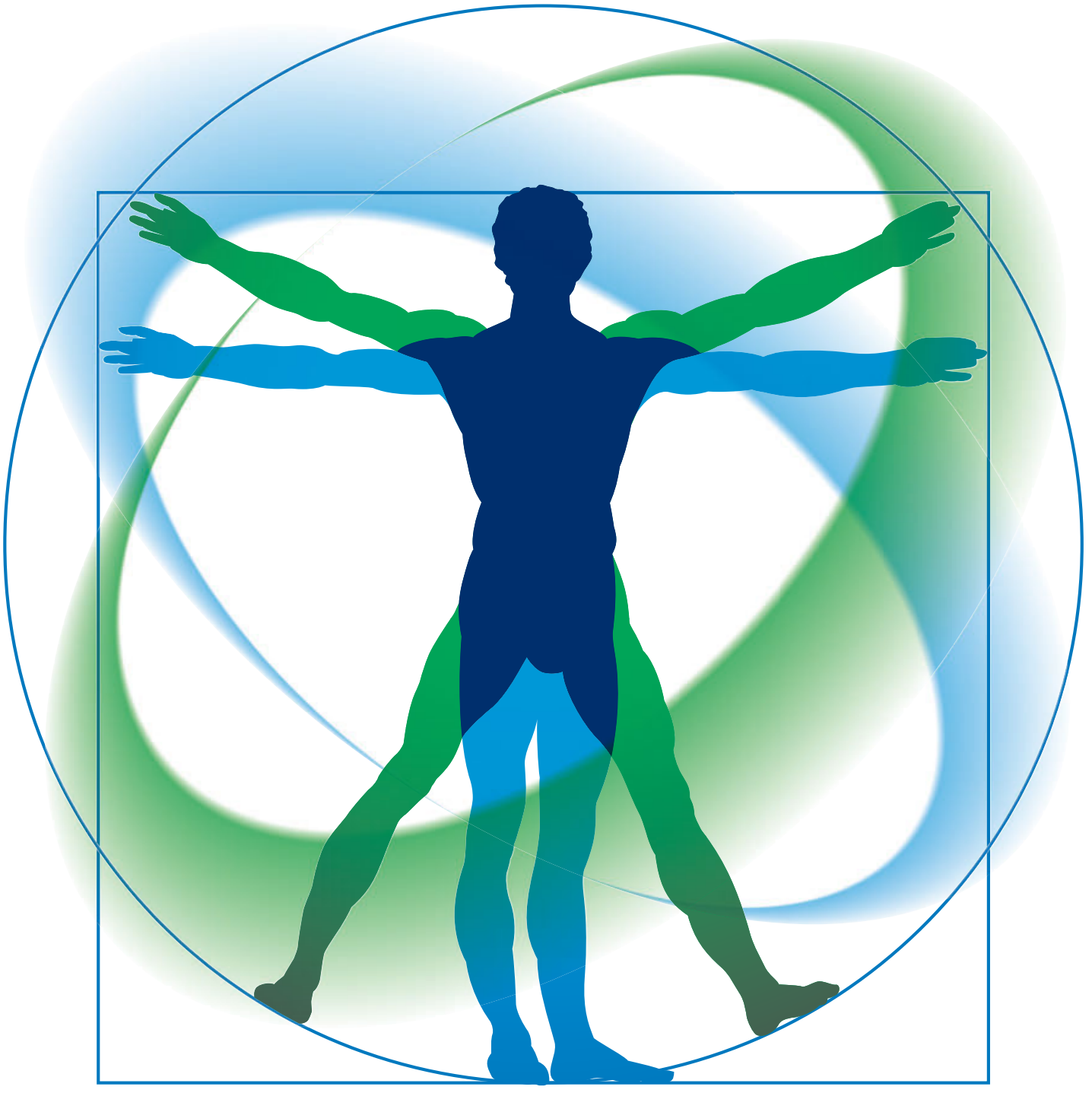
# GESUNDHEITSKOMPASS

## Das Servicemagazin für den Kreis Höxter und Umgebung



WESTFALEN-BLATT
die Lokalzeitung

## Fachklinik für Neurologie

# Erfolgreiche Rehabilitation mit Medizintechnik auf höchstem Niveau

- Neuromuskuläre Erkrankungen
- Schlaganfallerkrankungen
- Multiple Sklerose
- Parkinson-Erkrankungen
- Verletzungen und Operationen am Nervensystem
- Ataxie-Erkrankungen
- Entzündungen des Nervensystems
- Polyneuropathien, Nervenschädigungen
- Chronische Schmerzerkrankungen

Foto oben links: © Hocoma AG · Foto oben rechts: © Hasomed GmbH

## Fachklinik für Geriatrie

# Mobilität erhalten – für ein selbstbestimmtes und aktives Leben im Alter

- Gebrechlichkeit (Frailty)
- Altersbedingter Muskelschwund
- Sprach- und Schluckstörungen
- Sturzneigung und Schwindel
- Seh- und Hörprobleme
- Wunden und Geschwüre
- Fehlernährung
- Immobilität
- Kognitive Defizite
- Depressionen und Ängste

Asklepios Weserbergland-Klinik GmbH
Grüne Mühle 90 · 37671 Höxter
Telefon: (0 52 71) 98-0
info.hoexter@asklepios.com
www.asklepios.com/hoexter

Gesund werden. Gesund leben. www.asklepios.com

ASKLEPIOS
Weserbergland-Klinik Höxter

# In Ihrem Kompass


4 **Das große Interview**
Ärzte auf dem Land

6 **Die christliche Offensive**
St. Rochus will Werte leben

8 **Dem Netz entfliehen**
Expertin rät zum »offline« sein

10 **Der Umbau geht weiter**
Mehr Möglichkeiten in Holzminden

16 **In der Reha ganz vorn**
Das bietet die Weserbergland-Klinik

18 **Hören ist Teilhabe**
Regelmäßig testen lassen

19 **Der Vater im Blick**
Ängste bei der Geburt nehmen

21 **Die Hotline hilft**
Telefon-Sprechstunde der Helios-Klinik

22 **Die Helfer sind am Limit**
Bilanz der Schwangerenberatung

25 »**Das können wir**«
Demenzpatienten machen Kunst

28 **Das ist gesund und schmeckt**
Diätassistenten geben Tipps

30 **Der Beruf hat Zukunft**
EVA hilft dem Hausarzt


# Impressum


18. Juni 2019
Gesundheitskompass

Herausgeber:
WESTFALEN-BLATT
Westerbachstraße 22
37671 Höxter

Zeitungsverlag für das Hochstift Paderborn GmbH
Internet: www.westfalen-blatt.de
E-Mail: hoexter@westfalen-blatt.de
Telefon: 05271/9728-0
Telefax: 05271/9728-60

Redaktionsleitung:
André Best, Ulrich Windolph

Redaktion und Produktion:
Bettina Schulz, Ralf Brakemeier

Verlagsleitung und für Anzeigen verantwortlich:
Gabriele Förster
Anzeigenpreisliste Nr. 30 vom 1. Januar 2019

Geschäftsführung:
Frank Best, Harald Busse

Vertrieb:
ZVG Zeitungs- und Vertriebsgesellschaft mbH
Geschäftsführung:
Lutz Klausmeier, Ulrich Baumbach, Sven Schubert


Informationen zu Anzeigen unter Telefon 05271/972830. Redaktionelle Ideen an 05271/972871.

Landrat Friedhelm Spieker will jetzt die Weichen für die ärztliche Versorgung in der Zukunft stellen.

# »Müssen aktiv an der Zukunft mitgestalten«

■ »Wir können den Wind nicht ändern, aber die Segel anders setzen.« Mit diesem Zitat von Aristoteles wird die Situation der Gesundheitsversorgung im Kulturland Kreis Höxter treffend umschrieben. Die gesamtgesellschaftliche Entwicklung – jeder kennt die Auswirkungen des demografischen Wandels – kann bei uns vor Ort nicht wirklich beeinflusst werden, aber wir haben wenigstens die Chance, mit den richtigen Maßnahmen gute Lösungen für die Herausforderungen zu finden, die sich für die Menschen im Kreis Höxter ergeben.

Ich danke deshalb dem WESTFALEN-BLATT, dass mit diesem neuen Magazin die Themen Gesundheit und Gesundheitsversorgung in den Mittelpunkt gestellt werden. Denken wir nur daran, dass jeder dritte Hausarzt im Kreis Höxter älter als 60 Jahre ist. Deshalb setzt sich der Kreis Höxter dafür ein, dass rechtzeitig die Weichen gestellt werden, um die hausärztliche Versorgung auch zukünftig sicherzustellen.

Verantwortlich für die Sicherstellung der vertragsärztlichen ambulanten Versorgung in Deutschland sind die Kassenärztlichen Vereinigungen. Bei uns im Kreis Höxter ist die Versorgungsstruktur zwar derzeit noch vergleichsweise gut, wie die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe unlängst festgestellt hat, aber vor allem bei den Hausärztinnen und Hausärzten gibt es einen dringenden Nachwuchsbedarf, für den nicht genügend junge Medizinerinnen und Mediziner zur Verfügung stehen.

Deshalb habe ich die Initiative ergriffen, um gemeinsam mit der Ärzteschaft rechtzeitig Maßnahmen für eine Sicherstellung der hausärztlichen Versorgung in unserem Kreis zu entwickeln. Schließlich ist dies für die Daseinsvorsorge im ländlichen Raum elementar. Mein Dank gilt allen Ärztinnen und Ärzten, die an dieser wichtigen Aufgabe für die Zukunftssicherung des Kreises Höxter mitwirken. Nur gemeinsam können wir zu Lösungen kommen.

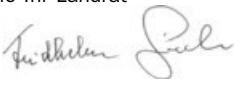
Als einer der ersten Schritte haben wir in der Kreisverwaltung extra eine Koordinierungsstelle eingerichtet, die als »Kümmerer« die Fäden für alle Aktivitäten in der Hand halten soll und als zentraler Ansprechpartner dient. So wurde bereits eine Befragung der niedergelassenen Ärzte durchgeführt. Fast 60 Prozent der 102 Befragten haben die Chance genutzt, sich daran zu beteiligen. Auf Basis der Ergebnisse werden nun erste Maßnahmen festgelegt, die zur Nachwuchsförderung und zu einer Verbesserung der Rahmenbedingungen beitragen können.

Eine der zentralen Aufgaben ist die Vernetzung der überregionalen und lokalen Akteure aus dem Gesundheitswesen und der Politik, wie zum Beispiel Ärzte, Krankenhäuser, Krankenkassen, Reha-Kliniken, Kassenärztliche Vereinigungen, Ärztekammer, Bürgermeister, Wirtschaftsförderungen sowie die politischen Gremien. Darüber hinaus geht es um den Aufbau von Aus- und Weiterbildungsstrukturen für (angehende) Mediziner und Hausärzte sowie die Initiierung von Maßnahmen zur Entlastung der Hausärzte.

Erste Erfolge sind schon aufzuweisen, wie die regionale Ausbildung zur Entlastenden Versorgungsassistentin als Unterstützung für die Hausärzte oder der Weiterbildungsverbund Kreis Höxter für angehende Hausärzte, der zurzeit gegründet wird.

Sehr geehrte Leserinnen und Leser, diese Beispiele machen deutlich, dass wir uns im Kreis Höxter aktiv den zukünftigen Herausforderungen stellen und für eine gute ärztliche Versorgung einsetzen.

Mit besten Wünschen für Ihre Gesundheit grüßt Sie Ihr Landrat



(Friedhelm Spieker)

# Auch Mediziner brauchen Freizeit

Es geht darum, Ärzte für das Landleben zu begeistern. Doch so einfach, wie der Satz klingt, ist diese Aufgabe nicht zu lösen. Im Kreis Höxter werden die Anstrengungen gebündelt, um diese Herausforderung anzunehmen und die Weichen für die Zukunft in enger Zusammenarbeit von Kreisverwaltung und Ärzteschaft richtig zu stellen.

Dafür wurde beim Kreis Höxter extra eine Koordinierungsstelle eingerichtet: Caroline Fechner kümmert sich um die Vernetzung der Akteure aus dem Gesundheitswesen und der Politik. Sie stellt sich gemeinsam mit Dr. Wolfgang Avenhaus aus Höxter, Delegierter der Kommunalen Gesundheitskonferenz und damit Sprecher der niedergelassenen Ärzte im Kreisgebiet sowie Vorsitzender des Gesundheitsnetzes Kreis Höxter, und Dr. Regina Beverungen aus Lüchtringen, Hausärztin und Lehrbeauftragte der Universität Göttingen, den Fragen zur Situation im Kreis Höxter.

Caroline Fechner

**Wie erleben Sie die aktuelle Situation der hausärztlichen Versorgung?**

*Dr. Regina Beverungen:* Da wir es bei uns mit einem Flächenkreis zu tun haben, ergeben sich natürlich regionale Unterschiede. Insgesamt würde ich die Situation aber als angespannt bezeichnen. Vor allem die Altersstruktur der vorhandenen Ärzteschaft treibt uns hier – ähnlich wie in anderen Regionen Deutschlands – die Sorgenfalten auf die Stirn, weil sich die Situation schnell verschärfen kann. In Höxter zum Beispiel stehen für etwa 30.000 Einwohner 18,5 Kassensitze zur Verfügung, aber nur 15,5 Kassensitze sind besetzt. Umso mehr freuen wir uns über Kollegen, die in den vergangenen Monaten nach erfolgreicher Facharztprüfung neu ihre Tätigkeit aufgenommen haben, zum Beispiel in Ottbergen und in Höxter. Es ist wichtig, jetzt etwas zu tun und nicht einfach abzuwarten.

**Was muss im Kreis Höxter geschehen um die hausärztliche Versorgung sicherzustellen?**

*Dr. Wolfgang Avenhaus:* Diese Frage haben wir uns zu Beginn der Zusammenarbeit auch gestellt und sie direkt an die Betroffenen weitergeleitet. Die Hausärzte haben uns in einer repräsentativen Befragung gespiegelt, dass es zum einen eine Entlastung der vorhandenen Ärzteschaft braucht und zum anderen eine intensive Nachwuchsförderung.

**Was sind geeignete Mittel, um Ärzte für den ländlichen Raum zu begeistern?**

*Dr. Regina Beverungen:* Wir müssen Voraussetzungen schaffen, die unsere Region für Ärztinnen und Ärzte attraktiv macht. Die Entwicklung zeigt uns: Jüngere Ärzte sind nicht mehr bereit, die Risiken und Belastungen einer eigenen Praxis einzugehen, verbunden mit Personalverantwortung, Abrechnung und sonstigen bürokratischen Hürden. Die inzwischen in der Gesellschaft viel beachtete Work-Life-Balance macht sich auch bei den jüngeren Kolleginnen und Kollegen bemerkbar. Da der Anteil an Frauen unter den Medizinern wächst, gilt auch Familienfreundlichkeit als bedeutendes Kriterium. Als ebenso wichtigen Schritt sehen wir den engen Kontakt zu den Hochschulen, wobei besonders die zurzeit im Aufbau befindliche Medizinfakultät Bielefeld Chancen bieten könnte. Voraussetzung dafür ist allerdings auch eine Verbesserung des Nahverkehrs, es wird wohl kaum ein Studierender wöchentlich einen Transfer von rund 90 Minuten mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder gar mit dem PKW in Kauf nehmen.

Dr. Wolfgang Avenhaus

*Caroline Fechner:* Einen guten Ansatz bieten auch Arbeitszeitmodelle, die Teilzeit-Anstellungen und Arbeit im Team ermöglichen. Darüber hinaus gilt es, die Vorteile des Landlebens gegenüber der Stadt herauszustellen. Eng verbunden sind damit natürlich eine passende Infrastruktur, Freizeitangebote und Jobangebote für die jeweiligen Lebenspartner. Hierbei kann die von uns angestrebte Vernetzung sehr hilfreich sein.

**Wie wird sich die ambulante ärztliche Versorgung in den nächsten Jahren entwickeln?**

*Dr. Wolfgang Avenhaus:* Der Trend ist schon jetzt zu erkennen, dass Zusammenschlüsse stattfinden, wie in Gemeinschaftspraxen oder medizinischen Versorgungszentren. Diese spielen auch im Kreis Höxter eine immer wichtiger werdende Rolle. Das wird sich fortsetzen, der so genannte »Einzelkämpfer« mit seiner kleinen Praxis wird nach und nach von der Bildfläche verschwinden.

**Wie kann man junge Menschen für den Beruf des Hausarztes begeistern?**

*Dr. Regina Beverungen:* Als Hausarzt baue ich eine langjährige Beziehung zu den Patienten auf, die mir eine ganzheitliche Betreuung ermöglicht. Das damit verbundene vielfältige Diagnostik- und Therapiespektrum erfordert eine breite Ausbildung und eine Zusammenarbeit mit den Spezialisten, die hier vor Ort sehr gut funktioniert. Außerdem unterstützen die Ärztekammer, Krankenkassen und Kassenärztliche Vereinigung eine Niederlassung durch konkrete finanzielle Förderungen und Hilfen im »Bürokratie-Dschungel«.

**Womit kann der Kreis Höxter »punkten«?**

*Dr. Wolfgang Avenhaus:* Wir haben schon früh Wert auf eine gute Vernetzung gelegt. So sind bei uns im Gesundheitsnetz Höxter mehr als 120 niedergelassene Ärzte organisiert, um durch enge Zusammenarbeit und kollegiale Abstimmung untereinander eine optimale und ganzheitliche Gesundheitsversorgung im Kreis Höxter zu gewährleisten.

*Caroline Fechner:* Doch völlig losgelöst von medizinischen Aspekten bietet der Kreis Höxter eine hohe Lebensqualität, ein schönes Umfeld für Kinder und Familien sowie sehr hohe Sicherheit, wie die Statistiken der Kriminalitätsrate belegen. Außerdem verfügen wir über eine breit aufgestellte Kulturszene im ganzen Kreisgebiet, die schon im Namen Kulturland Kreis Höxter zum Ausdruck kommt.

Dr. Regina Beverungen

**Was kann der Kreis Höxter zur Sicherstellung der ärztlichen Versorgung beitragen?**

*Caroline Fechner:* Mit der Einrichtung einer Koordinierungsstelle wurde eine Anlaufstelle geschaffen, um alle Hausärzte zu unterstützen, das gilt natürlich auch für angehende Hausärzte. Wir sehen uns als Kümmerer und arbeiten eng mit allen betroffenen und beteiligten Institutionen zusammen.

**Was wurde bisher erreicht?**

*Dr. Regina Beverungen:* Wir freuen uns, dass im Juni in Paderborn für Medizinische Fachangestellte eine regionale berufsbegleitende Fortbildung zur »Entlastenden Versorgungsassistentin« (EVA) angeboten wird. Mit dieser Qualifikation wird eine Entlastung der Hausärzte erreicht.

Der »Weiterbildungsverbund Allgemeinmedizin Kreis Höxter« steht kurz vor der Gründung. Damit sind einfache Strukturen für die Aus- und Weiterbildung aufgebaut, so dass die Ärzte in Weiterbildung mit nur einem Vertrag ihre gesamte Weiterbildungszeit (mindestens fünf Jahre) im Krankenhaus, in einer Reha-Klinik oder in einer Praxis hier im Kreis Höxter absolvieren können. Außerdem ist es gelungen, einige akademische Lehrpraxen für die Universität Göttingen zu akkreditieren. Seit Jahren begleiten wir Medizinstudierende im Weserbergland vom Physikum bis zur Approbation.

