



Ihre Sprechzeit

Das Gesundheitsmagazin für den Kreis Soest



**Pflegeausbildung 4.0 - üben mit der
„Nursing Anne“ in geschützten Räumen**

Verdauungssäfte produzieren, Hormone bilden, Vitamine aufnehmen
Unser Magen ist ein sensibles Multitalent

Neue Funktionsräume in der Endoskopie
Blick in den Magen und etwas weiter

Vital Soest Sommerprogramm

Prävention & Therapie

Bewegung ohne Anmeldung!
Vorbeikommen und schnuppern!
Kostenlos und draußen am
Enteich des Klinikums!

Bitte eigene Gymnastikmatte/
 Walking-Stöcke mitbringen!

Bewegung & Ernährung

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
27.06.- 01.07.22	18.00 Uhr Nordic Walking	10.00 Uhr Beckenboden- gymnastik	18.00 Uhr Faszientraining	18.00 Uhr Tabata	09.00 Uhr Fit in den Tag
04.07.- 08.07.22	19.00 Uhr Rückenfitness	18.00 Uhr Pilates	18.00 Uhr Laufen für Einsteiger	19.30 Uhr Yoga	09.30 Uhr Nordic Walking
11.07.- 15.07.22	09.00 Uhr Gymnastik 60+	09.00 Uhr Nordic Walking	09.00 Uhr Gleichgewicht	18.00 Uhr HIIT Zirkel	10.30 Drums alive
18.07.- 22.07.22	19.00 Uhr BOP	09.00 Uhr Beckenboden- gymnastik	19.00 Uhr Zumba	18.30 Uhr Entspannung	09.00 Uhr Pilates
25.07.- 29.07.22	19.00 Uhr Funktionelles Training	18.00 Uhr Pilates	18.30 Uhr Laufen für Einsteiger	9.00 Uhr Rückenfitness	09.00 Uhr Nordic Walking
01.08.- 05.08.22	19.00 Uhr Faszientraining	09.00 Uhr Gymnastik 60+	18.30 Uhr HIIT Zirkel	09.00 Uhr BOP	09.00 Uhr Entspannung

Ernährung

15.07.22 10:30 – 12:30 Uhr Manny Möhre reist um die Welt / Lebensmittelvielfalt mit Kindern 5 – 8 Jahre (Seminar) 10€ pro Kind

27.07.22 17:30 – 20:00 Uhr Gesund abnehmen (Gruppenseminar) 15€ p.P.

Anmeldungen und weitere Informationen zum Thema Ernährung bei Fr. Hatkemper (Tel. 02921/90 12 70)

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit dieser Ausgabe weisen wir auf ein besonderes Highlight hin: „Dein Klinikum live“ steht auf dem Programm des Infotages im Blauen Saal und Innenhof des Soester Rathauses. Für Sie die Gelegenheit, auch einmal außerhalb einer eigenen Erkrankung mit Ihrem Klinikum ins Gespräch zu kommen. Sie haben sicher Fragen, die Sie uns schon immer stellen wollten, aber bisher dazu keine Gelegenheit fanden. Fordern Sie uns beim Infotag „Dein Klinikum live“. Wir sind am 11. Juni 2022 gerne in einem außergewöhnlichen Rahmen für Sie da!

Unsere Funktionsräume der Endoskopie sind deutlich erweitert, frisch renoviert und neu eingerichtet worden. Gleichzeitig haben wir die Technik komplett ausgetauscht und auf den allerneuesten Stand gebracht. Lesen Sie mehr dazu ab Seite 13.

Unsere neue Endoskopie hat uns auf die Idee gebracht, ein besonderes Organ etwas genauer in den Fokus zu nehmen: Wie funktioniert der Magen, welche Probleme können entstehen, welche naheliegenden Organe sind mit im Spiel, worauf kann ich bei meiner Ernährung achten?

Sehr spannend wird die Ausbildung unserer zukünftigen Pflegefachfrauen und -männer. Unsere Albrecht-Schneider-Akademie verfügt jetzt über ein hochdigitales „Skills Lab“. Räumlichkeiten, in denen die Schülerinnen und Schüler unter realistischen Bedingungen üben können, was später auf der Station wirklich zählt – professionelles Handwerk und zwischenmenschliche Kompetenz, zwei unverzichtbare Komponenten in der Pflege und Medizin.

Mit den besten Wünschen

Ihr

Christian Schug

Geschäftsführer KlinikumStadtSoest



Christian Schug
Geschäftsführer KlinikumStadtSoest

Inhalt

- | | | | |
|----|--------------------------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------------------------|
| 03 | Editorial | 23 | Pflegeausbildung 4.0: Auf das Unerwartete vorbereitet sein |
| 05 | Er kann noch mehr: Unser Magen ist ein sensibles Multitalent | 26 | kurz berichtet |
| 08 | Geschwüre im Magen und Zwölffingerdarm sind vermeidbar | 27 | Dein Klinikum live – Medizin erleben und entdecken |
| 13 | Blick in den Magen und etwas weiter | 28 | Termine im Forum Familie |
| 18 | Neues minimal-invasives Verfahren in der Gastroenterologie | 30 | Aus spontaner Unterstützung entsteht Verein mit langfristigem Engagement |
| 19 | Magenfreundlich essen: Erlaubt ist, was bekommt! | 31 | Auf einen Blick |
| 21 | Mit I.N.A. auf Lebensmittelweltreise | 32 | Dein Klinikum live |

Impressum & Lesehinweis:

Herausgeber: KlinikumStadtSoest gGmbH, Senator-Schwartz-Ring 8, 59494 Soest **Redaktion:** Frank Beilenhoff, Johannes Vehring, Geneveva Curva Perdigao, Thomas Meier-Vehring (V. i. S. d. P.), Mobil 0171 3196250, **Fotos:** Thomas Meier-Vehring & tmv-kommunikation, KlinikumStadtSoest, 123rf.com

Verlag: Thomas Meier-Vehring, Am Barenbach 8, 59174 Kamen, Tel. 0171 3196250, **Anzeigen:** Johannes Vehring, Tel. 0151 14937706, **Gesamtherstellung:** Thomas Meier-Vehring & tmv-kommunikation / „Ihre Sprechzeit“ und alle in ihr enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Mit Ausnahme der gesetzlich zugelassenen Fälle ist eine Verwertung ohne Einwilligung des Verlages strafbar.

Lesehinweis: Die in diesem Magazin dargestellten medizinischen Fragestellungen und therapeutischen Verfahren entsprechen dem jeweils aktuellen Kenntnisstand in den Fachbereichen des KlinikumStadtSoest, orientieren sich an gültigen Leitlinien und Standards und dienen der Information. Untersuchungen und Behandlungen müssen jedoch individuell geplant werden. Verbindliche Diagnosen und Therapieempfehlungen können nur von Haus- und Fachärzten gegeben werden. Wir bitten unsere Leserinnen und Leser, sich bei gesundheitlichen Beschwerden und Problemen direkt an den Hausarzt zu wenden, der anschließend alle weiteren Schritte einleiten kann. Im Notfall stehen Ihnen die Ambulanzen des KlinikumStadtSoest natürlich rund um die Uhr zur Verfügung.

Die in manchen Texten der Einfachheit halber verwendete männliche Form ist überwiegend genderneutral gemeint.



Verdauungssäfte produzieren, Hormone bilden, Vitamine aufnehmen

Er kann noch mehr: Unser Magen ist ein sensibles Multitalent

Wann nehmen wir unseren Magen wahr – wenn er „knurrt“, wenn er bald „platzt“, wenn wir Liebe spüren und Schmetterlinge ihn flattern lassen? Oder wenn uns Ärger ins Haus steht und dieser uns auf den Magen schlägt? So viel ist klar: Unser Magen kann mehr, als nur Nahrung aufnehmen und diese zu verarbeiten. Über Hormone und Botenstoffe reagiert er direkt mit unserer psychischen Verfassung. Zusätzlich gibt es über Nervenbahnen eine direkte Verbindung zum Gehirn. Das sensible Organ erfüllt seine Aufgaben allerdings meist völlig unauffällig. Doch aufgrund ungünstiger Essgewohnheiten und einem stressigen Lebensstil treten Magenprobleme heute deutlich häufiger auf.

Etwa 30 Tonnen Nahrung müssen im Laufe eines menschlichen Lebens im Magen-Darm-Trakt zerkleinert, gemischt, zersetzt und aufgenommen werden. Eine besondere Rolle kommt dabei dem Magen zu – im medizinischen Sprachgebrauch als Gaster bezeichnet. Der Magen dient als Zwischenspeicher für aufgenommene Nahrung und kann sich durch Dehnung schnell und flexibel dem Volumen unserer Nahrungsaufnahme anpassen. Durchschnittlich kann er 1,5 Liter Nahrung und Flüssigkeit pro Mahlzeit ohne Probleme aufnehmen und speichern.

Der Magen arbeitet schon, wenn wir Essen sehen und riechen

Dabei fängt der Magen nicht erst an zu arbeiten, wenn die Nahrung durch die Speiseröhre rutscht. Schon wenn wir Essen riechen oder Fotos von leckeren Speisen sehen, wird über Nervenbahnen und die durch den Reiz ausgeschütteten Hormone die Produktion von Ver-

dauungssäften angeregt. Dabei werden vor allem Magensäure und Enzyme wie das Pepsin produziert, das später bei der Weiterverarbeitung des Speisebreis im Dünndarm eine Rolle spielt. Aber nicht nur Nahrung bestimmt die Aktivität des Magens, denn durch eine komplexe Regulation mittels Hormonen und Botenstoffen des Nervensystems kommt es zu hemmenden oder stimulierenden Einflüssen. Dann schlägt auch schon mal Ärger und Stress auf den Magen.

