

# Leben!

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

Unfallchirurgie

**1:0**  
für einen  
Neustart



WENN VENEN ZUM  
PROBLEM WERDEN

Radiofrequenztherapie  
bei Krampfadern

FREIHEIT  
ZUM LEBEN

Ambulante Hilfe  
gibt psychisch Kranken  
Halt im Alltag



**Gesundheitsholding**  
Tauberfranken



## Freiheit zum Leben

Für psychisch Kranke das richtige Lebensumfeld zu finden, ist nicht immer leicht. Der eine braucht mehr, der andere weniger Betreuung. Manche sind gern allein, andere wiederum lieben Gesellschaft. Wichtig ist, für jeden eine gute Lösung zu finden. So auch für Jonas Wagner: Aus einer intensiv betreuten Wohngruppe heraus hat er den Schritt in eine eigene Wohnung gewagt. Und das mit Erfolg.

# inhalt

## kurz&knapp

- 4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

## titel

- 6 Freiheit zum Leben
- 11 Abgestimmte Therapieangebote

## gesund&fit

- 12 Mediterrane Küche
- 13 Lieblingsrezepte

## palliativecare

- 14 Hoffnung ist, was bleibt

## standpunkt

- 18 Gegen Grippe impfen?

## nahdran

- 20 Nachrichten aus den Einrichtungen im Main-Tauber-Kreis

## blickpunkt

- 24 Wenn Venen zum Problem werden

## unfallchirurgie

- 26 Chance für einen Neuanfang

## rätsel&co.

- 30 Kinderseite
- 31 Kreuzworträtsel

## momentmal

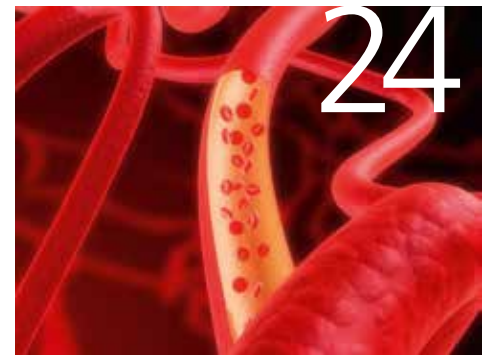
- 32 Impuls

## service

- 34 Veranstaltungstipps und Kontakt

## Hoffnung ist, was bleibt

Krank. Unheilbar. Kann man mit dieser Diagnose überhaupt noch gut weiterleben? Was braucht ein Mensch in dieser Situation? Palliative Care heißt der Ansatz, der alles vereint und nur eines will: Dass es dem Kranken gut geht – so lange wie möglich.



## Chance für einen Neuanfang

Beide Arme und Beine mehrfach gebrochen, Beingewebe zerquetscht, der Brustraum eingefallen, eine Niere hatte versagt. Es sah nicht gut aus für Christian Heintz – und für die Unfallchirurgen im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier begann ein Wettlauf gegen die Zeit.

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





Thomas Wigant



## Wenn Venen zum Problem werden

Krampfadern machen weder ein schönes noch ein gesundes Bein. Im Krankenhaus Tauberbischofsheim wird seit vielen Jahren Venenchirurgie betrieben. Nun wurde ein neues Gerät zur Radiofrequenztherapie angeschafft, um moderne schonende Venenoperationen anbieten zu können.



## Liebe Leserinnen und Leser,

die Spitzen der Koalitionsfraktionen von Union und SPD haben bei einer Klausurtagung Anfang Mai den Zeitplan für ein Gesetzgebungsverfahren beschlossen, das den Umgang mit Sterbehilfe in Deutschland klären soll. Vor der Abstimmung, die für Herbst 2015 geplant ist, wird die Phase von Anhörungen Ende dieses, Anfang nächsten Jahres beginnen. Die Debatte dauert dagegen schon längere Zeit und schafft es mittlerweile auch in die Talkrunden im Fernsehen.

Immer wieder ist in der Diskussion die Rede von der großen Bedeutung einer besseren palliativmedizinischen Versorgung in Deutschland. Die These: Wenn bei einer Erkrankung, die nicht mehr heilbar ist, frühzeitig eine optimale Behandlung von Symptomen wie beispielsweise Schmerzen oder Atemnot stattfindet, eine gute Begleitung bei psychischen und spirituellen Nöten, dann verstummt der Wunsch nach aktiver Sterbehilfe oder assistiertem Suizid.

Diese Ausgabe von „Leben!“ widmet sich u. a. dem Thema Palliative Care und stellt dabei das Erleben einer Patientin in den Mittelpunkt. In den vergangenen 20 Jahren hat es in diesem Bereich viele Fortschritte gegeben. Aus einer anfänglich auch von Medizinern belächelten Bewegung ist eine anerkannte Fachspezialisierung erwachsen, die den Patienten zugute kommt und für viele Pflegende, Ärzte und andere therapeutische Berufe wichtige Handlungsperspektiven eröffnet hat.

Was leider noch nicht gelungen ist, ist die ausreichende Finanzierung von Palliative Care in Deutschland. Irgendwie scheinen sich alle an den „Skandal“ (wörtlich für Ärgernis) gewöhnt zu haben, dass jede Einrichtung, die palliative Versorgungsstrukturen vorhält, dafür betteln gehen muss, um die Defizite einigermaßen auffangen zu können. Ohne Fördervereine, Stiftungen und Spenden geht es nicht. Hier besteht akuter Handlungsbedarf.

Sollte also in den politischen Diskussionen der nächsten Monate wieder die Bedeutung guter Palliativversorgung beschworen werden, dann gilt hier, wie bei anderen zeitgemäßen Therapieformen auch, dass den Fachleuten ein angemessener Rahmen dafür zur Verfügung gestellt wird. Neben entsprechender Fachkunde gehört vor allem eines zu einer guten Palliativversorgung: Zeit für den Patienten und dessen Angehörige. Und dies muss die Politik auch möglich machen.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre von „Leben!“.

Ihr

Thomas Wigant  
Hausoberer Gesundheitsholding Tauberfranken



## JAHRESTAGUNG CHRISTLICHER KLINIKEN

**MIT QUALITÄT**

In der Debatte um eine Krankenhausreform haben die christlichen Krankenhausverbände vor der Einführung oberflächlicher Qualitätskriterien gewarnt. Es reiche nicht aus, wenn man aus Routedaten wie der Sterblichkeit oder der Zahl der Komplikationen auf die Qualität eines Krankenhauses schließe, sagte der Geschäftsführer des Katholischen Krankenhausverbands Deutschlands (KKVD), Thomas Vorkamp, bei der Jahrestagung der christlichen Krankenhausverbände in Essen. Er plädierte zugleich dafür, auch Leistungen wie die Versorgung von Schwerstkranken und Sterbenden und die spirituelle Begleitung von Kranken in die Qualitätskriterien aufzunehmen. Bund und Länder verhandeln derzeit über eine Krankenhausreform. Ziel ist es unter anderem, die Behandlungsqualität zu verbessern. Dazu will die Bundesregierung ein eigenes Institut zur Bewertung der Qualität gründen. Bei ihrer Jahrestagung berieten die christlichen Krankenhausverbände über Qualitätsprüfsteine. Der KKVD und der Deutsche Evangelische Krankenhausverband (DEKV) vertreten die Interessen von 640 christlichen Krankenhäusern mit 270.000 Beschäftigten. Rund jedes dritte deutsche Allgemeinkrankenhaus steht damit in christlicher Trägerschaft.

(KNA)



Foto: Wolf R. Ussler

## UMFRAGE DER ALZHEIMER FORSCHUNG INITIATIVE

**ANGST VOR ALZHEIMER**

Fast die Hälfte aller Deutschen fürchtet sich vor einer Alzheimer-Erkrankung. Die Sorge ist bei Frauen mit 51 Prozent deutlich größer als bei Männern (39 Prozent), wie eine Allensbach-Umfrage im Auftrag der Alzheimer Forschung Initiative (AFI) ergab. Danach nimmt die Angst zu, wenn es einen Erkrankten in der Familie (66 Prozent) oder im Bekanntenkreis (58 Prozent) gibt. Alzheimer zählt mit rund 1,2 Millionen Betroffenen in Deutschland zu den Volkskrankheiten. Da das Alzheimer-Risiko mit dem Alter steigt, erhöht sich laut Umfrage mit den Lebensjahren auch die Furcht vor der Erkrankung. Für die repräsentative Studie befragte das Institut für Demoskopie Allensbach 1.507 Personen ab 16 Jahren.

BARMHERZIGE BRÜDER RILCHINGEN  
KOOPERIEREN MIT SCHWESTERNVERBAND**FÜR EINE GUTE AUSBILDUNG**

Der Saarländische Schwesternverband e.V. und die Barmherzigen Brüder Rilchingen arbeiten bei der Ausbildung von Heilerziehungspflegern zusammen. Damit wollen die beiden Träger ihr Wissen bündeln und Auszubildende fit für die Zukunft machen. Schüler des Schwesternverbands werden ihre theoretische Ausbildung an der verbandseigenen Akademie in Ottweiler absolvieren und die praktische Ausbildung künftig auch in Rilchingen in den Einrichtungen der Barmherzigen Brüder durchführen. Schüler aus Rilchingen wiederum besuchen den theoretischen Unterricht an der Akademie des Schwesternverbandes in Ottweiler. Am 1. September beginnt der einjährige Vorbereitungskurs der Ausbildung zum Heilerziehungspfleger. Daran schließt sich eine zweijährige theoretische Fachschulausbildung in Ottweiler an. Die Ausbildung endet mit dem fachpraktischen Jahr, das wieder komplett in den Einrichtungen durchgeführt, aber vom Lehrpersonal begleitet wird. Akademieleiterin Stefanie Neukirch: „Die Kompetenzen, die in der Ausbildung erlernt werden, ermöglichen die ganzheitliche Betreuung von Menschen mit Behinderung und psychischen Erkrankungen in der gesamten Lebensspanne.“

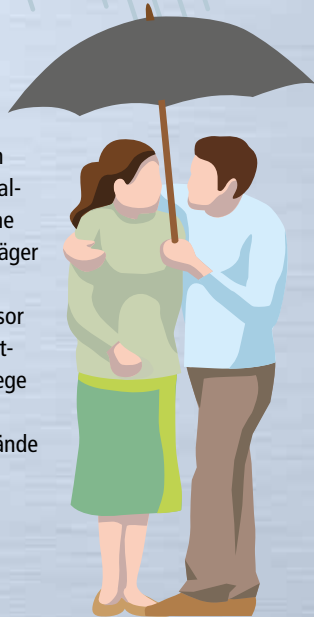
Fragen zur Ausbildung und Bewerbungen werden jederzeit von beiden Trägern entgegengenommen. Mehr Informationen unter: [www.schwesterverband.de](http://www.schwesterverband.de) und [www.bb-rilchingen.de](http://www.bb-rilchingen.de)

**„LEBEN!“  
LESEN, ANSEHEN  
UND TEILEN**

Das Magazin der BBT-Gruppe für Gesundheit und Soziales stellt sich in einem Video-Clip vor: [www.youtube.com/watch?v=lc20nS-NHR8](https://www.youtube.com/watch?v=lc20nS-NHR8)

72

Cent fließen von jedem Euro, den der Staat in die Sozialwirtschaft investiert, an die öffentliche Hand sowie an Sozialversicherungsträger zurück. So lautet das Ergebnis einer Studie des Volkswirtschaftlers Professor Dr. Stefan Sell. Er untersuchte die Wirtschaftskraft der Freien Wohlfahrtspflege in Rheinland-Pfalz und widerspricht damit dem Vorurteil, dass Sozialverbände reine Kostenfaktoren seien.



KKVD-VORSITZENDER GEGEN RÜCKZUG DER KIRCHE AUS DEM GESUNDHEITSWESEN



Foto: KKVD

**DIE WELT MITGESTALTEN**

„Gesund schrumpfen der Caritas, Aufgeben von Krankenhäusern ist für mich keine Perspektive“, sagte der Vorsitzende des Katholischen Krankenhausverbands Deutschlands (KKVD), Theo Paul. Der Osnabrücker Generalvikar wandte sich damit gegen die Kritik, dass kirchliche

Krankenhäuser wie andere große Konzerne wirtschaftlich agierten und kein eigenes Profil zeigten. Nach den Worten von Paul gebietet das christliche Gebot der Nächstenliebe, der Welt und auch nicht getauften Menschen zugewandt zu sein. In diesem Sinne leiste die katholische Kirche in Deutschland mit ihren 435 Krankenhäusern einen wichtigen Dienst im Rahmen der Sozialsysteme. Um ihres Auftrags willen dürfe sich die Kirche nicht zu einer „völlig autarken und autonomen Subkultur“ ausbilden. Kirchliche Einrichtungen müssten die Welt mitgestalten, sagte Paul bei einem Festakt der Clemensschwestern in Münster. (KNA)

MEDITERRANE KOST SCHÜTZT VOR KRANKHEITEN

**GESUNDE KÜCHE**

Es lohnt sich, einen Blick auf die Ernährung zu werfen. Bei rund 3.500 Männern und Frauen zwischen 55 und 80 Jahren, die im Rahmen der PRIMED-Studie eine Mittelmeerdiät gemacht haben, konnte das Risiko, an Diabetes zu erkranken, um 30 Prozent gesenkt werden. Und das ganz ohne Sport oder Kalorienbegrenzung.

