



Ihre Sprechzeit

Das Gesundheitsmagazin für den Kreis Soest



*Sie liebt Herausforderungen – beruflich und privat
Neele ist Königin auf Zeit und Pflegefachfrau*

Schnelle Hilfe – kurze Wege – Medizin rund um die Uhr
Die Soester Notfallpraxis kommt ans Klinikum

Wie ein Beruf anspruchsvolle Technik und Menschen zusammenbringt
Medizinische Technologinnen in der Radiologie



Das **freundliche** Krankenhaus

Liebe Leserin, lieber Leser,

unser Leben ist oft voller Überraschungen: Wenn sie sich zu erfreulichen Ereignissen einstellen, genießen wir zum Beispiel unsere Geburtstagsfeier umso mehr. Aber es kann natürlich auch sein, dass eine Überraschung gesundheitlichen Ursprungs weniger Freude und viel mehr Sorgen bereitet. So ergeht es zum Beispiel Menschen, bei denen zufällig ein Bauchortenaneurysma entdeckt wird. Wie unsere Ärzte hier helfen konnten, lesen ab Seite 5.

Ein Fehltritt auf der Treppe kann ebenfalls nicht erwartete und überraschende Folgen haben und bedeuten, dass der Sommer im Rollstuhl verbracht werden muss. Erfahren hat das ein Hausarzt aus Soest – seine Geschichte lesen Sie ab Seite 9.

Ein freudiges Ereignis ist immer ein Jubiläum, das per se der Nachweis eines langjährigen Engagements ist. Unsere Grünen Damen investieren seit gut 40 Jahren ihre Zeit für einen Dienst an kran-

ken Menschen. Wie dieser für uns als unverzichtbar geltende Einsatz in unserem Klinikum aussieht, lesen Sie ab der Seite 16.

Manchmal sind nur kleine Änderungen notwendig, um eine große Wirkung zu erzielen und Wertschätzung auszudrücken. Die Berufsbezeichnung der früheren „MTRA“ wurde geändert in „MTR“ – damit sind die ehemaligen Medizinisch-Technischen-Radiologie-Assistentinnen jetzt neu als Medizinische Technologinnen in der Radiologie in ihrem Beruf tätig. Was das bedeutet und welche Perspektiven damit verbunden sind, lesen Sie ab der Seite 13.

Wenn im Dezember dieses Jahres die Notfallpraxis der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen Lippe (KVWL) vom Rigaring zu uns an den Senator-Schwartz-Ring umzieht, wird die Versorgung der medizinischen Notfälle im Kreis Soest weiter verbessert. Lesen Sie dazu den kurzen Bericht auf Seite 4.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Ihr

Dr. Norbert Lösing

Ärztlicher Direktor des KlinikumStadtSoest



Dr. med. Norbert Lösing
Ärztlicher Direktor

Inhalt

- | | | | |
|----|--|----|---|
| 03 | Editorial | 20 | Ganz einfach fit beim Spaziergang werden |
| 04 | Die Soester Notfallpraxis der KVWL kommt im Dezember ans Klinikum | 23 | Neele ist Königin auf Zeit und Pflegefachfrau aus Überzeugung |
| 05 | Ein Aneurysma an der Bauchschlagader ist wie eine tickende Zeitbombe | 24 | 150 Operationen mit Erstdiagnose Brustkrebs im Jahr 2022 |
| 09 | Nach Treppensturz erlebte der Hausarzt einen Sommer im Rollstuhl | 26 | Kurz berichtet |
| 13 | Medizinische Technologinnen in der Radiologie statt „nur“ Assistentinnen | 28 | 13 von 15 Pflegefachkräften werden im Klinikum übernommen |
| 16 | Raus aus dem Gedankenkarussell und den Sorgen um die Gesundheit | 29 | Klinikum startet Vier-Tage-Woche im Pflegedienst |
| | | 31 | Das Programm im Soest Vital ab Oktober 2023 |
| | | 32 | Auf einen Blick |

Impressum & Lesehinweis:

Herausgeber: KlinikumStadtSoest gGmbH, Senator-Schwartz-Ring 8, 59494 Soest **Redaktion:** Frank Beilenhoff, Johannes Vehring, Geneveva Perdigão, Thomas Meier-Vehring (V. i. S. d. P.), Mobil 0171 3196250, **Fotos:** Thomas Meier-Vehring & tmv-kommunikation, KlinikumStadtSoest, **Grafiken:** Siemens Healthcare GmbH, Erlangen

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.

Schnelle Hilfe – kurze Wege – Medizin rund um die Uhr

Die Soester Notfallpraxis der KVWL kommt im Dezember ans Klinikum

Die Notfallpraxis der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe (KVWL) zieht zum Jahreswechsel vom derzeitigen Standort am Rigaring in das KlinikumStadtSoest am Senator-Schwartz-Ring um. In einer Versammlung im Frühjahr 2023 entschieden sich die an der Notfallversorgung teilnehmenden niedergelassenen Ärztinnen und Ärzte für den Umzug, der für alle Beteiligten enorme Vorteile bringen wird.

„Durch den Klinikbetrieb im Hintergrund können sich die Notfallmediziner im Ernstfall darauf verlassen, dass rund um die Uhr die Expertise klinikinterner Fachleute zur Verfügung steht“, verspricht Dr. Norbert Lösing als Ärztliche Direktor des Klinikums. Das betreffe im Notfall beispielsweise den Bereich der radiologischen Diagnostik, im kinderärztlichen Notfall die Fachkompetenz der Klinikärztinnen in der Pädiatrie oder bei Problemen in der Schwangerschaft die Bereitschaft der Geburtshelfer sowie in allen anderen Notfällen sämtliche chirurgischen und internistischen Disziplinen des Hauses.

Barrierefreier Zugang und 200 Parkplätze

Darüber hinaus profitieren die Patienten zukünftig vom barrierefreien Zugang in die modern ausgestatteten Behandlungsräume der KVWL-Notfallpraxis am Klinikum.

Das Krankenhaus wird dafür einen größeren Bereich in der Nähe der eigenen Zentralen Notaufnahme umbauen. Zudem wird es keine Probleme mit Parkplätzen (mehr) geben: Mehr als 200 Stellplätze und eine gute ÖPNV-Anbindung kann das Klinikum schon heute bieten. In den großzügigen und hell gestalteten Wartezonen haben Patienten und Eltern mit ihren Kindern viel Platz. Ein digitales Aufrufsystem sorgt für die Einhaltung der Reihenfolge in den Behandlungen, die in klimatisierten Räumen stattfinden werden. Zur Absicherung der Diagnosen stehen die Radiologie und ein Labor vor Ort rund um die Uhr bereit. Eine eventuell notwendige weitere Versorgung im stationären Bereich ist in allen Kliniken, angefangen von der Geburtshilfe über die Kinderheilkunde bis zur Altersmedizin, möglich.

Klinikum ist größter Notfallversorger im Kreis Soest

Das Klinikum ist schon heute der größte Notfallversorger im Kreis Soest und verfügt über eine Chest-Pain-Unit (akute Brustschmerzen) und eine Stroke Unit (Schlaganfall-Station), ist im Traumazentrum NordWest als eigenständiges regionales Trauma-Zentrum (Versorgung nach Unfällen) anerkannt und hat die Lizenz zur berufsgenossenschaftlichen Behandlung bei Arbeits-, Wege- und Schulunfällen (Verletzungsartenverfahren). Damit erfüllt das Klinikum bereits im Sommer 2023 als eines von wenigen Krankenhäusern die Voraussetzungen für eine Level-2-Versorgung gemäß der bundesweiten Krankenhausreform.



Sektorenübergreifendes Notfallzentrum auf über 1.000 Quadratmetern Fläche - Neubau...



Hausarzt Wim Daelman verhinderte eine mögliche Katastrophe

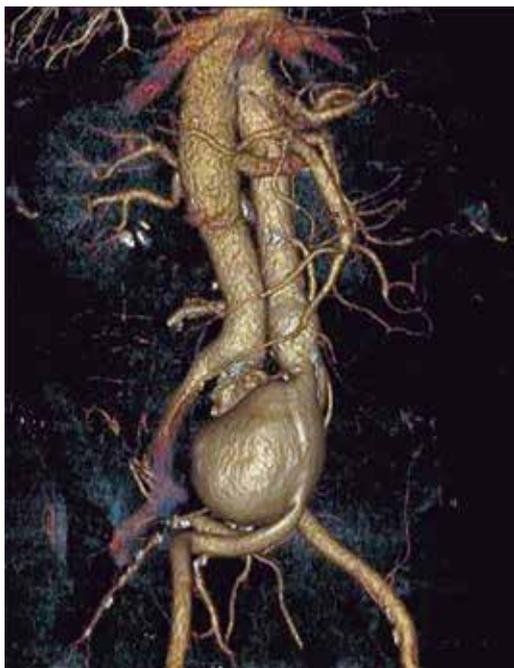
Ein Aneurysma an der Bauchschiagader ist wie eine tickende Zeitbombe

Was hatten Albert Einstein und der Welperaner Horst Grenzheuser gemeinsam? Beide litten unter einem sogenannten Aneurysma. Albert Einstein wusste schon länger um seine Gefäßerkrankung, der 63 Jahre alte, sportlich aktive und kurz vor der Rente stehende ehemalige Vertriebsleiter Horst Grenzheuser wurde aber von auftretenden Symptomen und der Diagnose im KlinikumStadtSoest überrascht.

Er fühlte sich plötzlich schlapp und klagte ungewohnter Weise über Schmerzen. Albert Einstein kümmerte das Risiko der tickenden Zeitbombe in seinem Bauch damals nicht weiter, er verweigerte eine entsprechende Behandlung und starb schließlich daran. Bei Horst Grenzheuser lagen die Dinge und Umstände im Mai 2023 zum Glück anders.

Geräusche in der Hüftvene

Seit Tagen plagten ihn Schmerzen im Hüft- und Oberschenkelbereich, und plötzlich kamen



Das ist das Beckenaneurysma von Horst Grenzheuser im 3-D-CTA-Bild. Es wird deutlich sichtbar, dass die beiden Gefäßsysteme an einer Fistel zusammengewachsen sind.

