

BESUCHSZEIT

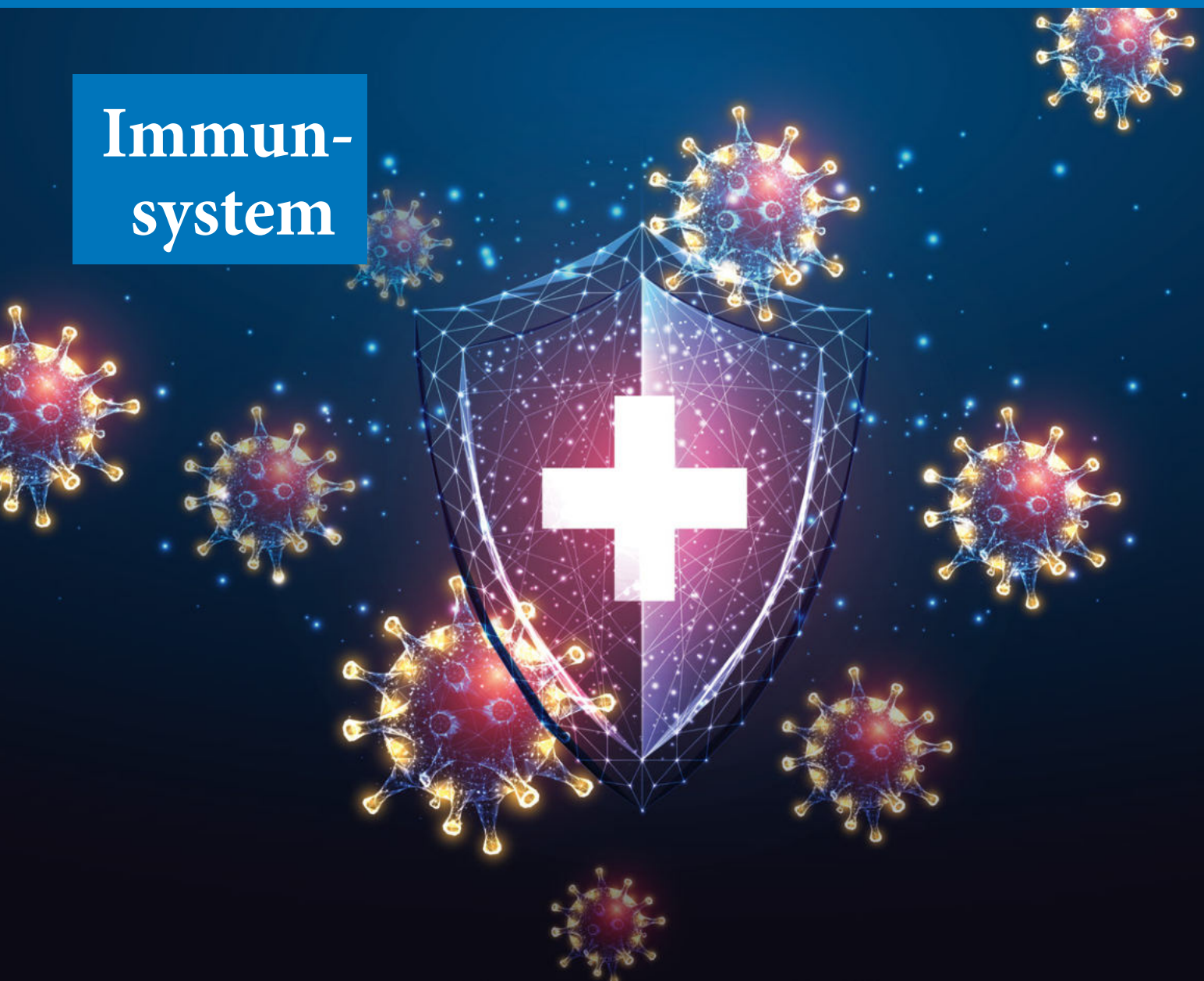
Das Magazin des Medizin Campus Bodensee – Nr. 58 | September 2022

Aktuell | Seite 8
**Bodensee-Sportklinik
operiert**
in der Klinik Tett nang

Echtzeit | Seite 10
**Gesunde
Ernährung**
für das Immunsystem

Aktuell | Seite 12
„Mehr wir“ –
erfolgreich für den
guten Zweck beendet

**Immun-
system**



**MEDIZIN
CAMPUS
BODENSEE**



7

AKTUELL

12 Jahre Da-Vinci-OP-Roboter



16

AKTUELL

10 Jahre KV-Notfallpraxis



20

MEINE SACHE

Immunsystem

IMPRESSUM

Besuchszeit ist das kostenlose Magazin des Medizin Campus Bodensee.

Erscheinungsweise:

3-mal jährlich

Herausgeber:

Klinikum Friedrichshafen GmbH,
Röntgenstraße 2,
88048 Friedrichshafen

Redaktion:

Susann Ganzert (ga),
E-Mail: s.ganzert@klinikum-fn.de

Autoren: Susann Ganzert (ga),
Claudia Wörner (cw), Svenja Kranz (sk),
Kerstin Schwier (ks)

Fotos: Medizin Campus Bodensee,

Adobe Stock

Gestaltung:

team|dv GmbH, www.team-dv.de,
Friedrichshafen

Druck: Siegl Druck, Friedrichshafen

Auflage: 6000 Stk.

AKTUELL

- 4 CPU – Spezialambulanz für Brustschmerzen zertifiziert
- 5 Beckenvenensyndrom – junge Frau aus Berlin fand Hilfe in Friedrichshafen
- 6 Ehrung langjähriger Mitarbeitenden
- 7 Da Vinci OP-Roboter – 12 Jahre Erfahrung im roboter-assistierten Operieren
- 8 Chirurgen der Bodensee-Sportklinik operieren
- 9 Apotheke des Klinikums ist akademische Ausbildungsapotheke
- 12 „Mehr wir“ erfolgreich beendet für „Häfler helfen“
- 13 Gedenk-Gottesdienst für die im MCB verstorbenen Patienten Auszeichnung für Kinderklinik
- 14 Seit vier Jahrzehnten im Labor der Klinik Tettngang: Ulrike Dieterle
- 16 Zehn Jahre KV Notfallpraxis
- 17 Seit 40 Jahren Krankenschwester im Klinikum Friedrichshafen: Silvia Kohler
- 21 Schmunzelecke
- 22 Lufthansa-Pilot „inspiziert“ Rettungshubschrauber
- 23 Zahlen, Daten, Fakten
Veranstaltungskalender

SPRECHZEIT

- 21 Wenn das Immunsystem überreagiert, Gespräch mit Anita Paul-Sundarray

BEDENKZEIT

- 19 Die Seelsorger-Kolumne

ECHTZEIT

- 10 Gesunde Ernährung für das Immunsystem – Klinikküche Tettngang

WISSEN

- 18 Temperaturempfinden

RÄTSELZEIT

- 14 Das Besuchszeit-Bilderrätsel

MEINE SACHE

- 20 Die Seite für junge Leser

SERVICEZEIT

- 24 Unser Service für Sie

Liebe Leserinnen und Liebe Leser,

der Herbst steht vor der Tür – ob es wieder ein „Corona“-Herbst wird oder doch eher ein „normaler“ Herbst mit Husten, Schnupfen, Heiserkeit ..., wer weiß das schon?

Diese Ausgabe unseres Krankenhausmagazins Besuchszeit widmet sich neben vielen aktuellen und lesenswerten Themen der Immunität – also der „Unempfindlichkeit eines Organismus gegen Antigene, Krankheitserreger und Gifte“. Aber auch der seelischen Immunität, die aktuell mehr gefordert ist als in den vergangenen Jahrzehnten.

Wie immun sind Sie gegen all das, was auf Sie einströmt? Tun Sie genug für sich?

Wie immun sind wir, der Medizin Campus Bodensee – wir, die sich um Menschen in gesundheitlichen Notlagen kümmern? SARS-COV-2 macht auch um unsere Mitarbeitenden keinen Bogen. Viele Kolleginnen und Kollegen sind erschöpft vom Arbeiten unter erschwerten Bedingungen, dem emotionalen Stress über einen so langen Zeitraum. Nicht alle halten dem ständigen Druck stand – das stellt uns als kommunalen Krankenhausverbund vor interne Herausforderungen. Dazu kommen der Ukrainekrieg, die steigenden Energiepreise und die Inflation, die Veränderungen im deutschen Gesundheitswesen, die schwelende Frage: Bleibt der Hubschrauber am Standort Friedrichshafen oder nicht? Dennoch wollen, werden und müssen wir auch weiterhin unseren Patienten und Mitarbeitenden „mehr Sicherheit“ bieten und für sie da sein – Tag für Tag und rund um die Uhr. Das ist unser Auftrag. Wir tun viel dafür, überzeugen Sie sich selbst.

Und bleiben Sie gesund!

Franz Klöckner
Geschäftsführung

Spezialeinheit für Brustschmerzen zertifiziert



Priv.-Doz. Dr. Julia Seeger (2. von links) und Ihr Team von der „Chest Pain Unit“ (CPU)

Eine Chest-Pain-Unit (CPU) versorgt kardiologische Notfälle und bietet Brustschmerzpatienten eine rasche und kompetente Diagnostik sowie Therapie rund um die Uhr

Wenn Patienten mit unklaren und akuten Schmerzen in der Brust die Notaufnahme des Klinikums Friedrichshafen aufsuchen, kümmert sich sofort die Chest-Pain-Unit, die mit geschultem ärztlichen und medizinischen Personal und einer hochwertigen technischen Ausstattung bestens ausgerüstet ist, um den Patienten. „Schmerzen in der Brust können viele Ursachen haben“, erklärt Prof. Dr. Wöhrle, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie, Pneumologie und internistischen Intensivmedizin. „Die häufigsten sind Verengungen an Herzkranzgefäßen, Herzrhythmusstörungen, Herzklappenfehler oder Lungenerkrankungen.“

Wichtig ist eine schnelle Diagnostik

Das Ziel der seit 2019 am Klinikum etablierten Chest-Pain-Unit ist es, mittels standardisierter Blutabnahme, kontinuierlicher EKG-Registrierung und Ultraschall-Untersuchung direkt am Krankenbett eine schnelle Diagnose stellen zu können, damit der Patient adäquat weiter behandelt werden kann. „Um eine gute Versorgung für die Patienten zu gewährleisten, müssen wir wissen, ob eine Herzerkrankung ursächlich für die Brustschmerzen ist“, so Prof. Dr. Wöhrle und ergänzt: „Wenn man anderweitige Erkrankungen ausschließen konnte und damit eine Herz-Kreislauf-Erkrankung im Fokus des Verdachts steht, muss diese möglichst schnell differenziert werden.“ Weil es bei solchen Fällen auf ein schnelles Handeln ankommt, ist die Chest-Pain-Unit ein sehr wichtiger Baustein im Gesamtportfolio des Klinikums Friedrichshafen. Die landesweiten Erfahrungen zeigen, dass Patienten, die in einer Chest-Pain-Unit versorgt werden, im

Unterschied zur Behandlung in einer normalen Notaufnahme, eine deutlich höhere Überlebensrate aufweisen.

Gute Medizin braucht Spezialisten

Für eine zertifizierte Chest-Pain-Unit sind in Diagnostik und Therapieverfahren speziell geschulte Ärzte und Pflegekräfte eine Grundvoraussetzung – eine Weiterbildungsmöglichkeit, die auch von den Mitarbeitenden des Klinikums als positiv wahrgenommen wird. „Wir möchten unseren Mitarbeitenden die Möglichkeit zur Entwicklung persönlicher und fachlicher Qualifikation bieten“, erklärt Chris-Roman Köhne, Pflegedienstleitung am Klinikum Friedrichshafen.

