb von Tagen bis wenigen Wochen, verbunden mit Austrocknung (Exsikkose), ständigem Durstgefühl, häufigem Wasserlassen, Erbrechen und gelegentlich auch Wadenkrämpfen und Bauchschmerzen. Allgemeine Symptome wie Müdigkeit und Kraftlosigkeit, Sehstörungen und Konzentrationsstörungen kommen hinzu. Kopfschmerzen sind auch nicht ungewöhnlich.

### Therapie:

Beim Typ-1-Diabetes muss das fehlende Hormon Insulin künstlich in Form von Insulinpräparaten zugeführt werden. Das Ziel dieser Insulintherapie ist nicht die Heilung von Typ-1-Diabetes, sondern Ersatz des fehlenden körpereigenen Insulins. Deshalb muss die Therapie kontinuierlich bis ans Lebensende durchgeführt werden. Eine Therapie zur Heilung ist bisher nicht verfügbar.

## Typ 2 Diabetes mellitus

Hierbei handelt es sich um eine Störung, bei der Insulin zwar vorhanden ist, an seinem Zielort, den Zellmembranen, aber nicht richtig wirkt (Insulinresistenz). Kann sich erstrecken von einer (genetisch bedingten) Insulinresistenz mit relativem Insulinmangel bis zu einem absoluten Insulinmangel im späteren Krankheitsverlauf. Er ist häufig assoziiert mit anderen Problemen des Stoffwechsels. (früher auch "Altersdiabetes" oder "Erwachsenenzucker")

### Ursachen:

➤ Auch Diabetes Typ-2 ist eine multifaktoriell ausgelöste Erkrankung, wobei an erster Stelle der Ursachen das Übergewicht steht. Dessen Einfluss wird durch die Gene und mögliche weitere Faktoren verändert. Desweiterem gehören genetische Faktoren wie auch die Lebensweise zu den Ursachen für das Auslösen eines Typ 2 Diabetes.

### Symptome:

Viele Typ-2-Diabetiker haben jahrelang keine fassbaren Symptome. Im Gegensatz zum Typ-1-Diabetes geht der Typ-2-Diabetes eher selten mit einer Gewichtsabnahme und nur bei massiv erhöhten Blutzuckerwerten mit vermehrtem Wasserlassen und Durstgefühl einher. Häufig bestehen zu Beginn unspezifische Symptome wie Müdigkeit, Schwäche, Sehstörungen und Infektionsneigung wie z. B. häufige Blasenentzündungen. Da diese Symptome sehr unspezifisch sind, wird die Diagnose häufig erst nach Jahren durch Zufall gestellt.

### Therapie:

Am Anfang der Therapie beim Typ 2 Diabetes steht die Ursachen zu reduzieren, d.h. Gewichtsabnahme, Schulung in Ernährungstherapie und -beratung, Stärkung des Willens zu einer gesunden Lebensweise (Einstellen des Rauchen, diabetesgerechte Ernährung, Bewegung, Einschränkung des Alkoholkonsums). Medikamentös beginnt die Behandlung meist mit Methformin, bekommt man die angestrebten Blutzuckerwerte mit diesen Maßnahmen nicht in Griff, folgt oft die Einstellung mit Glukosidasehemmern und/oder Insulin.

### Folge- oder Begleiterkrankungen können sein:

- Schädigung der kleinen Blutgefäße (Durchblutungsstörungen der kleinen Arterien, wodurch versch. Organe geschädigt werden können - Augen, Nieren, periphere Nerven) Schädigung der großen Blutgefäße (Koronare Herzerkrankung, arterielle Verschlusskrankheit). Es kommt durch die Bildung von Ablagerungen und Verkalkungen in den Gefäßwänden der großen Blutgefäße zu Durchblutungsstörungen und Gefäßwandversteifung. Bei gleichzeitiger Polyneuropathie können Schmerzen trotz kritischer Durchblutung ausbleiben. Die möglichen Folgen der Durchblutungsstörungen sind eine (Schau fensterkrankheit), Herzinfarkt und Schlaganfall.
- Nervenschädigungen, Durchblutungsstörungen (diabetisches Fußsyndrom), Fettstoffwechselstörungen uvm.
- Die „Zuckerkrankheit“ betrifft ca. 10% der Gesamtbevölkerung in Deutschland, sie verursacht nach den Auskünften der Krankenkassen rund 20% der Gesamtausgaben für die Behandlung des Diabetes und seiner Folge- und Begleiterkrankungen. Der Diabetes mellitus zählt somit zu den Volkskrankheiten unserer Bevölkerung. Gerade beim Typ 2 Diabetes kann man aber viel zur Vermeidung und Ausdehnung der Krankheit durch seine eigene Lebensweise und Prävention beitragen.