Kreislaufprobleme und ein schlechter Allgemeinzustand hinzu, der sich nur in liegender Position verbesserte. Dem Ehepaar Grenzheuser wurde klar, dass hier ein Unheil bevorstehen könnte. Der Welperaner Hausarzt Wim Daelman wurde gerufen und er erkannte die brenzlige Situation sofort. Zur Sicherheit hörte er mit seinem Stethoskop verschiedene Bereiche des Bauches ab. In der Hüftvene bemerkte er Geräusche, die da normalerweise nicht hingehörten. Sein Verdacht: Eine Aussackung an der Bauchschiagader (Aneurysma) mit akuter Gefahr, dass das wichtige blutreiche Gefäß platzt. Er rief einen Krankenwagen des Soester Rettungsdienstes und ordnete die sofortige Einweisung ins KlinikumStadtSoest an.

Im Klinikum wurde Horst Grenzheuser in der Zentralen Notaufnahme sofort von den Gefäßexperten Yasser Hasson und Ilir Mançe empfangen. Die leitenden Oberärzte der Gefäßchirurgie führten eine Ultraschalluntersuchung des Bauchraumes sowie eine computertomographische Angiographie (CTA) der betroffenen Gefäße durch und hatten schnell Gewissheit: „Wir sahen eine große Aussackung der Beckenschiagader und entdeckten eine Fistel zur daneben liegenden Vene, die beide Gefäße aneinanderknüpfte. Im Bereich der Fistel musste es wohl zu einem Bruch der Beckengefäßwand gekommen sein, sodass sich die beiden Blutkreisläufe miteinander vermischten. Das hat den Druck in der Vene erhöht und gleichzeitig zur Überbelastung des Herz- und Nierenbereichs geführt“, berichtet Yasser Hasson. Der Patient habe großes Glück gehabt, weil das Gefäß nicht an andere Stelle gerissen sei. Das dann in den Bauchraum austretende Blut hätte innerhalb weniger Minuten zum Tode führen können.

Erfahrung aus gemeinsamer Zusammenarbeit in einem Aortenzentrum

„Uns blieb durch die Verbindung der beiden Gefäße etwas Zeit, sodass Horst Grenzheuser zur Stabilisierung zunächst auf die Intensivsta-

Kontakt



Yasser Hasson
Ltd. Oberarzt
Tel. 02921/90-2064



Ilir Mançe
Ltd. Oberarzt
Tel. 02921/90-2064

Fortsetzung >>

Was ist ein Bauchaortenaneurysma?

Bauchaortenaneurysmen haben unterschiedliche Ursachen. Die mit Abstand häufigste Ursache ist Arteriosklerose, die umgangssprachlich als Arterienverkalkung bezeichnet wird. Arteriosklerose greift die Innenwände der Blutbahnen an. Durch Ablagerungen, vor allem von Fett, kommt es zu einer chronischen Entzündung der Gefäßwände, sie verlieren an Elastizität. Durch den Druck des durchfließenden Blutes können dann Aussackungen im Gefäß entstehen.

Ein Bauchaortenaneurysma kann lebenslang existieren – und harmlos bleiben. Akute Lebensgefahr hingegen besteht, wenn das Aneurysma reißt. Unsere Schlagadern sind durch den ständig pulsierenden Blutfluss einer hohen Belastung ausgesetzt. Schwächer werdende Gefäßwände, Bluthochdruck oder Stoffwechselerkrankungen können eine krankhafte ballonartige Aussackung, ein sogenanntes Aneurysma, zur Folge haben. In 95 Prozent der Fälle ist dabei die Bauchschlagader betroffen, die knapp oberhalb des Bauchnabels beginnt. Von einem Bauchaortenaneurysma spricht man, wenn die Bauchschlagader auf mehr als drei Zentimeter erweitert ist. Die Erkrankung kommt familiär gehäuft vor, Männer sind von einem Aneurysma neun Mal häufiger betroffen als Frauen – besonders wenn sie rauchen und über 65 Jahre sind.

Häufigste Ursache

Bei einem Aneurysma in den Beckenarterien wird die Arteriosklerose als häufigste Ursache angesehen. Häufig treten Aneurysmen im Beckenbereich parallel mit Aneurysmen in den Kniekehlenarterien auf. Häufigste Komplikationen sind hier Gefäßwandrisse oder Embolien. Bei einem Gefäßwandriss verspürt man starke Schmerzen im Unterbauch. Meist werden Aneurysmen im Beckenbereich durch Zufall bei einer aus anderen Gründen durchgeführten Angiographie entdeckt. Bei der körperlichen Untersuchung sind größere Aneurysmen mitunter als pulsierende Schwellungen tastbar. Ein charakteristischer Hinweis ist zudem ein zischendes Geräusch (Bruit) beim Abhören mit dem Stethoskop. Dieses Geräusch entsteht, wenn das Blut in die Aussackung der Bauchaorta strömt.

Entdeckt per Ultraschall

Per Ultraschall-Screening lassen sich Aneurysmen der Bauchaorta bereits im Frühstadium aufspüren. Bei Frauen wird ein operativer Eingriff ab einem Durchmesser des Bauchaortenaneurysmas von fünf Zentimetern durchgeführt. In den meisten Fällen wird minimalinvasiv operiert. Der Chirurg setzt über einen Katheter einen Stent ein, eine Art Mantel, der die erweiterte Aorta von innen auskleidet. Nach dem Eingriff müssen die Patienten regelmäßig mittels CT oder Ultraschall nachuntersucht werden.

Wann platzt ein Aortenaneurysma?

Die meisten Bauchaortenaneurysmen bleiben klein und damit meist harmlos – und sie verursachen oft nicht einmal Beschwerden. Wenn die Bauchschlagader aber reißt, ist das ein lebensbedrohlicher medizinischer Notfall. Und wann platzt ein Aortenaneurysma? Das lässt sich leider nicht genau vorhersagen. Ab einem Durchmesser von ungefähr fünf Zentimeter besteht ein deutlich erhöhtes Risiko dafür, dass das Aneurysma reißt und damit lebensbedrohlich wird. Das Risiko für eine solche Ruptur steigt zudem mit zunehmendem Alter. Außerdem erhöhen beispielsweise Arteriosklerose, Bluthochdruck oder Rauchen das Risiko ganz erheblich.

Akute Bauchaortenaneurysmen sind ein lebensbedrohlicher medizinischer Notfall. Die Sterberate wird mit etwa 90 Prozent angegeben. Und auch wenn die Patienten noch lebend ein Krankenhaus erreichen, ist die Prognose schlecht. Laut einer deutschen Studie von 2017 sterben selbst bei einer schnellen Operation 39 Prozent der Männer, die wegen einer Ruptur operiert werden. Bei Frauen lag der Anteil der tödlich verlaufenden Risse mit 48 Prozent noch höher.

Früherkennung von Bauchaortenaneurysmen

Bauchaortenaneurysmen lassen sich per Ultraschalluntersuchung beim Hausarzt oder Angiologen (Gefäßmediziner) leicht früh erkennen. Insofern erscheint eine Früherkennung sinnvoll. Andererseits hat ein früh erkanntes Bauchaortenaneurysma auch Nachteile. Denn das Wissen um die Diagnose kann psychisch stark belasten. Gleichzeitig sind die meisten Aneurysmen harmlos. Mitunter führt das Wissen um die Diagnose dazu, dass operiert wird. Der Eingriff aber bringt Risiken mit sich, die viele Menschen ohne das Wissen um die Diagnose nicht auf sich nehmen würden.

Vorbeugung

Bauchaortenaneurysmen lässt sich nicht zuverlässig vorbeugen. Das Risiko aber lässt sich deutlich senken, indem Sie herzgesund leben und Risikofaktoren die Erkrankungen des metabolischen Syndroms (Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, insbesondere erhöhte Cholesterinwerte) meiden.

Wer zu den Risikogruppen zählt, sollte sich regelmäßig ärztlich untersuchen lassen. Und wenn bereits ein Bauchaortenaneurysma festgestellt wurde, sollte man sich unbedingt an das mit den Ärzten vereinbarte Vorgehen halten.



Die Leitenden Oberärzte Yasser Hasson (r.) und Ilir Mançe sind die Klinikum-Experten im Einsatz von Stentprothesen. Das Modell zeigt, wie eine moderne Kunststoffprothese in ein Bauchaortenaneurysma eingesetzt wird.



Horst Grenzheuser geht es kurz nach der erfolgreichen Operation wieder gut. Voller Optimismus machen er und seine Frau jetzt Pläne für die gemeinsame Zukunft als Rentner.

tion verlegt wurde. Am Folgetag führten wir die geplante Operation komplikationslos durch“, schildert Ilir Mançe die Situation, „denn ein solcher Befund ist auch in der Gefäßchirurgie sehr selten.“ Bei der realistischen Einschätzung der Erfolgsaussichten einer solchen Operation half ihnen ihre Expertise, die sie durch die langjährige gemeinsame Tätigkeit in einem Aortenzentrum erworben haben.

Anspruchsvolle Operation

„Wir haben am 16. Mai den Bauchraum geöffnet, einen Bypass zwischen Bauchschlagader und beiden Beckenschlagadern eingesetzt und gleichzeitig den Venenbereich an der Fistel geschlossen, sodass beide Kreisläufe wieder getrennt waren“, erklärt der Leitende Oberarzt Yasser Hasson mit wenigen Worten eine OP, die sehr anspruchsvoll war und etwas länger als vergleichbare Eingriffe an der Bauchschlagader gedauert hat.

Einen sehr guten Hausarzt und sehr viel Glück gehabt

„Mir ging es nach der OP sofort besser, alle Symptome vom Herz bis zur Niere waren verschwunden und die Rückkehr der alten Kraft war sofort spürbar“, schildert Horst Grenzheuser seinen Zustand wenige Tage nach dem Einsatz der Prothese. „Ich hatte wohl sehr viel Glück in diesem Moment und einen Hausarzt, der mein gesundheitliches Dilemma sofort

richtig erkannt und eingeordnet hat“, freut sich der 63-Jährige. Über die Ursache, warum ausgerechnet die Gefäße bei ihm zusammengewachsen waren, kann allerdings nur spekuliert werden. „Ich hatte vor 18 Jahren einen Motorradunfall und dabei vielleicht auch innere Verletzungen, die damals nicht sofort erkannt wurden“, erklärt sich der ehemalige Vertriebsleiter, wie es zur Fistel zwischen den Gefäßen gekommen sein könnte.