Was dem Magen übel zusetzt

Die Magensäure sorgt dafür, dass Speisen verdaut werden können. Damit das saure Milieu nicht den Magen selbst schädigt, ist er mit einer schützenden Schleimschicht ausgekleidet. Diese Schicht enthält vor allem Bikarbonat, ist also basisch und kann deshalb die Säure ausgleichen. Medikamente, Alkohol und Stress können der Schleimschicht übel zusetzen, sodass es zu einer Magenschleimhautentzündung (Gastritis) kommen kann. Etwa 20 Prozent der Erwachsenen leiden im Laufe ihres Lebens an einer Gastritis, wobei das Risiko mit dem Alter deutlich steigt.

Strenger „Türsteher“

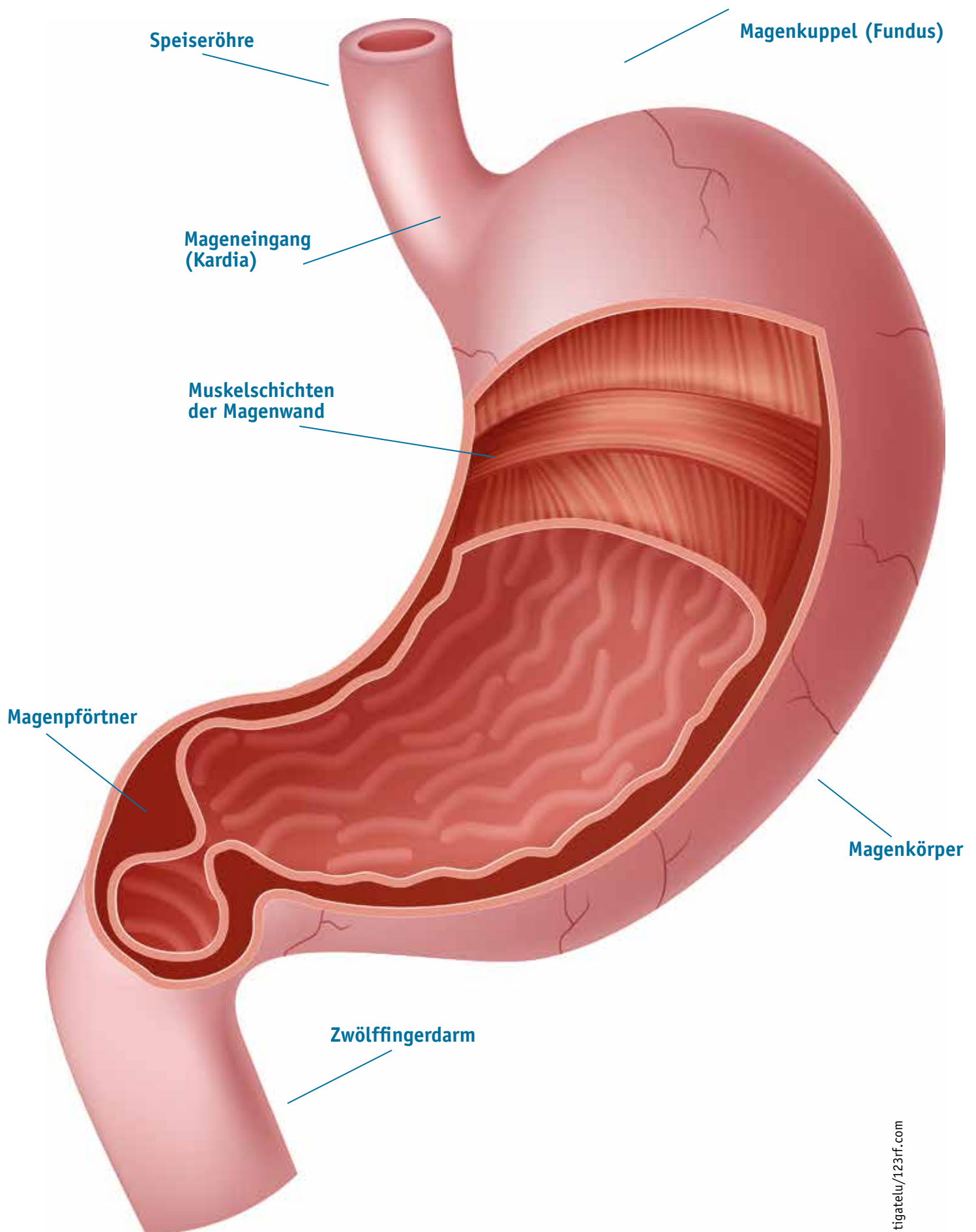
Während die sauren Verdauungssäfte anfangen, den Nahrungsbrei zu zerlegen, kommt der Magen durch den Kontakt zunehmend in Bewegung. Dadurch werden weiteres Pepsin und zusätzliche Magensäure produziert und mit der Bewegung wird der vorab in viele Bestandteile zerlegte Nahrungsbrei zum Magen- ausgang geschoben. Dort „empfängt“ der Magenpförtner den Brei und lässt ihn nach Prüfung häppchenweise in den ersten Abschnitt des Dünndarms, den Zwölffingerdarm. Der Magenpförtner ist ein strenger „Türsteher“ – alles, was noch nicht die richtige Größe für den Dünndarm hat, muss zurück und im Säurebad des Magens eine Extrarunde drehen.

Kontakt



Dr. Uwe Reinhold
Gastroenterologe
Tel. 02921/90-1470

Fortsetzung >>



Bauchspeicheldrüse gleicht saures Milieu aus

Der saure Brei wird im Dünndarm durch basische Verdauungssäfte aus der Bauchspeicheldrüse ausgeglichen und kann deshalb den Darm nicht angreifen. Erst danach kann der Dünndarm mit der weiteren Verdauung beginnen und wichtige Nährstoffe durch die Darmwand an den menschlichen Organismus weitergeben.

Akute und chronische Gastritis

Zu den bekanntesten Magenerkrankungen zählen neben den akuten auch die chronischen Entzündungen der Magenschleimhaut. Oft erkranken Frauen zwischen dem 45. und 64. Lebensjahr, Männer hingegen meist nach dem 65. Geburtstag. Eine sogenannte Gastritis äußert sich durch Magenschmerzen, Übelkeit, Erbrechen oder Appetitlosigkeit. Die Ursachen sind vielfältig und können vom Immunsystem (Typ A) kommen oder infektiös (Typ B) bedingt sein. Die sogenannte Typ-C-Gastritis wird durch Medikamente, chemische Substanzen oder auch durch den Rückfluss von Gallensäure aus dem Zwölffingerdarm ausgelöst. Die Abklärung der Beschwerden im Magenbereich erfolgt standardisiert durch eine Spiegelung des oberen Verdauungsabschnitts mit Speiseröhre, Magen und Zwölffingerdarm.

Pflanzenstoffe mit beruhigender Wirkung

Die Magenbeschwerden müssen nicht immer mit Medikamenten wie Säureblocker behandelt werden. Zu den populärsten Pflanzenstoffen mit beruhigender Wirkung gehören Kamille, Süßholz, Eibisch- und Angelikawurzel, bittere Schleugenblume, Kümmel, Ingwer und Fenchel. Hilfreich kann auch sein, die Koch- und Essgewohnheiten zu ändern: Sich Zeit nehmen zum Kochen, zum Essen, lange Kauen und eher fünf Mahlzeiten als drei Hauptmahlzeiten einplanen. Regelmäßige körperliche Betätigung (mindestens dreimal pro Woche und auch so, dass es als körperlich anstrengend empfunden wird) wirkt oft ebenfalls magenfreundlich und kann den Stressabbau einleiten und durch Entspannung auch die Schlafqualität positiv beeinflussen. Das hat unser Magen gern.

Rezept:

Basische Hafersuppe
30 Gramm Haferflocken
500 ml Wasser oder Gemüsebrühe
2 EL Estragon

Zubereitung:

Haferflocken und Wasser/Brühe verrühren und bei geringer Hitze unter weiterem Rühren 10 bis 15 Minuten köcheln lassen. Nach Wunsch evtl. durch ein Sieb streichen. Estragon untermischen.

Kein Stress, wenig Schmerzmittel, ein magenfreundlicher Lebensstil Geschwüre im Magen und Zwölffingerdarm sind vermeidbar

Die Beschwerden im Oberbauch treten oft im Zusammenhang mit Essen oder Trinken auf, und beim ersten Mal weiß man als Betroffener eigentlich nicht so genau, worin die Ursachen liegen können. Allerdings haben Menschen mit einem Zwölffingerdarmgeschwür (Ulcus duodeni) oft Schmerzen bei leerem Magen (Nüchternschmerz) und nachts. Dagegen ist eine Schmerzzunahme kurz nach dem Essen ein typisches Anzeichen für ein Magengeschwür (Ulcus ventriculi).

Appetitlosigkeit, Völlegefühl, Übelkeit und Erbrechen sowie Gewichtsverlust können ebenfalls auf ein Magengeschwür hindeuten. Manchmal entwickeln Patienten infolge eines blutenden Magengeschwürs Anzeichen von Blutarmut (Anämie). Seltener kommt es vor, dass Magengeschwüre keine Beschwerden verursachen. Sie werden dann meist zufällig bei einer Untersuchung entdeckt oder machen sich erst bei Eintritt von Komplikationen bemerkbar.

Selten löst ein Magenkrebs ähnliche Symptome wie bei einem Magengeschwür aus. Klarheit bringt dann eine Magenspiegelung, in deren Zuge der behandelnde Arzt eine Gewebeprobe entnimmt (Biopsie) und feingeweblich (histologisch) untersuchen lässt.