## „Presslufthammer“ verschafft Linderung

Stoßwellentherapie kann Menschen viel Leid ersparen. Die alternative Behandlungsmethode hilft bei Kalkschultern oder Fersensporn und kann selbst bei schlecht heilenden Knochenbrüchen Erstaunliches bewirken.

Mit alternativen Therapieformen, das ist längst kein Geheimnis mehr, lassen sich zuweilen beachtliche Heilungserfolge erzielen. Für Dr. Ute Moreth, Leitende Ärztin der Geriatrischen Rehabilitation an der Fachklinik Stadtsteinach, ist bei Kalkschultern, Fersensporn oder auch schlecht heilenden Knochenbrüchen die „extrakorporale Stoßwellentherapie“ ein Mittel der Wahl. Dabei werden Ultraschallwellen hoher Energie erzeugt und über die Hautoberfläche in das Gewebe übertragen. „Die körpereigenen Selbstheilungskräfte in den Schmerzzonen werden aktiviert. Das heißt, einfach ausgedrückt: Dank stärkerer Durchblutung und der Bildung von neuen Blutgefäßen kommt es zu einer verbesserten Stoffwechselfähigkeit. Das bewirkt beispielsweise die Auflösung von Kalkdepots. Schon nach kurzer Zeit können die Ursachen chronischer Schmerzen beseitigt sein“, erklärt die Medizinerin.



„Die körpereigenen Selbstheilungskräfte in den Schmerzzonen werden aktiviert.“

Dr. Ute Moreth,  
Leitende Ärztin



Kalkablagerungen in der Schulter plagen viele Menschen. Heftige Schmerzen und eine teilweise massive Beeinträchtigung der Beweglichkeit des Arms sind die Folgen. Stoßwellentherapie schafft Linderung. Oft sind schon nach wenigen Behandlungen die Symptome deutlich gelindert oder gar beseitigt, weil sich die Kalkdepots aufgelöst haben.

Dr. Moreth berichtet von einem Patienten, der sich ganz massiv und vor allem kompliziert den Ellbogen gebrochen hatte. Acht Monate nach der Operation klaffte an einer Stelle immer noch unübersehbar ein Spalt, der sich einfach nicht schließen wollte. Für den Patienten stand eine weitere Operation zur Debatte. Doch der Mann entschloss sich, es vorher mit Stoßwellen zu versuchen. „Zusätzlich zu den klassischen Behandlungsmethoden ist das eine Option mehr, um sich eine sonst anstehende Revisions-OP möglicherweise zu ersparen“, sagt Dr. Moreth. Die Therapie war erfolgreich: Elf Behandlungen und vier Monate später war der Spalt ge-

schlossen. Der Mann musste sich nicht noch ein weiteres Mal operieren lassen. Auch eine Patientin, die mit einer auf dem Röntgenbild deutlich zu sehenden Kalkablagerung in ihrer Schulter ambulant zu Dr. Moreth kam, ist voll des Lobes über diese Behandlung. Nur fünfmal wurde sie mit dem Gerät, das in Betrieb ein wenig an eine Art „Presslufthammer“ erinnert, behandelt. Dann waren die Schmerzen weg. Die Frau kann ihren Arm wieder uneingeschränkt bewegen. An der Fachklinik Stadtsteinach werden sowohl neuerdings die fokussierte Stoßwellentherapie als auch weiterhin die radiale Stoßwellentherapie eingesetzt. Diese Form der Behandlung hat so viele

Erfolge gezeigt, dass beispielsweise die Berufsgenossenschaften gezielt Patienten zu dieser Therapie raten, um möglicherweise anstehende Operationen, aber auch lange Arbeitsunfähigkeiten zu vermeiden. „Die Berufsgenossenschaften übernehmen in solchen Fällen die Kosten und schickt Patienten gezielt zu uns“, berichtet Dr. Moreth. Krankenkassen bezahlen die Behandlung unter Umständen. Dafür müssen aber vorab Anträge zur Genehmigung gestellt werden. Weil mit Stoßwellen sehr gute Erfolge erzielt wurden, hat die Fachklinik nun auch noch zusätzlich ein neues fokussiertes Stoßwellengerät angeschafft. „Das Gerät hat eine noch bessere Eindringtiefe und wirkt oberflächlich wie auch in tieferen Regionen.“

Für die Behandlung einer Kalkschulter oder eines Fersensporns werden in der Regel drei bis fünf Behandlungen benötigt. Bei Knochenbrüchen können auch mehr Anwendungen erforderlich sein.