**Was sind die Ziele?**

*Dr. Wolfgang Avenhaus:* In der schon angesprochenen engen Kooperation wollen wir Lösungen finden, die eine Sicherstellung gewährleisten und über finanzielle Anreize hinausgehen. Dabei wollen wir vom Abiturienten bis zum fertigen Facharzt in Kontakt bleiben und bedarfsgerechte Angebote für die Zielgruppen schaffen. Ein ganz wichtiger Aspekt ist dabei die Aufklärung über vorhandene Angebote im Bereich Nachwuchsförderung, finanzielle Unterstützungen und Beratungen.

- Anzeige -

# IHR KOMPETENTER ANSPRECHPARTNER IN HOLZMINDEN UND UMGEBUNG

**AKADEMISCHES LEHRKRANKENHAUS DER MEDIZINISCHEN HOCHSCHULE HANNOVER**

## Wir sind für Sie da, denn Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen:

**Dr. med. Ralf Königstein**
Ärztlicher Direktor
Chefarzt
Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie

**Dr. med. Stefan Deutsch**
Chefarzt
Anästhesie

**Dr. med. Roland Heiduk**
Chefarzt
Gastroenterologie

**Dr. med. Marlies Paur**
Chefärztin
Anästhesie

**Dr. med. Henning Grastorf**
Chefarzt
Gynäkologie und Geburtshilfe
Babyfreundliche Geburtsklinik

**Dr. med. Sabine-Susan Schulz**
Chefärztin
Kardiologie
Chest-Pain-Unit - DKG

**Dr. med. Andreas Deeg**
Chefarzt
Radiologie

**Olga Magdea**
Leitende Ärztin
Geriatrie

**Falk Petersen**
Chefarzt
Unfallchirurgie

**Gesundheit und Pflege im Zeichen der Nächstenliebe.**

**AGAPLESION EVANGELISCHES KRANKENHAUS HOLZMINDEN gGmbH**
Forster Weg 34 | 37603 Holzminden | T 0 55 31 – 705-0
info@evk-holzminden.de | **www.evk-holzminden.de**

Constance Jow kümmert sich um die Weiterentwicklung der KHWE. Elf Jahre war sie Direktorin der Rose-Klinik in Bad Meinberg. Im St. Rochus-Krankenhaus in Steinheim hat sie maßgeblich mitgewirkt, ein christliches Profil im Umgang der Mitarbeiter mit den Patienten und untereinander zu entwickeln. Foto: Ralf Brakemeier

# Freundlichkeit und Mitgefühl müssen im Mittelpunkt stehen

Die Einweisung ins Krankenhaus ist eine Ausnahmesituation für den Patienten, egal, ob er zur Routinekontrolle oder als Notfall kommt. Kann der Patient im katholischen St. Rochus Krankenhaus mehr als den Standard erwarten, wenn es um Freundlichkeit und Mitgefühl geht? Constance Jow findet: »Ja«.

Jow ist Geschäftsfeldentwicklerin der KHWE und Standortbeauftragte für das St. Rochus Krankenhaus. Sie hat sich auf Initiative des Diözesanverbands Paderborn intensiv mit dem eigens für katholische Träger entwickelten Qualitätsmanagementsystem CIM (Catholic Identity Matrix) beschäftigt. Welche Werte in einem christlichen Krankenhaus gelebt werden, das haben verschiedene Arbeitsgemeinschaften bestehend aus Mitarbeitern des Krankenhauses ergründet.

Aus den Ergebnissen der Selbstbewertung in Bereichen wie Solidarität, Nachhaltigkeit, ganzheitliche Zuwendung oder Kirchlichkeit ergebe sich nun der Handlungsauftrag für die nächsten Monate und Jahre. Ziel ist auch die stetige Auseinandersetzung der Mitarbeiter mit dem katholischen Weltbild des Trägers. »Ein Prozess, der immer weiter gehen wird«, ist sich Constance Jow schon jetzt sicher.

Am Ende muss natürlich das positive Ergebnis für den Patienten und die Mitarbeiter stehen. Der mitfühlende Umgang soll sich natürlich nicht nur auf die Beziehung von Pfleger oder Ärztin zum Patienten, sondern ebenso auf das Verhältnis des Personals untereinander erstrecken. Ein Arbeitsumfeld, in dem der Dienst am Patienten Spaß macht und erfüllend ist, kann nur das Ziel sein. Und natürlich: Auch der Patient muss dieses positive Ambiente von Anfang an spüren. »Wir wollen die Mitarbeiter noch mehr für die Bedürfnisse des Patienten sensibilisieren. Wir müssen Hilfestellungen bieten, wo es nur geht. Von der Aufnahme angefangen ist Serviceorientiertheit wichtig, und das muss sich auch auf Station fortsetzen«, sagt Constance Jow, die sich im Studium mit Business und Qualitätsmanagement beschäftigt hat. Elf Jahre lang war sie Direktorin der Rose-Klinik in Bad Meinberg. Gebürtig ist Jow aus dem Rheinland, Anfang der 90er Jahre hat es sie nach Detmold »verschlagen«.

Sie ist sicher: »Auch eine Personalaufstockung löst nicht alle Probleme. Unsere Ziele sind nicht unerreichbar, wenn wir die Mitarbeiter in den Prozess mit einbeziehen. Der Mitarbeiter soll der Experte werden, und ich stelle bereits jetzt Fortschritte fest«, ist Constance Jow optimistisch. Jeder könne aktiv zur Verbesserung des Klimas und des Umgangs untereinander und mit den Patienten beitragen. Jow weiß: »Das ist auch Arbeit. Am Ende überträgt sich die Zufriedenheit auf den Patienten.«

Die Seelsorge soll am St. Rochus in Steinheim in Zukunft eine noch größere Rolle spielen. Nächstenliebe will das Krankenhaus auch im Umgang mit schwierigen, vielleicht dementen oder der deutschen Sprache nicht mächtigen Patienten beweisen. »Wir schicken niemanden weg«, bringt es Constance Jow auf den Punkt. Dazu wird ein Notfallfonds eingerichtet, um Patienten auch mit ungeklärtem Versicherungsstatus behandeln zu können und zur Not auch einmal ein Taxi bezahlen zu können.

Um sich auch weiterhin mit den Fragestellungen der CIM und den Bedürfnissen von Patient und Personal zu befassen, gründet sich noch in diesem Monat am St. Rochus Krankenhaus in Steinheim ein so genannter Pastoralrat. Zu ihm werden Jow, der Krankenhauspfarrer Edgar Zoor und vier weitere Mitarbeiter aus unterschiedlichen Arbeitsebenen gehören.

Das St. Rochus ist bei der Erarbeitung und Umsetzung des Prozesses nur der Vorreiter. Die hier erzielten Ergebnisse sollen nach und nach auf andere Häuser in der KHWE-Familie übertragen werden.

**Ralf Brakemeier**

# IHR HÖRAKUSTIKER VOR ORT!

SCHOLAND
Hörakustik

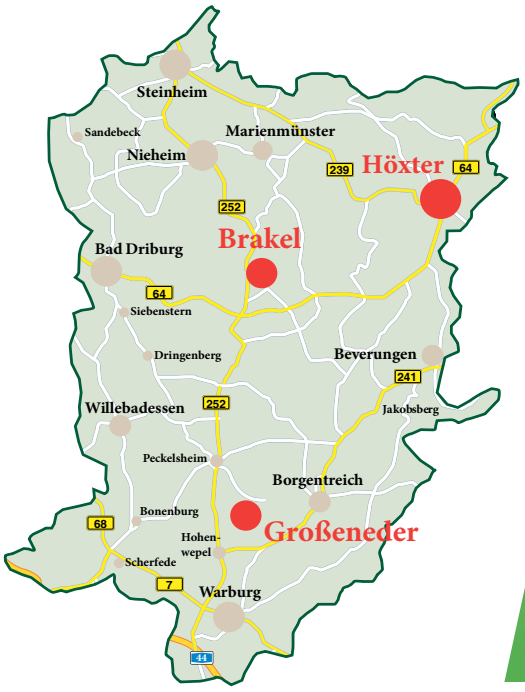
## Unsere Leistungen:

- Hörgeräteberatung und -anpassung
- Hörgerätereinigung und Reparatur
- kostenloser Hörtest
- kostenloser, mobiler Hausbesuchsservice
- Kinderanpassung
- individueller Gehörschutz
- kostenloses Probetragen
- kostenloses Hörtraining
- persönliche Hörprofilerstellung
- Tinnitusanalyse

**Ihrem Gehör zuliebe.**

P
AUSREICHEND VORHANDEN!

- Lassen Sie sich beraten, das Team von Scholand Hörakustik freut sich auf Ihren Besuch!



## 3x in Ihrer Nähe

**Corbiestraße 23**
**37671 Höxter**
**05271 / 966 054 0**

**Am Thy 19**
**33034 Brakel**
**05272 / 394 040 0**

**Hauptstraße 39**
**34434 Borgentreich-Großeneder**
**05644 / 947 95 38**

**www.scholand-hoerakustik.de**

# Auch mal »offline« sein

Smartphone, Tablet, Computer: Online zu sein, ist ein wichtiger Bestandteil des jugendlichen Lebens. Die Mediennutzung gehört zum Alltag dazu. Neben den Chancen gibt es auch Schattenseiten dieser Entwicklung. Kinder- und Jugendärzte warnen sogar vor der so genannten Momo-Challenge und anderen Kettenbriefen in sozialen Netzwerken.

Die übermäßige Nutzung digitaler Medien schadet Kindern und fordert mehr Achtsamkeit und Fürsorge von Eltern. Eine gesunde Balance zwischen online und offline ist enorm wichtig«, meint Julia Hake-Sauerland, Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche, aus Warburg: »Ein erhöhter Medienkonsum kann dafür sorgen, dass die für die Förderung von Kreativität wichtige Langeweile und Ruhe oft zu kurz kommen. Zudem wissen Kinder meist nicht, wie sie mit der Informationsflut im Netz oder mit Cybermobbing umgehen sollen.« Das reale Spielen, das Sprechen und Lesen, Künstlerisches, Bewegung im Freien, Schlafen und Schule würden häufig vernachlässigt. Dies könne sogar psychische Erkrankungen verursachen oder begünstigen.

Wenn Kinder und Jugendliche täglich mehrere Stunden vor dem Computer verbringen, verändere das nicht nur deren Wahrnehmung, ihr Raum- und Zeitempfinden und Gefühlswelt. »Es finden tatsächliche Veränderungen im Gehirn statt«, so Julia Hake-Sauerland. »Wer sehr viel Zeit in virtuellen Welten oder im Internet verbringt, dessen Gehirn passt sich immer besser an das an, was dort geschieht«, sagt die 36-jährige Psychotherapeutin. Deshalb rät sie, Kindern und Jugendlichen Aufgaben zu geben, an denen sie wachsen können und Gemeinschaften zu erfahren, in denen sie sich wohl und geborgen fühlen.

Seit einigen Monaten bekommen Kinder und Jugendliche über den Messenger-Dienst WhatsApp und über Online-Computerspiele Nachrichten von einer fiktiven Gruselfigur mit Namen Momo. »Momo macht Kindern Angst. Sie fordert sie zum Beispiel auf, ihre Nachrichten weiterzuleiten. So wird der Horror verbreitet. Und für den Fall einer Missachtung dieser Anweisungen werden drastische Konsequenzen angedroht«, berichtet Julia Hake-Sauerland aus ihrer täglichen Praxis. »Eltern sollten Kinder für einen sorgsamen Umgang mit Medien aller Art sensibilisieren. Sie sollten erste Schritte ins Internet aktiv begleiten, keine persönlichen Daten preisgeben und sich gemeinsam mit dem Nachwuchs informieren, wo Gefahren lauern und welche Art von Einstellungen Schutz bieten.«

Psychotherapeutin Julia Hake-Sauerland aus Warburg ist der Meinung, dass eine Balance zwischen online und offline enorm wichtig ist – besonders für Kinder und Jugendliche. Foto: Tanja Sauerland

Wegen des Zockens die Ausbildung abgebrochen, aus Angst nicht mehr aus dem Haus gehen, von der Familie und Freunden entfremdet: Eine exzessive Mediennutzung birgt gesundheitliche Risiken bis hin zur Sucht. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat im Juni 2018 die »Gaming Disorder«, also die Sucht nach Videospielen, in ihren Katalog von psychischen Krankheiten aufgenommen.

Fazit: Es ist wichtig, den Konsum von Bildschirmmedien zeitlich zu begrenzen und Kindern zu zeigen, welche Freude es macht, mit allen Sinnen die reale Welt und das reale Miteinander mit Freunden zu erleben. Julia Hake-Sauerland: »Verankert in der Wirklichkeit können Kinder und Jugendliche später auch mit Medienwelten selbstbestimmter umgehen.« Besonders wichtig: Je kleiner die Kinder sind, desto größer sollte der bildschirmfreie Raum in ihrem Leben sein. Bei Säuglingen und Kleinkindern unter drei Jahren sollten Bildschirmmedien überhaupt nicht zum Einsatz kommen. **-tab-**

## Tipps für Eltern

– Seien Sie Vorbild für Ihr Kind. Verwenden Sie selbst technische Geräte zielorientiert, nicht aus Langeweile. Essen Sie ohne Bildschirmmedien. Bildschirmfreie Einschlafrituale und Schlafräume sind notwendig für einen gesunden Schlaf.
– Nutzen Sie Bildschirmmedien nicht zur Belohnung, Bestrafung oder Beruhigung.
Sprechen Sie mit Ihrem Kind, und hören Sie ihm aufmerksam zu. Ermöglichen Sie Ihrem Kind, kreativ zu werden, indem Sie weniger vorgeben.
– Überlassen Sie die Fernbedienung nicht Ihrem Kind. Wählen Sie ruhige, altersgerechte Sendungen ohne Gewalt aus.
-Halten Sie Altersbeschränkungen für Computerspiele, Filme und soziale Medien ein. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind die Handyregeln der Schule einhält.
– Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Datenschutz, soziale Medien, Gewalt, Sexualität, Pornografie, Glücksspiel. Beginnen Sie damit, bevor Sie ihm einen eigenen Internetzugang ermöglichen.
– Erlauben Sie sich und Ihrem Kind, auch unerreichbar zu sein. Unterstützen Sie die Kommunikation ohne elektronische Geräte. Bestärken Sie Ihr Kind, unabhängig vom Smartphone zu bleiben.
Mehr Informationen gibt es unter Telefon 0221/892031 (BZgA-Telefonberatung) oder im Internetportal http://www.ins-netz-gehen.de.
Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA

## Hospizhelfer schließen Kursus ab

Sieben neue Hospizhelfer haben ihre Ausbildung beim Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst im Kreis Höxter abgeschlossen. Sie begleiten schwerstkranke Menschen und deren Angehörige. Seit Oktober 2018 nahmen die Teilnehmer des Kurses unter Anleitung an den 26 Modulen des Seminars mit 120 Unterrichtseinheiten teil. Die Ausbildung schloss die Besuche der Palliativstation Bad Lippspringe, des Krematoriums in Diemelstadt sowie des Klosters Dalheim mit ein. Die Teilnehmer setzten sich unter anderem mit der eigenen Endlichkeit auseinander und lernten viel über Hospizarbeit, Kommunikation, Schmerztherapie und rechtliche Fragen. Sie haben nun die Befähigung, schwerstkranke Menschen und deren Angehörige in ihrer letzten Lebensphase begleiten. Wer sich für eine Ausbildung zum Hospizhelfer interessiert, kann sich gerne unter Telefon 05272/6071730 bei der Hospizkoordinatorinnen Silvia Drüke oder Silke Antemann informieren. Das nächste Seminar beginnt am 29. Oktober. Die neuen Hospizhelfe (von links): Karin Höflich, Dr. Heidrun Strauss-Ellermann, Florian Pottmeier, Jacqueline Peine, Antonia Mues-Gerlach, Heidrun Werneburg, Hospizkoordinatorin Silvia Drüke, Ulrike Adamietz, Kursleitung Renate Große-Bölting sowie Hospizkoordinatorin Silke Antemann.


Jetzt auch Schwindel- und Vestibular-Therapeut

Physiotherapie Heiko Streiber

**Öffnungszeiten:**
Mo. – Do.: 8 – 12 Uhr
und von 14 – 19 Uhr
Fr.: 8 – 14 Uhr

Zum Warburger Tor 13 | 34414 Warburg-Ossendorf
Tel.: 05642 949430
physiotherapie-steiber@t-online.de
www.physiotherapie-streiber.de

Wemmel's Apotheke

Wir nehmen uns Zeit für Sie!

Eginhard Weyl · Corbiestraße 38 · 37671 Höxter
Telefon 0 52 71 / 24 29 · www.wemmels-apotheke.de

-Anzeige-

Noch bis in das nächste Jahr erstrecken sich die umfangreichen Umbau- und Erweiterungsarbeiten am AGAPLESION EVANGELISCHES KRANKENHAUS HOLZMINDEN Fotos: Ralf Brakemeier

# Traditionshaus entwickelt sich

Die AGAPLESION EVANGELISCHES KRANKENHAUS HOLZMINDEN kann auf eine fast 80-jährige Geschichte zurückblicken und entwickelt sich stetig weiter. Gerade jetzt finden umfangreiche Um- und Ausbaumaßnahmen statt.

Einladend: Der neue Empfang der Endoskopie.

Großzügige Einbettzimmer werden vorgehalten.

Geburtsstation mit allen Möglichkeiten.

Die AGAPLESION EVANGELISCHES KRANKENHAUS HOLZMINDEN gemeinnützige GmbH in der niedersächsischen Stadt Holzminden ist ein Krankenhaus der Grund- und Regelversorgung mit 183 Betten. Seit Oktober 2012 gehört das Holzmindener Krankenhaus durch den Gesundheitskonzern AGAPLESION zu einer starken diakonischen Gemeinschaft. In zehn Fachabteilungen und vier Belegkliniken werden Patienten in Holzminden optimal versorgt, denn die Ärzte und Pflegekräfte, die sozialen Dienste, die Krankenhausseelsorge sowie viele weitere Mitarbeitende stehen Patienten und deren Angehörigen stets mit Rat und Tat zur Seite, sind mit hohem Einsatz für die Patienten da und üben ihren Beruf mit dem Herzen aus.

Im Holzmindener Krankenhaus ist nicht nur das medizinische Wissen auf dem neuesten Stand, auch baulich erfolgt seit dem Jahr 2015 eine starke Entwicklung. Am 24. Juli 2015 fiel der Startschuss für die umfangreichen Maßnahmen: Der so genannte C-Trakt des Krankenhauses wurde um zwei Etagen erweitert. Dort finden seitdem eine neue Intensivstation mit 14 Betten und die neue Station C3 mit bis zu 30 Betten ihren Platz. Um weitere Kapazitäten für die medizinische Versorgung der regionalen Bevölkerung bereit zu halten, wurde zusätzlich eine vollwertige neue Station im Erdgeschoss mit 24 Betten erbaut.