„Eine Ulkuskrankheit bedeutet, dass Schleimhautschäden im Bereich von Magen oder Zwölffingerdarm vorliegen. Das Geschwür hat einen Durchmesser von mehr als fünf Millimetern und der Defekt reicht bis in die Bindegewebschicht unter der Schleimhaut hinein

(Submukosa)“, erklärt Dr. Uwe Reinhold, Chefarzt Innere Medizin und Gastroenterologie im KlinikumStadtSoest.

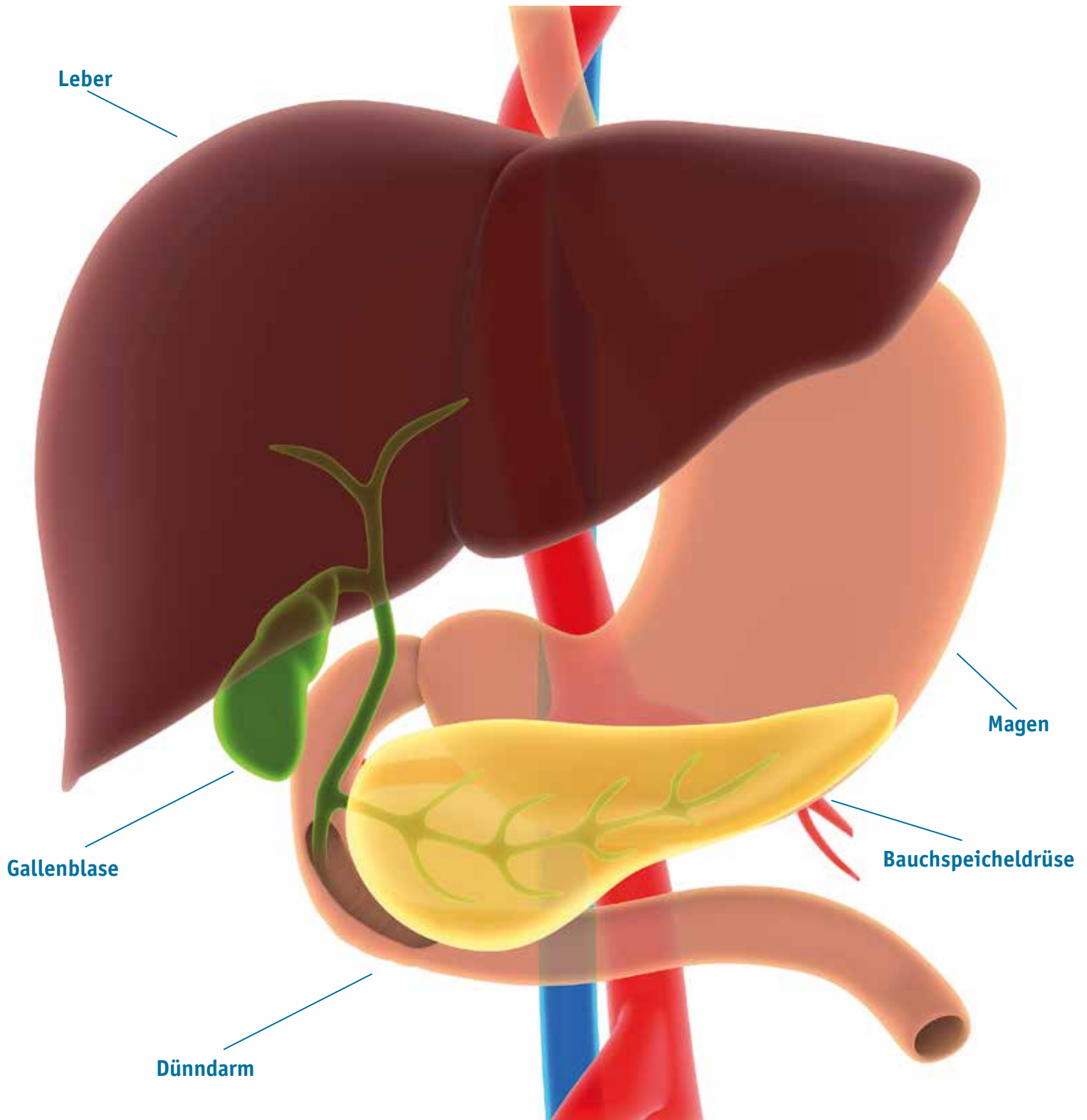
Symptome

Mögliche Symptome einer Ulkuskrankheit sind Oberbauchschmerzen, Völlegefühl, Übelkeit und Blähungen. Das Geschwür kann bluten, und falls diese Blutung stark ist, kann durch den Kontakt mit Magensäure schwarz gefärbter Stuhlgang entstehen, der sogenannte Teerstuhl.

Ursachen

Einem Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwür liegt ein Missverhältnis zwischen schädigenden Faktoren und Schutzmechanismen zugrunde. Die wichtigsten Ursachen sind eine Infektion mit dem Bakterium *Helicobacter pylori* und die Einnahme von Schmerzmitteln, wie zum Beispiel Ibuprofen, Diclofenac, ASS (nicht-steroidale Antirheumatika, NSAR). Eine Infektion mit *Helicobacter pylori* liegt bei circa 90 Prozent der Patienten mit Zwölffingerdarmgeschwür und circa 70 Prozent der Patienten mit Magengeschwür vor.

Schädigende Faktoren, die der nicht mehr von einer Schleimhaut geschützten Magenwand oder dem Zwölffingerdarm zusetzen, sind die im Magen zur Verdauung nötige Salzsäure und das Pepsin (Verdauungsenzym). Normalerweise schützt eine gut durchblutete Schleimhaut die Magenwand, aber durch eine Infektion mit dem Bakterium *Helicobacter pylori* oder Einnahme von schmerzstillenden Medikamenten wird die Schutzwirkung aufgehoben. Ein Rückfluss von Gallensaft wirkt sich ebenfalls negativ aus.





Häufigkeit

Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre sind sehr häufig, etwa fünf bis zehn Prozent der Menschen erkranken im Laufe ihres Lebens daran. Die Häufigkeit nimmt mit dem Alter zu. Frauen und Männer erkranken gleich oft. Die regelmäßige Einnahme von sogenannten NSAR-Medikamenten, die schmerzlindernd, entzündungshemmend und fiebersenkend wirken, gehört mittlerweile für viele Menschen zum Alltag. Wenn zu diesen Risikofaktoren auch noch das Rauchen und erhöhter Alkoholkonsum kommt sowie zudem eine Ulcuserkrankung bereits in der Familie vorkommt, ist die Wahrscheinlichkeit hoch, dass Betroffene selbst daran erkranken werden.

Diagnose und Behandlung

In der klinischen Untersuchung durch die Ärztin/den Arzt kann beim Abtasten ein Druckschmerz im Oberbauch auslösbar sein, möglicherweise sind die Schleimhäute blass, wenn das Geschwür schon längere Zeit blutet und zu einer Blutarmut (Anämie) geführt hat. Eine Anämie kann durch eine Blutuntersuchung festgestellt werden, oftmals ist dies ein Zufallsbefund. Oft lassen sich in der körperlichen Untersuchung aber keine besonderen Auffälligkeiten feststellen.

Sicher kann die Diagnose nur durch eine Spiegelung von Magen und Zwölffingerdarm gestellt werden (Gastroskopie). Dabei wird die Schleimhaut inspiziert und es können Gewebeproben entnommen werden. Auch *Helicobacter pylori* kann mit Hilfe der Probeentnahmen im Labor festgestellt werden. Diese Bakterien lassen sich auch recht zuverlässig im Stuhl oder mit einem Atemtest nachweisen. Der Betroffene trinkt dabei eine spezielle Lösung mit markiertem ¹³C-Harnstoff. Leben *Helicobacter*-Bakterien im Magen, spalten sie den Harnstoff auf. In der Folge ist in der ausgeatmeten Luft mit ¹³C-markiertes Kohlendioxid feststellbar. Diese Tests werden allerdings nur im Anschluss an eine Behandlung einer Infektion mit *Helicobacter pylori* zur Überprüfung des Therapieerfolges von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet.

Rauchstopp und weniger Stress

Allgemeinmaßnahmen zur Behandlung können Rauchstopp, Stressreduktion, gegebenen-

falls Ernährungsumstellung auf individuell gut verträgliche Speisen sowie das Vermeiden nichtsteroidaler Schmerzmittel sein. Für die Therapie ist wichtig zu wissen, ob eine Infektion mit *Helicobacter pylori* vorliegt.

Falls Bakterien als Ursache nachgewiesen werden, sollten die Patienten mit Antibiotika behandelt werden. Sechs Wochen nach Therapieende wird der Erfolg per Stuhlprobe oder Atemtest kontrolliert. Medikamente, die die Bildung der Magensäure hemmen, können den Test verfälschen und müssen etwa 14 Tage zuvor abgesetzt werden.

Antibiotika Behandlungsschemata

Für die Behandlung mit Antibiotika gibt es verschiedene Behandlungsschemata mit unterschiedlichen Antibiotika. Die Ärzte entscheiden dies individuell. Die klassische Therapie für 14 Tage besteht aus: Säureblockern (Protonenpumpenhemmer), zum Beispiel Pantoprazol, Omeprazol, Esomeprazol, und den Antibiotika Clarithromycin und Amoxicillin. Die Säureblocker, sogenannte Protonenpumpenhemmer (PPI), hemmen die Bildung der Magensäureproduktion, damit die Schleimhaut heilen kann, die Antibiotika wirken gegen die bakterielle Infektion mit *Helicobacter pylori*.

Bei aktiver Blutung eines Geschwürs kann eine Blutstillung mittels Gastroskopie erforderlich sein. Eine Operation kann erforderlich sein bei nicht stillbarer Blutung, einer Perforation (Durchbruch von Magen oder Zwölffingerdarm), Malignomen oder einer Magenausgangsstenose (Verengung).

Was kann man selbst tun?