## Einsatzgebiete der Stoßwellentherapie

### In vielen Bereichen kann Stoßwellentherapie erfolgreich eingesetzt werden:

- > **Kalkschulter** - schmerzhafte Bewegungseinschränkung der Schulter am Sehnenansatz
- > **Tennisellbogen und Golfellbogen** - schmerzhafte Sehnenansatzreizung am Ellbogen
- > **Rhizarthrose** - schmerzhafte Arthrose im Daumengrundgelenk
- > **Fersensporn** - meist chronische, schmerzhafte Entzündung unter dem Fersenbein
- > **Achillodynie** - meist entzündlich bedingte Veränderung der Achillessehne oberhalb des Ansatzes
- > **Patellaspitzensyndrom** - Belastungsschmerz an der Kniescheibenspitze

- > **Tibiakantensyndrom** - Belastungsschmerz an der Schienbeinkante
- > **Bursitis trochanterica** - Schleimbeutelentzündung oder Sehnenansatzentzündung am Hüftknochen
- > **andere Sehnenansatzerkrankungen**

### Es gibt auch Erkrankungen, bei denen Stoßwellen nicht oder nur eingeschränkt angewendet werden können:

- > Alle akutentzündlichen rheumatischen Erkrankungen, bakterielle Erkrankungen oder Sehnenrupturen. Aufgrund der geschilderten Nebenwirkungen sollte bei einem Zustand nach einer Cortisoninjektion ein Mindestintervall zwischen Injektion und Anwendung der Stoßwelle von sechs Wochen eingehalten werden. Wer Blutverdünner, beispielsweise Marcumar, einnimmt oder sich in einer Therapie mit oralen Antikoagulantien befindet, kann keine Stoßwellentherapie im Bereich der Gelenke bekommen, weil dadurch vermehrt Blutergüsse auftreten können.
- > Als mögliche Nebenwirkungen werden Reizungen, Petechien, Hämatome, Schwellungen und Schmerzen angegeben. Bei Patienten mit Cortison-Vorbehandlung können Hautläsionen oder auch Sehneneinrisse auftreten.
- > Vor dem Beginn einer Stoßwellentherapie muss ein Röntgenbild vorliegen.



Auch Erkrankungen wie der Fersensporn können durch Stoßwellentherapie gut behandelt werden.

## Krise als Chance - Schüler auf Pilgerreise



Bei strahlendem Wetter begab sich die Klasse 13/16 auf eine kleine „Pilgerreise“ zur Basilika nach Marienweiher. Diese Exkursion bildete den Abschluss des Unterrichtes zum Thema „Krise als Chance“, in dem sich Schüler gemeinsam mit Pastoralreferenten Wolfgang Schmidt den unterschiedlichsten Bewältigungsstrategien von Menschen in Lebenskrisen näherten.

Zunächst führte Norbert Schmidt die kleine Pilgerschar durch die Basilika. Im Anschluss berichtete er von seiner Krebserkrankung und wie er diesen Lebensabschnitt mit Hilfe einer Pilgerreise nach Santiago de Compostella bewältigt hat. Über ausgewählte Literatur wie „Noch eine Runde auf dem Karusell“ von Terziani Tiziano, „Ich bin

dann mal weg“ von Hape Kerkeling, „Zwischen zwei Leben“ von Guido Westerwelle oder „Mein starkes Herz“ von Amet Bick referierten Schülerinnen von weiteren Lebenskrisen und möglichen Chancen, welche sich dadurch eröffnen. Mit Pater Alard, Guardian des Franzis-

kanerklosters in Marienweiher, tauschte sich die Gruppe über Möglichkeiten der Krisenbewältigung durch den Glauben aus. Zum Abschluss segnete Pater Alard in der Basilika die Gruppe, welche sich dann nach Hermes aufmachte, denn was wäre eine Pilgerreise ohne Einkehr.



## Berufsfachschule präsentiert sich im Oberland

Bei der ersten Ausbildungsmesse des Arbeitskreises Wirtschaft der Lebensqualität durch Nähe - Initiative (LQN) in der Frankenhalle in Grafenhausen, war auch unsere Berufsfachschule vertreten.

