

Leben!

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

LUNGENKREBS

Die richtige
Therapie finden

NIEMAND SOLL ALLEINE SEIN

Grüne Damen nehmen
sich Zeit für die Patienten

**GENAU
MEIN
DING!**

IN DER PFLEGE
ARBEITEN



Katholisches Klinikum
Koblenz • Montaubaur



Barmherzige Brüder
Saffig



In Bewegung bleiben

Möglichst flexibel und agil, immer und überall präsent. Mobilität ist mehr als ein Lebensgefühl. Dabei werden wir körperlich immer unbeweglicher: Viel Zeit verbringt der moderne Mensch im Sitzen. Gebaut ist der Körper immer noch für die Anforderungen, denen sich schon unsere Vorfahren in der Steinzeit stellen mussten. Bewegung bleibt unser Lebenselixier.



Lebensrettende Entzündung

Als Danuta Arndt wegen einer Lungenentzündung ihren Urlaub absagen musste, ahnte sie nicht, welch ein Glücksfall das war. Denn bei der Untersuchung entdeckten die Ärzte einen Krebstumor in ihren Bronchien.



Niemand soll alleine sein

Sich Zeit nehmen, ein netter Plausch oder einfach nur zuhören: Grüne Damen und Herren besuchen ehrenamtlich Patienten im Krankenhaus und übernehmen auch kleine Botengänge.

kurz&knapp

- 4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

medizin

- 6 Eine lebensrettende Lungenentzündung
- 11 Die beste Therapie

gesund&fit

- 12 In Bewegung bleiben

pflege

- 14 Genau mein Ding!

standpunkt

- 18 In guter Balance halten

nahdran

- 20 Nachrichten aus den Einrichtungen in Koblenz, Mayen-Koblenz und Montabaur



GENAU MEIN DING!

14

Für viele stand der Berufswunsch schon lange fest, andere packte es bei einem Praktikum oder Freiwilligen Sozialen Jahr: Eine Ausbildung in der Pflege eröffnet heute viele Perspektiven. Mit der Kampagne „Genau mein Ding!“ stellt die BBT-Gruppe Mitarbeitende vor, die einen Beruf in der Gesundheits- und Krankenpflege in einer der BBT-Einrichtungen erlernen oder nach vielen Jahren immer noch voller Überzeugung ausüben.



Werner Hohmann
Hausoberer
Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur

Endlich Frühling!

Langweilig war es Rita Birster nie. Mit 93 Jahren hat sie sich bewusst entschieden, zu den Barmherzigen Brüdern Rilchingen zu ziehen. Der Schritt ist ihr leicht gefallen. Nicht nur, weil er gut überlegt war.

Liebe Leserinnen und Leser,

ein Winter, phasenweise so arktisch kalt wie seit vielen Jahren nicht mehr, liegt hinter uns. Die Grippewelle hatte vielen von uns zu schaffen gemacht und war in den meisten Fällen nur mit absoluter Bettruhe in den Griff zu bekommen.

blickpunkt

24 Niemand soll alleine sein

senioren

26 Jetzt kann der Frühling kommen

momentmal

30 Impuls

rätsel&co.

32 Kinderseite

33 Kreuzworträtsel

service

34 Veranstaltungstipps und Kontakt

Ruhe braucht auch, wer an einer Lungenentzündung leidet. Eine solche Diagnose auf die leichte Schulter zu nehmen, kann sehr schnell zu ernsthaften gesundheitlichen Beschwerden führen. Manchmal kann sie aber auch lebensrettend sein, wie bei Danuta Arndt. Ihr wurde eine Lungenentzündung diagnostiziert. Im Untersuchungsverlauf stellte sich dann heraus: Sie litt an Lungenkrebs. Der konnte frühzeitig erkannt und behandelt werden. Ihre Geschichte lesen Sie in dieser Ausgabe unseres „Leben!“-Magazins.

Zudem nehmen wir Sie mit auf einen der täglichen Rundgänge der „Grünen Damen und Herren“ über die Stationen unserer Häuser. Ehrenamtlich besuchen sie Patienten, nehmen sich Zeit für einen netten Plausch oder helfen mit kleinen Botengängen. „Niemand soll alleine sein“ – unter diesem Motto sind die „Grünen Damen und Herren“ auch für die Patienten da, die nicht so oft Besuch von der Familie oder Freunden bekommen.

Täglich für unsere Patienten da sind auch unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Pflege. Mit der Kampagne „Genau mein Ding!“ stellt die BBT-Gruppe seit März junge Leute vor, die eine Ausbildung in der Gesundheits- und Krankenpflege absolvieren. Vielleicht wäre das ja auch ein Beruf für Sie?

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre unseres BBT-Magazins „Leben!“.

Ihr

Werner Hohmann

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



CARITAS-JAHRESKAMPAGNE 2018

Ein Zuhause für alle

„Jeder Mensch braucht ein Zuhause“ heißt die aktuelle Kampagne des Caritasverbandes für 2018. Immer mehr Menschen seien auf dem Wohnungsmarkt „nahezu chancenlos“, sagte Caritas-Präsident Peter Neher bei der Vorstellung der Kampagne. Der katholische Wohlfahrtsverband hatte eine repräsentative Umfrage in Auftrag gegeben. Demnach sehen knapp 80 Prozent der Befragten angesichts steigender Wohnungskosten ein „erhebliches Armutsrisiko“. Neher warnte vor einem „gesellschaftlichen Konfliktpotenzial“, da Familien, alte und einkommenschwache Menschen sowie Studenten in Großstädten und Ballungsgebieten zunehmend aus Stadtvierteln verdrängt würden. Längst sei aber auch die Mitte der Gesellschaft betroffen. Seit Jahren würden zu wenig bezahlbare Wohnungen vor allem für untere Einkommensgruppen und Familien gebaut, beklagte Neher. „Wohnungspolitik ist immer auch Sozialpolitik“, betonte er. Im Rahmen der Jahreskampagne will die Caritas Möglichkeiten prüfen, wie es gelingen kann, den Wohnraumangel zu minimieren, und Projekte auch über eine eigene Internetseite bekannter machen, die im Sozialraum den Zusammenhalt fördern.

Weitere Informationen auf www.zuhause-fuer-jeden.de



TROST FÜR KRANKE

Ein Buch, das Mut macht

Seit zehn Jahren gibt es im Allgäu eine besondere Unterstützung für Menschen, die im Krankenhaus liegen: das „Trost- und Powerbuch“. Entwickelt hat es eine Lehrerin mit ihren Schülern. 11.000 Exemplare wurden bisher an Krankenhäuser und Geschäfte im bayerischen und württembergischen Allgäu verteilt, gerade ist eine neue Auflage von 5.000 erschienen. Patienten und Interessierte dürfen sich die Hefte ausleihen oder gegen eine Spende behalten, genauso wie die mit Engeln verzierten Karten und Lesezeichen, die es dazu gibt. Eine Notsituation brachte die Initiatorin Monika Eisele auf die Idee: Die 54-jährige katholische Religionslehrerin erkrankte 2005 an einer lebensbedrohlichen Autoimmunschwäche. Sie überlebte, „aber für meine Seele hat mir etwas gefehlt. Zuspruch geht im hektischen Krankenhausalltag leider etwas unter“, sagt sie. Die Pädagogin machte sich mit ihren Viertklässlern ans Werk. Die Kinder schrieben ihre Lieblingsgebete und gute Wünsche auf und malten dazu Bilder. Immer wieder zeichneten sie ihre Vorstellungen eines helfenden Gottes: mal als wärmende Lichtstrahlen, mal als bunt-fröhliches Wirrwarr und immer wieder als Wolke, aus der sich einem eine Hand entgegenstreckt.

Mehr zum Projekt auf www.trostundpowerbuch.de. Dort gibt es auch eine Mail-Adresse, bei der das Buch gegen Übernahme der Versandkosten bestellt werden kann.

WAS ANGEHÖRIGE WISSEN MÜSSEN

Pflege für Pflegende

Annähernd drei Viertel (2,08 Millionen) aller Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt. Davon werden 1,38 Millionen in der Regel allein durch Angehörige gepflegt. So lauten die aktuellsten Angaben des Statistischen Bundesamts aus dem Jahr 2015. Doch viele Angehörige fühlen sich erschöpft und überlastet. Nach einer Umfrage des Zentrums für Qualität in der Pflege (ZQP) fehlen ihnen Informationen zum Erhalt der eigenen Gesundheit. 73 Prozent der Befragten mit Pflegeerfahrung gaben an, keine entsprechende Beratung von einem Pflegeexperten bekommen zu haben. Von denen, die Beratung erhalten hatten, erinnerten sich viele nicht an die Informationen und sahen sich zumeist aus Zeitgründen nicht imstande, Präventionsmaßnahmen im Alltag zu beherzigen. Dabei kommen diese beiden Seiten zugute: Aktivierend zu pflegen könne etwa zur Schonung des Rückens des Pflegenden und gleichzeitig zur Selbstständigkeit des Pflegebedürftigen beitragen, sagte der Vorstandsvorsitzende des ZQP, Ralf Suhr. Schulungen mit Tipps zur richtigen Pflege zu Hause und viele weitere Informationen sowie Gelegenheit zum Austausch bieten viele Einrichtungen der BBT-Gruppe an.

Anlaufstelle für pflegende Angehörige sind auch die Pflegestützpunkte und Senioren- und Pflegeberatungsstellen der Kommunen. Einen Überblick gibt es auch auf www.verbraucherzentrale.de/wissen/gesundheit-pflege



WECHSEL IN DER BBT-GESCHÄFTSFÜHRUNG

Mit neuen Aufgaben

BBT-Geschäftsführer Dr. Albert-Peter Rethmann (57) hat zum Jahresbeginn neue Aufgaben in der Geschäftsführung der BBT-Gruppe übernommen. Nach dem Wechsel des bisherigen BBT-Geschäftsführers Bruder Alfons Maria Michels in den Aufsichtsrat der Barmherzigen Brüder Trier gGmbH verantwortet Rethmann zusätzlich zum Bereich Christliche Unternehmenskultur den Bereich Unternehmenskommunikation und ist Sprecher der Geschäftsführung. In den Verantwortungsbereichen der drei weiteren Geschäftsführer, Matthias Warmuth (47) für den Bereich Unternehmensentwicklung, Werner Hemmes (57) für Personal und Recht und Andreas Latz (48) für Finanzen, gibt es keine Änderungen. Rethmann ist seit 2013 Mitglied der Geschäftsführung.

BBT-GRUPPE ENTWICKELT VERSORGUNG IM HOHENLOHEKREIS WEITER

Für gute Medizin und Pflege

Die Barmherzige Brüder Trier gGmbH soll als Mehrheitsgesellschafter der Hohenlohe Krankenhaus gGmbH und der Hohenlohe Seniorenbetreuung gGmbH das regionale Versorgungskonzept weiterentwickeln. Mit seiner Entscheidung vom 21. März 2018 stellt der Kreistag die Weichen für ein zukunftsorientiertes und bedarfsgerechtes Leistungsangebot in Medizin und Pflege für die Menschen im Hohenlohekreis. „Wir freuen uns über das Vertrauen, das die Kreisräte in uns setzen und ihre klare Entscheidung für die BBT-Gruppe als Partner für die Zukunft der medizinisch-pflegerischen Versorgung in Hohenlohe“, kommentierte BBT-Geschäftsführer Matthias Warmuth das Abstimmungsergebnis. Für die BBT-Gruppe bedeutet dieses regionale Wachstum gegenseitige Stärkung statt Wettbewerb, mehr Effizienz durch die Nutzung gemeinsamer Potenziale statt Kosteneinsparung und Leistungsabbau, eine an den Menschen orientierte statt standardisierte Behandlung und die Sicherstellung einer qualitativ hochwertigen und modernen Versorgung in Medizin und Pflege durch eine strategische Zusammenarbeit mit allen Partnern in der Region. Der Beschluss steht unter dem Vorbehalt einer Zustimmung durch das Kartellamt sowie der Kommunalaufsicht und der Zusatzversorgungskasse des Kommunalen Versorgungsverbands Baden-Württemberg (ZVK).