Seit Juni 2018 wird an der weiteren Neustrukturierung der Funktions- und Pflegebereiche im AGAPLESION EVANGELISCHES KRANKENHAUS HOLZMINDEN gearbeitet. Die neue, hochmoderne Endoskopie-Abteilung, das Zentrum für Ambulantes Operieren und das Schlaflabor mit vier Überwachungsplätzen konnten bereits im Mai 2019 in Betrieb genommen werden. Auch diese Entwicklungsmaßnahme bedeutet weitere Versorgungskapazitäten im Holzmindener Krankenhaus.

Im weiteren Verlauf bis zum Jahr 2020 werden der Operationsbereich und die Zentralsterilisationsabteilung des Krankenhauses vollständig erneuert. Ebenso werden die Pflegestationen im A-Trakt des Krankenhauses modernisiert. Hierbei entsteht auch eine neue Komfortstation mit großzügigen Einbettzimmern sowie hochwertiger Ausstattung.

Wer mehr über die Fachabteilungen und Versorgungsangebote im Krankenhaus Holzminden erfahren möchte, kann sich auf der Internetseite **www.evk-holzminden.de** informieren.

Kontakt:
Agaplesion Evangelisches Krankenhaus Holzminden, Forster Weg 34, 37603 Holzminden, Telefon 05531/7050
E-Mail: info@evk-holzminden.de

# Weniger Windpocken im Kreis Höxter

■ Im Kreis Höxter ist die Zahl der Windpockenfälle im vergangenen Jahr gesunken. Insgesamt waren es 21 Fälle, im Jahr 2017 waren es noch 29. Dies entspricht einem Rückgang von 27,6 Prozent. Bundesweit war ein Rückgang von 8,1 Prozent zu verzeichnen, in NRW betrug der Rückgang 13,7 Prozent. Basis für die Zahlen ist eine Auswertung der aktuellen Daten des Robert-Koch-Instituts (RKI). »Trotz dieser erst einmal erfreulichen Zahlen raten wir dazu, insbesondere Kinder auch weiterhin gegen Windpocken impfen zu lassen. Denn: Man sollte diese Krankheit nicht unterschätzen, Windpocken sind bei Kindern zwar meistens relativ harmlos, bei Erwachsenen besteht aber die Gefahr von Folgeerkrankungen wie Gehirn- oder Leberentzündung«, sagt Krankenkassen-Expertin Stefanie Weier.

Windpocken werden meist durch Husten und Niesen übertragen, eine Ansteckung kann auch durch Flüssigkeiten aus den Bläschen des Hautausschlags erfolgen, in dem viele Viren enthalten sind. Da die Viren lange in der Luft schweben, kann die Infektion tatsächlich durch Wind über große Entfernung übertragen werden – daher ihr Namen Windpocken. Wer nicht immun ist, steckt sich in der Regel sofort an. Danach dauert es zwei bis drei Wochen, bis die Krankheit ausbricht. Die Symptome klingen in der Regel nach einer weiteren Woche wieder ab. Wer schon einmal mit der Krankheit infiziert war oder geimpft wurde, kann sich dagegen nicht anstecken. »Darum ist es so wichtig, dass möglichst alle Kinder gegen Windpocken geimpft werden«, so Stefanie Weier. Der Impfschutz wird im Rahmen der Vorsorgeuntersuchungen vom Kinderarzt überprüft.

Die Ständige Impfkommission empfiehlt die erste Impfung für Kinder im Alter von elf bis 14 Monaten. Die zweite Impfung sollte in einem Lebensalter von 15 bis 23 Monaten erfolgen. Die Impfung kann zudem zu jedem Zeitpunkt nachgeholt werden, wenn sie nicht im empfohlenen Alter erfolgt ist.

Die Impfkommission empfiehlt, Kinder im Alter von elf bis 14 Monaten zum ersten Mal gegen Windpocken impfen zu lassen. Die zweite Impfung für einen dauerhaften Schutz erfolgt wenige Monate später. Foto: Tim Reckermann/pixelio

# Was macht die KV?

■ Als öffentlich-rechtliche Körperschaft handelt die Kassenärztliche Vereinigung (KV) in Vertretung ihrer Mitglieder mit den Verbänden der Krankenkassen die Gesamtvergütung für die ärztlichen Leistungen aus.

Dazu schließt sie entsprechende Verträge ab. Als genossenschaftlicher Zusammenschluss garantiert die KV somit, dass die wirtschaftlichen Interessen ihrer Mitglieder gegenüber den Krankenkassen gewahrt werden. Das erspart den Ärzten, jeweils einzeln mit den Krankenkassen Verhandlungen über die Vergütung zu führen.

Die KVWL versteht sich aber nicht nur als Körperschaft mit hoheitlichen Befugnissen, sondern auch als Interessenvertretung und Dienstleister für ihre Mitglieder (Ärzte und Psychotherapeuten). Die Information der Mitglieder über alle Belange ihrer Praxistätigkeit bildet einen weiteren Schwerpunkt. Der Gesetzgeber hat den Kassenärztlichen Vereinigungen die Aufgabe übertragen, die vertragsärztliche Versorgung so zu regeln, dass eine ausreichende, zweckmäßige und wirtschaftliche Versorgung der gesetzlich Krankenversicherten gewährleistet ist. Zu diesen Aufgaben gehört auch ein ausreichender Notdienst. Die KVWL überprüft auch die Abrechnungen ihrer Mitglieder vor Weitergabe an die Krankenkassen auf Schlüssigkeit sowie sachlich-rechnerische Richtigkeit. Dadurch wird gewährleistet, dass den Krankenkassen nur solche Leistungen in Rechnung gestellt werden, die nach den Gebührenordnungen berechnungsfähig sind.

Eine Kassenärztliche Vereinigung hat aber nicht nur gesetzlich übertragene Ordnungsfunktionen wahrzunehmen, sie vertritt zugleich auch die rechtlichen und wirtschaftlichen Interessen ihrer Mitglieder. Dazu gehört in erster Linie die angemessene Honorierung der vertragsärztlichen Leistungen.

Die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe hat in Paderborn eine von zwölf Bezirksstellen, die jeweils durch ein ärztliches oder psychotherapeutisches Mitglied ehrenamtlich geleitet werden.

Bezirksstelle in Paderborn: Alte Brauerei 1-3, Telefon 05251/22473, Leiter Dr. Ulrich Polenz, Stellvertreter Dr. Karl-Heinz Pfetsch.

Anlässlich des internationalen Tags der Pflege am 12. Mai hat Hausleitung Annette Wennrich den Mitarbeitenden als »Alltagshelden« Lob und Anerkennung ausgesprochen. Eine neue Pflegedienstleitung sowie zwei neue Bereichsleitungen wurden in ihrem Amt willkommen geheißen.

# Eine Anerkennung für die »Helden des Alltags«

■ »Für mich bedeutet der Tag der Pflege, ihre Arbeit mit den Bewohnern einmal in ein besonderes Licht zu rücken. Die Leistung, die sie alle bringen, besonders hervorzuheben und ihnen als Pflegende Danke zu sagen.« Mit diesen Worten sprach Annette Wennrich, Hausleiterin des Helene-Schweitzer-Zentrums anlässlich des internationalen Tags der Pflege allen Mitarbeitern der Einrichtung Lob und Anerkennung aus und ehrte sie mit einem Anstecker als »Alltagshelden«. Darauf folgend führte sie neue Leitungskräfte in ihr Amt ein.

Als neue Pflegedienstleiterin begrüßte Wennrich die langjährige Pflegefachkraft Natascha Reiter, die ihren Tätigkeitsbereich zuletzt als Bereichsleitung in der Einrichtung gehabt hatte. Als Bereichsleiterinnen wurden Melanie Nolte und Gudrun Hamann willkommen geheißen.

In der Laudatio an ihre Mitarbeiter bezog sich Annette Wennrich auf die Worte von Staatssekretär Karl-Josef Laumann, der mehr Wertschätzung und Anerkennung für die Pflegekräfte in Deutschland fordert. »Die Pflege ist ein anspruchsvoller und komplexer Beruf. Unsere Pflegekräfte verfügen über ein hohes Maß an fachlicher Kompetenz und Professionalität. Gleichzeitig braucht es viel Empathie, um Patienten und Pflegebedürftige ihren Bedürfnissen entsprechend zu versorgen. Gerade der Tag der Pflege sollte daher ein Tag des ganz besonderen Dankes für dieses Engagement sein«, zitierte Wennrich den Patientenbeauftragte und Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung.

Der Internationale Tag der Pflege wird jährlich am 12. Mai begangen. Der Tag erinnert an den Geburtstag der britischen Krankenpflegerin und Pionierin der modernen Krankenpflege, Florence Nightingale, und regt traditionell zur Diskussion über Themen in der Pflege an.

# Die Angehörigen pflegen

■ Trotz der Entlastung durch einen ambulanten Pflegedienst sind die Anforderungen an pflegende Angehörige hoch.

Angehörige werden bei der Betreuung auf vielfältige Weise herausgefordert.

Das Team der familialen Pflege bietet Kurse an, die erforderliches Fachwissen ebenso vermitteln wie praktische Tipps zur Pflegeunterstützung.

Für Anmeldungen und weitere Auskünfte wenden sich Interessierte an die Pflegetrainerin Diana Boldewin, Telefon 05271/66183091 oder 0160/99103015.

# Neue Therapie: Schwerelos gehen

-Anzeige-

■ Schwerelos gehen mit dem Anti-Schwerkraft-Laufband. Das ist der neue Therapiestandard in Rehabilitation und Training in der Praxis »Physiotherapie am Kurpark« von Marco Congia in Bad Driburg, Brunnenstraße 18.

Für die besten Athleten der Welt und Sportvereine, wie zum Beispiel Real Madrid, FC Bayern München oder Manchester United, ist das Anti-Schwerkraft-Laufband ein wesentlicher Bestandteil des Konditions- und Rehabilitationsprogramms und steht nun auch den Patienten von Marco Congia zur Verfügung. Borussia Dortmund-Spieler Sebastian Rode konnte mit Hilfe des Alter G Laufbandes nach einem erlittenen Knorpelschaden im Kniegelenk sein Lauftraining sechs Wochen lang in der »Schwerelosigkeit« absolvieren und erhielt damit seine Ausdauerfähigkeit, Laufkoordination und Muskelkraft. Durch die Möglichkeit der präzisen partiellen Gewichtsentlastung um bis zu 80 Prozent des eigentlichen Körpergewichts kann das Alter G die Belastung beim Gehen und Laufen stark reduzieren und die Entlastungsprotokolle der Patienten exakt umsetzen.

Das Alter G Laufband eignet sich für...

- beschleunigte Rehabilitation nach operativen Eingriffen an den unteren Extremitäten
- funktionelles Training nach einer Verletzung
- Kraft- und Konditionstraining mit reduzierter Belastung
- Gangschule bei Arthrose
- Gangschulung für neurologische Patienten
- Gewichtsregulierung und -reduktion
- Kraft- und Konditionstraining bei älteren Menschen.

Marco Congia mit Maximilian Hippe (21), zukünftiger U23-Spieler (Innenverteidiger) bei Borussia Dortmund. Er hatte eine Schambeinverletzung und war bei Marco Congia in Behandlung. Das neue Gerät, in dem er steht, hat ihm sehr geholfen. Foto: Reinhold Budde

PHYSIOTHERAPIE
AM KURPARK

Marco Congia | Physiotherapie am Kurpark
Brunnenstraße 18 | 33014 Bad Driburg | Telefon: 05253 / 9353074

www.marco-congia.de

# Die Kliniken im Kreis Höxter

Klinikum Weser-Egge
Standort Brakel - St. Vincent-Hospital
05272/607-0

HELIOS Klinikum Warburg
05641/910

Caspar-Heinrich-Klinik
Bad Driburg
05253/9540

F. X. Mayr-Zentrum
Bad Driburg
Reha-Kliniken und Sanatorien
05253/952516

Klinik Rosenberg
Bad Driburg
05253/9700

Knappschafts-Klinik
Bad Driburg
05253/831

Marcus-Klinik
Bad Driburg
05253/9530

Park-Klinik Bad Hermannsborn GmbH
Bad Driburg
05253/407000

Reha-Klinik Berlin der BfA
Bad Driburg
05253/9800

Vital-Klinik GmbH
Bad Driburg
05253/9710

Asklepios Weserbergland-Klinik
Höxter
05271 / 980

Annenhof-Klinik
Steinheim
05233/95960

Klinikum Weser-Egge
Geschäftsführung/Verwaltung
05272/607-0

Klinikum Weser-Egge
Standort Bad Driburg - St. Josef-Hospital
05253/9850

Klinikum Weser-Egge
Standort Höxter - St. Ansgar-Krankenhaus
05271/660

Klinikum Weser-Egge
Standort Steinheim - St. Rochus-Krankenhaus
05233/2080

# Die Arbeit in den Praxen geht weiter

Im Krankenhaus Warburg sind Entbindungen seit November 2005 Geschichte. Jetzt schließt auch die geburtshilfliche Abteilung des St.-Elisabeth-Krankenhauses in Volkmarsen.

Für Schwangere aus dem Warburger Land heißt das, dass sie dann für die Geburt ihres Kindes eine längere Fahrt zur Entbindungsklinik in Kauf nehmen müssen.

Die geburtshilfliche Belegabteilung am Krankenhaus in Volkmarsen wird zum 30. Juni ihren Betrieb einstellen, das teilt das Krankenhaus mit. Eine nachhaltige Sicherstellung der Geburtshilfe sei unter keinen Umständen möglich, erläutert Geschäftsführer Michael Schmidt. Vor diesem Hintergrund haben die freiberuflichen Beleghebammen ihren Vertrag mit dem St.-Elisabeth-Krankenhaus bereits fristgerecht zum 30. Juni gekündigt. Die gynäkologische Versorgung durch die Belegärzte Dr. Ralf Kubenke und Leonhard Kalhoff bleibt am Standort erhalten.

Neun freiberufliche Beleghebammen sind von dem Aus der Geburtshilfe-Abteilung im Krankenhaus Volkmarsen betroffen. »Aber auch wenn der Kreißsaal Ende Juni schließt, ist die Betreuung der Schwangeren vor und nach der Geburt gesichert«, sagt Hebamme Christine Rose. Ihre Praxis in Warburg, die sie mit Karin Kessen betreibt, bleibt bestehen.

Auch die Hebammenpraxen in Volkmarsen und Bad Arolsen würden weitergeführt. Die Schließung der geburtshilflichen Abteilung im St.-Elisabeth-Krankenhaus trifft Rose und ihre Kolleginnen hart. »Das ist bitter für mich. Schließlich gehört die Geburtshilfe zum Job«, bedauert die Daseburgerin. Durch die Entscheidung der Geschäftsführung, die Geburtshilfe in Volkmarsen nicht mehr anzubieten, werde schwangeren Frauen eine Wahl genommen. »Anders als in größeren Häusern arbeiten wir sehr familiär. In der Regel haben die Frauen vor der Entbindung den Arzt kennengelernt, der zur Geburt oder bei Besonderheiten dazu kommt. Wenn sie Glück haben, hat ihre betreuende Hebamme gerade Bereitschaftsdienst. Das ist für schwangere Frauen sehr beruhigend«, weiß die 58-jährige Hebamme.

Pro Jahr sind im Krankenhaus Volkmarsen etwa 300 Babys zur Welt gekommen. 2018 entschieden sich 120 Frauen aus Nordrhein-Westfalen für eine Geburt in Volkmarsen, davon 82 Frauen aus Warburg. »40 Minuten Fahrtzeit bis zur Geburtsklinik wird schwangeren Frauen zugemutet«, weiß Christine Rose. »Das kann nach Höxter, Paderborn und Kassel klappen – wenn nichts dazwischen kommt. Ob sich die längere Fahrtzeit zum Problem entwickeln wird, wird sich noch zeigen«, sagt die Hebamme.

Hebamme Christine Rose. Foto: Silvia Schonheim

Das Helios-Klinikum in Warburg hat auf Nachfrage des WESTFALEN-BLATTES kein Interesse daran, in Zukunft wieder eine Geburtshilfe-Abteilung anzubieten.

Das nächstgelegene Krankenhaus, in dem Frauen aus dem Warburger Land nach der Schließung der Geburtshilfe-Abteilung in Volkmarsen entbinden können, ist im hessischen Hofgeismar. Kursierende Gerüchte, dass auch diese Belegabteilung schließt, dementiert Inga Eisel, Pressesprecherin der Gesundheit Nordhessen Holding AG: »Rund 300 Kinder kommen jedes Jahr in Hofgeismar zur Welt. Das soll auch so bleiben, wenn das neue Krankenhaus steht. Die Planungen für den neuen Klinikbau berücksichtigen alle Leistungen der Geburtshilfe.«

Die Kreisklinik Hofgeismar soll an einem neuen Standort gebaut werden. Die Detailpläne für den Neubau will die Gesundheit Nordhessen Ende Juni der Öffentlichkeit vorstellen. Inga Eisel: »Die Bauarbeiten werden vom Winter 2019/2020 bis in den Frühherbst 2022 dauern. Ab Ende 2022 ist das Krankenhaus Hofgeismar dann voll im Betrieb.«

**Silvia Schonheim**

# GESUNDHEITSZENTRUM BEVERUNGEN

Blankenauer Straße 4, 37688 Beverungen

## Ihr Spezialist für Orthopädie & Schuhtechnik in Beverungen

- **Computergesteuerte Laufanalyse**
- **Orthopädische Maßschuhe**
- **Orthopädische Maßeinlagen**
- **Orthopädische Schuhzurichtung**

Finn Comfort · MEPHISTO WORLD'S FINEST FOOTWEAR · MEINDL Shoes For Actives · waldläufer

Orthopädie & Schuhtechnik
**Josef Bröker**

Zugelassen zu allen Krankenkassen und Berufsgenossenschaften

37688 Beverungen · Blankenauer Straße 4 · Telefon 0 52 73 - 36 49 49

---

SANITÄTSHAUS
**RAKERS**
QUALITÄTSHAUS

**Tel.: 0 52 73 / 38 96 14**
**Fax: 0 52 73 / 36 50 59**
**Öffnungszeiten:**
**Mo. + Di. + Do.**
08.00 - 13.00 Uhr, 14.00 Uhr - 18.00 Uhr
**Mi. + Fr.** 08.00 - 14.30 Uhr
www.rakers-medizinbedarf.de
beverungen@rakers-medizinbedarf.de

---

HÖRSYSTEME
**HÄUSLER**
*Das Leben klingt gut.*

**Öffnungszeiten:**
**Mo. – Fr.:** 09.00 – 13.00 Uhr
14.00 – 18.00 Uhr
**Sa.:** nach Vereinbarung

**Tel.: 05273 367566**
**www.das-leben-klingt-gut.de**
beverungen@hoersysteme-haeusler.de

---

# Dr. med. Guido Krug

Facharzt für Orthopädie und Rheumatologie

Akupunktur · Chirotherapie · Knochendichtemessung · Magnetfeldtherapie
Physikalische Medizin · Sportmedizin · Stoßwellentherapie

- **Ambulante Operationen:** Fußchirurgie, Handchirurgie

**Telefon 05273 - 21291**

E-mail: anmeldung@dr-krug.com Web: dr-krug.com

---

**Weserbergland-Praxis**
*Der Mensch zuerst*

**Dr. med. Jens Grothues** **Dr. med. Axel Wagner**
**Dr. med. Ute Knauer** **Dr. med. Matthias Rose**

☎ **05273 - 3618-0, E-mail: info@weserbergland-praxis.de**
**Web: www.weserbergland-praxis.de**

---

*Immer für Sie da!*

**Vital APOTHEKE** IM GESUNDHEITSZENTRUM
Blankenauer Straße 4 · 37688 Beverungen
Telefon: **0 52 73 / 36 87 02**
www.vital-apotheke-beverungen.de

**MÜHLEN APOTHEKE**
Mühlenstraße 27a · 37688 Beverungen
Telefon: **0 52 73 / 36 79 99**
www.mühlen-apotheke-beverungen.de

**Pillenexpress-Beverungen**
Sicher, Kompetent und schnell !!!

Egal ob Sie Ihre Medikamente online reservieren bzw. telefonisch vorbestellen möchten, oder Im Krankheitsfall unsere Apotheken persönlich nicht aufsuchen können:

Ein Anruf bzw. Mausklick genügt und wir machen uns schnellstmöglich auf den Weg!