Die Idee zur Messe entstand durch den Wunsch von Jugendlichen aus den Oberlandgemeinden, um heimatnahe Ausbildungs- und Praktikumsplätze kennen zu lernen. Die Berufsfachschule am Klinikum Kulmbach informierte bei der hervorragend organisierten Veranstaltung, die durch Landrat Klaus Peter Söllner eröffnet wurde, über die Ausbildung zur/zum Gesundheits- und Krankenpfleger/in sowie über die Möglichkeit des dualen Studiums zum Bachelor of Science für Pflege. Landrat Söllner



(links) stattete dabei natürlich „seinem“ Klinikum ebenfalls einen Besuch ab und präsentierte zusammen mit Angela

Töpfer und Hans-Jürgen Wiesel von der Berufsfachschule die neu gestaltete Zeitschrift des Klinikums Kulmbach.

[www.wisag.de](http://www.wisag.de)

- Reinigung gemäß RKI-Richtlinien
- Bettenaufbereitung
- Hol- und Bringdienste
- Stationsdienste
- Ergänzende Serviceleistungen

 **WISAG**

**WISAG  
Krankenhausreinigung  
GmbH & Co. KG**

Breitwiesenstr. 19  
70565 Stuttgart

[www.wisag.de](http://www.wisag.de)

## En haut sur la France!

Auslandspraktikum in Laval, Frankreich mit Erasmus+



Philip Schulte

In diesem Schuljahr reisten insgesamt fünf Schülerinnen und Schüler des Beruflichen Schulzentrums Kulmbach nach Frankreich, darunter zwei FOS-Schülerinnen aus der Jahrgangsstufe 11, Ausbildungsrichtung Sozialwesen und drei Auszubildende aus unterschiedlichen Arbeitsbereichen. Die enge Kooperation mit dem Beruflichen Schulzentrum machte es möglich, dass ein Auszubildender aus der Gesundheits- und Krankenpflege an dem Auslandspraktikum teilnehmen konnte. Phillip Schulte berichtet von seinen Erfahrungen und Erlebnissen in Frankreich.

„Am Sonntag, den 24.04.2016 um 7 Uhr ging die Reise, nach einer entsprechenden Vorbereitungszeit, los. Die Teilnehmer trafen sich am Kulmbacher Bahnhof mit dem Betreuungslehrer Herrn Bertram Unger und fuhren über Bayreuth, Würzburg, Frankfurt, Saarbrücken und Paris zu dem Ort unseres Praktikums, Laval. Dies ist eine Stadt mit circa 50.000 Einwohnern. Sie liegt in der Mayenne, einer Provinz der Bretagne. Während wir an unserem ersten Abend noch die wunderschöne Altstadt

besuchen durften, ging es am zweiten Tag bereits richtig los.

Der Tag begann mit einem typisch französischen Frühstück, das wir zusammen mit dem Direktor unserer Austauschschule einnahmen. Anschließend wurden wir durch die Schule geführt und hatten die Gelegenheit an einer Deutsch-Unterrichtsstunde teilzunehmen. Am Nachmittag stand nun die Vorstellung bei der Praktikumsstelle an. Mir wurde mein Dienstplan ausgehändigt und ich bekam einen allgemein gehaltenen Überblick über die Klinik in Laval. Diese ist mit einem Bezirkskrankenhaus in Deutschland zu vergleichen. Die Klinik hält 20 medizinische Fachrichtungen vor.

Die Station meines Praktikums ist spezialisiert auf Patienten mit demenziellen Erkrankungen. Ihre maximale Kapazität beschränkt sich auf 10 Patienten. Jeder Patient hatte ein Einzelzimmer mit geräumiger Nasszelle. Ein Aufenthaltsraum mit großer Kochzeile, ein separates Besuchszimmer und ein Raum der Ruhe sind in das Stationskon-

Für Fachoberschüler und Berufsschüler verzahnt sich Theorie und Praxis. Während ihrer praktischen Einsätze gewinnen sie Einblicke in Berufe, die zu dem von ihnen gewählten Ausbildungszweig passen. Schülerinnen und Schülern des Beruflichen Schulzentrums Kulmbach, die Vorkenntnisse in der Fremdsprache Französisch haben, bietet die Schule zudem an, einen Teil dieser Praktika im Ausland zu machen, um ihr Erfahrungsspektrum durch interkulturelle Kompetenzen zu erweitern.