Große Expertise und exzellente Interdisziplinarität

„Wir sind sehr stolz auf die Zertifizierung unserer Brustschmerzambulanz, die von Priv.-Doz. Dr. Julia Seeger geleitet wird“, so Prof. Dr. Wöhrle. „Die CPU ist ein wichtiges Glied in der Rettungskette bei Herzerkrankungen.“ Neben dem „Cardiac Arrest Center“, in dem Patienten mit Herzstillstand versorgt werden und das erst kürzlich als Erstes in Baden-Württemberg im nicht universitären Bereich etabliert und zertifiziert wurde, sowie dem zertifizierten Mitralklappen-Zentrum ergänzt die nunmehr ebenfalls zertifizierte Chest Pain Unit das umfassende diagnostische und therapeutische Behandlungsspektrum am Klinikum Friedrichshafen. „Jeder dieser Bausteine führt dazu, dass Friedrichshafen das Zentrum für kardiovaskuläre Medizin für unsere Patienten und Patientinnen in der Region Bodensee und Oberschwaben ist“, erklärt der Chefarzt. Und auch die Focus Auszeichnung des Chefarztes Prof. Dr. Jochen Wöhrle als Top-Mediziner 2022 im Bereich Interventionelle Kardiologie vor wenigen Wochen unterstreicht das herausragende Renommee der Klinik. (ga/sk)

Hilfe für junge Mama nach fünfjähriger Odyssee

Ein Beckenvenensyndrom ist relativ unbekannt und peinigt die Betroffenen sehr – Chefarzt der Interventionellen Radiologie in Friedrichshafen hilft Patientin aus Berlin

Friedrichshafen (MCB) – Mitte 30 ist Julia S. und mit Zwillingen schwanger, als sie urplötzlich zuerst Unterleibsschmerzen bekommt und bald darauf Schmerzen in den Beinen, dem Rumpf, im Kopf und sie das Gefühl hat, weit über das übliche Schwangerschaftsmaß hinaus „anzuschwellen“. In ihrer Heimatstadt Berlin macht sie sich auf die Suche nach einer Diagnose, wird von Arzt zu Arzt geschickt und beschreibt die Zeit seither als wahre Odyssee.

Die Zwillinge der Grundschullehrerin aus dem Südwesten der Hauptstadt sind gesund, wachsen und gedeihen prächtig. Aber ihrer Mutter geht es noch immer schlecht. Niemand konnte bislang helfen und mit Schubladen-Aussagen wie „typisch Frau“ oder „Mutter mit Zwillingen im Stress“ kann und will sie sich nicht abfinden. Irgendwann fragt sie sich: „Was wurde jetzt eigentlich noch nicht untersucht?“ und beantwortet sich die Frage selbst mit „mein Venen- und Arteriensystem“. So kommt sie zu einem Spezialisten nach Köln. Er untersucht sie gründlich und stellt nicht nur die Diagnose „Beckenvenensyndrom“, sondern recherchiert so lange, bis er auf Chefarzt Dr. Rick de Graaf in Friedrichshafen stößt. Zu Julia S. sagt er: „Der weiß Bescheid, der wird Ihnen helfen“.

Das Beckenvenensyndrom wird aufgrund seiner relativen Unbekanntheit bei Ärzten und Patienten leider häufig übersehen. Dazu entstehen die Beschwerden meistens nach einer Schwangerschaft und fälschlicherweise wird davon ausgegangen, dass die Beschwerden damit zusammenhängen. Die Schmerzen kommen vornehmlich aus dem kleinen Becken, aber auch ein Schweregefühl oder Ödem in den Beinen sind häufig auftretende Symptome. Die Ursache liegt meist in einer Verengung einer Hauptvene im Becken oder im Bauch. „Bei der großen Mehrheit der Patientinnen wird das Problem tatsächlich nicht identifiziert“, so Dr. Rick de Graaf, der weiß, dass viele Patientinnen verzweifelt auf der Suche nach einer Erklärung und Behandlung sind.

Julia S. hat sie gefunden. 2021 macht sich die Berlinerin auf an den Bodensee zu Dr. de Graaf, seit 2018 Chefarzt der Klinik für Diagnostische und Interventionelle Radiologie/Nuklearmedizin und international anerkannter Spezialist für Venenleiden. Spezielle MRT- und Angiografie-Untersuchungen bestätigen den Verdacht des Kollegen in Köln und der Therapieansatz von de Graaf ist klar: Mit einem modernen Stent im Becken, der die Gefäße dauerhaft offenhalten würde, therapiert er auch das Beckenvenensyndrom.



Julia S. aus Berlin suchte fünf lange Jahre Hilfe – ihre Odyssee endete glücklich im Klinikum Friedrichshafen

„Die Technik wird schon seit längerem für Schlagaderprobleme angewendet, aber dass sie auch für die tiefen Venen des Beckens und der Beine sehr gut funktioniert, ist relativ unbekannt“, so Dr. de Graaf. Er ist einer der wenigen Ärzte in Deutschland, die diese Therapie regelmäßig und nach neuestem Wissensstand vornehmen.

Nach dem ersten minimal-invasiven Eingriff im Klinikum Friedrichshafen geht es Julia S. schon deutlich besser und der gebürtige Niederländer Dr. de Graaf verabschiedet sie mit den Worten: „Gehen Sie jetzt erst einmal in Ihr Leben zurück“. Die Berlinerin tut, wie ihr geheiß, und stellt schnell fest, dass viele Wasseransammlungen in ihrem Körper weg sind, dass sie „schlagartig an Volumen verliert und endlich auch die bleierne Müdigkeit und Schwere“ aus ihrem Körper verschwinden.

Nach einer Corona-Erkrankung im Frühjahr 2022 stellen sich die bekannten Symptome wieder ein. Julia S. macht wieder einen Termin bei Dr. de Graaf, dem sie zu 100 Prozent vertraut, und fährt erneut an den Bodensee. Er stellt fest, dass der implantierte Stent nicht das Problem darstellt. Dieser ist offen und wird mit raschem Fluss durchblutet. Die Beschwerden sind jedoch typisch und Dr. de Graaf sucht weiter. Mit einem Provokationstest verschafft er sich Gewissheit und behandelt eine Verengung der linken Nierenvene mit einem Stent. Wenige Tage danach freut sich die Patientin: „Mir geht es wunderbar“ und beschreibt, dass sie sich „entstaut und viel leichter“ fühlt.

Fünf Jahre einsamer Kampf gegen eine stetige Verschlechterung ihres Allgemeinzustands und –befindens haben sich für Julia S. gelohnt. Ihr Weg war länger als die rund 730 Kilometer zwischen Berlin-Steglitz und Friedrichshafen, aber schlussendlich ist sie am Ziel angekommen. Das wünscht sie auch anderen Betroffenen, erzählt deshalb ihre Geschichte und sagt: Danke Dr. de Graaf, Danke MCB. (ga)



Dr. de Graaf, seit 2018 Chefarzt der Klinik für Diagnostische und Interventionelle Radiologie/Nuklearmedizin

Langjährige Mitarbeitende in Feierstunde geehrt

Für ihre jahrzehntelange Treue zum Medizin Campus Bodensee (MCB) wurden in einer kleinen Feierstunde im Klinikum Friedrichshafen jetzt zehn Dienstjubilare persönlich geehrt. Von den insgesamt 17 Jubilaren können zehn auf ein Vierteljahrhundert zurückblicken und sieben Mitarbeitende traten sogar vor vier Jahrzehnten ihren Dienst entweder im damaligen Städtischen

„Was würden wir nur ohne Sie machen? Und diese Frage ist nicht nur angesichts des Fachkräftemangels ganz ernst gemeint“, begrüßte Matthias Schlunke, Vorsitzender des Konzernbetriebsrates, die Jubilare. „Sie sind das Wertvollste, was wir zu bieten haben“, fuhr er in seiner Dankesrede fort. Jede und jeder bringe sich Tag für Tag ein und hinterlasse dabei Spuren. Spuren, die vielleicht manches Mal nicht sofort ins Auge fallen, aber dennoch von Bedeutung seien. „Sie haben in ihren vielen Dienstjahren Großartiges geleistet. Wir sind stolz, sie als Mitarbeiter zu haben“, dankte er den Mitarbeitenden.

➔ Zehn von 17 MCB-Dienstjubilaren nahmen die Glückwünsche von Geschäftsführer Franz Klöckner (hinten Mitte), Konzernbetriebsrat-Vorsitzenden Matthias Schlunke (6. von links) und Jürgen Sachenmaier von der Klinik Tettang (links) persönlich entgegen.



Krankenhaus Friedrichshafen oder im Kreiskrankenhaus Tettang an.

Seit 40 Jahren sind dabei: Ulrike Dieterle (Tettang), Ute Gerlachstein, Silvia Kohler, Simone Leben, Angelika Rothmund, Elke Schikowski und Günes Tastaban-Welte (alle Friedrichshafen).

25 Dienstjahre haben erreicht: Nina Dik, Maria Eppler, Dr. Holger Sauer, Claudia Weller (alle Tettang), Nicole Wörner (Weingarten/Friedrichshafen), Dr. Christine Baier, Manuela König, Silvia Neubauer, Maik Schmidt und Tanja Woher (alle Friedrichshafen).

Lob, Respekt und Anerkennung für die Dienstjubilare gab es im Anschluss auch von Franz Klöckner, Geschäftsführer des MCB. „Danke, dass sie heute alle zu der kleinen Feierstunde gekommen sind. Das ist nicht selbstverständlich. Ebenso wenig ist es selbstverständlich, dass sie uns so lange die Treue halten“, begrüßte er die Anwesenden. Er selbst habe auch vor rund 40 Jahren seine Ausbildung zum Krankenpfleger begonnen: „Ich kann also mitreden und weiß, wie sich das Krankenhaus in den vergangenen Jahren verändert hat“, erklärte Klöckner und führte als Beispiel die deutlich kürzere Verweildauer der heutigen Patienten an. (ks)

Zwölf Jahre Da-Vinci-Chirurgie am Klinikum Friedrichshafen

Im OP-Saal V des Klinikums wartet neben Chefarzt Dr. Carsten Sippel, dem Anästhesisten und den Assistenten auch der OP-Roboter Da Vinci auf den Patienten, dem heute nicht nur seine komplette Harnblase entfernt wird, sondern im gleichen Zug auch eine neue „gebaut“ werden soll. Und das alles, ohne großen Schnitt, sondern vielmehr minimalinvasiv und roboter-assistiert. „Für die neue Harnblase benötigen wir etwa 40 Zentimeter des Dünndarms des Patienten, die wir während des Eingriffs an der Durchblutung lassen und im Bauchraum daraus eine Art W formen. Aus dem körpereigenen Gewebe des Patienten wird dann die neue Harnblase. Die beiden Harnleiter werden im oberen Anteil implantiert und der untere Anteil wird mit der Harnröhre oberhalb des Schließmuskels verbunden“, erklärt der Urologe Dr. Sippel. Vier bis sechs Stunden dauert eine solche „Neoblase“-OP mit dem Da Vinci und der Patient ist danach wesentlich schneller wieder auf den Beinen als bei jeder anderen OP.

Seit 2010 wird im Da-Vinci-Zentrum des Klinikums Friedrichshafen roboter-assistiert operiert. Waren es vor zwölf Jahren ausschließlich die Urologen, die einen Teil ihrer Patienten mit Unterstützung des OP-Roboters therapierten, so arbeiten mittlerweile auch die Allgemeinchirurgen und Gynäkologen mit dem Da Vinci. Und die Zahl der verschiedenen Eingriffsmöglichkeiten wird durch die hohe Expertise der Operateure ständig größer.