Die Teilnehmer wurden in eine von drei Ernährungsgruppen aufgeteilt: Die erste Gruppe ernährte sich nach der mediterranen Küche mit einer täglichen Extraportion Olivenöl, die zweite Gruppe ersetzte das Öl durch Nüsse und die dritte Gruppe musste einzig auf einen geringeren Fettkonsum achten. Während der vierjährigen Beobachtungszeit waren insgesamt 273 Diabetes-Neuerkrankungen aufgetreten – umgerechnet war damit das Diabetesrisiko in Gruppe 1 um 30 Prozent und in Gruppe 2 um 18 Prozent niedriger gegenüber der Kontrollgruppe. Außerdem wird die mediterrane Kost auch zum Schutz vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen empfohlen. Hauptzutaten sind Oliven und Olivenöl, frisches Gemüse, Kräuter, Fisch und Meeresfrüchte.



Foto: istockphoto

# FREIHEIT

Für psychisch Kranke das richtige Lebensumfeld zu finden, ist nicht immer leicht. Der eine braucht mehr, der andere weniger Betreuung. Manche sind gern allein, andere wiederum lieben Gesellschaft. Wichtig ist, für jeden eine gute Lösung zu finden. So auch für Jonas Wagner: Aus einer intensiv betreuten Wohngruppe heraus hat er den Schritt in eine eigene Wohnung gewagt. Und das mit Erfolg.



» Ich wusste nicht,  
wie der Hase läuft. «

Jonas Wagner

# ZUM LEBEN







**D**as also ist meine Wohnung!“ Der Stolz steht Jonas Wagner ins Gesicht geschrieben, als er sein Appartement zeigt. Groß ist es nicht, aber gemütlich, und vom Dachfenster aus liegt einem die Eifelstadt Bitburg zu Füßen. Der Wohnzimmer-tisch ist mit einer Piratenflagge be-deckt, von der Wand schaut, ein wenig verkniffen, Bob Marley. Jonas hat sich sein Zuhause nach seinen Wünschen eingerichtet. Mehr als ein Jahr lebt er nun schon in Bitburg in einem Neben-gebäude des Gemeindepsychiatrischen Zentrums (GPBZ) der Barmherzigen Brüder Schönfelderhof. „Mir geht es gut hier“, erzählt der 23-Jährige. „Hier habe ich meine Freiheiten. Und die brauche ich auch, sonst fühle ich mich unwohl.“

„Jonas hat eine sehr geringe Frustrationstoleranz“, bringt es seine Betreuerin Carola Schmitz fachlich auf den Punkt. In der intensiv betreuten Wohn-gruppe, in der der junge Mann zuvor wohnte, habe das zwangsläufig zu Kon-flikten geführt. „Jonas empfand die Re-geln dort als Druck. Da ist er halt immer wieder entgleist – verbal, aber auch körperlich.“ Der Weg in eine eigene Wohnung sei dennoch nicht selbstver-ständlich für ihn gewesen, sagt Schmitz. „Es ist schwer für Jonas, sich eine Struk-tur zu geben.“ Dass er Wäsche waschen muss, um etwas zum Anziehen zu ha-ben, das musste er erst erfahren. Auch mit dem Putzen hat er es nicht so. Aber

Schmitz ist zuversichtlich: „Inzwischen läuft es schon ganz gut.“

#### HILFE BEI ALLTAGSDINGEN

Jonas weiß um seine Probleme. „Das mit dem Haushaltschmeißen nervt manch-mal schon“, gesteht er freimütig. Am Küchenschrank hängt ein Wochenplan. „Aber den halte ich selten ein.“ Auch die aufgerissenen Pizzaschachteln im Regal liegen wohl nicht erst seit gestern da. Deshalb ist Jonas ganz froh, wenn Carola Schmitz „hin und wieder mal kon-trollieren kommt“. Überhaupt genießt er es, dass sich die junge Frau um ihn kümmert. „Es ist schön, dass ich jemand habe, mit dem ich reden kann, wenn es Probleme gibt.“ Meist komme er selbst auf seine Betreuerin zu, etwa wenn es Stress auf der Arbeit oder Schwierigkei-ten in seiner Familie gab.

Dass Jonas Wagner einmal in einer eigenen Wohnung leben würde, das schien vor gar nicht allzu langer Zeit noch unvorstellbar. Schon als Kind hatte er Frühförderung in Anspruch genom-men, zunächst wegen fein- und grob-motorischer Probleme. In der Schule sei dann eine generelle Verweigerungshal-tung hinzugekommen, erzählt Schmitz. Und dann war da das Aggressionspro-blem: Immer öfter sei Jonas ausgeras-tet, oft schon wegen Kleinigkeiten. Die Jugendhilfe schritt ein, schließlich kam Jonas sogar wegen Körperverletzung

in Haft. Wenn der junge Mann selbst über jene Jahre spricht, dann klingt das nüchtern und ungeschminkt: Ständig sei er explodiert, habe so manche Mö-bel zu Kleinholz verarbeitet. „Manch-mal hatte ich Angst vor mir selber.“

#### SCHULABSCHLUSS AN DER ALGARVE

Aber dann kam dieser Portugalaufent-halt. Ein Jahr hat Jonas im Rahmen einer Resozialisierungsmaßnahme an der Algarve verbracht – „weil mich hier kein Heim mehr haben wollte“, wie er ohne Umschweife zugibt. Mithilfe des Flex-Programms, eines Fernschul-angebots der Caritas, hat er in Portugal seinen Hauptschulabschluss gemacht. „Ich will nicht wissen, wo ich ohne das gelandet wäre. Wahrscheinlich hätte ich jetzt schon eine Knastkarriere hinter mir.“ Doch auch an der Algarve lief nicht immer alles nach Plan: Seinem ersten Betreuer hat er mit der Axt das Wohn-zimmer zerlegt und dann, knapp am Kopf vorbei, die Axt ins Auto geschla-gen. O-Ton Jonas: „Da hat es ordentlich gerappelt zwischen uns.“ Danach kam er bei einem Ehepaar unter – beide ausge-bildete Sozialpädagogen –, und die Lage besserte sich zusehends. Noch heute hat er Kontakt zu den Leuten; erst voriges Jahr hat er sie in seinem Urlaub besucht.

So gerne Jonas Wagner auch auf seine Zeit in Portugal zurückblickt, den endgültigen Durchbruch hat sie nicht



In der Schreinerei oder bei Alltagsdingen: Daniel Gellermann (li.) und Carola Schmitz stehen Jonas Wagner zur Seite.

gebracht. Zurück in Deutschland, erzählt er, habe er erst einmal „ein Jahr auf der faulen Haut gelegen“. In einer „professionellen Erziehungsstelle“ wohnte er damals, und sein Mitbewohner sei „richtig lustig drauf“ gewesen. „Aber ich wusste halt nichts mit mir anzufangen.“ Eine Gärtnerausbildung hat er wieder abgebrochen.

Doch die Maßnahmen der Jugendhilfe waren ausgeschöpft. Weil Jonas' psychische Erkrankung, eine dissoziale Persönlichkeitsstörung kombiniert mit Problemen bei der Impulskontrollsteuerung, immer stärker in den Vordergrund trat, machte die Kreisverwaltung schließlich den Schönfelderhof, eine gemeindepsychiatrische Einrichtung der Barmherzigen Brüder Trier, auf den jungen Mann aufmerksam. In einer Teilhabekonferenz entwickelten die Kreisverwaltung, der Klient selbst und der Schönfelderhof als Leistungserbringer einen sogenannten Teilhabeplan. Dieser enthält ein verabredetes Ziel und einen Katalog an Maßnahmen, die den Klienten möglichst nah daran heranzuführen sollen. Über eine intensiv betreute Wohngruppe kam Jonas Wagner schließlich ins GPBZ nach Bitburg.

Wer den jungen Mann heute trifft, mit seinem Kapuzenpulli und dem wachen, freundlichen Blick, kann sich kaum vorstellen, dass er mit der Axt

auf seinen Betreuer losgegangen ist. Ein wenig unruhig wirkt er noch, aber doch auch gefestigt. „Ich habe einen Plan in der Box“, nennt es Jonas. Die Zeiten, als er „nicht wusste, wie der Hase läuft“, seien vorbei. Dazu trägt auch seine Freundin bei. Bei der Arbeit auf dem Schönfelderhof hat Jonas sie kennengelernt.

### ARBEITEN IN DER SCHREINEREI

Er arbeitet dort in der Schreinerei, Jessica in der Küche. Seit ein paar Monaten schon sind die beiden ein Paar – und wer sie zusammen sieht, zweifelt nicht daran, dass das noch länger hält, so zärtlich und liebevoll gehen sie miteinander um.

In der Schreinerei ist Jonas Wagner gut integriert. Vermessungspfähle schneiden, Paletten bauen, Transportkisten zusammensetzen – all das gehört für ihn zum Alltag. Und auch die Maschinen zum Fräsen, Sägen und Schleifen kann er fachmännisch bedienen. Die ihm übertragenen Arbeiten erledigt er zur Zufriedenheit der Kunden, wie sein Bezugsbetreuer Daniel Gellermann erzählt. So gehört er zu den wenigen Mitarbeitern, die lackieren dürfen. „Das ist eine anspruchsvolle Tätigkeit“, betont Gellermann. Da komme es auf die richtige Ausrüstung, auf das richtige Tempo an. „Das können wir nicht jeden machen lassen!“ Nicht jeden, aber Jo-

nas. Mit viel Selbstbewusstsein setzt er die Lackierpistole ein.

### FREIRÄUME GEBEN

Tag für Tag fährt der junge Mann um sieben Uhr mit dem Bus von Bitburg die 26 Kilometer zum Schönfelderhof zur Arbeit. Um viertel nach vier geht es wieder zurück. „Jonas Wagner ist ein gutes Beispiel für unsere sozialpsychiatrischen Grundsätze“, erklärt Albert Mandler, der am Schönfelderhof die gemeindepsychiatrischen Angebote leitet. So bekämen die Klienten – im Rahmen ihrer Möglichkeiten – alle erdenklichen Freiräume. „Wir behandeln nicht, sondern wir verhandeln, und das auf Augenhöhe“, betont Mandler. Und Träume seien dazu da, verwirklicht zu werden.

Auch Jonas Wagner hat einen Traum. Er möchte, sobald wie möglich, mit Jessica zusammenziehen. Im Moment kann sich Betreuerin Carola Schmitz das noch nicht vorstellen. „Jonas braucht sehr zeitnah Hilfsangebote. Da ist es gut, dass er bei uns im GPBZ wohnt.“ Auch Medikamente zur therapeutischen Unterstützung bekommt der junge Mann dort. „Allein würde er die nicht regelmäßig nehmen“, ist sich Schmitz sicher.

Freiheit gibt ihm einstweilen sein Persönliches Budget. Nach Maßgabe des Teilhabeplans kann sich Jonas damit seine Betreuungsleistungen frei einkaufen – vom Antiaggressionstraining über Yogakurse bis hin zur Ergotherapie. Zehn Stunden Betreuung stehen ihm pro Woche zu. Jonas nutzt diese Angebote, denn er weiß, dass sie ihm helfen sollen. „Ich habe meine Probleme, das ist mir schon klar. Und das ist auch doof. Aber ich habe gelernt, damit zu leben.“ Und das in seinen eigenen vier Wänden. ■



**Auch sie gibt Jonas Wagner Halt im Leben: Kennengelernt hat er seine Freundin bei der Arbeit – nun würden sie gern bald zusammenziehen.**



# Abgestimmte Therapieangebote



**Für psychisch Kranke das richtige Lebensumfeld zu finden, ist nicht immer leicht. Der Anspruch des Krankenhauses Tauberbischofsheim ist es, möglichst jedem Patienten eine passende Lösung zu bieten – stationär, teilstationär oder ambulant.**

## Stationäre Therapie

Die stationäre Therapie ist in der Abteilung für Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie möglich. Sie umfasst 105 Behandlungsplätze, die auf eine beschützende psychiatrische und zwei offene psychiatrische Stationen mit psychotherapeutischer Ausrichtung verteilt sind. Eine weitere Station dient der Behandlung von Patienten mit psychosomatischen und anderen psychotherapeutisch behandelbaren Erkrankungen.