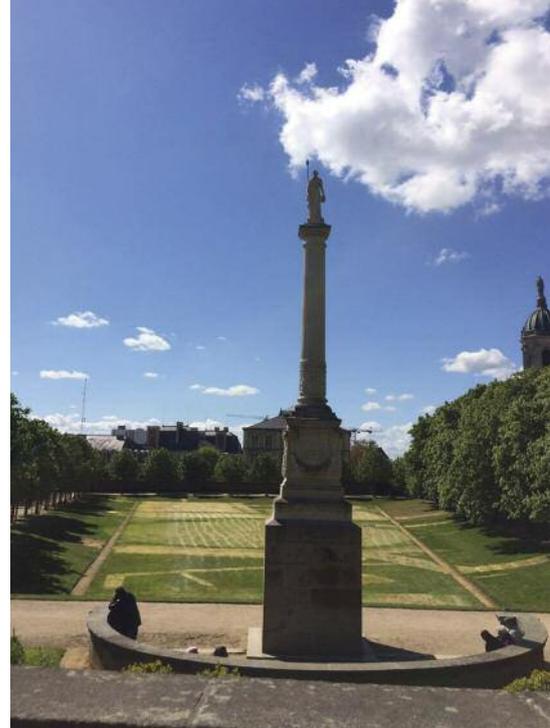
An der Küste der Bretagne.

zept integriert. Insgesamt basiert das Konzept, der speziellen, separaten Stationen für demenziell Erkrankte, auf dem Plan d'Alzheimer. Dieser wurde 2008 von der französischen Regierung eingeführt, 2013 und 2014 überarbeitet. Aus diesem Konzept ergaben sich auch die Personenschlüssel. In jeder der drei Schichten arbeiten eine ausgebildete Gesundheits- und Krankenpfleger/in und eine ausgebildete Pflegehilfskraft. Hinzu kam im Laufe des Vormittags eine medizinisch-psychologische Hilfskraft. Die kontinuierliche medizinische Versorgung wurde durch einen Arzt gesichert. Weiterhin zählten zum therapeutischen Team auch ein Ergotherapeut, ein Physiotherapeut und ein Logopäde.

Am zweiten Tag meines Aufenthalts nahm ich meine Tätigkeit auf. Ich wurde von Anfang an ins therapeutische Team integriert und bekam so die Möglichkeit, alle Facetten dieser speziellen pflegerischen Versorgung kennenzulernen. Im praktischen Alltag wird die Individualität der Behandlung als ein entscheidender Faktor angesehen. So wird die komplette Therapie dem Tagesablauf des einzelnen Patienten angepasst. Die einzigen Fixpunkte sind die Mahlzeiten, auf deren kulinarische „Exquisität“ wird sehr großen Wert gelegt. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Kommunikation. Zu Beginn meines Praktikums war dies eine Her-

ausforderung, da die Patienten aufgrund ihrer Krankheit oft Wörter oder Satzteile schlicht nicht äußern konnten. Nach einer kurzen Einarbeitungsphase gelang mir die Gesprächsführung flüssig und so erfuhr ich immer mehr über die Patienten und deren Lebensgeschichte. Ohnehin ist die verbale Seite nur ein Teil der Kommunikation. Die Mimik und Gestik werden als mindestens gleichwertig angesehen, da diese von manchen Patienten teilweise besser interpretiert werden können als die sprachlichen Ausführungen. Konzepte im Umgang mit demenziell erkrankten Menschen, wie die Validation von Naomi Feil, finden ebenfalls ihre Anwendung in der täglichen praktischen Arbeit.

Natürlich kam für die Teilnehmer auch die kulturelle Seite Frankreichs nicht zu kurz. Während des dreiwöchigen Aufenthalts besuchten wir Saint Malo eine der bedeutendsten bretonischen Hafenstädte, Mont-Saint-Michel eine Burg mitten im Meer und Rennes die Hauptstadt der Bretagne. Auch die Abende am Wochenende waren in der lebendigen Altstadt unterhaltsam. Kulinarisch kam ich in den Genuss die französisch-bretonische Küche probieren zu dürfen. Allen voran ist hier der Galette zu nennen, ein mit dunklem Mehl gemachter Pfannkuchen mit herzhafter Füllung.



Zahlreiche historische Stätten galt es kennenzulernen.