Prostataentfernung, Nieren-Teilresektion, Nierenbecken-Plastiken und mehrere weitere urologische Indikationen sind mit dem Da Vinci im Klinikum Friedrichshafen möglich: „International ist die Da-Vinci-Chirurgie alternativlos und wird seit Jahren voran getrieben“, so Dr. Sippel, der seit sieben Jahren im Klinikum Friedrichshafen roboter-assistiert operiert und über 500 minimal-invasive Prostataentfernungen mit dem OP-Roboter vorgenommen hat. Die kontinuierliche interne Fortbildung garantiert höchste OP-Qualität im gesamten Team des Da-Vinci-Zentrums.

„Wir setzen bei sämtlichen Reflux-Eingriffen auf den Da Vinci“, erklärt Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Thorsten Lehmann. Tumorchirurgische Patienten seiner Klinik für Allgemein- und



➔ Seit zwölf Jahren operieren Urologen, Gynäkologen und Allgemeinchirurgen des Klinikum Friedrichshafen roboter-assistiert. Ganz aktuell sind es (von links): Priv.-Doz. Dr. Thorsten Lehmann, Dr. Carsten Sippel, Anett Farkas (OTA) und Dr. Hans-Walter Vollert.

Viszeralchirurgie werden aber auch dann roboter-assistiert operiert, wenn es um Tumore in Magen, Bauchspeicheldrüse, Dick- oder Enddarm geht. Gynäkologische Patienten mit Endometriose oder Uterusfehlbildungen werden im Klinikum von Chefarzt Dr. Hans-Walter Vollert oder Oberarzt Dr. Alexandru Armion mit dem Da Vinci operiert. Auch sie sind von den Möglichkeiten des hochmodernen Gerätes mit seinen millimetergenau zu steuernden, vollbeweglichen Greifarmen überzeugt.

Und dass „das Gerät nur so gut sein kann, wie der Operateur“, wissen auch die Patienten des Da-Vinci-Zentrums Friedrichshafen seit langem. Mit über 12 Jahren Erfahrung in dieser für den Patienten schonenden Technik der operativen Versorgung haben unsere Operateure aus den verschiedenen Fachbereichen eine der höchsten Expertisen hierfür in ganz Deutschland. (ga)

„Lokale Kooperation ist ein Gewinn für alle Seiten“

Ärzte der Bodensee-Sportklinik operieren in der Klinik Tettngang

Ärzte der Bodensee-Sportklinik in Friedrichshafen operieren seit Anfang Juli an der Klinik Tettngang. Der Medizin Campus Bodensee und die Bodensee-Sportklinik Friedrichshafen bündeln ihre Kompetenzen zum Wohl der Patienten – das zertifizierte Endoprothetikzentrum (EPZ) der Klinik Tettngang, unter Leitung von Chefarzt Dr. Christian Grasselli, und die Operateure der Bodensee-Sportklinik Friedrichshafen, aktuell Dr. Jens Stehle und Priv.-Doz. Dr. Max Friedrich, stehen gemeinsam für ein exzellentes Gelenkzentrum in der Region.

Dr. Jens Stehle ist ein überregional bekannter Schulter spezialist und Mitbegründer der Bodensee-Sportklinik in Friedrichshafen, Priv.-Doz. Dr. Max Friedrich ist auf Hüften spezialisiert und gehört zu den Top-Ärzten Deutschlands auf der aktuellen Focus-Liste. Das Spektrum beider Ärzte reicht von minimalinvasiven arthroskopischen Operationen bis hin zu komplexen Eingriffen, wie der Endoprothetik oder Wechseloperationen.

Die Ärzte der Bodensee-Sportklinik freuen sich über die neue Zusammenarbeit und Dr. Rupert Diesch, Gründer der Bodensee-

Sportklinik im Jahr 1993, fasst zusammen: „Mit der Klinik Tettngang haben wir einen Partner gefunden, um unsere Patienten in Wohnortnähe optimal versorgen zu können: Die Klinik bietet für uns Ärzte ein modernes Arbeitsumfeld mit den neu gebauten OP-Sälen. Und die Patienten profitieren von der familiären Atmosphäre in der Klinik und dem schönen Ausblick auf den Bodensee. Diese lokale Kooperation ist ein Gewinn für alle Seiten.“ (ga)

Die Bodensee-Sportklinik ist auf die Versorgung orthopädischer und unfallchirurgischer Krankheiten spezialisiert. Dabei kommen konservative und alternative Methoden zur Anwendung sowie operative Eingriffe. Die Klinik verfügt neben den Praxisräumen über eine eigene Klinik mit OP-Räumen und Bettenstationen in Friedrichshafen. Ein hauseigenes offenes MRT-Gerät rundet das Spektrum der orthopädischen Klinik ab. Mehr zum EPZ der Klinik Tettngang und zum Leistungsspektrum der Klinik für Unfallchirurgie, orthopädische Chirurgie und Endoprothetik Friedrichshafen/Tettngang unter www.medizin-campus-bodensee.de



☞ Sie freuen sich auf die Kooperation zwischen dem Medizin Campus Bodensee und der Bodensee-Sportklinik (von links): Jürgen Sachsenmaier, Klinik Tettngang, und Dr. Jens Stehle, Dr. Rupert Diesch sowie Priv.-Doz. Dr. Max Friedrich (alle Bodensee-Sportklinik)

Aktiv für den Berufsnachwuchs



☞ Jessica Plankenhorn (von links) hat ihre Ausbildung zur PTA am Klinikum beendet und ist Teil des Teams um die Apothekerinnen Judith Cibis, Apotheken-Leiter Christian Vilzmann und Judith Schlotterer, die auch die Pharmazeutin im Praktikum, Lena Grünberg, betreut hat.

Apothekendes Klinikums akkreditiert als akademische Ausbildungsapotheke

„Wenn man nicht ausbildet, bekommt man keine Fachkräfte“, bringt es Christian Vilzmann auf den Punkt. Er leitet die Apotheke des Klinikums Friedrichshafen, ist Fachapotheker für Klinische Pharmazie sowie Onkologische Pharmazie und muss es wissen. Denn „seine Apotheke“ wurde jüngst von der Landesapothekenkammer Baden-Württemberg erneut als „akademische Ausbildungsapotheke“ akkreditiert. „Jede Berufsgruppe, die in einer Apotheke tätig ist, wird bei uns ausgebildet“, erklären Vilzmann und die für die akademische Ausbildung zuständige Apothekerin Judith Schlotterer.

So hat das Apothekenteam mit seinen 27 Mitarbeitenden also immer einen angehenden Pharmazeutisch-technischen Assistenten (PTA), einen Pharmazeutisch-kaufmännischen Angestellten (PKA), eine Fachkraft für Lagerlogistik und einen Pharmazeuten im Praktikum (PhiP) – in der Apotheke des Klinikums sind es überwiegend junge Frauen. Seit Mai 2022 ist Lena Grünberg die Pharmaziepraktikantin und Judith Schlotterer ihre Ansprechpartnerin. Lena Grünberg studierte an der Uni Leipzig Pharmazie, absolviert in Friedrichshafen gerade ihr zweites sechsmonatiges Praktikum, nachdem sie das erste Pflichtpraktikum in einer öffentlichen Apotheke in Leipzig machte. „Je mehr ich sehe, umso klarer wird mir, wohin ich möchte“, erklärt die Sächsin, die keinesfalls eine eigene Apotheke eröffnen will und sich noch orientiert. „Hier wird man pharmazeutisch ganz anders gefordert“, sagt die 25-Jährige nach ihren ersten sechs Wochen. Das ist gut so, denn der Pharmazeut im Praktikum

soll in diesem Teil der Ausbildung die im Studium erworbenen Kenntnisse vertiefen, erweitern und praktisch anwenden. Das hat Lena Grünberg in der öffentlichen Apotheke in Leipzig gerne getan und tut es auch hier. Im Unterschied zur öffentlichen Apotheke, die ein Krankenhaus per Gesetz nicht sein darf, berät man hier keine „Kunden“, sondern Ärzte und Pflegekräfte; hier gibt es unglaublich viele verschiedene Präparate, denn die Apotheke des Klinikums versorgt insgesamt „14 Häuser mit rund 4500 Betten“, so der Leiter der Apotheke. Jedes Haus wird von einem Apotheker betreut, hat also einen festen Ansprechpartner.

In der Apotheke des Klinikums bekommt sie, bekommen alle, eine umfassende Ausbildung – so wie Jessica Plankenhorn, die ihre Ausbildung zur PTA am Klinikum erfolgreich beendet hat und nun übernommen wird. Das freut vor allem auch Apothekerin Judith Cibis, die für die PTA-Ausbildung zuständig ist und einen ausgeklügelten mehrseitigen Ausbildungsplan erarbeitet hat – darauf finden sich unter anderem das Herstellen von Kapseln oder Lebertran-Einlauf oder auch von Wundsalbe neben allem anderen.

Es gibt in Deutschland nicht viele Krankenhaus-Apotheken, die alle drei Berufsgruppen ausbilden oder einen Praktikumsplatz bieten. Im Klinikum Friedrichshafen geben sich die PhiPs Anfang Mai und Anfang November seit Jahren zum Glück „die Klinke in die Hand“. „Es ist wichtig, dass junge Kollegen nachkommen“, so Christian Vilzmann. (ga)

Gesunde Ernährung für das Immunsystem

Für ein gut funktionierendes Immunsystem spielt die Ernährung eine entscheidende Rolle, denn sie liefert die Bausteine für eine intakte Infrastruktur des Abwehrsystems. Gerade wenn der Körper durch Krankheit oder einen operativen Eingriff geschwächt ist, ist eine ausgewogene Ernährung von großer Wichtigkeit.

So komplex die Aufgaben des Immunsystems sind, so sehr ist es auf eine ausreichende Versorgung mit Vitaminen, Spurenelementen und weiteren Mikronährstoffen angewiesen. Einzelne Zellen des Immunsystems werden fortwährend „nachproduziert“. „Es müssen daher alle benötigten Substanzen ständig in ausreichender Menge durch die Nahrung aufgenommen werden, um die Abwehrkräfte zu stärken und optimal gegen Viren und Bakterien gerüstet zu sein“, weiß Ernst Heid, Küchenleiter in der Klinik Tett nang. Mit seinem Team stellt er dreimal täglich Mahlzeiten für die Patienten so zusammen, dass sie optimal versorgt werden. Das ist keine leichte Aufgabe, denn zu den einzelnen medizinisch indizierten Sonderkostformen, die er berücksichtigen muss, kommen Lebensmittelunverträglichkeiten und Vorlieben der Patienten noch hinzu.

Medizinisch indizierte Diäten

Direkt nach einer Operation darf der Körper nicht durch schwer zu Verdauendes zusätzlich belastet werden. „Für Frischoperierte gibt es beispielsweise ein leichtes Gemüse und Püree mit einer leichten Soße. Außerdem ist es wichtig, den Körper nicht durch eine zu hohe Kalorienzufuhr zu belasten“, erklärt der erfahrene Küchenleiter. Die Entscheidung, welche Kost für den Patienten angeraten ist, liegt beim behandelnden Arzt. Je nach Erkrankung kann auch eine Sonderkostform empfohlen werden. So unterstützt eine extra eiweißreiche Kost den Muskelaufbau oder eine mit Kohlenhydraten versehene Nahrung versorgt den Körper schnell



➔ Küchenleiter Ernst Heid, Klinik Tett nang, weiß, welche Rolle eine gesunde Ernährung für das Immunsystem hat.

mit Energie. Bei bestimmten Erkrankungen kann der Bedarf an Vitaminen und Spurenelementen erhöht sein. So weisen Patienten mit akuten und chronischen Erkrankungen häufig einen erhöhten Mikronährstoffbedarf auf. „Gerade in einer Phase der Krankheit muss der Körper optimal versorgt sein, damit er in der Lage ist, wieder gesund zu werden. Und ein qualitativ hochwertiges Speisenangebot trägt zusätzlich in hohem Maße zur Patientenzufriedenheit bei“, sagt Ernst Heid.

