

# Leben!

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

## Folgen einer Kinderkrankheit

Das Post-Polio-Syndrom

Demenz

## Wie in einer anderen Welt

Wenn Sekunden entscheiden

Traumazentrum rettet Leben



St.-Marien-Hospital  
Marsberg



Brüderkrankenhaus  
St. Josef Paderborn



## Leben in einer anderen Welt

Das Hier und Jetzt ist für Menschen mit Demenz unwichtig geworden. Oftmals sind vertraute Personen für sie nur noch Fremde. Eine Krankheit – die für alle eine große Herausforderung ist: für die Familie, die Pflegenden in Altenheim und Klinik, die behandelnden Ärzte und die Betroffenen selbst.

# inhalt

## kurz&knapp

- 4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

## titel

- 6 Leben in einer anderen Welt
- 11 Herausforderung Demenz

## gesund&fit

- 12 Fitness für den Kopf
- 13 Einfach mal ausprobieren

## ambulantehilfe

- 14 Schritt für Schritt

## standpunkt

- 18 Warum weniger mehr ist

## vorort

- 20 Nachrichten aus den Einrichtungen in Marsberg und Paderborn

## blickpunkt

- 24 Wenn Sekunden entscheiden

## postpolio

- 26 Eine Kämpfernatur

## rätsel&co.

- 30 Kinderseite
- 31 Kreuzworträtsel/Leserbriefe

## momentmal

- 32 Impuls

## service

- 34 Veranstaltungstipps und Kontakt

## Schritt für Schritt

Fernab von Großstädten gibt es nicht viele Angebote für psychisch Kranke. Inmitten der Eifel finden Menschen im Gemeindepsychiatrischen Betreuungszentrum Adenau eine erste Anlaufstelle und lernen nach einer Krise Schritt für Schritt den Weg zurück in den Alltag.



## Eine Kämpfernatur

Mit großer Willenskraft haben sie in Kindheit und Jugend gegen die Kinderlähmung gekämpft, fühlten sich sogar geheilt. Doch oft kehren die Symptome nach vielen Jahren zurück – wie bei Ellen Berghaus.

[www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)



### Impressum

**Herausgeber:** Zentrale der BBT-Gruppe, Barmherzige Brüder Trier (BBT) e.V., Trier  
**Chefredaktion:** Martin Fuchs (verantwortl.)  
**Chefin vom Dienst:** Judith Hens  
**Redaktion:** Yvonne Antoine, Anne Britten, Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Otmar Löhner, Frank Mertes, Peter Mossem, Pascal Nachtsheim, Doris Schwaben, Katharina Müller-Stromberg, Gerd Vieler  
In Zusammenarbeit mit dreipunkt drei medien-gesellschaft mbH, [www.dreipunkt drei.de](http://www.dreipunkt drei.de)

**Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für Marsberg und Paderborn:** Yvonne Antoine, Gerd Vieler (verantwortl.)

**Redaktionsanschrift:** Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz, Tel.: 0261/496-6464, Fax: 0261/496-6470, E-Mail: [leben@bbtgruppe.de](mailto:leben@bbtgruppe.de)

**Erscheinungsweise:** vier Mal jährlich

**Layout:** WWS Werbeagentur, Aachen

**Druck:** Bonifatius Druckerei, Paderborn

**Gerichtsstand:** Koblenz

Leben! wird kostenfrei in den Einrichtungen der BBT-Gruppe ausgelegt.

Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie es gerne abonnieren.

Alle Fotos stammen aus den Einrichtungen der BBT-Gruppe, wenn nicht anders angegeben.



Heinrich Lake



## Wenn Sekunden entscheiden

Werden Patienten mit lebensbedrohlichen Verletzungen ins St.-Marien-Hospital eingeliefert, müssen alle Handgriffe sitzen. Das Schockraumteam rettet als Bindeglied zwischen Unfallort und Traumaklinik Leben.



ClimatePartner  
klimaneutral  
gedruckt

Zertifikatsnummer:  
53323-1306-1006  
www.climatepartner.com



## Liebe Leserinnen und Leser,

in diesem Jahr erlebe ich den Wechsel der Jahreszeiten besonders intensiv. Der Winter war lang und kalt, der Frühling kam mit Wucht und nun erleben wir Sommertage. Dass wir jede Zeit für sich genommen genießen können, liegt an ihrem stetigen Wechsel. In einem Sprichwort heißt es sinngemäß, dass das einzig Beständige der Wandel sei. So ist es nicht nur in der Natur.

Manche Veränderung erwächst aus dem Bewusstsein, dass Stillstand auch Rückschritt sein kann. In der Medizin und Pflege ist es wichtig, immer auf dem neuesten Stand zu sein und unseren Patienten die beste Versorgung zu ermöglichen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des St.-Marien-Hospitals Marsberg und des Brüderkrankenhauses St. Josef setzen alles daran, das Vertrauen, das ihnen von Patienten und Angehörigen entgegengebracht wird, durch eine verlässliche, hohe Qualität in ihrer Arbeit als Auftrag anzunehmen. Das bedeutet auch, sich in seiner Arbeit immer wieder den sich wandelnden Gegebenheiten und Anforderungen anzupassen.

Beim Titelthema Demenz klingt die wohl größte Herausforderung für unsere sich wandelnde Gesellschaft an. Immer mehr ältere Menschen brauchen zunehmend unsere Unterstützung im Alltag und unsere medizinisch-pflegerische Kompetenz. Darauf müssen wir uns als Krankenhäuser einstellen und sowohl über Fachdisziplinen als auch über regionale Grenzen hinweg für unsere Patienten zusammenarbeiten.

Im Bereich der Altersmedizin, so berichtet Dr. Bradtke als neuer Chefarzt der Inneren Medizin im St.-Marien-Hospital, werden die Umbaumaßnahmen im Marsberger Krankenhaus zum Herbst abgeschlossen sein, so dass die Therapie geriatrischer Patienten in neu gestalteten Räumen beginnen kann. Zum altersmedizinischen Fokus der Inneren Medizin gehört auch die urogeriatrische Therapie gemeinsam mit den Urologen des Paderborner Brüderkrankenhauses und die diabetologische Versorgung in der Schwerpunktpraxis, die am Krankenhaus etabliert werden konnte.

Veränderungen bleiben eine dauernde Herausforderung, die es angesichts der Rahmenbedingungen im Gesundheits- und Sozialwesen immer neu zu gestalten gilt. Die Mitarbeitenden beider Krankenhäuser stellen sich gerne dieser Herausforderung.

Ihnen wünschen wir eine aufschlussreiche und informative Lektüre dieser neuen Ausgabe.

Heinrich Lake  
Hausoberer St.-Marien-Hospital Marsberg





# TRANSPARENZ

JETZT ONLINE: ERGEBNISSE AUF DEN HOMEPAGES DER BBT-KLINIKEN

## MEHR TRANSPARENZ IN SACHEN QUALITÄT

Die Krankenhäuser der BBT-Gruppe beteiligen sich an verschiedenen freiwilligen Qualitäts-Verfahren mit dem Ziel, die Behandlungen zu analysieren und nachhaltig in problematischen Bereichen zu verbessern. Mit der Teilnahme an der „Initiative Qualitätsmedizin“ (IQM) zeigt die Unternehmensgruppe eine Transparenz in der Darstellung der Behandlungsqualität, die weit über die gesetzlich geforderten Angaben hinausgeht. „Neben den gesetzlich vorgegebenen Maßnahmen haben wir ein hohes Interesse an der kontinuierlichen Weiterentwicklung und Optimierung unseres Qualitätsmanagements“, erklärt BBT-Geschäftsführer Werner Hemmes. „Aus diesem Grund wenden wir verschiedene Verfahren wie IQM oder ‚Qualitätsindikatoren für Kirchliche Krankenhäuser‘ in unserem Qualitätsmanagement an, um sicherzustellen zu können, dass unsere Leistungen auf höchstmöglichem Niveau für unsere Patienten erbracht werden.“ Die Ergebnisse sind nun erstmals auf den Homepages der Krankenhäuser der christlichen Unternehmensgruppe veröffentlicht. IQM ist eine trägerübergreifende Initiative von Krankenhäusern, die für die Verbesserung der medizinischen Behandlungsqualität ihrer Patienten eintritt. Dazu wird die medizinische Ergebnisqualität für relevante Krankheitsbilder und Behandlungsverfahren gemessen. Die Qualitätsergebnisse basieren auf Routinedaten und werden regelmäßig veröffentlicht.

INFORMATIONEN-KAMPAGNE  
FÜR EIN LEBENSRETTENDES THEMA

## ORGANSPENDE: JA ODER NEIN?

Die Krankenhäuser der BBT-Gruppe beteiligen sich an einer Kampagne der Christlichen Krankenhäuser in Deutschland (CKiD) und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA), mit der für das Thema Organspende sensibilisiert werden soll. Mit einem Flyer wird für die bewusste und selbstständige Entscheidung für oder gegen eine Organspende geworben und die Unterstützung durch die christlichen Krankenhäuser vor Ort angeboten. „Im Alltag ist wenig Raum für das Nachdenken über das eigene Leben, Krankheit oder das Lebensende. Das kann sich mit dem Aufenthalt in einem Krankenhaus ändern. Hier beginnt oft eine persönliche Auseinandersetzung mit grundlegenden Fragen, bei der wir als christliche Häuser den Patienten und Angehörigen unsere medizinische, seelsorgerische und ethische Unterstützung und Begleitung anbieten“, sagt BBT-Geschäftsführer Bruder Alfons Maria Michels. Nach den Betrugsskandalen in verschiedenen deutschen Transplantationszentren ist die Bereitschaft zur Organspende in der Bevölkerung stark gesunken. Nach Angaben der Deutschen Stiftung Organtransplantation warten bundesweit rund 12.000 Patienten auf eine Transplantation. Aus Mangel an Spendern erhält jährlich nur jeder Dritte von ihnen ein neues Organ.

[www.organspende-info.de](http://www.organspende-info.de)



RENOVABIS-AKTION 2013: AUSSTELLUNG IM INTERNET

## „WIR FÜR EUCH“ – MIT KUNST HELFEN

„Wir für Euch“ heißt eine Ausstellung mit Kunstwerken von Menschen mit Behinderungen im Internet. Sie ist Teil der diesjährigen Renovabis-Pfingstaktion „Das Leben teilen – Solidarisch mit behinderten Menschen im Osten Europas“. Die Kunstwerke sind nicht nur sehr schön anzusehen, sondern erzählen Geschichten, machen aufmerksam und ermöglichen dem Betrachter, an den Erfahrungen und Einblicken von Menschen mit Behinderungen teilzuhaben. Unter den Werken sind auch Bilder von Klienten der BBT-Einrichtungen in Rilchingen und Saffig. Zusammengestellt wurden die Exponate mit Unterstützung der Barmherzigen Brüder Saffig und ihrem Kunst-Werkstatt-Atelier. Während der Aktionszeit bis Ende 2013 werden sie fortlaufend ergänzt. Mit dem Verkaufserlös unterstützt Renovabis verschiedene Projekte für Menschen mit Behinderung in Mittel- und Osteuropa.

[www.aktionsgalerie.renovabis.de](http://www.aktionsgalerie.renovabis.de)



GESUNDHEITSMINISTER  
ALEXANDER SCHWEITZER

## FÜR GUTE GESUNDHEIT IN RHEINLAND-PFALZ

„Die konfessionellen Träger leisten mit ihrem hohen Engagement einen wichtigen Beitrag zur Sicherung der Versorgungsstruktur in Rheinland-Pfalz.“ So lautete das Fazit von Alexander Schweitzer, Gesundheitsminister in Rheinland-Pfalz, nach einem Gespräch mit Vorstand und Geschäftsführung der BBT-Gruppe. Es sei gut, solche Partner bei wichtigen Vorhaben wie dem Modellprojekt des Landes zur Neuorganisation der Krankenhauspflege in Rheinland-Pfalz oder dem Aufbau einer Pflegekammer an seiner Seite zu haben. „Bei unserem Gespräch ging es sehr einvernehmlich um aktuelle Umsetzungsfragen in der Krankenhausplanung und Krankenhaushilfe“, erläuterte Bruder Peter Berg, Vorstandsvorsitzender der BBT-Gruppe, den konstruktiven Austausch. „Ob in der Region Trier oder an unseren Standorten in Koblenz sowie im Landkreis Mayen-Koblenz setzen wir uns nicht nur für ein innovatives wie bedarfsorientiertes Leistungsangebot für die Menschen ein, sondern verstehen uns vor allem als Partner des Ministeriums in der Umsetzung der Krankenhausplanung des Landes“, so Bruder Peter Berg weiter. „Insofern ging es bei unserem guten wie konstruktiven Austausch sehr konkret um einige Umsetzungsfragen zu aktuellen gemeinsamen Vorhaben in Trier und Koblenz, wie wir auch die Gelegenheit hatten, uns über zukünftige Planungen hier im Land zu verständigen“, erläuterte BBT-Geschäftsführer Werner Hemmes die Gesprächsthemen. Minister Schweitzer unterstrich abschließend die Bedeutung solcher Besuche: „Gerade weil Politik und Leistungserbringer aus unterschiedlichen Perspektiven agieren, sind mir solche Begegnungen mit einem intensiven Austausch ein besonderes Anliegen, denn wir verfolgen das gleiche Ziel: die optimale Gesundheitsversorgung der Menschen in Rheinland-Pfalz.“

CKID: POLITIK AUF DEM PRÜFSTAND

## FÜR EINE GUTE MEDIZIN UND PFLEGE

Die Christlichen Krankenhäuser in Deutschland (CKiD) haben im Vorfeld der Bundestagswahlen am 22. September zehn „Wahlprüfsteine“ formuliert. Anhand verschiedener Themen fordert der Verband konfessioneller Kliniken die Politik zum Handeln auf. So geht es zum Beispiel um gute Arbeitsbedingungen und genügend Fachkräfte, eine gute Aus- und Weiterbildung in Medizin und Pflege und eine ausreichende Finanzierung. Außerdem stehen eine qualitativ hochwertige Versorgung in Wohnortnähe sowie der Ausbau der ambulanten Versorgung in Kliniken auf der Agenda. „Krankenhäuser tragen eine hohe gesellschaftliche Verantwortung. Patienten ebenso wie die Mitarbeitenden erwarten sichere Rahmenbedingungen für eine patientennahe und hochwertige Medizin und Pflege“, begründen die Christlichen Krankenhäuser ihre Initiative.