BBT-Geschäftsführer Matthias Warmuth, Landrat Dr. Matthias Neth und Regionalleiter der BBT-Region Tauberfranken, Thomas Weber (v. li.).

EINE LEBENS- RETTENDE LUNGEN- ENTZÜNDUNG

Als Danuta Arndt wegen einer Lungenentzündung ihren Urlaub absagen musste, ahnte sie nicht, welch ein Glücksfall das war. Denn bei der Untersuchung im Brüderkrankenhaus Paderborn entdeckten die Ärzte einen Krebstumor in ihren Bronchien.





TEXT: JAN D. WALTER | FOTOS: ANDRÉ LOESEL

Eigentlich wollten Danuta Arndt und ihr Mann Werner Ende Mai Urlaub an der Mecklenburgischen Seenplatte machen. Der Luftkurort Waren an der Müritz wäre sogar ideal gewesen, um sich von der hartnäckigen Bronchitis zu erholen, die sie seit Wochen plagte.

Aber wenige Tage vor der Abreise, erzählt sie, sei etwas Ungewöhnliches geschehen: „Ich wollte mir wie gewohnt meine Frühstückszigarette anstecken, aber sie schmeckte mir überhaupt nicht.“ Einerseits war das eine gute Gelegenheit, ihren entzündeten Atemwegen – ganz ohne Entzugssymptome – eine kleine Auszeit zu geben. „Normalerweise rauchte ich 20 bis 25 Zigaretten pro Tag“, berichtet Arndt. „Es musste mir schon ziemlich schlecht gehen, wenn ich nicht rauchen wollte.“ Dass dies ihre letzte Zigarette sein sollte, ahnte sie noch nicht. Doch heute kommt Arndt der Vorfall wie ein schlechtes Omen vor.

Denn einen Tag später entwickelte sie plötzlich hohes Fieber. Da Wochenende war, fuhr ihr Mann sie in die Notaufnahme des Brüderkrankenhauses St. Josef in Paderborn. Dort diagnostizierten die Ärzte eine bakterielle Infektion der Atemwege und verschrieben ihr ein Antibiotikum. Am nächsten Montag überwies Arndts Hausärztin sie zur genaueren Diagnose zum Radiologen, und nach einer Röntgenuntersuchung stand fest: Danuta Arndt hatte eine schwere Lungenentzündung.

Statt für den Urlaub an der Müritz packte Arndt nun ihre Koffer für die Klinik. Im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn wurde sie zwei Wochen lang

stationär mit Antibiotika behandelt. Mit Erfolg. Die Lungenentzündung heilte gut ab. Nur das Röntgenbild machte den Ärzten weiterhin Sorgen: „Die Entzündungswerte waren gut“, sagt Dr. Hans-Christian Buschmann, Chefarzt der Inneren Medizin und Pneumologie, „aber die Auffälligkeiten auf dem Röntgenbild bildeten sich nicht so zurück, wie wir es erwartet hatten.“

Schockierende Diagnose

Um die fragliche Stelle genauer zu untersuchen, führte Dr. Buschmann eine Lungenspiegelung durch: „Bei der Bronchoskopie haben wir auffällig verändertes Gewebe entdeckt, von dem wir sofort eine Probe entnommen haben.“ Die pathologische Untersuchung bestätigte, was Dr. Buschmann bereits befürchtet hatte: Danuta Arndt war an Lungenkrebs erkrankt.

„Die Diagnose war natürlich ein absoluter Schock“, sagt sie. „Man geht mit einer gut behandelbaren Lungenentzündung ins Krankenhaus und dann ... ja, diese Diagnose!“ All das ereignete sich 2015. Aber noch heute, fast drei Jahre nach dem Befund, fällt es Arndt manchmal schwer, das Wort „Krebs“ auszusprechen.

Eine tödliche Krankheit

Die Angst, die sie und ihr Mann damals hatten, ist durchaus angebracht. Denn an Lungenkarzinomen sterben in Europa mehr Erkrankte als an jeder anderen Krebsart. Nicht nur, weil sie zu den häufigsten Krebserkrankungen gehört: „Lungenkarzinome wachsen in der Re-



Zweimal im Jahr zur Kontrolle: Dr. Guido Scholz und Dr. Hans-Christian Buschmann (re.) besprechen mit Danuta Arndt die Ergebnisse.

gel sehr lange ohne spürbare Symptome“, sagt Dr. Guido Scholz, Chefarzt der Thoraxchirurgie und Leiter des Lungenkrebszentrums am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn. „Deshalb werden die meisten erst entdeckt, nachdem sie Metastasen gebildet haben.“

Und dann ist die Behandlung schwierig und langwierig. Oft kann der Krebs nur mit Chemotherapie oder Bestrahlung bekämpft werden. All das ist kräftezehrend

und mit teils erheblichen Nebenwirkungen verbunden. Und manchmal kommt jede Therapie zu spät.

Operation genügt

Bei Danuta Arndt aber gab es guten Grund zur Hoffnung: „Wir haben in einer Reihe von Untersuchungen herausgefunden, dass der Krebs noch nicht gestreut hatte“, sagt Internist Dr.

Buschmann. Über diese Ergebnisse beriet er sich gemeinsam mit Kollegen in der Tumorkonferenz. Im Fall von Danuta Arndt war sich das interdisziplinäre Gremium einig: Eine Operation müsste genügen, um den Tumor zu entfernen und die Krebserkrankung zu stoppen.

Ob sie nach dieser Prognose so etwas wie Erleichterung spürte, daran kann sich Arndt heute kaum erinnern: „Mein Mann und ich, wir befanden uns in einem regelrechten Alptraum.“ Der verlängerte sich noch einmal, als die kurz bevorstehende Operation verschoben werden musste, weil sich mittlerweile der rechte, eigentlich gesunde Lungenflügel entzündet hatte.

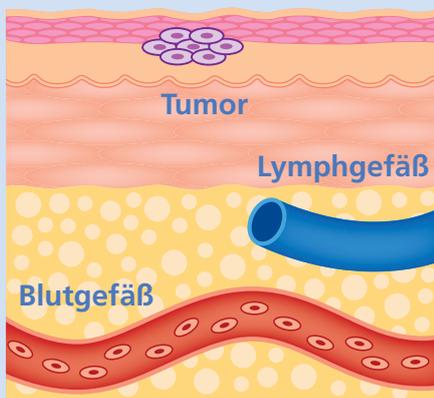
Mitte Juli – also rund sechs Wochen nach der Diagnose – war es dann aber so weit: „Wir haben zunächst den oberen Teil des linken Lungenflügels, in dem der Tumor saß, entfernt“, erklärt Thoraxchirurg Dr. Scholz den Eingriff. „Dann haben wir den unteren, nicht betroffenen Teil des Lungenflügels am zentralen Bronchialsystem wieder angenäht, um so viel Lungenfläche zu erhalten wie möglich.“

Gute Prognose dank Prävention

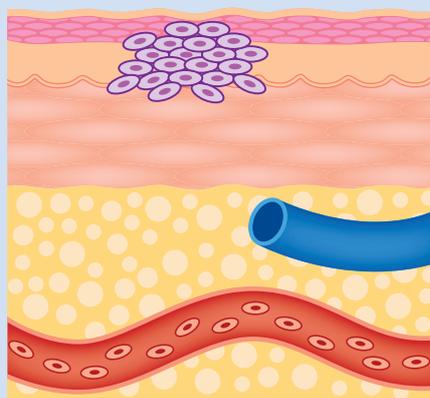
Ende Juli wurde Danuta Arndt aus dem Krankenhaus entlassen. Die Operation,

SO ENTSTEHEN METASTASEN

Illustrationen: Matthias Adolphi



Krebszellen neigen dazu, sich auszubreiten.



Sie können in umliegende Gewebe einwachsen ...



... und über Blut- oder Lymphgefäße in andere Körperregionen streuen und dort Metastasen bilden.

Erfahren Sie mehr über die Krankheitsgeschichte von Danuta Arndt im Video auf www.bbtgruppe.de/leben



Erste Anzeichen von Veränderungen an Bronchien und Lunge zeigt das Röntgenbild.

sagt Chirurg Dr. Scholz, habe sie sehr gut überstanden. Die Untersuchung weiterer Gewebeprobe bestätigte zudem erneut, dass der Tumor noch keine Metastasen gebildet hatte. Den August hindurch folgten weitere Nachbehandlungen, Kontrolluntersuchungen und vier Wochen Reha. „So richtig zu mir gekommen bin ich eigentlich erst im September“, sagt Arndt. „Da ist mir erst mal klar geworden, was für ein riesiger

Glücksfall diese Lungenentzündung war. Sie hat mir das Leben gerettet.“

Auch wenn Danuta Arndt die schwere Krankheit recht glimpflich überstanden hat – ganz spurlos ist sie nicht an ihr vorübergegangen: Manchmal hat sie Schluckbeschwerden, weil sich ihre Speiseröhre in Richtung des Hohlraums verschoben hat, in dem ein Stück Lunge fehlt. „Und die Luft fehlt mir oft – beim Treppensteigen, beim Putzen, wenn wir etwas strammer

TUMORKONFERENZ

Die Tumorkonferenz ist ein wöchentlicher Termin, bei dem alle Ärzte zusammenkommen, die Krebspatienten behandeln. Gemeinsam entwickeln sie für jeden Erkrankten einen individuellen Therapieplan. Der Vorteil: Die Perspektiven der verschiedenen medizinischen Fachrichtungen kommen der Behandlung zugute.

spazieren gehen.“ Aber alles in allem geht es ihr heute wieder recht gut, sagt Arndt. Zweimal im Jahr geht sie noch zur Kontrolle, aber die Chancen, sagen die Ärzte, stünden gut, dass der Krebs nicht wiederkommt: „Frau Arndt hat ja erfreulicherweise das Rauchen aufgegeben“, erinnert Internist Dr. Buschmann, „und das senkt das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, mehr als alles andere. Egal wie lang und viel man bisher geraucht hat.“

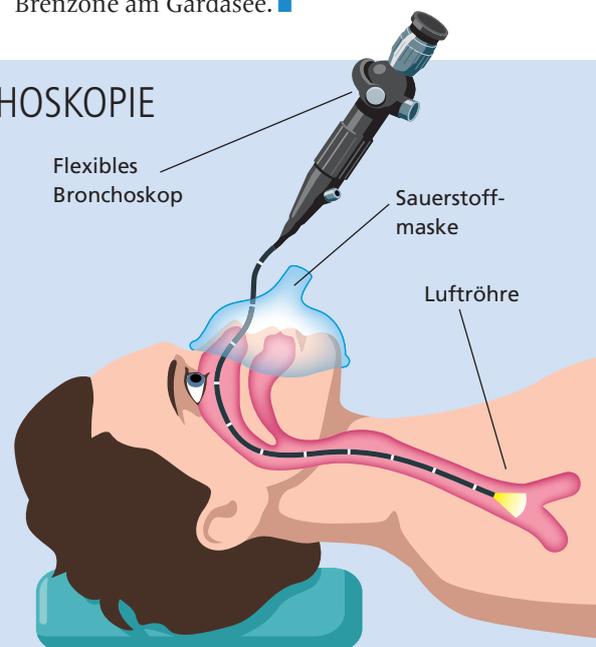
Dass es dabei bleibt, da ist sich Danuta Arndt sicher. Mit ihren Lungen will sie für immer nun sorgsamer umgehen. Und den Urlaub am See holen Danuta und Werner Arndt seither jedes Jahr nach – allerdings in Castelletto di Brenzone am Gardasee. ■

WAS SIND METASTASEN?

Metastasen nennen Mediziner die Tochtergeschwulste des ursprünglichen Tumors. Sie entstehen, wenn Tumore benachbartes Gewebe besiedeln oder wenn sich einzelne Krebszellen herauslösen und mit Blut oder Lympflüssigkeit in Organe streuen, ansiedeln und sich dort vermehren.