Optimistisch in die Zukunft

Gut drei Wochen nach der OP sieht man dem ehemals sportlich aktiven Rentner diese schwere Erkrankung nicht mehr an. „Ich freue mich jetzt auf die Zeit mit meiner Frau, meinen Enkeln, Freunden und mit meinen Hobbys, zu denen nach wie vor Tennis und Volleyball gehören“, blickt Horst Grenzheuser optimistisch in die Zukunft.



Die Teams im Klinikum halfen Dr. Clemens Briefs wieder auf die Beine

Nach Treppensturz erlebte der Hausarzt einen Sommer im Rollstuhl

Dr. Clemens Briefs ist 78 Jahre alt, war vormals niedergelassener Arzt für Allgemeinmedizin in Soest und ist heute einmal pro Woche in der Praxis eines befreundeten Mediziners tätig. Er macht Hausbesuche bei Patienten und in Altenheimen. Unvorhersehbar und überraschend landete er aber Anfang Mai selbst als Patient im Krankenhaus.

„Ich bin am 6.5.23 auf der Treppe beim Hinausgehen gestürzt und habe sofort gespürt, dass ich mich beim Sturz massiv verletzt haben muss. Das linke Bein schmerzte und mein Knie tat höllisch weh. Ich ahnte sofort, dass die Quadrizepssehne, das ist der sogenannte Kniestrecker, betroffen sein könnte“, war dem erfahrenen Mediziner in Selbstdiagnose ziemlich schnell klar.

Verletzungen des Kniestreckers entstehen, wenn versucht wird, das Knie trotz eines Hindernisses zu strecken. Bei solchen Verletzungen kann die Sehne, die den Hauptmuskel im Oberschenkel (Quadrizepsmuskel) mit der Kniescheibe (Patella) verbindet, oder die Sehne, die die Kniescheibe mit dem Schienbein verbindet, reißen. Dabei kann auch die Kniescheibe oder das obere Ende des Schienbeins brechen. Bei einer gesunden Person treten Kniestreckerverletzungen nur bei erheblicher Krafteinwirkung auf, beispielsweise bei einem Sprung aus einer Höhe oder bei einem Autounfall mit hoher Geschwindigkeit.

Mitunter können jedoch bestimmte Umstände vorliegen, durch die sich die Gefahr solcher Verletzungen erhöht. Dazu gehört unter anderem ein fortgeschrittenes Alter und folgende Erkrankungen: Osteoarthritis (Gelenkerkrankung), Diabetes mellitus, Adipositas (Fettleibigkeit) Hyperparathyreoidismus (Überfunktion der Nebenschilddrüsen) oder eine Polyneuropathie (die Fehlfunktion

vieler Nerven). Auch die Verwendung von Anabolika und die Einnahme bestimmter Medikamente (zum Beispiel Kortikosteroide oder Fluorchinolon-Antibiotika) können den Sehnenriss schon bei geringer Belastung auslösen.

In solchen Fällen kann es bereits beim Stolpern auf der Treppe oder beim Gehen zu einer Knieverletzung kommen. Bei gesunden Menschen sind die Sehnen so stark, dass häufig erst die Kniescheibe bricht, bevor die Sehne reißt. Die Quadrizepssehne ist hingegen besonders bei älteren Menschen häufiger verletzt als die Patellasehne (Kniescheibensehne).

„Das war einfach Pech. Beim Treppensteigen habe ich das Gleichgewicht verloren und dann ist es passiert. Als ich kaum mehr aufstehen konnte und mein Bein unbeweglich war, rief meine Frau sofort den Krankenwagen. Und ich kam in die Notfallambulanz des Marienkrankenhauses“, blickt Dr. Briefs zurück.

Bei der Aufnahmeuntersuchung in der Zentralen Notaufnahme kam es bei ihm zu einer plötzlichen Absenkung des Blutdrucks, sodass er zunächst gut 48 Stunden internistisch überwacht wurde. „Danach wurde ich in die unfallchirurgische Klinik verlegt und am 10. Mai, also vier Tage nach dem Sturz wurde ich das erste Mal operiert“, schildert der pensionierte Hausarzt das weitere Geschehen. Nachdem die Sehne zunächst erfolgreich wieder „angeschlossen“ war, begann unmittelbar die postoperative Krankengymnastik. „Am dritten Tag nach der OP muss ich wohl versehentlich für eine Fehlstellung des Beines gesorgt haben, denn die Sehne riss während der Physiotherapie erneut. In einer zweiten Operation im Marienkrankenhaus konnte auch dieser Schaden behoben werden“, beschreibt Dr. Briefs einen zunächst unerwartet unglücklichen Verlauf in der Behandlung seines Sehnenrisses.

Kontakt



Dr. Thomas Keweloh
Chefarzt Geriatrie
Tel. 02921/90-2880



Mit Physiotherapeut Benjamin Sikowski übt Dr. Clemens Briefs jeden Tag das Gehen auf der etwas unebenen „Trainingsstrecke“ vor seinem Patientenzimmer. Was auf den glatten Flurböden schon nahezu mühelos gelingt, erfordert draußen schon etwas mehr Konzentration. Die Vielseitigkeit der Übungen ist Programm der geriatrischen Komplexbehandlung im KlinikumStadtSoest.

Vom Marienkrankenhaus ins KlinikumStadtSoest

Anschließend ging es zur dreiwöchigen geriatrischen Komplexbehandlung in die Geriatrie des KlinikumStadtSoest. Eine spezielle Schiene verhindert nun, dass das Bein überstreckt wird. Vor der Entlassung in die Reha nach Bad Sassendorf bekommt Dr. Clemens Briefs eine neue Schiene, die eine Beugung des Knies bis zu einem 30-Grad-Winkel zulässt. Nach vier Wochen wird die dritte Schiene das Bein und damit die Sehne darauf vorbereiten, Schritt für Schritt in einem 60-Grad-Winkel gebeugt zu werden. Weitere vier Wochen später kommt dann die 90-Grad-Schiene zu Einsatz. „Das bedeutet, dass ich mich mindestens bis Oktober dieses Jahres nur mit Rollstuhl oder

Rollator fortbewegen kann. Autofahren sitzt noch lange nicht drin, aber meine Frau kann mich fahren“, äußert sich Dr. Briefs verhalten optimistisch. Ob er dann wieder auf die Tour zu Hausbesuchen gehen beziehungsweise rollen kann, wird sich zeigen. „Der Muskel und alle Funktionen müssen langsam wieder aufgebaut werden. Das kann im Alter sicher auch etwas länger dauern. Bei konsequent durchgeführter Primär- und Nachbehandlung ist die Prognose aber günstig, meist kann die vollständige Wiederherstellung der Funktion des Streckapparates erzielt werden. Eine belastungsfähige Situation ist allerdings erst in zehn bis zwölf Wochen nach der OP zu erwarten.“ Dr. Clemens Briefs vermisst bereits den Kontakt zu den Menschen, denen er als Arzt zur Seite stehen kann. Derweil widmet er sich seinem Hobby Modellbau und wird die kommenden Konzerte im Konzerthaus Dortmund genießen.

Von den Teams im Klinikum begeistert

„Ich war zunächst skeptisch, als es hieß, dass die geriatrische Komplexbehandlung im KlinikumStadtSoest stattfinden wird. Mein Bild vom Klinikum war nicht das allerbeste. Aber jetzt bin ich mehr als überzeugt von dem, was die Menschen in Medizin, Pflege und Therapie hier jeden Tag leisten. Man spürt diesen besonderen Spirit erfolgreicher Teams und das gibt einem als Patient ein sehr gutes und beruhigendes Gefühl“, lobt der Soester Hausarzt im (Un-)Ruhestand die Teams, die ihm im wahrsten Sinne des Wortes wieder auf die Beine geholfen haben.



Die Muskeln des lädierten linken Beines werden auf der vibrierenden Rüttelplatte schonend trainiert - möglichst jeden Tag ein paar Minuten.

Vorhandene Fähigkeiten durch Aktivierung fördern

„Für die speziellen Bedürfnisse unserer älteren Patienten haben wir die Klinik für Innere Medizin und Geriatrie zu einem Zentrum für Altersmedizin erweitert. Sollte sich im Rahmen der Untersuchung ein Bedarf für eine weitergehende Therapie ergeben, so kann mit dieser sofort hier auf der Geriatrischen Station begonnen werden. Diese frührehabilitative Geriatrische Komplextherapie wird individuell und speziell auf die Bedürfnisse der Patienten vom Therapeutischen Team abgestimmt und regelmäßig auf Fortschritte und Probleme überprüft. Dabei gilt es, die vorhandenen Fähigkeiten durch Aktivierung zu fördern sowie Einschränkungen mit speziellen Techniken und dem Gebrauch von Hilfsmitteln zu kompensieren. Rehabilitation geht dabei vor Pflege“, beschreibt Geriatrie-Chefarzt Dr. Thomas Keweloh die Arbeit in seiner Klinik.

Selbstständige Durchführung

Aktivitäten wie das selbstständige Essen, der Gang ins Bad oder das Ankleiden müssen nicht mit der Hektik in der Arbeitswelt umgesetzt werden. Wichtig ist den Teams die selbstständige Durchführung und nicht die Schnelligkeit und Perfektion der Umsetzung.

Was können Patienten tun?

„Lassen Sie sich auf unser geriatrisches Konzept ein. Die Wiedererlangung der Autonomie und die verminderte Abhängigkeit von fremder Hilfe sind nur durch eigene Übung und Training zu erreichen“, appelliert Chefarzt Dr. Thomas Keweloh. Denn: Die Übernahme von Handreichungen und das fehlende Zutrauen in die Fähigkeiten seien das Tor zur Pflegebedürftigkeit. „Unsere Patienten haben genug Lebenserfahrung, um eigene Wege weiter zu gehen, wir unterstützen Sie gerne dabei“, bringt Dr. Keweloh das Credo in der Geriatrie auf den Punkt.