Mein persönliches Fazit des Praktikums fällt durchweg positiv aus. Es war eine sehr interessante Erfahrung Unterschiede aber auch Gemeinsamkeiten bei der Versorgung kranker Menschen in Deutschland und Frankreich zu erkennen. Das Praktikum hat meine sprachlichen Fähigkeiten, aber auch meine sozialen und pflegerischen Kompetenzen, gefördert und erweitert. So kann ich nur jedem empfehlen, der die Möglichkeit zu einem Austauschpraktikum hat, diese Chance wahrzunehmen. Gefördert wird der Austausch von dem EU-Programm Erasmus +, Lernaufenthalte in der beruflichen Aus- und Weiterbildung.

Zum Schluss möchte ich mich bei den Personen, die das Auslandspraktikum möglich gemacht haben, bedanken. Allen voran dem Kooperationspartner, das Berufliche Schulzentrum in Kulmbach mit dem Betreuungslehrer Herrn Unger, der Schulleiterin der Krankenpflegeschule Kulmbach Frau Pösch, der Pflegedienstleiterin des Klinikums Kulmbach Frau Schlegel, die Geschäftsführerin des Klinikums Kulmbachs Frau Angermann und der Oberin der Schwesternschaft Nürnberg vom BRK e.V. Frau Scheiber-Deuter.“



Mont-Saint-Michel eine Burg mitten im Meer.

# Das Klinikum gratuliert: Herzlichen Glückwunsch !!!



## Dienstjubiläen

### 25-Jähriges Dienstjubiläum:

Roland Gottzmann	Technischer Facharbeiter
Iris Lauer	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Monika Bär	Medizinische Fachangestellte/Sekretärin
Birgitt Schmiechen	Medizinische Fachangestellte

### 40-Jähriges Dienstjubiläum:

Sylvia Ständner	Mitarbeiterin in der Fachklinik Stadtsteinach
Renate Iflaender	Sekretärin der Geschäftsführung

## „Runde Geburtstage“

### ... Im April 2016:

Dr. Vasilij Russu	01.04.
Christiane Knapik	04.04.
Rita Heyer von	05.04.
Jonas Panzer	11.04.
Petra Steinich	14.04.
Denise Stöhr	15.04.
Patrick Kölbel	19.04.
Gabriele Feulner	22.04.
Cornelia Diehm	23.04.
Julija Fendel	26.04.
Claudia Roth	29.04.

### ... Im Mai 2016:

Anita Seiferth	01.05.
Birgit Vollmuth	02.05.
Andreas Hahn	11.05.
Wilma Schmitt	14.05.
Dr.sc.Univ. Osijek Nikola Zebic	14.05.
Sibylle Graß	20.05.
Karoly Molnar	21.05.
Ulrike Achenbach-Schabirosky	22.05.
Franziska Schlegel	22.05.
Nils Dehler	23.05.
Nico Gottsmann	24.05.
Doris Weith	31.05.

### ... Im Juni 2016:

Lucy Laksmono Kaloko	01.06.
Madlen Horntrich	02.06.
Mathias Höring	04.06.
Martin Lodzinski	07.06.
Christian Höfner	11.06.
Diana Kraus	16.06.
Esther Schwarz	21.06.
Andrea Backer	23.06.
Florian Hemmerlein	24.06.
Sandra Rödel	30.06.
Dr. Kerstin Heinitz	30.06.