## ERSTE PFLEGEKAMMER IN RHEINLAND-PFALZ

### MIT EINER STARKEN STIMME

Noch vor der politischen Sommerpause soll die Gründungskonferenz zur Vorbereitung einer Pflegekammer in Rheinland-Pfalz zusammen-treten. Ihre Aufgabe wird es zudem sein, die Pflegenden im Land über die Vorzüge einer beruflichen Interessensvertretung zu informieren, wie Dr. Markus Mai, Leiter der Stabsstelle Pflegemanagement der BBT-Gruppe, erläutert. Mehr als 7.000 der insgesamt 40.000 Pflegenden im Land hatten sich im März an einer Befragung beteiligt; rund 75 Prozent stimmten für die Gründung einer Kammer. „Angesichts des eindeutigen Votums der Pflegenden, gibt es keinen Zweifel mehr: Die Pflegekammer sollte nun sehr zügig eingerichtet werden, damit die Pflege schon ab 2015 mit einer starken Stimme sprechen kann“, erwartet BBT-Geschäftsführer Bruder Alfons Maria Michels von den Verantwortlichen in Politik und Verbänden. Die BBT-Gruppe hatte sich als erster Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Rheinland-Pfalz für die Gründung einer Pflegekammer ausgesprochen. Rheinland-Pfalz wäre das erste Bundesland, das eine solche Selbstverwaltung für die Pflegenden gründet. Nach dem Vorbild von Ärzte-, Rechtsanwalts-, Heilberufs- oder Industrie- und Handelskammern sollen die Pflegekammern die Belange der Berufsgruppe regeln, die Qualität der Arbeit sichern, für Weiterbildung sowie die Einhaltung ethisch-moralischer Grundsätze sorgen und die politische Vertretung übernehmen.

## GESUNDHEITSFACHBERUFE

### MEHR APPS, ALS DU DENKST

„Mehr Apps, als du denkst“ brauchen mehr als 1,5 Mio. Menschen jeden Tag in Gesundheitsfachberufen: Egal, ob sie Menschen pflegen, bei Sprechproblemen helfen oder Patienten im Alltag unterstützen – in jedem Arbeitsgebiet brauchen sie Apps, also Fähigkeiten, die sie für einen Gesundheitsfachberuf qualifizieren. Wenn du Menschen helfen und im Gesundheitsbereich arbeiten willst, bietet dir die BBT-Gruppe einen Weg in einen zukunftssicheren Beruf.







Leben  
in einer  
anderen  
Welt

Der Blick verliert sich im Nirgendwo, und eine innere Unruhe treibt sie ständig an. Menschen, die an Demenz erkrankt sind, haben den Kontakt zum Hier und Jetzt verloren. Sie leben in ihrer ganz eigenen Welt. Das Pflegeteam der Wohngruppe St. Hedwig im saarländischen Rilchingen begleitet sie dabei.

**R**osemarie Berger hat ein schönes Zimmer in der Wohngruppe St. Hedwig. Hell ist es dort, und an der Wand hängen Fotos ihrer Familie. Doch in ihrem Zimmer hält es Frau Berger nicht lange. Sie läuft lieber. Stundenlang geht die zierliche kleine Frau den Gang entlang, langsam, aber doch trittsicher, immer in derselben Richtung. Dass im Aufenthaltsraum nebenan eine Gruppe Frauen Gemüse für das Mittagessen schnippelt, dass eine Betreuerin mit einer anderen Gruppe Volkslieder singt – Rosemarie Berger kümmert das nicht. Die 85-Jährige leidet an schwerer Demenz. Vom Alltag um sie herum scheint sie kaum etwas mitzubekommen. Sie hat nur ein Bedürfnis: Laufen. Unentwegt.

„Als meine Mutter im November 2008 hierher kam, da war sie noch viel fitter“, erzählt Rosi Böhmer. Regelmäßig nahm sie am gemeinsamen Kochen der Bewohner teil. Sie erkannte ihre Kinder und konnte auf den Fotos in ihrem Zimmer die einzelnen Familienmitglieder benennen. Heute hingegen huscht nur noch ein scheues Lächeln über ihre Lippen, wenn sie ihre Tochter sieht. „Sie weiß, dass ich irgendwie zu ihr gehöre. Aber meinen Namen kennt sie nicht mehr.“ Einmal pro Woche besucht Rosi Böhmer ihre Mutter im Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder Rilchingen im Saarland, einer Einrichtung der BBT-Gruppe – an den anderen Tagen schauen ihre Geschwister vorbei. Meist gehen sie dann gemeinsam den Flur entlang.



# » Meine Mutter fühlt sich hier wohl«



Es war eine schwere Entscheidung, damals vor sieben Jahren, die Mutter ins Pflegeheim zu geben, erinnert sich Rosi Böhmer. Zunächst hatte sie sie bei sich aufgenommen, aber Rosemarie Berger wollte immer nur weg. „Tagsüber hat sie die Tür zu unserem Wintergarten nie aufbekommen. Aber nachts, wenn wir schliefen, da hat sie es plötzlich geschafft.“ Ein Nachbar habe die verwirrte Frau dann morgens um halb fünf im Schlafanzug bei sich im Vorgarten gefunden. „Was sollte ich machen? Ich konnte die Mutti doch nicht einsperren!“ Zudem sei Rosemarie Berger damals enorm aggressiv gewesen. „Bei jeder Kleinigkeit wurde sie richtig böse“, erzählt ihre Tochter. Im Heim habe sich das dann schnell gegeben. Und so ist sich Rosi Böhmer sicher: „Meine Mutter fühlt sich hier wohl.“



## Konzept für Demenzerkrankte

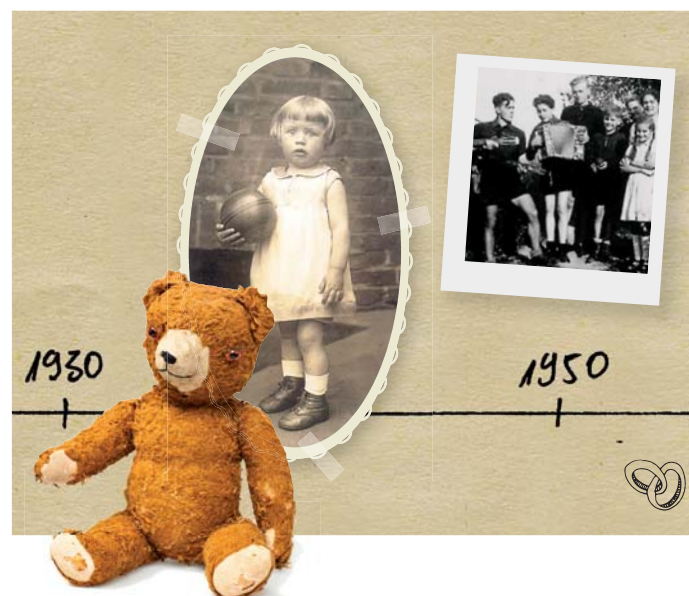
Dass Rosemarie Berger in ihrer Wohngruppe gefahrlos die Gänge entlanglaufen und auch mal raus in den Innenhof gehen kann, dass sie selbst nachts vom Pflegepersonal nicht an ihren Spaziergängen gehindert wird, verdankt sie dem speziellen Konzept „Begleitung in einer anderen Welt“, das die BBT-Gruppe zur Pflege demenzkranker Menschen entwickelt hat. Und das wird in Rilch-

Die Betreuung und Begleitung von Menschen mit Demenz ist eine anspruchsvolle Aufgabe für Angehörige und Pflegenden. Die Herausforderung: die Persönlichkeit und die aktuellen Bedürfnisse zu verstehen. Rosi Böhmer besucht regelmäßig ihre Mutter Rosemarie Berger (oben); Wohngruppenleiterin Ellen Grahn sieht sich mit einer Bewohnerin ein Fotoalbum an.



Erfahren Sie mehr im Film:  
[www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)

Einen wichtigen Schlüssel zu den demenzkranken Menschen und ihrer „anderen Welt“ findet das Pflegepersonal in deren Biografien.





gen durchaus wörtlich genommen, wie Wohngruppenleitern Ellen Grahn erläutert: „Demenzkranken Menschen können uns in unserer Welt nicht mehr folgen. Also müssen wir sie, soweit dies möglich ist, in ihrer Welt begleiten.“

Beispiel Bewegungsdrang: Demente Menschen verspüren oft eine große Unruhe. Die Konzentrationsfähigkeit ist ihnen weitgehend abhandengekommen, kaum etwas schaffen sie noch ohne fremde Hilfe – aber laufen, das können sie noch. „Unsere Wohngruppe ist daher ganz bewusst so konzipiert, dass die Bewohner ihre Spaziergänge machen können, ohne Gefahr zu laufen, sich zu verirren“, erklärt Leiterin Grahn. Im Innenhof können sie frische Luft schnappen, wärmende Sonnenstrahlen oder auch mal einen kalten Novemberwind spüren. Auf Treppen und Schwellen wurde beim Bau verzichtet, um das Unfallrisiko so gering wie möglich zu halten. Und weglaufen können die Bewohner nicht, denn die Außentür ist mit einem Code gesichert.

Oft sind es die kleinen Dinge des Alltags, die den demenzkranken Menschen Probleme machen. Die einen wollen um 5 Uhr morgens ihr Frühstück, andere wiederum behaupten um 22 Uhr steif und fest, dass sie noch nicht zu Abend gegessen hätten. „In klassischen Pflegeheimen schickt man solche Menschen oft wieder ins Bett, beantragt

notfalls sogar eine Fixierung“, berichtet die Wohngruppenleiterin. „Bei uns hingegen schmiert ihnen die Nachtschwester kurzerhand ein Brot.“ Schließlich komme der Bewohner ja, weil er Hunger hat. Und dieses Hungergefühl müsse man ernst nehmen.

### Biografie ist der Schlüssel

Einen wichtigen Schlüssel zu den demenzkranken Menschen und ihrer „anderen Welt“ findet das Pflegepersonal in deren Biografien. „Ganz wichtig ist immer die Kindheit“, berichtet Ellen Grahn. Während Ehepartner oft „wie ausradiert“ seien, spielten die Eltern eine zentrale Rolle. Manche fühlten sich wie Kinder, die vor allem einen Wunsch haben: heim zur Mama gehen. Um möglichst viel über die Kindheit der Bewohner zu erfahren, sucht das Personal den Kontakt zu den Angehörigen. Schon bei der Anmeldung werden sie gebeten, einen Biografiebogen auszufüllen. Und auch später werden sie in die Pflege aktiv mit einbezogen.