Wenn der Körper Lebensmittel nicht verträgt

„Glutenhaltige Getreide, Eier, Fisch, Laktose, Erdnüsse, Sellerie oder Senf sind nur einige der Zutaten, die allergene Reaktionen auslösen können“ erklärt Ernst Heid. Lebensmittelunverträglichkeiten oder auch Wohlstandserkrankungen wie Diabetes haben in den letzten Jahren zugenommen, das bekommt auch der Küchenchef zu spüren. Bei den Essensbestellungen auf den Stationen werden Unverträglichkeiten direkt abgeklärt. Hinzu kommen immer

mehr Menschen, die sich vegan ernähren möchten sowie ein immer größer werdender Bedarf an kulturell angepasster Ernährung, wie vielleicht der Verzicht auf Schweinefleisch. Ernst Heid hat seine Küche so umgestellt, dass alle Unverträglichkeiten und Vorlieben berücksichtigt werden können. „Ich kaufe zum Beispiel nur noch Hartweizennudeln ein, die kann auch jeder essen, der sich vegan ernährt“, erklärt der Küchenleiter. Alle seine Käsesorten, bis auf den Frischkäse, sind ohne Laktose, fast alle Suppen und Soßen sind vegetarisch und für alle Unverträglichkeiten geeignet. „Auch die Lebensmittelindustrie hat sich in den letzten Jahren entsprechend umgestellt, so dass ich keine großen Schwierigkeiten beim Einkauf habe“, sagt Ernst Heid. Seine Tomatensoße ist vegan und ohne Schwein. Wenn Menschen aus ethnischen Gründen ein Lebensmittel nicht zu sich nehmen möchten, dann haben sie auch ein Anrecht darauf, so die Meinung in der Tett nanger Krankenhausküche. „Ich möchte, dass jeder Patient und auch jeder Mitarbeitende unser Essen mit Freude isst.“, so lautet die Arbeitsphilosophie von Ernst Heid.

Die Auswahl an Lebensmitteln in Deutschland ist groß, aber dennoch ernähren sich viele Menschen unausgewogen, was zu einer Schwächung des Immunsystems und zu Infektanfälligkeit führen kann. Dabei ist es eigentlich ganz einfach: Möglichst wenig hochverarbeitete Fertigprodukte, dafür mehr frische Lebensmittel wählen – nicht nur dem Immunsystem zuliebe. Die Basis der Ernährung sollte pflanzlich sein, Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte sind eine Ergänzung.

Viel frisches Obst und Gemüse

Eine vollwertige und immungesunde Ernährung sollte ausreichend, aber nicht zu viel Energie liefern, und unserem Körper alle lebensnotwendigen Nährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe, Eiweiße, Fette, Kohlenhydrate, Ballaststoffe sowie sekundäre Pflanzenstoffe zur Verfügung stellen. „Um diesen Bedarf zu decken, stehen deshalb saisonales Obst und Gemüse, aber auch Vollkornprodukte ganz oben auf dem Speiseplan meiner Küche“, erklärt Ernst Haid. Viel frisches Obst, Gemüse und Salate werden in der Krankenhausküche verarbeitet, denn diese Nahrungsmittel versorgen den Körper mit wichtigen Vitaminen und Mineralien, stärken die Abwehrkräfte und sind die gesündesten Nahrungsmittel für das Immunsystem. Hinzu kommt, dass Ernst Haid regionale Lebensmittel schätzt: „Alles was ich regional einkaufen kann, beziehe ich von hier, denn Qualität lohnt sich am Ende.“

Trinken nicht vergessen

Bis zu zwei Liter Wasser oder Tee über den Tag verteilt sollte man dem Körper zuführen. Vor allem in der kalten Jahreszeit ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr wichtig, damit die Schleimhäute feucht bleiben. „Das Heizen trocknet die Schleimhäute aus und Bakterien und Viren haben leichtes Spiel, da die natürliche Barrierefunktion geschwächt ist. Auch ist das Durstgefühl schwächer als im Sommer und es verleitet einen dazu, weniger zu trinken“, weiß Ernst Haid, der im Krankenhaus ein stilles und natriumarmes Wasser verwendet. (sk)



Weiche Kost: Oft haben ältere Menschen Schwierigkeiten beim Kauen. Für sie gibt es weiche Kost.



Stufe 1: Direkt nach einer Operation bekommt der Patient ein Abendessen ohne Fleisch und ohne Kaffee, dafür gibt es neuerlei Teesorten zur Auswahl.



Diabetiker: 5BE hat das Abendbrot für ...



Leichte Vollkost – Stufe 3: Die leichte Vollkost bekommen all diejenigen, deren Körper noch nicht durch eine zu schwere Verdauung belastet werden darf.



Hausmannskost: Wer alles essen kann und auch keine Unverträglichkeiten hat, bekommt die normale Hausmannskost.

Mehr als 3500 Euro Auktionserlös für „Häfler helfen“

Die Gemeinschaftsausstellung, die vom Klinikum Friedrichshafen anlässlich des Stadtkirchentages zum Thema „mehr wir“ initiiert wurde, kommt zu einem ertragreichen Ende. Rund zwei Drittel der gespendeten Kunstwerke konnten zugunsten der Aktion „Häfler helfen“ versteigert werden.



Mit einem breiten Spektrum an Kunstwerken beteiligte sich das Klinikum Friedrichshafen am diesjährigen Stadtkirchentag. „Mehr wir“ – so das Thema, zu dem das Klinikum Kunstschaffende aus der Region einlud, ihre Sichtweisen zu präsentieren. „Mehr wir“ – in der momentanen Zeit ein sehr aktuelles Thema, das seit Beginn der Corona Pandemie in vielen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens immer mehr in den Vordergrund rückt. Sei es ein Virus oder ein Krieg, eine starke Polarisierung zieht sich durch die Gesellschaft. Der Wunsch, den gesamtgesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken, liegt der Aktion zugrunde. „Es ist eine großartige Ausstellung entstanden mit vielschichtigen Blickwinkeln“, so Krankenhaus-Seelsorger Dr. Thomas Borne, den immer wieder die Frage beschäftigt, wie „mehr wir“ gelingen kann. Die Ausstellung ist ein guter Ansatz und zeigt das Thema gleich in mehreren Dimensionen. Alle Bilder wurden von Künstlern gestaltet, die schon im Rahmen der KlinikArt am Medizin Campus Bodensee ausgestellt haben. „Um ein mehr an wir zu erreichen müssen wir den Blick nach rechts und links wenden, den anderen sehen und uns selbst darin erkennen“, meint Pfarrerin Ulrike Hermann, die den Künstlern ein großes Dankeschön für die Bereitschaft ausspricht, die Bilder zu spenden.

Ist „mehr wir“ Utopie?

Die Beiträge der Künstler zeigen, wie vielschichtig das Thema ist. Gedanken über Toleranz und Freiheit, über Musik als verbindende Sprache oder die Geste des Gebens und Teilens finden ihren Ausdruck in verschiedenen künstlerischen Techniken. Das Überdenken von hierarchischen Strukturen, Untersuchen von

Verbindungselementen und Abhängigkeiten – einige der Künstler haben eigens für die Ausstellung an Beiträgen gearbeitet. Der Wunsch nach einem friedvollen gemeinschaftlichen Miteinander zieht sich durch die Bilder. Kann das wirklich gelingen? Was braucht es dazu oder ist „mehr wir“ nur eine Utopie? Mit Hilfe der Kunst am Klinikum Friedrichshafen soll ein Raum für mehr Kommunikation und Austausch geschaffen werden.

Versteigerung für „Häfler helfen“

Zur Finissage der Ausstellung wurden die Werke zum Kauf angeboten. Karl Haller, Präsident des Vereins zur Pflege des Volkstums Friedrichshafen, leitete die Auktion mit dem Ziel, einen möglichst hohen Erlös zu erzielen. Fast zwei Drittel der Bilder fanden einen neuen Besitzer und bisher konnte eine Summe von rund 3500 Euro erzielt werden. Die Gesamtsumme kommt der Initiative „Häfler helfen“ zu Gute – Seit 20 Jahren hilft die Aktion der Katholischen und Evangelischen Kirche Menschen in Friedrichshafen. „Oft geraten Menschen unverschuldet in Not, durch Krankheit oder Arbeitslosigkeit, durch plötzlich erhöhte Stromkosten oder durch die Dauer, die eine Antragsbearbeitung für Sozialhilfe braucht, aber keine Ersparnisse mehr da sind, um die Miete zu überbrücken. Wir bieten finanzielle, rechtliche und auch seelsorgerische Hilfe“, so Martin Rebmann, der sich für die Spende beim Klinikum Friedrichshafen und den Künstlern bedankt. Gerade in diesen Zeiten müsse man zusammenstehen, sich gegenseitig helfen, den Alltag zu bewältigen und auch so ein Zeichen für „mehr wir“ setzen. (sk)

„Meine Zeit steht in deinen Händen“

Im Rahmen eines Gedenk-Gottesdienstes gedachten Angehörige und Mitarbeitende des Medizin Campus Bodensee den über 500 Menschen, die in den Krankenhäusern Tettngang und Friedrichshafen im vergangenen Jahr verstarben.

In seiner Begrüßung betonte Prof. Dr. Roman Huber, Ärztlicher Direktor des Klinikums Friedrichshafen, dass die Pandemie sich noch immer auf den Krankenhausalltag auswirkt. „Viele der Menschen sind in den vergangenen Jahren unter suboptimalen Bedingungen aus unserer Mitte gerissen worden, ohne dass der Abschied so gewesen wäre, wie wir es uns vorstellen“, sagt Prof. Dr. Huber und erklärt auch, dass mit der Gedenkfeier, musikalisch umrahmt von den Klängen des Bodensee-Alphorntrios, der Medizin Campus Bodensee einen kleinen Beitrag dazu leisten möchte, den Verlust der Verstorbenen zu verarbeiten.

Begleiter in schweren Zeiten

In der Hektik des Klinikalltags ist es nicht immer einfach, sterbende Menschen zu begleiten. „Auch wenn wir den Tod nicht verhindert haben, so haben wir doch versucht, mit einer kleinen Geste, einem Lächeln, einem offenen Ohr den Patienten die letzten Tage zu erleichtern“, sagt Dr. Mona Schmidt, Fachärztin für Onkologie und Teil des Palliativteams Bodensee, dessen Mitglieder Patienten in der Endphase einer unheilbaren Krankheit versorgen und begleiten. Auch Daniela Lamm ist als Fachpsychologin Teil dieses Teams und kennt das Spannungsfeld zwischen dem Wunsch nach Leben und dem nahen Tod. „Die psychologische Begleitung der Palliativpatienten und Angehörigen ist eine wichtige Arbeit. Wir können eine Zeit lang Weggefährten auf Augenhöhe sein, weil wir die Gewissheit haben, dass wir uns alle irgendwann dem Tod stellen müssen“, berichtet sie aus ihrer Erfahrung im stationären und ambulanten Bereich. Aus ihrer

„Ausgezeichnet. Für Kinder“

In der Klinik für Kinder und Jugendliche des Klinikums Friedrichshafen bekommen kranke Kinder die bestmögliche Versorgung. Zu erkennen ist das nicht zuletzt am Gütesiegel „Ausgezeichnet. Für Kinder“, das der Klinik jetzt zum wiederholten Mal verliehen wurde.

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen. Sie gehören deshalb in Kinderkliniken, wo sie altersgerecht und bestmöglich in einer angemessenen Entfernung zum Wohnort versorgt werden. Damit betroffene Eltern die richtige Klinik für ihr Kind finden können, hat die Gesellschaft der Kinderkrankenhäuser und Kinderabteilungen in Deutschland (GKinD) das Gütesiegel „Ausgezeichnet. Für Kinder“ entwickelt und viele Kinderkliniken in Deutschland streng überprüft.