Die Einnahme von Ibuprofen-, Diclofenac- oder ASS-haltige Schmerzmittel sollte nicht unkontrolliert erfolgen. Und natürlich sollte mit dem Rauchen aufgehört werden, mindestens aber für die Dauer der Erkrankung sollte eine Rauchpause eingeschoben werden. Oft muss auf einige Nahrungsmittel zeitweise verzichtet werden. Welche Nahrungsmittel dies sind, ist bei jedem Menschen unterschiedlich. Man sollte darauf achten, was zu Beschwerden führt. Oft hilft hier ein Ernährungstagebuch. Stress in jeder Ausprägung sollte reduziert und möglichst vermieden werden.

Vorbeugung

Falls bestimmte Schmerzmittel (ASS, Ibuprofen, Diclofenac) eingenommen werden müssen, sollte gleichzeitig ein Medikament dazukommen, das die Bildung der Magensäure hemmt, wenn mindestens einer der folgenden Risikofaktoren vorliegt:

- Magengeschwür in der Vorgeschichte
- älter als 65 Jahre
- schwere Allgemeinerkrankung
- unbehandelte Infektion mit *Helicobacter pylori*
- Einnahme von Medikamenten wie Kortison, Blutgerinnungshemmer, Antidepressiva (SSRI).

Die Einnahme von Protonenpumpenhemmern wird ebenfalls empfohlen bei:

- gleichzeitiger Einnahme von ASS und NSAR
- Einnahme von ASS und Clopidogrel.

Die Erkrankung heilt unter Therapie in den meisten Fällen gut aus. Ohne Behandlung einer zugrunde liegenden bakteriellen Infektion kommt es in 60 bis 90 Prozent zu einer erneuten Erkrankung.



Chefarzt Dr. Uwe Reinhold und Krankenschwester Elke Pisker erkunden den Magen endoskopisch. Mit den modernen Videoendoskopen können die Ergebnisse der Untersuchung dokumentiert und genau ausgewertet werden. Nach dem Aufwachen werden die Befunde mit den Patienten besprochen. Durch die neuen Räumlichkeiten verringern sich die Wartezeiten der Patienten deutlich.



Die neuen Funktionsräume der Endoskopie: seit Februar in Betrieb

Blick in den Magen und etwas weiter

Die neuen Räume sind seit dem 17. Februar 2022 fertig und konnten in Betrieb genommen werden.

Jetzt hat die Endoskopie zwei Untersuchungsräume, die im Gegensatz zu vorher einen geringfügig geänderten Zuschnitt haben. Die Versorgungs- und Datenleitungen werden über Deckenanschlüsse geführt, was eine erhöhte Flexibilität bei der Einrichtung des Untersuchungsplatzes möglich macht. Kein Kabel auf dem Boden stört die notwendige Beweglichkeit der Untersuchungseinheiten.

Endoskopie auch mobil einsetzbar

Drei vollständige Videoendoskopieeinheiten stehen zur Verfügung, alle mit HD Technik. Auch die mobile Einheit, die in der gesamten Klinik eingesetzt werden kann, ist netzwerkfähig, sodass das gewonnene Bildmaterial auch bei mobilen Einsätzen in das hiesige Bildspeichersystem überführt werden kann.

Geändertes Raummanagement – optimierte Arbeitsabläufe.

Zwischen den Untersuchungsräumen werden die Endoskope für Magenspiegelungen und Darmuntersuchungen gereinigt und aufbereitet. Nach den jeweiligen Untersuchungen werden die gebrauchten Instrumente auf die sogenannte Unreine Seite abgegeben und dort mechanisch und maschinell gereinigt und desinfiziert.

Auf der sogenannten Reinen Seite werden die Sonden aus den Reinigungsmaschinen entnommen und in speziellen Klimaschränken innen und außen getrocknet und keimfrei gelagert.

Kürzere Wartezeiten für Patienten

Durch die zentrale Aufbereitungseinheit in der Mitte zwischen den Untersuchungsräumen verringern sich durch kürzere Wege Aufbereitungszeiten und damit die Wartezeiten der Patienten.

Alle Arbeitsvorgänge werden lückenlos digital erfasst und dokumentiert. Die Untersuchungs-

ergebnisse stehen als Video- und Bildmaterial im EDV-System des Krankenhauses zur Verfügung und können so zum Beispiel bei der Visite auch mit den Patienten individuell angesehen und besprochen werden. Alle Bilder und Werte sind in der digitalen Patientenakte gespeichert und können von überall im Haus vom Server abgerufen werden.

Aufwachraum und Wartezone

Ein paar Meter weiter auf demselben Flur entstehen jetzt noch der neue Aufwachraum (mit drei Bettplätzen) und nebenan ein Kombibereich aus Wartezone, Büro und Anmeldung. Auch der neue Sonographieraum ist bald fertig.

95 Prozent der Untersuchungen in der Endoskopie finden mit einer leichter Sedierung der Patienten statt, das heißt, dass die Patienten in einer Art Dämmer Schlaf die Untersuchung ohne bewusste Wahrnehmung erleben. „Wir führen jährlich circa 800 ambulante Darmspiegelungen durch. Unser Ziel für 2022 liegt bei etwa 1.500 ambulanten Untersuchungen in den Bereichen Darmspiegelungen (Coloskopie) und Magenspiegelung (Gastroskopie). Dazu kommen dann noch die stationär aufgenommenen Patienten“, nennt Chefarzt Dr. Uwe Reinhold das quantitative Ziel, das in den neuen Räumen und mit der optimierten Logistik realistisch ist.

Interdisziplinäres Team

Die interdisziplinäre Zusammenarbeit ist sehr wichtig. Das Team der Endoskopie besteht aus derzeit vier gastroenterologisch fachärztlichen Kräften, zwei fachärztlichen Internistinnen und fünf Assistenzärzten unter der Leitung von Chefarzt Dr. Uwe Reinhold sowie sieben Mitarbeitenden im pflegerischen Bereich unter der Leitung von Andrea Berg.

„Wir sind als diagnostischer Dienstleister für viele medizinische Abteilungen im Haus tätig“, betont Dr. Uwe Reinhold. Ein separater Sonographieraum komplettiert das Angebot.

Kontakt



Dr. Uwe Reinhold
Gastroenterologe
Tel. 02921/90-1470



Krankenschwester Petra Höhne reinigt nach der Untersuchung die Instrumente im Wasserbad gründlich vor. Anschließend kommen die Sonden in eine spezielle Waschmaschine, die eine sterile Aufbereitung der Sonden garantiert. Auch die Reinigungsvorgänge werden patientenbezogen dokumentiert und in der elektronischen Patientenakte gespeichert.

Blick hinter die Kulissen

Backstage in der Endoskopie



Am Spülbecken (links) reinigt Petra Höhne das Endoskop vor. In einer besonderen Spülmaschine (oben) wird das Gerät sterilisiert und kann danach eingelagert werden.



Miriam Schäfer bereitet die entnommenen Proben für den Versand an spezielle Labore vor. Bei Biopsien werden Proben von verändertem Gewebe endoskopisch gewonnen und können dann genauen Analysen unterzogen werden. Für Versand und Dokumentation ist besondere Sorgfalt geboten.



Andrea Berg, pflegerische Leitung Endoskopie, lagert die aufbereiteten Endoskope in einem speziellen Klimaschrank keimfrei und materialschonend.



In der Anmeldung empfängt Regina Gönder die Patienten am Telefon und persönlich. Nach dem Umbau und der neuen Organisation der Endoskopie im KlinikumStadtSoest haben die Patienten kürzere Wartezeiten.

**Terminvergabe über
02921 901355**



DANK

Einfach mal DANKE sagen!

Der Botschaft auf dieser Versorgungsstation vor unserem Klinikum schließen wir uns vorbehaltlos an und bedanken uns bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für ihren vorbildlichen Einsatz in den Zeiten der Pandemie.