Eine Angehörige wie Helga Bähr ist daher ein Geschenk für die Einrichtung. Jeden Tag besucht sie ihren schwer demenzkranken Mann, verbringt den Nachmittag und Abend mit ihm, bringt ihn schließlich auch ins Bett und singt ihn in den Schlaf. „Frau Bähr ist eine

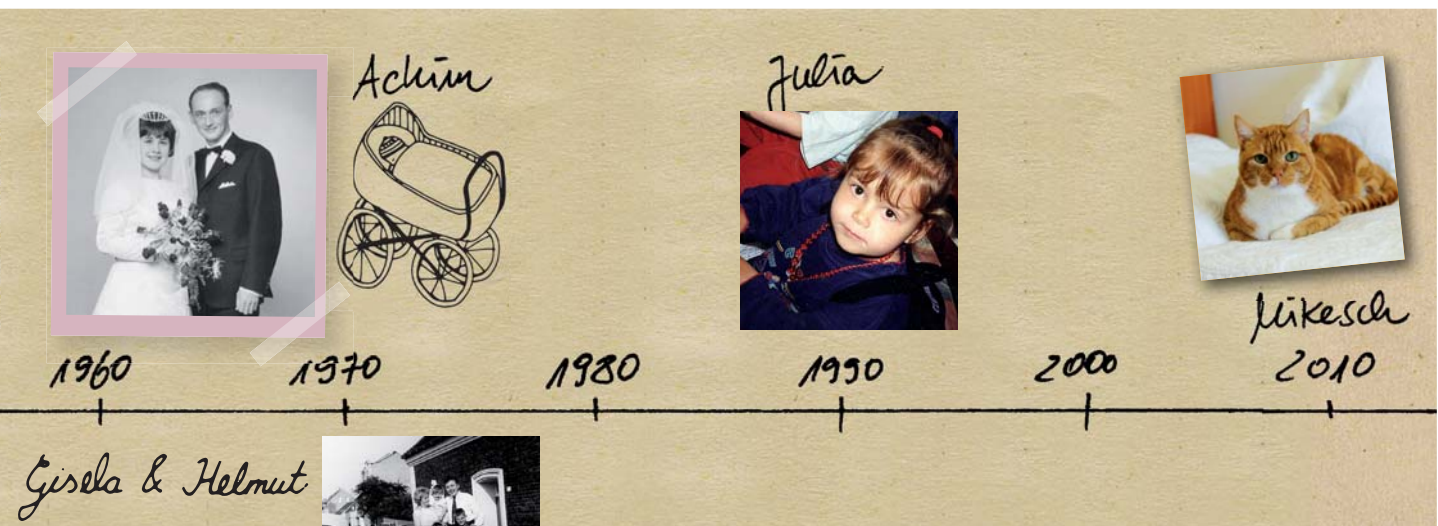


## Demenzkranke Menschen können uns in unserer Welt nicht mehr folgen. Also müssen wir sie in ihrer Welt begleiten.

Ellen Grahn,  
Wohngruppenleiterin  
Barmherzige Brüder Rilchingen

ganz besondere Angehörige“, sagt Wohngruppenleiterin Grahn – was die resolute ältere Dame mit einem beherzten „Ach Quatsch!“ beantwortet. Um dann, ganz bescheiden, anzufügen: „Er hätte das auch für mich gemacht.“

Ludwig Bähr war früher ein sehr aktiver Mensch. Er war im Karnevalsverein und im Kirchenchor. Und er hat gemalt – leidenschaftlich gern. Einige der schönsten Bilder hängen heute in seinem Zimmer. Ob der alte Mann sie noch erkennt? Ganz still sitzt der 76-Jährige in seinem Rollstuhl, legt nur hin und wieder eine Hand auf seinen





„Er hätte das auch für mich gemacht“ – jeden Tag ist Helga Bähr bei ihrem Mann Ludwig. Gemeinsam verbringen sie Nachmittag und Abend miteinander, bis der 76-Jährige schlafen geht.



### Erste Anzeichen – erste Hilfen

Wie war doch noch der Name der neuen Nachbarin? Wo habe ich meine Lesebrille hingelegt? Jeder vergisst mal etwas, vor allem mit zunehmendem Alter. Das muss noch kein Grund zur Sorge sein. Wenn sich Konzentrations- und Gedächtnisstörungen über einen längeren Zeitraum häufen, vielleicht noch von Orientierungsschwierigkeiten begleitet werden, können dies erste Anzeichen einer Demenz sein. Eine sichere Diagnose kann nur ein Arzt stellen, der dafür einige Tests durchführt. Demenzerkrankungen sind nicht heilbar, aber der Krankheitsverlauf lässt sich durch eine angemessene Therapie hinauszögern, daher ist eine frühzeitige Untersuchung sinnvoll. Erster Ansprechpartner ist der Hausarzt. Die Diagnose Demenz ist für die Betroffenen und ihre Angehörigen zunächst einmal ein Schock. Es hilft, offen über die Krankheit und die Folgen für das eigene Leben und das der Familie zu sprechen. Denn die Betreuung – gerade im fortgeschrittenen Stadium – kostet sehr viel Zeit und Kraft. Unterstützung und Beratung bieten Selbsthilfegruppen und regionale Netzwerke, aber auch Anbieter ambulanter und stationärer Pflege. Es gibt viele unterschiedliche Formen der Betreuung und Pflege: von „Betreuungscafes“ über Wohngemeinschaften, die Tages- oder Kurzzeitpflege bis hin zum Pflegeheim, das sich auf Demenz spezialisiert hat.

Kopf, blickt irgendwohin ins Leere. Und ab und an umspielt ein Lächeln seine Lippen. Dass er so ruhig ist, wertet seine Frau als untrügliches Zeichen: „Es geht ihm gut hier.“ Früher sei er oft rebellisch gewesen, hätte Pflege nur ungern zugelassen. Jetzt aber sei er viel entspannter. Und das sei nicht zuletzt ein Verdienst des Pflegepersonals: „Alle hier sind lieb und nett und tun ihr Möglichstes, auch wenn das manchmal sehr schwer ist.“

### Viele Aktivitäten

Dass das Personal nicht nur „lieb und nett“ ist, sondern auch bestens geschult, erläutert Wohngruppenleiterin Ellen Grahn. „Alle haben eine Zusatzausbildung.“ Sie haben gelernt, sich auf demenzkranke Menschen psychologisch einzulassen. Und sie bieten eine Vielzahl an pflegetherapeutischen Aktivitäten an, um die Bewohner nach Kräften zu fördern. Besonderen Wert legt das Team auf Basale Stimulation. Hierbei wird die Wahrnehmungsfähigkeit der Bewohner geschult, indem eine Pflegerin etwa die Hände mit einem

ätherischen Öl einreibt oder ein Stück Obst zum Betasten gibt. Zu den weiteren Aktivitäten gehören wöchentliche Back- und Kochvormittage, gemeinsames Singen, Bewegungsübungen oder Angebote zur Erinnerungspflege.

Gerade letzteres wird groß geschrieben in der Wohngruppe St. Hedwig, die gleichsam selbst eine Reise in die Vergangenheit darstellt. Auf allen Fluren hängen Bilder und Gegenstände aus früheren Tagen: Filmstars von Audrey Hepburn bis Cary Grant lächeln von der Wand, Puppen, Küchengeräte und Handwerksutensilien erinnern an längst vergangene Zeiten, ein Raum gleicht einem Wohnzimmer der 1960er Jahre. Liebt es Rosemarie Berger daher so sehr, über den Flur zu laufen? Genau weiß das niemand. Gewiss ist nur eines: Die alte Dame lebt ebenso wie ihre Mitbewohner in ihrer eigenen Welt. In dieser Welt wird sie vom Personal der Wohngruppe nach Kräften begleitet. Und wenn sie sich dabei so richtig wohlfühlt, dann gibt sie Leiterin Ellen Grahn einen dicken Kuss auf die Wange – und strahlt dabei übers ganze Gesicht. ■



# Herausforderung Demenz

Orientierung finden, wenn die Erinnerung schwindet, ist schon in vertrauter Umgebung schwer genug. Im Krankenhaus gerät die Welt aus den Fugen. Über die „Herausforderung Demenz“ sprechen die zwei Krankenhausexperten Dr. Norbert Bradtke und Katrin Brümmer.

Warum ist ein Krankenhausaufenthalt so schwierig für Patienten mit Demenz?

**Bradtke:** Die Mehrfacherkrankung betagter Patienten umfasst neben körperlichen Funktionsstörungen oft auch eine zunehmende Hirnleistungsminderung. Umgeben von fremden Menschen in unbekannter Umgebung kann selbst die Mitteilung von Schmerzen zu einem Problem werden. Die Patienten ziehen sich zurück und haben nach dem Krankenhaus Schwierigkeiten, zu ihrem gewohnten Verhalten zurückzufinden.

Und was macht es für das Krankenhaus so schwierig?

**Brümmer:** Im Akutkrankenhaus sind wir auf Patienten eingestellt, die fast selbstständig agieren können. Demenzpatienten benötigen aber oftmals rund um die Uhr Hilfe. Zum Beispiel reicht es nicht, eine Flasche Wasser hinzustellen. Man muss das Trinken möglichst aktiv begleiten.

Worin sehen Sie die größte Herausforderung für die medizinische Behandlung demenzerkrankter Patienten?

**Bradtke:** Im Umdenken. Unsere Gesellschaft verändert sich. Menschen werden älter und kränker. Dafür brauchen wir speziell ausgebildete Ärzte und Pflege, aber auch politische, gesetzliche und strukturelle Rahmenbedingungen, die eine bedarfsgerechte Behandlung ermöglichen.

Was tun Sie in Ihren beiden Krankenhäusern, um die Versorgung für demente Patienten zu verbessern?

**Brümmer:** Wir bieten die Unterbringung einer Begleitperson an. Wenn der Patient einen Vertrauten bei sich weiß, kann er sich besser auf die Behandlung einlassen. Verwirrheitszustände und Ernährungsprobleme sind geringer und häufig wird die Genesung so beschleunigt. Gemeinsam mit dem Caritasverband haben wir auch die „rote Mappe“ erarbeitet. Dadurch wird die Überleitung ins und aus dem Krankenhaus abgestimmter und alle an der Behandlung Beteiligten ziehen an einem Strang.

**Dr. Bradtke:** In Marsberg bieten wir ein auf geriatrische Patienten speziell ausgerichtetes mehrwöchiges Behandlungskonzept zur weitgehenden Wiederherstellung oder Unterstützung der Alltagskompetenz an.

Dazu arbeiten wir mit verschiedenen therapeutischen Berufsgruppen und spezialisierter ärztlicher und pflegerischer Kompetenz im geriatrischen Team. In enger Abstimmung mit Patienten und Angehörigen gewährleisten zudem speziell ausgebildete Demenzcoachs eine möglichst umfassende und individualisierte Behandlung dementer Patienten.

## Ansprechpartner:

### St.-Marien-Hospital Marsberg



**Dr. med. Norbert Bradtke**  
Chefarzt Innere Medizin  
Facharzt für Innere Medizin  
und Geriatrie, Gastroenterologie,  
Proktologie, Diabetologie,  
Ernährungsmedizin und  
medikamentöse Tumortherapie  
Tel.: 02992/605-1590

### Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn



**Katrin Brümmer**  
Bereichsleitung Pflege  
Tel.: 05251/702-1884

## Gegen das Vergessen

Eigentlich muss Daniela Kessler alles können – vom Bau eines Nistkastens bis zum Schnittmuster für eine große Tischdecke. Einmal hatte sich ein Patient etwas Besonderes in den Kopf gesetzt: Er wollte einen Dekantierkorb für Weinflaschen flechten. Die Ergotherapeutin am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur suchte nach Anleitungen und einige Wochen später war das Flechtwerk vollendet. „So etwas ist ein tolles Erfolgserlebnis und gibt dem Patienten das Gefühl: Ich kann etwas tun und mich aktiv für eine Sache, die mir wichtig ist, einsetzen“, sagt die 31-Jährige. Seit fünf Jahren arbeitet sie im Therapiezentrum des Klinikums mit Menschen, die eine neurologische Erkrankung haben. Etwa ein Drittel ihrer Patienten sind an Demenz erkrankt. Je nachdem, wie weit die Krankheit fortgeschritten ist, richtet sie ihre Behandlung sehr individuell an den Bedürfnissen aus. Ziel ist es, die Selbstständigkeit, soweit es geht, zu erhalten und den

Alltag zu meistern. „Häufig beginnt es damit, dass man ständig etwas sucht: die Brille, den Schlüssel, das Gebiss. Dann entwickle ich mit dem Patienten Strategien, wie er seine Dinge auch wiederfindet.“ Der eine ist eher visuell veranlagt, der andere rational. Das muss Daniela Kessler berücksichtigen. Ein „Zahlenmensch“ teilt zum Beispiel seine Wohnung in ein Raster aus Buchstaben und Ziffern ein. Den Schlüssel legt er immer im Feld A6 ab – das ist etwa die Kommode im Flur. „Im mittleren Krankheitsstadium reicht ein solches Gedächtnistraining allein oft nicht mehr aus. Vielleicht helfen nun Fotos an den Schränken, die den Inhalt zeigen oder eine Schritt-für-Schritt-Anleitung an der Waschmaschine.“ Mit Demenz-Patienten arbeitet man immer gegen die Zeit, sagt Daniela Kessler. Ihre Aufgabe ist es, herauszufinden, wie das Gehirn ihrer Patienten „tickt“ und ihm ein wenig auf die Sprünge zu helfen.