Das Zentrum für Altersmedizin gliedert sich in die Bereiche Geriatrie, Alterstraumatologie und die rehabilitative Geriatrie sowie die palliative Geriatrie. Die Gesundung wird von dem Therapeutischen Team, bestehend aus Ärzten, Ergotherapeuten, Physiotherapeuten, Logopädinnen, Gerontologen, Sozialarbeitern und Pflegenden unterstützend begleitet. Denn das Erkennen von Einschränkungen und Potentialen bei älteren Patienten ist eine multiprofessionelle Aufgabe.

Nach einem weltweit anerkannten und etablierten System werden zunächst Untersuchungen zur physischen, psychischen und sozialen Gesundheit der Patienten durchgeführt, das sogenannte Geriatrische Basis-Assessment. Bei Bedarf kann dann noch eine individualisierte und spezifische Untersuchung erfolgen.



Respekt vor allen medizinischen Fragestellungen und keine Angst vor moderner Technik in der Radiologie: Christin Schulte (L.) und Tonja Baumgarten sind die leitenden Technologinnen am Institut für Diagnostische Radiologie im KlinikumStadtSoest.

Wie ein Beruf anspruchsvolle Technik und Menschen zusammenbringt

Medizinische Technologinnen in der Radiologie statt „nur“ Assistentinnen

Eine Medizinische Technologin für Radiologie (MTR) muss sehr viel mehr können, als nur dafür zu sorgen, dass die Patienten auf dem Röntgentisch liegen. Es braucht schon einiges an Menschenkenntnis und Einfühlungsvermögen, wenn bei Untersuchungen – zum Beispiel auf Krebsbefall – die Patienten verständlicherweise große Angst vor dem Ergebnis haben.

„So eine Krebsdiagnose stellt das Leben immer auf den Kopf. Die Radiologen gehören unter Umständen dann zu den ersten, die hier entweder Trost und Zuversicht geben, oder die Freude und Erleichterung bei negativen Befunden mit den Patienten teilen“, sagt Dr. Hubert Fischer, Chefarzt des Instituts für Diagnostische Radiologie im KlinikumStadtSoest.

„Das ‚A‘ hinter unserer Berufsbezeichnung wurde zum Jahreswechsel 2022-23 ersatzlos gestrichen, denn wir sind schon lange Technologinnen und nicht nur Assistentinnen“, betont Tonja Baumgarten, leitende Technologin in der Diagnostischen Radiologie. „Damit steigt die Wertigkeit des Berufs und die Umbenennung wird der langjährigen Aufgabenstellung und Leistung gerecht. Nicht mehr nur ‚Assistentin‘, also Anweisungen folgend, sondern selbstständig arbeitend und handelnd“, ergänzt Radiologie-Chefarzt Dr. Hubert Fischer. Die Bezeichnung Technologin bedeute, dass ein umfangreiches eigenes Spezialwissen vorliegt und dass nicht nur assistiert wird, was ja tatsächlich seit langer Zeit auch schon so sei. „Die MTR müssen sowohl verschiedene Krankheitsbilder in allen Körperregionen kennen und verstehen, vor allem in den Dimensionen der Bildgebung, als auch mit Menschen aller Altersgruppen und Krankheitsgraden umgehen können“, sagt Chefarzt Dr. Fischer. „Das kann insbesondere bei akut traumatisierten Patienten und in der Notfalldiagnostik eine starke Belastung sein“, erklärt Christin Schulte, stellvertretende MTR-Leiterin, warum ihr gerade

die unterschiedlichen Herausforderungen in ihrem Beruf gefallen. „Ich bin seit 25 Jahren in der Radiologie und liebe diesen Beruf, weil er anspruchsvolle Technik und den Menschen zusammenbringt“, unterstreicht Tonja Baumgarten.

Konventionelles Röntgen ist und bleibt anspruchsvolle Einstell-Technik

Modernste Technik wird demnächst auch in der Radiologie des Klinikums installiert. „Im Sommer wird in unserer Abteilung für Radiologie ein neuer Bucky-Tisch mit einer KI-Steuerung und 3-D-Kamera eingebaut“, freut sich Dr. Hubert Fischer über den technischen Fortschritt. Das 3-D-Element erkennt die Körpergrenzen des Patienten und berechnet aus der Volumenbestimmung die richtige Röntgendosis. „Die Strahlenbelastung wird dadurch optimiert und auf das Minimum reduziert. Um das zu erreichen, brauchten die Technologinnen früher viel Erfahrung. Heute hilft ihnen dabei eine künstliche Intelligenz“, ergänzt der Chefarzt. Das konventionelle Röntgen werde dennoch immer für die MTR eine anspruchsvolle Einstell-Technik bleiben.

KI in der Teleradiologie im Einsatz

Die MTR des Klinikums sind gut vorbereitet auf den Fortschritt und arbeiten schon seit längerer Zeit intensiver mit den Möglichkeiten der Künstlichen Intelligenz in der Radiologie. „Wenn man allerdings keine Nähe zur Technik hat, wird es in unserem Beruf schwierig. Das bedeutet auch, sich immer wieder neu dem technologischen Fortschritt zu widmen. In den personell nicht so stark besetzten Nachtdiensten bedienen wir uns zum Beispiel schon der Teleradiologie, die uns die Zusammenarbeit mit überregional tätigen Radiologen ermöglicht. Dazu senden wir die von uns gemachten Röntgenbilder über eine zertifizierte Datenstrecke an einen Server, von dem aus Teleradiologen unverzüglich Einblick nehmen und mit den Klinikern entscheidende Informationen austauschen können“, erklärt Tonja Baumgarten.

Kontakt



Dr. Hubert Fischer
Chefarzt
Tel. 02921/90-1873

Ausbildung im Beruf mit Zukunft

Christin Schulte ist seit 30 Jahren in der Radiologie des Klinikums und wohnt in Soest. Sie besitzt einen Praxisanleiterschein, der ihr die Ausbildung des Technoginnen-Nachwuchses im Institut für Diagnostische Radiologie im KlinikumStadtSoest erlaubt. „MTR sind keine Krankenschwestern, geben aber bei den Untersuchungen auch Medikamente oder legen venöse Zugänge, wenn ein Arzt das anweist. Die Ausbildung ist heute ganz anders geworden. Wer Interesse hat am Beruf der Medizinischen Technogin für Radiologie – so der neue Titel seit dem 1. Januar 2023 – bewirbt sich direkt beim Krankenhaus und nicht mehr wie früher bei den Schulen, die dann wohnortnahe Praktikumsplätze vermittelt. Wir kooperieren mit der neuen MTR-Schule in Neheim, die für die Schülerinnen und Schüler in der Radiologieausbildung dann so etwas wie eine Berufsschule ist. Im September begrüßen wir eine neue Auszubildende in unserem Institut“, freut sich die erfahrene MTR.

Studium in Aussicht

In anderen Ländern ist die MTR-Ausbildung schon ein universitärer Studiengang, aber so weit ist man in Deutschland noch längst nicht

überall. „In unserer Arbeit spielt die Lebenserfahrung eine große Rolle. Damit ist er vielleicht und gerade auch für Bewerberinnen aus Pflegeberufen interessant, die ihrem Berufsleben diese interessante Facette geben möchten“, wirbt Tonja Baumgarten. Zwei Technologinnen aus ihrem Team haben für ihre Abschlussarbeiten in der Ausbildung den bedeutenden und namhaften „Marie-Kundt-Preis“ verliehen bekommen. „Diese Auszeichnung des Dachverbands für Technogin und Analytiker in der Medizin Deutschland e.V. wird nur an herausragende Arbeiten vergeben. Wir sind deshalb froh und stolz, dass gleich zwei Kolleginnen von uns – Preisträgerinnen sind Christina Rairoux und Christin Schulte – hier eine ganz besondere Leistung gezeigt haben!“ Das zeige auch, dass man für herausragende wissenschaftliche Arbeiten nicht zwingend ein universitäres Umfeld brauche, wohl aber einen guten Arbeitsplatz.

Auch ohne Abitur kann man eine gefragte Technogin sein

Um Medizinische Technogin für Radiologie zu werden, braucht man kein Abitur. Ein guter Realschulabschluss zum Beispiel ist schon ausreichend. Wichtig ist das Interesse an Technik und am Umgang mit Menschen. Die MTR-Ausbildung wird wie die Ausbildung der Fachkräfte in Pflegeberufen vergütet. Die Ausbildung beginnt jeweils am 1. September. Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen können direkt an das Krankenhaus gerichtet werden.

KlinikumStadtSoest

Institut für Diagnostische Radiologie

Frau Tonja Baumgarten / Frau Christin Schulte

Senator-Schwartz-Ring 8, 59494 Soest

E-Mail: baumgarten@klinikumstadtsoest.de



Gute Stimmung im Team des Instituts für Diagnostische Radiologie. In sehr vielen medizinischen Fragestellungen sorgen diese Expertinnen und Experten für den notwendigen Durchblick. Medizin und Therapie sind heute ohne moderne Radiologie nicht mehr vorstellbar.



Modernste Technik wird demnächst in der Radiologie des Klinikums installiert. „Im Herbst wird in unserer Abteilung für Radiologie ein neuer Bucky-Tisch mit einer KI-Steuerung und 3-D-Kamera eingebaut“, freut sich Dr. Hubert Fischer über den technischen Fortschritt. Das 3-D-Element erkennt die Körpergrenzen des Patienten und berechnet aus der Volumenbestimmung die richtige Röntgendosis.

© Bilder des neuen Bucky-Tisches mit freundlicher Genehmigung der Siemens Healthcare GmbH, Erlangen



40 Jahre Grüne Damen im KlinikumStadtSoest

Raus aus dem Gedankenkarussell und den Sorgen um die Gesundheit

Vor gut 40 Jahren von der Ordens-Gemeinschaft der Johanniter in Soest gegründet, engagieren sich heute 27 Frauen bei den Grünen Damen im KlinikumStadtSoest. Der Gruppenname ist zurückzuführen auf das Tragen eines grünen Kittels, der mittlerweile mehr als ein Markenzeichen geworden ist. Wer sich bei den Grünen Damen der ökumenischen Krankenhaushilfe engagiert, zeigt Interesse an Menschen und setzt einmal wöchentlich seine Empathie vor das eigene Ich.