# Neue Mitarbeiter/innen am Klinikum Kulmbach

26.02.2016



**Abdalrahim Faten**  
Assistenzärztin  
Geriatrische Rehabilitation  
Fachklinik Stadtsteinach

01.03.2016



**Gjergji Dyrmishi**  
Assistenzarzt  
Medizinische Klinik III

01.03.2016



**Anja Engelbrecht**  
MTLA  
Zentrallabor

01.03.2016



**Nemanja Jovic**  
Assistenzarzt  
Klinik für Allgemein- u.  
Viseralchirurgie

01.04.2016



**Daa Almarbou**  
Assistenzarzt  
Medizinische Klinik III

01.04.2016



**Rafed Botrus**  
Assistenzarzt  
Medizinische Klinik I

01.04.2016



**Kathrin Förtsch**  
Gesundheits- und  
Krankenpflegerin

01.04.2016



**Jacqueline Hahn**  
Gesundheits- und  
Krankenpflegerin

01.04.2016



**Iliya Iliev**  
Assistenzarzt  
Klinik für Urologie

# Neue Mitarbeiter/innen am Klinikum Kulmbach

01.04.2016



**Anne Linhardt**  
Assistenzärztin  
Klinik für Neurologie

01.04.2016



**dr. med. Magdolna  
Lörincz Keplerne**  
Fachärztin

01.04.2016



**Dejan Miric**  
Assistenzarzt  
Medizinische Klinik I

01.04.2016



**Kerstin Möschel**  
Mitarbeiterin in der  
Zentralsterilisation

01.04.2016



**Annalena Seyferth**  
Med. Fachangestellte  
Klinik für Urologie

18.04.2016



**Franz Nestmann**  
Mitarbeiter im  
Technischen Dienst

01.05.2016



**Preethi Chandra**  
Assistenzärztin  
Medizinische Klinik I

01.05.2016



**Irakli Katsitadze**  
Assistenzarzt  
Klinik für Neuro- und  
Wirbelsäulenchirurgie

01.05.2016



**Carina Lieb**  
Pharmaziepraktikantin  
Apotheke

# Neue Mitarbeiter/innen am Klinikum Kulmbach

01.05.2016



**Evtim Malinov**  
Assistenzarzt  
Klinik für Neuro- und  
Wirbelsäulenchirurgie

01.05.2016



**Doreen Tröbs**  
Med. Fachangestellte  
Fachklinik Stadtsteinach

15.05.2016



**Nina Vetter**  
Med. Fachangestellte  
Medizinische Klinik I



## Für alle, die Menschen helfen wollen

### Gesundheits- und Krankenpflegerin Gesundheits- und Krankenpfleger

**Wir bieten:**  
Ausbildung im Sinne der Erwachsenenbildung, die praktische Ausbildung gestalten wir im Mentorensystem, Ausbildungsvergütung nach Tarif, die Möglichkeit eines Dualen Studiums Health Care (B.Sc.) in Kooperation mit der HFH Hamburg

**Alle Informationen über die Ausbildung finden Sie auf unserer Homepage [www.bfs-ku.de](http://www.bfs-ku.de).**

Berufsfachschule für Krankenpflege der Schwesternschaft Nürnberg vom Bayerischen Roten Kreuz e. V. am Klinikum Kulmbach  
Albert-Schweitzer-Straße 12-14, 95326 Kulmbach





**Klinikum Kulmbach**  
mit Fachklinik Stadtsteinach





HAMBURGER FERN-HOCHSCHULE  
HFH  
UNIVERSITY  
OF APPLIED SCIENCES



# Evangelisches Wohnstift

Kurzzeitpflege

## Diakonie Sozialstation

Pflege-Beratung

Ambulante Pflege

## Essen auf Rädern

KASA

Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit

## Seniorenwohnanlage MAINPARK

Angebote für  
Menschen mit Behinderung

und vieles mehr ...

**Hier  
finde ich  
Rat und  
Hilfe**

**Im Mittelpunkt  
der Mensch**

[www.diakonie-kulmbach.de](http://www.diakonie-kulmbach.de)

## Öffnungszeiten der Servicebereiche KLINIKUM KULMBACH:

### Patientenanmeldung:

Mo. bis Do.	7.30	bis	12.00 Uhr
	12.30	bis	16.00 Uhr
Fr.	7.30	bis	12.00 Uhr
	12.30	bis	14.30 Uhr

### Cafeteria:

Mo. bis Do.	9.00	bis	18.30 Uhr
Sa. u. So.	13.30	bis	17.30 Uhr

### Friseur:

Di. bis Fr.	8.00	bis	18.00 Uhr
Sa.	8.00	bis	13.00 Uhr
So. u. Mo.geschlossen			

## Öffnungszeiten der Servicebereiche FACHKLINIK STADTSTEINACH:

### Pforte/Anmeldung:

Mo. bis Fr.	8.00	bis	19.00 Uhr
Sa., So.	10.00	bis	16.00 Uhr

### Kiosk:

Mo. bis Fr.	8.30	bis	10.30 Uhr
	13.30	bis	17.30 Uhr
Sa. u. So.	14.00	bis	17.00 Uhr

## Medizinisches Versorgungszentrum

### Kulmbach | 1. Stock | Sprechzeiten

#### ORTHOPÄDISCHE PRAXIS:

##### ☎ 09221-4048:

Mo., Di., Do.	8.00	bis	12.00 Uhr
	15.00	bis	18.00 Uhr
Mi.	8.00	bis	12.00 Uhr
Freitag:	Termin nach Vereinbarung!		

#### UROLOGISCHE PRAXIS:

##### ☎ 09221-82700:

Mo.	7.30	bis	18.00 Uhr
Di.	7.30	bis	15.30 Uhr
Do.	7.30	bis	12.00 Uhr
Mittwoch und Freitag	geschlossen!		