## Fitness für den Kopf

Das Gehirn braucht Reize, damit es fit und leistungsfähig bleibt. Wer sein Leben lang geistig rege und zudem körperlich aktiv bleibt, erkrankt seltener an Demenz, so das Ergebnis vieler wissenschaftlicher Studien.



### Futter für die grauen Zellen

Die Mittelmeerküche mit frischem Obst und Gemüse kann nicht nur Herzinfarkt, sondern auch einer Demenz vorbeugen helfen. Besonders die Vitamine A, C und E bauen freie Radikale ab, die die Nervenzellen schädigen. Daher sind sie zur Vorbeugung von Alzheimer und anderen Demenzarten bedeutend. Karotten und Spinat enthalten viel Vitamin A. Zitrusfrüchte sind reich an Vitamin C. Grünkohl, Spargel und Wirsing liefern wie auch pflanzliche Öle, Nüsse und Vollkorn viel Vitamin E.





Daniela Kessler arbeitet als Ergotherapeutin auch mit Demenz-Patienten; für eine gute Betreuung ist eine enge Vernetzung mit Physiotherapeuten, Ärzten und der Pflege notwendig.



**Brot, Butter, Zucker, Kartoffeln, Schinken – beim Einkauf kann man gut das Gedächtnis trainieren. Statt alles auf einen Notizzettel zu schreiben, empfiehlt Daniela Kessler die „Loci-Methode“.**

Bevor es in den Supermarkt geht, prägt man sich einen festen Rundgang ein, etwa wenn man nach Hause kommt. Zuerst tritt man auf die Fußmatte, schließt dann die Tür auf, drückt die Klinke nach unten, hängt die Jacke an die Garderobe, geht in die Küche und öffnet den Kühlschrank, um ein Glas Wasser zu trinken. Nun werden alle benötigten Dinge mit einem Ort gedanklich verknüpft. Die Kartoffeln liegen zum Beispiel auf der Fußmatte, das Brot hängt an der

Türklinke, der Schinken an der Garderobe und das Shampoo steht im Kühlschrank. Je unlogischer, desto besser, sagt Ergotherapeutin Daniela Kessler. Denn dann prägt sich das Gehirn die Bilder besonders gut ein. Vor allem, wenn man sich dabei auch noch den würzigen Duft des Schinkens oder das Gefühl des eiskalten Shampoos auf dem Kopf einprägt. „So hat das Gehirn sehr viele Informationen, die es dann im Geschäft leicht abrufen kann.“

### Bewegung tut gut

Sport und regelmäßige Bewegung fördern die Durchblutung, die Sauerstoffzufuhr und den Stoffwechsel im Gehirn. So können sich die Nervenzellen besser vernetzen und Informationen austauschen. Außerdem hilft Aktivität auch gegen Depressionen. Diese sollen das Risiko, an einer Demenz zu erkranken, sogar verdoppeln. Dreimal pro Woche Schwimmen, Laufen oder Nordic Walking sind ideal. Aber auch die Bewegung im Alltag macht's: Häufiger aufs Fahrrad steigen oder zu Fuß gehen. Viele Vereine und Volkshochschulen bieten spezielle Sportangebote für ältere Menschen an.

### Wer rastet, ...

... der rostet“, sagt ein Sprichwort. Und das gilt nicht nur für den Körper, sondern genauso fürs Gehirn. Geistige Fitness regt den Stoffwechsel an, so dass sich neue Verknüpfungen zwischen den Nervenzellen bilden. Musizieren und Tanzen, das Erlernen einer neuen Sprache oder kreative, schöpferische Hobbys fordern die „grauen Zellen“ besonders heraus.



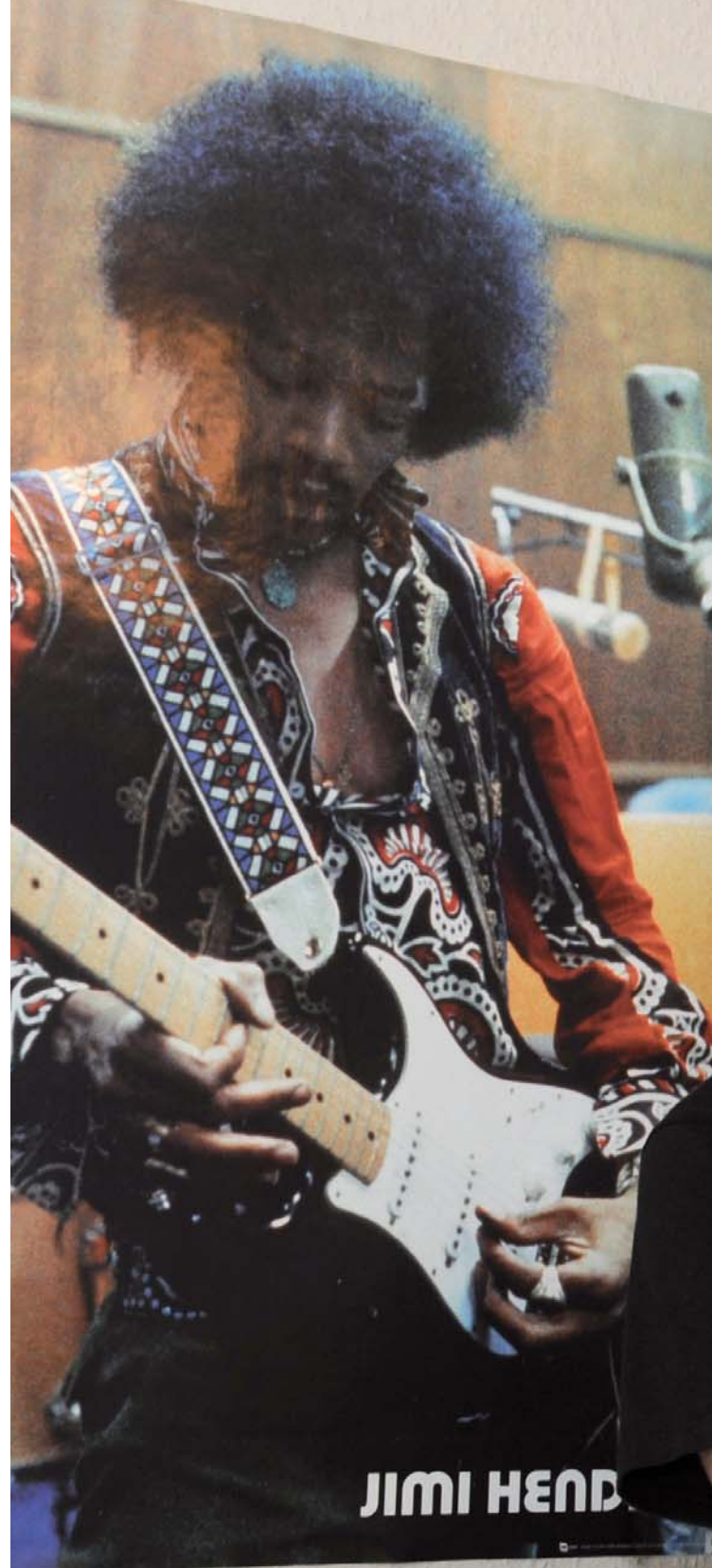
### In Kontakt bleiben

Begegnungen mit anderen Menschen halten das Gehirn ganz nebenbei auf Trab: Wir nehmen nicht nur Informationen auf und trainieren unser Sprachvermögen. Gleichzeitig verarbeiten wir viele andere Signale wie den Gesichtsausdruck, die Stimme, den Tonfall oder die Gestik. Die Nervenzellen im Gehirn schütten mehr Botenstoffe aus, um all diese Informationen weiterzugeben. Mit den Jahren, wenn wir uns nicht mehr täglich mit Kollegen oder der Familie austauschen, hilft vielleicht ein Ehrenamt, neue Kontakte zu knüpfen.

# Schritt für Schritt

Es sind manchmal nur Sekunden, die das Leben verändern: ein Unfall oder eine Krankheit – und erst einmal ist nichts mehr, wie es war. In Gemeindepsychiatrischen Betreuungszentren lernen Menschen nach einer Krise Schritt für Schritt den Weg zurück in den Alltag. Ein Besuch in Adenau.

TEXT: PAULA KONERSMANN | FOTOS: WOLFGANG RADTKE





Oft greift Ralf Dahlhaus zu seiner Lieblingsgitarre, dann erklingt im GPBZ Adenau eine Session à la Hendrix. Musik war schon immer die große Leidenschaft des 27-Jährigen; sein ganzer Stolz: die Gibson-Gitarre aus den 60ern.





Ein Erfolg für Leiter Stephan Lung (li.) und sein Team ist es, wenn die Klienten ihren Lebensweg irgendwann wieder selbstständig gehen.

Den Tag, an dem er beinahe nicht mehr aufgewacht wäre, hat Ralf Dahlhaus nie vergessen. Am Abend zuvor war der damals 25-Jährige mit starken Kopfschmerzen zu Bett gegangen. Am nächsten Morgen hörte er den Wecker nicht, wachte erst auf, nachdem er einen halben Tag bewusstlos im Bett gelegen hatte. „Als ich gesehen habe, wie spät es schon war, wurde mir klar: Es gibt Handlungsbedarf.“ Die Hausärztin schickte ihn sofort ins Krankenhaus. Seine Eltern und sein Bruder waren bei Ralf Dahlhaus, als er den Grund für die Kopfschmerzen erfuhr: Ein Angiom im hinteren Kopfbereich, eine tumorartige, blutende Fehlbildung der Gefäße, drückte auf sein Gehirn.

„Die Zeit danach habe ich wie durch einen Nebel erlebt. Vieles kenne ich selbst nur vom Hören“, sagt Ralf Dahlhaus. Nach der Notoperation habe

seine Familie weiter um ihn gefürchtet. „Ich war nicht mehr Derselbe“, sagt er. Seiner Mutter habe er beispielsweise erzählt, er sei in einem Wäldchen bei London aufgewachsen. Dabei stammt die Familie aus der Eifel, der Tumorpatient hatte in einem Musikgeschäft in Köln gearbeitet. Aber er war in seiner Jugend nach London gereist – und hat Erinnerungen und Pläne, Fakten und Fantasie mitunter falsch verknüpft.

Mit diesen Gedächtnisschwierigkeiten kämpft er bis heute. Von der Uniklinik ging es zunächst zur Reha – in eine geschlossene psychiatrische Abteilung. „Das war ein richtiger Horror“, erinnert sich Dahlhaus. „Ich konnte mir ja nicht merken, warum ich dort war. Ich habe mir die Situation so erklärt, dass ich alles nur träume.“ In seinen wachen Stunden ging er mit seinem Zwillingbruder spazieren – und wenn der ihn

nicht besuchen konnte, tigerte er im Zimmer auf und ab. „Sonst hätte ich nicht schlafen können. In meinem Beruf war ich immer viel auf den Beinen. Wenn man dann plötzlich eingesperrt ist, kommt man anders nicht zur Ruhe.“

## Neues Leben aufgebaut

Der 27-Jährige erzählt seine Geschichte, ohne zu stocken. Zwei Jahre sind seit der Operation vergangen. Seit Februar lebt er in Adenau im Gemeindepsychiatrischen Betreuungszentrum (GPBZ) der Barmherzigen Brüder Saffig. Das unaufdringlich-schmucke Gebäude liegt im Herzen des Eifelstädtchens. Hier, in einem Appartement des betreuten Wohnens, hat sich Ralf Dahlhaus ein neues Leben aufgebaut. Sein Zwillingbruder ist noch immer eine große Stütze. Wenn René Ralf besucht, klimpern die beiden oft gemeinsam auf der Gitarre. Über dem walnussbraunen Bett hängt ein Plakat von ihrem Idol: Jimi Hendrix. Über Musik gerät Ralf Dahlhaus ins Schwärmen: „Die Gitarre mit dem Gibson-Logo stammt aus den 60er-Jahren. Ich habe sie dem Vater eines Kollegen für 40 Mark abgekauft und sie umgebaut. Heute ist sie meine Lieblingsgitarre“, erzählt der Hobbymusiker und streicht zärtlich über die Saiten.

Jan Brauer bezeichnet Musik ebenfalls als seine größte Leidenschaft. Am liebsten hört er Metal, aber auch südamerikanische Bands. „Hauptsache, es klingt gut“, sagt der 22-Jährige, der viele Nachmittage in der GPBZ-Tagesstätte verbringt. Die verschiedenen Angebote – die teilstationäre Tagesstätte einerseits, das betreute Wohnen andererseits – ermöglichen individuelle Unterstützung für Menschen in Krisensituationen. „Wir wollen denen, die nicht, noch nicht oder nicht mehr am ersten Arbeitsmarkt teilnehmen können, eine geregelte Tagesstruktur geben“, sagt GPBZ-Leiter Stephan Lung. Die Nachfra-





Erfahren Sie mehr  
über die Menschen  
im GPBZ-Adenau  
im Film:  
[www.bbtgruppe.de](http://www.bbtgruppe.de)



**Dem Tag Struktur geben: Zwischen Frühstück und Mittagessen sowie an den Nachmittagen haben die Klienten Zeit für viele Aktivitäten, dazu gehört auch, Kreatives auszuprobieren.**

ge nach den neun Plätzen im betreuten Wohnen ist ebenso hoch wie die Besucherzahlen der Tagesstätte. Schließlich mussten viele Klienten vor der Eröffnung des Zentrums zu Jahresbeginn weite Wege auf sich nehmen, um Hilfe zu finden. „Und das, wo in einigen Orten in der Umgebung nicht einmal Busse fahren“, sagt Lung.