Und wenn Sie gerne persönlich vorbeikommen möchten, freuen wir uns auf Ihren Besuch in einer unserer Apotheken!

Pillen Express

---

PFLEGETEAM
**WARNECKE**
*Pflege in guten Händen*

www.pflegeteam-warnecke.de

**Für ein persönliches Gespräch stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung!**

**Telefon: 0 52 73 - 38 91 45**
**Fax: 0 52 73 - 36 47 71**
**Mobil: 01 72 - 2 90 04 79**

-Anzeige-

High-End-Medizintechnik: Das Ganglabor »Lokomat« gehört zusammen mit dem Brainlabor und dem Handlabor zu den neuen Therapiebereichen in Höxter.

Im Ambulanz-Zentrum der Asklepios Weserbergland-Klinik kann unter anderem mit dem einzigartigen dreidimensionalen Therapiesystem »Spacecurl« trainiert werden.

# Rehabilitation mit Medizintechnik auf höchstem Niveau

Die Asklepios Weserbergland-Klinik in Höxter gehört zu Deutschlands führenden Fachkliniken für geriatrische und neurologische Rehabilitation und ist ein sehr leistungsfähiges Therapiezentrum für neuromuskuläre Erkrankungen.

In der Neurologischen Klinik werden Patienten mit Schlaganfall-Erkrankungen, Gehirnblutungen und Verletzungen des Gehirns rehabilitiert. Ein weiterer Schwerpunkt besteht in der Rehabilitation von Erkrankungen der Muskulatur (z. B. Muskelschwunderkrankungen), Rückenmarkserkrankungen wie ALS, Nervenerkrankungen sowie Multipler Sklerose (MS). Hier wird die Weserbergland-Klinik aus dem gesamten Bundesgebiet und dem europäischen Ausland belegt.

Ziel in der Klinik für Geriatrie ist es, den Patienten so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen, ihre Mobilität zu erhalten und sie nach Abschluss der Behandlung in die gewohnte Umgebung zu entlassen.

Den guten Ruf hat sich das Haus in Jahrzehnten erfolgreicher Tätigkeit mit seinen interdisziplinären Teams aus Ärzten, Therapeuten und Pflegekräften erarbeitet. Dies wurde auch durch das Ergebnis in Deutschlands größtem Klinikvergleich des Nachrichtenmagazins »Focus« wieder bestätigt. Nicht zuletzt auch, weil großer Wert auf eine Fort- und Weiterbildung der Mitarbeiter in Therapie und Pflege gelegt wird. Als »TOP-Rehaklinik 2019« überzeugt die Asklepios Weserbergland-Klinik laut »Focus« durch eine besonders hohe Reputation in Fachkreisen und das vielfältige medizinische Angebot.

»Wir ruhen uns auf dem Erfolg nicht aus, sondern richten die räumlichen und medizintechnischen Strukturen unserer Klinik stets an den aktuellen Bedürfnissen und Entwicklungen aus«, betont Geschäftsführer Rüdiger Pfeifer. Daher hatte sich Asklepios entschlossen, die Weserbergland-Klinik nicht zu sanieren, sondern für 25 Millionen Euro aus Konzern-Mitteln gleich völlig neu zu bauen. Auf einer Fläche von über 14 500 Quadratmetern entstand in den vergangenen drei Jahren ein mehrarmiges Gebäude mit 180 Betten auf drei Etagen. Daraus resultieren sehr kurze Wege von den Patientenzimmern zu den Therapieräumen. Nach Abschluss sämtlicher Arbeiten erfolgt dann voraussichtlich im Frühsommer 2020 die offizielle Eröffnung.

Die Asklepios Weserbergland-Klinik erhält unter anderem ein Brainlabor, ein Ganglabor sowie ein Handlabor als neue Therapiebereiche. Allerhöchster medizintechnischer Standard für eine erfolgreiche Behandlung der Patienten, die sich in der Asklepios Weserbergland-Klinik auch durch die schöne landschaftliche Lage mit unverstelltem Blick auf Höxter, Corvey und den Solling besonders wohlfühlen.

**Neues Gang- und Armlabor – High-End-Medizintechnik**

Der Lokomat® ist der weltweit führende Gangroboter für physiologisches Gangtraining mit hohen Wiederholungsraten, speziell bei schwerbetroffenen Patienten. Die Therapeuten in der Asklepios Weserbergland-Klinik können das Training individuell an die Fähigkeiten des Patienten anpassen und Geschwindigkeit, Belastung sowie Roboterunterstützung auf die optimale Therapieintensität einstellen.

Nach neurologischen Verletzungen haben viele Patienten eine beeinträchtigte Arm- und Handfunktion. Das Armlabor Armeo® Spring ermöglicht eine optimale Arm- und Handtherapie in einem umfangreichen 3D-Arbeitsraum. Die spielerischen und motivierenden Übungen können dabei individuell an die jeweiligen motorischen und kognitiven Fähigkeiten angepasst werden. So erlangen die Patienten nach ihrer Behandlung in Höxter mehr Unabhängigkeit im Alltag und damit mehr Lebensqualität.

**Kognitive Therapie und Hirnleistungstraining**

Mit RehaCom® setzt die Asklepios Weserbergland-Klinik ein hochmodernes Therapiesystem in der neurologischen Rehabilitation ein. Die verschiedenen Therapiemodule dienen der kognitiven Therapie in den Bereichen Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Exekutivfunktionen, Gesichtsfeld und Berufliche Rehabilitation. Die Patienten werden beim Einsatz des Therapiesystems weder unter- noch überfordert und können durch die Individualisierung des Trainings innerhalb ihres Leistungspotenzials arbeiten.

In ihrem Ambulanz-Zentrum »Weserblick« bietet die Asklepios Weserbergland-Klinik ein umfassendes Therapiespektrum aus Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie – aber auch wohltuende Massagen.

Für alle ambulanten Leistungen kann ein Geschenkgutschein erworben werden.

# Basislager statt Kuschelraum

»Babys sind von Natur aus motiviert zu üben. Deshalb benötigen sie eine sichere Umgebung, in der sie ihren Körper erproben können.« Diplom-Pädagogin Angelika von der Beek machte beim internen Fachtag der kommunalen Kindertageseinrichtungen im Kreis Höxter deutlich, dass bei der Betreuung von Kindern unter drei Jahren das Konzept »Räume im Raum« große Bedeutung besitze.

Freuten sich über eine voll besetzte Aula im Kreishaus in Höxter (von links): Christian Rodemeyer, Leiter der Abteilung Kinder, Jugend und Familie bei der Kreisverwaltung, Referentin Angelika von der Beek aus Hamburg und Ulrike Schmidt vom Kreis Höxter, sie ist Fachberaterin für die kommunalen Tageseinrichtungen für Kinder.

Basislager statt Kuschelraum« – so brachte sie es auf den Punkt. Ulrike Schmidt vom Kreis Höxter, Fachberaterin für die kommunalen Tageseinrichtungen für Kinder, hatte gleich doppelten Grund zur Freude: Zum einen war es ihr gelungen, die anerkannte Referentin aus Hamburg für den Fachtag über die Bedeutung der Raumgestaltung für die Bewegungsförderung von Kindern unter drei Jahren zu gewinnen. Zum anderen war das Thema auf solch großartige Resonanz gestoßen, dass die Aula gleich an zwei Tagen hintereinander bis auf den letzten Platz gefüllt war. Alle städtischen Kitas nutzten das Angebot als Team-Veranstaltung, darüber hinaus nahmen Tagesmütter und -väter teil.

Christian Rodemeyer, Leiter der Abteilung Kinder, Jugend und Familie, brachte bei seiner Begrüßung zum Ausdruck, dass mehr als 200 Teilnehmende die schönste Belohnung für den großen Organisationsaufwand darstelle.

»Wenn Sie mit dem Wort Basislager die Vorstellung verbinden, dass es von dort den Berg hinauf geht, dann ist diese Assoziation ganz in meinem Sinne«, erläuterte Angelika von der Beek. »Ich bin der Auffassung, dass wir uns die Räume für Kinder unter drei Jahren ganz anders vorstellen müssen als sie üblicherweise sind.« Die Andersartigkeit entstehe dadurch, dass die Räume der »Körperlichkeit« der Kinder gerecht werden sollten – während der wachen Phasen ebenso wie beim Schlafen, beim Essen genauso wie beim Spielen. »Alles ist gleichermaßen für die körperliche und geistige Entwicklung kleiner Kinder von Bedeutung. Für einige Aspekte stellen unsere Kultur und die bisherige Krippenpädagogik mehr oder weniger bewährte Lösungen zur Verfügung, für andere nicht«, so von der Beek. »Was bisher fast gänzlich fehlt, ist eine den spezifischen Entwicklungsbedürfnissen von Kindern unter drei Jahren entsprechende Ausstattung der Räume.«

Kleine Kinder bräuchten Räume-im-Raum für unterschiedliche Entwicklungsphasen, Interessen und Bedürfnisse, sagte von der Beek. »Wir können uns darauf verlassen, dass Babys von Natur aus motiviert sind zu üben. Die Säuglingsforschung hat nur bestätigt, was jeder beobachten kann, der mit kleinen Kindern zu tun hat. Aufgabe der Krippe ist es daher, den Kindern eine sichere Umgebung bereit zu stellen, in der sie ihren Körper erproben können.« Ihrer Meinung nach sollte deshalb zur Grundausstattung eines Gruppenraumes für Kinder unter drei Jahren eine Gelegenheit zum Schaukeln, Schwingen und Rotieren gehören. Ausführliche Informationen zum Vortrag von Angelika von der Beek im Kreishaus in Höxter gibt es im Internet unter **www.kreis-hoexter.de/3608.**


PRAXIS FÜR NATURHEILVERFAHREN

ROLF HARTMANN
HEILPRAKTIKER

Schmerztherapie
Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen
Durchblutungsstörungen · Allergiebehandlung
Aufbaukuren · begleitende Tumortherapie

**Termine nach Vereinbarung**

**Nicolaistraße 9 · 37671 Höxter**
**Telefon: 0 52 71 / 30 25**

• Orthopädische Maßschuhe
• Orthopädische Schuhzurichtungen
• Einlagen • Schuhreparaturen

SCHUHHAUS
MUES
Das Fachgeschäft
für bequeme Schuhmode

**Warburg · Burggraben 71 · Telefon 0 56 41 / 86 48**

-ANZEIGE-

Lars Scholand ist Hörgeräteakustikermeister und Pädakustiker. Er rät seinen Kunden, Hörgeräte immer zu benutzen, um so auch geistigem Leistungsabbau und sogar Demenz entgegen zu wirken.

# Hörgeräte sorgen vor

**Wer schlecht hört und nichts dagegen unternimmt, kann das Hören verlernen. Je weniger auditive Informationen zum Gehirn vordringen, desto weniger wird verarbeitet. Hören bedeutet mehr als nur die Verarbeitung von Geräuschen und Tönen.**

Lars Scholand ist Hörgeräteakustikermeister und Pädakustiker (Spezialist für Hörprobleme bei Kindern). In seinem Filialen in Höxter und Brakel kümmert er sich mit seinem Team und die Kunden. Scholand weiß: »Gerade das Nicht-Hören bedeutet ein erhöhtes Risiko sozialer Isolation und geistigen Leistungsabbaus. Die Langzeitstudie ›Self-Reported Hearing Loss, Hearing Aids and Cognitive Decline in Elderly Adults‹ hat 25 Jahre lang 3670 Senioren untersucht und ist zu dem Ergebnis gekommen, dass ein Hörverlust das Risiko für den geistigen Leistungsabbau und Demenz bei älteren Menschen erhöht.

Teilnehmer, die trotz Schwerhörigkeit keine Hörgeräte trugen, schnitten bei dem Test deutlich schlechter ab als Hörgeräte-Träger. Deren Testergebnisse unterschieden sich nicht von denen der Senioren mit gesundem Gehör.

Daher legen wir unseren Kunden nahe, ihre Hörgeräte immer zu benutzen. Auch bei nur leichtem Hörverlust.

Sie wissen nicht, ob Sie Hörgeräte benötigen? Das können Sie ganz leicht herausfinden.

Haben Sie zum Beispiel das Gefühl, der gut zu verstehende Nachrichtensprecher nuschelt neuerdings? Beschweren sich Ihr Partner, Ihre Familie oder Ihr Nachbar über den zu lauten Fernseher? Fragen Sie bei Gesprächen gerade in geräuschvoller Umgebung oft nach und hoffen Sie, dass Sie die richtige Antwort gegeben haben?

Trifft einer dieser Punkte zu, besuchen Sie uns gerne und lassen eine unverbindliche Überprüfung Ihres Hörvermögens durchführen. Übrigens: Diabetische Patienten haben, unabhängig von Ihrem Alter, ein doppelt so hohes Risiko, einen Hörverlust zu erleiden, wie nicht diabetische Patienten. Seit einigen Jahren belegen Forschungsergebnisse einen unmittelbaren Zusammenhang zwischen Diabetes und Schwerhörigkeit.

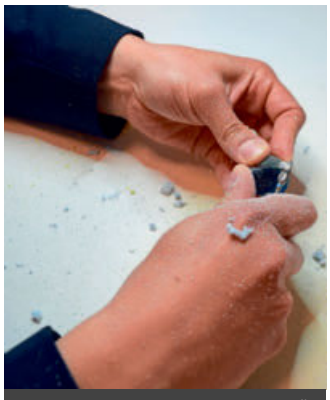
Nicht nur ältere Menschen, die an Diabetes mellitus erkrankt sind, sondern zunehmend auch viele junge Menschen leiden unter einer Hörminderung. Dies kann unter anderem von zu hohen Blutzuckerwerten kommen, die die Blutgefäße und Nervenbahnen und somit auch das Gehör schädigen können.

Mediziner raten, sich nicht nur gut medikamentös einstellen zu lassen, sondern sich regelmäßig beim HNO-Arzt vorzustellen, um das Gehör routinemäßig überprüfen zu lassen.

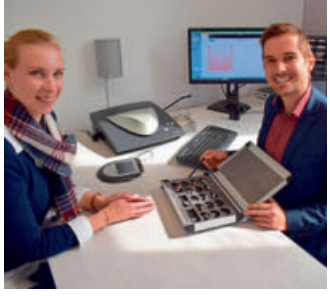
Auch bei uns können Sie unverbindlich Ihr Gehör überprüfen lassen. Vereinbaren Sie gerne einen Termin oder schauen einfach so in einem unserer Fachgeschäfte vorbei. Wir nehmen uns die Zeit, um Sie individuell zu beraten und um Ihnen Hörsysteme anzupassen, die Sie testen können.«

Eine Untersuchung des Gehörgangs gehört für Lars Scholand, hier mit Ida Mauer, zu einer fachkundigen Beratung dazu.

Hörgeräteakustikermeisterin Wiebke Schäffer gehört zum Scholand-Team.



Eine große Auswahl an Geräten (unten) und handwerkliches Geschick (oben) sind beide Teil des Berufsbildes des Hörakustikers.



# Was werdende Väter bewegt

Ein besonderes Angebot für Männer hat sich im vergangenen Jahr als echter Erfolg erwiesen und soll nun erneut angeboten werden – der Crash-Kursus »Vater werden« von »donum vitae«. Die Initiatoren ziehen eine zufriedene Bilanz der Erstauflage und wollen 2019 erneut Männern ein Forum bieten, sich auszutauschen und zu informieren.

Der Kursus soll zu einem Forum werden, in dem Männer an erster Stelle stehen. Hier soll ein geschlechtshomogener Zirkel geschaffen werden – ein geschützter Raum, frei von Geschlechterrivalitäten für den Austausch von Mann zu Mann. Denn seit vielen Jahren sind immer mehr Männer bei der Geburt ihrer Kinder im Kreißsaal anwesend – mittlerweile etwa 90 Prozent. »Es hat sich ein inneres Rollenverständnis entwickelt«, betont Christina Irgang von »donum vitae«.

Das männliche Geschlecht zeige ein immer größeres Interesse rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach. Dieser Entwicklung möchte die Schwangerenberatungsstelle von »donum vitae« mit ihrem Angebot für Männer begegnen.

»Schwangerschaft und Geburt sind spannende und gerade für Männer auch herausfordernde Ereignisse, die viele Fragen und Unsicherheiten beinhalten. Natürlich überwiegt die Vorfreude, doch die Sorge, vielleicht etwas falsch zu machen, ist bei werdenden Vätern ebenfalls vorhanden«, sagen die Gynäkologen Dr. Josef Molitor und Dr. Dirk Schulze, die den Kursus zusammen mit Uwe Börner als Diplom-Sozialpädagoge von »donum vitae« leiten.

Nicht nur psychosoziale und medizinische Fragen zum Thema »Vater werden und Vater sein« werden in dem Workshop angesprochen – sondern alle Themen, die die werdenden Väter bewegen. Dazu gehören auch eine sich verändernde Partnerschaft und Einkommenssituation. Themen wie die Erziehungszeit, die Vaterschaftsanerkennung und vieles mehr haben einen eigenen Raum in diesem Kursus. Ebenso kann das Handling eines Neugeborenen mit Hilfe eine Babysimulators geprobt werden.

»Der spezielle Kursus für werdende Väter soll Männer darin unterstützen, ihren Platz im veränderten Familiengefüge zu finden. Wenn das eigene Empfinden reflektiert wird, kann dies leichter gelingen«, sagt Börner. Alle Fragen im Zusammenhang mit der anstehenden Geburt und der Zeit danach können in lockerer Atmosphäre thematisiert werden. Gut vorbereitete und zufriedene Väter sollen zu einer ebenfalls zufriedenen Partner- und Elternschaft beitragen – und damit zu einer insgesamt stabileren Familie.