Der Gedenk-Gottesdienst für die im Jahr 2021 im Medizin Campus Bodensee Verstorbenen fand am Teich beim Klinikum Friedrichshafen statt.



Arbeit hat sie gelernt, dass es sich lohnt, immer neugierig zu bleiben, die kleinen Geschenke des Lebens zu sehen. „Dort ist das Glück zu finden, bis zum letzten Atemzug“, so die Psychologin.

„Mach was draus“

Wieviel Zeit uns zum Leben bleibt, das steht nicht in unseren Händen und was wir aus dieser Zeit machen, das ist von Mensch zu Mensch verschieden. „Aber wer sich dem Tod stellt, schaut anders auf das Leben. Wir sind in den weiten Horizont Gottes eingespannt und wenn wir uns an dem ausrichten, der uns jenseits der Schwelle erwartet, hilft das schon im Hier und Jetzt“, weiß Pfarrerin Ulrike Hermann, Seelsorgerin am Klinikum Friedrichshafen. Gemeinsam mit ihrem Kollegen, dem katholischen Diakon Dr. Thomas Borne, gedenkt sie in dem kleinen Park auf dem Klinikgelände der Menschen, deren irdischer Lebensweg hier oder in der Klinik Tettngang zu Ende gegangen ist. Jeder von den Verstorbenen hatte seine eigene Geschichte, seinen unverwechselbaren Resonanzraum, einen einzigartigen Klang und der geht nicht verloren. „In der Physik geht man davon aus, dass ein einmal erzeugter Ton, auch wenn man ihn nicht mehr hören kann, für immer im Resonanzraum bleibt“, erklärt Dr. Thomas Borne. „Ich finde das einen sehr tröstlichen Gedanken“, ergänzt der Seelsorger und stellvertretend für alle Verstorbenen lässt er sieben Mal einen Gong ertönen, dessen Klang langsam leiser wird, irgendwann nicht mehr zu hören ist, aber nie aufhört zu existieren. (sk)

Die Klinik für Kinder und Jugendliche am Klinikum Friedrichshafen wurde 2009 als eine der ersten Kliniken zertifiziert und erhielt seither ununterbrochen das zeitlich befristete Zertifikat. Die Kinderklinik wurde vor wenigen Wochen erneut von der GKinD dahingehend überprüft, ob sie auch die strengen Qualitätsanforderungen der nunmehr siebten bundesweiten Bewertung erfüllt. Das Ergebnis fiel rundum positiv aus. „Wir freuen uns über die erneute Auszeichnung“, sagt Chefarzt Dr. Steffen Kallsen, denn „damit wird die kindgerechte Versorgung durch unser Team und die Ausstattung des Mutter-Kind-Zentrums anerkannt“.

Seit die Kinderklinik gemeinsam mit der Geburtshilfe vor zwölf Jahren ins Mutter-Kind-Zentrum umzog, ist auch räumlich das Optimale für die jungen Patienten und ihre Eltern geboten. Eine Besonderheit ist die Station für pädiatrische Psychosomatik. Hier werden Kinder aufgenommen, deren Beschwerden psychische Ursachen haben. (ga)

Was ist denn das?

Das Besuchszeit-Bilderrätsel

Was ist auf diesem Foto zu sehen? Kleiner Tipp:

Die Geschichte hinter diesem Bild finden Sie in dem Magazin.



Schicken Sie uns Ihre Lösung:

- Hausmannskost in der Klinik Tettang
- Äpfel und Birnen im Salat

Senden Sie Ihre Antwort bitte an:

Klinikum Friedrichshafen, Unternehmenskommunikation,
Stichwort „Besuchszeit Bilderrätsel“,
Röntgenstraße 2, 88048 Friedrichshafen
oder per Mail an s.ganzert@klinikum-fn.de

Bitte vergessen Sie nicht, Ihren postalischen Absender zu vermerken (vor allem, wenn Sie uns eine E-Mail schicken).

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir tolle Preise. Teilnahmeschluss ist der 31. Oktober 2022, der Rechtsweg ist ausgeschlossen und die Auflösung gibt es in der nächsten Besuchszeit.

Auflösung aus Heft 57: Haben Sie es auch erkannt?

Es war die neue DAS-Anlage im Klinikum Friedrichshafen.

Mehr als 20 Besuchszeit-Lesende haben uns Ihre Lösungen geschickt!

Die Glücksfee hat folgende glückliche Gewinner ermittelt:
Simone Ott, Erika Roth, Udo Schmidt und Gerold Seidl

Herzlichen Glückwunsch und viel Erfolg beim nächsten Besuchszeit Bilderrätsel.



Mein Job und ich



ULRIKE DIETERLE

☞ Würde immer wieder MTLA werden wollen.

Ulrike Dieterle arbeitet seit vier Jahrzehnten als Medizinisch-Technische Laborassistentin

Körperflüssigkeiten wie Blut, Magensaft und Urin oder aber Gewebeprobe bereiten Ulrike Dieterle kein Unbehagen, sondern wecken vielmehr ihr Interesse. Da greift sie zu Mikroskop, Teststreifen und modernen Gerätschaften, um die Substanzen genau zu analysieren, die Ergebnisse anschließend zu dokumentieren und weiterzuleiten. Denn Ulrike Dieterle ist MTLA (Medizinisch-Technische Laborassistentin) und das seit 40 Jahren. Auch wenn ihre Arbeit eher im Verborgenen, weil im Labor, stattfindet, so ist sie doch von großer Bedeutung. Die Ergebnisse aus dem Labor liefern entscheidende Hinweise für Diagnose und Behandlungsplan. „Es macht mir nach wie vor Spaß“, berichtet die in Lindenberg im Allgäu geborene Ulrike Dieterle strahlend, die sich schon immer für Naturwissenschaften, vor allem Biologie und Chemie, interessiert hat. Eigentlich wollte sie Röntgenassistentin werden, genau wie ihre Tante, die sie häufig zu Wochenenddiensten in deren Praxis in Tettang mitgenommen hatte. „Meine Tante hat mich infiziert“, erzählt Ulrike Dieterle lachend. Doch als RTA findet sie damals keine Ausbildungsstelle, dafür aber als MTLA in Isny. Plan B erweist sich schnell als richtige Entscheidung. Denn bis heute hat sie Freude an ihrem Beruf. Nach der Ausbildung arbeitet sie 27 Jahre im Klinikum Ludwigsburg, für sie „ein Quantensprung vom Dorf in eine Großstadt“. 2010 kehrt sie mit ihrer Familie an den Bodensee zurück und fängt gleich in der Klinik Tettang an. „Das ist schon ein deutlich kleineres Haus als Ludwigsburg mit seinen 1000 Betten, aber es ist umso schöner, weil es viel familiärer ist. Wir sind ein tolles Team. Da gibt es keinen Zickenkrieg“, lacht die vierfache Großmutter, die in ihrer Freizeit gerne Handarbeiten macht und die schöne Bodenseeregion zu Fuß oder mit dem Fahrrad erkundet. Auch wenn ihr Beruf mittlerweile „viel technischer und maschineller“ geworden ist, sie würde ihn immer wieder wählen. [ks]



**Dank Reha wieder
zusammen aktiv.**

Argentalklinik, Isny-Neutrauchburg
Klinik Alpenblick, Isny-Neutrauchburg
Klinik Schwabenland, Isny-Neutrauchburg
Klinik im Hofgarten, Bad Waldsee

Parksanatorium Aulendorf
Rehabilitationsklinik Bad Wurzach
Rehabilitationsklinik Saulgau

Telefon: +49 (0) 7562 71-0

Ein Stück Leben.
www.wz-kliniken.de



KV-Notfallpraxis: Ein Erfolgsmodell feiert zehnten Geburtstag

Vor zehn Jahren trat die Notdienstreform der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg in Kraft. Anstelle des bis dahin üblichen Notdienstes der niedergelassenen Ärzte in ihren eigenen Praxen wurden Notfall-Praxen an Krankenhäusern eingerichtet. Der Bodenseekreis übernahm damals mit dem Klinikum Friedrichshafen und dem Helios-Krankenhaus Überlingen, später kam die Klinik Tettang hinzu, eine Vorreiterrolle. Auch wenn die Reform anfangs nicht unumstritten war, für Dr. Karl Josef Rosenstock, Notdienstbeauftragter des Landkreises für die Klinik Tettang, ist sie ein Erfolg auf ganzer Linie, von der alle Seiten profitieren.

Krankheiten und Schmerzen halten sich selten an die regulären Sprechzeiten der Hausärzte. Das Fieberthermometer klettert gern mal Sonntagmorgens über die 40 Grad-Marke, die Migräneattacke schlägt am Feiertag unbarmherzig zu und der Magen-Darminfekt wartet auch nicht immer bis zum nächsten Werktag. In solchen, nicht lebensbedrohlichen Fällen ist für die Bewohner des Bodenseekreises eine der drei KV-Notfallpraxen an den Krankenhäusern in Friedrichshafen, Tettang oder Überlingen die richtige Anlaufstelle. Hier kümmert sich der ärztliche Bereitschaftsdienst der niedergelassenen Ärzte am Wochenende und an Feiertagen um das Wohl der erkrankten Menschen. Doch das war nicht immer so. Erst die 2012 durch die Kassenärztliche Ver-

einigung Baden-Württemberg (KVBW) eingeführte Notdienstreform hat dies möglich gemacht.

Ungleiche Dienstbelastungen vor der Reform

Vor der Reform war der Bodenseekreis in unterschiedlich große Notdienstbereiche unterteilt, berichtet der Notdienstbeauftragte Dr. Karl Josef Rosenstock. Dem Bereich Friedrichshafen haben beispielsweise sehr viele Ärzte angehört, im Deggenhausertal dagegen habe es zum Schluss nur noch drei Ärzte gegeben, die entsprechend häufig – jedes zweite Wochenende – Notdienst in ihren eigenen Praxen leisten mussten. „Es war ein Unding, dass diese Dienstbelastung so ungleich war. Auch das machte einen Arzt-Sitz in solch ländlichen Bereichen sehr unattraktiv“, berichtet Dr. Rosenstock. Durch die Reform sollte dem zunehmenden Ärztemangel, gerade auf dem Land, entgegengewirkt werden. „Das war mit ein Hauptgrund“, so Dr. Rosenstock. Im Schnitt komme er nun auf etwa sechs Notdienste im Jahr, die er entweder in der Klinik Tettang oder im Hausbesuchsdienst leistet.

Alle profitieren von Notfallpraxen

Während für die Ärzte die Dienstbelastung deutlich reduziert werden konnte, spüren auch die Krankenhäuser eine deutliche Entlastung ihrer Notaufnahmen seit Einführung der KV-Notfallpraxen. Gerade

am Wochenende wurden zuvor die Notaufnahmen von Patienten mit leichteren Beschwerden häufig regelrecht überrannt. Lange Wartezeiten waren die Folge. Mittlerweile ist das System der Notfallpraxen in der Bevölkerung angekommen.

Die im Jahr 2012 gleichzeitig mit eingeführte, bundesweit gültige Rufnummer 116 117 informiert zusätzlich über den ärztlichen Bereitschaftsdienst. Für Dr. Rosenstock profitieren neben Ärzten und Krankenhäusern auch die Patienten von der Notdienstreform. „Der Patient hat eine feste Anlaufstelle. Vorher musste er immer nachschauen, welcher Arzt wo Notdienst hat. Nun hat er immer die gleiche Anlaufstelle, zu festen Zeiten und kann ohne Anmeldung kommen“.