Gleich im Eingangsbereich hängt der Wochenplan: Frühstück gibt es um 9 Uhr, Mittagessen um 12. Spielenachmittage, Gesprächskreise und ergotherapeutische Angebote runden das Programm ab. „Ich bin zuletzt zum Basteln hergekommen“, erzählt Jan Brauer. Für eine Freundin hat er eine Tasse gestaltet. Er lächelt verschmitzt. „Es war das erste Mal, dass ich mit Porzellanfarbe hantiert habe. Ich bin froh, dass ich sie nicht nur auf meine Hände gekleistert habe.“ Der drahtige junge Mann ist froh

über jede Abwechslung. „Freizeitmäßig habe ich früher nichts auf die Reihe gekriegt“, sagt er. „PC, Facebook, Youtube – das war mein Tag. Das Freizeitangebot hier in Adenau ist leider nicht so groß.“

### Den eigenen Weg gehen

Nach dem Abitur habe er nicht gewusst, wie es weitergehen sollte. Also nahm Brauer eine Auszeit und begab sich in Behandlung. Seine Probleme benennt er sachlich: „Ich leide an depressiven Episoden und hatte eine diagnostizierte Anpassungsstörung.“ Das bedeutet: Angst, Menschen anzusprechen, etwas falsch zu machen, sich selbst ins Abseits zu stellen. Auf der Schule litt er unter Mobbing-Attacken. „Die Angst ist lange geblieben“, sagt er heute: „Eine falsche Geste, ein falsches Wort, und du bist wieder da, wo du vorher warst.“

Inzwischen aber weiß Jan Brauer, was er will: studieren – auf Lehramt oder Psychologie. GPBZ-Leiter Stephan Lung freut sich mit dem Klienten: „Wenn er seinen Weg geht, ist das auch für uns ein Erfolg“, sagt er. Andere bleiben vorerst. Ralf Dahlhaus weiß noch nicht, wann er in der Lage sein wird, wieder „ganz normal“ zu leben – selbstständig und ohne Hilfe. Aber er sei glücklich über jeden Tag: „Immerhin ist es eine Art Wunder, dass ich dem Tod von der Schippe gesprungen bin.“ Und er hofft, dass irgendwann wieder alles so funktioniert wie vorher. Wie vor jenem Tag, an dem er beinahe nicht mehr aufgewacht wäre. ■

# WARUM WENIGER MEHR IST

Es ist ein Teufelskreis: Trotz teils rigider Sparmaßnahmen an Deutschlands Krankenhäusern erfordern medizinischer Fortschritt, steigende Energie- und Lohnkosten auch in den nächsten Jahren zusätzliche Investitionen, um auch weiterhin eine qualifizierte und patientenorientierte Versorgung sicherstellen zu können. Welche Handlungsmöglichkeiten einem Krankenhaus bleiben, sparsam und verantwortlich mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen umzugehen, erläutert Professor Hans-Peter Busch.



Foto: RZ/Kallenbach



Wenn Sie Lust haben, mit „Leben! – Das BBT-Magazin für Gesundheit und Soziales“ weiter über diese Themen zu diskutieren, laden wir Sie herzlich zu einem Besuch auf unserer Facebook-Seite ein.





**Professor Hans-Peter Busch leitet das Zentrum für Radiologie, Neuroradiologie, Sonographie und Nuklearmedizin am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier. Außerdem ist der Mediziner und Physiker Leiter der Stabsstelle Medizin innerhalb der BBT-Gruppe.**

In Deutschland wird zu viel operiert, lautet der Vorwurf. Bei Hüft-, Bandscheiben- und Knieproblemen etwa landet der Patient zu schnell auf dem OP-Tisch. Die Zahlen seien in den letzten Jahren gestiegen, rechnen die Krankenkassen vor. Ist das noch im Sinne des Patienten oder vielmehr der Kliniken, die dafür mehr abrechnen können?

Zum einen werden die Menschen immer älter und damit steigt auch die Zahl derer, die an Verschleißerscheinungen leiden. Man muss aber auch sehen: Die Ansprüche an eine völlige Gesundheit und ein schmerzfreies Leben sind gestiegen. Im Kern geht es doch darum, dass die Patienten mit hoher medizinischer Qualität, aber gleichzeitig so schonend wie möglich behandelt werden – und zwar für Mensch und Krankenhaus. Das schließt auch unnötige Behandlungen aus. Die entscheidende Frage lautet: Wie können wir mit den uns zur Verfügung stehenden finanziellen Mitteln verantwortungsvoll wirtschaften, um die Behandlung so effizient und effektiv wie möglich zu gestalten?

#### Das ist also bisher nicht geschehen?

Die medizinischen Behandlungsmethoden und die gesundheitspolitischen Rahmenbedingungen haben sich in den vergangenen 20 Jahren rasant verändert. Hier mussten und müssen die Strukturen und Aufgabenverteilungen in den Kliniken Schritt halten. Das bedeutet: Der gesamte Klinikaufenthalt von der Einlieferung bis zur Entlassung mit all den erbrachten Leistungen muss immer wieder neu kritisch hinterfragt werden.

#### Wie kann das zum Beispiel aussehen?

Es geht nicht mehr allein darum, einzelne Untersuchungen, etwa in der Radiologie, mit möglichst hoher Qualität und dabei kostengünstig durchzuführen. Es ist wichtig, den gesamten Behandlungsprozess – auch interdisziplinär – zu betrachten und zu überlegen, wie er in Diagnose und Therapie sowohl kostengünstig wie auch patientenschonend und vor allem frei

von unnötigen „Doppelbehandlungen“ gestaltet werden kann. Am Trierer Brüderkrankenhaus testen wir zurzeit ein Modell, in dem wir uns unter Kollegen den gesamten Behandlungsablauf anschauen – und zwar nicht nur unter medizinischen, sondern gerade auch unter wirtschaftlichen Aspekten.

#### Ehrlich gesagt: Das klingt nach „Sparen am Patienten“.

Ganz im Gegenteil. Es ist im Sinne des Patienten, auf unnötige Untersuchungen – etwa einer zusätzlichen, nicht notwendigen Strahlenbelastung – zu verzichten. Sein Wohl und die medizinische Qualität stehen im Mittelpunkt. Und zusätzlich werden die finanziellen Ressourcen und die der Mitarbeiter geschont – ein doppelter Gewinn. Doch dafür bedarf es noch eines Kulturwandels unter Kollegen. Denn ich muss mir auch als Chefarzt von einem Assistenzarzt oder einer erfahrenen Pflegekraft die Frage gefallen lassen dürfen, ob eine Untersuchung wirklich notwendig ist. Das stellt noch lange nicht die Fachkompetenz des anordnenden Arztes infrage.

#### Der Klinikalltag ist hektisch, Untersuchungen sind in der Regel im Voraus terminiert. Wird es da nicht schnell bei gut gemeinten Vorsätzen bleiben?

Eine gute Hilfe sind sogenannte klinische Behandlungspfade. Diese beschreiben, von Fachgesellschaften abgesichert, in welcher Reihenfolge Untersuchungen standardmäßig ablaufen. Das schafft auch dem jungen Assistenten einen guten Rückhalt für seine Entscheidung. Einfach, klar, pragmatisch und mit geringem Zeitaufwand einsetzbar, bieten sie eine gute Unterstützung im Alltag. Wenn es uns gelingt, einzelne Leistungen über Abteilungen und Professionen hinweg zu verketten und so den gesamten Behandlungsprozess im Blick zu behalten und ständig kritisch zu hinterfragen, sind wir gut gerüstet für die Zukunft im Krankenhaus.

#### Vielen Dank für das Gespräch.

### Ein starker Partner

Die Zahlen sind alarmierend. Die Deutsche Krankenhausgesellschaft rechnet damit, dass jede zweite Klinik in diesem Jahr rote Zahlen schreiben wird. Besonders für kommunal geführte kleinere Häuser sei die Lage mehr als ernst. Sie verfügen nicht mehr über ausreichende finanzielle Mittel, um in die bauliche und medizinische Ausstattung zu investieren. Gleichzeitig müssen steigende Personalkosten getragen werden. Im April beschloss das Bundeskabinett als kurzfristige Hilfe eine Finanzspritze von 1,1 Milliarden Euro für Deutschlands Kliniken. Sie soll zu einer Entlastung bei den Personalkosten führen und ein Förderprogramm für mehr Hygiene in den rund 2.000 Krankenhäusern ermöglichen. Außerdem sollen die zusätzlichen Mittel dazu dienen, die „doppelte Degression“ auszugleichen. Behandelten Kliniken in der Vergangenheit zusätzliche Patienten, erhielten sie dafür Abschläge. Das bekamen auch andere Häuser in demselben Bundesland zu spüren, die ebenfalls weniger für ihre Leistungen erzielten.

„Die Rahmenbedingungen sind sehr komplex und machen uns den Alltag nicht immer leicht“, bewertet BBT-Geschäftsführer Bruder Alfons-Maria Michels die aktuelle Situation. „Dennoch ist es auch unsere Aufgabe als verantwortungsvoller Anbieter von Gesundheits- und Sozialleistungen, nach Lösungen zu suchen und unsere internen Strukturen immer wieder zu analysieren und stetig zu verbessern.“ Als strategischen Schritt in die Zukunft wird die BBT-Gruppe in den kommenden Jahren ihre ambulanten und stationären Einrichtungen stärker vernetzen, um den Patienten in Wohnortnähe eine gute Versorgung zu bieten. Das schließt auch Kooperationen zwischen Krankenhaus, Seniorenbetreuung, Reha und Behindertenhilfe in eigener Trägerschaft wie auch anderer Anbieter mit ein. „Mit dieser ‚Rundum-Versorgung‘ sind wir ein starker Partner für die Menschen in den Regionen rund um unsere Einrichtungen zwischen Sauerland und Taubertal.“

## ST.-MARIEN-HOSPITAL

### BAUSTART ALTERSMEDIZIN

Die Bauarbeiten für die neue Abteilung für Altersmedizin haben begonnen. Eine Million Euro investiert das St.-Marien-Hospital Marsberg in den grundlegenden Umbau der zweiten Etage. Elf Patientenzimmer, zwei Aufenthaltsräume und sechs Behandlungsräume entstehen hier, damit betagte Patienten zukünftig von einem interdisziplinären, geriatrischen Team professionell behandelt werden können. Immer mit dem Ziel, nach dem Krankenhausaufenthalt ein möglichst selbstbestimmtes und lebenswertes Leben führen zu können.



## MRSA-ZERTIFIKAT FÜR KLINIKEN

### FÜHREND IN DER BEKÄMPFUNG VON KRANKENHAUSKEIMEN

Als den ersten Krankenhäusern der Region wurden dem St.-Marien-Hospital Marsberg und dem Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn das MRSA-Qualitätssiegel des Landesinstituts für Gesundheit und Arbeit NRW verliehen. Die Krankenhäuser haben seit einem Jahr am MRSA-Netzwerk teilgenommen und alle zehn geforderten Qualitätsmerkmale umgesetzt.

Damit sind die Kliniken führend in der Bekämpfung und Prävention der sogenannten Krankenhauskeime und bieten einen überdurchschnittlich guten Infektionsschutz für ihre Patienten. Es geht vor allem darum, durch eine vorbeugende, regelmäßige Standarduntersuchung von neuen Patienten die Ausbreitung des Bakteriums zu verhindern. Beim MRSA handelt es sich um ein Bakterium, das durch seine Antibiotika-Resistenzen oft schwer zu behandeln ist und häufig in Krankenhäusern oder auch Pflegeheimen auftritt.



## KITA ZU BESUCH IM BRÜDERKRANKENHAUS

### KINDERLACHEN IM KRANKENHAUS

Den meisten ist nicht zum Lachen zumute, wenn sie in ein Krankenhaus kommen. Das änderte sich jedoch schnell, als Patienten und Besucher jetzt im Brüderkrankenhaus St. Josef von ausgelassenem Kindersingen empfangen wurden. Es waren die Kinder der Kita St. Michael aus Paderborn-Sennelager, die den Erwachsenen ein Lächeln ins Gesicht zauberten. Anlass des Besuchs der Kinder war die Eröffnung einer Ausstellung mit ihren Konterfeis im Foyer der Klinik. Fotograf Siegfried Baron alias Sifret war mit seiner Kamera etliche Tage in der Kita zu Gast und hatte Eindrücke aus dem Leben der Jungen und Mädchen im Bild festgehalten. Hildegard König hat diese Fotografien in einer Ausstellung zusammengefasst. „Laut Statistik lachen Kinder rund 400 Mal am Tag, Erwachsene hingegen nur 16 Mal“, erklärte die Ausstellungsmacherin. Dabei sei das Lachen doch besonders für kranke Menschen so wichtig.