„Wir bringen Menschen zum Sprechen“, sagt Ulla Weihs, die das Team der Grünen Damen gemeinsam mit Helga Küpper leitet. Gemeint sind damit sowohl Patienten als auch Besucher und Mitarbeiter, denn ein offenes Ohr tut gelegentlich auch den Angehörigen und Stationsteams gut. Wer bei den Grünen Damen mitmachen möchte, sieht sich verpflichtet, etwa zwei bis drei Stunden pro Woche im Klinikum zu sein. Zu dieser Pflicht gehört selbstverständlich auch die Schweigepflicht.

Besuchsdienst – Lotsendienst – Vorlesedienst

Die Aufgabenfelder sind unterschiedlich: Vielen Patienten fällt schon bei der Aufnahme das Angebot des Lotsendienstes auf. Wer noch

nicht weiß, wie er zu seiner Station oder in den Aufnahmebereich findet, wird von einer Grünen Dame bis zum Ziel geleitet. Ist die Station erreicht und das Patientenzimmer bezogen, kann es sein, dass später ein Klopfen an der Tür den Besuch von Grünen Damen anzeigt: „Dürfen wir hereinkommen? Haben Sie Lust auf ein Gespräch über ‚Gott und die Welt‘? Können wir Sie für ein paar Minuten auf andere Gedanken bringen oder möchten Sie uns erzählen, was Ihnen in diesem Moment wichtig ist?“ – mit diesen oder ähnlichen Fragen eröffnen die Grünen Damen, die öfter auch zu zweit ins Zimmer kommen, das Gespräch am Bett oder am Tisch. Sehr selten kommt es zur Ablehnung – „und wenn das Eis dann doch mal gebrochen ist, sind es gerade die zunächst skeptischen Menschen, die am Ende am meisten geredet haben“, sagt Ingeborg Zurmühl, die seit gut zehn Jahren bei den Grünen Damen ist. Sie hat beobachtet, dass auch junge Patientinnen und Patienten das Gesprächsangebot dankbar annehmen, denn „ein Smartphone antwortet nicht und hört nicht zu.“ Allein ein zustimmendes Nicken des Gegenübers schaffe schon eine vertrautere Atmosphäre als der sture Blick auf das Handy.

Neben dem Besuchsdienst gibt es weitere Möglichkeiten, sich als Grüne Dame im Krankenhausalltag einzubringen. Irmhild Korz hat ihre Vorlesestunde in der geriatrischen Tagesklinik und fährt mit dem Bücherwagen





Da die Aufenthaltsdauer im Krankenhaus dank des medizinischen Fortschritts immer kürzer wird, bleibt auch viel weniger Zeit zum Bücherlesen. Das Lese-Angebot der Grünen Damen ist deshalb von Irmhild Korz um eine Reihe attraktiver Zeitschriften und Magazine erweitert worden.



Für den Lotsendienst werden noch aktive Grüne Damen und Herren gesucht. Zu besetzen sind jeweils der Montag und der Mittwoch.

über die Stationen: „Die immer kürzer ausfallende Aufenthaltsdauer im Klinikum reicht oftmals nicht für ein ganzes Buch aus. Wir haben deshalb unser Sortiment um eine Reihe von attraktiven Zeitschriften und Magazinen erweitert und das wird sehr gut angenommen“, berichtet sie und zeigt damit auf, wie anpassungsfähig das analoge Angebot des Bücherwagens sein kann.

Nachwuchs für den Lotsendienst am Montag und Mittwoch gesucht

Den Lotsendienst können die Grünen Damen zurzeit leider nur dienstags besetzen. Sie würden aber gerne auch den Montag und den Mittwoch abdecken. „Wir bieten diesen Service von circa 8:00 bis 11:00 Uhr an. Wenn wir hier noch zwei oder drei neue Grüne Damen gewinnen könnten, wären wir sehr zufrieden. Jede Lotsin hätte ihren Tag, man ist also zeitlich festgelegt, im Gegensatz zum Besuchsdienst“, wirbt Helga Küpper für dieses anspruchsvolle Ehrenamt.

Begleitung vor und nach Operationen

Noch Zukunftsmusik ist ein spezieller Begleitdienst, den junge Menschen als „best buddy service“ bezeichnen würden. „Dieser Begleitdienst betreut Patienten jeden Alters kurz vor und unmittelbar nach einer OP, steht also eng an der Seite der Erkrankten und nimmt in der Begleitung einen Teil der Ängste vor dem für viele Patienten neuen und ungewissen Geschehen rund um eine Operation“, erklärt Ulla Weihs und bedauert zu-

gleich, dass die Corona-Pandemie die weiteren Überlegungen noch zeitlich aufgehalten hat. „Wir wissen allerdings aus ähnlichen Projekten in anderen Häusern, dass der Medikamenten- und Schmerzmittelverbrauch durch die individuelle Begleitung stark zurückgedrängt werden konnte“, untermauert Ulla Weihs die Sinn- und Ernsthaftigkeit dieses im Aufbau befindlichen Service: „So ein Dienst an der Seite der Patienten setzt allerdings die Bereitschaft zu einer Zusatzausbildung und zu festen Dienstzeiten voraus“, ergänzt Ulla Weihs. Speziell für diesen Service suchen die Grünen Damen aktuell interessierte Frauen und Männer, die ihre Fähigkeiten in diese besondere zwischenmenschliche Aufgabenstellung einbringen möchten.

Singen und Erzählen

Etwas einfacher im Zugang und in der Umsetzung sind da sicher die ebenfalls jetzt geplanten Singe- und Erzählkreise. „Aber auch hierfür braucht man – wie für alle Engagements als Grüne Dame auch – etwas Zeit, Einfühlungsvermögen, die Gabe zuzuhören, eine gewisse Belastbarkeit und die Bereitschaft, an Weiterbildungen teilzunehmen“, nennt Ulla Weihs die für eine Tätigkeit als Grüne Dame oder Herr unentbehrlichen persönlichen Voraussetzungen. Medizinische Kenntnisse sind dabei nicht nötig, aber können eine gute Voraussetzung sein, so manche Prozesse und Anforderungen im Krankenhausalltag schnell zu verstehen.

Das Ehrenamt tut uns gut

„Wir werden vom Klinikum optimal unterstützt und die Resonanz des Personals auf unsere Einsätze ist sehr wertschätzend“, betont Ulla



Ulla Weihs ist seit 12 Jahren bei den Grünen Damen. Gemeinsam mit Helga Küpper leitet sie das Team der Ehrenamtlichen im KlinikumStadtSoest.

Weihs. Doch das sind nicht die einzigen positiven Auswirkungen dieses besonderen Engagements im Ehrenamt: „Die Probleme, Sorgen und Nöte der Menschen, die wir besuchen und begleiten, lassen uns auch unsere eigene Situation und eigenen Probleme selbstkritisch reflektieren. Wir merken dann schnell und jeden Tag wieder, wie dankbar wir sein dürfen, dass es uns eigentlich so gut geht.“

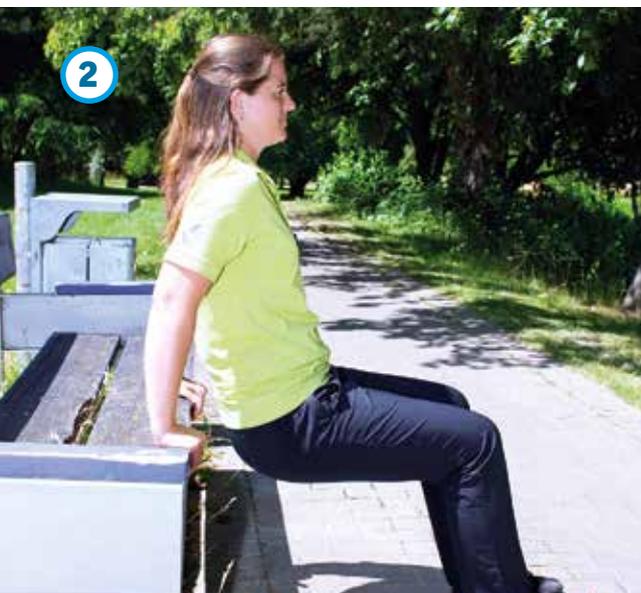
Verstärkung gesucht!

Wer Interesse hat, als Grüne Dame oder Grüner Herr einen ehrenamtlichen Einsatz zu leisten, ist im Team des Klinikums herzlich willkommen. Man geht damit eine Verpflichtung ein, wenigstens einmal pro Woche für zwei bis drei Stunden ins Klinikum zu kommen. Eine feste Zuordnung zu einer Station oder einem Dienst ist möglich. Gesucht werden Menschen mit etwas Zeit, Einfühlungsvermögen, der Gabe zuzuhören, einer gewissen Belastbarkeit und der Bereitschaft, an Weiterbildungen teilzunehmen.

Erste Ansprechpartnerinnen sind:

	Ulla Weihs	Helga Küpper
Telefon	0176 62084711	02921 768720
E-Mail	ullaweihs@gmail.com	h.n.kuepper@t-online.de

Ganz einfach fit beim Spaziergang werden



Vital Soest
Prävention & Therapie

**Gesundheitszentrum der KSS
Klinikum Stadt Soest Service
GmbH**

Senator-Schwartz-Ring 8
59494 Soest

Telefon: 02921-90 1270

Mail: info@soestvital.de



1. Liegestütz an der Bank

Stützen Sie sich mit den Händen auf die Lehne der Bank und gehen Sie mit den Füßen noch ein Stückchen zurück. Spannen Sie den Bauch an und bringen Sie den Oberkörper in eine gerade Position.

Bringen Sie dann die Brust mit geradem Oberkörper an die Lehne heran, die Ellbogen gehen nach außen und drücken sich wieder weg.

Trainiert: Brustmuskulatur, Oberarme (Trizeps) und Rumpfstabilität

2. Dips an der Bank

Setzen Sie sich auf die Kante der Bank und greifen mit den Händen an die Kante. Stützen Sie sich dann hoch, so dass Ihr Gesäß ein Stück vor der Sitzfläche steht. Die Knie sollten dabei mindestens einen 90 Grad-Winkel haben.