SO VERLÄUFT EINE BRONCHOSKOPIE

Bei einer Lungenspiegelung, auch Bronchoskopie, wird unter leichter Narkose ein dünner Schlauch mit einer winzigen Kamera an der Spitze durch den Rachen in die Atemwege eingeführt. Auf einem Bildschirm können sich die Ärzte dann das Innere der Bronchien ansehen.



DAS PSYCHISCHE GLEICHGEWICHT WIEDERHERSTELLEN

Eine gesunde Psyche erhöht die Lebensqualität von Krebspatienten, und sie kann den Behandlungserfolg der Therapie begünstigen, sagt Psychoonkologin Kathrin Schleitzer, Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie am Bräuderkrankenhaus St. Josef Paderborn.

Frau Schleitzer, was ist Psychoonkologie?

Das oberste Ziel der Psychoonkologie ist, die psychische Verfassung von Patienten und Angehörigen zu stabilisieren und zu verbessern. Wir unterstützen aber auch die medizinischen Teams bei der Arbeit mit Krebskranken. An Universitäten ist Psychoonkologie ein eigener Forschungszweig.

Wem steht Ihre Hilfe offen?

Jedem, der sie benötigt. Krebsdiagnosen sind oft sehr folgenreich und treffen die meisten Betroffenen vollkommen unerwartet: Viele Menschen werden davon dermaßen aus dem Gleichgewicht geworfen, dass alles, was sie sonst in schwierigen Situationen trägt – Familie, Freunde, Hobbys – überhaupt nicht mehr greifbar scheint.

Welche Hilfe können Sie anbieten?

Die Therapie richtet sich immer nach dem individuellen Bedarf. Manchmal genügt es, darüber zu sprechen, was die Diagnose für das eigene Leben und das der Familie bedeutet. In akuten Fällen arbeiten wir auch mit Techniken aus der Traumatherapie. Da geht es um die unmittelbare Stabilisierung im Hier und Jetzt. Aber viele Menschen mit schweren Erkrankungen kreisen auch langfristig um Fragen wie: Warum gerade ich? Wie schlimm ist es? Was soll nur werden? Um das verlorene Gleichgewicht dann wiederherzustellen, ist es wichtig, solche Gedanken loszulassen.

Wie kann das gelingen?

In akuten, aber auch dauerhaften Stresssituationen können Atemübungen oder andere Entspannungstechniken helfen. Sehr gute Erfahrung haben wir mit Imagination gemacht: Bei dieser Technik stellen wir uns mit dem Patienten zum Beispiel vor, dass wir an einen sicheren Ort reisen, an dem wir die belastenden Gedanken ablegen und zurücklassen können. Ich habe noch keinen Patienten erlebt, der das nicht als hilfreich erlebt hätte.



Welchen Einfluss hat die Psychoonkologie auf den Erfolg der Krebstherapie?

Eine stabile Psyche hilft Patienten, die oftmals sehr anstrengende Therapie besser durchzustehen. Wer zum Beispiel kraftraubenden Stress gut abbauen kann und nachts ruhig schläft, der hat auch körperlich größere Reserven. Und das unterstützt in vielen Fällen durchaus die Selbstheilungskräfte. In jedem Fall aber verbessert es die Lebensqualität während und auch nach der Behandlung.

Mehr dazu auf:

www.bk-paderborn.de/bkp/medizin-pflege/psychologischer-fachdienst/



KREBSRISIKO NUMMER 1

Der Entstehung von Lungenkarzinomen und anderen Krebserkrankungen vorzubeugen, heißt insbesondere eines: nicht rauchen. Onkologen gehen davon aus, dass das Rauchen von Tabak etwa ein Drittel aller Krebserkrankungen auslöst und 90 Prozent aller Karzinome in Mundhöhle, Kehlkopf und Lunge. Raucher haben gegenüber Nichtrauchern ein doppelt so hohes Risiko, an Krebs zu sterben. In der Altersgruppe der 35- bis 69-Jährigen ist die Sterberate unter Rauchern dreimal höher als unter Nichtrauchern. Bei mehr als zehn Zigaretten pro Tag verringert sich die Lebenserwartung bei Männern um 9,5 Jahre, bei Frauen um 7,5 Jahre. Wer das Rauchen aufhört, verringert sein Krebsrisiko. Nach fünf rauchfreien Jahren ist es bereits etwa um die Hälfte gesunken.

Quelle: Deutsche Krebsgesellschaft

Die beste Therapie

Experten im Lungenkrebszentrum entwickeln für jeden Patienten den individuell angepassten Behandlungsplan.



Das Lungenkrebszentrum am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur ist das größte in Rheinland-Pfalz und gehört auch zu den größeren in Deutschland. Das Besondere an Lungenkrebszentren ist, dass sie fachübergreifend arbeiten und regelmäßig an Studien zur Erforschung neuer Krebstherapien teilnehmen. Patienten können dadurch mit modernsten Medikamenten behandelt werden, die zum Teil noch nicht auf dem Markt eingeführt sind.

„Wir nehmen regelmäßig an internationalen Kongressen teil und setzen höchst moderne Geräte und OP-Verfahren ein“, sagt Dr. Wolfgang Neumeister, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/Pneumologie, Schlaflabor und Beatmungsmedizin. Dazu gehört zum Beispiel der Endobronchiale Ultraschall, der es ermöglicht, Gewebeproben der Lymphknoten schonend zu entnehmen, und minimalinvasive OP-

Techniken. „Besonders im frühen Tumorstadium kann der Patient stark entlastet werden, wenn der Tumor durch kleine Einstiche minimalinvasiv entfernt wird. Das Lungengewebe kann geschont werden, ohne dass Kompromisse bei der Qualität der Tumorbehandlung eingegangen werden müssen“, erklärt Privatdozent Dr. Martin Hürtgen. Neben Thoraxchirurgen und Pneumologen nehmen auch Onkologen, Radiologen, Strahlentherapeuten, Palliativmediziner, Pathologen, Psychoonkologen sowie sozialmedizinische Berater an den Konferenzen teil.

Diagnosen effektiv und schnell stellen

Wer ins Lungenkrebszentrum überwiesen wird, bekommt innerhalb von durchschnittlich sechs Tagen einen Termin. Die Untersuchung dauert vier bis

sechs Tage. Es werden Lungenfunktions-tests sowie Untersuchungen mit EKG, Ultraschall, Röntgen, CT oder MRT und endoskopische Eingriffe durchgeführt. Im besten Fall kann der Patient am vierten Tag mit einer Therapieempfehlung entlassen werden. Nach der Entlassung wird das Tumorgewebe weiter untersucht, um dann die Therapie einzuleiten. Zudem werden molekulargenetische Untersuchungen am Tumorgewebe durchgeführt, um dem Patienten auch allerneueste Therapien zu ermöglichen. „Da wir in unserem Lungenkrebszentrum sehr effektiv und schnell Diagnosen stellen können, wird unsere Hilfe immer häufiger von anderen Krankenhäusern angefragt“, berichtet Dr. Neumeister. „Von dieser Infrastruktur profitieren insbesondere die Patienten. Manchmal ist es entscheidend, ob die Diagnose zwei Wochen früher oder später gestellt wird.“

Ansprechpartner:

Lungenkrebszentrum am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur



Priv.-Doz. Dr. Martin Hürtgen
Chefarzt der Klinik für Thoraxchirurgie
Marienhof Koblenz
Rudolf-Virchow-Straße 7-9, 56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-3590
thoraxchirurgie@kk-km.de



Dr. Wolfgang Neumeister
Chefarzt der Klinik für Innere Medizin/
Pneumologie, Schlaflabor und Beatmungsmedizin
Marienhof Koblenz
Rudolf-Virchow-Straße 7-9, 56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-3121
pneumologie@kk-km.de

In Bewegung bleiben

Möglichst flexibel und agil, immer und überall präsent. Mobilität ist mehr als ein Lebensgefühl. Dabei werden wir körperlich immer unbeweglicher: Viel Zeit verbringt der moderne Mensch im Sitzen. Gebaut ist der Körper immer noch für die Anforderungen, denen sich schon unsere Vorfahren in der Steinzeit stellen mussten. Bewegung bleibt unser Lebenselixier.

„Es ist ja nicht so, dass sich der Mensch heute nicht mehr bewegen will“, sagt Stefanie Ebner-Etzkorn, therapeutische Leiterin am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur. „Viele merken, wie gut ihnen das tut und wie wichtig regelmäßige Bewegung nicht nur für den Körper, sondern auch für die Psyche ist.“ So sei für viele Rückenbeschwerden auch dauernder Stress mitverantwortlich. Das Adrenalin, das der Körper bei Anspannung ausschüttet, war früher wichtig, um die Muskeln etwa für die Jagd bereit zu machen, und baute sich durch die Bewegung wieder ab. Bleibt das Adrenalin im Körper, kann es zu Muskelverspannungen und Schmerzen kommen. Das kann dazu führen, dass sich die

Durchblutung verschlechtert und die Bandscheiben nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgt werden.

„Das Schlimmste ist eigentlich, jammern und nichts tun“, weiß die Diplom-Sportwissenschaftlerin und Physiotherapeutin aus Erfahrung. Lange Arbeitszeiten, viele Termine selbst in der knappen Freizeit, die Sorge für Kinder oder ältere Familienangehörige, manchmal fühlt man sich wie im Hamsterrad. „Gerade in dieser stressigen Lebensphase zählt jede Bewegung, egal was“, sagt Stefanie Ebner-Etzkorn: drei Übungen nach dem Zähneputzen, Tischtennis spielen mit den Kindern, eine Runde um den Block drehen, überlegen, welche Wege zu Fuß erledigt werden können. Auch viele Fir-

men bieten ihren Mitarbeitenden Kurse an. „Wichtig ist die Regelmäßigkeit und dass es Spaß macht“, rät sie.

Viele Ältere wüssten heutzutage sehr wohl, dass es ohne körperlichen Ausgleich nicht gehe und achteten sehr bewusst darauf, sich fit zu halten, so die Physiotherapeutin. „Aber was wir immer mehr sehen: Gerade junge Menschen, die erst am Anfang ihrer Berufszeit stehen, haben schon Bandscheibenprobleme.“ Sich ausreichend zu bewegen, sieht sie daher als notwendigen Teil der Bildung, in Kindergärten und Schulen, aber auch zu Hause: „Vokabeln lassen sich zum Beispiel auch abfragen, wenn man sich den Ball zuspießt, es muss nicht alles im Sitzen sein.“

Auf Trab – ein Leben lang



Bewegungsabläufe entdecken und Muskeln trainieren – das gelingt Babys nur, wenn sie sich frei bewegen können, zum Beispiel auf einer Krabbeldecke.



Schon die Kleinsten verbringen heute viel Zeit in Autositzen, die sich zudem schnell zum Kinderwagen umbauen lassen. Daher: auf genügend Ausgleich achten.



Nachmittage in Nachbars Garten, auf Bäumen und beim Bolzen – das erleben heute weniger Kinder als früher. Eltern sollten frühzeitig zum Klettern und Balancieren ermutigen.



Kommunikation läuft über das Smartphone. Das praktizieren heute bereits die jüngeren Schüler. Ein guter Ausgleich: Sport im Verein oder mal eine Runde Ball spielen zwischen den Hausaufgaben.

Drei Übungen für jeden Tag



Brücke

Beide Beine aufstellen, die Sprunggelenke sollten dabei unter den Kniegelenken sein. Gesäß anheben. Diese Position halten, ohne im Nackenbereich zu verspannen. Strecken Sie nun das rechte Bein. Beide Oberschenkel sollten weiterhin auf einer Höhe bleiben. Achten Sie darauf, dass Ihr Becken auf der rechten Seite nicht nach unten absinkt. Stabilisieren Sie Ihre Hüfte über die Bauchmuskulatur. Fortgeschrittene können auch die Arme noch anheben.

Sieben Wiederholungen pro Seite, drei Durchgänge



Planke

Aus dem Vierfüßlerstand starten. Legen Sie die Unterarme ab und strecken Sie beide Beine aus. Der Körper bildet vom Kopf bis zu den Fersen eine gerade Linie. Die Füße sind hüftbreit aufgestellt. Rumpfmuskulatur anspannen und halten. Falls das zu schwer ist, ein Knie absetzen. Für eine Steigerung ein Bein anheben.