BRÜDERKRANKENHAUS ST. JOSEF

## NEUES GESUNDHEITZENTRUM MEDICO

Gut ein Jahr nach Baubeginn wurde das neue Gesundheitszentrum MediCo am Brüderkrankenhaus St. Josef offiziell eröffnet. Die Bremer AG als Bauträger und Investor sowie das Brüderkrankenhaus als Initiator hatten zum Tag der Offenen Tür eingeladen. Nach und nach ziehen jetzt die Mieter ein, darunter die Paderborner Notfallambulanz, verschiedene Praxen, eine MediCo-Apotheke, eine Bäckerei sowie ein Optikgeschäft.

Optischer Höhepunkt der Eröffnung war die Enthüllung eines Glaskunstwerkes, das eine gesamte Ecke des Gebäudes einnimmt. Zuvor war es noch in Christo-Manier mit einem übergroßen, roten Tuch verhüllt, das weithin zu sehen war. Die Glaskunst wurde von der Paderborner Firma Peters entworfen und ausgeführt. Nach der offiziellen Eröffnung hatten die Besucher beim Tag der Offenen Tür Gelegenheit, das knapp sechs Millionen Euro teure Gebäude, seine Einrichtungen und Mieter näher kennenzulernen.



TAG DER PFLEGE

## EINMAL DANKE SAGEN

Der internationale Aktionstag „Tag der Pflege“ wird in Deutschland seit 1967 am Geburtstag von Florence Nightingale, einer Begründerin der modernen westlichen Krankenpflege, veranstaltet. Bis heute leisten Pflegenden einen enormen Beitrag für unsere Gesellschaft. Denn sie sind 365 Tage im Jahr rund um die Uhr im Einsatz für ihre Patienten.

Entsprechend nahm die Leitung des St.-Marien-Hospitals den Tag zum Anlass, Danke zu sagen. Am Sonntag, der zugleich Muttertag war, überraschte das Direktorium Schwestern und Pfleger und überreichte ein kleines Dankeschön in Form von Blumen und Karten.



AUSZEICHNUNG DURCH PHARMAZIESTUDIERENDE

## **PADERLOG BUNDESWEIT BESTE AUSBILDUNGSAPOTHEKE**

Zur bundesweit besten Ausbildungsapothekende Deutschlands im Krankenhausbereich 2012 wurde das Paderlog gekürt. Das Zentrum für Krankenhauslogistik und Klinische Pharmazie am Brüderkrankenhaus St. Josef wurde vom Bundesverband der Pharmaziestudierenden in Deutschland e. V. (BPhD) ausgezeichnet. Das Paderlog liefert unter anderem Arzneimittel an 30 Kliniken mit 5.700 Betten. Der BPhD vertritt 12.000 Pharmaziestudierende an 22 deutschen Universitäten. Diese müssen während ihrer Ausbildung ein sogenanntes Praktisches Jahr (PJ) in einer Apotheke bzw. Krankenhausapothek absolvieren, wo sie von erfahrenen Berufskollegen betreut werden. Das Paderlog beschäftigt neben zehn Apothekern jährlich auch zwei PJ-ler.

Pharmazie werde immer weiblicher, wusste Thomas Bammert vom BPhD bei der Übergabe der Urkunde zu berichten. 85 Prozent der Studierenden seien Frauen. Der Bundesverband stellt die offizielle Vertretung aller Pharmaziestudierenden in Deutschland dar. Seit über 50 Jahren ist er ständiger Begleiter im Studium, wie in der anschließenden PJ-Zeit und stets bemüht, die Ausbildung zu verbessern. Der Verband vertritt die Interessen der Pharmaziestudenten an den Universitäten und in der Öffentlichkeit. Auch in den allgemeinen Ständevertretungen (Kammern und Verbänden) und in internationalen Organisationen ist der BPhD für seine Mitglieder engagiert.

Mitglied im BPhD sind alle 22 Fachschaften der pharmazeutischen Institute Deutschlands. Dies bedeutet, dass jeder Pharmaziestudent automatisch Teil des Verbandes ist. Vertreten werden die Mitglieder durch den Vorstand. Der BPhD wählt einmal im Jahr die besten Ausbildungsstätten aus.

Freuen sich über die Auszeichnung: (v.li.) PJ-lerin Carina Struß, Paderlog-Leiter Burkhard Backhaus, Stefanie Senftner, Daniela Beulen, Thomas Bammert vom BPhD, Corinna Böltner und Hausoberer Prof. Dr. Albert Peter Rethmann.



PROJEKT „FAMILIALE PFLEGE“

## **HILFE FÜR DIE PFLEGE ZUHAUSE**

Knochenbruch, ein Schlaganfall oder eine große Operation: Viele, vor allem ältere Menschen sind nach der Entlassung aus dem Krankenhaus auf weitere Pflege und Versorgung im häuslichen Bereich angewiesen. Eine große Herausforderung für die Angehörigen, die den größten Teil der Pflegeleistungen übernehmen. Darauf vorbereitet sind sie aber in den seltensten Fällen. Das Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn und das St.-Marien-Hospital in Marsberg bieten daher Angehörigen und Interessierten bereits im Krankenhaus Schulungen an, um sie auf die häusliche Pflege vorzubereiten und den Übergang von der Klinik in die eigenen vier Wände zu erleichtern. Für alle Fragen die im Pflegealltag anfallen, geben die Pflegetrainerinnen kompetente Hilfe und Unterstützung. In 30- bis 45-minütigen Einheiten geht es unter anderem um Pflege bei Inkontinenz, Mobilisation und Umgang mit Hilfsmitteln oder auch Bettlägerigkeit. Bei Bedarf werden auch im häuslichen Umfeld Pflegetrainings durchgeführt. Das Training und die Kurse sind kostenfrei.

Weitere Informationen und Anmeldungen:

Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, Tel.: 05251/ 702-2238

St.-Marien-Hospital Marsberg, Tel.: 02992/6054002



## NEUE PATIENTENAUFUFANLAGE

### DER NÄCHSTE BITTE!

Es war seit langem ein Ärgernis, das bei Patienten und Mitarbeitern gleichermaßen für Unruhe sorgte: Die vielen Patienten, die täglich zur Aufnahme ins Brüderkrankenhaus kommen, müssen sich zuerst anmelden. Das führt bei Stoßzeiten zu einer gewissen Wartezeit. Einige Patienten verzichteten aus Angst, übergangen zu werden, dabei sogar auf die Sitzgelegenheit und standen Schlange vor der Anmeldung.

Damit ist jetzt Schluss: Eine neue Patientenaufufanlage gibt Gewissheit über die Position in der Warteliste. Dadurch verkürzt sich zwar nicht die Wartezeit, aber niemand muss mehr Angst haben, dass sich jemand vordrängelt. Das Nummernziehen ist vielen bereits von der Fleischtheke, dem Einwohnermeldeamt oder dem Straßenverkehrsamt geläufig. Nach dem Ziehen einer individuellen Nummer kann der Wartende auf einem Monitor sofort verfolgen, welche Nummer derzeit an der Reihe ist. Erscheint seine Nummer auf dem Monitor, wird angezeigt, welcher Arbeitsplatz für ihn bereitsteht. Gekoppelt ist die Anlage auch mit der Medikamentenaufnahme. Dabei handelt es sich nicht, wie das Wort vermuten lässt, um die Aufnahme von Medikamenten, sondern um eine fachliche Einordnung der Gegen- und Wechselwirkungen von Medikamenten, die der Patient bereits einnimmt oder im Krankenhaus bekommen könnte. Durch dieses Screening wird möglicher Schaden durch unerwünschte Nebenwirkungen beim Patienten vermieden. Das ist natürlich besonders für die Patienten wichtig, die bereits eine Vielzahl an Medikamenten einnehmen müssen.



WEIHBISCHOF KÖNIG ZU GAST IM BRÜDERKRANKENHAUS

### ETHIKKOMITEE UNTERSTÜTZT CHRISTLICHEN GEIST DER KLINIK

Im Zuge seiner turnusmäßigen Visitationstour in Paderborn besuchte der Paderborner Weibbischof Matthias König auch das Brüderkrankenhaus St. Josef. Auf dem Programm standen neben Gesprächen mit den Ordenskonventen auch Gespräche mit dem Ethikkomitee, dem Seelsorgeteam und den Ehrenamtlichen. Dabei zeigte sich König, der auch die Grüße und den Dank des Erzbischofs überbrachte, beeindruckt von den Besonderheiten, die die Klinik explizit als christliches Haus erkennen ließen. Eine wertvolle Hilfe sei neben der Seelsorge und den Ehrenamtlichen auch besonders das Ethikkomitee. Dieses setzt sich aus Mitarbeitenden verschiedener Berufsgruppen zusammen und berät – wie der Name schon sagt – kompetent über Krankheitsverläufe, die einer medizinethischen Beurteilung bedürfen. Zum Besuch des Oberhirten gehörten auch Gespräche mit den im Brüderkrankenhaus tätigen Ordenskonventen.

Foto: istockphoto.com





# Wenn Sekunden entscheiden

38.000 Menschen verunglücken jedes Jahr deutschlandweit – im Straßenverkehr, bei der Arbeit, zu Hause. 20.000 erliegen den Folgen ihres Unfalls. Oft genug, weil Hilfe zu spät kommt oder die Akutversorgung nicht abgestimmt ist. Traumanetzwerke haben sich daher das Ziel gesetzt, die Versorgung durch verbindliche Standards mit maximalen Qualitätsanforderungen zu verbessern. Das St.-Marien-Hospital wurde im Traumanetzwerk Ostwestfalen-Lippe als Basisversorger erneut zertifiziert. Sein Schockraumteam rettet als Bindeglied zwischen Unfallort und Traumaklinik Leben.



**D**ie Haare sind zerzaust, das Hemd schräg geknöpft – aber die Augen sind hellwach. Es ist drei Uhr nachts. Dr. Ralf Beyer wartet angespannt in der Rettungsaufahrt auf den Krankenwagen. Über Funk hat ihn der Notarzt alarmiert. Ein Mann wurde bei einem Motorradunfall schwerstverletzt und kämpft um sein Leben.

„Wenn Patienten mit lebensbedrohlichen Verletzungen zu uns eingeliefert werden, muss das Team topfit sein und jeder Handgriff sitzen. Egal wie spät es ist oder was man gerade gemacht hat“, betont Beyer, der nicht nur Chefarzt der Unfallchirurgie und Orthopädie am Marsberger St.-Marien-Hospital, sondern auch Leiter des Traumazentrums ist. Dieses garantiert eine interdisziplinäre Versorgung für Unfallopfer. Damit alle Berufsgruppen reibungslos zusammenarbeiten, wird in regelmäßigen Simulationen das Schockraummanagement trainiert. „Genauso wie bei jedem Mannschaftssport. Nur dass wir keinen Pokal bekommen, wenn alles gut läuft, sondern ein Zertifikat.“

Das vergibt die Deutsche Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU). 2008 hat sie die Initiative Traumanetzwerk© mit dem Ziel ins Leben gerufen, jedem Schwerstverletzten in Deutschland rund um die Uhr die bestmögliche Versorgung unter standardisierten Qualitätsmaßstäben zu ermöglichen. Werden die hohen Anforderungen von einer Klinik erfüllt, ist man Teil der Versorgungskette. Keine leichte Aufgabe in der ländlichen Region des Hochsauerlandes. Hier befindet sich ein „Paradies“ für Motorradfahrer und Mountainbiker, jedoch lauern auch zahlreiche Gefahren auf den Strecken. Die Unfallstellen sind oft entlegen und die Rettungswege weit. Aber Dank der aktiven Netzwerkarbeit und dem Engagement der Unfallchirurgen hat sich die Notfallversorgung deutlich verbessert. Das St.-Marien-Hospital wurde sogar schon im Juni 2009 als eines der ersten Häuser der Region zertifiziert.

## Netzwerke retten Leben

Als der Krankenwagen die Einfahrt unter Blaulicht und Sirene hinauffährt, läuft dann auch alles nach Lehrbuch. Das gesamte Team aus zwei Anästhesisten, einem Unfallchirurgen, Radiologen, Laborassistenten und Pflegekräften steht bereit und begleitet den Patienten in den Schockraum, während der Notarzt die Lage schildert. „Jetzt ist die Zeit unser größter

Gegner. Oft kommt es auf jede Sekunde an.“ Beyer ist inzwischen in den Laufschrift gewechselt und ruft seinen Kollegen Anweisungen zu. Weil der Patient eine Menge Blut verloren hat, bereitet der Anästhesiepfleger den Cell-Saver vor. Falls das Team operieren muss, kann das Gerät während des Eingriffs die Rückgewinnung roter Blutkörperchen unterstützen. Zuvor aber greift das Schockraummanagement und das Team führt an dem polytraumatisierten Mann die Sicherung der Vitalfunktionen und die Basisuntersuchungen von Röntgen bis CT durch. Sie müssen feststellen, ob eine Not-OP eingeleitet werden muss oder der Patient weiter untersucht und behandelt werden kann.