Beugen Sie dann die Ellbogen nach hinten, so dass sich Ihr Gesäß vor die Bank senkt und stemmen sich wieder hoch. Halten Sie dabei die Schulterblätter nach hinten zusammengezogen. Trainiert: Oberarme (Trizeps)

3. Wadenstemme

Suchen Sie sich eine Stufe, gerne mit Geländer zum Festhalten. Stellen Sie sich nur mit dem Vorfuß auf die Kante der Stufe. Die Knie sind gestreckt.

Lassen Sie dann die Fersen so weit wie möglich nach unten sinken und drücken sich anschließend so weit wie möglich auf die Zehenspitzen hoch.

Trainiert: Wadenmuskulatur

4. Ausfallschritt

Machen Sie eine große Schrittstellung mit dem vorderen Fuß auf der Stufe. Die Ferse des hinteren Fußes schwebt in der Luft. Wenn Sie Schwierigkeiten mit dem Gleichgewicht haben, können Sie sich gerne etwas am Geländer festhalten.

Bringen Sie dann das hintere Knie ein Stück Richtung Boden, das vordere Knie bleibt dabei hinter den Zehenspitzen. Anschließend drücken Sie sich wieder hoch.

Trainiert: Oberschenkelmuskulatur

5. Oberschenkeldehnung

Suchen Sie sich gerne ein Geländer oder ähnliches zum Festhalten. Greifen Sie ihr Sprunggelenk und ziehen den Fuß zum Gesäß. Die Knie liegen dabei nebeneinander, der Oberkörper ist aufrecht. Halten Sie diese Position eine Weile.

6. Brustdehnung

Suchen Sie sich einen Baum oder ähnliches. Stellen Sie sich seitlich neben den Baum und legen den Unterarm an den Stamm. Der Ellbogen sollte sich nach Möglichkeit etwa auf Schulterhöhe befinden. Schieben Sie dann die Schulter und den Oberarm vorsichtig nach vorne und halten Sie die Position eine Weile.

Kontakt



Yvonne Döben
Soest Vital
Tel. 02921/90-2082



Sie liebt die Herausforderungen – beruflich und im Ehrenamt

Neele ist Königin auf Zeit und Pflegefachfrau aus Überzeugung

Neele Sophie Heinatz ist im dritten Ausbildungsjahr für Pflegeberufe. In der Albrecht-Schneider-Akademie am KlinikumStadtSoest erwirbt sie viel medizinisches und pflegerisches Wissen. Dazu kommt die Praxis auf den Stationen im Klinikum. Im Sommer 2023 schließt sie die Ausbildung ab und ist dann dreijährig examinierte Pflegefachfrau.

„Es gibt viele Vorurteile gegenüber Pflegenden und es braucht sicher einiges an Flexibilität und guten Nerven. Aber Pflegefachkräfte sind nicht selten die ersten und die letzten Personen, die ein Mensch in seinem Leben sieht. Wir dürfen dabei sein, wenn ein Mensch seinen ersten Atemzug macht und Sterbenden die Hand halten. Für meine Arbeit bekomme ich von den Patienten Dankbarkeit und Vertrauen zurück, das ist für mich sehr wertvoll und ein schönes und motivierendes Gefühl“, sagte sie im Interview mit dem Soester Anzeiger, der Ende April in einem Portrait über ihren Amtsantritt als Bördeköönigin 2023 berichtet hat.

Engagement als Börde-Königin und in der Jugend- Ausbildungs-Vertretung

An der Seite des Jägerkens Markus Ende wird die Bördeköönigin im Laufe ihrer Amtszeit eine Reihe von öffentlichen Auftritten haben, denn als Vertreterin und Vertreter der Stadt Soest sind die beiden bei vielen Anlässen gefragt und gern gesehen. Diese hervorgehobene Rolle in der Öffentlichkeit liegt der 22-Jährigen, die in Soest geboren ist und im nahen Borgeln wohnt. Auch in ihrer beruflichen Ausbildung scheut sie sich nicht davor, sich öffentlich zu engagieren. Mit drei weiteren Mitstreitern bringt sie derzeit wieder Schwung in die sogenannte Jugend- und Auszubildenden-Vertretung (JAV), die ein Sprachrohr aller jugendlichen Auszubildenden im KlinikumStadtSoest ist. „Wir sind aber nicht nur die Ansprechpartner für den Betriebsrat,

sondern arbeiten eng mit allen Abteilungen im Hause an den Dingen, die Jugendliche in der Ausbildung angehen und bewegen“, betont die künftige Pflegefachfrau. Dabei werde sie von der Geschäftsführung genauso ernstgenommen wie von den Gewerkschaftsvertretern. „Diese Augenhöhe ist enorm wichtig. Wir werden zu den Sitzungen eingeladen und haben dort nicht nur einen Sitz, sondern werden auch gehört“, ist Neele Sophie Heinatz froh darüber, dass die Anregungen der JAV auf fruchtbaren Boden fallen. „Gemeinsam mit der Pflegedienstleitung haben wir einen Feedback-Bogen entworfen, der unsere Zeit in der Ausbildung auf den Stationen reflektiert“, bringt die 22-Jährige ein praktisches Beispiel. Über den Feedback-Bogen erhalten die Stationen und Abteilungen auch Anregungen, was sie selbst in der Ausbildung ändern oder verbessern können.

Nach ihrem Examen als Pflegefachfrau im Sommer 2023 geht Neele Sophie Heinatz für drei Monate nach Uganda. „Ich bin über eine Freundin meiner Mutter auf den Verein Uganda-Hilfe in Verl aufmerksam geworden und möchte in diesem ehrenamtlichen Engagement in einem Partnerkrankenhaus des Vereins auch diese Aspekte und Möglichkeiten unseres Berufes kennenlernen“, freut sich die Bördeköönigin auf eine spannende Zeit mit besonderen beruflichen Herausforderungen.

Diese sucht sie ab November 2023 auch wieder in Soest. „Ich komme zurück in das KlinikumStadtSoest und werde auf der Intensivstation arbeiten.“ Die ganz großen Herausforderungen als Bördeköönigin müssen in der Zeit ihres Hilfseinsatzes in Uganda derweil noch warten oder werden partiell von ihrer Vorgängerin wahrgenommen. Pünktlich zur Allerheiligenkirmes ist Neele Sophie Heinatz aber wieder an Bord – im Klinikum als Pflegefachfrau mit internationaler Erfahrung und in ihrer Stadt Soest als Königin in der Börde.

Immer gefragter: Die Sprechstunde im Senora Brustzentrum Soest

150 Operationen mit Erstdiagnose Brustkrebs im Jahr 2022

Kontakt



Dr. Simone Flachsenberg
Chefärztin
Tel. 02921/90-1387

Nicht alle Jubiläen werden zeitnah gefeiert – aber beim 15+1-Jahrestag des Senora Brustzentrums Soest lohnt sich ein Rückblick auf die Erfolgsgeschichte dieser Einrichtung am Klinikum, der verdeutlichen mag, warum immer mehr Frauen und Männer diesem Team in Medizin und Pflege ihr Vertrauen schenken.

Gegründet im Juli 2007, hat sich das Senora Brustzentrum Soest-Lippstadt bis in die jetzige Zeit hinein zu einer der fachkompetentesten Einrichtungen für alle Fragestellungen rund um das Thema Brustkrebs entwickelt. Dies belegen einerseits die 150 Operationen nach Erstdiagnosen, die im Jahr 2022 vom Team um Gynäkologie-Chefärztin Dr. Simone Flachsenberg durchgeführt wurden, andererseits auch durch die von Aufsichtsbehörden eingeholten Rückmeldungen der operierten Patientinnen, die Senora im Vergleich der NRW-Brustzentren kontinuierlich auf einem der oberen Ränge ansiedeln.

Vertrauen beginnt in der Sprechstunde

Das Vertrauen der Patientinnen und Patienten spiegelt sich auch in der Brustkrebs-Sprechstunde wider: „Bis zu 16 Patientinnen warten regelmäßig bei diesen Terminen auf das Ge-

spräch mit den Ärztinnen – und viele davon sind zum ersten Mal da“, erklärt Jutta Frieling-Teimann, die als Pflegeexpertin für Brusterkrankungen (Breast-Care-Nurse; BCN) seit 2009 im Senora-Team mitarbeitet und die Sprechstunde organisiert. Gemeinsam mit Chefärztin Dr. Simone Flachsenberg hat sie die weitreichende Erfahrung, die für den Erfolg eines solchen Zentrums wichtig ist.

Gewebsveränderungen im Ultraschall oft schon sicher unterscheidbar

„In der Brustsprechstunde geht es vor allem darum, per Ultraschall (Mammasonographie) Veränderungen in der Brust darzustellen und möglichst frühzeitig krankhafte Veränderungen zu erkennen oder auszuschließen. Mit der Entnahme von feinen Gewebszylindern (Stanzbiopsien in lokaler Betäubung) kann man nach patho-histologischer Untersuchung gutartige von bösartigen Gewebsveränderungen sicher unterscheiden“, ergänzt Dr. Simone Flachsenberg. Ein Eingriff in Narkose sei zu diesem Zweck nicht notwendig.

In Zusammenarbeit mit der radiologischen Abteilung des Hauses kann röntgenmäßig (Mammographie) auf diagnostischem Gebiet das Bild über Veränderungen in der Brust vervollständigt beziehungsweise können durch eine so-



BCN Jutta Frieling-Teimann (links) und Dr. Simone Flachsenberg (mitte) nehmen sich Zeit, auf die Fragen und Sorgen ihrer Patientinnen einzugehen. Neben der bestmöglichen medizinischen Versorgung ein wichtiger Faktor für die Therapie.

nannte Vakuum-Stanzbiopsie in lokaler Betäubung Kalkansammlungen in der Brust diagnostisch abgeklärt werden.

Markierung bei Mikrokalk

Bei diesen Untersuchungen bringt MTR Natalija Sieber ihre Erfahrung aus 23 Jahren Mammographie ein. In speziellen Fragestellungen erweitert sie die Brust-Durchleuchtungs-Einheit um ein Modul, das eine Markierung kritischer Stellen durch das Einbringen eines dünnen Drahtes ermöglicht. „Die meisten Befunde sind Ultraschall- und/oder Tastbefunde, aber nicht selten ist die mammographische Markierung erforderlich. Hier kann auch mit mehreren Drähten ein großes Areal so markiert werden, das es besser im Gesunden entfernt werden kann“, erklärt Chefärztin Dr. Simone Flachsenberg.