Kooperation mit den Krankenhäusern

Als weiteren positiven Aspekt der Notdienstreform sieht Dr. Rosenstock die effektive Zusammenarbeit mit den Krankenhäusern, die hervorragend funktionieren. Falls sich herausstellen sollte, dass ein Patient doch schwerer erkrankt ist, könne dieser gleich in die Notaufnahme weitergeschickt werden. Dort stünden die zur genaueren Diagnostik erforderlichen medizinischen Geräte sowie das Labor bereit. „Die Einführung der Notfallpraxen ist



➔ Dr. Karl Josef Rosenstock ist der Notdienstbeauftragte des Landkreises für die Klinik Tettang.

auf jeden Fall ein Erfolgsmodell. Es hat Vorteile für alle: für die niedergelassenen Ärzte, die Krankenhäuser und die Patienten“, lautet Dr. Rosenstocks Fazit nach zehn Jahren.

Den neuerlichen Reformplänen der KV, etwa den Notdienst auf 24 Stunden, statt bisher von 8 bis 21 Uhr, auszuweiten, sieht er angesichts der dünnen Personaldecke eher skeptisch. „Das klappt vielleicht in den Großstädten“. Mit der Idee, künftig Notaufnahme und Notfallpraxis dergestalt zusammenzulegen, dass beide über eine gemeinsame Theke – an der mithilfe eines standardisierten Fragenkataloges entschieden wird, wo der Patient behandelt werden soll – organisiert sind, kann er sich dagegen eher anfreunden. (ks)

Mein Job und ich



SILVIA KOHLER

➔ Arbeitet derzeit mit Patienten der Geriatrischen Rehabilitation

Silvia Kohler arbeitet seit 40 Jahren als Krankenschwester im Klinikum Friedrichshafen

Als Silvia Kohler vor vier Jahrzehnten ihre Ausbildung zur Krankenschwester begann, hatte sie gar keine andere Wahl. „Meine Mutter und meine Schwester waren in der Pflege tätig. Ich bin damit aufgewachsen. Ich hatte keine Chance gehabt, was

anders zu machen“, erzählt Silvia Kohler lachend und schiebt gleich hinterher: „Mir hat’s immer nur Spaß gemacht!“ In ihrem Geburtsort Kaufbeuren im Allgäu macht sie ihre Ausbildung und fängt danach im Klinikum Friedrichshafen an, wo sie seit 40 Jahren arbeitet. Auf vielen verschiedenen Stationen hat sie im Laufe ihres langen Berufslebens ihren Dienst verrichtet und hat dabei immer wieder neue, spannende Facetten ihres Berufes kennengelernt. Egal ob Endoskopie/Gastroenterologie, Onkologie, Innere Medizin oder Gefäßchirurgie – überall hat sie sich wohlgefühlt und gern gearbeitet. „Ich war flexibel. Alles hatte seinen Reiz“, berichtet die 62-Jährige, die auch lange Jahre im Betriebsrat tätig war.

Derzeit betreut sie die Patienten der Geriatrischen Rehabilitation. „Das braucht viel psychologisches Fingerspitzengefühl, sonst kommt man nicht vorwärts“, weiß Silvia Kohler aus Erfahrung. Der Umgang mit Menschen ist das, was sie an ihrem Beruf so liebt. Auch wenn sie in letzter Zeit festgestellt hat, dass sich das Verhalten der Patienten und auch ihrer Angehörigen geändert hat. Sie sind teilweise viel fordernder, was mehr Stress verursacht. „Man gibt in der Pflege sein Bestes und versucht und macht. Und dann bist du manchen nicht gut genug – das tut a bisserl weh“.

Einen Ausgleich findet Silvia Kohler beim Filzen und in der Malerei. Schon mehrfach konnten ihre Werke auf den Fluren des Klinikums Friedrichshafen bewundert werden. Trotz mancher stressigen Situation – ihren Beruf würde Silvia Kohler jederzeit wieder wählen. Denn: „Man kriegt ganz viel von den Patienten zurück“. (ks)

Zu kalt, zu heiß und nur selten optimal

Während man selbst nur ein T-Shirt trägt und bereits ins Schwitzen kommt, beschwert sich die Arbeitskollegin im gleichen Büro trotz ihres dicken Pullis über angeblich eisige Temperaturen. Menschen empfinden Temperaturen oft sehr unterschiedlich. Im Sommer kann es für die einen gar nicht heiß genug sein während andere unter der Hitze leiden. Im Winter treffen dagegen Frostbeulen auf Leute, die selbst bei Minusgraden bei offenem Fenster schlafen.

Kälte und Wärme sind nicht nur subjektive Empfindungen oder ein Messgrad für den Trainingszustand des Menschen. Vor allem der Gesundheitszustand und die körperliche Fitness spielen eine Rolle. Wenn im kommenden Winter zahlreiche Heizungen wegen der Gasknappheit auf 19 Grad heruntergeregelt werden (sollen), brauchen manche einen extra Pulli während es für andere die ideale Betriebstemperatur ist. Stoffwechsel, Hormonhaushalt, Blutdruck und der Anteil an Körperfett beeinflussen von Geburt an unser Gefühl für Kälte und Wärme. Jeder Mensch besitzt mit der Thermoregulation außerdem eine hochsensible körpereigene Klimaanlage, ein System, das den gesamten Wärmehaushalt regelt.

Thermorezeptoren rund um die Uhr im Einsatz

Über 30.000 Kälte- und nur rund 3000 Wärmerezeptoren befinden sich auf unserer 1,8 Quadratmeter großen Hautoberfläche. Sie messen ununterbrochen die Temperatur des Körpers und melden sie über die Nerven ans Gehirn. Stimmt der gemessene Wert nicht mit demjenigen überein, der gewollt ist – im Körperkern sind das zirka 37 Grad – korrigiert der Organismus das. Ist der Körper beispielsweise zu heiß und muss sich abkühlen, steigt die Durchblutung der Haut, sie rötet sich und man beginnt zu schwitzen. Ist es hingegen zu kalt, drosselt der Körper die Durchblutung, um weniger Wärme abzugeben. Durch Bewegung lässt sich der Körper aufwärmen. Reicht das nicht aus, beginnen die Muskeln von allein zu zittern.

Dass Frauen schneller frieren als Männer ist übrigens kein böswilliges Gerücht, sondern wissenschaftlich erwiesen. Forschungen an der Ludwig Maximilians Universität in München haben gezeigt, dass Frauen einen angeregteren Stoffwechsel haben und dadurch mehr Wärme brauchen. Außerdem essen sie zurückhaltender und weniger fettreich als Männer und produzieren dadurch weniger innere Wärme. Da Frauen meist schlanker sind

➔ Warum das Temperaturempfinden der Menschen so unterschiedlich ist



und eine im Verhältnis größere Hautoberfläche haben, geben sie zudem mehr Wärme ab.

Körperliche Verfassung ist wichtiger Parameter

Ein wichtiger Faktor für das Temperaturempfinden ist außerdem die körperliche Verfassung, in der man sich gerade befindet. Ist jemand zum Beispiel übermüdet, friert er schneller. Das Empfinden der äußeren Temperatur hängt immer mit der inneren Körpertemperatur zusammen. Ist diese zu hoch oder zu niedrig und man schwitzt oder friert, kann das ein Anzeichen für gesundheitliche Probleme sein. Dazu zählen Anämie, Mangelerscheinungen, ein Infekt oder eine Schilddrüsenerkrankung.

Selbst die Stimmung kann sich auf die Wahrnehmung der Temperatur auswirken: So haben Studien gezeigt, dass depressive und sozial isolierte Menschen eher dazu neigen, zu frieren. Verbringen wir aber Zeit mit Menschen, die wir gern haben, in einem sozialen Umfeld, fühlen wir uns warm. Anscheinend hilft es auch, sich warme Orte vorzustellen, wie eine tropische Insel mit Sandstrand. Das setzt Endorphine frei, die helfen, die Körpertemperatur zu halten. [cw]

Rundum sorglos?

Vollständiger Schutz vor allem, was krank macht – wer würde da nicht zugreifen? „Immunität“ ist das Zauberwort für diesen Traum, und seit uns das Corona-Virus heimgesucht hat, sind wir alle irgendwie zu Spezialisten geworden für das Thema Immunität. Mundschutz, AHA-Regeln, Quarantäne, MRNA, Impfquoten und Boostern: Diesen Begriffen konnte sich in den letzten mehr als zwei Jahren niemand entziehen.

Dass es mit dem Traum von der Immunität nicht so einfach ist, hat uns die Impf-Debatte jedoch sehr deutlich gezeigt. Es gab und es gibt Nebenwirkungen der Impfung. Trotz mehrfacher Impfung stecken Menschen sich an. Und Viele stellen den Sinn der Impfung, sogar von Schutzmaßnahmen überhaupt in Frage, bis hin zu wirren Verschwörungsgeschichten. Das Thema hat Zündstoff.

Eines ist jedenfalls klar geworden: Der Traum von einem vollständigen und nebenwirkungsfreien Schutz bleibt ein Traum – bis jetzt jedenfalls. Das Rundum-Sorglos-Paket ist noch nicht gefunden.

Und ein zweites Schlagwort hat gerade Hochkonjunktur: die „Resilienz“. Resilienz ist die Fähigkeit des Menschen, mit problematischen Ereignissen oder Verhältnissen umzugehen. Das können Krankheiten sein, Verluste, schwierige Lebensumstände und vieles mehr. Man könnte sagen: Resilienz ist so etwas wie die zweite Verteidigungslinie; sie wird dann wichtig, wenn es mit der Immunität nicht funktioniert hat.

Oft wird die Resilienz verbunden mit einem scheinbar Mut machenden Appell: „Du hast es selbst in der Hand! Du kannst deine Resilienz selber stärken und entwickeln, du musst nur dieses tun und jenes lassen ...“; die Ratgeberliteratur ist voll davon. Und schon sind wir wieder bei dem Traum, dass wir sorgenfrei und happy durch unser Leben kommen könnten – wir müssen nur das Richtige dafür tun. Die Kehrseite dieser Verheißung heißt: Wenn das nicht klappt, mit dem sorgenfreien Leben, dann liegt es leider wohl an dir!

Ich glaube, der Traum vom eigenen möglichst sorgen- und lastenfreien Leben greift viel zu kurz. Zum einen: Der Mensch, der ständig auf der Suche nach der Optimierung seines Lebens ist, überfordert sich maßlos. Es gehört zum Reifen des Menschen, dass er sich mit dem auseinandersetzt, was er sich nicht aussuchen und oft auch nicht ändern kann. Auch wenn es schwer ist.

Und ein Zweites: Die Corona-Pandemie und der „Putin-Krieg“ mit all seinen Auswirkungen haben uns gezeigt, dass wir solche Krisen nicht als Einzelne bestehen können. Wir kommen da nur gemeinsam durch. Die anderen im Blick haben, die Schwächeren schützen, auch wenn es uns selbst etwas kostet. „Mehr wir“ scheint mir da viel wichtiger als die eigene Immunität oder die eigene Resilienz.

Die Kerngeschichte des Christentums heißt: Gott wird Mensch, lässt sich töten und überwindet so den Tod. Und das alles für uns: damit wir gerettet sind. Dieser Gott kümmert sich offenbar nicht um seine Immunität oder seine Resilienz, ganz im Gegenteil. „Für euch!“ scheint sein Thema zu sein. Sein Angebot ist nicht das rundum sorgenfreie Leben, sondern das erfüllte Leben, und das für uns alle!

Dr. Thomas Borne

Diakon und Klinikseelsorger





Meine Sache - Immunsystem

#BOOSTER DEIN IMMUNSYSTEM:

- # Ein Apfel am Tag – der enthält Mineralstoffe, Spurenelemente und 30 Vitamine!
- # Bewegung – Elterntaxi einstellen, Board anschaffen, schwimmen gehen!
- # Viel Obst und Gemüse – am besten fünfmal am Tag!
- # Entspannung – einfach chillen!
- # ... und am Wochenende ungestört ausschlafen!