KKE



Sprühstirn.com

Schonend in die Leber und in die Gallengänge

Neues minimal-invasives Verfahren in der Gastroenterologie

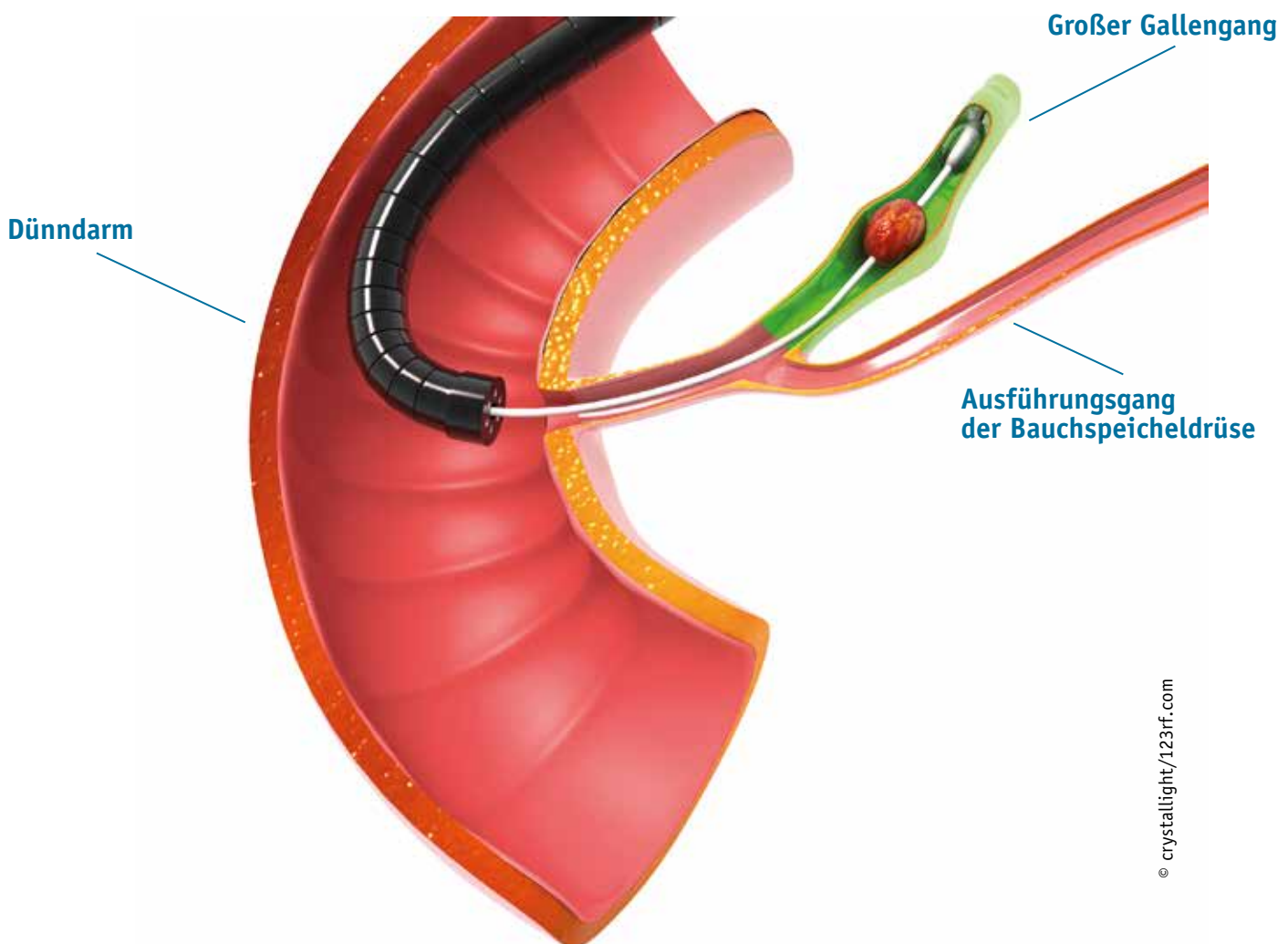
Ein neues minimal-invasives Verfahren – die digitale Cholangioskopie der Gallengänge – erlaubt den Ärzten im KlinikumStadtSoest einen sehr präzisen diagnostischen Blick in die Gallengänge, zeitgleich sind Behandlungen möglich.

In den vergangenen 25 Jahren sind Erkrankungen der Leber und Galle zunehmend in den Fokus von Medizin und Forschung gerückt. Nicht nur das Wissen hat zugenommen. „Diese Krankheiten können heute auch sehr viel besser diagnostiziert und behandelt werden“, berichtet Dr. Uwe Reinhold, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Gastroenterologie.

Gallengänge in einem Schritt schonend untersuchen und behandeln

Mit der digitalen Cholangioskopie betrachten die Gastroenterologen mittels einer digitalen Kamera die Gallengänge. Sie wird mit Hilfe eines ultradünnen Katheters durch ein Endoskop eingeführt und liefert extrem präzise Bilder. Die Spezialisten erkennen so, was die Beschwerden auslöst. Sind Gallensteine die Ursache, können diese zeitgleich während der Untersuchung mittels Laser oder Schockwellen zertrümmert werden.

Der Patient wird für diesen schonenden Eingriff sediert, danach bleibt er für eine Nacht zur Überwachung.



© crystallight/123rf.com

Magenfreundlich essen: Erlaubt ist, was bekommt!

Ein empfindlicher Magen reagiert schon auf kleine Änderungen im Essverhalten. Ein kritischer Blick auf die Ernährungsgewohnheiten und die Orientierung hin zu einer magenfreundlichen Kost können für eine erhebliche Besserung der Beschwerden sorgen.

Galten vor einigen Jahren noch die Begriffe „Schonkost“ oder etwas später „leichte Vollkost“ als gangbarer Ernährungsweg bei Problemen im Magen-Darm-Trakt, so orientieren sich die Experten in der Ernährungsberatung heute an den Richtlinien einer „angepassten Vollkost“. Sie gilt als therapeutische Kostform bei unspezifischen Unverträglichkeiten und gastrointestinalen Erkrankungen.

Die „angepasste Vollkost“ wirft alle früheren Nahrungs- und Genussmittel-Verbotslisten weitestgehend über den Haufen und basiert auf sieben bewährten Prinzipien:

1. schonend gegarte Lebensmittel (wenig Rohkost); weiche Lebensmittel
2. fettarme bis fettmoderate Kost (je nach Verträglichkeit)
3. mehrere kleine Mahlzeiten über den Tag verteilt; regelmäßig und nicht zu heiß
4. bevorzugt mit frischen Kräutern würzen, wenig mit Pfeffer und/oder Salz
5. gute Proteinkombinationen für höhere biologische Wertigkeit
6. moderates Maß an Ballaststoffen (je nach Verträglichkeit)
7. kein Alkohol, wenig Zucker; Kaffee nur bei Verträglichkeit.

Bei diesen sieben Prinzipien handelt es sich eher um Erfahrungswissen als um wissenschaftlich korrekt erfasste Erkenntnisse. Das individuelle Empfinden des Patienten steht im Mittelpunkt und was ihm bekommt, sollte auf seinen Speiseplan. Dabei sollten Menschen mit empfindlichem Magen wissen, dass nicht unbedingt bestimmte Lebensmittel, sondern auch die Zusammenstellung von Mahlzeiten sowie die Zeitintervalle zwischen den Mahl-

zeiten Einfluss auf die Beschwerden nehmen können.

Wer einen empfindlichen Magen hat, sollte die alte Binsenweisheit „Gut gekaut ist halb verdaut“ kennen und sich tunlichst danach richten. Das gründliche Kauen – jeden Bissen 15 bis 20-mal – führt dazu, dass die Nahrung bereits gut zerkleinert im Magen ankommt. Wichtig ist, sich Zeit zum Essen zu nehmen und jegliche Ablenkung wie Smartphone, Fernsehen, die Zeitung oder ein Buch lesen zu vermeiden. Ansonsten besteht die Gefahr, dass beim Essen zu viel Luft geschluckt wird. Mehrere kleine Mahlzeiten verträgt der Magen meist besser als drei große, da er kleinere Mengen leichter und schneller verarbeiten kann.

Auch bestimmte Lebensmittel und Zusammenstellungen von Mahlzeiten haben Einfluss auf das Wohlbefinden. So werden kohlenhydratreiche und gleichzeitig fettarme Lebensmittel wie Nudeln, Brot und Reis meist gut vertragen. Als magenschonend und leicht verdaulich gelten auch fettarme Milch und Joghurt mit einem Fettgehalt von nicht mehr als 1,5 Prozent. Milde Käsesorten mit einem Fettgehalt von unter 45 Prozent in der Trockenmasse wie Frisch- oder Weichkäse sind ebenfalls gut verträglich. Wer seine Speisen gut mit frischen Kräutern und Gewürzen verfeinert, aktiviert die natürlichen Kräfte seines Magen-Darm-Traktes.

Verweildauer im Magen	Speisen (Beispiele)
bis 1 Stunde	Getränke
bis 2 Stunden	Milch, Reis, Weißbrot, gekochte Kartoffeln
bis 3 Stunden	Rührei, Sahne, Mischbrot, einige Gemüse, gekochter Fisch
bis 4 Stunden	gekochtes Geflügel, Vollkornbrot, viele Gemüse, Bratkartoffeln
bis 5 Stunden	Fleischgerichte, Hülsenfrüchte, Fettfische
bis 7 Stunden	sehr fette Speisen wie Gans, fetter Schweinebraten, Ölsardinen, Aal

Kontakt



Barbara Trompeter
Ernährungsberaterin
Tel. 02921/90-1257



Familie
2022
Küche · Beratung · Spezialitäten · Veranstaltungen

Ernährungsberatung im Soest Vital

Mit I.N.A. auf Lebensmittelweltreise

Das Therapiezentrum Soest Vital hat im Frühjahr sein Angebot erweitert und hat jetzt auch die Ernährungsberatung im Programm.

Die Sport- und Fitnesskauffrau Anika Hatkemper (Foto l.) ist ein Jahr lang als Ernährungsberaterin ausgebildet worden. Zurzeit absolviert sie eine weitere Ausbildung als Ernährungstherapeutin, mit der sie ihr Fachwissen über Erkrankungen wie Diabetes, Rheuma oder Arthrose erweitert.

„Das ist dann streng genommen keine Behandlung, sondern eine präventiv ausgelegte Beratung“, betont die neue Ernährungsberaterin, denn für die Beratung mit kurativer Wirkung ist im KlinikumStadtSoest schon seit Jahren die Diplom-Oecotrophologin Barbara Trompeter zuständig. „Wir beide arbeiten seit diesem Frühjahr auf wunderbar sich ergänzende Art eng zusammen“, freut sich Anika Hatkemper auf die weiteren Herausforderungen.

Gewichtcoaching

„Mein Spezialgebiet ist momentan das Gewichtcoaching, also Empfehlungen für die richtige Balance zwischen Ernährung und Bewegung. Das passt beides wunderbar unter das Dach und in das Leistungsspektrum des Soest Vital. In meinen Gewichtcoachinggruppen kombiniere ich das Programm I.N.A., was für „Ich Nehme Ab“ steht, und das von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) entwickelt wurde, mit Bewegungs- und Fitnessübungen im Soest Vital“, beschreibt Anika Hatkemper ihre Aufgaben zum Start des Angebots im Soest Vital.

Betriebliche Gesundheitsförderung

Mit der AOK kooperiert Anika Hatkemper im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung. Diese Kurse starten in Kürze.

Im Haus im Park neben dem KlinikumStadtSoest bietet Anika Hatkemper in einer Lernküche auch Workshops für Jung und Alt an.