Eine Herausforderung ist die Mammographie bei Männern

Eine besondere Herausforderung ist die Mammographie bei Männern, deren Zahl zunimmt, weil „so eine Untersuchung mittlerweile kein Tabu mehr ist, sondern selbstverständlich bei Verdacht auf Neubildungen auch bei Männern



Natalija Sieber ist als Medizinische Technologin in der Radiologie seit 23 Jahren für die Technik in der Mammographie zuständig. In speziellen Fragestellungen erweitert sie die Brust-Durchleuchtungs-Einheit um ein Modul zur Markierung kritischer Stellen.

dazugehört“, hat Dr. Simone Flachsenberg beobachtet. Einer von 100 Patienten mit Brustkrebs ist ein Mann. Die dazugehörige Sensibilität und ein anderes Körperbewusstsein trügen dazu bei, dass der Anteil der männlichen Patienten im Brustzentrum steige. Das liege sicher auch daran, dass die Hausärzte alle Verdachtsmomente ernstnehmen und auch die Männer ins Brustzentrum überweisen. Viele Brust-Knoten bei Männern erweisen sich jedoch als harmlos und können auf einfach erklärbare Ursachen zurückgeführt werden, beispielsweise als Nebenwirkung einer Medikamenteneinnahme, die Drüsenkörper anschwellen lassen kann. Allerdings gibt es auch die ernsteren Fälle, in denen dann operativ eingegriffen werden muss.

Histologische Absicherung

Die histologische Sicherung erfolgt bei allen auffälligen Befunden vor einer Operation, entweder durch ultraschallgesteuerte Stanzbiopsie oder durch Vakuumbiopsie unter Mammographie-Kontrolle bei nicht im Ultraschall sichtbaren Veränderungen. „Manche Befunde sind im Ultraschall einfach nicht erkennbar. Die meisten gutartigen Befunde werden nicht mehr operiert“, betont Dr. Simone Flachsenberg. Dann gebe es Befunde, die zwar gutartig seien, aber trotzdem operiert werden müssen, da sie sich zu einem bösartigen Befund entwickeln können oder in der Nachbarschaft des Befundes häufiger doch noch ein Krebs zu finden sei. „Die bösartigen Befunde werden operiert, nicht immer sofort, sondern zu einem großen Teil erst nach primärer medikamentöser Therapie“, erläutert die Chefärztin das Vorgehen bei positiven Befunden.

Sprechstunden im Senora Brustzentrum:

montags	8:00 Uhr bis 15:00 Uhr
dienstags	8:00 Uhr bis 15:00 Uhr
donnerstags	8:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Die Anmeldung und Terminvergabe erfolgt über die Frauenarztpraxis in Zusammenarbeit mit Breast-Care-Nurse Jutta Frieling-Teimann (Pflegeexpertin für Brusterkrankungen), die telefonisch unter **02921 90-1954** erreichbar ist.

... kurz berichtet



Das Medizinische Versorgungszentrum „Soest Ambulant“

... bietet ambulante Leistungen in den Fachrichtungen Neurologie, ärztliche Psychotherapie und rehabilitative Medizin. Diese Leistungen können alle Patienten (gesetzlich versichert und privat) wie bei einem niedergelassenen Arzt in Anspruch nehmen, nicht nur Patienten des Klinikums. Das MVZ Soest Ambulant hat zwei Standorte: Die Praxis für Neurologie befindet sich in Werl und die anderen beiden Fachrichtungen praktizieren im Ärztehaus am Klinikum. Ärztlicher Leiter des MVZ Soest Ambulant ist Dr. med. Stefan Hempe, Ärztlicher Psychotherapeut. In der Praxis am Klinikum steht ihm Maria Duica, Fachärztin für Rehamedizin, zur Seite. Die Praxis in Werl führt Dimitar Prodanov, Facharzt für Neurologie, weiter.

Ihre Termine vereinbaren Sie mit Ewelina Janik (Foto links).

Praxis für Ärztliche Psychotherapie und rehabilitative Medizin am KlinikumStadtSoest

Telefon 02921 901300

Terminvergabe

Mo & Fr 8:00 bis 9:00 Uhr

Mi 12:00 bis 13:00 Uhr

E-Mail info@soest-ambulant.de

Praxis für Neurologie

Steinerstr. 63

59457 Werl

Telefon 02922 9122503

Klinikum mit WDC-Gütesiegel ausgezeichnet – Hohe Qualität in der Behandlung von Darmkrebs-Patienten

Auszeichnung für das KlinikumStadtSoest: Die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Endokrine Chirurgie hat jetzt gemeinsam mit der Klinik für Innere Medizin und Gastroenterologie das Gütesiegel des Westdeutschen Darm-Centrums (WDC) erhalten. Das WDC ist Teil des Deutschen Onkologie Centruns (DOC) in Düsseldorf und führt Vergleiche zur Qualitätssicherung für Kliniken durch. Aktuell nehmen mehr als 80 Kliniken in Deutschland, Österreich und der Schweiz an diesem Qualitätssicherungsprogramm teil.

Zweimal im Jahr wird die Qualität von Diagnostik, Therapie und Nachsorge der behandelten Darmkrebs-Patientinnen und -Patienten geprüft. Schwerpunkt der Prüfung sind chirurgische, gastroenterologische, pathohistologische, onkologische und interdisziplinäre Qualitätsindikatoren sowie die Einhaltung von Leitlinien und Prinzipien der Interdisziplinarität.

Bei der aktuellen Prüfung im KlinikumStadt-Soest erzielten die Teams der Chefärzte PD Dr.



Markus Ghadimi (Viszeralchirurgie) und Dr. Uwe Reinhold (Gastroenterologie) sehr gute Ergebnisse. Besonders hervorgehoben wurde die sehr hohe Qualität der Operationen und die interdisziplinäre Zusammenarbeit in Form der abteilungsübergreifenden Tumorkonferenzen.

„Aus diesen Gründen freuen wir uns, dass wir dem KlinikumStadtSoest die Bescheinigung Qualitätssicherung Darmkrebs überreichen durften und - bei Einhaltung aller Qualitätskriterien - auch in Zukunft weiter überreichen können“, erklärt Dr. Mike Meyer vom Deutschen Onkologie Centrum und betont: „Die Teilnahme an diesem Qualitätssicherungsprogramm ist freiwillig und beweist einen hohen Willen zur Transparenz und hohes Engagement für die Qualität im Sinne aller Beteiligten.“

Das Foto zeigt (v.l.) Geschäftsführer Christian Schug, Qualitätsmanagerin Judith Maibaum, Chefarzt Dr. Uwe Reinhold, Chefarzt PD Dr. Markus Ghadimi und Dr. Mike Meyer vom DOC.

Kindergartentage im Klinikum

Nach pandemiebedingter Pause hat das KlinikumStadtSoest jetzt wieder die beliebten Kindergartentage veranstaltet. Insgesamt 281 Kinder aus 17 Einrichtungen waren an zwei Tagen im Klinikum zu Besuch. In Empfang genommen wurden die Kinder und Erzieherinnen von der Bördekönigin Neele Sophie Heinatz, die im KlinikumStadtSoest ihre Ausbildung zur Pflegefachkraft macht. Am zweiten Tag war auch Jägerken Markus Ende mit dabei. Anschließend wurden die Kindergartenkinder von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Klinikums durch das Haus geführt und erhielten einen altersgerechten Einblick. Die richtige (Schutz-)Kleidung bestehend aus Mundschutz und Haube durfte dabei natürlich nicht fehlen.

Unter anderem konnten die kleinen Besucher einen Blick in die Notaufnahme werfen und erfahren, wie kranken und verletzten Menschen dort geholfen wird. Jeder, der gerne wollte, bekam einen eigenen Verband in seiner Wunsch-



farbe. Ein weiterer Programmpunkt war die Besichtigung der Kinderklinik. Außerdem konnten die Kinder mit Hilfe einer Schwarzlicht-Box sehen, weshalb Händedesinfektion im Krankenhaus so wichtig ist und spielerisch etwas über gesunde Ernährung lernen. Ein besonderer Höhepunkt war die Besichtigung und Erkundung eines Rettungswagens, was auch diesmal der Rettungsdienst des Kreises Soest wieder ermöglichte. Das Foto zeigt eine Gruppe aus der Soester Kita St. Patroklos zusammen mit Bördekönigin Neele Sophie Heinatz, Jägerken Markus Ende und dem Stellv. Pflegedirektor Marc Schäfer.

Onkologisches Bewegungsangebot

Bewegung - Ernährung - Entspannung

- Geeignet für Patient*innen aller Krebsarten, Altersgruppen und Fitnesslevel
- Ausführliches Anamnesegespräch und individuelle Anpassung des Trainings
- Deutliche Reduzierung der Nebenwirkungen
- Verbesserte Lebensqualität und Stärkung der mentalen Verfassung

Einstieg jederzeit möglich

Bis zu 3 Termine pro Woche wählbar

Gerätetraining - Fitnesskurse - Workshops - Vorträge

10 Einheiten für nur 59€

Vital Soest
Prävention & Therapie

**Gesundheitszentrum der KSS
Klinikum Stadt Soest Service
GmbH**

Senator-Schwartz-Ring 8
59494 Soest

Telefon: 02921-90 1270

Mail: info@soestvital.de



Erstes Examen in der generalistischen Ausbildung erfolgreich beendet 13 von 15 Pflegefachkräften werden im Klinikum übernommen

Alle Auszubildenden des Kurses 20-23 der Albrecht-Schneider-Akademie für Pflegeberufe haben nach drei Jahren anstrengender theoretischer und praktischer Ausbildung ihr Examen erfolgreich abgelegt. Sie haben die Herausforderungen der generalistischen Pflegeausbildung hervorragend gemeistert und sind nun staatlich anerkannte Pflegefachkräfte.

Bis zur Prüfung mussten sich die Auszubildenden ein umfangreiches Wissen aneignen. Das theoretische Wissen um alle Altersstrukturen und pflegerisch möglichen Settings erlernten sie mit der tatkräftigen Unterstützung der Lehrkräfte der Albrecht-Schneider-Akademie direkt am KlinikumStadtSoest.

Praktische Erfahrungen

Die praktischen Erfahrungen sammelten sie in den verschiedensten Fachabteilungen mit der Unterstützung der hauptamtlichen Praxisanleiter und der examinierten Pflegekräfte des Klinikums. Die Auszubildenden waren in die Be-

treuung und Pflege der Patientinnen und Patienten aller Abteilungen inklusive der Funktionsabteilungen des Klinikums, wie zum Beispiel in den Operationssälen, eingebunden.

Wichtige interne und externe Einblicke
Hervorzuheben sind hier die Einblicke in die Neugeborenenpflege und die Kinderheilkunde. Hinzu kamen externe Einsätze in der häuslichen Krankenpflege, in Altenheimen, in der Psychiatrie sowie in Rehabilitationseinrichtungen.

Sehr erfreulich ist, dass alle Auszubildenden bereits einen Arbeitsplatz gefunden haben. Das KlinikumStadtSoest übernimmt dreizehn examinierte Schülerinnen und Schüler in ein Arbeitsverhältnis.

Bestanden haben: Julia Arndt, Jennifer Becker, Anna-Marie Blumentritt, Melissa Brexel, Niklas Gorlo, Neele Heinatz, Vanessa Krater, Suprina Limbu, Lea Müller, Maren Rahmann, Kathleen Seber, Milan Siegel, Karina Steinke, Vivienne Sterz und Roman Weber.



Die examinierten Pflegefachfrauen und -männer gemeinsam mit Pflegedirektorin Nicole Juschkus, stellv. Betriebsratsvorsitzendem Jürgen Kutz, Geschäftsführer Christian Schug und ASA-Leiter Michael Steinhoff.

Optimale Schichtstärke – weniger Stress – mehr Freizeit

Klinikum startet Vier-Tage-Woche im Pflegedienst

Das KlinikumStadtSoest startet am 1. August mit der Vier-Tage-Woche in der Pflege. Das neue Arbeitszeitmodell soll die Work-Life-Balance der Pflegekräfte verbessern, gleichzeitig die Qualität der Pflege erhöhen und Arbeitsverdichtungen vermeiden. Die Vier-Tage-Woche wird zunächst auf einer Station erprobt. Gelingt das Pilotprojekt, soll das Modell langfristig für die gesamte Pflege am Klinikum umgesetzt werden.

„Unsere Pflegekräfte sind unverzichtbar für eine gute Patientenversorgung. Deshalb setzen wir uns stetig für eine Verbesserung der Arbeitsbedingungen ein. Zu diesem Zweck haben wir gemeinsam mit unseren Pflegekräften Workshops zu alternativen Arbeitszeitmodellen durchgeführt“, berichtet Pflegedirektorin Nicole Juschkus. „Daraus ist jetzt das Pilotprojekt Vier-Tage-Arbeitswoche hervorgegangen. Damit möchten wir die Arbeitsplätze attraktiver machen und unsere Pflegekräfte entlasten.“

Anpassung der Schichten auf neun Stunden

Im Rahmen des Pilotprojektes werden die Früh-, Spät- und Nachschicht auf eine Dauer von neun Stunden angepasst, wodurch die Mitarbeitenden auf eine Wochenarbeitszeit von 38,5 Stunden kommen – dies entspricht der tariflichen Arbeitszeit einer Vollzeitstelle. Die Besetzung der Dienste auf Station wird durch die Anpassung der Schichten nicht negativ beeinflusst. Im Gegenteil: Zur Mittagszeit, wenn das Arbeitsaufkommen am höchsten ist, ist die Schichtstärke doppelt so hoch wie im bisherigen Modell.

Viele Vorteile

Die Vorteile dieses Arbeitszeitmodells sind eine deutliche Erhöhung der Anzahl der freien Tage. Bislang leisten die Pflegekräfte elf Dienste in 14 Tagen, im Pilotmodell sind es acht Dienste in 14 Tagen. Zudem besteht die Möglichkeit für Mitarbeitende, die aufgrund von privaten Verpflichtungen keine vollen fünf Tage in der Woche arbeiten können, dennoch in Vollzeit zu arbeiten, sofern dies gewünscht ist.

Einführung auf Modell-Station

Die Einführung des Dienstzeitmodells wurde gemeinsam mit der Modell-Station beschlossen, nachdem sich die Mehrheit der Mitarbeitenden dafür ausgesprochen hat. Um den Erfolg der Vier-Tage-Woche zu evaluieren und mögliche Anpassungen vorzunehmen, sind regelmäßige Gespräche im zweiwöchigen Rhythmus zwischen der Station, der Pflegedirektion, dem Betriebsrat und der Personalabteilung geplant.

Kontakt



Nicole Juschkus
Pflegedirektorin
Tel. 02921/90-1201



Pflegedirektorin Nicole Juschkus (L.) geht mit ihren Teams neue Wege in der Arbeitszeitgestaltung. Das bedeutet in der Konsequenz weniger Stress und mehr Freizeit.



APROPOS FAMILIE

Mit Petra Hellmann

Der Podcast des KlinikumStadtSoest

Überall, wo es Podcasts gibt - und auf www.klinikumstadtsoest.de/podcast



Spotify



Amazon Music / Audible



Apple Podcasts



Google Podcasts



Deezer

Kursprogramm ab Oktober 2023*

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aqua Rücken Fit 10.45 Uhr, 109€ 8 x 45 Minuten Beginn: 16.10.23 		Prenatales Pilates (im Forum Familie) 8.30 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 18.10.23 		
Autogenes Taining 17.00 Uhr, 119€ 12 x 60 Minuten Beginn: 02.10.23 		Eltern-Kind-Turnen I & II (im Forum Familie) 9.45 Uhr / 11.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn 18.10.23		
Beckenboden 19.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 06.11.23 	Faszientraining 15.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 17.10.23 	Autogenes Taining 10.30 Uhr, 119€ 12 x 60 Minuten Beginn: 04.10.23 	Aqua Rücken Fit 10.45 Uhr, 109€ 8 x 45 Minuten Beginn: 19.10.23 	Pilates 13.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 20.10.23 
Zumba 20.00 Uhr, 69€ 10 x 60 Minuten Beginn: 16.10.23	Pilates 18.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 17.10.23 	Autogenes Taining 17.00 Uhr, 119€ 12 x 60 Minuten Beginn: 04.10.23 	Sturzprophylaxe 14.30 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn 19.10.23 	Faszientraining 15.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 20.10.23 
Klangentspannung 20.00 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 17.10.23	Aqua Rücken Fit 18.00 Uhr, 109€ 8 x 45 Minuten Beginn: 19.10.23 	Aqua Rücken Fit 19.30 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 19.10.23	Yoga 19.30 Uhr, 79€ 8 x 60 Minuten Beginn: 19.10.23	

Eine schriftliche Anmeldung ist notwendig! (s. Rückseite)

West
 Präventivtherapie

* Änderungen vorbehalten

zertifizierte Präventionskurse (80-100% Zuschuss durch Ihre Krankenkasse möglich)



Wir auf einen Blick

Zentrale	(02921) 90-0	Notfallambulanz	(02921) 90-1288
Kliniken und Institute		MVZ Soest Ambulant	
<ul style="list-style-type: none"> Allgemein-, Viszeral und Endokrine Chirurgie PD Dr. Markus Ghadimi Anästhesie, Intensiv- und Notfallmedizin, Schmerztherapie und Palliativmedizin Dr. Kathrin Hasemann Diagnostische Radiologie Dr. Hubert Fischer Gefäß- und endovaskuläre Chirurgie Yasser Hasson Ilir Mançe Geriatrie und Geriatriische Tagesklinik Dr. Thomas Keweloh Gynäkologie und Geburtshilfe Senora Brustzentrum Dr. Simone Flachsenberg Gastroenterologie Dr. Uwe Reinhold Hämatologie Onkologie Dr. Uwe Reinhold Kardiologie Prof. Dr. Achim Meißner Neurologie Dr. Bertram Holinka Kinder- und Jugendmedizin Dr. Yvonne Heidenreich Schmerzklinik Dr. Karin-Janine Berger Strahlentherapie und Radio-Onkologie Dr. Jörg Haferanke Unfallchirurgie, Orthopädie und Sporttraumatologie Dr. Norbert Lösing Wirbelsäulenchirurgie Dr. Sebastian Lücke Orthopädie (Belegabteilung) Dr. Christian Roels / Lars Keunecke Praxis Dr Michael Ohlmeier 	(02921) 90-2300 (02921) 90-1383 (02921) 90-1341 (02921) 90-2064 (02921) 90-2880 (02921) 90-1387 (02921) 90-1470 (02921) 90-2897 (02921) 90-1470 (02921) 90-1620 (02921) 90-1433 (02921) 90-1025 (02921) 90-2020 (02921) 90-1277 (02921) 90-1277 (02922) 97790 (02521) 17078	<ul style="list-style-type: none"> Praxis für Ärztliche Psychotherapie und rehabilitative Medizin am KlinikumStadtSoest Dr. Stefan Hempe, Maria Duica Praxis für Neurologie (Steinerstr. 63, 59457 Werl) Dr. Dimitar Prodanov 	(02921) 90-1300 (02922) 9122503
		Soest Vital	
		<ul style="list-style-type: none"> Physiotherapie Ergotherapie Logopädie / Sprachtherapie Medizinische Trainingstherapie Reha-Sport BG/EAP Rückenzentrum 	(02921) 90-1270
		Beratung und Begleitung	
		Ernährungsberatung Forum Familie Gedächtnisambulanz Grüne Damen Palliativer Dienst Familiäre Pflege Psychologisch-gerontologischer Dienst Seelsorge Sozialer Dienst	(02921) 90-1926 (02921) 3193509 (02921) 90-2880 (02921) 90-2096 (02921) 90-2575 (02921) 90-2085 (02921) 90-2880 (02921) 90-1929 (02921) 90-2189
		Ausbildung	
		Albrecht-Schneider-Akademie für Gesundheitsberufe (asa) am KlinikumStadtSoest	(02921) 90-2083
		Meinungsmanagement	
		Ihre Meinung ist uns wichtig	(02921) 90-1854