Etwa 20 Sekunden halten, drei Durchgänge



Seitlicher Unterarmstütz

Auf eine Seite legen und auf dem Unterarm abstützen. Der Ellbogen und die Schulter bilden eine Linie. Nun bringen Sie die Hüfte nach oben, sodass der Oberschenkel sich vom Boden löst. Der Körper bildet eine Linie von Kopf bis Fuß. Den oberen Arm ausstrecken und etwas anheben. Etwa 30 bis 60 Sekunden halten und auf der anderen Seite wiederholen.

Drei Wiederholungen pro Seite



Keine Zeit für Sport? Jede Bewegung zählt – ob Gassi gehen mit dem Hund oder mit den Kindern nach Feierabend ins Freibad. Welche Wege lassen sich zu Fuß oder mit dem Rad erledigen?



Drei Viertel aller Berufstätigen in Industrieländern arbeiten überwiegend im Sitzen und da kommt einiges zusammen: Der Büromensch verbringt 80.000 Stunden seines Lebens am Schreibtisch. Während des Telefonierens aufstehen oder Nacken und Schultern dehnen.



Mit Mitte 60 gehörten die meisten früher bereits zum alten Eisen. Vor allem körperliche Arbeit hinterließ ihre Spuren. In dieser Lebensphase tun heute viele Menschen bewusst etwas für ihre Gesundheit.



Wandern, Nordic Walking, Radtouren und selbst Marathonläufe sind heute selbst im Rentenalter möglich. Nun wird auch der soziale Aspekt wichtiger: In der Gruppe ist es noch motivierender und bringt neue Kontakte.

GENAU MEIN DING!

Für viele stand der Berufswunsch schon lange fest, andere packte es bei einem Praktikum oder Freiwilligen Sozialen Jahr: Eine Ausbildung in der Pflege eröffnet heute viele Perspektiven. Mit der Kampagne „Genau mein Ding!“ stellt die BBT-Gruppe Mitarbeitende vor, die einen Beruf in der Gesundheits- und Krankenpflege in einer der BBT-Einrichtungen erlernen oder nach vielen Jahren immer noch voller Überzeugung ausüben.

Text: Jan D. Walter | Fotos: André Loessel

Lennart Mills, 21 Jahre

Auf die Idee, Krankenpfleger zu werden, ist Lennart Mills erst nach dem Abitur gekommen. Wie viele in seinem Alter war er ein wenig orientierungslos. „Aber dann“, sagt er, „bin ich im Krankenhaus gelandet und wusste: Da will ich arbeiten.“

Dreieinhalb Jahre ist es her, dass Lennart Mills sich – eher aus Verlegenheit – für ein FSJ, ein Freiwilliges Soziales Jahr, im Brüderkrankenhaus Paderborn bewarb. „Mir war schon damals klar, dass ein Bürojob nicht infrage kommt“, sagt er, „und dass ich mit Menschen, nicht mit Maschinen arbeiten wollte.“ Aber die Arbeit im Krankenhaus sei einfach ein Volltreffer gewesen.

Schon während des FSJ bewarb sich Lennart Mills für die Ausbildung am Brüderkrankenhaus Paderborn. „Freunde und Bekannte rieten mir davon ab, weil Krankenpfleger ein stressiger Beruf sei“, erzählt er. „Aber die haben auch keine Ahnung, wie unglaublich interessant und abwechslungsreich die Arbeit ist.“ Allein die Lebensgeschichten und die verschiedenen Charaktere, die man kennenlerne, seien es wert. Hinzu komme die fachliche Seite: „Ich kann mir kaum einen Beruf vorstellen, in dem man sein Wissen so unmittelbar einsetzt und so direktes Feedback für seine Arbeit bekommt.“

Natürlich trage man eine Verantwortung, vor der viele zurückschrecken. Den Satz „Ich könnte das nicht!“ hört Lennart Mills immer wieder. In dieser Haltung, glaubt er, schwingt eine Angst vor Krankheit und Tod mit. Dabei gehe es viel mehr um Heilung und Trost: „Wir helfen Menschen, gesund zu werden. Und wenn das nicht geht, erleichtern wir ihnen das Sterben. Das ist etwas sehr Schönes.“

Wenn mehr Menschen – wie er selbst – die Arbeit im Krankenhaus einfach mal ausprobieren würden, ist Lennart Mills überzeugt, dann würden viele merken, wie bereichernd sie ist. „Ich gehe fast immer zufrieden vom Dienst nach Hause“, sagt er. „Wer kann das schon von sich behaupten?“

Anja Kaiser, 48 Jahre

Sie ist mit Leib und Seele Krankenschwester, und das seit 30 Jahren. Wenn Anja Kaiser zwischendurch einmal etwas anderes ausprobierte, bestätigt sich nur immer wieder: „Krankenpflege ist einfach genau mein Ding!“

Man kann sich gut vorstellen, dass es kranken Menschen gleich ein bisschen besser geht, wenn Anja Kaiser sich um sie kümmert: Die hochgewachsene Frau ist ein Energiebündel und eine Frohnatur. Seit 30 Jahren pflegt sie Patienten auf der Station für Innere Medizin im Brüderkrankenhaus Paderborn. Und sie tue es immer noch mit Elan, sagt sie: „Wenn ich auf mein Rad steige, um zur Arbeit zu fahren, verspüre ich immer noch die gleiche Freude wie kurz nach dem Examen.“

Dabei freut sie sich auf die Kollegen wie auf die Arbeit mit den Patienten: Blutdruck und Temperatur messen, Patienten bei der Körperpflege helfen oder Verbände wechseln gehören genauso zur abwechslungsreichen Routine wie der Austausch mit Kollegen und das gemeinsame Anpacken im Team. Die schönsten Momente, sagt sie, erlebe sie, wenn sie sich einmal richtig Zeit am Krankenbett nehmen kann, um Patienten Trost zu spenden: „Mit ein paar ruhigen Worten und einer Hand an der Wange kann man so manche Tablette ersetzen“, ist sich Anja Kaiser sicher.

Die Mutter zweier erwachsener Kinder hat fast immer in Teilzeit gearbeitet. „Das erleichtert es schon sehr, den fordernden Beruf mit der Familie zu vereinbaren“, sagt sie. Am Brüderkrankenhaus Paderborn habe sie immer sehr gut das Arbeitspensum an ihre jeweilige Lebenssituation anpassen können. Im Gegenzug, sagt sie, habe sie schon oft Überstunden gemacht, wenn Kollegen ausfielen: „Die zusätzliche Arbeitszeit kann man sich auszahlen lassen oder später wieder abfeiern. Das geht bei uns ziemlich flexibel.“

Obwohl Krankenschwester schon immer zu ihren Traumberufen gehörte, hat Anja Kaiser – neben ihrer Teilzeitstelle – auch andere Jobs ausprobiert: im Altenheim und als Tagesmutter. „Das waren tolle Erfahrungen, aber jedes Mal ist mir wieder klar geworden, dass die Krankenpflege das einzig Wahre für mich ist.“





Eveline Löseke,
54 Jahre

Karriere sei nie ihr Ziel gewesen, sagt Eveline Löseke: „Was mich seit jeher antreibt, ist der Wunsch, Patienten immer noch besser zu versorgen.“ Ziel oder Schicksal: Inzwischen ist die examinierte Krankenschwester verantwortlich für 150 Mitarbeiter im Pflegedienst des Bräderkrankenhauses Paderborn.

„Wenn Not am Mann ist, helfe ich auch noch im OP, klar!“ Eveline Löseke arbeitet gerne mit Patienten, die medizinischen Geräte bedient sie nach wie vor aus dem Effeff: „Technik hat mich immer fasziniert.“ Aber ihr Arbeitsalltag sieht inzwischen anders aus: Als Bereichsleiterin Anästhesie, Intensiv, OP und Zentralsterilisation setzt sie Hygienerichtlinien um, begleitet Zertifizierungen, prüft Dienstpläne und organisiert Arbeitsabläufe und die Abstimmung der Pflegeteams mit den Ärzten. Oder sie hat einfach mal ein offenes Ohr für die Sorgen ihrer Mitarbeiter. Kurz gesagt: Sie arbeitet im mittleren Management des Bräderkrankenhauses Paderborn.

Möglich wurde ihr das, weil sie sich stetig weitergebildet hat: im Fachgebiet Intensivpflege und Anästhesie, zur Stationsleiterin und mit dem Universitätsstudium Gesundheitsmanagement und -wissenschaft. „Das war ganz schön zeitintensiv, aber als Belastung habe ich es nie empfunden“, sagt Eveline Löseke. Sie sei eben eine typische Westfälin: „Nicht unbedingt spontan, aber wenn ich mich für etwas entscheide, dann weil ich es wirklich will.“

Neben dem Beruf ist sie in der Deutschen Schmerzgesellschaft engagiert und hat mehrere Bücher über alternative Schmerztherapien in der Pflege mitgeschrieben. Ansonsten treibt die Mittfünfzigerin am liebsten Sport: Schwimmen, Radfahren, Joggen oder Gartenarbeit. „Hauptsache bewegen!“ Aber zum Abschalten genügt ihr meist die Autofahrt nach Hause. Wenn sie auf ihre gut 30 Berufsjahre im Bräderkrankenhaus Paderborn zurückblickt, bezweifelt Eveline Löseke keine Sekunde, den richtigen Beruf auszuüben. „Wenn man Veränderungen mitgestaltet, durch die sich Therapie und Wohlbefinden der Patienten, aber auch die Moral der Mitarbeiter verbessern, dann ist das jede Mühe wert.“

Ob als Führungskraft, mit dem Patienten oder in der Wissenschaft – die Möglichkeiten im Pflegeberuf sind vielfältiger denn je, sagt Matthias Hansjürgens.

EIN BREITES SPEKTRUM

Neue Behandlungsmethoden, wachsende Patientenzahlen und die Einbindung wissenschaftlicher Erkenntnisse in den Berufsalltag verlangen Pflegekräften viel ab. Matthias Hansjürgens, Leiter der Schule für Gesundheitsfachberufe am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, sieht darin aber auch eine große Chance für die Berufsgruppe und das Fach Gesundheits- und Krankenpflege.

Herr Hansjürgens, Fachkräftemangel, Arbeitsverdichtung und die Anforderungen steigen – wie attraktiv ist ein Beruf in der Pflege noch?

Dass die Anforderungen steigen, macht den Beruf aus unserer Sicht noch attraktiver. Wenn Ausbilder und Arbeitgeber adäquat darauf reagieren, ist das eine große Chance für den Beruf und die Patienten.

Inwiefern?

Neben der klassischen Ausbildung bieten wir einen ausbildungsbegleitenden Studiengang an. Nach drei Jahren können die Schüler examinierte Krankenpfleger sein und nach zwei weiteren Jahren einen Bachelor of Science in der Tasche haben. Der hilft nicht nur beim Weg in leitende Positionen, sondern ermöglicht auch eine akademische Karriere bis hin zur Promotion. Das sind attraktive Perspektiven für ambitionierte Berufseinsteiger.

Entfernt sich die Pflege durch die Akademisierung nicht von den Patienten?

Die Gefahr sehe ich derzeit nicht. Mittelfristig wird bundesweit etwa jede zehnte Pflegekraft einen Bachelor haben. Die meisten von ihnen dürften – wie bei uns – neben der akademischen auch eine praktische Ausbildung absolvieren. Die Arbeit mit den Menschen bleibt also zentral.

Was bringt es Patienten, wenn die Pflegekraft einen Bachelor-Abschluss hat?

Wie gut eine Krankenschwester einen Patienten versorgt, hängt – unter gegebenen Umständen – vor allem von ihrer Persönlichkeit ab. Aber je mehr sich die Gesundheits- und Krankenpflege als eigenständiges Forschungsgebiet und universitäres Lehrfach durchsetzt, umso stärker fließen wissenschaftliche Erkenntnisse in die Praxis ein. Das dürfte die Qualität der Pflege insgesamt weiter steigern, und Pflegekräfte können innerhalb der Therapieteams auf Augenhöhe mit den Ärzten sprechen.