Hier lernen zum Beispiel Familien etwas über Lebensmittel und die richtige Verarbeitung.

Hausbesuche

Nicht allen Interessierten ist es möglich, an den Kursen und Workshops im Klinikum oder in den Räumen des Forum Familie am Markt 12 teilzunehmen. „Deshalb habe ich auch das Angebot der Beratung vor Ort im Fokus. Die Hausbesuche werden dann individuell vereinbart und auf die Bedürfnisse und Anforderungen der Kunden ausgerichtet“, erklärt die Soest-Vital-Ernährungsexpertin.

Auf Lebensmittelweltreise

Mit Kindern im Alter von fünf bis acht Jahren geht Anika Hatkemper demnächst auf eine Lebensmittelweltreise. Das Angebot dazu steht schon im Sommerprogramm des Soest Vital (siehe Seite 28/29).

Ausgewogene Ernährung

„Mein genereller Schwerpunkt ist die ausgewogene Ernährung für alle Altersgruppen und in der Eltern-Kind-Konstellation. Ich möchte dort präventiv in allen Lebensphasen wirken und entsprechendes Wissen weitergeben“, gibt Anika Hatkemper einen Ausblick.

Essen aus Handarbeit

Sehr oft muss das Interesse am Kochen, also am Selbermachen, wiedergeweckt werden: weg von Fast Food, Dosen, fertigen Gerichten und einfallsloser Tiefkühlware. „Ich bin durch diese Ausbildung selbst neugierig auf das Selberkochen und Essen aus Handarbeit geworden. Kochen ist für mich nicht mehr lästige Pflicht, sondern ein Vergnügen, das zu meinem Alltag gehört. Und es schmeckt mir viel besser!“, bekennt die frisch gebackene Ernährungsberaterin.

Am 11.6. mit dabei

Die Ernährungsberaterinnen Barbara Trompeter und Anika Hatkemper sind mit einem eigenen Info-Stand natürlich mit dabei, wenn sich am 11. Juni 2022 das Klinikum live präsentiert.



Patientensicherheit wird im neuen Skills Lab an Simulatoren geübt

Pflegeausbildung 4.0: Auf das Unerwartete vorbereitet sein

Die Albrecht-Schneider-Akademie (ASA) des KlinikumStadtSoest hat im Frühjahr 2022 ein sogenanntes Skills-Lab (Fähigkeiten-Labor) eingerichtet. Das sind drei Trainingsräume, in denen die Auszubildenden in den Pflegefachberufen an „lebensechten“ Simulatoren üben können. Die Kosten in Höhe von 469.000 Euro trug das Land im Rahmen einer Einzelförderung nach §21a Krankenhausgestaltungsgesetz NRW. Vom Fonds Digital Pakt hat die ASA schon früher profitiert und das hauseigene Netzwerk der Schule ausgebaut sowie mit Computern, Beamer, iPads etc. auf den neuesten Stand gebracht.

„Das neue Skills Lab ist einzigartig in der Region und hebt die Pflegeausbildung von einem vorher schon hohen Standard auf das Niveau 4.0 (oder höher)“, erklärt ASA-Leiter Michael Steinhoff. Die nächsten Simulationsräume dieser Art befinden sich in Bielefeld und Münster. „Die Ausbildung in der ASA erfüllt damit höchste Ansprüche und das kommt in erster Linie unseren Patienten zugute“, betont Steinhoff.

Echte Pflegesituationen werden simuliert

In Zusammenarbeit mit der norwegischen Firma Laerdal, die Vorreiter im Bereich der Simulationstechnik ist und Labore für die Ausbildung in der Krankenpflege und Schulung in der Notfallmedizin einrichtet, hat die ASA zwei Simulatoren „Nursing Anne“, den Simulator „Sim Junior“ und einen Simulator „Sim Baby“ angeschafft. Diese Simulatoren sind über ein leistungsfähiges drahtloses Netzwerk mit einem Computerraum verbunden, in dem die Ausbilder die Simulatoren so programmieren können, dass echte Pflegesituationen nachgestellt werden.

Üben im geschützten Raum

Der Vorteil: Die Auszubildenden lernen in einem geschützten Raum lebensnahe Situationen mit Patienten kennen, die ihnen in ihrem Stationsalltag begegnen können. Sie können dort ohne Angst vor Fehlern an einem Simulator üben, der lebensnah programmiert und gesteuert werden kann.

Der Simulator „Nursing Anne“

- kann die Augen öffnen und schließen
- kann atmen
- hat Puls
- hat messbaren Blutdruck
- hat Lungengeräusche
- hat Bauchgeräusche
- kann Wasser lassen und katheterisiert werden
- kann Blut abgenommen bekommen
- kann einen halbwegs gesunden bis schwer kranken Zustand simulieren
- wird in Echtzeit und Monitor überwacht
- kann (über das Mikro der Ausbilder) sprechen, husten, weinen
- kann eine hypertensive Krise simulieren: veränderter Blutdruck, Atmung etc.
- kann den Status automatisch verändern und „rutscht in die Krise hinein“
- kann einen Darmverschluss simulieren (inklusive veränderter Bauchgeräusche)
- kann Herztöne und Lungengeräusche verändern
- kann pathologische Zustände automatisch ablaufen lassen.

Die Steuerung der „Nursing Anne“ erfolgt über Ausbildungsleiter im separaten Regieraum. Die Auszubildenden sind also allein vor Ort im Krankenzimmer und so sind realitätsnahe Abläufe von Situationen im geschützten Raum trainierbar. Alle Handlungen an der „Nursing Anne“ und im Raum werden mit Deckenkameras in Bild und Ton aufgezeichnet.

[Fortsetzung >>](#)

„In der Ausbildungssituation können wir die ‚Nursing Anne‘ in verschiedenste Krankheitszustände, auch lebensbedrohliche, versetzen“, zeigt Michael Steinhoff auf, wie weit die Spanne in der Simulation gehen kann. „Die folgerichtigen Reaktionen der Auszubildenden sorgen dann aber wieder für eine Besserung des Zustands der ‚Nursing Anne‘“, beruhigt der Schulleiter. Die Simulatoren „Sim Junior“ und „Sim Baby“ können sogar mit einem Defibrillator reanimiert werden.

Wie im richtigen Leben

Die Auszubildenden werden im vorbereitenden Unterricht und umfangreichen Gesprächen auf die Situationen im Patientenzimmer mit der „Nursing Anne“ vorbereitet. „Dann erfolgen die Übungen so, wie sie auch an lebenden Patientinnen und Patienten stattfinden würden. Um das so realitätsnah wie möglich zu halten, spricht der Ausbilder über den Simulator mit den Auszubildenden und äußert sich als Reaktion auf die durchgeführten Handlungen. Wir trainieren damit auch die Kommunikation zwischen Pflegenden und Patienten“, erklärt Michael Steinhoff. Nach der Durchführung der Pflegehandlung erfolgt die Nachbereitung mit

Unterstützung der Video- und Tonaufnahmen. Im Anschluss an das sogenannte Debriefing werden die Aufnahmen wieder gelöscht.

Übungsaufgabe: Katheter legen

Eine Übung in der Ausbildung könnte sein, einen Katheter durch die Harnröhre zu legen. Das geschieht im echten Leben nicht immer so ganz ohne Probleme und deshalb ist das Training in realitätsnahen Situationen eine willkommene Alternative. Zunächst wird die „Nursing Anne“, die sich mit einem entsprechenden Unterleibsmodul auch in einen Mann verwandeln lässt, von den Auszubildenden so angesprochen, wie es im Patientenzimmer auf der Station auch geschehen würde. „Dabei wird eine angemessene und fachgerechte Kommunikation geübt, weil der Simulator ja über den Ausbilder antworten kann“, weist Michael Steinhoff auf einen weiteren Praxisbezug hin. Der Simulator könne also Schmerzen äußern oder Zustimmung beziehungsweise Ablehnung signalisieren. „Liegt der Katheter nicht richtig, läuft eine gelbe Flüssigkeit aus dem Tank im Innern der Puppe und das Bett wird nass – wie im richtigen Leben.“



Wer verbirgt sich hinter der Scheibe? Vom Regieraum aus können die Ausbilder das Geschehen mit den Simulatoren steuern und situativ anpassen.

Überall auf der Welt werden Pflegekräfte gesucht,

und der Bedarf steigt weiter. Ein Grund dafür ist die immer älter werdende Bevölkerung und man schätzt, dass in den kommenden Jahren etwa 50 Prozent aller medizinischen Ressourcen in diesem Segment aufgewendet werden müssen. Der Pflegekräftemangel ist also ein kritisches Problem – weltweit werden mindestens 10 Millionen neue Pflegekräfte benötigt, die unter anderem die Patientensicherheit garantieren können.

Eine der größten Herausforderungen bei der Verbesserung der Patientensicherheit sind die Trainingsmöglichkeiten. Gelegenheiten zum praktischen Üben in Kliniken, vor allem im Rahmen der Ausbildung von Pflegekräften, werden immer begrenzter, während gleichzeitig der Bedarf an medizinischen Fachkräften aufgrund der älter werdenden Bevölkerung ansteigt.

Aber nicht nur die Möglichkeit des Trainings ist unverzichtbar. Dieses muss auch sicher und ohne Gefahr für Patienten stattfinden können. Durch simulationsbasiertes Training können Studenten, Ärzte, Pflegekräfte und andere medizinische Fachkräfte kognitives Lernen mit praktischen Übungen kombinieren, ohne dabei Angst zu haben, an „echten“ Patienten etwas nicht sofort richtig zu machen.

Die Reduzierung von Fehlern und die Verbesserung der Patientensicherheit sind unerlässliche Elemente der Patientenversorgung, aber nicht die einzigen. Zur optimalen Patientenversorgung gehört auch das Erkennen latenter Sicherheitsrisiken, das Fördern von Teamwork und Kommunikation sowie die Gewährleistung, dass professionelle Kompetenz nicht nur gewahrt bleibt, sondern gesteigert wird.