## SEELSORGE AM KLINIKUM KULMBACH:

### Gottesdienst:

Sonntags um 18.30 Uhr ökumenisch, jeweils in der Kapelle des Klinikums (Untergeschoss **U I**).  
Informationen über die Seelsorger gibt es auf den Stationen und an der Pforte. Gottesdienste werden auch über Kopfhörer und über Fernsehen (Kanal 32) in die Krankenzimmer übertragen.

## SEELSORGE AN DER FACHKLINIK STADTSTEINACH:

### Gottesdienst:

Katholisch: Mittwochs um 18.00 Uhr Heilige Messe in der Krankenhauskapelle.  
Evangelisch: Vierzehntägig samstags um 18.00 Uhr in der Krankenhauskapelle.

Weitere Informationen über die Seelsorge gibt es auf den Stationen oder an der Pforte. Gottesdienste werden auch über Kopfhörer und Fernsehen (Kanal 58+59) in die Krankenzimmer übertragen. In der Kapelle liegen Informationsbroschüren und Bücher aus, die Sie gerne ausleihen können.

## SELBSTHILFE UND PATIENTENSCHULUNG

Das Klinikum Kulmbach mit der Fachklinik Stadtsteinach bietet verschiedene Patientenschulungen und auch die Teilnahme in Selbsthilfegruppen an. Unter anderem gilt dies für Diabetes-Kranke, Selbstuntersuchungen zur Blutgerinnungsfähigkeit, Schwangerschaft und Entbindung, Schulungen für Hypertoniker und einiges mehr.

**Sprechen Sie uns an - die Fachabteilungen geben Ihnen gerne Auskunft.**

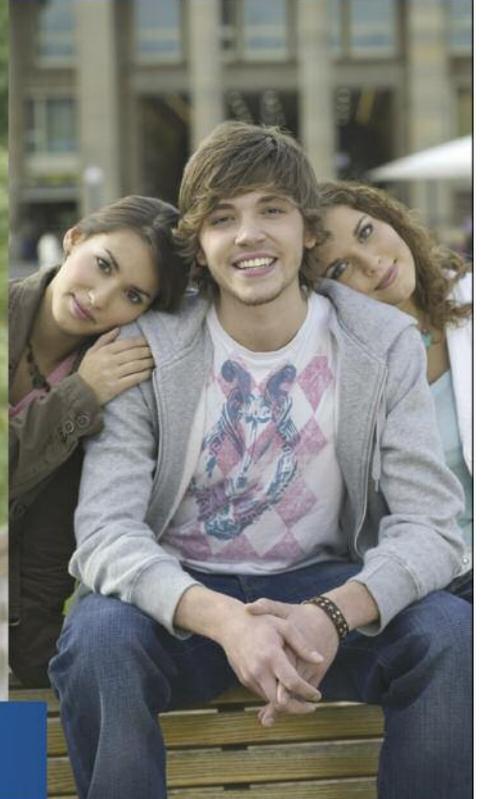
## IMPRESSUM:

„UNSER KLINIKUM“ ist die Zeitschrift des Klinikums Kulmbach mit Fachklinik Stadtsteinach für Patienten, Mitarbeiter und Besucher.

Gesamtleitung: Brigitte Angermann  
Redaktionsleitung: Melitta Burger  
Redaktionsteam: Ute Wagner, Grit Händler, Janine Brunecker, Horst Mäder, Franziska Schlegel, Hans-Jürgen Wiesel und Frank Wilzok  
Krankenhausträger: Landkreis und Stadt Kulmbach

### Anschrift:

Klinikum Kulmbach, „Klinikzeitschrift“,  
Albert-Schweitzer-Str. 10, 95326 Kulmbach  
Telefon: 0 92 21/98-50 01 · Telefax: 0 92 21/98-50 44  
Internet: [www.klinikum-kulmbach.de](http://www.klinikum-kulmbach.de)



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt!

Wir machen den Weg frei

Sie wollen sich immer wieder neu überraschen lassen?  
Sprechen Sie mit uns, wir passen Ihre Finanzen Ihren persönlichen Wünschen an, damit Sie das Leben genießen können.  
[www.kulmbacher-bank.de](http://www.kulmbacher-bank.de)

*die*  
 **Kulmbacher Bank eG**  
«Kompetenz - Vertrauen - Sympathie»