Werden also auch Pflegekräfte ohne Studium besser?

Ja, da die ständig wachsenden Forschungsergebnisse auch langjährigen Mitarbeitern im Rahmen von Fort- und Weiterbildungen vermittelt werden. Am Brüderkrankenhaus Paderborn käme das nicht nur neuen Ausbildungsjahrgängen zugute, sondern auch langjährigen Mitarbeitenden im Rahmen von Fort- und Weiterbildungsangeboten.

Was motiviert erfahrene Pflegekräfte zu einer Weiterbildung?

Viele nutzen das Angebot, weil sie eine verantwortungsvollere Position innerhalb des Pflegeteams anstreben. Zum Beispiel bieten wir eine 250-stündige Weiterbildung zum Praxisanleiter an. Das sind die



Ansprechpartner für unsere Pflegeschülerinnen und -schüler auf den Stationen, die praktischen Ausbilder sozusagen. Andere bilden sich in Bereichen wie Wundversorgung oder Schmerztherapie weiter, um eine noch aktivere Rolle im Therapieprozess der Patienten zu übernehmen.

Welche Gründe gibt es noch für eine Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger?

Sie eröffnet ein breites Spektrum an Arbeitsbereichen: Im OP hat man ganz andere Aufgaben als auf einer regulären Station oder in der Psychiatrie. Ich selbst habe auch damit angefangen und bin nun Schulleiter. Aber wenn man mit Kolleginnen oder Kollegen spricht, die wirklich am Krankenbett arbeiten, dann ist es immer wieder die Arbeit mit Menschen: Jeder Tag ist anders, weil sich der Zustand von Patienten verändert, weil neue Patienten kommen, weil jeder Mensch anders ist. Und es gibt wohl wenige Berufe, in denen man Wirkung und Wert des eigenen Handelns direkter erlebt, als wenn man einen geheilten Patienten nach Hause verabschiedet.

GENAU MEIN DING!

Die Schulen für Gesundheitsfachberufe in der BBT-Gruppe bieten viele Perspektiven. Auch für Dich! Interesse? Mehr auf www.genauemeinding.bbtgruppe.de

In guter Balance halten

Umsatzzahlen und Unternehmensziele in Balance zu halten, ist die Herausforderung, der sich gerade christliche Gesundheitsunternehmen immer wieder stellen müssen. Nicht alles, was im Selbstverständnis verankert ist, lässt sich in Zahlen abbilden. Ein Kommentar von BBT-Geschäftsführer Dr. Albert-Peter Rethmann.



Der Gesundheitsmarkt ist ein Wachstumsmarkt. Zum Auftakt des neuen Jahres sagten Investmentspezialisten gerade hier wieder gute Gewinne voraus. Möglich wird dies durch die Entwicklung hin zu einer immer älteren Gesellschaft, die medizinisch und pflegerisch versorgt werden will. Zudem gibt die Digitalisierung zusätzlichen Auftrieb: Digital Health heißt ein noch recht neuer Trend der Branche. Unternehmen, aber auch Technologie-Riesen stecken Milliarden in die Entwicklung von Krankenhaus-IT, Telemedizin oder Services auf mobilen Geräten. Mit Gesundheitsleistungen lässt sich also ordentlich verdienen. Ist das so?

Umsatz und Überschuss

Wechseln wir die Perspektive und begeben uns in eines der 1.951 Krankenhäuser, die es in Deutschland gibt. „Die wirtschaftliche Lage der deutschen Kliniken hat sich im vergangenen Jahr erneut zugespitzt“, resümierte die Beraterfirma Roland Berger in ihrer Krankenhausstudie 2017, für die Vorstände und Geschäftsführer der 500 größten deutschen Krankenhäuser befragt wurden. Paradox: Der Umsatz der meisten befragten Krankenhäuser stieg 2016 im Vergleich zum Vorjahr. Dennoch sank die Anzahl der Kliniken, die einen Überschuss vorweisen konnten, auf 59 Prozent – 2015 waren es noch 72 Prozent. Woran liegt das? Sach- und Personalkosten und Aufwendungen für die Infrastruktur stiegen überproportional zum Umsatz. Und auch für die kommenden Jahre erwartete die Mehrheit der befragten Krankenhausmanager eine weitere Verschlechterung der wirtschaftlichen Situation.

Die Luft wird dünner. Kostensteigerungen steht eine unzureichende Refinanzierung gegenüber. Notwendige Investitionen in die Gebäude, die Ausstattung und medi-

Illustration: Markus Grollikonpool.com

zinische Geräte müssen aus dem laufenden Gesamtetat mitbestritten werden, denn die Bundesländer, die laut dem Krankenhausfinanzierungsgesetz zu einer entsprechenden Förderung verpflichtet sind, kommen dem sehr uneinheitlich nach.

Wofür wir angetreten sind

Ohne die finanzielle Ausstattung geht es natürlich nicht. Aber die Berechnungen um Erlöse und Zuschläge dürfen uns nicht den Blick verstellen auf das Wesentliche, für das wir als christliche Träger im Gesundheits- und Sozialwesen angetreten sind: Es geht nicht um Gewinnmaximierung, sondern um eine wirtschaftliche Basis, auf der wir Patienten, Klienten und Bewohner behandeln und versorgen können. Und das bedeutet auch, den Menschen hinter den Laborwerten und Krankheitsbildern zu sehen – mit all seinen Bedürfnissen, die die Krankheit und die individuelle Lebenssituation mit sich bringt.

Daran erinnerte auch Papst Franziskus in seiner Botschaft zum katholischen Welttag der Kranken, der am 11. Februar in diesem Jahr bereits zum 26. Mal begangen wurde. Die Nächstenliebe der Christen müsse sich allen Bedürftigen zuwenden, einfach, weil sie Kinder Gottes seien, schreibt das Kirchenoberhaupt. Diese Fürsorge der Kirche habe sich in ihrer 2.000-jährigen Geschichte in einer Reihe von Initiativen zugunsten der Kranken konkretisiert. Und dieses Erbe der Vergangenheit helfe auch bei der Planung der Zukunft, „um die katholischen Krankenhäuser vor der Gefahr der Betriebsmentalität zu bewahren, die auf der ganzen Welt versucht, die Gesundheitspflege in den Bereich des Marktes eintreten zu lassen und so darin endet, die Armen auszuschließen“. Die empathische Intelligenz und die Liebe verlangten vielmehr, dass die Person

Es geht nicht um Gewinnmaximierung, sondern um eine wirtschaftliche Basis, auf der wir Patienten, Klienten und Bewohner behandeln und versorgen können.

des Kranken in ihrer Würde geachtet und immer im Mittelpunkt des Behandlungsprozesses gehalten werde.

Werte wahren

In der Tat gehen viele Einrichtungen unseres heutigen Gesundheitssystems auf die Initiative gläubiger Männer und Frauen zurück, die aus dem Wunsch heraus, Bedürftigen zu helfen, Pflegeorden gründeten und ihr Leben lang selbstlos wirkten. Jahrzehntelang sicherten sie die Versorgung von Kranken und prägten das Bild eines Hauses. Heute stehen immer noch viele Krankenhäuser in Deutschland in ihrer Tradition: Rund 600 Kliniken sind in christlicher Trägerschaft. Das bedeutet: Jedes dritte Krankenhaus ist katholisch oder evangelisch verwurzelt. Ordensleute, die heute ihrem Pflegedienst nachkommen, gibt es nur noch sehr wenige. Ihr Bemühen, die Pflege aus christlicher Nächstenliebe heraus zu verstehen, ist das Erbe, das Mitarbeitende und Geschäftsführer auch heute noch weiterführen. Vielleicht würde man es heute in unserer immer pluralistischeren Gesellschaft als Mitmenschlichkeit verstehen. Und viele Pflegenden, ob Einsteiger oder schon etliche Jahre im Dienst, haben sich gerade deshalb für diesen Beruf entschieden: Weil er zwar

viel verlangt, aber auch einiges zurückgibt. Die finanzielle Rendite ist es sicherlich nicht, aber eine menschliche. Es mag nicht immer leicht sein, das im Alltag, der von wenig Personal, Erlössystemen und anderen Rahmenbedingungen bestimmt wird, zu sehen. Aber es ist unser Leitgedanke und unser Anspruch, mit dem wir das Erbe in die Zukunft tragen und, davon bin ich überzeugt, das sich langfristig auszahlen wird. Rein (mit-)menschlich gesehen.

Dr. Albert-Peter Rethmann ist Geschäftsführer der BBT-Gruppe und für die Bereiche christliche Unternehmenskultur und Unternehmenskommunikation zuständig. Außerdem ist der Theologe Sprecher der Geschäftsführung.





Testen erwünscht! Der Vortragsabend zur Aromatherapie lockte zahlreiche Besucher in die Seniorenzentren Maria vom Siege Plaidt und St. Josef Münstermaifeld.

SENIORENZENTREN DER BARMHERZIGEN BRÜDER SAFFIG

Aromen, die wirken

Eine Vortragsreihe der Seniorendienste der Barmherzigen Brüder Saffig legte den Schwerpunkt auf das Themenfeld „Aromatherapie in der Seniorenpflege“. Das Team um Heimleiterin Christiane Krebs setzt seit einiger Zeit Duftstoffe und Pflegeprodukte mit unterschiedlichsten Aromen bei der Alltagsbegleitung der Seniorinnen und Senioren ein. Besonders bei Menschen mit Demenz hilft dies, Erinnerungen durch den Geruchssinn wachzurufen. Auch beruhigende Salben oder Badezusätze werden in der Pflege eingesetzt und tragen somit zur Entspannung bei. Die Vielfalt der Möglichkeiten, die selbstverständlich auch im eigenen Haushalt, beispielsweise durch pflegende Angehörige genutzt werden können, wurden bei den Infoveranstaltungen vorgestellt. Im Anschluss an einen kurzen Vortrag ging es in erster Linie um das Ausprobieren, Schmecken und Riechen der unterschiedlichen Salben und Zusätze.



Foto: istockphoto

FÖRDERVEREIN ERMÖGLICHT NEUANSCHAFFUNG EINER ORGEL

Neue Klänge

Die Hauskapelle des Seniorenzentrums Maria vom Siege Plaidt hat eine neue Orgel. Das Instrument wird in Zukunft eine musikalische Bereicherung für die dort gehaltenen Gottesdienste darstellen. „Unser besonderer Dank gilt der tatkräftigen Unterstützung des Fördervereins unseres Seniorenzentrums“, so Hausoberer Frank Mertes bei seiner Festansprache. „Mit Ihrer finanziellen Unterstützung war es überhaupt erst möglich, diese besondere Anschaffung zu tätigen.“

Organist Otmar Freitag zeigte sich ebenfalls hochofreut über das neue Instrument. „Die bisherige Orgel war nach Jahrzehnten der Nutzung doch am Ende ihrer Kräfte“, stellte der 83-Jährige schmunzelnd fest, nachdem er den Gästen eine kurze Präsentation der Möglichkeiten der Neuanschaffung darbot. „Mit ihren 42 Registern kommt unsere neue Elektro-Orgel doch an das Klangwerk einer größeren Domorgel heran. Erstaunlich, was die Technik heute alles ermöglicht.“ Mit einem Dankgottesdienst wurde das neue Schmuckstück der Kapelle eingesegnet und offiziell übergeben.

Welch ein Klang! Die Mitglieder des Fördervereins waren bei der Vorführung der neuen Orgel erfreut über das Ergebnis ihrer Spende.