Wollen werdende Väter beraten (von links): Die Gynäkologen Dr. Dirk Schulze und Dr. Josef Molitor sowie Diplom-Sozialpädagoge Uwe Börner. Christina Irgang von »donum vitae« organisiert den Kursus. Foto: Dennis Pape

»Zum Gelingen des Projektes trug bereits im Vorjahr wesentlich dazu bei, dass wir die Gynäkologen Dr. Josef Molitor und Dr. Dirk Schulze gewinnen konnten«, sagt Christina Irgang. Sie freut sich darüber, dass die Ärzte auch 2019 erneut ehrenamtlich den Part der medizinischen Information rund um die Themen Schwangerschaft und Geburt übernehmen.

Ebenfalls wieder dabei ist Uwe Börner als Diplom-Sozialpädagoge. Irgang lobt ausdrücklich auch die Hospitalvereinigung Weser-Egge, die erneut das Hebammenzentrum in den Räumlichkeiten des St. Ansgar-Krankenhauses in Höxter für den Kursus zur Verfügung stellt. Unterstützt wird das Projekt auch vom Kreis Höxter.

»Zusammen mit unseren Partnern arbeiten wir gemeinsam daran, dass der Crashkursus »Vater werden« zu einer festen Institution im Kreisgebiet wird«, so Christina Irgang. »Wir möchten den Mann zum Beispiel im Kreißsaal aus seiner Zuschauerfunktion holen. Er soll ein Mitglied des Teams sein – und zwar eines, das das Team beleben kann«, sagt Molitor. »Manche Männer haben Ängste, bei der Geburt dabei zu sein – auch diese Ängste wollen wir ihnen nehmen«, führt Börner aus.

93 werdende Väter haben 2018 insgesamt an den Seminaren teilgenommen. »Dabei hat sich eine tolle Gruppendynamik entwickelt, das hat selbst uns positiv überrascht«, erzählt Schulze. Angemeldet hatten sich zumeist Männer Anfang 30. Über mehr jüngere Herren würden sie sich freuen.

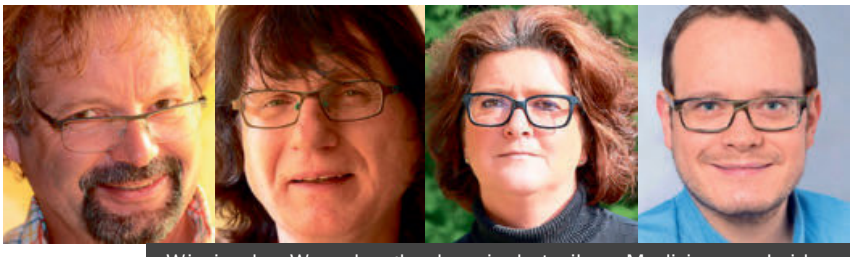
Ein vierstündiger Kursus wird jeweils am 22. Juni, 31. August, 2. November und 14. Dezember im Hebammenzentrum (Brenkhäuser Straße 71b) im St. Ansgar-Krankenhaus Höxter angeboten. Die Kurse beginnen immer samstags um 11 Uhr. Es ist ein Kostenbeitrag von zehn Euro zu entrichten, Getränke und ein Mittagsimbiss sind inbegriffen. Anmeldung können unter Telefon 05271/1070 vorgenommen werden.

**Dennis Pape**

-Anzeige-

# Das Gesundheitszentrum Beverungen stellt sich vor

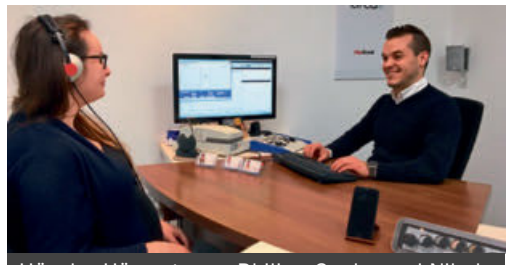
Blick auf das Gesundheitszentrum Beverungen. Fotos (5): Alexandra Rüther



»Wir in der Weserberglandpraxis betreiben Medizin aus Leidenschaft« (von links): Dr. med Jens Grothues, Hausarzt für Allgemeinmedizin und Gesundheit, Dr. med Axel Wagner, Facharzt für Allgemeinmedizin, Akupunktur und Naturheilverfahren, Dr. med. Ute Knauer, Fachärztin für Urologie, Assistentin der Allgemeinmedizin und Dr. med. Matthias Rose, Facharzt für Innere Medizin, Assistent der Allgemeinmedizin.

Bröker Schuhorthopädie: Katja Winkelhahn absolviert eine Ausbildung zur Orthopädieschuhmacherin und nimmt einen Abdruck bei ihrem Kollegen Johannes Muhs.

Die Vital-Apotheke mit (von links) Annika Isaak, Stefanie Wiedemeier, Thomas Rochell, Ulrike Kappmeyer, Sylvia Wieners und Conny Hartmann.



Häusler Hörsysteme: Philipp Gocke und Nikola Kus. Zum Team gehört auch die Auszubildende Anna Lutter-Kayser.

Das Praxisteam von Dr. Guido Krug Facharzt für Orthopädie und Rheumatologie hilft den Patienten mit moderner Technik und bewährten medizinischen Verfahren.

Rakers Sanitätshaus mit Bettina Schreiber und Kevin Leifheit.

# Statt »Dr. Google« – Hier geben echte Experten Rat

Möchte als Mediziner helfen, auch jenseits der vermeintlichen Schamgrenze: Dr. Eckhard Zeiger bietet eine Telefonsprechstunde für Themen an, die in der Gesellschaft nicht wirklich salonfähig sind. Eine Diagnose kann der Chefarzt nicht geben – aber eine erste Einschätzung der möglichen Krankheit. Foto: Timo Gemmeke

Krankheiten wie Analfisteln oder Hämorrhoiden sind bis heute nicht wirklich salonfähig. Patienten, die damit nicht zum Arzt gehen wollen, können jetzt die neue Telefonsprechstunde des Warburger Helios-Klinikums nutzen. Auch, um dort Rat von echten Experten zu bekommen.

Was bedeutet eigentlich dieser komische Hautfleck am Kopf? Hat mein Bein schon immer so geknackt? Und warum tut mein Rücken schon wieder weh? Wem es heutzutage irgendwo schmerzt, oder dem sonst eine Baustelle am Körper auffällt, der wählt häufig erst mal eine Anlaufstelle: das Internet. »Dr. Google« und Co. nehmen alle Symptome auf und geben millionenfach Rückmeldung, sei es aus Online-Enzyklopädien, Fachforen oder dem riesigen Sammelbecken der – gelinde gesagt – selbst ernannten Gesundheits-Experten.

Dass dabei am Ende selten eine verlässliche Diagnose steht, weiß auch Dr. Eckhard Zeiger, Chefarzt der Allgemein- und Viszeralchirurgie am Helios-Klinikum in Warburg. »Bei Beschwerden im Unterbauch kann ein Arzt 30 verschiedene Diagnosen stellen. Das kann Krebs sein – oder ein harmloser Hautpickel.«

**Keine Diagnose am Telefon**

Nicht nur wegen der manchmal ausufernden Falschinformation seiner Patienten will Zeiger jetzt eine Telefonsprechstunde anbieten: »Es gibt Krankheiten, die bis heute in der Gesellschaft nicht wirklich salonfähig sind.« Mit Analfisteln oder Hämorrhoiden würden sich beispielsweise nur wenige Menschen zum Arzt trauen – völlig zu Unrecht, meint der Chirurg. »Viele schämen sich, so etwas einem Arzt zu zeigen. Für uns ist das aber Alltag.« Als Mediziner wolle er Menschen helfen, auch jenseits der vermeintlichen Schamgrenze.

Der Arztbesuch bleibt Patienten, die tatsächlich erkrankt sind, aber nicht erspart. »Ich stelle am Telefon keine Diagnose«, sagt Zeiger – das dürfe er schon rein rechtlich nicht. »Was ich tun kann, ist eine Einschätzung geben, ein erstes Gespräch vorab.« Deuten die geschilderten Symptome am Telefon auf eine Krankheiten hin, rät Zeiger in der Regel zu einer Untersuchung. Sind sie harmlos, gibt er Entwarnung. »Wir wollen direkten Kontakt zum Patienten und individuell darauf eingehen.«

**Beratung über Therapie**

Auch Patienten, die bereits eine Diagnose haben, möchte Zeiger weiterhelfen. »In der Sprechstunde berate ich auch über Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten.« Dabei immer nur das eigene Haus – das Helios-Klinikum – zu empfehlen, hält er für vermessen: »Es gibt immer welche, die es besser machen. Klar, versuchen wir, uns gerade im ländlichen Raum breit aufzustellen, aber man kann nicht jeden Bereich gleich abdecken.« Ist eine andere Klinik deutlich besser aufgestellt, würde er dazu raten, so Ziegler – natürlich auch zu den 80 anderen Kliniken der Helios-Gruppe.

Das Telefon statt – wie bereits von Gesundheitsminister Jens Spahn gefordert – einer App, hält Zeiger für das bessere Medium. »Der Altersdurchschnitt im Kreis Höxter ist so hoch, wie in keinem anderen Landkreis. Darauf wollen wir reagieren und uns speziell den Bedürfnissen von älteren Patienten anpassen. Die würden mit einer App vielleicht nicht so gut zurecht kommen.« Das Telefon sei damit »ein Mittelweg, den jeder nutzen kann«.

Bei der ersten Telefonaktion seien »ganz viele spannende Gespräche zustande gekommen«, berichtet Dr. Eckhard Zeiger. Weitere ähnliche Sprechstunden seien angedacht.

**Timo Gemmeke**

Stellten den Jahresbericht der Schwangerschaftkonfliktberatungsstelle »donum vitae« vor (von links): Heike Mertens, Sozialpädagogin und systemische Familienberaterin, Verwaltungsangestellte Dagmar Marhofen, Christina Irgang, Sozialarbeiterin und Online-Beraterin, sowie Sozialarbeiter Uwe Börner. Foto: Bettina Schulz

# Berater stoßen oft an Grenzen

Das Themenspektrum ist umfangreich, das Einzugsgebiet mittlerweile sehr groß, die Aufgabenstellungen für die fünf Mitarbeiter sind vielfältig. »Wir sind mit dem Angebot, das wir bieten, auch an unseren Grenzen angekommen«, bilanziert Christina Irgang, Diplom-Sozialarbeiterin, Online-Beraterin und Marte Meo-Therapeutin, im Rahmen des Jahresberichtes 2018 von »donum vitae«.

Die anerkannte Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle am Berliner Platz 1 existiert seit 20 Jahren in Höxter und versorgt mittlerweile neben dem gesamten Kreisgebiet Teile von Lippe, Hessen und Niedersachsen mit. 955 Erstberatungen stehen 2018 in der Bilanz, die Zahl der Beratungsgespräche insgesamt beläuft sich auf 1856. Waren es in früheren Jahren oft die Minderjährigen, die sich für einen Schwangerschaftsabbruch entschieden haben, ist es heute verstärkt die Gruppe der 25- bis 35-jährigen Frauen.

Seit zehn Jahren bietet »donum vitae« eine Beratungsstelle im Internet an, die gut frequentiert wird. Bundesweit sind elf Berater dafür eingesetzt, Christina Irgang gehört dazu. 107 Online-Beratungen wurden 2018 regional gezählt. »Alle Erstanfragen sollten innerhalb von 48 Stunden beantwortet sein«, sagt Irgang. Obwohl diese Form des Austauschens eine ideale Ergänzung zur Arbeit der Beratungsstellen vor Ort sei, sieht sie auch die Problematik, die damit einhergeht: »Was schwingt durch an Sorgen zwischen den mal mehr, mal weniger geschriebenen Zeilen?« Es fehle in solchen Momenten einfach die Gestik und Mimik einer Face-to-face-Beratung.

Der Schwerpunkt der Fragestellungen, sowohl im direkten Gespräch als auch online, liegt, neben den traditionellen Bereichen rund um Schwangerschaft, beim Elterngeld und der Elternzeit.

Eine sehr erfreuliche Resonanz erlebte 2018 der Geburtsvorbereitungskursus für Männer »Vater werden«. 93 werdende Väter nutzten die sechs Workshops im Hebammenzentrum des St. Ansgar Krankenhauses in Höxter.

Seit fünf Jahren konnte »donum vitae« Erfahrungen auf dem Gebiet der »vertraulichen Geburt« sammeln – ein Unterstützungsangebot für Frauen in Notsituationen, das aber auch die Rechte der betroffenen Kinder stärkt. »Anders als nach der Abgabe in der Babyklappe oder bei der anonymen Geburt«, informiert Irgang, »haben die Kinder, die vertraulich geboren werden, ab dem 16. Lebensjahr die Möglichkeit, ihre Herkunft zu erfragen.«

»Jede Beratungssituation ist individuell und stellt uns Berater vor immer wieder neue Herausforderungen«, bringt es Christina Irgang auf den Punkt, »das ist einerseits spannend, man kann etwas voranbringen, muss aber auch in oft engen Zeitfenstern Entscheidungen treffen.« Und am Ende müsse man sich im Klaren darüber sein, dass man das Leben der Frauen nicht leben kann. »Ein Schwangerschaftsabbruch bringt danach und möglicherweise noch Jahre und Jahrzehnte später eine große Trauer mit sich«, weiß die Sozialarbeiterin um die Bedeutung als Ansprechpartnerin auch in dieser Zeit. »Auch dann bieten wir Gesprächsmöglichkeiten oder einfach die Ruhe zu weinen.«

Spenden sind für die Arbeit von »donum vitae« nach wie vor entscheidend. Christina Irgang: »Trotz Unterstützung vom Land und Kreis bleibt eine Finanzierungslücke. Besondere Projekte und Benefizveranstaltungen unterstützen unsere Arbeit.«

Die Beratungsstelle am Berliner Platz 1 in Höxter bietet folgende Sprechzeiten ohne Termin: Montag bis Freitag 9 bis 11 Uhr, Mittwoch von 15 bis 17 Uhr. Brakel, Warburger Straße 6 (Familien- und Frauenzentrum): Donnerstag 14.30 bis 17 Uhr, Warburg, Bahnhofstraße 29, Montag 9 bis 12 Uhr, Dienstag 15 bis 17 Uhr.

Im Internet: **www.hoexter.donumvitae.org**, E-Mail **hoexter@donumvitae.org**. Onlineberatung: **www.donumvitae-onlineberatung.de**. **Bettina Schulz**

# Was macht die Ärztekammer?

■ Die Ärztekammer der Region ist in Westfalen-Lippe (ÄKWL), eine Körperschaft des öffentlichen Rechts und hat den Sitz in Münster. Sie ist die berufliche Vertretung der Ärzte, die im Landesteil Westfalen-Lippe ihren Beruf ausüben oder ihren Wohnsitz haben. Die ÄKWL ist die viertgrößte der insgesamt 17 Ärztekammern in Deutschland.

Als eine berufsständische Selbstverwaltungskörperschaft nimmt die ÄKWL die ihr durch das Heilberufsgesetz des Landes NRW übertragenen Aufgaben wahr. Dazu gehören in erster Linie:

- Wahrnehmung der beruflichen Belange der Ärzteschaft und Vertretung der ärztlichen Interessen
- Gestaltung und Regelung der ärztlichen Weiterbildung
- Qualitätssicherung der ärztlichen Berufsausübung
- Organisation der ärztlichen Fortbildung
- Sorge für die Erhaltung eines hochstehenden Berufsstandes
- Gestaltung und Weiterentwicklung der ärztlichen Rechte und Überwachung der Berufspflichten

Die Ärztekammer Westfalen-Lippe ist die viertgrößte der insgesamt 17 Kammern in Deutschland. Foto: Adobe Stock

Zudem ist die ÄKWL zuständig für die Ausbildung von Medizinischen Fachangestellten (früher Arzthelfer genannt), sie schlichtet bei innerärztlichen Streitigkeiten, geht Patientenbeschwerden nach, benennt Sachverständige und gibt Fachgutachten ab. Die unabhängige Gutachterkommission für Arzthaftpflichtfragen der Ärztekammer greift Behandlungsfehlervorwürfe auf.

Mit der Patientenberatung bieten Ärztekammer und Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe objektive und kompetente Beratung rund um die gesundheitliche Versorgung in der Region.

Die Verwaltungsstelle der Ärztekammer befindet sich in Paderborn, Alte Brauerei 3, Telefon 05251/22473. Der Vorsitzende des Verwaltungsbezirks Paderborn ist Dr. med. Wilhelm Lotz.

www.psychologische-beratung-gabriele-harder.de
Heilhypnose
Gesprächspsychotherapie
Es gibt immer einen Weg
Gebriele Harder – Heilpraktikerin für Psychotherapie
Fachgebiete:
■ Ängste ■ Trauma
■ Depressionen ■ Burn Out
Praxis in Boffzen | Telefon (0 52 71) 6 95 61 73
(Termine nur nach telefonischer Vereinbarung)

Lange Straße 106 · 33014 Bad Driburg
T +49 (0)5253 1281
info@cityapo.de · www.cityapo.de
CityApothekeBadDriburg
CITY APOTHEKE
Philippe Potente
Mo.–Fr. 08.00 – 18.30 Uhr
Sa. 08.00 – 14.00 Uhr

Zweirad Sander
25 Jahre Jubiläum
Desenbergstr. 2a – 34414 Warburg
Tel 05641/8712, eMail: zweirad.sander@t-online.de
Ihr Fachhändler rund ums Fahrrad
Service, Reparatur, Verkauf
epowered by BOSCH MAGURA SHIMANO STEPS YAMAHA E-BIKE SYSTEMS
Wir sind Partner der: BIKELEASING JOBRAD lease a bike

MALTESER APOTHEKE
Philippe Potente
Marktstraße 4 · 37671 Höxter
T +49 (0)5271 33663
info@malteserapo.de · www.malteserapo.de
MalteserApo

-ANZEIGE-

Helios Klinikum Warburg, Hüffertstraße 50, Warburg, Telefon 05641/915002, E-Mail schmerzklinik.warburg@helios-gesundheit.de, Sprechzeiten: montags bis freitags 8 bis 12 Uhr, dienstags auch 14 bis 17 Uhr

Senioren bei der Physiotherapie. Sie gehört zu dem umfangreichen Therapieangebot im Helios Klinikum Warburg zur Linderung von chronischen Schmerzen.

# Chronischen Schmerz behandeln

Um chronische Schmerzen aufzuhalten, behandelt das Helios Klinikum Warburg nach einem multimodalen Ansatz, in dem der Mensch ganzheitlich betrachtet wird. Ziel der Behandlung ist eine Schmerzlinderung und ein guter Umgang mit den chronischen Schmerzen.

Die Mitarbeiter der Schmerzklinik möchten darin unterstützen, den Alltag wieder besser zu meistern und aktiv am Leben teilnehmen zu können. Letztendlich sollen die Patienten zu Experten im Umgang mit der Schmerzerkrankung werden. Das Team Im Helios Klinikum Warburg besteht aus einer Gruppe von Experten verschiedener Fachrichtungen. Dazu gehören Ärzte, Psychotherapeuten, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, speziell ausgebildete Pflegekräfte sowie Musik-, Bewegungs- und Entspannungstherapeuten.