„Wir führen alle Erstmaßnahmen durch, um den Patienten schnellstmöglich zu stabilisieren. Das ist uns gut gelungen, aber seine Verletzungen sind so schwerwiegend, dass wir ihn nun verlegen müssen. Ein Hubschrauber ist schon auf dem Weg.“ Der Motorradfahrer wird in eine spezielle Traumaklinik geflogen, die ebenfalls Teil des Netzwerkes ist. „Früher mussten wir erst mehrere Krankenhäuser anfragen, ob sie unseren Patienten aufnehmen“, erinnert sich Beyer. „Heute genügt ein Anruf und alles wird in die Wege geleitet, um Verlegung und Weiterbehandlung sofort zu realisieren.“ Kleinere Krankenhäuser ohne Netzwerkanbindung haben noch immer häufig Probleme, zeitnah eine gute Weiterversorgung zu organisieren. Wertvolle Zeit geht verloren, in der das Unfallopfer schon behandelt werden könnte. „So ist die Zertifizierung des St.-Marien-Hospitals weit mehr als ein Qualitätssiegel. Sie ist ein echter Zugewinn für die medizinische Versorgung der Bevölkerung.“



**Dr. Ralf Beyer**  
Chefarzt Unfallchirurgie und Orthopädie  
Leiter des Traumazentrums, Ärztlicher Direktor  
Tel.: 02992/605-4022



Steh auf und kämpfe – wie viele Menschen, die in ihrer Kindheit oder Jugend an Kinderlähmung erkrankt sind, hat Ellen Berghaus mit eisernem Willen gelernt, wieder zu laufen. Im Alter musste sie lernen, mit den Spätfolgen der Infektion zu leben.



TEXT: JUDITH HENS | FOTOS: ADRIAN GAIDZIK



# Eine Kämpfer- natur

Erst fühlten sich die Muskeln müde an, dann kamen Schmerzen in den Gelenken hinzu. Das wird das Alter sein, dachte Ellen Berghaus. Aber eine längst überstandene Krankheit aus der Jugend hatte sie wieder eingeholt: Polio, besser bekannt als Kinderlähmung.

Ellen Berghaus rückt sich ihre Brille zu- recht, legt den Schalter des Scooters auf „volle Kraft“ und saust mit dem vierräd- rigen Elektro-Gefährt die steile Einfahrt von ihrem Wohnhaus zur Straße hin- auf. 18 Prozent Steigung auf gut zehn Metern. „Im Winter bei Schnee und Eis ist das nicht zu schaffen“, erzählt die 72-Jährige. Ihre Stimme wird gedämpf- ter, als sie von den langen Wochen und Monaten erzählt, die sie dann ans Haus gebunden ist. Bis vor zwei Jahren war das noch anders. Mit einem speziell für Rollstuhlfahrer umgebauten Volvo fuhr Ellen Berghaus überall hin: einmal die Woche zum Schwimmen, zu den Veranstaltungen der Selbsthilfegruppe, in Konzerte. „Das ist nun alles vorbei“, sagt sie und seufzt. Ihre Augen haben stark nachgelassen, da entschloss sie sich schweren Herzens, das Auto zu ver- kaufen. Einmal im Monat fährt sie aber nach wie vor zu den Treffen des Polio-

»Mein Leben war schön. Ich habe immer nach vorne geschaut und viel unternommen.«

Ellen Berghaus



**In Bewegung bleiben:**  
Täglich trainiert Ellen Berghaus ihre Muskulatur – immer auf dem schmalen Grat zwischen Zuviel und Zuwenig.



Verbandes. Gut eineinhalb Stunden ist die Seniorin dann mit ihrem Scooter für den 17 Kilometer langen Weg unterwegs. „Der Austausch mit den anderen ist wichtig. Ich muss immer wissen, was auf mich zukommt.“

Es war auch bei einem Vortrag des Verbandes, als sie allmählich erkannte, welche Krankheit hinter ihren Symptomen steckt: das Post-Polio-Syndrom. Daran leiden Menschen, die in ihrer Kindheit oder Jugend an Kinderlähmung erkrankt waren. „Mein Mann hatte damals in der Zeitung davon gelesen und bei dem Treffen haben wir viel gehört, was auch auf mich zutraf“, erinnert sich die ehemalige Medizinisch-Technische-Assistentin. Ende der 1980er-Jahre merkte sie, dass ihre Kräfte langsam nachließen. „Ich konnte mich nicht mehr so gut bewegen und hatte Beschwerden an der Wirbelsäule.“ Ellen Berghaus ging ins Fitnessstudio, um gegen die Schwäche anzutrainieren „und da bin ich zusammengebrochen.“

### Kraftanstrengung im Alltag

Dieses Phänomen kennt Dr. Axel Ruetz nur zu gut: „Wenn man nicht weiß, welche Krankheit hinter den Muskel- und Gelenkbeschwerden steckt und man zu viel oder falsch trainiert, kommt es zu solch einem Kollaps.“ Der Orthopäde behandelt Ellen Berghaus seit 14 Jahren am Polio-Zentrum des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur. Zweimal im Jahr untersucht der Arzt den Körper seiner Patientin. Er streicht über ihre Handrücken und prüft die Gelenke, fährt mit dem Daumen über die Wirbelsäule und schaut nach der Beweglichkeit von Schultern und Beinen. „Dass ich einmal im Rollstuhl sitzen werde, hat mir Dr. Ruetz schon früh prophezeit. Damals habe ich das nicht geglaubt“, erinnert sich Ellen Berghaus, die selbst mit einem Arzt verheiratet ist. Erst half ihr ein Gehstock, dann brauchte sie Krücken, schließlich einen Roll-





**Sammys Stammplatz ist immer bei Frauchen – egal, ob sie mit Rollstuhl oder Scooter unterwegs ist.**

stuhl, es folgte die Elektro-Variante und heute stützen Polster zusätzlich den Rücken und die Oberschenkel. Selbstverständliche Handgriffe sind für sie eine wahre Kraftanstrengung. „Ich verdurste vor einer Wasserflasche, wenn sie noch fest verschlossen ist.“ Wenn ihr Mann oder die Haushaltshilfe gerade nicht in der Nähe sind, fährt sie kurzerhand in die Küche zum Wasserhahn.

Nie hätte Ellen Berghaus damit gerechnet, dass die überstandene Kinderlähmung ihr Leben noch einmal so bestimmen würde. „Die Polio hatte ich vergessen. Ich war doch gesund.“ Erst mit 17 Jahren steckte sie sich an: bei einem Praktikum in der Kinderabteilung eines Krankenhauses – nur wenige Jahre, bevor die Schluckimpfung gegen das Virus 1962 in Deutschland eingeführt wurde. Mit eiserner Disziplin trainierte die junge Frau in einem Sanatorium ihre Beine. Die Eltern kamen nur selten zu Besuch. „Und als ich dann endlich nach zwei Jahren wieder nach Hause durfte, war mein Studienplatz weg. Ich wollte Medizin studieren.“ Ellen Berghaus schaut in die Ferne, ihr Blick wird wehmütig. Aber nur für einen kurzen Moment, dann sagt sie mit

fester Stimme: „Mein Leben war schön. Ich habe immer nach vorne geschaut und viel unternommen.“ Mit Anfang 30 wurde sie eine begeisterte Skiläuferin, lernte tanzen. Wie viele Menschen, die in ihrer Kindheit und Jugend gegen die Folgen der Virus-Infektion kämpften, hat sie früh gelernt: Ich kann etwas erreichen, wenn ich nur immer wieder übe. Diese Willenskraft hilft ihr auch heute noch, mit den Spätfolgen zu leben.

Yorkshire-Mischling Sammy springt unter die Beine seines Frauchens. Er liebt es, mit ihr Scooter zu fahren. „Wir könnten heute Nachmittag noch einen Ausflug machen, wenn es trocken bleibt.“ Nun lenkt Ellen Berghaus das Elektromobil erst einmal wieder zurück in die Garage. Es ist kurz nach zwölf und eben hat die Haushaltshilfe das Gulasch zum Mittagessen gebracht. ■

**Ellen Berghaus ist eine von gut 3.000 Patienten, die Dr. Axel Ruetz im Post-Polio-Zentrum behandelt. Seit 14 Jahren bereits begleitet der Orthopäde seine Patientin.**



## Die Krankheit aus Kindertagen kehrt zurück

Die Muskeln und Gelenke schmerzen, Kraft und Ausdauer lassen nach, dauernde Müdigkeit – dies sind nur einige Symptome des Post-Polio-Syndroms. Es können auch Schluck- und Atemprobleme auftreten. In Deutschland leiden etwa 70.000 Menschen an den Spätfolgen einer Kinderlähmung. „Viele Ärzte kennen diese Krankheit nicht“, erklärt Dr. Axel Ruetz, Leiter des Polio-Zentrums am Katholischen Klinikum Koblenz-Montabaur. Als einzige Spezialabteilung an einem deutschen Krankenhaus kümmert er sich gemeinsam mit einem Team aus Orthopäden, Neurologen, Anästhesisten, Schmerztherapeuten, Ärzten für Lungenheilkunde sowie Physiotherapeuten um circa 3.000 Patienten im Jahr. Bis Januar 2014 wird das Zentrum in Koblenz noch erweitert. „Wir haben Wartelisten bis ins nächste Jahr“, erzählt Orthopäde Ruetz. Wie das unheilbare Post-Polio-Syndrom voranschreitet, hat der Mediziner bei seinem Vater miterlebt: „Steh auf und kämpfe – mit einer großen körperlichen und psychischen Energie sind diese Menschen nach der Infektion in ihr Leben zurückgekehrt.“ Nach einer stabilen Phase von 20 oder sogar 50 Jahren treten die Lähmungen wieder auf. Nur dann greift die Strategie aus Kindertagen nicht mehr. Außer Schmerzmitteln, gibt es keine Medikamente, die helfen. Die Patienten trainieren mit einem Physiotherapeuten, je nachdem auch Ergotherapeuten und Logopäden. „Dabei bewegen wir uns auf einem schmalen Grat zwischen zu viel und zu wenig Bewegung“, sagt Ruetz. Die Folge wäre eine weitere Muskelschwäche. Nach der Polio-Infektion übernimmt eine überlebende Nervenzelle die Arbeit der zerstörten Nachbarzellen. Nach Jahrzehnten einer viel zu hohen Belastung stirbt auch diese ab und es treten neue Schmerzen und Lähmungen auf. Weltweit ist Polio noch nicht ausgerottet. In Afghanistan, Pakistan und Nigeria kommt es immer wieder zu Infektionen; auch in Moskau traten im vergangenen Jahr einige Fälle auf.

**Warum müssen wir trinken?**



**U**nsere Körper besteht etwa zu 70% aus Wasser. Die Organe in unserem Körper sind auf Wasser angewiesen. Trinken wir zu wenig, dann kann es z.B. zu Durchblutungsstörungen oder Schwindelanfällen kommen. Deshalb solltet ihr immer genug trinken, mindestens 1,5 Liter am Tag. Wer zuviel Wasser trinkt, lebt aber auch ungesund. Dann werden lebenswichtige Salze und Mineralien aus dem Körper geschwemmt. Wie ihr seht, die Menge macht's. Die besten Durstlöcher sind Mineralwasser und Apfelschorle. Eistee oder Limonaden sind wegen des hohen Zuckergehaltes nur ab und zu angesagt.

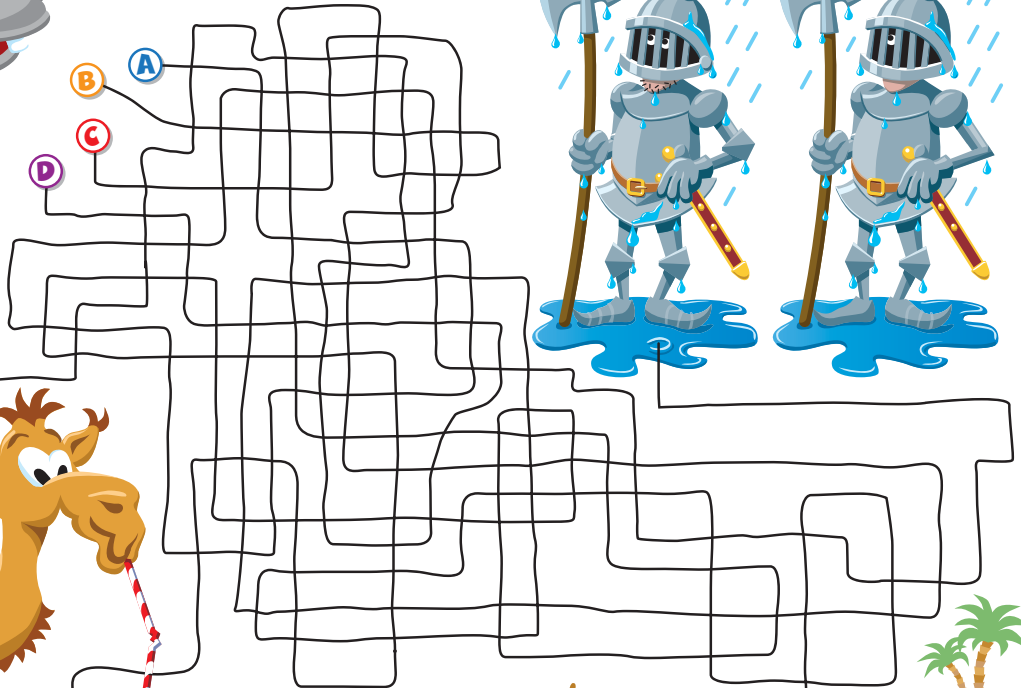
**2.** Wasser kommt in der Natur nicht nur als Flüssigkeit vor. Wie heißen die anderen Zustände?



**4.** Ritter Otto der Wasserscheue hat einen Doppelgänger. Die beiden Ritter unterscheiden sich durch 10 Details. Findet sie.



**1.** Walter das Flußpferd möchte mit seinem Freund Fridolin dem Frosch in der Oase plantschen. Zeig ihm den Weg.



**3.** Ein Kamel in der Wüste kommt lange ohne Wasser aus. Wenn es aber mal seinen Durst löschen kann, trinkt es Unmengen. Wieviel Liter können es sein?

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



Lösungen: Rätsel 1: C Rätsel 2: A) Eis, B) Wasserdampf Rätsel 3: bis zu 200 Liter Rätsel 4: siehe unten \* Suchspiel: Alfons versteckt sich in einem 20-Liter Eimer unten links



medizini- sch: Stauung	unbe- hoffen	Zitter- pappel	▼	▼	Tropen- strauch	▼	Wappen- vogel	Stich- waffe	kalte Süß- speise	Schau- platz	▼
▶	▼				Debilität (med.)	▶		▼	▼		
▶					Teil des Auges		„Irland“ in der Landes- sprache	▶		6	
Bau- fahrzeug		medizi- nisch: fieber- haft		eine Farbe		11				Mönchs- gewand	
ekel- haft, gemein		1	englisch, franzö- sisch: Luft	▶			kaum hörbar		Kfz-Z. Kempten	▶	
▶				ei- förmig		nacht- aktiver Halbaffe	▶			8	
▶			Götter- gabe	▶					Rufname Schwar- zen- eggers		
Geheim- dienst d. eh. Sow- jetunion	Disput, Streit- gespräch		Kose- name für Geno- veva	▶	10		griechi- sche Buch- stabe		griechi- sche Unheils- göttin	▶	
uner- bittlich	▶	2				9		Kreuzes- inschrift			Schon- kost
spani- scher Artikel	▶		Strich- kode der Maga- zine	▶		besitz- anzei- gendes Fürwort	▶				Radio- wellen- bereich (Abk.)
Ge- steins- massiv		plötz- licher Einfall	▶					Rufname Laudas	▶		
▶	3			in den Adels- stand heben		männ- licher franz. Artikel		Strom durch Lüttich		thail. Längen- maß (2 m)	▶
Verstoss		Dauer- wurst- sorte	▶							Schlag- rhyth- mus	Dynastie im alten Peru
▶							Erb- faktor	elektr. Infor- mations- einheit	▶	4	
▶			Fremd- wortteil: zwei	▶		antiker mediz. Forscher (2. Jh.)	▶				Roman von King (engl.)
franz. Mehr- zahl- artikel		lang- samer Tanz im 4/4-Takt	▶					5	tropi- scher Frucht- baum	▶	7
Flachs- garn- gewebe	▶							Haus- halts- plan	▶		

### Lösungswort:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Apfelsaft von Hunsrücker Streuobstwiesen, hausgemachte Wurst und duftend-frisches Brot – der Hofladen der Barmherzigen Brüder Schönfelderhof in Zemmer vertreibt Produkte aus der Region, zum Teil in eigener Produktion hergestellt. Wir verlosen unter allen richtigen Einsendungen fünf frisch zusammengestellte Präsentkörbe mit Spezialitäten der BBT-Einrichtung bei Trier. 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 18. Oktober 2013. Viel Glück!

## Mitmachen und gewinnen



# leserbriefe

Diskutieren Sie mit uns – wir freuen uns auf Ihre Meinung. Redaktion „Leben!“, leben@bbtgruppe.de oder auf unserer Facebook-Seite.

„SCHUTZ VOR KREBS“  
IN AUSGABE 1 + 2/2013

### Die Milch macht's?

Beim Lesen des Artikels, der viele gute Tipps enthält, fiel mir jedoch auf, dass Frau Siehr – gerade im Zusammenhang mit Krebserkrankten – Ernährungsempfehlungen gibt, die für mich aus naturheilkundlicher Sicht und gerade im Zusammenhang mit der Betreuung von Krebspatienten wie im Krankenhaus Bad Mergentheim nicht nachzuvollziehen sind. Es geht um „fettreduzierte Milchprodukte“ und es geht um „Wurst und Geflügelfleisch“. Wer sich einmal intensiv mit Milchprodukten beschäftigt hat, weiß bestens, dass sie alles andere als gesund sind. Sie ist Ursache für Darmunverträglichkeiten, für Allergien, Hautproblemen, Übergewicht, Hormonstörungen und nicht zuletzt evtl. auch für Krebs, was laut dem Artikel ja eigentlich therapiert werden soll. Wenn schon Milch, dann sollte Rohmilch möglichst naturbelassen in Zusammensetzung und Fettgehalt bevorzugt werden, wie dies Dr. Max-Otto Bruker schon vor Jahrzehnten propagiert hat. Fettreduzierte Milch enthält aber gerade das oft schädliche Milcheiweiß, ist zudem kein naturbelassenes Lebensmittel mehr. Milchlaktose in der naturbelassenen Roh- oder Vorzugsmilch oder in Sahne oder in Butter kann vom Körper jedoch sehr gut verwendet werden und weit weniger Schaden anrichten.

Warum werden nun Wurst und Geflügelfleisch – wenn auch nur 2x pro Woche – empfohlen?? Dazu muss nur einmal der Film „We feed the world“ angeschaut werden. Wem es noch nicht vorher klar war, wird gerne in Zukunft auf den Genuss von antibiotika- und hormonverseuchtem Geflügelfleisch von Tieren verzichten, die unter unethischen und furchtbaren Bedingungen gebrütet, hormonmastgefüttert, gehalten und geschlachtet werden. Daneben sind auch noch einige recht interessante Aspekte unserer industriellen Nahrung zu sehen.

Dr. Roland Mathan, Vallendar

Die Tipps zur Vorbeugung von Krebs beruhen auf Empfehlungen der Deutschen Krebsgesellschaft.

Leserbriefe spiegeln nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider. Aus Platzgründen können wir leider nicht alle Briefe abdrucken und behalten uns vor, sinnwährend zu kürzen.





# Auf dem Weg

Wir sind immer unterwegs wie Wanderer.  
Wir begegnen der Natur, anderen Menschen,  
Schönem und Schwerem, uns selbst.

Deshalb brauchen wir Achtsamkeit unterwegs,  
damit wir nichts Wichtiges übersehen.  
Und wir brauchen mehr Zeit,  
um Schönes zu entdecken und zu genießen.

Umwege und Irrwege raten uns  
zu Besinnung und Umkehr.

Wandern weitet unseren Horizont,  
gibt uns neuen Wagemut.  
Wir spüren, dass unser Weg  
unter unseren Füßen gewachsen ist  
und wir wie durch ein Wunder  
am Ziel unseres Weges sind.

Elke Deimel



3./10./17. Juli 2013

## Pflegekurs für Angehörige

Tanja Hartmann, ausgebildete Pflegetrainerin, stärkt in insgesamt zwölf Unterrichtsstunden kostenlos die Pflegekompetenz von Angehörigen betagter, hilfsbedürftiger oder dementer Menschen und gibt Tipps aus der Praxis für die Alltagsbewältigung. Weitere Termine auf Anfrage.

🕒 16.30 bis 20.30 Uhr

St.-Marien-Hospital Marsberg

📄 Nähere Informationen unter  
Tel.: 02992/6054002

23. Juli 2013

## Jens Spahn in Paderborn

Der gesundheitspolitische Sprecher der CDU Jens Spahn wird bei seinem Besuch in Paderborn unter anderem über das Thema Krankenhausfinanzierung sprechen. Spahn wird sich einen halben Tag Zeit nehmen, um sich mit Vertretern des Paderborner Gesundheitswesens auszutauschen. In diesem Rahmen soll auch eine öffentliche Diskussionsveranstaltung stattfinden.

📄 Mehr Informationen auf  
[www.bk-paderborn.de](http://www.bk-paderborn.de)

29. Juli 2013

## Diabetes Typ II-Selbsthilfegruppe

Der alltägliche Umgang mit der Krankheit steht beim monatlichen Erfahrungsaustausch von Betroffenen im Vordergrund. Begleitet wird die Gruppe von der Diabetesberaterin (DDG) Irmgard Lammers, die Wissenswertes, Tipps und Erkenntnisse der neueren medizinischen Forschung beibringt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Die Treffen finden jeden letzten Montag im Monat statt.

🕒 14 Uhr

St.-Marien-Hospital Marsberg  
Peter-Friedhofen-Raum

📄 Nähere Informationen unter  
Tel.: 02992/6056048

20. August 2013

## Abnehmen mit Genuss

Ziel dieses Kurses der Ernährungsberaterin Irmgard Lammers ist, den Ursachen überflüssiger Pfunde mittels Körperfettmessung und Ernährungsprotokollen auf die Spur zu kommen, Kenntnisse über gesunde Lebensführung zu erlangen und durch nachhaltig gesunde Ernährung eine Gewichtsreduktion zu erzielen. Weitere Termine und Kurse auf Anfrage.

Der Kurs findet acht Wochen lang immer dienstags statt.

🕒 14.30 Uhr

Kosten: 95 Euro  
St.-Marien-Hospital Marsberg  
Schulungsraum Ernährung

📄 Nähere Informationen unter  
Tel.: 02992/6056048

10. September 2013

## Entspannung lernen

In dem Einführungskurs der Entspannungstherapeutin Simone Ester werden verschiedene Entspannungstechniken z.B. nach Jacobson oder durch autogenes Training vorgestellt und eingeübt. Weitere Termine und Kurse auf Anfrage.

Der Kurs findet acht Wochen lang immer dienstags statt.

🕒 17 bis 18 Uhr

Kosten: 72 Euro  
St.-Marien-Hospital Marsberg  
Gesundheitszentrum

📄 Nähere Informationen unter  
Tel.: 02992/6054000





**Brüderkrankehaus  
St. Josef Paderborn**

**Brüderkrankehaus  
St. Josef Paderborn**  
Husener Straße 46  
33098 Paderborn  
Tel.: 05251/702-0  
www.bk-paderborn.de



**St.-Marien-Hospital  
Marsberg**

**St.-Marien-Hospital Marsberg**  
Marienstraße 2  
34431 Marsberg  
Tel.: 02992/605-0  
www.bk-marsberg.de

## Im nächsten Heft

### Herz



Er gilt als „Manager-Krankheit“, dabei erleiden Jahr für Jahr etwa eine Viertelmillion Menschen in Deutschland einen Herzinfarkt. Der Herzanfall zählt damit schon zu den Volkskrankheiten. Wer den Infarkt überlebt – etwa jeder vierte Betroffene ver stirbt an den Folgen –, stellt oftmals seine Lebensgewohnheiten radikal um.

Außerdem:

### Wege auf den Arbeitsmarkt

Die Berufsintegrationsdienste

### Für alle Fälle

Seniorenwohnanlage,  
Betreutes Wohnen und Pflege

Die nächste Ausgabe von  
„Leben! – Das Magazin  
der BBT-Gruppe für  
Gesundheit und Soziales“  
erscheint im Oktober 2013.



# Damit Sie sich wieder schmerzfrei bewegen können.

Klinik für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie  
mit Chefarzt Prof. Dr. med. Norbert Lindner



**Brüderkrankenhaus  
St. Josef Paderborn**



Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn  
Husener Straße 46, 33098 Paderborn  
Tel.: 05251/702-1201  
E-Mail: [info@bk-paderborn.de](mailto:info@bk-paderborn.de)  
[www.bk-paderborn.de](http://www.bk-paderborn.de)