STUDIERENDE BESUCHTEN
BRÜDERKRANKENHAUS MONTABAU

Blick in die Praxis

Man nehme angehende Ingenieure, packe sie in einen Bus und zeige ihnen die Vorteile des Standortes Westerwaldkreis, indem man sie zu innovativen Arbeitgebern bringt – so lässt sich das Konzept der „tourING“-Veranstaltungen, organisiert von der Wirtschaftsförderungsgesellschaft des Westerwaldkreises, mit wenigen Worten erklären. „tourING“ machte jetzt auch am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur Station. Am Brüderkrankenhaus in Montabaur besichtigten 20 Studenten der Hochschule Koblenz und des RheinAhrCampus Remagen unter anderem das hochmoderne Herzkatheterlabor. Begleitet von ihrem Professor Dr. Heiko Neeb und Katharina Schlag von der Wirtschaftsförderungsgesellschaft hatten sie die Chance, Medizintechnik hautnah im Einsatz zu erleben.

Nach einer kurzen Information zum Katholischen Klinikum stand die Besichtigung des im Januar 2017 in Betrieb genommenen Herzkatheterlabors auf dem Programm. Privatdozent Dr. Felix Post, Chefarzt Allgemeine und interventionelle Kardiologie & internistische Intensivmedizin, und Dr. Mohannad Zahran, Leitender Arzt Kardiologie am Brüderkrankenhaus in Montabaur, begrüßten die Gäste und gewährten einen Einblick in die Arbeit im Herzkatheterlabor. Anschließend standen die Mediziner den Studenten des Fachbereichs Mathematik und Technik sowie der Studiengänge Medizintechnik und Sportmedizinische Technik Rede und Antwort.

„Bei tourING Westerwald steht die Verbindung von Theorie und Praxis im Vordergrund“, sagte Katharina Schlag. „Oft wissen die Studierenden, auch wenn sie aus der Region kommen, gar nicht, welche spannenden beruflichen Perspektiven die heimischen Unternehmen zu bieten haben. Genau das möchten wir bei diesen Exkursionen zeigen.“

KATHOLISCHES KLINIKUM KOBLENZ · MONTABAU

Wirbelsäulen- zentrum zertifiziert

Hohe Auszeichnung für das Wirbelsäulenzentrum am KKM: Als erste und bisher einzige Klinik in Rheinland-Pfalz ist die von Chefarzt Dr. Francis Kilian geleitete Klinik für Wirbelsäulenchirurgie von der Deutschen Wirbelsäulengesellschaft (DWG) auf dem höchsten Niveau (Level 1) zertifiziert worden. Auf diesem Qualitätsstandard wurden bisher bundesweit erst elf Kliniken zertifiziert – zumeist Universitätskliniken und Maximalversorger.

Das dreistufige Konzept der Deutschen Wirbelsäulengesellschaft sieht eine Zertifizierung nach Level 1, Level 2 und Level 3 vor. Die Einstufungen spiegeln die unterschiedlichen Ausstattungen, Behandlungsspektren, Verfügbarkeiten und Leistungsfähigkeiten der Kliniken wider. Damit wird gewährleistet, dass die Zertifizierung der aktuellen Versorgungsqualität in den Einrichtungen gerecht wird. Mit höchsten Ansprüchen zur Zertifizierung angetreten, wurde die Wirbelsäulenchirurgie am Brüderhaus des Katholischen Klinikums in die höchste Stufe Level 1 eingeordnet.

Die Zertifizierung bewertet unter anderem die persönlichen Qualifikationen und die Anzahl der Mitarbeitenden in der Abteilung sowie die materielle Ausstattung. Das KKM steht seit vielen Jahren für höchste Qualitätsansprüche in der Wirbelsäulenchirurgie und ist über die Grenzen der Region hinaus Anlaufstelle für die Patienten.

„Die Zertifizierung spiegelt unsere Arbeit in Spektrum, Anspruch und Qualität wider“, sagt Chefarzt Dr. Kilian. „Mein Dank gilt allen, die diese hohe Auszeichnung für uns möglich gemacht haben. Die Zertifizierung ist eine Auszeichnung für die Wirbelsäulenchirurgie, aber ein Verdienst des gesamten Katholischen Klinikums.“



Weg zurück ins Arbeitsleben



Menschen mit langwierigen oder chronischen Erkrankungen bei der Rückkehr in das Arbeitsleben geeignete Unterstützung anzubieten, ist die zentrale Aufgabe des Betrieblichen Eingliederungsmanagements (BEM) der Barmherzigen Brüder Saffig. Auf der Grundlage des BEM klären Arbeitgeber und Arbeitnehmer gemeinsam, wie die Arbeitsunfähigkeit überwunden werden kann. „Der Blick ist dabei immer auf die Wiedereingliederung in den beruflichen Alltag gerichtet“, erklärt Stefan Minning, Leiter der Beruflichen Integrationsdienste der Barmherzigen Brüder Saffig. „Welche Leistungen oder Hilfen werden benötigt, um nach längerer Krankheitsphase wieder in den Beruf zu starten? Wie können Arbeitgeber und Arbeitnehmer gemeinsam einer erneuten Arbeitsunfähigkeit vorbeugen? Welche Maßnahmen sind nötig, um den Arbeitsplatz dauerhaft zu erhalten? Diesen und weiteren Fragen widmet sich dieser Klärungsprozess. Stets mit dem Fokus auf eine angemessene und individuelle Lösung.“

Damit für betroffene Mitarbeitende entsprechende Lösungen erarbeitet werden können, hat die Verbandsgemeindeverwaltung Pellenz die Aufgaben des BEM den Beruflichen Integrationsdiensten der Barmherzigen Brüder Saffig übertragen. Ein entsprechender Vertrag wurde von Bürgermeister Klaus Bell sowie von Holger Brandt, Kaufmännischer Direktor der Barmherzigen Brüder Saffig, unterzeichnet. „Mit der Kooperation ermöglichen wir unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, durch professionelle Begleitung wieder in den Berufsalltag zurückzukehren“, zeigt sich Verbandsbürgermeister Klaus Bell erfreut. „Den Betroffenen werden somit unter anderem Situationsanalysen, Fallbesprechungen mit qualifizierten Fachkräften sowie die Begleitung konkreter gesundheitsfördernder Maßnahmen im Arbeitsumfeld ermöglicht.“

„Betriebliches Eingliederungsmanagement kann Beschäftigte mit langwierigen oder chronischen Erkrankungen gezielt vor Arbeitslosigkeit oder Frühverrentung schützen. Ein erfolgreiches BEM führt häufig zum Erfolg“, weiß Stefan Minning. Auch Arbeitgeber sollten die Vorteile nicht unterschätzen. „Aus Arbeitgebersicht ist BEM ein wichtiges Instrument, um Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden zu fördern sowie das krankheitsbedingte Ausscheiden hochqualifizierter Fachkräfte zu verhindern.“

Informationen zu den Leistungen der Beruflichen Integrationsdienste der Barmherzigen Brüder Saffig finden Sie unter: www.berufliche-integrationsdienste.de



Vertragsunterzeichnung: Klaus Bell, Bürgermeister der VG Pellenz (re.), und Holger Brandt, Kaufmännischer Direktor der Barmherzigen Brüder Saffig, bei der Unterzeichnung des Kooperationsvertrags.

Neue Station für Geriatrie

Das Katholische Klinikum hat am Brüderkrankenhaus in Montabaur eine neue Station für Geriatrie in Betrieb genommen. In nur wenigen Monaten war auf dem Gelände des Krankenhauses ein hochmoderner Neubau entstanden mit insgesamt 35 Betten, der inzwischen von der Klinik für Akutgeriatrie bezogen wurde. Die Klinik unter der Leitung von Chefarzt Dr. Ralph Schulz wuchs damit von bisher 17 Betten (im zweiten Stock) auf mehr als doppelt so viele Betten an.



Jetzt im Video:
Die Klinik für Akutgeriatrie am KKM bezieht die neue Station.



Patienten immer besser versorgen

Oberste Maxime der Planung für das Land Rheinland-Pfalz ist und bleibt nach den Worten von Sozialministerin Sabine Bätzing-Lichtenthäler der stationär behandlungsbedürftige Mensch. „Es gilt, flächendeckend eine bedarfsgerechte und qualitativ hochwertige medizinische und pflegerische Versorgung zu ermöglichen“, sagte Bätzing-Lichtenthäler, die als Gastrednerin zum Thema „Quo vadis, Krankenhausplanung?“ beim Neujahrsempfang des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur sprach. Derzeit laufen auf Landesebene die Planungen für den Krankenhausplan, der erneut für sieben Jahre gelten wird. „Aus unserer Sicht macht nur ein langfristiger Zeithorizont Sinn“, so die Ministerin.

Der Ärztliche Direktor des Katholischen Klinikums, Professor Dr. Jan Maurer, wandte sich in seiner Rede direkt an die Ministerin: „Wir sind überzeugt, dass wir durch unsere Arbeit gerade auch die Interessensgebiete Ihres Ministeriums weitestgehend unterstützen.“ Als Beispiele nannte er unter anderem den Bau des Herzkatheterlabors und die Eröffnung der geriatrischen Fachabteilung in Montabaur sowie die Erweiterung der Stroke Unit und die Entwicklung des Alterstraumatologischen Zentrums in Koblenz. Die Fallzahlen konnten so auf 32.000 stationäre und auf 155.000 ambulante Fälle gesteigert werden. „Diese Entwicklung wurde maßgeblich durch den unermüdlischen Einsatz all unserer Mitarbeitenden ermöglicht, die die damit verbundene Arbeitsverdichtung getragen haben. Uns ist sehr wohl klar, dass Wachstum durch Verdichtung Grenzen hat. Es kann auf Dauer nicht funktionieren, mehr Patienten mit mehr medizinischem und pflegerischem Aufwand, mehr Dokumentationsaufwand, mehr Anträgen, mehr Qualitätsaufwand und mehr juristischen Auflagen bei einem sich abzeichnenden Fachkräftemangel immer besser zu versorgen. Die Schere zwischen Steigerung der Personal- und Sachkosten einerseits und den erlaubten Einnahmesteigerungen der Krankenhäuser andererseits klafft jedes Jahr weiter auseinander.“

Im Anschluss an den vom Hausoberen Werner Hohmann moderierten offiziellen Teil, der musikalisch umrahmt wurde von (ehemaligen) Schülern des Musikgymnasiums Montabaur, trafen sich die rund 100 Gäste in der Cafeteria des Marienhofs noch bei Fingerfood zum Gedankenaustausch.

Niemand soll alleine sein

Sich Zeit nehmen, ein netter Plausch oder einfach nur zuhören: Grüne Damen und Herren besuchen ehrenamtlich Patienten im Krankenhaus und übernehmen auch kleine Botengänge.



Die rote Windjacke bereits über den Schultern und die Handtasche in der linken Hand steht sie abfahrtbereit am Fußende ihres Krankenbettes. Für Marianne Wolters* muss es jeden Moment so weit sein, bis sich die Türe öffnet und sie abgeholt wird. Nach Hause. Zu ihrem Freund, wie sie sagt. „Heute ist doch Freitag, oder?“ Heide Hoepfner legt behutsam den Arm um die 88-Jährige. Ein warmes Lächeln, die Stimme ruhig: „Wie geht es Ihnen denn heute? Darf ich Ihnen ein Glas Wasser einschenken?“

Seit 17 Jahren ist sie als Grüne Dame nun schon ehrenamtlich für die Patienten am Brüderkrankenhaus in Montabaur im Einsatz. „Wir sind einfach da, hören zu, helfen, haben Zeit.“ Für Patienten wie Marianne Wolters. Die ältere Dame hoffte, es sei schon Freitag. Dabei ist erst Mittwoch. Und der letzte Besuch ist auch schon eine Weile her. Endlich mal wieder mit jemandem reden. Heide Hoepfner war nicht der erhoffte Fahrdienst, und doch kam sie genau zur rechten Zeit.