Die Therapie richtet sich an Menschen aller Altersgruppen ab dem jungen Erwachsenenalter und umfasst ein breites Behandlungsspektrum. Hierzu gehören unter anderem anhaltende Rücken- und Gelenkschmerzen, Schmerzen des Bewegungsapparates, Kopf- und Gesichtsschmerzen, Nervenschmerzen, das Fibromyalgiesyndrom, Nervenschmerzen, Arthroseschmerz, Phantomschmerzen oder auch komplexe regionale Schmerzsyndrome (CRPS).

In der multimodalen Behandlung wird bewusst auf verschiedene Therapieansätze gesetzt, um dem komplexen Krankheitsbild des chronischen Schmerzes effektiv begegnen zu können.

Das Therapieangebot wird individuell angepasst und umfasst folgendes Leistungsspektrum:

- Medikamentöse Schmerztherapie
- Elemente der traditionellen chinesischen Medizin, wie Akupunktur, sowie naturheilkundliche Ansätze.
- Therapeutische Infiltrationen sowie Injektionen
- Psychologische Schmerzbewältigung in Einzel- und Gruppentherapie, Verhaltenstherapie, achtsamkeitsbasierte Verfahren
- Entspannungsmethoden
- Bewegungstherapien wie Nordic Walking, Wassergymnastik, Ergometertraining
- Patientenschulung/Ernährungsberatung
- Physiotherapie
- Manuelle Therapie, Triggerpunkt-Therapie, Faszientherapie
- Medi-Taping
- Ergotherapie
- Musik- und Kunsttherapie
- Sensomotorisches Training
- Wärme- und Kältetherapie, TENS (Transkutane elektrische Nervenstimulation)
- Aromatherapie
- Qi Gong
- Yoga
- Hypnosetherapie
- Reiki
- Neurostimulationsverfahren mit Implantationen (separater stationärer Aufenthalt).

Im Helios Klinikum gibt es verschiedene Behandlungsangebote. Hierzu gehört die stationäre Multimodale Therapie über 17 Tage. Die Therapien finden sowohl in Einzel- als auch in Gruppenangeboten statt. Zusätzlich bietet die Schmerzklinik eine stationäre Akutschmerzbehandlung über wenige Tage an. Neben dem stationären Angebot können die Schmerzpatienten ambulant über die Schmerzambulanz behandelt werden.

Martin Becker ist Chefarzt der Schmerzklinik.

## Chronische Schmerzen

Chronische Schmerzen können unterschiedlich sein und verschiedene Ursachen haben. Im Gegensatz zum Akutschmerz hat der chronische Schmerz seine Warnfunktion gänzlich verloren. Er stellt ein eigenständiges Krankheitsbild dar und geht oftmals mit negativen Begleiterscheinungen einher. Hierzu gehören häufige Arztbesuche aber auch soziale und seelische Belastungen, Schwierigkeiten am Arbeitsplatz oder Beeinträchtigungen im Alltag. Oft ist auch der Schlaf gestört. Letztendlich kann es zu einem Verlust an Lebensqualität kommen.

Die Kunstaktion von Helene Schweitzer-Zentrum und St. Rochus Seniorenhaus soll das Thema Demenz in das öffentliche Bewusstsein bringen. Das Gemeinschaftskunstwerk installieren (von links): Stefanie Walter, Annette Wennrich, Karin Beckadolf, Raimund Reich, Luise Köster, Inge Harter und Bernadette Linhoff im Altenhagen. Foto: Ralf Brakemeier

# Gemeinsam verschüttete Fähigkeiten entdecken

»Dass ich das kann.« Nicht wenige der betagten Künstler blicken mit Stolz und Verwunderung auf ihr Werk. An der Aktion »Kunst natürlich« beteiligen sich auch Bewohner von Steinheimer Seniorenhäusern. Manche Demenzpatienten entdecken dabei ungeahnte Fähigkeiten.

Bernadette Linhoff ist Leiterin des St. Rochus Seniorenheims und erinnert sich noch gut an die gemeinsame Malaktion mit der Steinheimer Künstlerin Sabine Diedrich: »Unsere Senioren sind einfach stolz auf das, was sie geschaffen haben. Wir haben uns alle gemeinsam von Farben und Formen inspirieren und der Fantasie freien Lauf gelassen.« »Nicht Inhalte oder Wertigkeit, sondern einfach der Spaß am Tun standen im Vordergrund«, ergänzt Annette Wennrich, Leiterin des Helene Schweitzer-Zentrums. Bei der Gestaltung der kleinen Kunstwerke seien vor allem die dementen Teilnehmer besonders mutig gewesen. Herausgekommen seien ganz besondere Bilder.

Noch bis zum 7. Juli sind gut 30 Kunstwerke in freier Natur zu bewundern. In Steinheim zeigen, entlang der Emmer zwischen der Höxterstraße und der Rolfzener Straße, zahlreiche Künstler ihr Schaffen. Darunter ist auch die Gemeinschaftsproduktion, die im vergangenen Jahr beim »Move for Dementia« entstanden ist. Bewohner, Angehörige, Besucher und Schüler haben dabei eine ganze Reihe Bilder gestaltet, die nun als Gesamtkunstwerk installiert wurden. Der Aktionstag, den das Helene Schweitzer-Zentrum gemeinsam mit dem St. Rochus Seniorenhaus und weiteren Beteiligten seit Jahren in Steinheim organisiert, soll auf die Situation der immer größer werdenden Gruppe von an Demenz erkrankten Menschen aufmerksam machen. Und das Thema aus der Anonymität des privaten Umfelds und der sozialen Einrichtungen mitten in die Gesellschaft tragen. »Dafür ist diese Aktion ein sehr gutes Beispiel«, findet Annette Wennrich. Die Ausstellung der Bilder sei auch eine Form der Wertschätzung.

Bei Kaffee und Kuchen entdeckten die dementen Künstler lange verschüttete Fähigkeiten wieder, und die Besucher konnten feststellen, dass eine Demenzerkrankung keineswegs bedeutet, alle Freude am Leben zu verlieren.

Das Thema Demenz weiter in die Öffentlichkeit zu tragen, ist auch der Beweggrund für eine weitere Gemeinschaftsaktion der beiden Seniorenhäuser. Unter dem Motto »Sing ein Leben lang« beginnt in der kommenden Woche ein Projekt, bei dem in beiden Häusern ein Lied einstudiert wird. Beim nächsten »Move for Dementia« am 1. September wird das Lied dann zur Aufführung gebracht. Unterstützt werden die Senioren dabei von der Städtischen Musikschule Steinheim und der Chorleiterin Helena Mansfeld.

Ziel der Seniorenhäuser ist es schon seit längerer Zeit, das Thema Demenz öffentlich zu machen. »Kunst- und Musik-Aktionen helfen dabei, das Thema durch das ganze Jahr zu tragen«, sagt Bernadette Linhoff und Annette Wennrich ergänzt: »Der Umgang mit Demenz liegt beiden Häusern und auch den Verantwortlichen bei der Stadt Steinheim sehr am Herzen.«

**Ralf Brakemeier**

# Leben bis zum Tod begleiten

In Würde zu Hause sterben – das ist wohl der Wunsch der meisten Menschen. Das Palliativ-Netzwerk im Kreis Höxter ermöglicht das Schwerstkranken und Sterbenden seit zehn Jahren. Rund 450 Patienten begleiten Ärzte, Pflegekräfte und Ehrenamtliche jedes Jahr.

Ihnen geht es darum, Menschen, die nur noch wenige Tage oder Wochen zu leben haben, in ihrer vertrauten Umgebung bestmöglich zu versorgen. »Um ihnen das zu ermöglichen, haben wir vernetzte Angebote geschaffen, die ihnen und ihren Angehörigen bei der Bewältigung des Alltags helfen«, sagt Dr. Michael Stoltz. Der Fürstenauer Allgemeinmediziner ist ärztlicher Leiter des Netzwerkes und gehörte vor zehn Jahren zu dessen Gründern. Die verbleibende Zeit solle mit so viel Lebensqualität wie möglich angefüllt sein. »Unnötige Diagnostik, Therapien und Transporte wollen Palliativmediziner vermeiden«, sagt Stoltz. Die Grunderkrankung wie beispielsweise Krebs sei zwar nicht mehr heilbar, dennoch könnten Beschwerden, die mit ihr verbunden seien, gelindert werden. »Dazu gehören Symptome wie Übelkeit, Schmerzen, Angst vor Luftnot oder Depressionen«, erläutert Stoltz.

Genauso wichtig wie die Betreuung des Patienten sei auch die seiner Angehörigen, denn ihnen falle es oft schwerer, mit einer ausweglosen Situation umzugehen. »Dann müssen wir immer wieder darüber reden. Kommunikation ist ein wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit«, sagt Stoltz, der fest überzeugt ist, mit seiner Arbeit etwas Gutes zu tun.

Seit drei Jahren hat das Palliativ-Netz seinen Sitz im Schwesternwohnheim des St. Ansgar-Krankenhauses in Höxter. Von hier aus arbeiten drei Koordinatorinnen, die sich in Zusammenarbeit mit Pflegediensten, Altenheimen, Krankenhäusern und Hausärzten um die Patienten kümmern, beispielsweise wenn es nach der Rückkehr aus dem Krankenhaus einen erhöhten Pflegebedarf gibt. Da können die Koordinatorinnen Hilfestellung leisten. »Die Hausärzte spielen eine wichtige Rolle im System«, erläutert die gelernte Krankenschwester Marlies Hesping, leitende Palliativfachkraft. Sie seien es, die ihre Patienten beim Netzwerk anmelden und dann mit Unterstützung der Fachleute weiter betreuen würden. Im Notfall ist aber auch ein Palliativmediziner 24 Stunden an sieben Tage pro Woche erreichbar. »Das organisieren wir gemeinsam mit dem Kreis Paderborn«, betont Dr. Stoltz. Dort, nämlich in Bad Lippspringe, befindet sich auch eine Palliativstation, mit der das Netzwerk zusammenarbeitet, wenn keine Betreuung der Patienten zu Hause möglich ist. Im Höxteraner Krankenhaus gibt es zudem einige Palliativbetten.

Das Team des Palliativ-Netzwerkes im Kreis Höxter (von links): Petra Brockmann (Verwaltung), Andrea Krüger (Koordinatorin), Dr. Michael Stoltz (Leitender Palliativarzt und Mitbegründer des Netzwerks), Marlies Hesping (Leitende Koordinatorin) sowie (vorne) Caroline Nijssen (Koordinatorin Südkreis).

Das Beratungs- und Versorgungsangebot des Palliativ-Netzwerkes ist für die Patienten kostenlos und wird über die Krankenkassen finanziert. Über die 24-Stunden-Hotline 0800/6646840 ist das Netzwerk erreichbar.

**Marius Thöne**

# Empfehlung: Gegen Herpes Zoster impfen

■ Seit dem 1. Mai ist die Impfung gegen Gürtelrose (Herpes Zoster) für alle Personen ab dem 60. Lebensjahr und für Risikogruppen bereits ab dem 50. Lebensjahr Kassenleistung im Kreis Höxter. Die DAK-Gesundheit empfiehlt diese Impfung.

»Im Alter erhöht sich das Risiko, an einer Gürtelrose zu erkranken, und der Krankheitsverlauf kann sich als chronische Nervenschmerzen entwickeln«, sagt Heinz Steffens, Chef der DAK-Gesundheit im Kreis Höxter. Eine Standardimpfung kann für Personen über 60 Jahren erfolgen. Zusätzlich kann bereits für Personen ab dem 50. Lebensjahr eine Indikationsimpfung erfolgen, sofern mit einer erhöhten gesundheitlichen Gefährdung für das Auftreten eines Herpes Zoster infolge einer Grunderkrankung zu rechnen ist. »Ob der Patient zum gefährdeten Personenkreis zählt, weiß der Arzt«, so Steffens weiter. Die Kosten für die Impfung werden ganz einfach über die Gesundheitskarte abgerechnet.

Die STIKO (Ständige Impfkommission) empfiehlt die Impfung bereits seit Dezember vergangenen Jahres. Eine Immunisierung erfolgt durch zweimalige Impfung im Abstand von zwei bis sechs Monaten.

Ausführliche Infos hierzu gibt es unter: **www.dak.de/impfungen**

# Gar-Grillen ist wichtig

Zu Beginn der Grillsaison im Kreis Höxter warnt die AOK Nord-West vor Magen-Darm-Infektionen, die vor allem durch Grillen von rohem Geflügel entstehen können. 28 Erkrankungen an Salmonellose und 107 Fälle von Campylobacter-Enteritiden wurden allein im vergangenen Jahr im Kreis Höxter gemeldet.

Beide Keime sind typische Krankheitserreger, die sich hauptsächlich in Fleisch und Produkten aus rohen Eiern befinden und teils heftige Durchfallerkrankungen, Fieber und Erbrechen auslösen können. »Damit der Grillgenuss nicht krank macht, sollte das Grillgut stets gut durchgegart sein und wichtige Hygieneregeln beim Umgang mit Lebensmitteln beachtet werden«, so AOK-Serviceregionsleiter Matthias Wehmhöner. Da die Anzahl der Infektionen mit Campylobacter im Kreis Höxter auf 107 Fälle in 2018 (2017: 87 Fälle) und die Salmonellen-Infektionen auf 28 Fälle (Vorjahr: 21) gestiegen sind, ist weiterhin Vorsicht geboten.

Häufig erfolgt die Übertragung über Geflügelfleisch, das nicht durchgebraten wurde. Um eine Infektion zu verhindern, ist Hygiene sehr wichtig. Dazu gehören: die Hände gründlich waschen, Marinaden oder Verpackungen nicht mit anderen Lebensmitteln in Kontakt bringen. Da Campylobacter auch im Kühlschrank und auf gefrorenen Produkten überleben, sollte das Tauwasser sofort weggegossen werden. Schneidebretter, Teller oder Messer sind nach dem Kontakt mit rohem Fleisch gründlich zu reinigen und erst dann wieder für die Zubereitung anderer Speisen zu nutzen.

Eine Erkrankung beginnt meist mit Fieber, Kopf- und Muskelschmerzen, kurz darauf folgen heftige Bauchschmerzen und -krämpfe, Übelkeit und Durchfälle. In der Regel dauert eine Campylobacter-Erkrankung bis zu einer Woche. Normalerweise verläuft sie ohne Komplikationen und die Beschwerden klingen von selbst ab. Viele Campylobacter-Infektionen verlaufen ganz ohne Krankheitszeichen. Als Komplikation können in Ausnahmefällen rheumatische Gelenkentzündungen oder Hirnhautentzündungen auftreten.

Die AOK warnt vor Magen-Darm-Infektionen, die vor allem durch nicht durchgegartes Geflügel entstehen können. Foto: AOK/hfr.


GRÄFLICHE KLINIKEN

DIE QUELLE DER REHAKOMPETENZ

CASPAR HEINRICH KLINIK
BAD DRIBURG
Rehabilitations-Fachklinik
für Kardiologie, Gastroenterologie,
Orthopädie und Unfallchirurgie
Schwerpunktklinik für
Anschlussrehabilitation

Georg-Nave-Straße 2
33014 Bad Driburg
Tel. 0 52 53.95-40
info@caspar-heinrich-klinik.de

MARCUS KLINIK
BAD DRIBURG
Rehabilitations-Fachklinik für Neurologie,
Orthopädie/Traumatologie und
Schwerpunktklinik für
Anschlussrehabilitation

Brunnenstraße 1
33014 Bad Driburg
Tel.: 0 52 53.95-30
zentrale@marcus-klinik.de

MORITZ KLINIK
BAD KLOSTERLAUSNITZ
Rehabilitations-Fachklinik
für Neurologie und
Orthopädie/Traumatologie
Rehazentrum für Brandverletzte

Hermann-Sachse-Straße 46
07639 Bad Klosterlausnitz
Tel.: 0 36 60 1.49-0
zentrale@moritz-klinik.de

PARK KLINIK
BAD HERMANNSBORN
Rehabilitations-Fachklinik für Kardiologie,
Diabetologie und Orthopädie
Fachklinik für Psychosomatik, Psychiatrie
und Psychotherapie

Hermannsborn 1
33014 Bad Driburg
Tel.: 0 52 53.407-000
info@kbh.de

WWW.GRAEFLICHE-KLINIKEN.DE

# Essen ist die beste Medizin

-Anzeige-

Low Carb, Intervallfasten, vegetarische oder vegane Lebensweisen. Dem gegenüber stehen medizinisch notwendige Maßnahmen. Speziell bei Magen- und Darm-Problemen ist ein gezielter Verzicht oder eine bewusste Zusammenstellung von Lebensmitteln häufig die Lösung. In der Rehabilitation ist die Ernährungsberatung elementar – eine Umstellung der Ernährung wirkt idealerweise das ganze Leben lang fort.

Der Stellenwert der Ernährung im Zusammenhang mit Gesundheit ist in den vergangenen Jahren stark gestiegen«, weiß Manuela Ortmann aus der Caspar Heinrich Klinik. »Lächelte man früher noch milde über die Diätberatung, so ist sie heute den gängigen Therapien wie Ergo- oder Physiotherapie gleichgestellt.« Grund für diese Entwicklung ist das Voranschreiten der Forschung und das Erkennen von Zusammenhängen zwischen ungünstiger Ernährung und der Entstehung von Krankheiten. Die Diätassistentin ist Teil eines sechsköpfigen Teams, das den 280 Patienten mit Seminaren und persönlichen Beratungen zur Seite steht.

Bei der Bezeichnung »Diätassistent« handelt es sich um eine geschützte Berufsbezeichnung mit einer dreijährigen Ausbildung und staatlicher Anerkennung. Im Gegensatz zu den so genannten »Ernährungsberatern« dürfen Diätassistenten als einzige Berufsgruppe in Deutschland Diätberatungen abhalten und sind – anders als Ernährungsberater – im medizinischen Umfeld tätig.

»Bei uns in der Caspar Heinrich Klinik ist die Gastroenterologie eine besondere Herausforderung. Patienten, die nach einer Magen- oder Darm-Operation herkommen, müssen ganz behutsam an eine Vollkost herangeführt werden«, weiß auch Diätassistentin Katja Maywald. »Speziell bei den Magen- und Darm-Patienten erleben wir immer wieder den Spagat zwischen dem Wunsch nach gesunder Ernährung und persönlichen Unverträglichkeiten«, fügt sie hinzu. »Je nach Indikation sind völlig unterschiedliche Lebensmittel bekömmlich oder auch unverträglich. Für Herzpatienten gilt die mediterrane Ernährung: viel Gemüse, viel Fisch, wertvolle Pflanzenöle.« Von der herzgesunden Kost profitieren alle Patienten in der Klinik. »Der Schlüssel zu einer gesunden Ernährung ist generell die gute Mischung«, meint Katja Maywald. Für einen gesunden Lebensstil ohne viel Aufwand empfiehlt die 38-Jährige eine »back to basics«-Haltung: »Je naturbelassener, um so besser. Oder: je länger die Zutatenliste auf einem Produkt, um so kritischer ist es womöglich für unseren Magen- und Darm-Trakt.« Dies spiegele sich auch im Trend des »Clean Eating« wider, bei dem auf Zusatzstoffe verzichtet wird und Lebensmittel in ihrer ursprünglichen Form verwendet werden.

Manuela Ortmann ist Diätassistentin aus der Caspar Heinrich Klinik. Ihr Tipp: Möglichst viel Gemüse und Obst essen.

Die beiden Expertinnen erleben sich als Bindeglied zwischen den Abteilungen; sie sind für weit mehr als nur Speisepläne zuständig. »Wir sind Psychologen, Detektive und manchmal auch ein bisschen Superwoman«, beschreibt Manuela Ortmann ihre tägliche Arbeit. Gemeinsam mit den Patienten forschen sie nach möglichen Ursachen für Unverträglichkeiten. Dabei ist Einfühlungsvermögen gefragt: Tröstende Worte, Ermutigungen und ein offenes Ohr begleiten jedes Gespräch. »Unsere Patienten haben alle ihre Geschichte. Deshalb ist es besonders wichtig, nicht ›von oben herab‹ die Ernährungsvorschriften zu predigen.« Zur gesunden Ernährung gehört auch, sich manchmal etwas zu gönnen: »Viele haben in unserer Gegenwart ein schlechtes Gewissen, auch mal zu sündigen«, weiß Manuela Ortmann. »Das ist natürlich Quatsch, denn auch Genuss gehört hier und da dazu, nur eben nicht täglich. Kann man einem Patienten das vermitteln, hat man auf der menschlichen Ebene eigentlich schon gewonnen.«

Eine bewusste Umstellung der Ernährung kann auch nach jahrelangen körperlichen Beschwerden schnell zur Entlastung führen. »Wenn wir ein dankbares Feedback bekommen, weil Menschen die Linderung ihrer Beschwerden schnell und deutlich spüren, ist das natürlich toll. Es fühlt sich ein bisschen an wie Zaubern«, schmunzelt die 37-Jährige.

Auch in den anderen Gräflichen Kliniken ist die Diät- und Ernährungsberatung fester Bestandteil der Rehabilitation. Ludger Spille, Diätassistent in der Marcus Klinik, meint: »Wo kann Patienten eine gewünschte Lebensstiländerung besser vermittelt werden, als in der Rehabilitation, in der sie ihre Chance erlebbar nutzen können?« Seminare zur gesunden Ernährung, Beratungen für die Umsetzung zuhause sowie das praktische Tun in der Lehrküche befähigen den Patienten mit »Kopf, Herz und Hand, seine Kompetenzen zur Verhaltensänderung zu stärken«, weiß Spille. »Auch nach 24 Jahren ist die Lehrküche immer wieder ein Erlebnis und macht mir viel Freude.« In dieser Zeit hatte der Experte bereits mehr als 13.000 Patienten zu Gast. »Ernährungstherapie und -beratung ist ein besonderes Qualitätsmerkmal einer Rehabilitationseinrichtung«, ist Ludger Spille überzeugt.

Die Park-Klinik, als drittes Haus im Bunde der Gräflichen Kliniken in Bad Driburg, hat sich auf die Diät- und Ernährungsberatung im Bereich Psychosomatik und Diabetes spezialisiert.

## Die zehn Regeln

Zehn Regeln für eine gesunde Ernährung:

1. Lebensmittelvielfalt genießen
2. Obst und Gemüse – nimm »5 am Tag«
3. Vollkorn wählen
4. Mit tierischen Lebensmitteln die Auswahl ergänzen
5. Gesundheitsfördernde Fette nutzen
6. Zucker und Salz einsparen
7. Am besten Wasser trinken
8. Schonend zubereiten
9. Achtsam essen und genießen
10. Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben

Quelle: Deutsche Gesellschaft für Ernährung

# Spiel, Satz und Stethoskop

Tennis ist ihre große Leidenschaft. Der Tennisverein Rot-Weiß Höxter hat mit Dr. Maike Stein ein echtes Ass auf dem Tenniscourt. Mit dem Team Damen 30 spielt sie seit drei Jahren in der Regionalliga West, der höchsten deutschen Spielklasse dieser Altersgruppe. Aber dieses Hobby muss genauso pausieren wie ihre berufliche Tätigkeit als Ärztin.

Maike Stein hat sich bewusst für eine ländliche Arztpraxis entschieden. Bis September ist die junge Mutter noch in Elternzeit. Foto: Irina Jansen/GfW im Kreis Höxter

Denn Maike Stein befindet sich bis September in Elternzeit. Ihre kleine Tochter ist gerade 18 Wochen alt und ein richtiger Sonnenschein. Dass sie sich als Ärztin ausreichend Zeit für die Familie nehmen kann, liegt auch an ihrer Anstellung in der Praxis von Dr. Regina Beverungen in Höxter-Lüchtringen. »Die Anstellung ist für mich ein idealer Einstieg in den Beruf. Gleichzeitig bietet sie mir die Möglichkeit, auch ein Familienleben mit meinem Ehemann und unserer kleinen Tochter zu führen«, resümiert die junge Frau.

Schon früh stand für Maike Stein ihr Berufswunsch fest: »Ich war damals felsenfest davon überzeugt, Lehrerin zu werden«, lacht sie. Doch während eines halbjährigen Auslandsaufenthaltes in den USA bröckelte dieser Berufswunsch. »Meine Gastmutter in West Virginia war Kinderärztin. Das hat mir imponiert und mich darauf gebracht, selbst in diese Richtung zu gehen. Mein Abitur am KWG Höxter war entsprechend gut, deshalb stand diesem Berufswunsch auch nichts im Weg.« Gesagt, getan. Das war 2004. Heute ist sie Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin und Fachärztin für Allgemeinmedizin.

Nach dem Studium und der Promotion in Münster ging es für Maike Stein wieder zurück nach Höxter an das St. Ansgar Krankenhaus, wo sie einen Teil der Weiterbildung in der Kinder- und Jugendmedizin absolvierte: »Das Umfeld in Höxter war für mich ideal, meine Weiterbildung regional konzentriert zu durchzulaufen.« Ab 2014 folgten zwei anstrengende Jahre mit der Doppelbelastung als Ärztin in Weiterbildung für Kinder- und Jugendmedizin in einer Praxis in Höxter sowie als Ärztin für Allgemeinmedizin in der Praxis von Dr. Beverungen in Höxter-Lüchtringen. Ein arbeitsintensives Programm, das sie erfolgreich abschloss.

Die Praxis von Dr. Beverungen ist auch Lehrpraxis der Uni Göttingen und der Uni Bochum. Den neuen Medizinstudiengang an der Uni Bielefeld verfolgen die beiden Ärztinnen mit Interesse. »Nachwuchsförderung und die Motivation für eine Niederlassung in ländlichen Gebieten sind für unsere Praxis wichtige Bausteine. Wir weisen die angehenden Mediziner, die bei uns ihre Praktika oder einen Teil des praktischen Jahres absolvieren, auf die Vielfalt der Möglichkeiten ihrer späteren Laufbahn hin. Viele scheuen sich vor den Kosten einer eigenen Praxis und streben deshalb eher die Anstellung in einer Klinik an. Aber auch Gemeinschaftspraxen auf dem Land oder der sanfte Einstieg über eine Anstellung in einer Praxis ermöglichen mehr Freiraum und weniger Bürokratie für den einzelnen«, gibt Dr. Maike Stein als einen tendenziellen Einblick in die Zukunft der ärztlichen Versorgung.

»Während meiner Ausbildung und als praktizierende Kinderärztin habe ich aber auch immer wieder festgestellt, dass die Eltern in ländlichen Regionen gelassener reagieren als in der Großstadt. Das liegt vielleicht auch an der Familienstruktur, bei der die Großeltern die Erfahrungen beisteuern und mit Rat und Tat zur Seite stehen«, berichtet sie. Ärztin auf dem Land zu sein ist für Dr. Maike Stein aber auch eine Frage des eigenen Engagements. »Da es tendenziell mehr weibliche Medizinstudierende gibt, ist die Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Freizeit im späteren Berufsleben ein ganz wichtiger Faktor«, ist sie überzeugt. Diese Vereinbarkeit ist auf dem Land in besonderem Maße gegeben. »Ich denke zum Beispiel an das vielfältige kulturelle Angebot, nicht zuletzt verbunden mit dem Weltkulturerbe Corvey, natürlich die vielen Sportmöglichkeiten und der hohe Erholungswert der abwechslungsreichen Landschaft.« Zu den Vorteilen des Landlebens gehört für sie aber auch ganz klar, Anschluss zu finden und ein funktionierendes Netzwerk aufbauen zu können. Der eine kennt den anderen, und Menschen mit gleichen Interessen finden schneller zueinander. »Der Buschfunk funktioniert hier sehr gut«, ist sie überzeugt.

Darum engagiert sie sich auch mit anderen Frauen im Ladies' Circle 64 Höxter-Holzminden, der sich mit Aktionen wie dem Charity-Frühstück oder einem jährlichen Weinfest für lokale und internationale soziale Projekte einsetzt. »Man kann sich nicht darauf verlassen, dass andere schon fürs Entertainment sorgen. Da muss man selbst aktiv werden und etwas auf die Beine stellen. Auf dem Land hat man aber beste Chancen, schnell Unterstützer dafür zu finden!«

## Region plus X

Die Fach- und Führungskräftesicherung gilt nicht nur für Handwerk oder Industrieunternehmen, sondern auch in der ärztlichen Versorgung im ländlichen Raum. Derzeit ist die Versorgung im Kreis Höxter noch gut aufgestellt, perspektivisch wird es aber immer schwieriger, junge Ärzte für das Leben und eine Praxis auf dem Land zu gewinnen. Grund genug, die Standortinitiative Region plus X um die gezielte Ansprache von Jungmedizinern zu erweitern. Erster Schritt ist die Aufnahme des Punktes Medizin in die Webpräsenz www.xregion.de, der mit der Koordinierungsstelle zur Sicherstellung der hausärztlichen Versorgung bei der Kreisverwaltung erarbeitet wurde. Dr. med. Maike Stein fingiert als Botschafterin.

Gemeinsam mit seiner Tochter Claudine als Co-Autorin hat der Warburger Facharzt für Orthopädie, Prof. Dr. Tassilo König, ein Buch zum leidigen Thema »Arthrose« geschrieben. Wichtig sind ihm dabei ganzheitliche Behandlungsmethoden. Foto: Ralf Benner

# Wenn die Gelenke schmerzen

Der Gelenkverschleiß, die Arthrose, spielt in einer immer älter werdenden Gesellschaft eine große Rolle. In der Schulmedizin hat der Warburger Facharzt für Orthopädie, Prof. Dr. Tassilo König, keine befriedigende Antwort auf die Frage nach den Ursachen gefunden. Er forschte und schrieb zum Thema »Arthrose« nun ein Buch, Co-Autorin ist Tochter Claudine.

Die intensive Beschäftigung mit der buddhistischen Religion und Philosophie einerseits und die Erkenntnisse einer modernen Interpretation der Quantentheorie andererseits inspirierten mich zu einem tief greifenden Wandel meiner naturwissenschaftlichen Anschauungen«, sagt König. In seinem Werk »Arthrose – ganz anders. Warum Arthrose nicht Schicksal ist – Künstliches Gelenk oder gibt es Alternativen« fragt er nach dem Zusammenhang, der zwischen unterschiedlichen Krankheitsbildern wie Arthrose, Übergewicht, Bluthochdruck oder Zuckerkrankheit besteht, und er erkundet die »wirklichen« Ursachen dieser Erkrankungen.

Tassilo und Claudine König beschreiten auf dem Weg nach Antworten einen neuen Weg. In einer Synthese aus altem, überliefertem mit hoch modernem Wissen sowie abendländischen mit asiatischen Medizinsystemen wagen sie ein Brückenschlag, der mehr liefern soll als neue Theorien. »Die Ergebnisse zeigen den Lesern Möglichkeiten auf, wie sie selbst, aktiv handelnd, die Verantwortung für ihre Gesundheit übernehmen können«, erklärt König. »Auf die eigene Gesundheit zu achten und präventiv zu leben, ist kein Luxus, den wir uns zu leisten überlegen sollten, sondern ein Muss«, betont der Mediziner. König will in seinem Buch klar machen, wie wichtig die Einheit von Körper und Geist, ganzheitliche Behandlungsmethoden und der Blick über den Tellerrand hinaus sind. »Durch die intensive Beschäftigung mit der asiatischen, besonders der tibetischen Medizin und durch das Studium der buddhistischen Philosophie wurden mir neue und meiner heutigen Ansicht nach wesentliche Krankheitszusammenhänge bewusst«, erklärt er. »Mir wurde dadurch auch klar, wie stark der Mensch für sein eigenes Wohlergehen Verantwortung trägt. Gerade dieser Aspekt wird in einer entseelten, technokratischen Versorgungsmedizin vollkommen vernachlässigt«, sagt der Experte.

»Wichtig ist mir immer eine ganzheitliche Betrachtung der Krankheitsprozesse, einschließlich der individuellen Ernährung und des persönlichen Verhaltens«, erläutert der Mediziner. Bei der Versorgung der Patienten reifte in ihm in vielen Jahren die Erkenntnis, welche fundamentale Rolle die Ernährungsgewohnheiten für alle materiellen Prozesse in unserem Organismus spielen mussten. »Alle Substrate des Organismus können letzten Endes nur über die Ernährung unserem Stoffwechsel zugeführt werden. So wie unsere Gedanken und Emotionen unseren Geist prägen, so definiert unsere Nahrung den materiellen Körper«, erläutert König. »Aus diesen Zusammenhängen heraus habe ich eine Eigentherapie entwickelt, die es ermöglicht, durch Verhaltens- und Ernährungsänderungen unmittelbar Einfluss auf die eigene Gesundheit zu nehmen«, sagt der Warburger Facharzt für Orthopädie.

Sein Buch enthält Hinweise zur Lebensführung, Ernährung und zum Thema Arthrose – für Orthopäden, Allgemeinmediziner oder interessierte Laien. Das Werk (289 Seiten, 29,80 Euro) ist im Verlag Deutsche Literaturgesellschaft erschienen. **Ralf Benner**

## Tassilo König

Der im Jahr 1962 geborene Autor studierte Humanmedizin und promovierte als 26-Jähriger an der Universität Leipzig. Neben und nach der Weiterbildung zum Facharzt für Orthopädie erfolgten Ausbildungen in Akupunktur, Neuraltherapie, Qigong, Chirotherapie und Manueller Medizin, Schmerztherapie, medizinischer Heilhypnose und Sportmedizin. Arbeitsschwerpunkte von Prof. Dr. Tassilo König sind der Knochenstoffwechsel und die Arthrose. Prof. König gründete das erste osteologische Schwerpunktzentrum in Ost-Westfalen-Lippe.

Herzlich Willkommen am Klinikum Weser-Egge: Ausländische Mediziner haben einen Integrationskurs gestartet, der sie auf die ärztliche Tätigkeit in Deutschland vorbereitet. Die Personalreferentinnen Silvia Balke (links), Verena Lipsmeier (rechts) und KHWE-Personalleiterin Maike Tölle (Dritte von rechts) koordinieren das Projekt.

# Ausländische Ärzte integrieren

■ Zum zehnten Mal schon bietet das Klinikum Weser-Egge einen Integrationskursus für ausländische Ärztinnen und Ärzte an, um sie auf ihre Tätigkeit in Deutschland vorzubereiten. 16 Teilnehmer begannen nun in Bad Driburg, sie kommen diesmal beispielsweise aus der Ukraine, der Türkei, Rumänien, Russland, Albanien und dem Kosovo.

In dem achtmonatigen Kursus vertiefen sie die vorhandenen Sprachkenntnisse und lernen neben medizinischem Grund- und Fachvokabular unter anderem auch die Kommunikation in interdisziplinären Teams. Sie simulieren Übergabegespräche, trainieren das Schreiben von Arztbriefen, erfahren Details zur Struktur des deutschen Gesundheitswesens und werden in rechtlichen Grundlagen unterrichtet. Mit dem Kursus bereiten sich die Mediziner auch auf die Fachsprachenprüfung vor, die sie für ihre Zulassung in Deutschland absolvieren müssen. »Wir sind bundesweit das einzige Klinikum, das ausländische Ärzte auf einem so hohen Niveau qualifiziert. Das hat sich herumgesprochen und davon profitieren alle Seiten, nicht zuletzt die Patientinnen und Patienten. Wir sehen eine gute Vorbereitung der jungen Ärzte als Pflicht, denn gerade im sensiblen Bereich der Gesundheit ist die Kommunikation auf einem hohen sprachlichen Niveau immer ein Indikator für Qualität und Sicherheit«, erklärt KHWE-Personalleiterin Maike Tölle, die nur allzu gut weiß, dass das deutsche Gesundheitssystem ohne die Unterstützung ausländischer Ärzte längst an seine Grenzen stößt. »Unser Ziel ist es, gute Teilnehmer an unser Unternehmen zu binden, denn der Bedarf an Assistenzärzten ist hoch«, berichten die beiden Personalreferentinnen Silvia Balke und Verena Lipsmeier.

# Tagespflege: Einrichtungen im Überblick

■ Die Tagespflege ist ein teilstationäres Angebot. Sie dient dazu, pflegende Angehörige zumindest zeitweise zu entlasten und bietet den Pflegebedürftigen Menschen tagsüber Betreuung und pflegerische Hilfen.

Die eigenen Räumlichkeiten können so erhalten bleiben und eine vollstationäre Aufnahme in einem Senioren- oder Pflegeheim vermieden und hinausgezögert werden.

Die Tagespflegeeinrichtungen erbringen von Hol- und Bringdienst, Kommunikation und Tagesstrukturierung, Mahlzeiten, pflegerischen Hilfen, Beschäftigungsangebote, Angebote für Menschen mit Demenz und jeder Menge mehr eine Bandbreite an Hilfen.

*Philipp-Melanchthon-Zentrum
Mühlenstraße 27
33014 Bad Driburg
Telefon 05253/4059845
pmz@johanneswerk.de
www.johanneswerk.de

*Senioren-Park carpe diem
Caspar-Heinrich-Straße 14-16
33014 Bad Driburg
Telefon 05253/40470
bad-driburg@senioren-park.de
www.senioren-park.de

*St. Josef Seniorenhaus
Ludowinenstraße 10
33034 Brakel-Bökendorf
Telefon 05276/98870
Fax 05276/98875009
shj@khwe.de
www.khwe.de

*St. Nikolai Seniorenhaus
Grubestraße 23
37671 Höxter
Telefon 05271/979110
Fax 05271/3954
shn@khwe.de
www.khwe.de

*Tagespflege Jung & Alt e. V.
Neue Straße 4
37696 Marienmünster-Kollerbeck
Telefon 05284/9428008
Fax 05284/9433344
tagespflege@ja-pflege.de
www.ja-pflege.de

*Steinheimer Tagespflege
Das Kleeblatt
Neue Straße 18
32839 Steinheim
Telefon 05233/99230
das-kleeblatt-pflegedienst@t-online.de
www.das-kleeblatt-pflegedienst.de

*Juvantes Tagespflege
Hohenlauer Feld 2
34414 Warburg
Telefon 05641/7482133
info@pflegedienst-juvantes.de
www.pflegedienst-juvantes.de

*Tagespflege Heidhof
Zum Heidhof 10 a
34414 Warburg
Telefon 05641/7442061
info@tagespflege-heidhof-ludwig.de
www.akh-ludwig.de

*Wohnpark »Zeit für Pflege»
Bahnhofstraße 2 a
34439 Willebadessen
Telefon 05646/942430
info@zeit-fuer-pflege.de
www.zeit-fuer-pflege.de

Noch immer übernehmen im Kreis Höxter mehr Mütter als Väter die Pflege ihres erkrankten Kindes. Foto: AOK/hfr

# Krankes Kind: Meist kümmern sich Mütter um die Pflege

Noch immer übernehmen im Kreis Höxter mehr Mütter als Väter die Pflege ihres erkrankten Kindes. Nach einer aktuellen Auswertung der AOK Nord-West erhielten im vergangenen Jahr 554 Mütter Kinderpflege-Krankengeld.

Deren Anteil liegt damit bei rund 78 Prozent aller Fälle. Dagegen übernahm etwa jeder fünfte Vater die Pflege des Kindes.

Insgesamt reichten 2018 710 Versicherte einen Antrag für das Kinderpflege-Krankengeld ein. Im Durchschnitt blieb ein Elternteil pro Krankheitsfall zwei Tage zu Hause. »Wenn Kinder plötzlich krank sind und zu Hause betreut werden müssen, können viele berufstätige Eltern nicht zur Arbeit gehen. In diesen Fällen springen die gesetzlichen Krankenkassen finanziell ein, wenn der Arbeitgeber keine Entgeltfortzahlung leistet«, sagt AOK-Serviceregionsleiter Matthias Wehmhöner.

Die Krankengeldfälle bei Erkrankung eines Kindes stiegen bei der AOK Nord-West in den vergangenen Jahren kontinuierlich an: So erhöhte sich die Zahl der Fälle im Kreis Höxter in 2018 im Vergleich zum Vorjahr ( 656) um etwa acht Prozent. Allein im letzten Jahr zahlte die AOK im Kreis Höxter dafür rund 79.000 Euro an ihre Versicherten. Das ist eine Steigerung zum Vorjahr um etwa 28 Prozent.

Die Pflege eines erkrankten Kindes ist ein triftiger Grund für den Arbeitnehmer, der Arbeit fernzubleiben. Der Arbeitgeber muss seinen Mitarbeiter von der Arbeit freistellen, wenn die Voraussetzungen gegeben sind. »Um den Verdienstausfall auszugleichen, unterstützen die gesetzlichen Krankenkassen berufstätige Eltern dann mit dem so genannten Kinderpflege-Krankengeld«, erklärt Matthias Wehmhöner. Jeder Elternteil kann für jedes Kind unter zwölf Jahren bis zu zehn Arbeitstage pro Jahr Kinderpflege-Krankengeld in Anspruch nehmen, Alleinerziehende bis zu 20 Arbeitstage.

Gehören mehrere Kinder unter zwölf Jahren zur Familie, ist die Zahl der Freistellungstage auf insgesamt 25, für Alleinerziehende auf maximal 50 Arbeitstage pro Jahr begrenzt. Voraussetzung ist, dass es im Haushalt keine andere Person gibt, die das Kind pflegen kann. Außerdem muss der Arzt bescheinigen, dass das Kind betreut werden muss.

Weitere Infos auch im Netz unter **aok.de/nw** Rubrik »Familie«.

Eva Diana Michels (links) ist als entlastende Versorgungsassistentin tätig. Den Beruf gibt es erst seit wenigen Jahren. Er werde aber in Zukunft immer wichtiger, sind sich Dr. med. Alexander Hoffmann (Mitte) und Dr. med. Elmar Arens sicher. Sie schätzen es sehr, eine der wenigen EVAs im Kreis zu haben, die sie stark entlastet. Foto: Ellen Waldeyer

# Eva entlastet als »EVA« den Arzt

**Eva Diana Michels übt einen seltenen Beruf aus: Sie ist entlastende Versorgungsassistentin (kurz: EVA). Der Beruf, der erst seit wenigen Jahren erlernt werden kann, sei derzeit sehr gefragt und beinhalte viel Potential für die Zukunft. Im Kreis Höxter sei die Anzahl an entlastenden Versorgungsassistentinnen noch sehr gering.**

Eigene Organisation, enger Kontakt zu den Patienten aber trotzdem die Aufgaben einer Arzthelferin – so sieht das Berufsbild einer »EVA« aus. Eva Diana Michels aus Nörde hat eine Fortbildung zur entlastenden Versorgungsassistentin absolviert und arbeitet seit 2016 in der Arztpraxis von Dr. med. Elmar Arens und Dr. med. Alexander Hoffmann in Scherfede. Sie fährt persönlich zu den Patienten und führt das aus, was die Ärzte ihr aufgetragen haben. Sie legt Infusionen, entnimmt Blut oder sammelt Informationen über den Krankheitsverlauf. Sie organisiert ihre Fahrten zu den Patienten und strukturiert ihren Tag selbst. Darüber hinaus gibt es Besprechungen mit den Ärzten und auch Verwaltungsarbeit, die sie erledigen muss. Der Beruf sei sehr vielseitig, sagt die 38-Jährige.

Im Gegensatz zum ambulanten Pflegedienst liege der Fokus bei der EVA nicht auf der Pflege, sondern auf den medizinischen Untersuchungen. Die EVA diene als Entlastung für den Arzt, für die Angehörigen und die Patienten selbst. Diese sind meist aufgrund von Altersschwäche oder Schwersterkrankungen nicht mehr in der Lage, einen Arzt aufzusuchen. Besonders im ländlichen Raum sei das ein großes Problem. »Ärzte sind auf dem Land nicht mehr so eng besiedelt und haben deswegen immer weniger Zeit für Patienten. Die Infrastruktur ist häufig schlecht und die Angehörigen arbeiten tagsüber. Es bleibt also keine andere Möglichkeit, als Patienten zuhause zu versorgen«, erklärte Eva Diana Michels.

Als EVA dürfe man zwar weder Therapieren noch Diagnostizieren, aber sie könne dem Arzt immer Anregungen weiterreichen, der dann entscheide, wie die Behandlung weiterhin verlaufe. Außerhalb der medizinischen Versorgung sensibilisiere sie die Angehörigen und Erkrankten für Gefahren in den eigenen vier Wänden und überlege mit ihnen gemeinsam, ob weitere Hilfsmittel für die Familien notwendig seien.

Die Ausbildung zu diesem neuen Beruf gleiche eher einer Fortbildung, denn es bedürfe einer abgeschlossenen Ausbildung in einem Pflegeberuf wie Krankenschwester oder Arzthelferin sowie mindestens drei Jahren praktischer Berufserfahrung.

Eva Diana Michels absolvierte ihre Fortbildung innerhalb von zweieinhalb Jahren in Wochenendseminaren der Kassenärztlichen Vereinigung Westfalen-Lippe (KVWL). Es gebe Pflichtstunden mit verschiedenen Pflichtthemen und einem Wahlteil. Dabei habe man sich beispielsweise auf Ernährungsmedizin oder Notfallmanagement spezialisieren können. »Ich habe immer gerne Fortbildungen gemacht. Die Fortbildung zur EVA ist wirklich gut fundiert und man kann sehr viel daraus mitnehmen«, berichtete Michels, die 30 Stunden pro Woche arbeitet. Nach den Seminaren müsse man die Haushalte zunächst gemeinsam mit dem zuständigen Arzt besuchen. Danach fährt die EVA allein zu den Patienten.

Michels betont, dass sich die Kranken sehr freuten, wenn jemand persönlich zu ihnen nach Hause komme. Dort würden sie in ihrem gewohnten Umfeld behandelt.

Die entlastende Versorgungsassistentin sei ein aussichtsreicher Beruf für die Zukunft: Die Menschen werden immer älter und brauchen häufig ärztliche Hilfe. Viele bleiben im Alter zuhause und suchen kein Pflegeheim auf. »Als Ärzte kämen wir ohne eine entlastende Versorgungsassistentin mit den Hausbesuchen überhaupt nicht hinterher«, erklärte Dr. med. Elmar Arens, der aber trotz seiner Hilfskraft auch viele Hausbesuche selbst absolviert.

Außerdem berichtete der Arzt, dass dieser Beruf bei Arztpraxen sehr gefragt sei, allerdings nur wenige Ärzte eine eigene EVA hätten. Menschen, die diesen Beruf erlernen, hätten also »glorreiche Zukunftsaussichten«.

Eva Diana Michels schätzte darüber hinaus an ihrem Beruf, dass er mit dem Privatleben kombinierbar sei. »Ich habe eine Tochter für die ich immer noch genug Zeit übrig habe«, freute sie sich.

**Ellen Waldeyer**

# Mückenstich richtig behandeln

■ Kaum klettern die Temperaturen nach oben, werden die Stechmücken aktiv. Stechen sie zu, hat das nicht nur unangenehmes Jucken zur Folge. Mit jedem Stich können sie auch Erreger übertragen, die Schwellungen und Entzündungen verursachen können. Dr. Wolfgang Reuter, Gesundheitsexperte der Deutsche Krankenversicherung, gibt Tipps, um sich vor Stichen zu schützen, und weiß, was im Notfall zu tun ist.

Trotz aller Schutzmaßnahmen (helle, lange und weite Kleidung) kann es immer mal wieder zu einem Stich kommen. Auch wenn sie zum Teil sehr stark jucken: Kratzen unbedingt vermeiden! Sonst kann sich die Stelle entzünden und eine Narbe bilden. »Besser ist es, den Stich zu kühlen. Das lindert den Juckreiz, aber auch die Schwellung«, weiß Dr. Reuter. Dafür eignen sich beispielsweise Kältekompressen oder Eiswürfel. Reuter rät, sie nicht direkt auf die Haut zu legen, sondern vorher in ein Tuch zu wickeln. So lassen sich Erfrierungen vermeiden. Da der Juckreiz durch das körpereigene Histamin erzeugt wird, helfen auch so genannte Antihistaminika in Form von Salben und Gels. Ein Besuch beim Arzt ist notwendig, wenn sich die Stelle entzündet hat. Das äußert sich durch Eiter an der Einstichstelle oder geschwollene Lymphknoten an der betroffenen Extremität oder am Hals. Unbehandelt kann ein entzündeter Stich im schlimmsten Fall zu einer Blutvergiftung führen. Kommt es aufgrund des Stiches zu einer allergischen Reaktion, ist es wichtig, schnell einen Notarzt zu rufen. Symptome sind beispielsweise eine starke Schwellung rund um den Stich, Schwellungen im Gesicht und Hals oder eine generell starke Rötung der Haut.

Freuen sich auf viele Anmeldungen zu »Pflege on Tour« in Brakel (von links): Gerrit Fischer (Kompetenzzentrum Frau und Beruf), Frau Oeynhausen ( Die Pflege Schlütz-Oeynhausen), Stephanie Schoppe (Bildungszentrum Weser-Egge) und Ulrike Roxlau (Netzwerk Pflege).

# Leichterer Start in die Pflegebranche

■ Personalverantwortliche in der Pflegebranche haben es nicht leicht. Fachkräfte werden dringend gesucht und während die Vorurteile über die Branche omnipräsent sind, bleiben die Vorzüge meist auf der Strecke. Die Aufgabenbereiche sind ausgesprochen vielfältig, die Entwicklungsmöglichkeiten groß und die Wertschätzung von Patientinnen und Patienten oder Bewohnerinnen und Bewohnern beträchtlich.

»Besonders bedauerlich finde ich es, wenn sich ausgebildete Fachkräfte nach einer beruflichen Auszeit den Job nicht mehr zutrauen oder von ihren beruflichen Erfahrungen frustriert sind und deshalb diesen schönen Beruf nicht mehr ausüben möchten«, so Ulrike Roxlau Einrichtungsleiterin des Senioren-Parks »carpe-diem« in Bad Driburg. Mit dem Netzwerk Pflege im Kreis Höxter hat sie darum mit ihren Mitstreiterinnen »Pflege on Tour« ins Leben gerufen hat. Interessierte sollen an einem Vormittag, die vielfältigen Aufgabenbereiche in der Pflegebranche kennenlernen und mit Personalverantwortlichen ins Gespräch zu kommen. Wichtig ist es den Organisatorinnen, zu informieren und Mut zu machen, denn auch nach jahrelanger Auszeit, ist ein Wiedereinstieg problemlos möglich. Damit mehrere Unternehmen und Fachbereiche besucht werden können, gibt es einen Shuttle Service, der die Teilnehmenden zu den verschiedenen Stationen fährt. Dabei sind natürlich Krankenhäuser, Rehakliniken und Einrichtungen, die ambulante- oder stationäre Pflege anbieten.

Um den Start in die Pflegebranche noch leichter zu gestalten, können im Anschluss an die Veranstaltung alle Interessierten ein Praktikum in ihrer Wunscheinrichtung machen. Damit haben sie die Möglichkeit, sich einen bestimmten Bereich genauer anzuschauen oder alle Arbeitsgebiete im gewünschten Unternehmen zu durchlaufen.

Am Mittwoch, 26. Juni, findet das vom Netzwerk Pflege im Kreis Höxter in Zusammenarbeit mit dem Kompetenzzentrum Frau und Beruf OWL und fundus der Arbeitsgemeinschaft für Berufliche Weiterbildung ins Leben gerufene Programm in Brakel statt.

Eingeladen sind alle, die sich eine Rückkehr in ihren Beruf vorstellen können und die Lust auf eine neue Aufgabe haben. Die Agentur für Arbeit Paderborn/ Höxter und das Jobcenter Höxter werden an diesem Tag ebenfalls mit Beraterinnen vor Ort sein und bei Fragen zur Verfügung stehen.

Anmeldungen nimmt Stefanie Schoppe unter Telefon 05272/6071901 oder per E-Mail unter **bz-info@khwe.de** entgegen.

Gemeinsam gegen den Schlaganfall (von links): Dr. Hendrik Fokke Hinrichs (Leiter Rettungsdienst), Martin Viertmann und Dr. Uwe Heckmann.

# Wenn jede Minute zählt

■ Jeder Schlaganfall ist ein Notfall! Verstopfte oder verengte Gefäße verursachen eine plötzliche Durchblutungsstörung des Gehirns. Das ist lebensbedrohlich und kann zu bleibenden Schäden und Behinderungen führen. Deshalb ist Aufklärung extrem wichtig, weiß Neurologe Dr. Uwe Heckmann, Chefarzt der Klinik für Neurologie am Klinikum Weser-Egge.

Neben den Informationen der Experten findet Heckmann insbesondere auch den Austausch mit anderen Betroffenen wichtig.

»Ein Schlaganfall bringt häufig tiefe Einschnitte mit sich: Erfahrungen zu teilen, sich gegenseitig zu unterstützen und Trost zu finden - das ist das Ziel unserer Selbsthilfegruppe«, so Martin Viertmann von der Selbsthilfegruppe Schlaganfall Bad Driburg.

# Leiden Sie auch an der Volkskrankheit Nummer 1?

## Was machen wir Deutschen falsch?

**Rund 70% aller Deutschen haben sie gelegentlich, fast 20% ständig, die Ursachenforschung ist kompliziert, Operationen oft ohne nachhaltigen Effekt: Rückenschmerzen. Wie kann es sein, dass so viele Menschen an den gleichen Symptomen leiden? Was machen wir Deutschen falsch?**

Im Durchschnitt verbringen wir 8 Stunden im Bett. Und trotzdem spielt das Bett als Ursache für Rückenschmerzen in den allermeisten Köpfen keine Rolle. Warum? Der Grund ist fast schon trivial: Wir legen uns hin und wachen gefühlt wenige Minuten später wieder auf. Und was kann ein falsches Bett unserem sonst so robusten Körper in „wenigen Minuten" schon anhaben? Unserer Meinung nach: Sehr viel, da wir immerhin 1/3 unseres Lebens im Bett verbringen.

Falsche Betten führen dazu, dass sich unser Körper an das Bett anpassen muss. Unser Körper wird also Nacht für Nacht verbogen, circa 8 Stunden lang. Die Folge können Rücken- und Schulterschmerzen, aber auch Verspannungen und Schlafstörungen sein. Außerdem wird unsere Durchblutung gehemmt, Arme und Beine können einschlafen und unser Körper wacht oft auf, um sich zu drehen, was unseren Tiefschlaf unterbricht. Tagsüber fühlen wir uns dann häufig müde, sind unkonzentriert und weniger leistungsfähig. Ein falsches Bett kann sich also auch tagsüber negativ auf unser **Wohlbefinden** auswirken, auch wenn wir gar keine Rückenschmerzen haben.

Aber was genau ist falsch und was ist richtig? Wie schläft man gesund? Schlaf ist unendlich komplex, eine **Wissenschaft** für sich. Kaum jemand kennt sich mit den unterschiedlichen Facetten des Schlafens aus - wir schon!

Aber was macht Schübeler anders, als Discounter, der Internethandel oder andere Bettenhändler? Wir betrachten alles, was den Schlaf beeinflusst…

Wir gehen auf Ihre Schmerzen und ihr Schlafverhalten ein. Wir betrachten Sie als Individuum. Massenware kann das nicht. Wir passen Ihr Bett an Ihren Körper an, wie einen **Maßanzug**, ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse maßgeschneidert. Und: Wir sind erst zufrieden, wenn Sie zufrieden sind. Daher gibt es bei uns eine 130-Tage-Wohlfühlgarantie.

Wir sind **DIE** Experten, wenn es um gesunden Schlaf geht, denn wir haben über 130 Jahre Erfahrung und bereits tausenden leidenden Menschen geholfen.

Nicht nur unsere außergewöhnliche Expertise und Erfahrung machen uns zur wohl besten Adresse für gesunden Schlaf in Deutschland und zu einem ganz besonderen Bettenfachgeschäft. Seit 2006 bieten wir unseren Kunden und Gästen einen weiteren einzigartigen Service: **Probeschlafen** in unserer hauseigenen Pension. So haben Sie die Möglichkeit unsere Produkte auf Herz und Nieren zu testen, bevor Sie kaufen, unser außergewöhnliches Schlaferlebnis inklusive. Und entscheiden Sie sich dann für eines unserer Bettsysteme, ziehen wir Ihnen die Kosten für die Übernachtung vom Kaufpreis ab.

Wenn Sie Rückenschmerzen haben, kommen Sie also zu uns nach Beverungen, ins schöne Weserbergland. Wir liefern deutschlandweit und beraten Sie nach Vereinbarung täglich und sogar am Wochenende **bis 24 Uhr**.

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch.**
**Ihre Familie Schübeler**
**und das gesamte Team.**

Well Nest Seit 1881
Schübeler
Betten-Paradies & Pension

Betten-Paradies & Pension, Lange Straße 28, 37688 Beverungen, 0 52 73 / 2 18 81
info@schuebeler.de, www.schuebeler.de

# DER WICHTIGSTE JOB DER WELT

**Für PatientInnen,** die Pflege brauchen und auf besonders viel Menschlichkeit angewiesen sind.

**Für KollegInnen,** deren Beruf eine Berufung ist und die gemeinsam für andere alles geben.

**„Express-Bewerbung“**
—
**Rückruf nach 60 min**

**Werde jetzt Pflegekraft bei Helios,** für 5 Mio. PatientInnen und 66.000 KollegInnen in 86 Kliniken deutschlandweit.

**wichtigster-job.de**

Helios