Magen von der Magensäure zerstört, bevor sie einen Schaden anrichten können. Sind Viren und Bakterien trotz Außenabwehr in deinen Körper gelangt, ist es an der Zeit, die Spezialeinheit zu informieren. In deinem Blutkreislauf befinden sich zahlreiche weiße Blutkörperchen, die körperfremde Stoffe erkennen und auffressen. Im Laufe unseres Lebens entwickeln wir zusätzlich die adaptive Immunabwehr. Durch überstandene Infektionen lernt unser Körper Eindringlinge beim nächsten Mal schneller zu identifizieren und unschädlich zu machen.

#SO HILFST DU DEINER KÖRPEREIGENEN ARMEE:

Vermutlich ahnst du es bereits: Regelmäßige körperliche Aktivität an der frischen Luft, eine ausgewogene Ernährung und ein gesunder Kreislauf sind die Voraussetzungen dafür, dass die Helfer-Zellen des Immunsystems schnell und ohne Probleme an die Stellen des Körpers kommen, an denen sie gebraucht werden. Zu den schlimmsten Feinden deines Abwehrsystems gehört dauerhafter Stress, ausreichend Schlaf und Entspannungsphasen sind daher wichtig. Rauchen, übermäßiger Alkoholkonsum, Drogen, Umweltgifte – all das schwächt deine Abwehrkräfte. Und klar ist: damit das Immunsystem dauerhaft eine gute Abwehr bilden kann, benötigt es die entsprechende Versorgung in Form von gesunder und vitaminreicher Nahrung. Besonders wichtige Antioxidantien sind vor allem in Blaubeeren, Obst (z. B. Äpfel) und in Gemüse wie Kartoffeln und Tomaten enthalten. Zusätzlich unterstützen Kräuter, Heil- und Wildpflanzen mit ihren Mineralien das Immunsystem. Diese kannst du in Form von Kräutertees und Smoothies zu dir nehmen. Ingwer, Knoblauch und Honig sind ebenfalls beliebte Mittel, um deine Abwehrkräfte zu stärken. Und falls es dich doch einmal erwischt hat, gib deinem Körper die erforderliche Zeit, um wieder gesund zu werden. Es ist kein Zeichen von Stärke, so schnell wie möglich wieder die volle Leistung erbringen zu wollen.

#MIT DER RICHTIGEN ERNÄHRUNG DAS IMMUNSYSTEM STÄRKEN!



Das Immunsystem ist dein körpereigenes Abwehrzentrum. Es schützt dich vor schädlichen Eindringlingen wie Viren und Bakterien. Das ist deshalb wichtig, weil du kein isoliertes Wesen in einem luftleeren Raum bist, sondern ständig im Kontakt zu deiner Umwelt stehst. Und hier lauern für den Körper viele Gefahren in Form von Pilzen, Parasiten, Viren, Bakterien und Schadstoffen aus der Luft. Die natürliche Immunabwehr des Menschen ist ein äußerst ausdifferenziertes und komplexes System, das in den allermeisten Fällen mit einer Vielzahl von schädigenden Einflüssen fertig wird. An der Außenseite bilden die Haut und die Schleimhäute einen mechanischen Schutzwall. Falls Schädlinge einen Angriff planen, gibt es hier die unterschiedlichsten ersten Gegenmaßnahmen wie Husten oder Niesen. Falls sich Eindringlinge davon nicht abhalten lassen, bleiben sie zunächst auf deinem Schleim in den Atemwegen kleben. Deine Enzyme sorgen dann dafür, dass sie nicht weiter vordringen können. Auch bei der Nahrungsaufnahme gelangen sehr viele Erreger und mit ihnen potentielle Erkrankungen in deinen Körper. Die meisten von ihnen werden jedoch gleich im

BESUCHSZEIT +++ SPRECHZEIT

Wenn das Immunsystem überreagiert

Niesen, tränende Augen, Juckreiz oder eine laufende Nase – bei einer Allergie reagiert der Körper auf eigentlich harmlose, körperfremde Substanzen aus der Umwelt mit einer überschießenden Reaktion des Immunsystems. Anita Paul-Sundarraj, Fachärztin für Innere Medizin und Allgemeinmedizin im Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) am Klinikum Friedrichshafen, stellt fest, dass immer mehr Menschen von Allergien betroffen sind.

„Eine Allergie ist eine Überreaktion des Immunsystems auf bestimmte Umwelteinflüsse“, erklärt Anita Paul-Sundarraj. Dabei fährt der Körper seine Stacheln aus, produziert Antikörper und wehrt an sich harmlose Stoffe, die so genannten Allergene, ab. Die Auslöser von Allergien sind vielfältig und reichen von Tierhaaren über Pollen, Hausstaubmilben, Nahrungsmittel und Insektenstichen bis hin zu Kontaktallergien auf bestimmte Materialien und Schimmelpilzen. „Neben Juckreiz, Niesen und tränenden Augen kann die Reaktion bis hin zum lebensbedrohlichen, anaphylaktischen Schock reichen“, schildert Anita Paul-Sundarraj, die seit Anfang 2020 im MVZ tätig ist.

Die Frage ist, warum manche Menschen mit einer Allergie auf bestimmte Stoffe reagieren und andere nicht. „Ganz genau weiß man das leider immer noch nicht. Die Immunologie ist ein sehr komplexes Fach“, sagt die Hausärztin. Eine familiäre Disposition sei jedoch häufig festzustellen. „Wenn ein oder beide Elternteile Allergiker sind, haben die Kinder ebenfalls ein erhöhtes Allergierisiko.“ Dabei gebe es aber nicht das eine Allergie-Gen. Die wachsende Zahl der Allergiker führt Anita Paul-Sundarraj unter anderem auch auf die zunehmende Umweltverschmutzung und auf übertriebene Hygienemaßnahmen zurück. Erstmals auftreten könne eine Allergie jederzeit und unabhängig vom Alter. „Das Spektrum reicht von der Windellallergie beim Baby bis zur erstmaligen Kontaktallergie auf Nickel beim 90-Jährigen“, so ihre Erfahrung.

Medikamente lindern die Beschwerden

Aber was lässt sich gegen eine Allergie tun? Am besten sei es,

wenn der Betroffene erst gar nicht mit dem Allergen in Berührung komme und es nach Möglichkeit meide. „Nahrungsmittel kann man weglassen, aber bei Pollen wird es schwierig“, weiß Anita Paul-Sundarraj. Medikamente wie Tabletten, Nasensprays, Augentropfen und Salben mildern oder verhindern allergische Symptome. „Aber sie bewirken keine Heilung von der allergischen Erkrankung.“



Anita Paul-Sundarraj behandelt im MVZ am Klinikum Friedrichshafen immer wieder Patienten, die unter Allergien leiden.

Als andere Möglichkeit nennt die Internistin die Desensibilisierung. Dabei wird eine homöopathische Dosis ähnlich dem Allergen unter die Haut gespritzt, um den Körper daran zu gewöhnen. Der Prozess dauert drei bis fünf Jahre, wobei die Dosis allmählich gesteigert wird. „Im Idealfall verschwinden die Beschwerden im Laufe der Zeit gänzlich, zumindest werden die Beschwerden gelindert. Aber es gibt keine Garantie“, sagt Anita Paul-Sundarraj. Vorgenommen werde die Desensibilisierung von Hautärzten.

Abgrenzung von Intoleranz und Unverträglichkeit

Wichtig ist Anita Paul-Sundarraj die Abgrenzung von Intoleranzen und Unverträglichkeiten von der Allergie. So fehle dem Körper sowohl bei der Laktose- als auch bei der Fruktoseintoleranz ein Enzym. „Bei Laktoseintoleranz kann man das Enzym Laktase einnehmen oder laktosefreie Produkte wählen, bei Fruktoseintoleranz gibt es leider kein Enzym zum Einnehmen“, erläutert sie. Auch hier gelte die Devise, die Dinge wegzulassen, die einem nicht bekommen. Auch Zöliakie sei keine Allergie, sondern eine Unverträglichkeit gegenüber Gluten. „Diese Patienten müssen Gluten unbedingt vermeiden, damit sich ihre Darmschleimhaut nicht entzündet.“ (cw)

Schmunzelecke

Dass die „Ihre Meinung ist uns wichtig“-Fragebögen für uns wirklich oft wichtige Hinweise und viel Lob erhalten, freut uns sehr. Manchmal bringen Sie uns aber auch zum Schmunzeln – aus ganz verschiedenen Gründen.

- # es gab nur rosa Wurst
- # Früschtig und Abentessen sind ...
- # Personal topf! Danke
- # ein paar Enderungen weren toll
- # Straßenlärm verursachte Kopfschmerzen, Tempobeschränkung (130?)
- # jeden Tag Kartoffelsuppe



#mehrzufridenzeit

Karriere und Lebensqualität vereinen - wir machen es möglich! Flexible Arbeitszeiten, verschiedene Voll- und Teilzeitmodelle und Kollegen/innen auf die man sich freut!

In unserem neuen Karriereportal finden Sie schnell und einfach Ihren Einstieg in den Klinikverbund Medizin Campus Bodensee: www.medizin-campus-bodensee.de/karriere



Lufthansa-Pilot Volker Nickel „inspiziert“ Christoph 45

Geburtstagsüberraschung nach gelungener Rücken-OP für 63-Jährigen

Eigentlich wollte Volker Nickel am Bodensee gemeinsam mit seiner Frau ein paar Tage Urlaub machen: „Berge und Wasser sind für uns die schönste Kombination“, erzählt er und weil das so ist, haben die in Siegburg wohnenden Nickels ihren Wohnwagen in Tettng stationiert.

Kaum dort angekommen und eingerichtet, wurden die Schmerzen im Rücken des Lufthansa-Piloten Nickel, der in seinen rund 31 Jahren bei der deutschen Airline schon „alle“ Flugzeuge sicher an alle erdenklichen Ziele auf der Welt geflogen ist, doch schlimmer und er wandte sich an einen ansässigen Orthopäden, der ihn direkt ins Klinikum Friedrichshafen einwies. Hier wurde er von Prof. Dr. Ludwig Oberkircher erfolgreich an einer komplexen Wirbelsäulen-Problematik operiert ... An seinem 63. Geburtstag, zwei Tage nach der OP, erfüllten ihm sein Operateur, sein Anästhesist, Prof. Dr. Volker Wenzel, und Christoph-45-Pilot Jochen Fleckenstein einen Wunsch: Volker Nickel durfte den am Klinikum Friedrichshafen stationierten

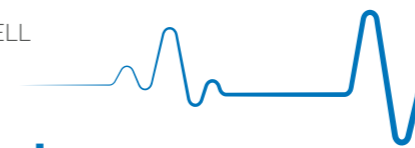
DRF-Rettungshubschrauber Christoph 45 aus allernächster Nähe betrachten. Sicherheitshalber wurde er im Rollstuhl zum Helikopter geschoben, doch der fitte Mann stand zwei Tage nach der OP sicher daraus auf und war einfach gerührt: Ein Mann, der mit 14 Jahren zum ersten Mal geflogen ist, der mehr als 20.000 Flüge vorzuweisen hat und aktuell einen Jumbo-Jet (Boing 747) fliegt ... freute sich sehr über dieses besondere „Geburtstagsgeschenk“. Auch wenn er nicht mit Christoph 45 fliegen durfte, war er begeistert und tauschte sich stehend angeregt mit seinem Piloten-Kollegen aus. Natürlich wurden Fotos gemacht, damit die drei Töchter daheim auch sehen können, was der Papa an seinem Geburtstag so erlebt ...

Seine allgemeine Fitness ist eine gute Voraussetzung für einen schnellen Genesungsprozess, denn Volker Nickel will weiterhin fliegen, so lange es geht – also noch zwei Jahre, denn dann ist leider Schluss mit der professionellen Fliegerei. Von seinem ersten Flug nach der OP, so versprach er, schickt er Bilder nach Friedrichshafen. (ga)



Volker Nickel (rechts) „inspizierte“ zwei Tage nach seiner Rücken-OP im Klinikum Friedrichshafen dort stationierten den Rettungshubschrauber Christoph 45, begleitet wurde er von (von links) Pilot Jochen Fleckenstein, Chefarzt Prof. Dr. Volker Wenzel (Anästhesie) und Chefarzt Prof. Dr. Ludwig Oberkircher (Unfallchirurgie).

BESUCHSZEIT +++ AKTUELL



#Zahlen #Daten #Fakten #2022

845 Wasserhähne



davon 33 mit Sterilfilter, wurden im April durch Goran Zukanovic, Mitarbeiter der Haustechnik des Klinikums Friedrichshafen, ausgetauscht. Dazu kamen dann im selben Monat noch 138 „Hähne“ in Duschen und an Badewannen – auch hier erhielten 81 einen Sterilfilter.

100 neue Fernseher



wurden in den Patientenzimmern des Klinikums im Frühjahr 2022 installiert.

50 bis 60 Kilometer Kabel



verschwinden seit dem Frühjahr in den Decken des Klinikums – Grundvoraussetzung dafür, dass es hausweit in absehbarer Zeit ein stabiles und starkes WLAN gibt.



Rund **25.000** Rechnungen

bearbeitet pro Jahr allein die Abteilung Einkauf und das Zentrallager des MCB.

50 % aller in Deutschland lebenden, die älter als 30 Jahre sind

leiden im Laufe ihres Lebens unter Hämorrhiden.



Jede **10te** Frau



bekommt mindestens einmal pro Jahr eine Blasenentzündung.

2022 Veranstaltungen ab September

Medizin am Gleis

Herzgesundheit

Referenten: Chefarzt Prof. Dr. med. Jochen Wöhrle und die Leitenden Ärzte der Klinik für Kardiologie
Mittwoch, 14. September 2022, 19 Uhr, Kulturschuppen am Gleis (Bahnhof Meckenbeuren)

Medizin am Gleis

Gelenkgesundheit: „Nicht übers Knie brechen“

Referent: Chefarzte Dr. med. Christian Grasselli, Klinik für Unfallchirurgie, orthopädische Chirurgie und Endoprothetik Tettng
Mittwoch, 21. September 2022, 19 Uhr, Kulturschuppen am Gleis (Bahnhof Meckenbeuren)

Medizin am Gleis

Frauengesundheit: „Endometriose – ein unbekanntes stilles Leiden“

Referenten: Chefarzt Dr. med. Christian Fünfgeld und Oberärztin Dr. med. Eva Schnabel, Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe Tettng
Mittwoch, 19. Oktober 2022, 19 Uhr, Kulturschuppen am Gleis (Bahnhof Meckenbeuren)

Gesundheitstage Friedrichshafen

Information und Wissen

Der MCB ist mit einem eigenen Stand auf der Messe vertreten und die Experten des Klinikverbundes werden zu verschiedenen Themen in verschiedenen Foren sprechen.
Samstag/Sonntag, 22./23. Oktober 2022, Graf-Zeppelin-Haus Friedrichshafen

Medizin am Gleis

Männergesundheit: „Der Mann das schwache Geschlecht – alles rund um die Männergesundheit“

Referenten: Chefarzte Dr. med. Claus Fieseler, Dr. med. Eberhard Köhler, Dr. med. Carsten Sippel, Klinik für Urologie, Kinderurologie und urologische Onkologie
Mittwoch, 16. November 2022, 19 Uhr, Kulturschuppen am Gleis (Bahnhof Meckenbeuren)

Weihnachtsmarkt

25. November bis 4. Dezember, täglich zwischen 13 und 16:30 Uhr auf dem Vorplatz des Klinikums

Bitte vergewissern Sie sich auf der Website des

Medizin Campus Bodensee (www.medizin-campus-bodensee.de),

ob die im Herbst 2022 geplanten und auf dieser Seite angekündigten Veranstaltungen auch stattfinden können und welche konkreten Themen angeboten werden.

Unser Service für Sie

→ Bargeldlos zahlen

Rechnungen, Rezept- und Praxisgebühren können Sie bei uns auch bargeldlos mit Ihrer EC- oder Kreditkarte bezahlen.

→ Besuchszeiten

Aktuelle Besuchsregeln wegen der Corona-Pandemie finden Sie im Internet auf www.medizin-campus-bodensee.de

→ Cafeteria

Die Cafeterien mit integriertem Kiosk im Erdgeschoss sind täglich geöffnet. Die konkreten Öffnungszeiten finden Sie am Eingang.

→ Elternschule

Unsere Elternschulen bieten eine Vielzahl von Kursen an rund um Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach. Weitere Informationen und Anmeldung auf der Internetseite der Hebammen bzw. unter www.medizin-campus-bodensee.de.

→ Friseur

Der Friseurladen im Klinikum Friedrichshafen ist dienstags bis freitags zwischen 8:30 und 18 Uhr sowie samstags von 8:00 bis 13 Uhr geöffnet.
Telefon 07541 96-1137

→ Fußpflege

Auf Wunsch kommt eine Fußpflegerin direkt zu Ihnen – am Empfang des Krankenhauses erfahren Sie, wie Sie einen Termin vereinbaren können.

→ Lob, Anregung, Kritik

Wenden Sie sich einfach an unsere Mitarbeiter oder direkt an das Beschwerdemanagement, das Sie unter **Telefon 07541 96-71387** oder an feedback@klinikum-fn.de erreichen. Oder aber Sie bewerten uns online auf einer der gängigen Plattformen wie klinikbewertungen.de, google-my-business.de, jameda.de ...

→ Öffentlicher Nahverkehr

Die Krankenhäuser des Medizin Campus Bodensee sind mit dem öffentlichen Nahverkehr sehr gut erreichbar. Die Bushaltestellen befinden sich nahezu am Haupteingang.

→ Parken

Patienten, Besucher und Gäste können ihr Fahrzeug auf den kostenpflichtigen Parkplätzen abstellen. Kurzparker, die ihr Auto maximal 30 Minuten abstellen, zahlen nichts.

→ Patientenfürsprecher

Sollten Sie sich als Patient oder auch als Angehöriger in einer Situation befinden, in der Sie keine Möglichkeit sehen, die im Krankenhaus entstandenen Probleme mit Ärzten, Pflegekräften oder anderen Personen direkt zu besprechen, können Sie sich an den Patientenfürsprecher des Medizin Campus Bodensee wenden. Er ist unabhängig, nicht weisungsgebunden und kein Angestellter des Klinikverbundes. Sie erreichen ihn telefonisch unter **0151-61442986**.

→ Seelsorge

Gerne stehen unsere Seelsorger für ein Gespräch zur Verfügung, auch wenn Sie keiner Konfession angehören. Bitte teilen Sie Ihren Wunsch den Mitarbeitern der Pflege auf Ihrer Station mit.

→ Sozialdienst

Manchmal geraten Menschen durch den Aufenthalt im Krankenhaus unverschuldet in eine Notsituation. Wenden Sie sich in diesen Fällen an unseren Sozialdienst.

→ Soziale Medien

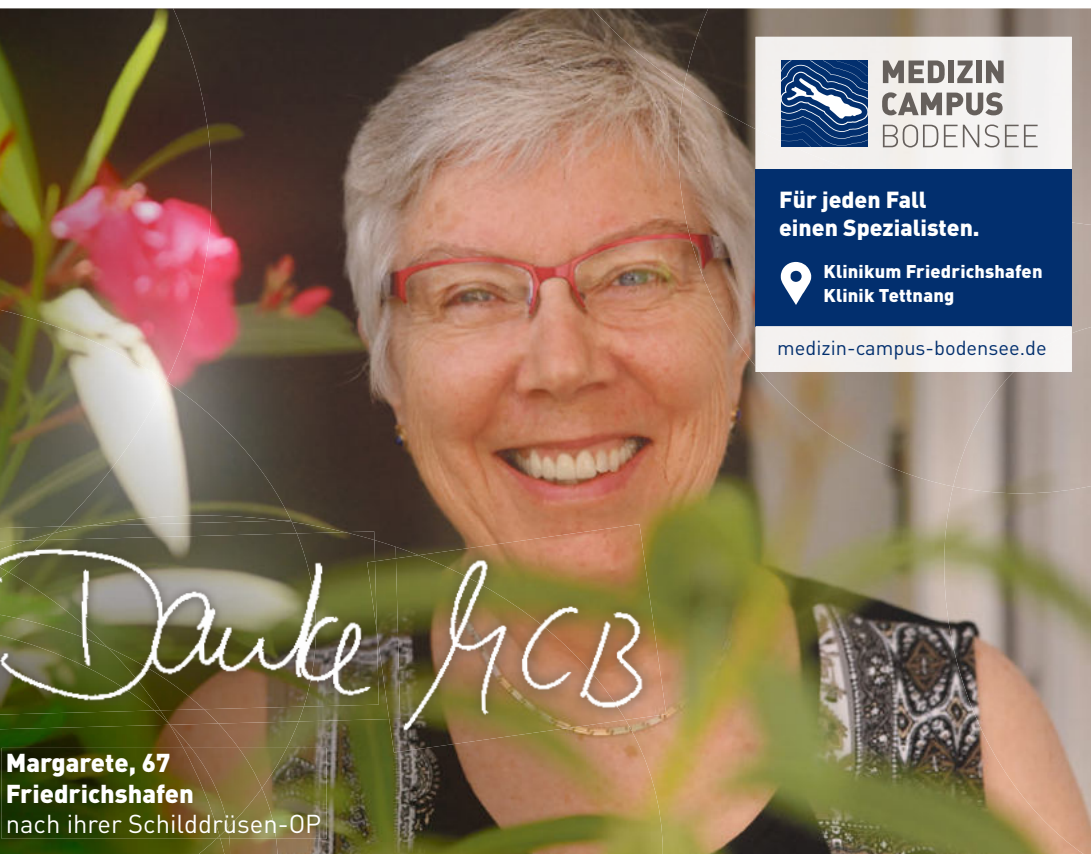
Schon gewusst? Der Medizin Campus Bodensee ist auf **Facebook, Instagram und Youtube** präsent: www.facebook.com/MedizinCampusBodensee, www.instagram.com/medizin_campus_bodensee, www.youtube.com/user/klinikumfn

→ Förderverein

Sowohl im „Verein der Freunde und Förderer des Klinikums Friedrichshafen e.V.“ als auch im „Förderverein der Klinik Tettngang e.V.“ kann jeder Mitglied werden. Aus den Mitgliedsbeiträgen und stets willkommenen Spenden werden verschiedene Projekte finanziert. Mehr Informationen erhalten Sie auf der Website www.medizin-campus-bodensee.de oder bei den Vereinsvorsitzenden, Prof. Dr. Kaare Tesdal (Friedrichshafen) bzw. Dr. Sieghard Freysing (Tettngang).

→ Website

Ganz aktuell informiert sind Sie immer auf der Website des Medizin Campus Bodensee unter www.medizin-campus-bodensee.de





**MEDIZIN
CAMPUS
BODENSEE**

**Für jeden Fall
einen Spezialisten.**

 **Klinikum Friedrichshafen
Klinik Tettngang**

medizin-campus-bodensee.de

SIE WAREN ZUFRIEDEN?

Dann sagen Sie es uns
und gerne auch weiter,
vielleicht auf den Plattformen:

klinikbewertung.de





Direkt zur MCB
Feedback-Seite

DANKE.