Zeit schenken

„Ich liebe Menschen und bin gerne mit ihnen zusammen“, sagt Heide Hoepfner. Die ehemalige Bankangestellte leitete 14 Jahre lang die Ökumenische Krankenhaus-Hilfe (ÖKH) am Brüderkrankenhaus des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur. Im Herbst gab sie die Verantwortung an eine Nachfolgerin weiter. Als Grüne Dame aber bleibt sie an Bord, besucht auch weiterhin Patienten. „Niemand soll hier alleine sein, sich verloren fühlen. Und das ist unabhängig vom Alter. Wir schenken diesen Menschen unsere Zeit. Und die Patienten beschenken uns mit ihrer Dankbarkeit.“

Eine andere Station, ein anderes Patientenzimmer. Angela Klumpp öffnet die Türe. „Guten Morgen!“ Ein Lächeln, ein kurzer Händedruck. „Wie geht es

Ihnen? Kann ich Ihnen bei etwas behilflich sein? Benötigen Sie etwas?“ Für Angela Klumpp begann vor zwei Jahren ihre aktive Zeit bei den Grünen Damen und Herren. Mittlerweile hat sie die Leitung von Heide Hoepfner übernommen. „Ich habe in einer Arztpraxis gearbeitet und habe sehr gerne mit Menschen zu tun. Für mich stand immer fest, dass ich mich nach meiner aktiven Berufszeit ehrenamtlich engagieren möchte. Als mein Mann als Patient hier im Brüderkrankenhaus lag und er Besuch bekam von der ÖKH, war es auch für mich Zeit, aktiv zu werden.“

Zusammen reden, zusammen schweigen

Die Patientin, die sie heute früh besucht, freut sich über den Besuch. „Das ist eine tolle Sache“, sagt Petra Dörr*. Die 70-Jährige wurde bereits operiert, bekommt auch regelmäßig Besuch von der Familie. „Es ist dennoch sehr schön, einfach mal mit jemandem zu sprechen und zu sehen, dass sich hier so liebevoll um einen gekümmert wird.“ Nach ein wenig Smalltalk geht es für Angela Klumpp weiter ins nächste Patientenzimmer. „Ganz wichtig ist, sich auf den Patienten einzulassen und auch mal loszulassen. Den Menschen den Raum geben, den sie benötigen“, sagt sie. „Selbst die jungen Menschen freuen sich, wenn wir bei Ihnen vorbeischauchen. Natürlich sind die mit ihrer Kommunikation beschäftigt auf dem Smartphone oder dem Tablet. Trotzdem ist es für sie etwas Besonderes, wenn wir vorbeischauchen und unsere Hilfe anbieten.“

Die Grünen Damen und Herren helfen dabei mit Worten und Taten, erledigen auch mal kleinere Besorgungen oder holen Geld am Bankautomaten. „In der Vorwoche haben wir einem Patienten aus Berlin, der wegen eines medizinischen Notfalls in Montabaur war, frische Unterwäsche gekauft. Auch solche Auf-

Warum grün?

Die Kleidung brachte den Namen: Traditionell tragen die Ehrenamtlichen grüne Kittel, daher die Bezeichnung „Grüne Damen“. Sie sind nicht nur in Krankenhäusern unterwegs, sondern auch in Alten- und Pflegeheimen. Die Idee zu diesem Dienst kam auf einer USA-Reise: 1969 gründete Brigitte Schröder, angeregt durch den dortigen Volunteer Service, also Freiwilligendienst, in Deutschland die Evangelische Krankenhaus-Hilfe. Die lokal tätigen Gruppen sind bundesweit inzwischen zur Evangelischen Kranken- und Alten-Hilfe e. V. zusammengeschlossen. Nach Angaben des Vereins sind mehr als 9.000 ehrenamtliche Grüne Damen und Herren im Einsatz.

gaben erledigen wir sehr gerne, wenn wir den Menschen damit helfen können.“

„Manchmal gehe ich natürlich auch nach dem Gespräch aus dem Zimmer und bin traurig“, sagt Heide Hoepfner. „Mal ist es eine Diagnose, die betroffen macht oder eine Erzählung von der Familie und Freunden. Wenn Menschen sich einsam fühlen, macht auch mich das sehr betroffen. Immer die richtigen Worte zu finden, ist nicht leicht. Und manchmal ist Schweigen wertvoller als reden.“

*Name von der Redaktion geändert.

Die Grünen Damen und Herren am Katholischen Klinikum freuen sich über ehrenamtliche Unterstützung. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an folgende Ansprechpartner:

Brüderkrankenhaus Montabaur
Angela Klumpp, Tel.: 02602/122-5735

Marienhof und Brüderhaus Koblenz
Magdalena Scholz, Tel.: 02603/13784 und
Heidemarie Vollmer, Tel.: 0261/52884

JETZT KANN DER FRÜHLING KOMMEN

Drei Kinder, ein eigenes Geschäft – langweilig wurde es Rita Birster nie. Mit 93 Jahren hat sie sich bewusst entschieden, zu den Barmherzigen Brüdern Rilchingen zu ziehen. Der Schritt ist ihr leicht gefallen. Nicht nur, weil er gut überlegt war.



TEXT: JAN D. WALTER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL

Der Nachmittag hat gerade erst begonnen, aber die Sonne steht schon tief über dem Saartal. Doch sie scheint hell genug, um das Zimmer auszuleuchten, in dem Rita Birster seit ein paar Wochen wohnt.

Aufrecht sitzt die 93-Jährige an einem kleinen Holztisch vor der Fensterfront zum Balkon, vor ihr stehen zwei Stücke Streuselkuchen – eins für sie, eins für ihren Gast. Von hinten dringen die Sonnenstrahlen durch ihr sorgfältig gelegtes Haar. Darunter blicken keck zwei wache Augen. Ihr Mund zeigt ein verschmitztes Lächeln.

Zwei Institutionen

Wenn Rita Birster aus ihrem Leben erzählt, erlebt man eine Reise durch die deutsche Zeitgeschichte. 1925 geboren, hat sie fast ihr gesamtes Leben in Kleinblittersdorf an der Oberen Saar verbracht, die hier die Grenze zu Frankreich markiert. Als die Försterstochter aufwuchs, hieß die Gegend noch „Saargebiet“ und wurde seit Ende des Ersten Weltkriegs 1918 vom Völkerbund verwaltet. Die Barmherzigen Brüder aus Trier hatten sich erst wenige Jahre zuvor im Ortsteil Rilchingen niedergelassen, betrieben seit 1917 das Kurhaus an der Heilquelle und ein Kinderheim.

Einige von ihnen kamen die Familie Birster in der nahen Gehlbacher Mühle besuchen, die damals als Forsthaus diente. „Die Brüder kamen zu Weihnachten und auch, als mein Bruder geboren wurde“, erzählt die alte Dame. „Man kann sagen, wir waren Freunde.“

Sie spricht anerkennend und respektvoll von den Ordensbrüdern, aber nicht ehrfürchtig, sondern auf Augenhöhe – vielleicht weil sie selbst so etwas

wie eine Institution ist in Kleinblittersdorf: 70 Jahre lang hat sie in ihrem Tabak- und Zeitschriftenladen im Ortskern Kunden bedient – zunächst an der Seite ihres Mannes Paul und, seit dessen Tod vor 20 Jahren, mit ihrem jüngsten Sohn Bertram: „Die Stammkunden fragen jedes Mal nach meiner Mutter und lassen ganz herzliche Grüße ausrichten“, berichtet der 61-Jährige. „Bis letzten Sommer hat sie ja noch stundenweise im Laden gestanden.“



Familienbetrieb: Inzwischen führt Sohn Bertram das Geschäft weiter, das seine Eltern nach dem Krieg eröffnet haben. Mutter Rita Birster hat inzwischen bei den Barmherzigen Brüdern Rilchingen ihr Zuhause gefunden.



Eine gereifte Entscheidung

Doch Mitte 2017 stürzte sie in ihrer Wohnung über dem Ladenlokal – einmal, ein weiteres Mal. „Nach dem letzten Sturz lag sie fast eine Stunde dort, bis wir es bemerkten“, berichtet ihr Sohn. Im Krankenhaus in Saarbrücken sagte man ihr, sie habe Glück gehabt: starke Prellungen, aber keine Knochenbrüche. Dennoch sei es Zeit, sich von der Wohnung mit den steilen Treppen zu verabschieden, berichtet Rita Birster sachlich: „Und da habe ich gesagt, sie sollen mich gleich zu den Barmherzigen Brüdern nach Rilchingen entlassen.“

„Das war eine große Erleichterung für uns alle“, gesteht Bertram Birster. Die Familie habe sich schließlich Sorgen um die Zukunft seiner Mutter gemacht – auch wenn es um ihre Gesundheit allgemein durchaus gut bestellt sei: „Es war ihre Entscheidung, und sie hatte, wie wir dann erfuhren, bereits ein halbes Jahr darüber nachgedacht.“ Rita Birster bestätigt das: „Den Entschluss hatte ich längst getroffen, nach dem letzten Sturz war es dann eben so weit.“

Das Wirtschaftswunder kommt

Den geliebten Laden hinter sich zu lassen, war dennoch ein tiefer Einschnitt. Ihr Ehemann Paul Birster hatte ihn als Entschädigung erhalten, nachdem er 1946 bei einem Minenunfall sein Augenlicht verloren hatte: „Mein Mann war damals sehr unglücklich“, erzählt Rita Birster. „Und meine Mutter schimpfte, dass man dem armen Mann auch noch ein eigenes Geschäft aufhalste.“

Trotzdem eröffnete das frisch verheiratete Paar 1949 den Laden und lernte schnell, ihn zu führen. Dass Paul Birster blind war, hinderte ihn nicht daran, zielsicher die Produkte aus dem Regal zu greifen und Geld zu zählen. „Und anfangs hatten wir ja noch zwei Währungen!“, erinnert seine Witwe. Denn



Hier ist man richtig in der Natur. Wenn der Frühling kommt und Ostern, dann kann ich wieder länger spazieren gehen. Das wird schön.

Rita Birster

das Saarland, wie es inzwischen hieß, war damals französisch besetzt, und der Franc war offizielle Währung. Die Reichsmark und ab 1948 die D-Mark fungierten daneben als inoffizielle Zahlungsmittel, bis das Saarland 1959 wirtschaftlich in die Bundesrepublik Deutschland eingegliedert wurde.

Die staatliche Entschädigung erwies sich als wahrer Segen, wie die 93-Jährige erzählt: „Der Laden hat meinen Mann so glücklich gemacht!“ Und auch wirtschaftlich lief es gut. Schon zu französischen Zeiten machte sich das Wirtschaftswunder auch im Saarland bemerkbar. 1954 bauten die Birsters das Wohn- und Geschäftshaus, in dem Sohn Bertram mit seiner Frau noch heute lebt und arbeitet. Einen gewissen Anteil daran hatten auch die Barmherzigen Brüder: „Wir haben ihnen den Tabak für die Kurgäste geliefert, besonders für die Bergleute“, erinnert sich Rita Birster.

Glücksfall

Auch wenn seit 2005 keine Brüder mehr in Rilchingen leben, die christlichen Werte prägen nach wie vor das Profil der Einrichtung für Senioren und Menschen mit Beeinträchtigungen. „Es freut uns, wenn Bewohner so viel mit den Barmherzigen Brüdern verbinden wie Frau Birster“, sagt Alfred Klopries, Hausoberer und Heimleiter. Es gebe viele Gründe, aus denen sich Menschen

für das Seniorenzentrum in Rilchingen entschieden, weiß der Theologe. Aktuell entsteht ein neues Haus auf dem weitläufigen Gelände, um den Senioren einen noch besseren Service bieten zu können. Der Einzugsbereich, sagt Klopries, reiche bis ins 35 Kilometer entfernte Völklingen. Dass er Rita Birster sofort einen Platz anbieten konnte, sei ein Glücksfall gewesen.

Von ihrem Balkon aus blickt Rita Birster direkt in die Gartenanlage. Dahinter sieht man die Saar und am anderen Ufer die ländlichen Ausläufer des französischen Saargemünd. „Hier ist man richtig in der Natur“, schwärmt die Försterstochter. „Wenn der Frühling kommt und Ostern, dann kann ich wieder länger spazieren gehen. Das wird schön.“

Neues Zuhause gefunden

Schon jetzt blickt sie gern aus dem Fenster, beobachtet die Singvögel, die auf ihren Balkon kommen: „Das Vogelhäuschen, das hat mein Sohn gleich in der ersten Woche angebracht“, sagt sie stolz. Ansonsten lese sie gern und schreibe Briefe an Verwandte und Freunde. „Und hier ist ja auch ganz schön Programm!“ Den Kuchen auf dem Tisch hat sie an diesem Morgen selbst mitgebacken und danach: „Sport nennen sie das, wenn wir so unsere Glieder schütteln“, schmunzelt sie. Aber Spaß mache das schon, und schließlich will sie ja auch bald wieder besser zu Fuß sein.