Durch simulationsbasiertes Lernen können Schüler Erfolge und Fehler erleben und gleichzeitig in einer sicheren Umgebung das erforderliche Selbstbewusstsein entwickeln. Unter echten Pflegebedingungen steigert die Simulation vor Ort die Trainingseffizienz, weil sie die alltäglichen Protokolle, Prozesse und Ausstattung des Teams an dessen tatsächlicher Arbeitsumgebung einsetzt. Durch die Integration von seltenen Vorfällen in die Simulationen bei der Ausbildung medizinischer Fachkräfte lernen Schüler, in riskanten Situationen ruhig und präzise mit den Patienten umzugehen. Simulationsbasierte Schulung hilft dabei, Pflegekräfte umfassend auszubilden, zu trainieren und ihnen den sicheren Einstieg in die qualifizierten Pflegeberufe zu erleichtern

Zukunft mit uns...



Albrecht-Schneider-Akademie
für Pflegeberufe

Ausbildungsangebot:
Pflegefachfrau / -mann (m/w/d)
Start: 01.08. und 01.10.2022

JETZT BEWERBEN!

Leitung: Michael Steinhoff
Senator-Schwartz-Ring 8, 59494 Soest
www.asa-soest.de | 02921 90-2083 | steinhoff@asa-soest.de



Kurz berichtet



Was für ein Dankeschön! Die Familie eines jungen Patienten hat dem gesamten Team unserer Kinderklinik „Lebensretter“-Medaillen geschenkt.

Dazu gab es einen zweiseitigen Brief, in dem die Familie ausführlich ihren Dank für die erfolgreiche Behandlung zum Ausdruck bringt und die medizinische und pflegerische Versorgung im KlinikumStadtSoest lobt.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kinderklinik haben sich über dieses besondere Dankeschön-Geschenk riesig gefreut. Sie sagen auch ihrerseits „Danke“ für diese außergewöhnlich schöne Aktion und wünschen ihrem Patienten weiterhin gute Genesung sowie ihm und seiner Familie langanhaltende Gesundheit.



Die Kreißsaalführungen im KlinikumStadtSoest finden jetzt auch wieder „in echt“ statt.

Herzliche Einladung zur Kreißsaalführung

Nach pandemiebedingter Pause können nun wieder regelmäßig Kreißsaalführungen im Klinikum angeboten werden. Sie finden jeden 1. Mittwoch im Monat um 19 Uhr statt. Treffpunkt ist das Restaurant RiK's im Sockelgeschoss des Klinikums. Aufgrund der hohen Nachfrage wird zusätzlich jeden 3. Mittwoch im Monat um 19 Uhr eine Online-Kreißsaalführung per Zoom-Meeting angeboten. Anmeldungen für beide Termine nimmt das Forum Familie montags bis freitags von 9 bis 13 Uhr unter Tel. 02921 3193509 oder per E-Mail entgegen:

forumfamilie@klinikumstadtsoest.de.

Landesregierung unterstützt Klinikum mit rund 2 Millionen Euro

Gesundheitsminister Karl-Josef Laumann hat im Rahmen des Investitionsprogramms Krankenhaus-Einzelförderung am Montag, 25. April 2022, in den Räumlichkeiten der Bezirksregierung Arnsberg einen Förderbescheid über rund 2 Millionen Euro an das Klinikum der Stadt Soest übergeben.

Mit den Fördermitteln kann das Klinikum die Station für Geriatrie umbauen. Dadurch können ältere Patientinnen und Patienten in Zukunft noch besser versorgt werden. Der NRW-Gesundheitsminister erklärte: „Betagte und hochbetagte Menschen sollen in Soest die bestmögliche Versorgung erhalten. Die Landesregierung unterstützt mit der Förderung dabei gerne.“



„Wir freuen uns sehr, dass wir bei der Förderung durch das Land berücksichtigt wurden. Das zeigt, dass die hohe Versorgungsleistung unseres Hauses auch überregional anerkannt wird,“ so Christian Schug (3.v.l.), Geschäftsführer des Klinikums Stadt Soest.

Dein Klinikum live

Medizin erleben und entdecken

Unter dem Titel „Dein Klinikum live“ präsentiert sich das KlinikumStadt-Soest am Samstag, 11. Juni, von 10 bis 16 Uhr im Blauen Saal und im Innenhof des Rathauses. Es gibt jede Menge zu Erleben und zu Entdecken. Unter anderem erwartet die Besucher ein begehbare Herzmodell, das einen Blick ins Innere dieses lebenswichtigen Organs ermöglicht. Außerdem können Besucher in die Rolle eines Internisten schlüpfen und am Modell endoskopieren. Oder als Chirurg per Schlüsselloch-Chirurgie operieren. Dazu wird der Blaue Saal in Teilen zu einem kleinen OP umgebaut.

Auch viele andere Bereiche des Klinikums werden sich im historischen Rathaus an diesem Tag wiederfinden. Sogar eine kleine Zeitreise ist möglich, wenn sich die Besucher mit einem „Aging-Anzug“ in ihr älteres Ich hineinversetzen lassen, um zu erleben, welche Herausforderungen dies einmal mit sich bringt. Zudem gibt es eine Kreißsaal-Präsentation der Hebammen, einen Gesundheitspass für Kinder, Soest-Vital-Kurse, Hygiene-Checks, Erste-Hilfe- und Reanimations-Anleitungen, Ernährungsberatung, Fitdankbaby-Vorführungen, Kinderschminken und vieles mehr.

Während der gesamten Veranstaltung stehen Ärzte, Pflegekräfte und Therapeuten des Klinikums für Fragen zur Verfügung. Wer sich selbst für eine Tätigkeit im Krankenhaus interessiert, ist herzlich beim Job-Speed-

Dating willkommen. Auch die Albrecht-Schneider-Akademie für Pflegeberufe stellt sich und die Ausbildung am Klinikum vor. Natürlich ist bei „Dein Klinikum live“ das Soest Vital mit seinen Angeboten zu Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie vertreten. Ebenso das Forum Familie. Speisen und Getränke gibt es auch.

Der Eintritt ist frei.

Die Highlights im Überblick:

- Begehbare Herzmodell
- Blick in den OP
- Endoskopie-Demo
- Laparoskopie-Simulator (Schlüsselloch-Chirurgie)
- Kreißsaal-Präsentation
- Soest Vital-Kurse
- Reanimation und Erste-Hilfe
- Kindergesundheitspass
- Klinik-Clown
- Aging Anzug
- Job-Speed-Dating
- Fitdankbaby-Vorführung
- Glücksrad
- Kinderschminken
- Hygiene-Check
- Ernährungsberatung
- Experten-Gespräche

Mit dabei:

- Therapie und Präventionszentrum Soest Vital
- Albrecht-Schneider-Akademie für Pflegeberufe
- Forum Familie
- Ukraine Hilfe Soest e.V.



Dein Klinikum
live

11.06.2022
10 bis 16 Uhr

im Blauen Saal
in Soest



KlinikumStadtSoest
Das GenerationenKrankenhaus

www.klinikumstadtsoest.de

Geburtsvorbereitung

11.05. bis 15.06.2022

mittwochs, 19.00 – 21.15 Uhr

Leitung: Hebamme Eva Gerhards

Eigenanteil: 25 Euro

Rückbildung mit Baby

15.08. bis 26.09.2022

montags, 09.30 – 10.30 Uhr

Leitung: Hebamme Miriam Spielmann

Gebühr: übernimmt die Krankenkasse

fitdankbaby Kids

15.08. bis 26.09.2022

montags, 16.00 – 17.00 Uhr

Leitung: Anna-Maria Fickert

Gebühr: 85 Euro

fitdankbaby Pre

15.08. bis 26.09.2022

montags, 17.30 – 18.45 Uhr

Leitung: Anna-Maria Fickert

Gebühr: 85 Euro

fitdankbaby Maxi

16.08. bis 27.09.2022

dienstags, 09.00 – 10.15 Uhr

Leitung: Anna-Maria Fickert

Gebühr: 85 Euro

fitdankbaby Mini

16.08. bis 27.09.2022

dienstags, 10.30 – 11.45 Uhr

Leitung: Anna-Maria Fickert

Gebühr: 85 Euro

Yoga für die Körpermitte

30.07. bis 17.09.2022

(außer am 20.08./10.09.2022!)

samstags, 11.00 – 12.00 Uhr

Leitung: Steffi Günther

Gebühr: 72 Euro

Yoga für Schwangere ab 13. Woche

26.03. bis 04.06.2022

(außer am 20.08./10.09.2022!)

samstags, 12.15 – 13.15 Uhr

Leitung: Steffi Günther

Gebühr: 72 Euro

Rückbildungsgymnastik

07.06. bzw. 09.06. bis 07.07.2022 (außer am 16.06./Feiertag/am 21.06. und am 23.06.2022!)

13.09. bzw. 15.09. bis 04.10.2022

dienstags & donnerstags, 19.00 – 20.15 Uhr

Leitung: Hebamme Eva Gerhards

Gebühr: übernimmt die Krankenkasse

Kindernotfallkurs

Freitag, 12.08.2022, 19.00 – 22.00 Uhr

Montag, 12.09.2022, 19.00 – 22.00 Uhr

Leitung: Tobias Moj

Gebühr: 30 Euro p.Person / für Paare 55 Euro

Mäusetreff I (Folgetermine)

14.06. bis 12.07.2022

09.08. bis 13.09.2022

(nicht am 30.08.2022!)

dienstags 9.00 – 10.30 Uhr

Leitung: Simone Grüme

Gebühr: 50 Euro

Mäusetreff II Neuer Kurs

(Geburtsmonate Dezember bis Februar)

31.05. bis 28.06.2022

05.07. bis 23.08.2022

06.09. bis 11.10.2022

(nicht am 04.10.2022!)

18.10. bis 22.11.2022

dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr

Leitung: Simone Grüme

Gebühr: 50 Euro

Stillvorbereitungskurs für werdende Eltern

23.08. bis 30.08.2022

dienstags, 18.00 – 20.00 Uhr

Referentin: Sarah Ilbertz (Kinderkrankenschwester/Still- und Laktationsberaterin)

Gebühr: 55 Euro pro Paar

Hebammen-Sprechstunde

mittwochs von 08.00 – 14.00 Uhr

im Forum Familie

Gebühr: kostenlos

Stillsprechstunde

mittwochs von 11.00 – 13.00 Uhr

(oder nach Vereinbarung)

Gebühr: 30 Euro / Stunde

Prenatal-Pilates-Kurs

ab der 13. Woche

17.08. bis 05.10.2022

mittwochs, 8.30 – 9.30 Uhr

Leitung: Yvonne Döben

Gebühr: 79 Euro (KK zertifiziert)

Eltern-Kind-Turnen

von 10 – 18 Monaten

(für Krabblen und Laufanfänger)

17.08. bis 05.10.2022

mittwochs, 9.45 – 10.45 Uhr

Leitung: Yvonne Döben

Gebühr: 79 Euro

Eltern-Kind-Turnen

von 12 – 24 Monaten (für Läufer)

17.08. bis 05.10.2022

mittwoch, 11.00 – 12.00 Uhr

Leitung: Yvonne Döben

Gebühr: 79 Euro

Eltern-Kinder-Treff

(von 12 bis 24 Monate)

mittwochs von 10 – 12 Uhr

Leitung: Petra Hellmann

Gebühr: 3 Euro

Geburtsvorbereitung

16.08. bis 19.09.2022

24.08./31.08./07.09./14.09.

mittwochs, 19.00 – 21.15 Uhr

Leitung: Hebamme Kathi Topp

Eigenanteil: 25 Euro

Still- und Babycafé Maxis

(ab 6 Monate)

Donnerstags von 09.30 – 12.30 Uhr

Leitung: Hebamme Kathi Topp

Gebühr: 3 Euro

Geburtsvorbereitung für

Mehrgebärende

(für Frauen nach dem 1. Kind)

18.08. bis 22.09.2022

donnerstags, 18.30 – 20.00 Uhr

Leitung: Hebamme Miriam Spielmann und
Stefanie Günther (Physiotherapeutin, Pilates-
trainerin, Yoga-Lehrerin)

Eigenanteil: 25 Euro

Sprechstunde zu Geburtserfahrungen

(Termine nach Vereinbarung)

Ihre Sprechzeit | Ausgabe 2/2022

Sprechstunde für

Regulationsstörungen

(Termine nach Vereinbarung)

Still- und Babycafé Minis

(bis 6 Monate)

freitags von 09.30 – 12.30 Uhr

Leitung: Hebamme Kathi Topp

Gebühr: 3 Euro

Sprechstunde für Frauen mit Fragen

und Problemen in der

Frühschwangerschaft

freitags von 14.00 – 16.00 Uhr

oder nach Vereinbarung

Online-Beikost-Beratung

08.08.2022

Montag, 19.00 – 21.30 Uhr

Referentin: Hebamme Gunhild Schmidt

Gebühr: 20 Euro

Eltern- Gesprächskreis

05.09.2022

Montag, 20.00 – 22.00 Uhr

Referentin: Petra Hellmann

Gebühr: 15 Euro p.Person/für Paare 20 Euro



Solidarität und Hilfe für die Ukraine

Aus spontaner Unterstützung entsteht Verein mit langfristigem Engagement

Der russische Angriff auf die Ukraine hat auch im Klinikum Stadt Soest für Fassungslosigkeit gesorgt. Sofort waren die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter entschlossen, Solidarität zu zeigen und den Menschen in der Ukraine zu helfen. Binnen weniger Tage wurde eine erste Hilfslieferung zusammengestellt. Anfang März gingen vier Paletten mit medizinischen Hilfsgütern auf die Reise in ein Krankenhaus im ukrainischen Rivne. Die Lieferung enthielt unter anderem Medikamente und Infusionen, OP-Instrumente, Beatmungsprodukte, Defibrillatoren, Blutdruck-Messgeräte sowie verschiedene Einmalprodukte aus dem medizinischen Sachbedarf.

Wenig später folgte eine weitere Hilfslieferung. Durch die großartige Unterstützung seiner Lieferanten mit Sachspenden konnte das Klinikum 30 Paletten mit medizinischen Geräten und Produkten bereitstellen. Organisiert wurde der Transport von den ukrainischen Ärzten Ruslan Mamutov und Oleksandr Rudenko aus der Anästhesie des Klinikums. Sie hatten sich mit weiteren ukrainischen Mediziner in Deutschland vernetzt und gemeinsam die Lieferungen über Polen direkt an Krankenhäuser in der Ukraine koordiniert. „Uns war es

wichtig, dass die medizinischen Materialien ohne große Umwege genau dort ankommen, wo sie benötigt werden. Wir werden auch benachrichtigt, wenn alles angekommen ist“, erklärt Ruslan Mamutov.

Während die Hilfslieferungen organisiert und auf die Reise geschickt wurden, gab es immer wieder Anfragen und Angebote von weiteren Mitarbeitern des Klinikums und Soester Bürgern, die unterstützen und ebenfalls helfen bzw. spenden wollten. Damit dies transparent, nachvollziehbar und vor allem langfristig möglich wurde, hatte Ruslan Mamutov die Idee, einen Verein zu gründen. Unterstützt wurde er dabei von Marina Zaslavskaya, Assistenzärztin in der Onkologie des Klinikums, die ebenfalls ukrainische Wurzeln hat. Gemeinsam mit der Soester Kunsttherapeutin Dr. Isabelle Wenge gründeten sie Ende März den Ukraine Hilfe Soest e.V..

Ziel des Vereins ist, im engen Austausch mit Medizinern in der Ukraine genau die Dinge zu schicken, die dort wirklich gebraucht werden - und das langfristig. Denn auch wenn der Krieg hoffentlich bald ein Ende findet, werden die Menschen in der Ukraine noch eine lange Zeit auf Hilfe angewiesen sein.

Wer mehr über den Verein und seine Ziele erfahren möchte, findet alle Infos unter www.ukrainehilfe-soest.de. Wer spenden möchte, findet dort auch die Adresse des Spendenkontos.



Das Vorstandsteam des Ukraine Hilfe Soest e.V. (v.l.): Marina Zaslavskaya, Assistenzärztin in der Onkologie des Klinikums, Ruslan Mamutov, Leitender Oberarzt der Anästhesie des Klinikums, und die Soester Kunsttherapeutin Dr. Isabelle Wenge.



Wir auf einen Blick

Zentrale	(02921) 90-0	Notfallambulanz	(02921) 90-1288
Kliniken und Institute		Prävention und Therapie	
<ul style="list-style-type: none"> Allgemein-, Viszeral und Endokrine Chirurgie PD Dr. Markus Ghadimi (02921) 90-2300 Anästhesie, Intensiv- und Notfallmedizin, Schmerztherapie und Palliativmedizin Dr. Kathrin Hasemann (02921) 90-1383 Diagnostische Radiologie und Nuklearmedizin Dr. Hubert Fischer (02921) 90-1341 Gefäß- und endovaskuläre Chirurgie Dr. Saher Arour (02921) 90-2064 Geriatrische Tagesklinik Dr. Thomas Keweloh (02921) 90-2880 Gynäkologie und Geburtshilfe Senora Brustzentrum Dr. Simone Flachsenberg (02921) 90-1387 Innere Medizin und Gastroenterologie Dr. Uwe Reinhold (02921) 90-1470 Innere Medizin und Geriatrie Dr. Thomas Keweloh (02921) 90-2880 Innere Medizin und Hämatologie Onkologie Ina Bergner (02921) 90-2897 Innere Medizin und Kardiologie Prof. Dr. Achim Meißner (02921) 90-1470 Neurologie Dr. Bertram Holinka (02921) 90-1620 Kinder- und Jugendmedizin Dr. Yvonne Heidenreich (02921) 90-1433 Schmerzkllinik Dr. Karin-Janine Berger (02921) 90-1025 Strahlentherapie und Radio-Onkologie Dr. Jörg Haferanke (02921) 90-2020 Unfallchirurgie, Orthopädie und Sporttraumatologie Dr. Norbert Lösing (02921) 90-1277 		<ul style="list-style-type: none"> Soest Vital (02921) 90-1270 <ul style="list-style-type: none"> – Physiotherapie – Ergotherapie – Logopädie / Sprachtherapie – Medizinische Trainingstherapie – Reha-Sport – BG/EAP – Rückenzentrum 	
		Beratung und Begleitung	
		Ernährungsberatung (02921) 90-1926	
		Forum Familie (02921) 3193509	
		Gedächtnisambulanz (02921) 90-2880	
		Grüne Damen (02921) 90-2096	
		Palliativer Dienst (02921) 90-2575	
		Pflegeberatung und Familiäre Pflege (02921) 90-2085	
		Psychologisch-gerontologischer Dienst (02921) 90-2880	
		Seelsorge (02921) 90-1929	
		Sozialdienst (02921) 90-2089	
		Ausbildung	
		Albrecht-Schneider-Akademie für Gesundheitsberufe (asa) am KlinikumStadtSoest (02921) 90-2083	

Dein Klinikum *live*



KlinikumStadtSoest

Das Generationen Krankenhaus

www.klinikumstadtsoest.de

11.06.2022
10 bis 16 Uhr
im Blauen Saal
in Soest