## Teilstationäre Therapie

In unmittelbarer Nähe zum vollstationären Behandlungsangebot befindet sich die Allgemeinpsychiatrische Tagesklinik mit zehn Plätzen. Dort wird montags bis donnerstags zwischen 8 und 16 Uhr sowie freitags zwischen 8 und 15 Uhr Patienten mit akuten oder chronischen psychischen Erkrankungen, für die eine ambulante Behandlung nicht ausreicht, die aber keiner vollstationären Behandlung bedürfen, ein umfangreiches Therapieprogramm angeboten. Hierzu gehören zum Beispiel Patienten mit de-

pressiven Erkrankungen, schizophrenen Psychosen oder Suchterkrankungen nach Entgiftung. „Behandlungsziele sind Symptomlinderung bzw. -freiheit, Krankheitsverständnis und -bewältigung sowie soziale und berufliche Wiedereingliederung“, sagt Chefarzt Dr. Mathias Jähnel.

## Ambulante Therapie

„Die Aufgabe der Psychiatrischen Institutsambulanz (PIA) besteht darin, eine für Patienten möglichst unkomplizierte Anlaufstelle zu sein, in der sie komplexe, professionelle Behandlungsangebote finden“, erklärt Dr. Jähnel. Zu den Therapiemöglichkeiten gehören: medizinisch-psychiatrische bzw. psychotherapeutische Behandlung (Arzt/Psychologe), Klärung sozialer Fragen (Sozialdienst), Alltags- und Freizeitplanung (Pflege-mitarbeiter). Mit Haus- und Fachärzten wird eng zusammengearbeitet und es bestehen Kontakte zu begleitenden Angeboten wie dem sozial-psychiatrischen Dienst. „Alle Leistungen werden auf den einzelnen Patienten abgestimmt. Anzahl und Dauer der ambulanten Termine werden individuell vereinbart. Es besteht ein enger Kontakt zu den stationären Bereichen der Abteilung, um den Übergang von der stationären in die ambulante Behandlung zu erleichtern.“ Das Behandlungsangebot der PIA richtet sich in erster Linie an Menschen, die schon länger psychisch erkrankt sind und für die aus

unterschiedlichen Gründen der Zugang zu den bestehenden ambulanten Versorgungsmöglichkeiten erschwert oder kaum möglich ist. Daneben ist die Therapie von Menschen in akuten psychischen Krisen ein weiterer Schwerpunkt der PIA. Weitere Aufgaben der PIA sind die Verhinderung von Krankheitsrückfällen sowie eine Verkürzung oder sogar eine Vermeidung von stationären Aufenthalten. Die Behandlungskosten übernimmt die Krankenkasse.

## Kontakt:

### Allgemeinpsychiatrische Tagesklinik

Tel.: 09341/800-1818

[psychiatrische.tagesklinik@khtbb.de](mailto:psychiatrische.tagesklinik@khtbb.de)

### Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)

Tel.: 09341/800-1412 oder -1411

Sprechzeiten: Montag bis Donnerstag, 8 bis 18 Uhr, Freitag, 8 bis 14 Uhr

## Ansprechpartner:

### Krankenhaus Tauberbischofsheim



**Dr. Mathias Jähnel**  
Chefarzt der Abteilung  
Psychiatrie, Psycho-  
somatische Medizin  
und Psychotherapie  
Tel.: 09341/800-1411

# Frisch & duftend: einfach lecker

Die mediterrane Küche ist die Leidenschaft des Küchenleiters Werner Zervas aus dem domus culinae am Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier. Er empfiehlt die gesunden Spezialitäten besonders für die Sommermonate.



Der gebürtige Neuwieder hat es sich zur Lebensaufgabe gemacht, Großküchen zu einem guten Ruf zu verhelfen. Seine Mittel hierfür: Frische, Vielfalt und Qualität. Seit nun 23 Jahren kocht er am Brüderkrankenhaus Trier nach dieser Strategie und sagt nicht ohne Stolz, dass er täglich deutlich mehr Essen für Gäste des Restaurant „domus culinae“ als für Patienten zubereitet. Besonders beliebt sind seine mediterranen Gerichte. Ihre Ausgewogenheit und Frische machen sie so lecker. Und mit viel Gemüse und Fisch sind sie außerdem noch gesund. Damit die wertvollen Vitamine auch erhalten bleiben, gibt Werner Zervas drei Tipps: Beim Einkauf auf Frische achten – das gilt für Gemüse genauso wie für Fisch und Fleisch – und das Gemüse nicht länger als zwei, drei Tage im Kühlschrank lagern. Wichtig bei der Zubereitung: das Gemüse nur kurz erhitzen.

Alle Zutaten beziehen sich auf eine Portion.

## Antipasti an Knoblauch-Zitronencreme

je 20 g Aubergine, Zucchini, bunter Paprika,  
frische Champignons  
20 ml Olivenöl  
10 ml Balsamico, weiß  
10 g Parmesan, frisch gerieben  
frischer Knoblauch, Salz, Pfeffer

**Knoblauch-Zitronencreme:**

10 g Milch  
15 g Sauerrahm  
Zitrone, frischer Knoblauch, Salz

Aubergine und Zucchini in Scheiben schneiden und von beiden Seiten in heißem Olivenöl anbraten. Champignons vierteln und Paprika in grobe Würfel schneiden und separat in Olivenöl anbraten. Jedes Gemüse für sich anrichten, mit Salz, Pfeffer und fein gehacktem Knoblauch würzen und mit Öl und Balsamico beträufeln. Anschließend über die Auberginen den geriebenen Parmesan streuen.

Sauerrahm und Milch glatt rühren. Geben Sie danach den fein gehackten Knoblauch hinzu und schmecken Sie mit Salz und Zitronensaft ab. Danach sollte die Creme zwei Stunden kalt stehen.

### Olivenöl

Olivenöl darf in der mediterranen Küche nicht fehlen. Werner Zervas empfiehlt bei der Auswahl, auf eine gute Qualität zu achten. Bio-Produkte können dabei eine erste Orientierung sein; ein kalt gepresstes Öl wurde beispielsweise besonders schonend verarbeitet. Je nach Vorliebe gibt es unterschiedlich geschmacksintensive Stufen. Daher sollte das Öl, wenn es nicht gerade pur auf frischem Brot verspeist wird, eher abrundend als dominant im Geschmack sein. Wird das flüssige Gold zum Braten verwendet, sollte „zum Braten geeignet“ auf der Flasche stehen.



## Bunte Scampifanne und Salsa verde

100 g Scampi  
je 20 g Zucchini, gemischte Paprika,  
Auberginen, Zwiebeln  
100 g Spaghetti  
5 ml Olivenöl  
Salz, Pfeffer, frischer Knoblauch,  
Basilikum, Oregano, Thymian,  
Peperoni fein gewürfelt  
nach Geschmack

Das Gemüse in heißem Olivenöl anbraten. Die Scampi dazugeben, ebenfalls anbraten und mit Gewürzen abschmecken. Anschließend die al dente gegarten Spaghetti unterheben. Für die Salsa verde die frischen Kräuter mit Olivenöl pürieren und diese je nach gewünschtem Schärfegrad mit Peperoni abschmecken. Abschließend die Salsa verde über die Scampifanne geben.

## Tiramisu

20 g Löffelbiskuits  
3 g Kaffeelikör  
6,5 g starker Kaffee  
30 g Mascarpone  
8 g Zucker  
10 ml Schlagsahne  
0,5 g Kakaopulver

Zunächst die Löffelbiskuits mit dem Kaffee tränken und mit Likör beträufeln. Anschließend die Mascarpone mit dem Zucker verrühren und die geschlagene Sahne unterheben. Diese Masse schichten Sie dann auf die getränkten Biskuits und bestäuben abschließend das Tiramisu mit dem Kakaopulver.

### Duftende Kräuter

Dominanter Knoblauch und zarte Kräuter wie Basilikum, Majoran, Oregano, Rosmarin und Thymian zaubern uns das Mittelmeerfeeling auf die Zunge und regen den Appetit an. Darüber hinaus benötigt man durch den würzigen Geschmack weniger Salz, wovon beispielsweise Bluthochdruckpatienten profitieren können. Der hohe Anteil an ätherischen Ölen, Vitaminen und Mineralstoffen trägt ebenso zur Gesundheitsförderung bei.



# HOFFNUNG

Krank. Unheilbar. Kann man mit dieser Diagnose überhaupt noch gut weiterleben? Was braucht ein Mensch in dieser Situation? Die medizinische Therapie sicherlich. Genauso aber auch die psychische Betreuung und vielleicht auch ganz praktische Hilfen im Alltag. Palliative Care heißt der Ansatz, der alles vereint und nur eines will: Dass es dem Kranken gut geht – so lange wie möglich.



# IST, WAS BLEIBT

**Z**u Hause geht sie derzeit oft mit Glatze. „Ich hab nun mal im Moment keine Haare“, erklärt sie. Manchmal umhüllt sie ihren Kopf auch mit einem bunten Seidentuch. Eine Bekannte hat Carla Rinner bereits mit wechselnden Perücken verwirrt, als sie sich an zwei aufeinanderfolgenden Tagen in der Innenstadt getroffen haben. „Die denkt sicher, ich geh ständig zum Frisör“, sagt die 49-Jährige und lächelt. Dabei ist der Grund für den variierenden Kopfschmuck nicht zum Lächeln: Carla Rinner hat Brustkrebs.

Schon 2001 erhielt sie die erste Diagnose. Ein Jahr zuvor war ihr Vater an Darmkrebs gestorben. Sie selbst war damals 36 Jahre alt, hatte zwei kleine Kinder – und das Gefühl: „Jetzt geht’s mit mir zu Ende.“ Ihre Mutter, selbst Brustkrebspatientin, sprach ihr Mut zu: „Schau mich an“, habe sie immer gesagt, „ich lebe! Und du wirst auch leben.“

Noch 13 Jahre später hat die Mutter recht behalten. Carla Rinner steht im Garten. Momentan arbeitet sie gern an den Beeten. „In meinem Tempo.“ Häufig fällt ihr etwas aus der Hand, denn sie leidet an tauben Fingern. Eine Folge der Chemotherapie, die manchmal auch gesunde Teile des Körpers angreifen kann. Auf den ersten Blick sind ihr die vergangenen Jahre jedoch kaum anzusehen. „Da haben wir Glück“, sagt Ehemann Markus und umarmt seine Frau.

# » Ich bin froh für jeden Tag ohne Schmerzen.«

Carla Rinner



**Verwandte nennen sie ein „eingespieltes Team“. 28 gemeinsame Jahre geben Carla und Markus Rinner die nötige Kraft, mit dem Krebs zu leben.**

In der Weihnachtszeit 2011 hätte das Ehepaar nicht damit gerechnet, noch einmal den gemeinsamen Garten genießen zu können. „Damals hatte ich das Gefühl, selbst die Ärzte wissen nicht mehr, was sie tun sollen“, sagt Carla Rinner rückblickend. Der Tumor hatte sich ausgebreitet, die Medikamente schlugen kaum noch an. Je verzweifelter seine Frau wird, desto mehr sorgt sich auch Markus Rinner. Kollegen raten ihm, sich in die Arbeit zu stürzen. Er schüttelt den Kopf: „Die Angst ist immer da. Immer, immer.“ Auch seine Frau hat Angst. Sie denkt ans Sterben.

## FOLGEN DER CHEMOTHERAPIE

Die Onkologen am Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim überweisen sie auf die benachbarte Palliativstation. Die Leiterin Dr. Elisabeth Trost merkt, wie deprimiert Carla Rinner ist. „Palliativmedizin ist eine sehr intensive Medizin“, erklärt Dr. Trost. „Am Anfang muss man sich einen Überblick über ein sehr

komplexes Krankheitsbild mit unterschiedlichen psychosozialen Aspekten verschaffen, und dann liegt die Intensität in der Klärung, wie es weitergeht.“ Denn weitergehen soll es – obwohl das Stichwort „palliativ“ viele Patienten zunächst abschreckt. Doch Carla Rinner hat auf dieser Station neue Hoffnung geschöpft: Seit Februar war sie nicht mehr stationär in Behandlung, die Metastasen sind dank einer Chemotherapie verschwunden. „Dafür habe ich ein Profi-Team gebraucht.“

## TEAMARBEIT

Die Arbeit in Gemeinschaft ist für die palliative Versorgung entscheidend. Ärzte und Pflegekräfte sorgen dafür, dass die Patienten möglichst wenig Schmerzen, Übelkeit oder Atemnot erleiden und medikamentös gut eingestellt sind, wenn sie – wie Carla Rinner – wieder nach Hause gehen. Physiotherapeuten, Seelsorger, Ernährungsberater, kunsttherapeutische Begleiter

und Psychologen ergänzen diese Arbeit. Die Behandlung jedes Patienten wird individuell auf ihn abgestimmt. „Diese Arbeit ist eine Herausforderung“, erklärt Dr. Elisabeth Trost. Denn wer auf ihre Station überwiesen wird oder sich selbst dort meldet, der weiß: Heilung gibt es nicht mehr. „Dann gilt es zu erklären, dass es unterschiedliche Arten der Hoffnung gibt“, betont die Ärztin. „Es gibt die Hoffnung auf schmerzfreie Zeit, auf eine gute Zeit mit der Familie, darauf, Dinge zu regeln – und manchmal einfach die Hoffnung auf ein gutes Sterben.“ Diese Hoffnung zu bestärken, sieht sie als ihre zentrale Aufgabe.

Carla Rinner hat in ihrer Zeit im Krankenhaus täglich mit Michaela Köll gesprochen. Die Psychoonkologin begleitet Krebspatienten und deren Umfeld. Auch jetzt halten die beiden Frauen engen Kontakt. „Sie ruft mich immer mal an, um zu hören, wie es mir geht“, erzählt die Patientin. Natürlich kenne sie den Unterschied zwischen Freunden und Therapeuten. „Doch sie ist auf gewisse Weise meine Freundin. Als ich richtig verzweifelt war, habe ich auch schon mal nach ihrer Hand gegriffen.“

Michaela Köll ist beeindruckt vom Lebenswillen ihrer Patientin. „Als ich sie kennengelernt habe, war es medizinisch sehr schlecht um sie bestellt“, erinnert sich die Psychoonkologin. „Doch sie hat immer ausgestrahlt, dass sie einfach leben will.“ Eine schmerzlindernde Bestrahlung, Krankengymnastik und viele Gespräche halfen der krebserkrankten Frau, ihre Welt wieder zurückzuerobern. Köll betont, wie wichtig dafür die vermeintlichen kleinen Dinge des Alltags sein können. „Für Frau Rinner war zum Beispiel das Basteln ganz elementar.“

## ZEIT FÜR HOBBYS

Das alte Hobby war aber gleichzeitig ein Problem: Wenn die Kraft fehlt, die Häkelnadeln festzuhalten, dann entsteht eher Frust als Freude. Doch





Ein „Profi-Team“: Carla Rinner (unten) hat auf der Palliativstation unter Leitung von Dr. Elisabeth Trost (oben, li.) gelernt, Hoffnung zu schöpfen. Psychoonkologin Michaela Köll (oben, re.) ist ihr seitdem besonders vertraut.



je belastbarer Carla Rinner durch die Therapie langsam wieder wurde, desto mehr Zeit räumte sie dem Hobby ein: erst fünf, dann zehn Minuten am Tag. Inzwischen häkelt sie wieder viel. Zwei wollene Wellensittiche baumeln von der Decke des Wohnzimmers der Familie, gerade arbeitet sie an einem Wichtel. Auch sonst ist sie kreativ, zum Beispiel schreibt sie eine Geschichte für ihre Tochter Jessica. „Früher habe ich mich schlafen gelegt, wenn ein Tief angerollt kam. Im Schlaf geht es einem besser, aber danach kommt die Flut an Sorgen wieder zurück.“ Das Schreiben bringt sie dagegen auf heitere Gedanken.

Mit ihrem Mann Markus blättert Carla Rinner gern in Fotoalben – alten und aktuellen. Die beiden haben sich in den Ferien in Österreich kennengelernt. „Er ist also ein Urlaubsmitbringsel“, sagt sie und lächelt ihn an. Das Hochzeitsalbum sehen sie sich besonders häufig an. Er war 22, sie 24 Jahre alt. Bei einem Foto bleibt sein Blick hängen: „Ganz toll“, sagt er leise, beinahe flüsternd. Das

gleiche Bild steht in Klein auf der Anrichte, in einem herzförmigen Rahmen. Es zeigt die junge Carla Rinner, die an ihrem Hochzeitstag in die Ferne blickt, mit Blumen, hoffnungsvoll, lächelnd.

Ihr Lächeln hat sie nicht verloren. In ihrem Gesicht liegt etwas Gütiges, Helles, obwohl sie ein bisschen schüchtern ist, kein Mensch, der anderen sein Leid aufdrängen möchte. Im Gegenteil, sie erzählt ihre Krankengeschichte nicht jedem; manche Bekannten wissen heute noch nichts davon. Wenn sie sie doch erzählt, dann möchte sie anderen Hoffnung machen, sagt sie, Hoffnung darauf, dass jeder Tag zählt. Sie selbst plant nicht mehr lange voraus, freut sich aufs Wochenende, wenn Markus Spaghetti kocht, weil sie italienisches Essen liebt. „Ich bin froh um jeden Tag, an dem ich ohne Schmerzen aufwache“, sagt sie und lächelt wieder. „Und ich bin froh, dass ich weiß, wo ich zum Sterben einmal hingehen kann – auch wenn ich hoffe, dass es bis dahin noch lange dauert.“ ■

## Palliative Care

Palliative Versorgung begleitet Menschen, die an einer Krankheit leiden, die lebensverkürzend und unheilbar ist. „Das Ziel ist die Linderung aller Beschwerden, die diese Krankheit mit sich bringt“, erklärt der Leiter der Stabsstelle Palliative Care innerhalb der BBT-Gruppe, Bruder Antonius Joos. „Für das Team aus Ärzten, Pflegenden, Psychologen, Physiotherapeuten, Ernährungsberatern, Sozialarbeiterinnen, Kunst- und Musiktherapeuten sowie Seelsorgern ist Palliative Care in erster Linie eine Haltung: Es geht darum, sich in schwer kranke Menschen und deren Angehörige einfühlen zu können. Der Mensch soll bis zum Schluss entscheiden und sein Leben gestalten können – nicht nur, was medizinische Leistungen angeht, sondern auch etwa die Frage, wo er seinen Lebensweg beschließen möchte.“ Die BBT-Gruppe hat verschiedene Angebote der palliativen Versorgung: Das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim verfügt über eine eigene Palliativstation, andere Kliniken in der BBT-Gruppe über besonders gestaltete Palliativzimmer. In jeder der Senioreneinrichtungen arbeitet eine eigene Fachkraft, und alle kooperieren mit Partnern wie örtlichen Beratungsdiensten.



### Themen-Special

Erfahren Sie mehr über Carla Rinner, die Palliativstation im Caritas-Krankenhaus und Palliative Care in unserem Themen-Special im Internet: [www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)

# GEGEN GRIPPE IMPFFEN?

Jedes Jahr sterben in Deutschland zwischen 5.000 und 10.000 Menschen an den Folgen der Influenza. Mitten im Sommer scheint die nächste Grippewelle zwar noch weit entfernt. Aber die Experten der Ständigen Impfkommision (STIKO) des Robert-Koch-Instituts erinnern schon jetzt an die Gripeschutzimpfung. Ist sie wirklich notwendig? Betriebsärztin Dr. Barbara Reinwald beantwortet die wichtigsten Fragen zum Thema Gripeschutzimpfung.



## Jedes Jahr im Spätsommer reden die Ersten schon wieder von der Impfung gegen Grippe. Muss das denn wirklich sein?

Die „echte“ Grippe ist eine ernst zu nehmende Krankheit und mehr als ein „bisschen Schnupfen und Husten“. Daher sollte man auch schnell zum Arzt gehen, wenn es einen erwischt hat. Innerhalb von 48 Stunden nach Beginn der Erkrankung sollte die Behandlung einsetzen. Eine Impfung ist eine gute Alternative, sich vor der Grippe zu schützen, denn die meisten gehen schlichtweg zu spät zum Arzt. Da die „Grippewelle“ meist nach dem Jahreswechsel auftritt, ist eine Impfung in den Monaten Oktober und November ratsam.

## Für wen ist ein Impfschutz besonders wichtig?

Sinnvoll ist eine Impfung für alle Menschen ab 60 Jahre sowie für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer erhöhten gesundheitlichen Gefährdung infolge eines Grundleidens. Das können zum Beispiel chronische Krankheiten der Atmungsorgane, chronische Herz-, Kreislauf-, Leber- und Nierenkrankheiten, Diabetes mellitus und andere Stoffwechselerkrankungen sein. Aber auch im Fall von chronischen neurologischen Krankheiten wie Multiple Sklerose und für Menschen mit angeborenen oder erworbenen Immundefekten und HIV-Infektion ist eine Impfung ratsam. Wer viel Kontakt zu anderen hat, dem empfehle ich ebenfalls eine Impfung. Desgleichen Personen, die mit Geflügel und Wildvögeln in Berührung kommen. Ein direkter Schutz vor der Vogelgrippe ist nicht möglich, aber eine Doppelinfektion kann so verhindert werden. Übrigens: Impfen lassen sollten sich auch Schwangere ab dem zweiten Trimenon, bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens auch schon ab dem ersten Trimenon.

## Warum ist das für Schwangere wichtig?

Während der Influenzapandemie 2009 zeigte sich, dass Schwangere für das Grippevirus empfänglicher sein können und bei einer Influenzainfektion ein erhöhtes Risiko für schwere Krankheitsverläufe haben. Die Sicherheit der Impfstoffe (Totimpfstoffe) wurde sowohl für Schwangere als auch für Ungeborene bestätigt.

# WAS IST INFLUENZA?

## Für welche Personengruppen wird die Influenzaimpfung ausdrücklich nicht empfohlen?

Die jährliche Influenzaimpfung wird von der Ständigen Impfkommission für gesunde Kinder, Jugendliche und Erwachsene unter 60 Jahren nicht explizit empfohlen – außer, wie bereits gesagt, in der Schwangerschaft und bei beruflicher Indikation. In diesen Bevölkerungsgruppen verläuft die Erkrankung in der Regel ohne schwerwiegende Komplikationen.

## Muss man die Impfung jedes Jahr wiederholen?

Ja, denn in der Regel wird die Antigen-Zusammensetzung der Impfstoffe jährlich an die veränderten Eigenschaften der zirkulierenden Influenzaviren angepasst. Deshalb bieten nur die Impfstoffe für die jeweils aktuelle Saison den bestmöglichen Schutz.

## Wirkt der Grippeimpfstoff immer?

Gesunde Menschen unter 60 Jahren sind durch die Impfung bis zu 90 Prozent vor Erkrankung durch Influenza geschützt. In der älteren Bevölkerung ist die Schutzrate deutlich geringer. Zur Vermeidung der schwerwiegenden Komplikationen ist die Impfung dennoch gerade in dieser Altersgruppe besonders wichtig. Falls dennoch Infektionen auftreten, verlaufen diese meist milder oder völlig unbemerkt.

## Wie ist die Verträglichkeit des Grippeimpfstoffes?

Der saisonale Influenzaimpfstoff ist in der Regel gut verträglich. Vorübergehende Reaktionen an der Impfstelle wie leichte Schmerzen, Rötung und Schwellung sind möglich. Gelegentlich treten Allgemeinsymptome wie bei einer Erkältung auf, also Fieber, Frösteln, Gliederschmerzen, die meist innerhalb von ein bis zwei Tagen folgenlos wieder abklingen. Wer an einer fieberhaften Erkrankung oder einer akuten Infektion leidet, sollte die Impfung verschieben. Bei einer schweren Allergie gegen Hühnereiweiß sollte man darauf achten, dass ein hühnereiweißfreier Impfstoff genutzt wird.

Die Influenza oder sogenannte „echte Grippe“ verläuft in den weitaus meisten Fällen harmlos: Ein Drittel der Infizierten zeigt keinerlei Krankheitsanzeichen, bei einem weiteren Drittel kommt es zu einem leichteren Verlauf. Nur bei etwa einem Drittel der Influenzainfizierten kommt es zu der typischen Symptomatik mit plötzlichem Fieber über 38,5 Grad, trockenem Reizhusten, Halsschmerzen, Muskel-, Glieder- und Kopfschmerzen. Eine allgemeine Schwäche, Schweißausbrüche, Schnupfen, aber auch Übelkeit, Erbrechen und Durchfall können auftreten. Im weiteren Verlauf können Brustschmerz oder niedriger Blutdruck, Schläfrigkeit, Verwirrtheit, Lethargie oder ausgeprägte allgemeine Schwäche hinzukommen. Dann besteht gerade bei älteren Menschen die Gefahr, auszutrocknen. Selten gibt es schwere Verläufe, vor allem mit Komplikationen der Lunge wie einer Lungenentzündung durch das Virus selbst oder durch eine bakterielle Superinfektion. Auch Muskel-, Gehirn- oder Herzmuskelerkrankungen sind möglich.

Die Krankheitsdauer liegt bei fünf bis sieben Tagen, bei Risikofaktoren und Komplikationen kann sie jedoch deutlich länger sein. Die Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Influenza beträgt in der Regel etwa ein bis zwei Tage. Vermehrungsfähige Viren können bereits vor Krankheitsbeginn ausgeschieden werden. Nach Beginn der ersten Symptome besteht eine Ansteckungsgefahr für etwa vier bis fünf Tage. Kinder und schwer erkrankte Patienten können bis etwa sieben Tage ansteckend sein. Patienten, die sich wegen einer Influenza im Krankenhaus befinden, sollten deshalb sieben Tage isoliert werden.

Influenzaviren werden überwiegend durch Tröpfchen übertragen, die beim Husten oder Niesen entstehen und über eine geringe Distanz auf die Schleimhäute der Atemwege von Kontaktpersonen gelangen können. Auch eine direkte Übertragung ist möglich über die Hände, zum Beispiel beim Kontakt zu kontaminierten Oberflächen oder beim Händeschütteln.

Foto: istockphoto

Weitere Informationen zur Influenza und zur Impfung finden Sie auf der Internetseite der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung unter [www.impfen-info.de](http://www.impfen-info.de)



SANITAS TAUBERFRANKEN

## **PHYSIOTHERAPIESCHULE VERSTÄRKT GESUNDHEITSHOLDING**

Seit Mai ist es offiziell: Das Bildungszentrum Bad Mergentheim, bekannt vor allem durch die Berufsfachschule für Physiotherapie, gehört jetzt zur Gesundheitsholding Tauberfranken. Es wird künftig unter dem Namen „Sanitas Tauberfranken“ weitergeführt. „Ich bin sehr froh, dass wir mit der Gesundheitsholding Tauberfranken einen starken, zuverlässigen Partner gefunden haben, zumal wir schon seit vielen Jahren bei der Ausbildung unserer Schüler exzellent zusammenarbeiten“, betont die Leiterin Gabriele Weidner. Sowohl im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim wie im Krankenhaus Tauberbischofsheim – beide Teil der Gesundheitsholding Tauberfranken – absolvieren die Physiotherapieschüler einen Teil ihrer praktischen Ausbildung. Insgesamt 78 Ausbildungsplätze bietet die Fachschule für Physiotherapie an. Sie ist die einzige Fachschule dieser Art in der gesamten Region. Mit rund 320 Ausbildungsplätzen ist die Gesundheitsholding Tauberfranken damit größter Ausbilder im Main-Tauber-Kreis.

*Sanitas Tauberfranken  
Fachschule für Physiotherapie  
Tel.: 07931/98700*

CARITAS-KRANKENHAUS BAD MERGENTHEIM

## **AUSGEZEICHNET FÜR KINDER**

Ein Krankenhausaufenthalt ist schon für Erwachsene eine Ausnahmesituation, die oft mit Ängsten und Sorgen verbunden ist. Noch stärker trifft dies auf Kinder zu. Umso wichtiger ist eine nachweislich gute Versorgung der kleinen Patienten. Die bundesweite Initiative verschiedener Fach- und Elterngesellschaften unter Federführung der Gesellschaft der Kinderkrankenhäuser und Kinderabteilungen in Deutschland e.V. (GKiND) zeichnet seit einigen Jahren Kinderkliniken aus, die besonders hohe Qualitätskriterien erfüllen und eine „qualitativ hochwertige altersgerechte stationäre Versorgung für alle Kinder und Jugendliche“ nachweisen können. Bereits zum dritten Mal in Folge hat jetzt die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim das Gütesiegel „Ausgezeichnet für Kinder“ erhalten. Pro Jahr behandelt hier das Team aus Ärzten, Psychologen, Physiotherapeuten und Kinderkrankenschwestern rund 2.200 Patienten stationär und ebenso viele ambulant.

*Mehr Informationen zum Gütesiegel unter  
[www.ausgezeichnet-fuer-kinder.de](http://www.ausgezeichnet-fuer-kinder.de)*



## PALLIATIVMEDIZIN UNTER KOSTENDRUCK



Betroffene, Angehörige, Ärzte, Pflegende, Politik und Gesellschaft – selten ist die Übereinstimmung so groß wie beim Thema Palliativversorgung. Für die Patienten, die an einer unheilbaren Krankheit leiden und nur noch eine begrenzte Lebenserwartung haben, soll es eine hohe Qualität der Betreuung auf Palliativstationen in Krankenhäusern geben. Doch ohne Spenden kann sich das kein Krankenhaus leisten, wie Thomas Weber, Kaufmännischer Direktor im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, erläutert.

**Seit April 2010 gibt es im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim eine separate Palliativeinheit mit sechs Betten. Reicht die Finanzierung durch die Kostenträger?**  
Nein, leider nicht. Wir müssen jedes Jahr Defizite hinnehmen.

### Was sind die Gründe dafür?

Einfach gesagt: zu hohe Kosten und zu geringe Erlöse. Der Stellenschlüssel einer Palliativstation ist im Vergleich zu anderen Stationen deutlich höher. Dies ist eine wesentliche Voraussetzung, um ausreichend Zeit für die Patienten und deren Angehörige zu haben. Auch die Teambesprechungen und der Dokumentationsaufwand sind zeitintensiv. Dazu kommen mitunter hohe Behandlungskosten. Auch die wohnliche Ausstattung der Station mit besonderen Annehmlichkeiten für Patienten und Angehörige wird nicht von den Krankenkassen finanziert.

### Erwarten Sie eine bessere Finanzierung durch die Kassen in absehbarer Zeit?

Nein, der Trend geht eher in die andere Richtung. Seit 2012 sinken die Zusatzentgelte für die palliativmedizinische Komplexbehandlung. Auch zu Beginn dieses Jahres gab es erneut eine Reduzierung und dies bei gleichzeitig steigenden Löhnen. Ein Beispiel: Für einen Palliativpatienten mit mehr als 21 Behandlungstagen erhielt das Krankenhaus im Jahr 2012 noch 3.433 Euro, im Jahr 2013 waren es 2.760 Euro, in diesem Jahr wurde das Entgelt noch einmal auf 2.603 Euro reduziert.

### 2014 wurde doch eine neue spezielle Vergütung eingeführt?

Das ist richtig, doch zugleich wurden die Auflagen erhöht, um diese Vergütung zu erhalten. Bisher gab es zum Beispiel eine wöchentliche Fallbesprechung des multiprofessionellen Palli-

ativteams aus Ärzten, Pflegenden, Psychoonkologin, Sozialdienst, Physiotherapie, Ernährungsberatung und der Seelsorge. Für die neue spezialisierte stationäre Komplexbehandlung wird nun eine tägliche multiprofessionelle Fallbesprechung mit ausführlicher Dokumentation verlangt, das heißt, der Personaleinsatz steigt zusätzlich.

### Hält das Caritas-Krankenhaus dennoch an der Palliativstation fest?

Ein klares Ja! Wir sind überzeugt, dass eine gute stationäre palliativmedizinische Betreuung für unsere Patienten wichtig ist, und wir wollen zeitnah auch die konsiliarische Versorgung für die anderen Stationen verbessern. Aber wir erwarten von den Kostenträgern eine ausreichende Finanzierung und nicht nur Lippenbekenntnisse in Sonntagsreden.



## DREI FRAGEN AN ...



Martin Englert

*Immer mehr Familien reisen mit ihren Kindern in ferne Länder mit anderen klimatischen Verhältnissen und Essgewohnheiten. Diese Umstellungen sind für Kinder oft sehr anstrengend und ungewohnt. Der Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Martin Englert, der selbst drei Jahre in Tansania gearbeitet hat, gibt Tipps.*

### Auf was sollen Eltern bei der Vorbereitung achten?

Wichtig ist, dass die Eltern die Reise schon im Vorfeld sorgfältig planen und sich Informationen über Risiken, Krankheiten und allgemeine Besonderheiten des Reiselandes besorgen, zum Beispiel im Internet unter [fitfortravel.de](http://fitfortravel.de). Bei Fragen, etwa zu Impfungen, sollten sie mit ihrem Hausarzt oder Kinderarzt sprechen. Auch eine geeignete Reiseapotheke sollte schon in Deutschland zusammengestellt werden. Wichtig ist außerdem eine Reisekrankenversicherung, die auch das Kind einschließt.

### Was ist bei klimatischen Veränderungen zu beachten?

Bei extremer Hitze besteht gerade bei Kindern die Gefahr, auszutrocknen oder Hitzeerschöpfung oder Hitzschlag zu erleiden. Auch ist die Gefahr von Verbrennungen durch die Sonne in Höhenlagen und äquaturnah für Kinder besonders hoch. Die Eltern sollten an ausreichenden Sonnenschutz denken und den Kindern viel zu trinken anbieten.

### Gibt es Regionen, in die man nicht mit Kindern reisen sollte?

Krisenregionen, Kriegsgebiete, Gebiete mit schlechter Infrastruktur und fehlender medizinischer Versorgung oder Hochrisikogebiete infektiöser Erkrankungen sollten gemieden werden.



CARITAS-KRANKENHAUS FÜR ENDOPROTHETIK AUSGEZEICHNET

## GUTE VERSORGUNG MIT KÜNSTLICHEN GELENKEN

Damit Patienten die Qualität einer Klinik beim künstlichen Gelenkersatz besser einschätzen können, hat die Deutsche Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC) im vergangenen Jahr eine Zertifizierung zum EndoProthesenZentrum (EndoCert) etabliert. Durch externe Kontrollen soll die Qualität der Versorgung mit künstlichen Gelenken in Krankenhäusern überprüft und transparent gemacht werden. Die Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim wurde jetzt als eine der ersten in Baden-Württemberg als EndoProthesen-Zentrum ausgezeichnet. Bei der zweitägigen Prüfung durch externe Fachärzte überzeugten nicht nur die erfahrenen Operateure sowie die baulichen und technischen Möglichkeiten im Caritas-Krankenhaus. Vor allem die gute Organisation des gesamten Behandlungsprozesses im Sinne der Patienten sowie die reibungslose Zusammenarbeit der verschiedenen Berufsgruppen wurden gelobt.

*Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie  
im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim  
Tel.: 07931/58-30 58  
[www.ckbm.de](http://www.ckbm.de)*



NEUES SENIORENZENTRUM IN GRÜNSFELD

## ALT WERDEN UND IN DER GEMEINDE BLEIBEN

In Grünsfeld sollen alte pflegebedürftige Menschen künftig ein neues Zuhause mitten in der Stadt bekommen: Die Gesundheitsholding Tauberfranken plant den Neubau eines Seniorenzentrums mit 29 stationären Pflegeplätzen, zwei Tagespflegeplätzen und acht Wohnungen für betreutes Wohnen. Das moderne zweistöckige Gebäude soll sich ganz an den Bedürfnissen älterer Menschen orientieren. Im Erdgeschoss befinden sich die 29 geräumigen Einzelzimmer für die stationäre Pflege, alle mit eigenem Bad ausgestattet. In jedem Zimmer öffnen sich bodentiefe Fenster zu einer kleinen separaten Terrasse, die in den Garten führt. Im Obergeschoss ist Platz für acht betreute Wohnungen zwischen 35 und 60 Quadratmeter groß, alle mit Terrasse oder Balkon. Die Bewohner können nach Wunsch die verschiedenen Pflege- und Serviceleistungen des Pflegebereichs mitnutzen.

Damit entsteht in Grünsfeld ein kleines familiäres Seniorenzentrum, angepasst an die Größe des Ortes. Möglich wird dies durch ein innovatives Pflege- und Betreuungskonzept. „Bei der sogenannten ‚Kleeblattlösung‘ arbeiten mehrere benachbarte Senioreneinrichtungen eng zusammen und können so gemeinsame Strukturen und Personalpools flexibel nutzen“, beschreibt Thomas Weber, Kaufmännischer Direktor der Gesundheitsholding Tauberfranken, das Konzept. „Neben den Präsenzkräften in jedem Heim sind darüber hinaus Pflegenden mit besonderen Zusatzqualifikationen wie zum Beispiel Gerontofachkräfte für mehrere Einrichtungen zuständig.“ Dies sichere hohe Pflegestandards auch in kleineren Heimen.

„Wir können dadurch den Menschen die Möglichkeit bieten, direkt in der Gemeinde, nah bei ihren Familien und Bekannten alt zu werden, selbst wenn sie pflegebedürftig sind“, freut sich der Bürgermeister von Grünsfeld, Joachim Markert. Er hofft, dass sich das Seniorenzentrum zu einem sozialen Treffpunkt für alle Bürger entwickelt. Der Spatenstich wird voraussichtlich im Herbst erfolgen.



GRUNDSTEINLEGUNG FÜR DEN NEUBAU DER ABTEILUNG  
PSYCHIATRIE AM KRANKENHAUS TAUBERBISCHOFSHeim

## EIN HAUS AUS „LEBENDIGEN“ STEINEN

Die Behandlung und Versorgung psychisch kranker Menschen hat eine fast 160 Jahre lange Tradition im Orden der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf. Mit dem Neubau der Abteilung Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Krankenhaus Tauberbischofsheim wird diese Tradition nun in einem modernen Gebäude mit innovativen Behandlungs- und Betreuungskonzepten fortgesetzt. Viel politische Prominenz – unter anderem die Landessozialministerin Katrin Altpeter sowie Abgeordnete aus Bund, Land, Kreis und Kommunen – kam zur offiziellen Grundsteinlegung nach Tauberbischofsheim. Seither wächst das Gebäude in die Höhe, noch in diesem Jahr steht das Richtfest an. Es zeichnen sich bereits die drei Flügel mit den hohen geschwungenen Fensterbändern ab, durch die viel Tageslicht in die Therapie- und Patientenzimmer strömen wird. Die Architektur spiegelt so den Charakter einer offenen und modernen Psychiatrie wider. Diese lebt vor allem durch die Arbeit und das Engagement ihrer Mitarbeiter, machte der Hausobere des Krankenhauses Tauberbischofsheim, Thomas Wigant, bei der Grundsteinlegung deutlich. „Wir bauen hier ein Haus aus lebendigen Steinen.“



# Wenn Venen zum Problem werden

Ob man es kosmetisch oder medizinisch betrachtet: Krampfadern machen weder ein schönes noch ein gesundes Bein. Sie können bei Nichtbehandlung zu gesundheitlichen Problemen führen. Im Krankenhaus Tauberbischofsheim wird seit vielen Jahren Venenchirurgie betrieben. Nun wurde als Ergänzung der bewährten Operationsmethoden ein neues Gerät zur Radiofrequenztherapie angeschafft, um moderne schonende Venenoperationen anbieten zu können.

**S**iglinde Weismann strahlt. Sie nutzt jede Gelegenheit zu stehen oder zu gehen. Nicht mal bei der Nachuntersuchung im Krankenhaus Tauberbischofsheim will sie sich hinsetzen. Ihr normaler Tagesablauf klappt schon wieder fast problemlos. Vor drei Tagen hat die sympathische 73-Jährige im Krankenhaus Tauberbischofsheim ambulant eine Radiowellenbehandlung gegen Krampfadern durchführen lassen. Jetzt trainiert sie täglich die Rückkehr in den Alltag. „Ich laufe schon wieder ganz anders“, sagt sie lächelnd.

Für die Rentnerin waren die letzten Monate vor der OP eine Qual. „Mein linkes Bein fühlte sich jeden Tag schwer an, ich hatte Schmerzen und auf der Hautoberfläche waren wulstförmige Stränge sichtbar“, beschreibt sie. Ihr Hausarzt schickte sie in die Chirurgie im Krankenhaus Tauberbischofsheim.

## Viele Ursachen

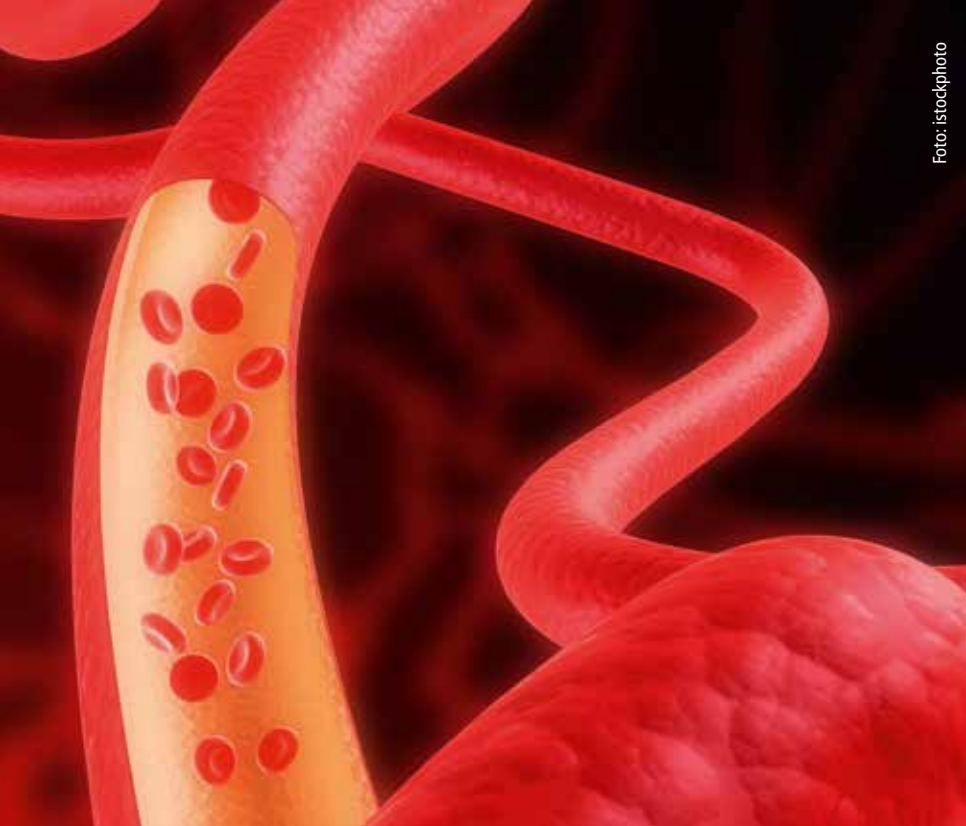
Für Oberarzt Hans-Jürgen Dreher ist die Patientin ein typisches Beispiel. Der Facharzt für Chirurgie und Phlebologe (Venenspezialist) kann immerhin schon auf mehr als 5.000 durchgeführte Krampfaderoperationen zurückblicken.

Bewegungsmangel, langes Stehen oder Sitzen, hormonelle Veränderungen oder einfach ein paar Pfund zu viel – für Krampfadern gibt es viele Ursachen. „Venenerkrankungen sind im Wesentlichen erblich bedingt, wie zum Beispiel bei Bindegewebsschwäche“, sagt Hans-Jürgen Dreher, zu dessen Spezialgebiet neben Krampfadern auch chronische Wunden zählen.

Im Wesentlichen enthält das Venensystem zwei Arten von Venen: tiefe und oberflächliche Beinvenen. Generell ist das Venensystem als Netzwerk aufgebaut. Normalerweise transportieren die Beinvenen das Blut zum Herzen zurück und müssen dies gegen die Gesetze der Schwerkraft tun. Die Venenklappen sorgen dafür, dass das Blut nicht immer wieder nach unten sackt. Schließen diese jedoch nicht mehr vollständig, was durch eine Erweiterung der Venen oder eine Schwäche der Klappen hervorgerufen werden kann, ist der Rückstrom des Blutes zum Herz vermindert. Das Blut staut sich in den Beinen, und es entstehen geschlängelte Stränge. Neben schweren Beinen kann es zu Hautveränderungen im Knöchelbereich oder Schwellungen kommen. Zudem drohen Venenentzündungen, Thrombosen, also







Blutgerinnsel in der Vene, Knöchelwunden, Gewebeschäden und Hautgeschwüre, also das sogenannte „offene Bein“ (Ulcus cruris).

### Chirurgie oder Radiowellen

„Ein frühzeitiges Erkennen und eine konsequente Behandlung durch eine herkömmliche chirurgische Therapie oder mit der Radiowellenmethode können bestehende Beschwerden lindern und schwere Folgeschäden vermeiden“, weiß der Facharzt für Chirurgie aus seiner langjährigen Erfahrung. Die neue Radiowellentechnologie ist klinisch getestet und vielfach bewährt. Doch nicht jeder Patient sei für die Anwendung dieser Methode geeignet, weshalb auch die bewährte chirurgische Therapie weiterhin im Krankenhaus Tauberbischofsheim angeboten und durchgeführt werde. Nicht zu verwechseln sei die Radiowellenbehandlung mit der endovenösen Lasertherapie.

Nach einer genauen Diagnose werden bei der minimalinvasiven Radiowellenmethode die betroffenen Venen durch eine gezielte Behandlung mit Radiofrequenzenergie verschlossen. Die lokal genau zu dosierende thermische

Energie zieht die Vene soweit zusammen, bis sie sich ganz verschließt.

Die 30-minütige Operation unter Lokalanästhesie hat Siglinde Weismann gut überstanden. „Der Erfolg ist schon nach wenigen Tagen zu sehen und zu spüren“, betont die 73-Jährige und zieht eine positive Bilanz: „Ich bin hochzufrieden. Innerhalb von drei Tagen konnte ich meine normalen Tätigkeiten wieder aufnehmen und die Beschwerden sind verschwunden.“ Über Hans-Jürgen Dreher gerät sie ins Schwärmen: „Das hat der Doktor gut gemacht. Ich würde die Operation auf jeden Fall wieder im Krankenhaus Tauberbischofsheim vornehmen lassen.“

Angela Meglio-Fritzmann



Krankenhaus  
Tauberbischofsheim  
Hans-Jürgen Dreher  
Oberarzt Chirurgie  
Tel.: 09341/800-1261  
www.khtbb.de

## Krampfadern vorbeugen

### Abends die Beine hochlegen

So kann das Blut aus den Beinen leichter zum Herzen zurückfließen. Am besten legen Sie die Beine etwas höher als den übrigen Körper.

### Wassergüsse

Am einfachsten morgens oder abends beim Duschen im Wechsel die Beine von den Füßen aufwärts kalt und warm duschen und mit einem kalten Wasserstrahl enden. Das regt die Durchblutung an. Bei Kälte ziehen sich die Venen zusammen und transportieren so das Blut deutlich besser weiter.

### Ausreichend trinken und Gewicht reduzieren

Wenn Sie sich ballaststoffreich ernähren, auf den Fett- und Zuckeranteil achten, zeigt sich das nicht nur auf der Waage, sondern ist auch günstig für Ihre Venen. Die Durchblutung fördern Gewürze wie Chili, Ingwer und Pfeffer. Trinken Sie viel Wasser über den Tag verteilt. Stündlich ein Glas Wasser hält das Blut flüssig.

### Viel bewegen

Egal, ob Sie Rad fahren, schwimmen oder joggen: Hauptsache, Sie bewegen sich regelmäßig. Das stärkt die Muskulatur in den Waden und erleichtert den Venen die Arbeit.

### Bewegungstipps für zwischendurch

- Während der Arbeit mit den Füßen wippen – abwechselnd auf die Fußzehen und die Ferse
- Mit den Füßen kreisen
- Standuhr spielen: Stellen Sie sich vor, Sie stehen mitten auf dem Ziffernblatt einer Uhr. Ein Bein bleibt auf der Mitte stehen, während das andere die Uhrzeiten abschreitet: auf die Eins und wieder zur Mitte, auf die Zwei, wieder zur Mitte, auf die Drei ...

# CHANCE FÜR EINEN NEUANFANG

„Maximalverletzt“, so kurz und knapp ließ sich der Zustand zusammenfassen. Beide Arme und Beine mehrfach gebrochen, Beingewebe zerquetscht, der Brustraum eingefallen, eine Niere hatte versagt. Es sah nicht gut aus für Christian Heintz – und für die Unfallchirurgen im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier begann ein Wettlauf gegen die Zeit.

22. Februar 2010. Es ist ein Montag. Christian Heintz rast mit seinem Auto gegen einen Baum. Er ist nicht angeschnallt. Als der 26-Jährige in dem auf schwerste Verletzungen spezialisierten Traumazentrum am Brüderkrankenhaus Trier eintrifft, sieht Chefarzt Dr. Andreas Junge nur geringe Überlebenschancen. Das Ärzteteam verliert keine Sekunde. Sofort wird der Patient in den nur wenige Meter entfernten Schockraum gebracht. In weniger als fünf Minuten testen ein Anästhesist, ein Neuro- und ein Unfallchirurg sowie ein Radiologe alle lebenswichtigen Funktionen. Ein erstes Bild von den schweren Verletzungen liefert der Computertomograf. Christian Heintz wird in ein künstliches Koma versetzt.

Nach zwei Wochen stabilisiert sich sein Zustand, und er wacht „total verkabelt“ auf der Intensivstation auf. „Keiner hat ein Wort gesagt“, erinnert er sich heute an den „unglaublichen Moment“, als er seine Eltern, seine Schwester und drei gute Freunde erblickte. „Ich war glücklicherweise noch am Leben“, denkt Christian Heintz zurück. So ungewohnt und beängstigend das Angewiesensein auf fremde Hilfe auch war: „Ich hatte eine totale Geduld.“ Physiotherapeuten bemühen sich, die nicht eingegipsten Gelenke des Patienten zu bewegen; Mitarbeiter des psychologischen Fachdienstes der Klinik kümmern sich um ihn. Die in Mitleidenschaft gezogene Niere erholt sich wieder, Arme und das linke Bein lassen sich richten, auch wenn lange Narben geblieben sind.

Schwierigkeiten bereitet der rechte Unterschenkel. Durch den heftigen Aufprall waren Muskeln zerquetscht worden, sodass das Gewebe nicht mehr durchblutet werden konnte und abstarb. Die Mediziner raten zu einer Verlegung in eine Ludwigshafener Spezialklinik, um dort die Möglichkeit auf eine Gewebetransplantation zu prüfen. „Der Moment, als Dr. Junge von Amputation sprach, war ziemlich einschneidend“,



Sport war auch schon vor dem Unfall wichtig für Christian Heintz. Und: Er hat ihm dabei geholfen, mit den Folgen besser fertig zu werden.

## » Es ist schön zu sehen, wie das Leben weitergeht. «

Christian Heintz

erinnert sich der heute 30-Jährige. Aber nach dem ersten Schock kehrt die Zuversicht zurück. „Das Größte hatte ich schließlich schon überstanden“, sagt er.

In Ludwigshafen steht schnell fest, dass eine Gewebetransplantation nicht vorgenommen werden kann. Christian Heintz informiert sich intensiv über Prothesentechnik und ist „begeistert, dass mit einem künstlichen Bein eine hohe Lebensqualität möglich ist“. Er entscheidet sich für die Amputation. Auf die Operation folgen zwei Reha-Maßnahmen mit intensiver Gangschulung. Die ersten Gehversuche sind ihm noch gut in Erinnerung: „Ein sensationelles Gefühl, wieder auf zwei Beinen zu stehen.“ Inzwischen sei die Prothese „wie ein eigener Körperteil – man steht auf und geht einfach“.

### SPORTLICHE ZIELE

2011 beginnt der gelernte Maler und Lackierer eine Umschulung zum Groß- und Außenhandelskaufmann, ein Jahr später – „als ich wieder im Alltag angekommen war“ – meldet er sich beim Amputierten Fußball Club Deutschland. Dessen Flyer hat der begeisterte Sportler, der mit seinen kurzen dunkelblonden Haaren ein wenig an Nationalspieler Philipp Lahm erinnert, in der Ludwigshafener Klinik entdeckt. Einmal im Monat reist er nun für ein Trainingswochenende durch ganz Deutschland – und hofft mit seinem Team auf die Teilnahme an der Weltmeisterschaft im Amputierten-Fußball Ende des

Jahres in Mexiko. Auch den Sitzvolleyball hat er für sich entdeckt und möchte sich für die Paralympics 2016 in Rio qualifizieren.

„Früher war ich eher oberflächlich unterwegs; heute habe ich eine andere Sicht aufs Leben und lebe viel intensiver. Und ich habe gelernt, über meine Probleme zu reden“, sagt der junge Mann frei heraus. „Es ist schön zu sehen, wie das Leben weitergeht.“ Ohne die Unterstützung von Freunden und Familie hätte er diese schwere Zeit nicht bewältigt. Und auch nicht ohne die entscheidenden drei Wochen im Brüderkrankenhaus. „Trier war für mich ein Ort des Neuanfangs“, sagt Christian Heintz. „Die Ärzte und Pfleger haben eine super Arbeit geleistet und vom menschlichen Umgang war es eine schöne Zeit.“ Im letzten Frühjahr besuchte er noch einmal seinen behandelnden Arzt. „Ich war sehr beeindruckt“, erinnert sich Dr. Andreas Junge. Seinen Patienten wieder lebensfroh und körperlich so gut hergestellt zu sehen, „das macht mein Fach so schön und befriedigend“.

„Ich habe einen Schuss vor den Bug bekommen.“ Christian Heintz' wasserblaue Augen blicken offen, während er erzählt. Dann wird er für eine kurze Minute nachdenklich: „Aber der liebe Gott hat mir noch mal eine Chance gegeben – dafür musste ich nur mein Bein hergeben.“ Und bei diesen Worten schwingt nicht die geringste Spur an Bitterkeit mit. Sein neues Leben möchte er um keinen Preis gegen die Zeit vor dem Unfall eintauschen. ■

Oft bleiben nur wenige Sekunden, in denen Dr. Andreas Junge (Mitte) und sein Team in der Unfallchirurgie über die Behandlung entscheiden müssen.



Am Ball: Volleyball und Fußball trainiert Christian Heintz regelmäßig und spielt mit seinen Teams in der Profi-Liga.





## Beste Hilfe für Schwerstverletzte

Auf jede Sekunde kommt es an, wenn ein Leben am sprichwörtlich „seidenen Faden“ hängt. Damit Schwerstverletzte und -kranke möglichst innerhalb der „golden hour of shock“, also spätestens eine Stunde nach einem Unfall, in einem geeigneten Krankenhaus lebensrettend behandelt werden, sind in einem abgestuften System für eine Region Kliniken je nach personeller und technischer Ausstattung als lokale, regionale oder überregionale Traumazentren zertifiziert. Je nach Schwere der Verletzung wird ein Patient nach Herstellung der Transportfähigkeit bei Bedarf in ein regionales oder überregionales Traumazentrum verlegt. „Durch klare Absprachen und eindeutige Verlegungskriterien kann so möglichst schnell die beste Versorgung gewährleistet werden“, erklärt Dr. Andreas Junge, Chefarzt der Abteilung für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie am Brüderkrankenhaus Trier. Dort befindet sich das überregionale Traumazentrum der Region Trier/Eifel/Mosel. Als Teil des Traumanetzwerks der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie deckt es als eines von fünf Zentren dieser Art in Rheinland-Pfalz im Umkreis von über 100 Kilometern den Radius bis Mainz, Kaiserslautern, Ludwigshafen und Koblenz ab. In der Region ist es für Schwerstverletzte „die erste Adresse“, erklärt Dr. Junge, der auch Sprecher des Traumazentrums Eifel/Mosel ist.



Lernen Sie Christian Heintz kennen und gehen Sie mit ihm zum Training der Sitzvolleyballer in Lerverkusen: [www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)

Warum  
schwitzen  
wir?



**P**uh, ist das wieder heiß heute“, stöhnt Dr. Krax, der vor der Sonne in den Schatten geflüchtet ist. Wenn es uns zu heiß wird, schwitzen wir. So kann sich unser Körper durch Verdunstung von Schweiß auf der Haut abkühlen. Am ganzen Körper befinden sich in der Haut unzählige Schweißdrüsen, die ein Sekret absondern, das zu 99 Prozent aus Wasser besteht. So können Erwachsene am Tag bis zu 14 Liter Flüssigkeit „verschwitzen“. Um den Flüssigkeitsverlust wieder auszugleichen, solltet ihr viel trinken, zum Beispiel Mineralwasser oder Apfelschorle.

**3.** Die Hitze macht alle Tiere durstig. Das Nilferd, das Kamel, der Hase und Dr. Krax sind auf der Suche nach Wasser. Wer von den vier Freunden findet auf dem Weg durch den Wald die Quelle?

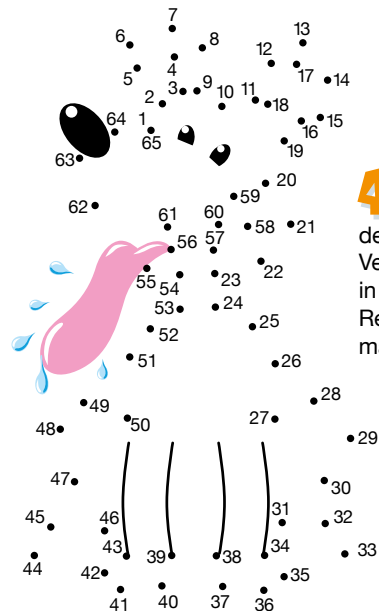
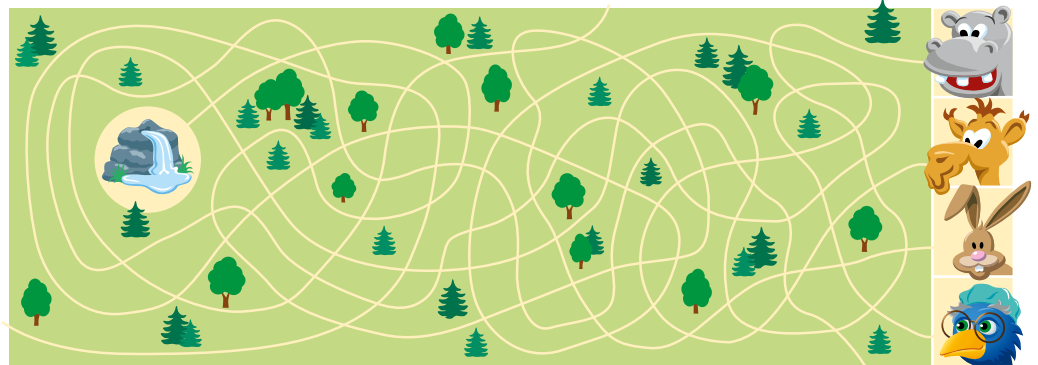
**1.** Wieviel Flüssigkeit kann ein Erwachsener am Tag ausschwitzen?



**2.** Welche vier Dinge, die im Sommer viel Spaß machen und nützlich sind, suchen wir?  
Ein Tipp: Die gesuchten Begriffe setzen sich aus zwei Wörtern zusammen. Verbinde die Dinge, die zusammengehören, mit einer Linie.



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



**4.** Welches Tier kühlt sich mit der Zunge ab? Verbinde die Punkte in der richtigen Reihenfolge und male das Tier aus.

Lösungen: \*Suchspiel: Alfons versteckt sich links unten hinter dem Liegestuhl. Rättsel 1: 14 Liter. Rättsel 2: Schlauchboot, Sonnenbrille, Strandkorb, Sandburg. Rättsel 3: der Hase findet die Quelle. Rättsel 4: ein Hund

|  |  |   |                                     |                                   |                                       |                           |                                       |   |  |                            |  |   |  |                                      |  |                             |                                     |
|--|--|---|-------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------|---|--|----------------------------|--|---|--|--------------------------------------|--|-----------------------------|-------------------------------------|
| Kork, Stöpsel                          |  | US-Western-<br>legende<br>(Wyatt)       | alte<br>franz.<br>Gold-<br>münze    |                                   | Ertrag<br>ange-<br>legten<br>Kapitals |                           |                                       | Jubel-<br>welle im<br>Stadion<br>(La ...) | arg  | Stadt<br>auf Grön-<br>land | Warn-<br>farbe                         |   | Abend-<br>ständ-<br>chen               | Münzen                               | Ge-<br>legen-<br>heit                      |                             | Heiter-<br>keitsaus-<br>druck       |
| Heil-<br>pflanze                       |  |   |                                     |                                   |                                       |                           |                                       | Dehn-<br>übungen<br>(engl.)               |  |                            |  |   | 5                                      |                                      |  |                             |                                     |
| US-Medi-<br>zinerin<br>† 1957          |  |   | Eil-<br>bogen-<br>knochen<br>(med.) |                                   |                                       |                           |                                       | Veits-<br>tanz<br>(med.)                  |  |                            |  |   |  |                                      | männ-<br>licher<br>franz.<br>Artikel       |                             |                                     |
|  |  | 11                                      |                                     | engl.<br>Männer-<br>kurz-<br>name | wenden                                |                           | Eck-<br>bronzen<br>an alten<br>Möbeln |   |  |                            |  |   | konkret                                |                                      |  |                             |                                     |
|  |  |   |                                     |                                   |                                       | 3                         |                                       | bläu-<br>liches<br>Auto-<br>licht         |  |                            | einge-<br>fräste<br>Rille              |   |  |                                      | katala-<br>nischer,<br>mallorq.<br>Artikel |                             |                                     |
| Wurm-<br>fortsatz<br>(med.)            |  | Auf-<br>rührer,<br>Aufstän-<br>discher  | Schlag-<br>ader                     |                                   |                                       |                           |                                       |   | 7  |                            | Ab-<br>schieds-<br>gruß                |   | ägypti-<br>sche<br>Millio-<br>nenstadt |                                      |  | 4                           |                                     |
| medizi-<br>nisch:<br>Milz              | nord.<br>Göttin d.<br>ewigen<br>Jugend |   | Jugend-<br>licher<br>(Kw.)          |                                   | 10                                    |                           |                                       | Mund-<br>belag bei<br>Fieber              |  | Zirkus-<br>rund            |  |   |  |                                      |  | kleine<br>Gitarre<br>Hawais |                                     |
|  |  |   |                                     | Frauen-<br>name                   |                                       | Türke                     |                                       |   |  |                            |  |   | Autor<br>von ‚Jim<br>Knopf‘ †          |                                      | Ausruf<br>des<br>Schau-<br>derns           |                             |                                     |
| Abk.:<br>Deut-<br>sche<br>Bahn         |  |   | dt.<br>Schlag-<br>er-<br>sänger     |                                   |                                       |                           |                                       |   | elektr.<br>Infor-<br>mations-<br>einheiten |                            | See-<br>hund                           |   | Gesetz,<br>Anord-<br>nung              |                                      |  |                             |                                     |
| proben                                 |  |   |                                     | 8                                 |                                       | Futter-<br>stoff          | König<br>der<br>Elfen                 |   |  |                            |  |   |  | franzö-<br>sisch:<br>Straße          |  |                             |                                     |
| Tropen-<br>krank-<br>heit              |  |   | Medi-<br>ziner                      |                                   | Turin<br>in der<br>Landes-<br>sprache |                           |                                       |   |  |                            |  |   | amtliche<br>Geneh-<br>migung           |                                      | ein<br>Möbel-<br>stück                     |                             |                                     |
|  |  |   |                                     |                                   |                                       |                           | europ.<br>Fußball-<br>bund<br>(Abk.)  | Medika-<br>menten-<br>form                |  |                            |  | 9 |  |                                      |  |                             | ehem.<br>UNO-<br>Gener-<br>sekretär |
| med.<br>Instru-<br>ment                | verrückt                               | doppel-<br>köpfiger<br>Halte-<br>bolzen |                                     |                                   | Teil<br>des<br>Beines                 |                           |                                       |   |  | über-<br>rascht            |  |   | Rufname<br>Schwar-<br>zen-<br>egggers  |                                      | spani-<br>scher<br>Artikel                 |                             |                                     |
|  |  |   |                                     |                                   |                                       |                           |                                       | Lehrer<br>Samuels                         | Rech-<br>nung<br>beglei-<br>chen           |                            |  |   |  |                                      |  |                             |                                     |
|  | 1                                      |   |                                     |                                   | Körper-<br>aus-<br>strah-<br>lung     | griechi-<br>scher<br>Käse | 6                                     |   |  |                            | Pas-<br>sions-<br>spielort<br>in Tirol |   |  | persön-<br>liches<br>Fürwort         | kurz für:<br>eine                          |                             |                                     |
| Fuß-<br>stoß                           |  |   | völlig                              |                                   |                                       |                           |                                       |   | Roman-<br>figur<br>von<br>Twain            |                            |  |   |  | Kose-<br>name<br>e. span.<br>Königin |  |                             |                                     |
| musika-<br>lisches<br>Übungs-<br>stück |  |   |                                     |                                   |                                       |                           |                                       | an-<br>stecken<br>(med.)                  |  |                            |  |   |  |                                      |  |                             |                                     |

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausbezahlt werden. Die Gewinner werden ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Zusendungen von gewerblichen Gewinnsteilnahme-Dienstleistern werden ausgeschlossen. Die BBT-Gruppe behält sich vor, diese bei Verdacht bei der Verlosung nicht zu berücksichtigen.

Lösungswort:

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

Sommer + Sonne = Draußen-Zeit. Egal, ob es für drei Wochen in die Ferne geht oder zum Zelten an den Badeseen – ins Gepäck gehört auch eine Reiseapotheke, um kleinere Wehwechen direkt behandeln zu können. Wir verlosen unter allen richtigen Einsendungen zehn Reiseapotheken. Gefüllt sind die handlichen Täschchen mit jeweils einer Tube Wundcreme, einem Gel gegen Sonnenbrand und Insektenstiche, einem Wunddesinfektions Spray sowie Verbandpäckchen und Pflaster. Zusammengestellt wurde das Notfall-Set von der Zentralapotheke des Katholischen Klinikums Koblenz · Montabaur.

## Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an [leben@bbtgruppe.de](mailto:leben@bbtgruppe.de) oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krements-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 10. Oktober 2014. Viel Glück!







# Genieße den Augenblick!

Im Alltag stehen wir oft unter Spannung:  
Pflichten fordern uns heraus.

Da braucht es immer wieder ein heilsames  
Gegengewicht, damit wir entspannen  
und zur Ruhe kommen können –  
vielleicht mitten im Stress.

Da helfen uns Zeitinseln der Langsamkeit  
für kleine, kreative Pausen:  
Schließe die Augen, atme tief durch,  
horche in dich hinein!  
Nimm alles wahr, was in dir lebendig ist,  
und genieße diesen Augenblick!  
Sei im Einklang mit dir selbst!

Solche Glücksmomente  
kostet voll aus –  
und das jeden Tag!

Elke Deimel

8. Juli 2014

## Richtige Ernährung im Kindesalter – Novel- und Designerfood

Dass Pommes, Chips und Cola auf die Dauer für die Ernährung von Kindern nicht optimal sind, wissen fast alle Eltern. Wie aber sieht gesunde Ernährung für Kinder aus und welche Ernährungsregeln taugen für den Alltag einer modernen Familie? Die Antwort auf diese Fragen gibt die Ärztin für Kinder- und Jugendmedizin Dr. Tünde Kertész-Szlaninka.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim, Aula

23. Juli 2014

## Sport und Bewegung bei Krebs

Inzwischen ist wissenschaftlich bewiesen, dass Bewegung und Sport nicht nur den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen, sondern sich auch auf das körperliche, seelische und soziale Befinden auswirken. Der Onkologe Dr. Edgar Hartung informiert über Sport als Teil der Krebstherapie.

🕒 14 Uhr

Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim,  
Konferenzraum Halle

12. August 2014

## Finanzielle Hilfen für junge Eltern

Mehr als 150 Leistungen und Zuschüsse für junge Familien gibt es in Deutschland: Kindergeld, Kinderzuschlag, Elterngeld, Mutterschaftsgeld, Landeserziehungsgeld, Kindergartenzuschuss, Betreuungsgeld ... Orientierung in diesem Dschungel der staatlichen Leistungen gibt Paul Malsam von der Familienförderung der L-Bank.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim, Aula

9. September 2014

## Zahngesundheit bei Kindern

Mitarbeiterinnen der Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit informieren über die richtige Mundhygiene, zahngesunde Ernährung und Zahnschmelzhärtung durch Fluoride bei Kindern.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim, Aula

5. Aug., 2. Sept., 7. Okt. 2014

## Infoabend für Schwangere

Wissenswertes über die Entbindung im Caritas-Krankenhaus.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim, Aula

24. September 2014

## Ernährung bei Tumorerkrankungen

Die Diätassistentin Kerstin Siehr informiert über Ernährung während der Chemotherapie und/oder Bestrahlung und geht dabei individuell ein auf Nebenwirkungen der Behandlung wie Appetitlosigkeit, Übelkeit usw.

14 Uhr

Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim,  
Konferenzraum Halle



## Gesundheitsholding Tauberfranken

**Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim**  
Uhlandstraße 7  
97980 Bad Mergentheim  
Tel.: 07931/58-0  
info@ckbm.de  
www.ckbm.de

**Krankenhaus Tauberbischofsheim**  
Albert-Schweitzer-Straße 37  
97941 Tauberbischofsheim  
Tel.: 09341/800-0  
info@khtbb.de  
www.khtbb.de

**Seniorenzentrum Haus Heimberg**  
Am Heimbergsflur 12  
97941 Tauberbischofsheim  
Tel.: 09341/800-1451  
info@haus-heimberg.de  
www.haus-heimberg.de

**Seniorenzentrum Gerlachsheim**  
Würzburger Straße 79  
97922 Lauda-Königshofen  
Tel.: 09343/6211-0  
info@sz-gerlachsheim.de  
www.sz-gerlachsheim.de

## Im nächsten Heft

# Orthopädie

Foto: istockphoto

Die nächste Ausgabe von  
„Leben! – Das Magazin der BBT-Gruppe  
für Gesundheit und Soziales“  
erscheint im Oktober 2014.

### 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 Peter Berg  
**Geschäftsführer:** Bruder Alfons Maria Michels,  
Dr. Albert-Peter Rethmann, Andreas Latz,  
Werner Hemmes, Günter Mosen

**Chefredaktion:** Martin Fuchs (verantwortl.)

**Chefin vom Dienst:** Judith Hens

**Redaktion:** Yvonne Antoine, Anne Britten,  
Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Frank Mertes,  
Peter Mossem, Pascal Nachtsheim, Doris Schwaben,  
Katharina Müller-Stromberg, Gerd Vieler, Simone Yousef  
In Zusammenarbeit mit dreipunkt drei medien-gesellschaft mbH,  
www.dreipunkt drei.de

**Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe  
für den Main-Tauber-Kreis:**

Ute Emig-Lange (verantwortl.)

**Redaktionsanschrift:**

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

**Erscheinungsweise:** vier Mal jährlich

**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.

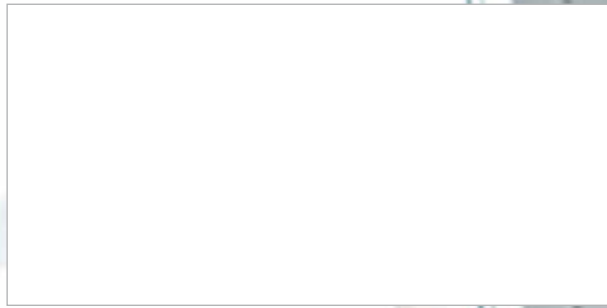
Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie  
es gerne abonnieren: leben@bbtgruppe.de  
Alle Fotos stammen aus den Einrichtungen  
der BBT-Gruppe, wenn nicht anders angegeben.

ISSN 2195-4666

ClimatePartner<sup>®</sup>  
**klimaneutral  
gedruckt**

Zertifikatsnummer:  
53323-1406-1004  
www.climatepartner.com





**AUSBILDUNG  
IN DER PFLEGE**



# Pflege – ein Beruf fürs Leben

**Sie suchen einen Beruf,**

- der gute Zukunftsaussichten hat
- bei dem Sie mit Menschen zu tun haben
- der erfüllend und sinnstiftend ist
- bei dem Sie im Team arbeiten
- in dem Sie kompetent anderen helfen
- in dem Sie Verantwortung übernehmen können

**Dies und mehr bietet ein Beruf in der Pflege.**

**Die Bildungszentren am Caritas-Krankenhaus  
Bad Mergentheim und dem Krankenhaus  
Tauberbischofsheim bieten Ihnen eine hoch-  
wertige Ausbildung in:**

- Gesundheits- und Krankenpflege
- Gesundheits- und Kinderkrankenpflege
- Altenpflege
- Operationstechnische Assistenz OTA



**Caritas-Krankenhaus**  
Bad Mergentheim  
97980 Bad Mergentheim  
Telefon 07931/58-37 41  
bildungszentrum@ckbm.de  
www.ckbm.de



**Krankenhaus**  
Tauberbischofsheim  
97941 Tauberbischofsheim  
Telefon 09341/800-12 71  
bildungszentrum@khtbb.de  
www.khtbb.de