Ihre Entscheidung, ins Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder Rilchingen einzuziehen, habe sie keine Sekunde bereut. Ihre Mitbewohner, sagt sie, habe sie zwar noch nicht so intensiv kennengelernt. Aber da sei sie guter Dinge. „Ach“, winkt sie ab, „mit denen werde ich mich schon verstehen.“ Mit dem Personal scherzt sie jedenfalls jetzt schon herum. Und was vielleicht noch wichtiger ist: „Die verstehen es wirklich, mit alten Leuten umzugehen. Und es gibt hier ja welche, die es wirklich schwer haben.“

Sich selbst zählt sie nicht dazu – ob schon es nicht immer ganz leicht gewesen sei, 93 Jahre alt zu werden. „Aber wissen Sie: Ich hatte in meinem Leben eigentlich nie Langeweile, ich hatte meinen Mann, drei Kinder, das Geschäft, und ich hatte immer gute Laune“, sagt sie, „und: Ich liebe das Leben.“ ■

Hausoberer
Alfred Klopries







Von Herz zu Herz

Begegnungen prägen unser Leben von Anfang an, die beglückenden, aber auch die schmerzlichen. Sie hinterlassen bleibende Spuren, weil jede echte Beziehung die Seele berührt, von Herzen kommt und zu Herzen geht. „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“, sagt Martin Buber.

Solche Begegnung beginnt in unserem Alltag, da, wo wir leben, und beeinflusst unsere Stimmung: ein aufmunterndes Wort, eine spontane Hilfeleistung, ein freundliches Lächeln kosten fast nichts, sind aber sehr kostbar, wenn sie von Herzen kommen.

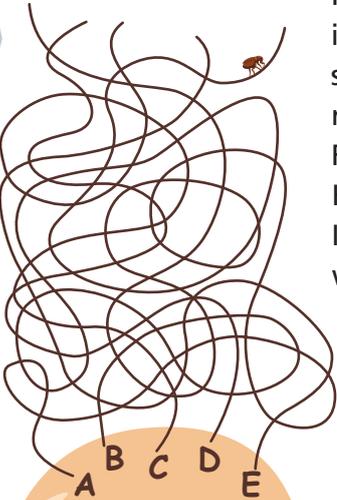
Elke Deimel

Warum haben wir Haare?



Wir haben Haare am ganzen Körper, außer an den Handinnenflächen und den Fußsohlen. Sie schützen uns vor UV-Strahlung, Kälte und Nässe. Sie steigern auch unseren Tastsinn.

Hast du Locken oder glattes Haar? Bei glatten Haaren ist der Haarquerschnitt rund. Je ovaler der Haarquerschnitt, desto lockiger ist das Haar. Pigmente (Melanine) in den Haaren bestimmen die Haarfarbe. Der Farbstoff „Eumelanin“ sorgt für braune bis schwarze Haare, „Phäomelanin“ erzeugt blonde und rote Haare. Im Alter werden die Haare grau, weil der Körper weniger Melanine produziert.



2. Was hält den Kopf warm? Löse das Kreuzworträtsel. Das gesuchte Ding steht in den gelben Kästchen. (Schreibe ü als ue, ö als oe)

Utensil zur Haarpflege
falsche Haare
Haare am Auge
Haare im Gesicht
haarloser Kopf
geflochtene Haarstränge

3. Löst das Frisuren-Sudoku. Jede Figur darf nur einmal in jeder Reihe, Spalte und jedem Vierer-Quadrat stehen.

1. Dieser Herr hat einen Floh. Auf welchem Haar sitzt er?



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



Brücke in Venedig	lasch	Papstname	Geburt von Rindern	klassisch	also dann (ugs.)	Mönchsraum	Satz	Laus- ei	Giftschlangenfresser	ein- äugiger Riese
älteste lat. Bibelübersetzung			krankhafte Rötung							2
		3	Ein- spritzung					11		weibl. Führer- schein- neuling
Teil des Halses	Roman von Jane Austen	essbare Früchte von Bäumen		8	hinauf- führender Weg		germa- nische Gottheit	erzäh- lende Dicht- kunst	ganz, sehr	
Arznei- form		franzö- sischer unbest. Artikel	griechischer Buch- stabe			Ver- letzung (med.)				aber- mals, wieder
			12		14	Zitter- pappel		Fremd- wortteil: vor	argent. Provinz- hauptst. (Santa ...)	
Abend- mahl- feier	Fuß- stoß	Strom durch das Saarland	medizi- nisch: die Knochen			Pasten- behälter		Zwei- er- verbind- ung		
			An- sprache	Aktion		Wachs- leuchten			9	
medizi- nisch: Stauung	Schön- heits- fehler	türk. Anis- brannt- wein			Stern im ‚Großen Bären‘		Mist- gabel	elektr. gela- denes Teilchen	kurz für: eine	
das An- sehen einer Gruppe		10	enthalt- samer Mensch	medizi- nisch: Aderver- stopfung					Düsen- flug- zeug	15
			bäuer- liches Anwesen		Hab- sucht	13	Schmerz- laut	goldge- streifte Papst- krone		
Augen- krank- heit	5	schweiz. Medi- ziner † 1973			Teil des Pfeil- bogens		Leiter des Kirchen- chors			Gottes Gunst
Tropen- krank- heit	Vorname der Fitz- gerald †	zirkul. Kör- perflüssig- keit	Gerät zur Kam- merher- stellung		Kathe- drale von Palma de Mallorca			scheue Wald- tiere	Vorname der Autorin Blyton	
				6		ägypt. Gott der Frucht- barkeit	Augen- flüssig- keit			
Zuver- sicht	Flächen- maß	Frauen- unter- kleidung (Abk.)		englisch: ist	ansteck. Infekt.- Krank- heit				1	bayrisch: nein
			Kreuzes- inschrift		7		Reigen- tanz (franz.)	4		
degen. Gelenk- erkrank- ung						nicht weit entfernt			Dänen- könig in der Edda	

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Am Schreibtisch, im Auto, auf der Couch: Ein Großteil unserer Zeit verbringen wir im Sitzen. Oft auf Kosten der Rückenmuskulatur. Das Dynair® Ballkissen® Senso® ist ein luftgefülltes Kissen, das durch aktives Sitzen die Sensomotorik stimuliert. Die platzsparende Alternative zum Ball sorgt für ein effektives Rückentraining ganz ohne zusätzlichen Zeitaufwand. Die dynamische Unterlage überträgt ständig minimale Bewegungen auf den Körper und aktiviert dadurch die tiefliegende Rückenmuskulatur. Zudem kann die instabile Unterlage auch für Rücken- und Fitnessstraining im Stehen und Liegen verwendet werden.

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



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krements-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 30. Juni 2018. Viel Glück!

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



Abendvorlesungen

Die kommende Staffel der Abendvorlesungen 2018 widmet sich dem Thema „Umwelteinflüsse – Folgeerkrankungen und wie wir sie behandeln können“. Experten des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur werden in bewährter Weise interessante Themen aus ihren Fachgebieten vortragen und anschließend Rede und Antwort stehen.

Marienhof Koblenz

18. April 2018

Das Aortenaneurysma – Diagnostik und Therapie

Dr. Franz-Josef Theis, Ärztlicher Leiter der Sektion Gefäßchirurgie am KKM, und Priv.-Doz. Dr. Sascha C. A. Herber, Chefarzt der Klinik für Diagnostische und Interventionelle Radiologie, Nuklearmedizin

🕒 19 Uhr

Cafeteria

16. Mai 2018

Nachlese Schlaganfall – Neues zu Akuttherapie und Vorbeugung

Priv.-Doz. Dr. Sascha C. A. Herber, Chefarzt der Klinik für Diagnostische und Interventionelle Radiologie, Nuklearmedizin

🕒 19 Uhr

Cafeteria

20. Juni 2018

Vorhofflimmern – alles, was man wissen muss

Dr. Osman Balta, Chefarzt der Klinik für Elektrophysiologie und Rhythmologie

🕒 19 Uhr

Cafeteria

Brüderkrankenhaus Montabaur

18. April 2018

Primär- und Sekundärprävention bei koronarer Herzkrankheit

Dr. Mohannad Zahran, Leitender Arzt Kardiologie

🕒 18.30 Uhr

Raum Johannes von Gott

9. Mai 2018

Stellenwert der Bewegungstherapie bei chronischen Lungenerkrankungen

Prof. Dr. Heinrich Worth aus Fürth und Lilia Bäcker, Oberärztin der Klinik für Innere Medizin

🕒 18.30 Uhr

Raum Johannes von Gott

13. Juni 2018

Was ist Geriatrie?

Dr. Ralph Schulz, Chefarzt der Klinik für Akutgeriatrie

🕒 18.30 Uhr

Raum Johannes von Gott



25. August 2018

25 Jahre Josef-Otten-Zentrum

Straßenfest für Klienten, Angehörige und Anwohner auf dem Parkplatz am Josef-Otten-Zentrum in Saffig

🕒 14 bis 20 Uhr

Saffig, Pöschstraße 18

vorschau

Fotos: istockphoto



Neu im Juli 2018

Aktiv in der Gemeinde sein, an Kultur- und anderen Veranstaltungen teilnehmen – das ist nur ein Teil von Inklusion. Wie sich das Zusammenleben von Klienten und Bürgern durch eine Sozialraummanagerin verändert, lesen Sie in der nächsten Ausgabe.

Impressum

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

Gesellschafter: Generalat der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf e.V.
Vorsitzender des Aufsichtsrates:
Bruder Alfons Maria Michels
Geschäftsführer: Dr. Albert-Peter Rethmann,
Andreas Latz, Werner Hemmes, Matthias Warmuth

Chefredaktion: Martin Fuchs (verantwortl.)
Chefin vom Dienst: Judith Hens
Redaktion: Claudia Blecher, Anne Britten,
Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Frank Mertes,
Peter Mossem, Katharina Müller-Stromberg,
Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, Gerd Vieler,
Simone Yousef
In Zusammenarbeit mit Heyst GmbH,
www.heyst.com

Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für Koblenz, Mayen-Koblenz, Ahrweiler und den Westerwald:
Christine Daichendt, Pascal Nachtsheim
(verantwortl.)

Redaktionsanschrift:
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-6464, Fax: 0261/496-6470
leben@bbtgruppe.de

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

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



ClimatePartner®
klimaneutral gedruckt

Zertifikatsnummer:
53323-1803-1004
www.climatepartner.com



**Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Brüderhaus Koblenz**
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5
56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-0
www.kk-km.de

**Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Marienhof Koblenz**
Rudolf-Virchow-Str. 7-9
56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-0
www.kk-km.de

**Katholisches Klinikum
Koblenz · Montabaur
Brüderkrankenhaus Montabaur**
Koblenzer Str. 11-13
56410 Montabaur
Tel.: 02602/122-0
www.kk-km.de



Barmherzige Brüder Saffig
Pöschstr. 18
56648 Saffig
Tel.: 02625/31-0
www.bb-saffig.de

GENAU MEIN DING!

Tara Engelmann (21) macht eine Pflegeausbildung und studiert gleichzeitig Gesundheit und Pflege in Mainz.



Wir bieten Perspektiven:
www.genaumeinding.bbtgruppe.de

Wenn Du mehr erfahren möchtest:
 /genaumeinding.bbtgruppe



Katholisches Klinikum
Koblenz • Montabaur

DIENST. GEMEINSCHAFT. LEBEN.

Die BBT-Gruppe ist mit mehr als 80 Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, über 11.000 Mitarbeitenden und ca. 900 Auszubildenden einer der großen christlichen Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland.