



Klinikum

Magazin K...nen

■ **KLEINER PIEKS,
WIRKSAMER SCHUTZ**

Die aktuellen
Impfempfehlungen

■ **KLINIKUM ON TOUR**

Hier lernt man die besten
Jobangebote kennen

STARKER START INS LEBEN

AM COVER: Sarada Wagner

Die Early-Life-Care-Expertin über unbändigen Lebenswillen



” ALLEINE KÖNNEN WIR
SO WENIG TUN; **ZUSAMMEN** KÖNNEN
WIR SO VIEL ERREICHEN.

Helen Keller, taubblinde US-amerikanische Schriftstellerin (1880–1968)



Liebe Leserinnen und Leser,

die letzten Wochen und Monate waren von intensiven Diskussionen und Herausforderungen geprägt, nicht nur in unserem Klinikum, sondern auch im gesamten Gesundheitssystem. Wir möchten einen Moment innehalten und uns auf das konzentrieren, was uns stark macht: unsere Arbeit, unser Engagement und die unermüdliche Hingabe jeder und jedes Einzelnen im Klinikum.

Als Gesundheitsversorger sind wir tagtäglich für die Menschen da – von der Geburt bis zu den letzten Momenten eines Lebens. Vom Kreißsaal an beiden Standorten, Wels und Grieskirchen, über unsere hervorragenden internistischen und chirurgischen Abteilungen bis hin zur spezialisierten Versorgung von Menschen mit komplexen Erkrankungen – das Klinikum Wels-Grieskirchen bietet ein umfassendes Leistungsspektrum. Unsere Expertinnen und Experten arbeiten Hand in Hand, rund um die Uhr, um eine bestmögliche Versorgung sicherzustellen.

Exzellenz in Medizin und Menschlichkeit

Unsere Stärke liegt nicht nur in der medizinischen und pflegerischen Exzellenz, sondern auch in der Menschlichkeit, die unsere Arbeit prägt. Hier werden nicht nur Diagnosen gestellt, sondern auch individuelle, einfühlsame Betreuung und Unterstützung geboten. Als größtes Ordensspital Österreichs sind wir dankbar dafür, unsere Vision „Berufung Leben“ mit mehr als 4.300 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu teilen und in die Tat umzusetzen. Und diese beeindruckende Leistung gelingt nur durch die hervorragende Zusammenarbeit in den Teams aus verschiedenen Disziplinen – von der Medizin bis zur Pflege, von der Verwaltung bis zur Technik.

Stabiler und verlässlicher Arbeitgeber

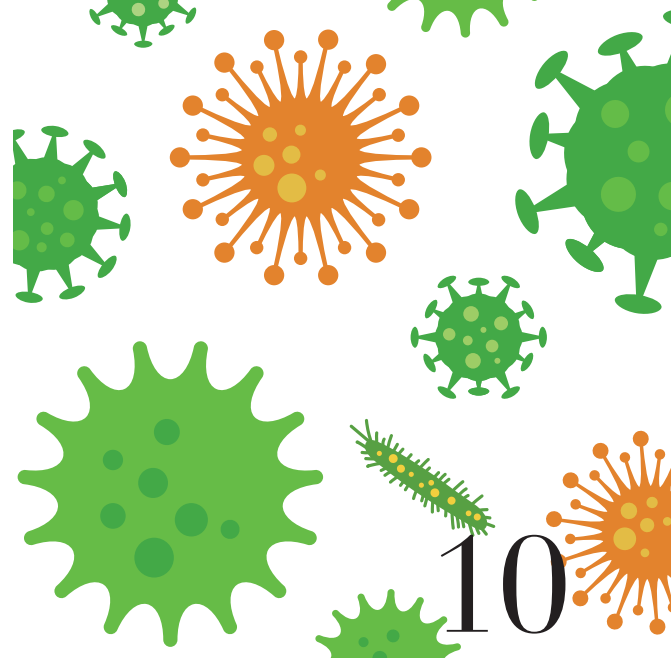
Als Klinikum Wels-Grieskirchen legen wir großen Wert auf eine langfristige, verlässliche Zusammenarbeit und auf Rahmenbedingungen, die unseren Mitarbeitenden nicht nur heute, sondern auch in Zukunft ein sicheres und verlässliches Arbeitsumfeld bieten.

Was uns im Klinikum ausmacht, ist das gute Miteinander – wenn es darum geht, gemeinsam Herausforderungen zu bewältigen, zeigt sich dies besonders stark. Mit Initiativen, die über die tägliche Arbeit hinausgehen, wie aktuell die „Orange The World“-Aktion, setzen wir zudem wichtige gesellschaftliche Impulse.

Wir sind nicht nur der größte Arbeitgeber der Region, sondern auch federführend in der Ausbildung in den Bereichen Pflege und Medizin. Ein besonderes Projekt stellt hierbei die „Nursing Training Unit“ dar, die erstmals am Klinikum Wels-Grieskirchen umgesetzt wurde. Mehr dazu in dieser Ausgabe.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Liebsten eine besinnliche, erholsame Weihnachtszeit und einen guten Start in ein gesundes und glückliches neues Jahr!

Mag. Carmen Katharina Breitwieser
Sr. Franziska Buttinger
MMag. Günther Herrnhof



Inhalt

Medizin und Pflege

09 Erstversorgungseinheit (EVE) Grieskirchen

Plötzliche Beschwerden rasch abgeklärt

10 Von Grippe, RSV und COVID über HPV bis Hepatitis

Der richtige Umgang mit Infektionskrankheiten

20 Die Kleinsten ganz groß

Starker Start für Frühgeborene

Unternehmen

28 Für noch mehr Sicherheit

Richtig reagieren im Brandfall

27 Neue Leitung

Klinikum-Personalentwicklung

30 Pflanzliche Alternativen nachhaltig eingesetzt

Schmerz lass nach

31 Keine Angst vor Phishing

Awareness-Aktion im Klinikum-Alltag

32 Familienfreundlichkeit, Lehrbetrieb, Recruiting

Ausgezeichneter Arbeitgeber

Ausbildung

36 FH Gesundheitsberufe OÖ

Vom Campus in die Praxis mit der NTU

Für das Leben

38 Klinikum-Seelsorge

Angesteckt – mit dem
Friedensgedanken

Standards

2 Editorial

6 Kurz notiert

22 Ein Tag mit

42 Aus der Küche

Am Cover



Sarada Wagner, Early-Life-Care-Expertin und Stationsleiterin der Neonatologie und NIMCU – fotografiert von Nik Fleischmann. Das Neo-Team am Klinikum betreut Früh- und Neugeborene nach modernsten Standards – vom Intensivbereich bis zur Nachsorge. Mit hochspezialisierter Medizin, entwicklungsfördernder Pflege und enger Einbindung der Eltern bietet die Station einen geschützten Start ins Leben.

IMPRESSUM: Medieninhaber, Hersteller, Herausgeber: Klinikum Wels-Grieskirchen GmbH, Grieskirchner Straße 42, A-4600 Wels, Tel.: +43 7242 415 - 0, Fax: +43 7242 415 - 3774, www.klinikum-wegr.at, E-Mail: post@klinikum-wegr.at. Verlags- und Herstellungsort: Wels. Druck und Vertrieb: Druckerei Ferdinand Berger & Söhne GmbH. Erscheinungshäufigkeit: 4 x im Kalenderjahr. Chefredaktion: Mag. Kerstin Pindeus, MSc, MBA. Redaktion: Mag. Renate Maria Gruber, MLS, Prim. Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer, PhD. Maximilian Aichinger, MSc, Mag. Andrea Voraberger, Mag. Bernhard Stachel, Eva-Corinne Winter, MA, BA, Josef Eggelmayr, MA, Mag. Friedrich Reischauer, Mag. Sabine Alber. Layout: Ana Mrvelj. Lektorat: Silke Merker. Bildnachweis: Klinikum Wels-Grieskirchen, Nik Fleischmann, Robert Maybach, Werner Gattermayr, FH Gesundheitsberufe OÖ, Jugendrotkreuz Landesleitung OÖ/Regina Maringer, Marianne Mittermayr, shutterstock.com/slavantonov, shutterstock.com/Akira1592, istockphoto.com/FatCamera, shutterstock.com/LightField Studios, shutterstock.com/Axel_Kock, shutterstock.com/Lopolo, istockphoto.com/SewcreamStudio, shutterstock.com/GGDesigns, shutterstock.com/Zuyeu_Uladzimir, shutterstock.com/Kanunnikov_Pavlo, istockphoto.com/SrdjanPav, shutterstock.com/Cavan Images – Offset, Harald Schlossko, cityfoto/SIMLINGER Wolfgang, career Institut & Verlag GmbH/APA-Fotoservice/Juhasz, istockphoto.com/tatyana_tomsickova, shutterstock.com/Nataliabiuruk, shutterstock.com/Tanhu, shutterstock.com/AZVector. Alle Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt, Abdruck kann nur mit Genehmigung des Medieninhabers erfolgen. Offenlegung nach § 25 Mediengesetz: Gesundheitsinformationen aus dem und rund um das Klinikum Wels-Grieskirchen. Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird im Klinikum-Magazin auf die geschlechtsspezifische Differenzierung verzichtet. Begriffe, wie zum Beispiel „Patienten“ und „Mitarbeiter“, gelten im Sinne der Gleichbehandlung für beide Geschlechter.



OÄ Dr. Astrid Sautner erklärte den Weg von der ersten Abklärung im Klinikum bis zur gezielten Behandlung.



Diätologin Magdalena Wimhofer zeigte, wie Ernährung Beschwerden positiv beeinflussen kann.



Dr. Martina Nestler-Loindl sprach über physiotherapeutische Ansätze für mehr Lebensqualität.



Michaela Kahr, Obfrau des Vereins Endometriose Österreich (EndÖ), stellte den Verein und die Unterstützungsangebote vor.

Rückblick

WISSENSFORUM FOKUS: ENDOMETRIOSE

Am Mittwoch, den 22. Oktober 2025, drehte sich beim Wissensforum im Festsaal des Klinikum-Standorts Wels alles um ein Thema, das viele Frauen betrifft, aber noch zu wenig bekannt ist: Endometriose. Zahlreiche Besucherinnen und Besucher nutzten die Gelegenheit, sich umfassend über Ursachen, Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten zu informieren.



Five New Things beim

WELSER NEURO-UPDATE

Vom Schlaganfall über Alzheimer und Parkinson bis hin zu (Kopf-)Schmerz und Neuroimmunologie präsentierte das Team der Neurologie innovative Highlights und bot ausreichend Gelegenheit, sich zu vernetzen – diese nahmen über einhundert Teilnehmerinnen und Teilnehmer wahr.



Die Siegerschule BORG Ried sicherte sich die vom Klinikum gesponserte Profi-Reanimationspuppe.



Erste Hilfe rettet Leben – schnelle Herzdruckmassage ist entscheidend, bevor professionelle Rettung eintrifft.

Reanimations-Challenge:

WER IST DIE NUMMER EINS IN WIEDERBELEBUNG?

Am 10. Oktober verwandelte sich das max.center Wels in die Bühne für die Reanimations-Challenge: Rund 100 Schülerinnen und Schüler aus Oberösterreich demonstrierten im Rahmen der Aktion rund um den „Restart a Heart“-Day, wie einfach und effektiv Wiederbelebung sein kann. Die Aktion ist Teil des Projekts „Schüler retten Leben“, initiiert von Markus Simmer, Oberarzt an der Abteilung für Anästhesiologie und Intensivmedizin am Klinikum, in Kooperation mit dem Jugendrotkreuz OÖ.

Das Ziel: Bereits Jugendliche sollen lernen, Herz-Kreislauf-Stillstände frühzeitig zu erkennen und schnell einzugreifen, denn jede Minute zählt.



Premiere

GUT VERNETZT AM CAMPUS GESUNDHEIT WELS

Beim ersten Vernetzungstreffen der Ausbildungsstätten der Ordensspitäler am 7. November stand der Austausch rund um Pflege- und Gesundheitsausbildung im Mittelpunkt. Auf dem neuen, modernen Campus Gesundheit Wels diskutierten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer beim World Café aktuelle Herausforderungen und Perspektiven der Ausbildung. Abgerundet wurde das Treffen durch eine Keynote der Geschäftsführungen mit Carmen Katharina Breitwieser (Klinikum Wels-Grieskirchen) und Johann Minihuber (Krankenhaus Ried).



Die Allgemeinmedizinische Versorgungseinheit am Klinikum hat ihren Auftrag erfolgreich erfüllt. Ein herzlicher Dank geht an alle Beteiligten des Projekts.

ERFOLGSPROJEKT ALLGEMEINMEDIZIN

Die Allgemeinmedizinische Versorgungseinheit am Klinikum wird zum 31. Dezember 2025 geschlossen. Das Projekt, das in Kooperation mit der ÖGK und dem Land OÖ umgesetzt wurde, diente als Übergangslösung, um die Versorgungslücke durch unbesetzte Kassenarztstellen in der Region Wels zu überbrücken. Inzwischen profitieren die Menschen in der Region von einem breiten allgemeinmedizinischen Angebot in den Primärversorgungszentren St. Anna und St. Stephan.



Taktgeber Klinikum

MODERNSTE THERAPIEN BEI HERZRYTHMUSSTÖRUNGEN

Die Diagnostik und Therapie von Herzrhythmusstörungen hat in den letzten Jahren enorme Fortschritte gemacht: Wearables mit KI-gestützter EKG-Auswertung, innovative Ablationsverfahren und moderne Herzschrittmachertechniken wie das Conduction System Pacing haben die Rhythmologie als eigenes Spezialgebiet etabliert.

Bei der Fortbildung „Moderne Rhythmologie“ am 12. November erhielten Interessierte einen spannenden Einblick in die modernsten Diagnostik- und Behandlungsmöglichkeiten. Dabei standen sowohl die Patientenversorgung in Klinik und Praxis als auch der direkte Austausch und Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Mittelpunkt.



WISSENSFORUM FOKUS: INFEKTIONSKRANKHEITEN

Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer nutzten auch die fünfte Ausgabe des Klinikum-Wissensforums, um sich über aktuelle Gesundheitsthemen zu informieren – am 26. November im Fokus: die Infektionskrankheiten. Zentrale Themen waren Präventionsmaßnahmen wie Hygiene und Impfungen sowie die wichtigen Behandlungsformen.

Zentrale Anlaufstelle für akute Beschwerden rund um die Uhr

Erstversorgungseinheit (EVE) Grieskirchen



„Wichtig ist,
die richtige
Anlaufstelle zu
wählen.“

Prim. Dr. Christopher Nimeth,
Leiter der Abteilung für Innere Medizin V

Mit der EVE wurde eine klare, gut erreichbare Struktur geschaffen, die alle Notfälle an einem Ort bündelt. Organisatorisch der Abteilung für Innere Medizin V zugeordnet, wird die EVE als eigene Ambulanz mit eigenen Räumlichkeiten geführt. Seit dem Frühjahr dieses Jahres stehen dafür modern ausgestattete Bereiche zur Verfügung, die speziell auf die Anforderungen einer Akutversorgung ausgerichtet sind.

Erfolgreiche Etablierung - steigende Patientenzahlen

Die EVE ist eine Notfalleinheit zur Erst-

Seit Oktober 2021 steht Patientinnen und Patienten am Klinikum-Standort Grieskirchen mit der Erstversorgungseinheit (EVE) eine regionale Anlaufstelle für akute Beschwerden zur Verfügung. Die EVE wurde eingerichtet, um die medizinische Erstversorgung klar zu strukturieren, Wege zu verkürzen und dadurch eine effiziente Patientenversorgung am Standort Grieskirchen sicherzustellen. Ziel ist es, Menschen mit plötzlichen gesundheitlichen Beschwerden rasch und kompetent rund um die Uhr zu versorgen.

versorgung bei akuten Beschwerden – etwa bei plötzlicher Atemnot, Brustschmerzen, starken Bauchschmerzen oder anderen rasch eintretenden Beschwerden, die eine sofortige Abklärung benötigen. Die Entwicklung der Patientenzahlen unterstreicht die wichtige Rolle der EVE als regional zentrale Notfall-Anlaufstelle.

- 250 Patienten im Eröffnungsmonat (Oktober 2021)
- mehr als 300 pro Monat im Jahr 2022
- über 400 pro Monat im Jahr 2023
- 2024 konstant 500–600 Patienten pro Monat, mit deutlicher Zunahme in den Wintermonaten

Erstversorgungsteam

Die EVE verfügt heute über eine fixe Personalzuteilung, wodurch eine konti-

nuierlich hohe Versorgungsqualität gewährleistet wird. Ein interdisziplinäres Team aus Ärzten, Pflege sowie Hilfskräften arbeitet eng zusammen, um eine rasche Diagnostik und zielgerichtete Behandlung zu ermöglichen.

„Obwohl viele Patientinnen und Patienten die EVE korrekt nutzen, werden weiterhin Fälle mit nicht dringlichen oder chronischen Beschwerden vorstellig. Auch wenn diese Menschen selbstverständlich medizinische Versorgung benötigen, führt eine Fehlzuordnung zu längeren Wartezeiten und einer Überlastung der Akutstrukturen“, erklärt Christopher Nimeth, Leiter der Abteilung für Innere Medizin V. Für alle nicht dringlichen Anliegen stehen Hausärztinnen und Hausärzte sowie reguläre Ambulanzen zur Verfügung. ■



Die EVE ist eine Notfalleinheit zur Erstversorgung bei akuten Beschwerden (links und Mitte). Bei der traditionellen Segnung der neuen Räumlichkeiten: Mag. Carmen Katharina Breitwieser, Geschäftsführerin, Prim. Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer, Ärztlicher Leiter, Prim. Dr. Christopher Nimeth, Leiter der Abteilung für Innere V, und Sr. Franziska Buttinger, Geschäftsführerin (rechtes Bild).

Jubiläum zum Innehalten und Feiern

10+1 Jahre Psychiatrie am Klinikum-Standort Wels

Im Oktober veranstaltete die Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin des Klinikums Wels eine besondere Jubiläumsfeier, zu der über 200 Gäste kamen, die einen informativen sowie berührenden Abend erlebten.

Seit 1997 ist die Abteilung zentraler Bestandteil der Gesundheitsversorgung in der Region, seit elf Jahren ist sie am Klinikum-Standort Wels im – immer noch – modernen Neubau beheimatet. Dieses doppelte Jubiläum – 10+1 Jahre – bot Gelegenheit, auf die Entwicklung der letzten Jahre zurückzublicken und zugleich aktuelle Herausforderungen sowie Perspektiven der Psychiatrie in den Mittelpunkt zu stellen.

Neben den abwechslungsreichen Fachvorträgen – ein besonderes Highlight auch das Thema der Forensischen Psychiatrie von Heidi Kastner, Vorstän-

din der Klinik für Psychiatrie mit Forensischem Schwerpunkt am Kepler Universitätsklinikum – bot die Veranstaltung auch Raum für persönliche Begegnungen und kollegialen Austausch. Abgerundet wurde der Abend durch eine beeindruckende Kunstaussstellung der ehemaligen Patientin Petra Z., deren Werke eine ganz persönliche Perspektive auf psychische Erkrankungen und Genesung eröffneten. ■



Neue medizinische Leitungen 2025

Institut für Labordiagnostik

Seit Juli 2025 leitet Dr. Bernhard Strasser die Leitung des Instituts für Medizinische und Chemische Labordiagnostik. Der in Wien ausgebildete Mediziner ist seit seiner Facharztausbildung am Klinikum Wels-Grieskirchen tätig und sammelte in seiner Funktion als Oberarzt sowie stellvertretender Abteilungsleiter wertvolle Leitungserfahrung. Besonderen Wert legt Dr. Strasser auf den interprofessionellen Austausch und ein modernes, serviceorientiertes Verständnis von Labormedizin.

Das Klinikum dankt Dr. Josef Seier, der die Abteilung nach dem Pensionsantritt von Dr. Alexander Haushofer interimistisch geführt hat.



Prim. Dr. Bernhard Strasser,
Institut für Medizinische und
Chemische Labordiagnostik

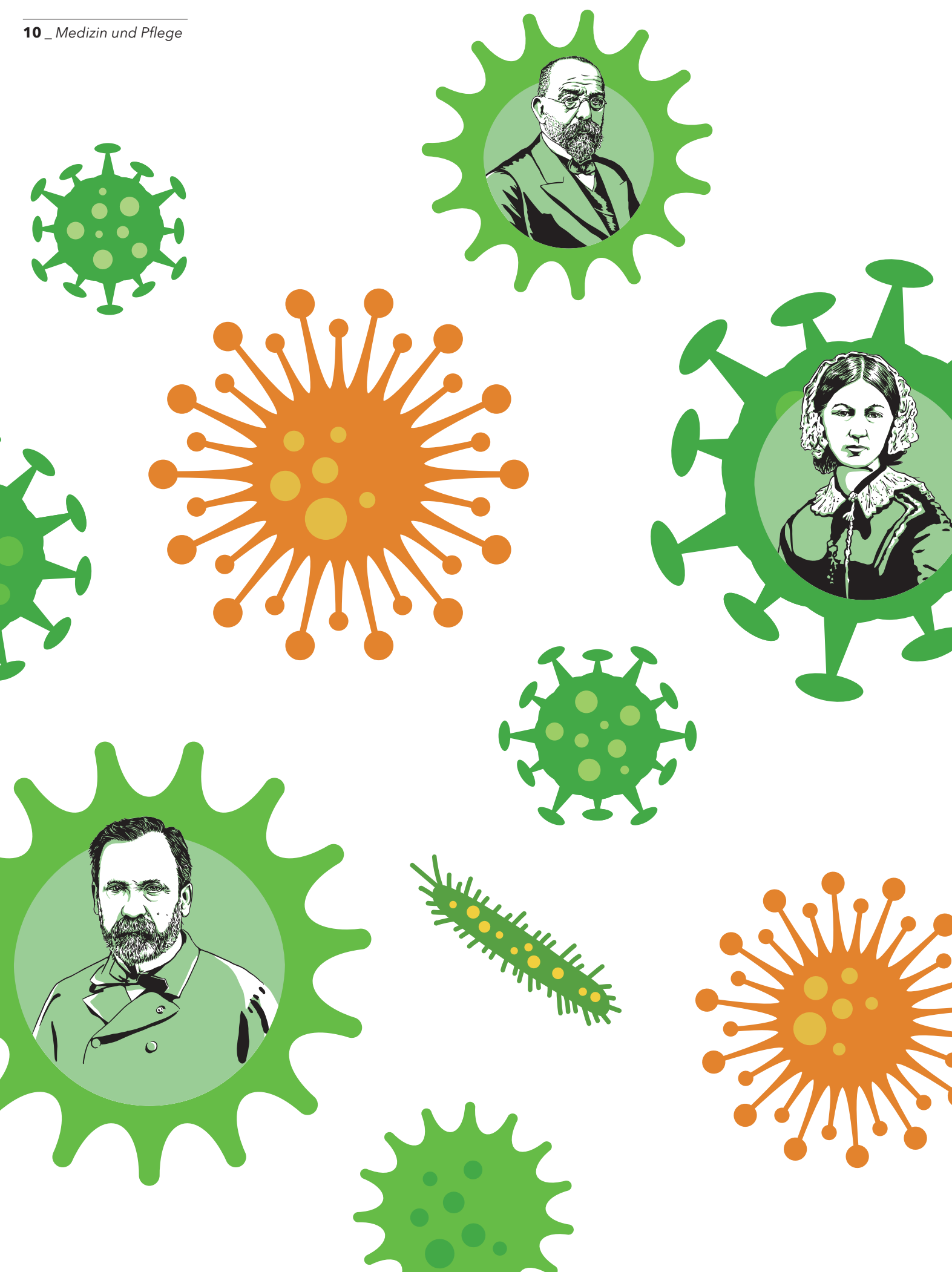
Herz-, Gefäß- und Thoraxchirurgie

Dr. Rudolf Puschmann ist neuer Standortleiter der Herz-, Gefäß- und Thoraxchirurgie in Wels. Dr. Puschmann ist seit drei Jahrzehnten Teil der Abteilung und verfügt über umfassende Expertise, die er unter anderem durch ein Fellowship an der University of Toronto erweitert hat. Zu seinen Schwerpunkten zählen insbesondere minimalinvasive Verfahren.

Das Klinikum bedankt sich bei Prof. Dr. Hans Joachim Geißler, der die Standortleitung acht Jahre lang geprägt hat und aus familiären Gründen ins Rheinland zurückkehrt.



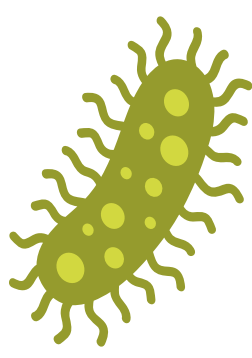
OA Dr. Rudolf Puschmann,
Abteilung für Herz-,
Gefäß- und Thoraxchirurgie



Infektionen



WIE DAS SCHEINBAR UNSICHTBARE UNSERE WELT PRÄGT



Kaum ein medizinischer Begriff hat eine so vielschichtige Herkunft: „Infektion“ stammt vom lateinischen „*inficere*“ ab – „hineintun“, im Übertragenen auch „verunreinigen“. Schon der Ursprung verrät, worum es im Kern geht: Fremde biologische Information dringt in unseren Körper ein und bringt seine fein abgestimmten Systeme aus dem Gleichgewicht. Ein leiser Prozess, der für den Menschen oft erst spürbar wird, wenn der Körper längst reagiert.

Die Geschichte der Infektionskrankheiten ist eine stille, aber mächtige Triebkraft unserer Zivilisation. Sie begleitet die Menschheit seit ihren Anfängen – von historischen Geißeln wie Pest und Cholera bis zu modernen Herausforderungen wie Influenza, HIV, RSV und SARS-CoV-2. Forscherinnen und Forscher wie Louis Pasteur, Robert Koch und Florence Nightingale und viele weitere markieren Wendepunkte die-

ses Kampfes. Sie alle stehen für Erkenntnisse, die Fortschritt, Medizin und Zusammenleben geprägt haben – und für die Einsicht, wie verletzlich und zugleich anpassungsfähig wir sind. Moderne Diagnostik kann Erreger in Minuten identifizieren, Therapien sind präziser denn je – und doch bleiben Infektionen dynamische Gegner, die sich ebenso weiterentwickeln wie wir.

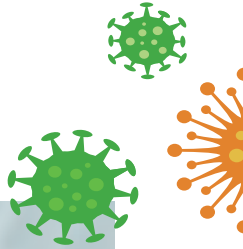
Gerade deshalb lohnt es sich, genauer hinzusehen:

Wie entstehen Infektionen? Warum verlaufen manche mild, andere schwer? Und wie schützen wir uns wirksam – heute und in Zukunft?

Unser Schwerpunkt widmet sich den Infektionen, die uns aktuell am meisten beschäftigen: Grippe, RSV, COVID-19, aber auch HPV und Hepatitis. Ein kompakter Leitfaden durch Risiken, Schutzmechanismen und moderne Therapieansätze – für alle, die verstehen wollen, was die Medizin heute leisten kann.

Prävention, Schutz und Impfungen für die kalte Jahreszeit

Der richtige Umgang mit Infektionskrankheiten



Wenn die Temperaturen sinken, steigen die Infektionszahlen: Grippe, RSV und COVID-19 fordern in den Herbst- und Wintermonaten jedes Jahr zahlreiche Arztbesuche, Krankenstände und Krankenhausaufenthalte. Um gut vorbereitet in die Saison zu starten, gibt Rainer Gattringer, Ärztlicher Leiter und Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin, einen Überblick über saisonale Infektionskrankheiten und die wichtigsten Schutzmaßnahmen.



„Grippale Infekte werden durch viele verschiedene Erkältungsviren ausgelöst“, erklärt Gattringer. „Die Symptome entwickeln sich langsam – Halskratzen, Schnupfen und leichtes Fieber sind typisch.“ Eine echte Grippe hingegen beginnt plötzlich, meist mit hohem Fieber, trockenem Husten und starkem Krankheitsgefühl. „Besonders gefährlich ist sie für ältere oder vorerkrankte Menschen. Die Impfung bietet den wirksamsten Schutz.“ Für beide Erkrankungen gilt: Schonung, viel Flüssigkeit und kein Sport. Schmerz- und fiebersenkende Mittel können helfen, Beschwerden zu lindern. „Ob ein Verlauf mild oder schwer ist, hängt von Vorerkrankungen, Alter und oft auch von genetischen Faktoren ab“, so Gattringer.

Prävention – einfach und wirksam

Neben Impfungen bleiben eine gesunde Lebensweise und Hygienemaßnahmen die wichtigsten Schutzfaktoren. „Regelmäßiges Händewaschen, Abstand zu Erkrankten, ausreichend Schlaf, Bewegung und ausgewogene Ernährung – das schützt nicht nur uns selbst, sondern auch die Mitmenschen“, betont Gattringer. Was viele nicht wissen: „Antibiotika helfen nur bei bakteriellen Infektionen, nicht aber bei viralen Erkrankungen wie Grippe,



„Seit Dezember 2024 steht ein passiver RSV-Impfstoff allen Neugeborenen in Österreich kostenlos zur Verfügung.“

Prim. Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer, Ärztlicher Leiter und Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin

RSV oder Corona.“ Die Grippeimpfung wird insbesondere für Risikogruppen empfohlen und sollte idealerweise im Oktober oder November erfolgen, damit der Schutz rechtzeitig aufgebaut ist.

RSV – Schutz für die Kleinsten

Das Respiratorische Synzytial-Virus (RSV) ist hochansteckend und betrifft vor allem Babys und Kleinkinder. Zwei von drei Kindern infizieren sich vor ihrem ersten Geburtstag – teils mit schweren Symptomen bis hin zu Atemnot.

„Auch eine Impfung während der Schwangerschaft schützt die Neugeborenen durch den sogenannten Nestschutz in den ersten Lebensmonaten“, erklärt Gattringer. Auch für Menschen ab 60 Jahren sowie Personen mit chronischen Erkrankungen wird die Impfung empfohlen, da RSV in dieser Gruppe zu schweren Lungenerkrankungen führen kann.

COVID-19 – aktuelle Varianten und Impfempfehlungen

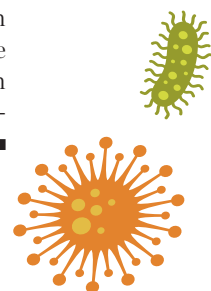
Auch 2025 stiegen die COVID-Zahlen im Herbst wieder an. Derzeit kursieren in Europa neue Omikron-Sublinien, etwa XFG „Stratus“, die die bisher dominante Variante NB.1.8.1 „Nimbus“ verdrängt haben. „Die Impfstoffe wurden an die aktuellen Varianten angepasst, Auffrischungen sind vor allem für Risikogruppen sinnvoll“, erklärt Gattringer. Zu den typischen Symptomen zählen Halsschmerzen, Heiserkeit, trockener Husten, Fieber und allgemeine Schwäche. Durch die breite Grundimmunität verlaufen Infektionen jedoch meist milder. Die Auffrischungsimpfung ist kostenlos und wird Menschen ab 60 Jahren oder bei Vorerkrankungen besonders empfohlen.

Warum Infektionen im Winter zunehmen

Kälte, trockene Luft und enger Kontakt in Innenräumen begünstigen in den kalten Monaten die Virusübertragung. Die wissenschaftliche Überwachung von Grippe, RSV und COVID-19 ist seit Oktober durch die Neu-Etablierung des „Referenzzentrums für respiratorische Viren“ an der MedUni Wien noch präziser möglich. Die Erfassung saisonaler Atemwegserkrankungen in der Bevölkerung hilft, Infektionswellen besser vorherzusagen. ■



Übersicht zu den aktuellen Impfempfehlungen:



Kostenfreie Impfung beugt Krebs vor

Schutz vor HPV

Stellen Sie sich vor, es gibt eine Impfung gegen Krebs – und nur die Hälfte der Zielgruppe nutzt sie. In Österreich erkranken jährlich rund 400 bis 500 Frauen an Gebärmutterhalskrebs (2022: 439 Fälle). Nahezu alle Zervixkarzinome entstehen durch Hochrisiko-HPV-Typen. Die HPV-Impfung kann 80 bis 90 Prozent dieser Fälle verhindern, wenn Kinder und Jugendliche rechtzeitig, also vor dem ersten Sexualkontakt, geimpft werden.



Familie und Schule sind das ideale Umfeld, um das Risiko durch HPV sowie den Nutzen einer Impfung zu thematisieren.

„Die HPV-Impfung ist heute die wirksamste Maßnahme, um HPV-bedingte Krebserkrankungen zu verhindern. Sie schützt nicht nur vor Gebärmutterhalskrebs, sondern auch vor weiteren Krebsarten im Genital- sowie im Kopf-Hals-Bereich“, erklärt Hannes Schneiderbauer, Oberarzt an der Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe.

HPV: von der Entdeckung bis zur Prävention

Humane Papillomviren zählen zu den am weitesten verbreiteten Viren weltweit. Erstmals wurden sie Mitte des 20. Jahrhunderts als eigenständige Krankheitserreger identifiziert, 1949 gelang die Darstellung unter dem Elektronenmikroskop. Ab den 1970er-Jahren wurde der Zusammenhang zwischen HPV und Gebärmutterhalskrebs systematisch erforscht. Der deutsche Virologe



Harald zur Hausen postulierte 1976 die zentrale Rolle von Papillomviren bei der Entstehung von Zervixkarzinomen, wofür er später den Nobelpreis erhielt.

HPV dringt durch kleine Läsionen der Haut oder Schleimhaut in die Basalzellschicht ein und infiziert dort die Epithelzellen. „In den meisten Fällen verläuft die Infektion symptomfrei und wird innerhalb von ein bis zwei Jahren vom Immunsystem kontrolliert“, so Schneiderbauer. „Bei einigen Menschen bleibt die Infektion jedoch bestehen, vor allem wenn das Immunsystem geschwächt ist oder Hochrisiko-Typen beteiligt sind.“

Langfristige Folgen

Während Niedrigrisiko-Typen Genitalwarzen verursachen, können Hochrisiko-Typen wie HPV 16 und 18 bei andauernder Infektion Zellveränderungen hervorrufen, die sich zu Krebsvorstufen und schließlich zu Krebserkrankungen entwickeln können. „Diese Krebsarten zeigen oft erst spät Symptome, was eine Früherkennung durch regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen besonders wichtig macht. Zum Beispiel der PAP-Abstrich ist eine wichtige und bewährte Methode, Veränderungen der Zellen am Gebärmutterhals zu erkennen, bevor sie sich zu Krebs entwickeln. Das Programm trägt dazu bei, die Sterblichkeit an Gebärmutterhalskrebs deutlich zu verringern – in den letzten Jahrzehnten um etwa zwei Drittel. Auch für Frauen, die gegen HPV geimpft sind, wird eine regelmäßige Untersuchung weiterhin empfohlen, da die Impfung nur einen Teil der risikobehafteten HPV-Typen abdeckt“, so Schneiderbauer. „Gerade weil HPV-Infektionen lange unbemerkt bleiben, ist die Prävention entscheidend. Mit einer hohen Durchimpfungsrate könnten wir die HPV-bedingte Krankheitslast in Österreich deutlich reduzieren.“

Impfung: sicher, effektiv und zugänglich

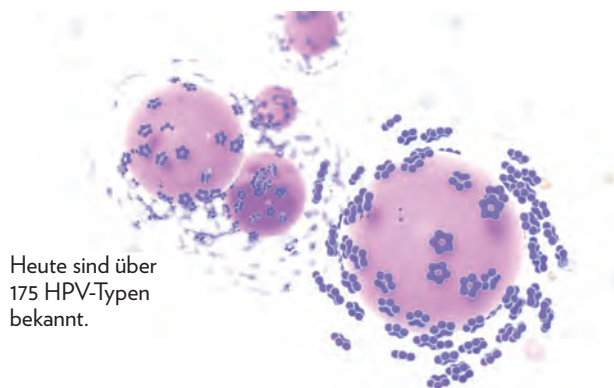
Die HPV-Impfung ist seit rund 20 Jahren im Einsatz

und weltweit wurden bereits etwa 350 Millionen Dosen verabreicht. Sie ist in Österreich seit vielen Jahren Teil des Kinder- und Jugendimpfprogramms. Die HPV-Impfung ist bis auf mögliche lokale Hautreaktionen nebenwirkungsfrei.

Die WHO hat sich zum Ziel gesetzt, HPV-bedingte Krebserkrankungen bis 2030 weitgehend zu eliminieren, indem 90 Prozent der Mädchen bis zum 15. Lebensjahr vollständig geimpft, 70 Prozent der Frauen bis 35 Jahre regelmäßig getestet und 90 Prozent der diagnostizierten Erkrankungen behandelt werden sollen. Mit diesen Maßnahmen könnte die Zahl der Neuerkrankungen auf weniger als vier Fälle pro 100.000 Frauen pro Jahr sinken. ■



Weitere Informationen und Unterstützung: Österreichische Krebshilfe – www.krebshilfe.net



Heute sind über 175 HPV-Typen bekannt.

HPV in Zahlen

- Rund 80 % aller sexuell aktiven Menschen haben bis zum 50. Lebensjahr eine HPV-Infektion durchgemacht.
- Über 175 HPV-Typen sind bekannt, etwa 40 betreffen den Genitaltrakt.
- Jährliche Neuerkrankungen an Gebärmutterhalskrebs in Österreich: 400–500 Fälle.

Impfangebot in Österreich

- Kostenfreie Impfung für 9–21-Jährige (seit 2023), Nachholaktion bis 30 Jahre (noch bis Ende 2025).
- Zwei bis drei Dosen je nach Alter, Abstand zwischen 2 Dosen: 2 Monate; Abstand zur dritten Dosis: 6–12 Monate.
- Weltweit verabreichte Dosen: rund 350 Millionen.

Langfristige Folgen einer HPV-Infektion

- Niedrigrisiko-Typen: Genitalwarzen, meist harmlos.
- Hochrisiko-Typen: Dysplasien → Krebsvorstufen → Krebserkrankungen (Gebärmutterhals-, Anal-, Penis-, Kopf-Hals-Bereich).

WHO-Ziele bis 2030

- 90 % der Mädchen bis 15 Jahre vollständig impfen.
- 70 % der Frauen bis 35 Jahre screenen.
- 90 % der diagnostizierten Erkrankungen behandeln.



Im Winter treten Komplikationen häufiger auf als in warmen Monaten, oft im Zusammenhang mit Influenza – teils werden am Klinikum mehrere betroffene Kinder pro Tag behandelt. Ein Grund mehr, warum sich die jährliche Grippeimpfung für Kinder empfiehlt.

Fieberkrampf und Pseudokrupp:

Wenn aus banalen Infekten plötzlich Notfälle werden

Fieberkrämpfe und Pseudokrupp zählen im Kindesalter zu den häufigsten Komplikationen bei Infektionskrankheiten. Johannes Lehner, Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde am Klinikum, erklärt, worauf Eltern achten sollten, welche Sofortmaßnahmen sinnvoll sind und wann ärztliche Hilfe dringend erforderlich ist.

Gerade in der kalten Jahreszeit sind (Para-) Influenza-, Adeno-, Rhino-, Entero- und RS-Viren häufige Auslöser für Erkrankungen der Atemwege und Fieberzustände. „Meist verlaufen diese Infekte unproblematisch. In manchen Fällen kommt es jedoch zu akuten Komplikationen – zwei der häufigsten sind Fieberkrämpfe und Pseudokrupp“, erklärt Lehner.

Was Eltern bei einem Fieberkrampf tun können

„Jeder Infekt oder jedes Ereignis, das rasch hohes Fieber verursacht, kann einen Fieberkrampf auslösen“, so Lehner. „Durch die schnelle Temperaturerhöhung wird die Krampfschwelle im Gehirn gesenkt – es kommt zu einer unkontrollierten elektrischen Entladung von Ner-

DR. JOHANNES LEHNER PERSÖNLICH



Dr. Johannes Lehner, Abteilung für
Kinder- und Jugendheilkunde

Der Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde versorgt am Klinikum Patienten im Alter von 0 bis 18 Jahren, darunter auch Frühgeborene an der Neonatologie. Der 33-jährige Oberösterreicher absolvierte sein Medizinstudium in Graz und kehrte für das Klinisch-Praktische Jahr und die Facharztausbildung nach Wels zurück. Neben seiner Tätigkeit als Arzt ist Lehner leidenschaftlicher Musiker und Mitglied im Musikverein Kematen am Innbach.

venzellen, ähnlich einem epileptischen Anfall.“ Für Eltern wirkt ein Fieberkrampf dramatisch: Das Kind verliert das Bewusstsein, die Augen rollen, der Körper wird schlaff oder zeigt rhythmische Zuckungen an Armen und Beinen. „Wichtig ist, Ruhe zu bewahren. Bringen Sie das Kind während des Anfalls in eine sichere Umgebung, um Verletzungen zu vermeiden“, erklärt der Kinderarzt. „Rufen Sie die Rettung und nehmen Sie, wenn möglich, ein Video auf. Es hilft den Ärzten, Dauer und Ausprägung des Krampfs einzuschätzen.“

Ärztliche Abklärung notwendig

Fieberkrämpfe bei Kindern zwischen einem und sechs Jahren verlaufen meist unkompliziert. „Ein Anfall sollte nicht länger als drei bis fünf Minuten dauern, sich nicht innerhalb von 24 Stunden wiederholen und den ganzen Körper betreffen. Wiederholt auftretende unkomplizierte Fieberkrämpfe sind kein Hinweis darauf, dass das Kind später Epilepsie entwickelt.“

Nach einem Fieberkrampf ist eine ärztliche Untersuchung wichtig, um ernsthafte Ursachen wie eine Meningitis auszuschließen. „Besonders bei Säuglingen unter sechs Monaten ist Vorsicht geboten, da in diesem Alter das Risiko für bakterielle Meningitis höher ist. Einige Impfungen – etwa gegen Pneumokokken, Meningokokken oder Haemophilus influenzae – sind erst ab dem dritten Lebensmonat möglich und schützen nachweislich gegen Hirnhautentzündungen“, erläutert Lehner.

Pseudokrupp: nächtlicher Husten mit Atemnot

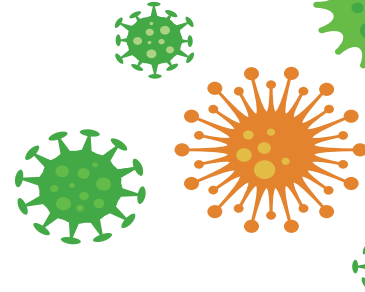
Beim sogenannten Pseudokrupp, einer viralen Entzündung des Kehlkopfs (Laryngitis acuta), kommt es typischerweise aus dem Schlaf heraus plötzlich zu bellendem Husten („Seehund-artig“) und einem pfeifenden Atemgeräusch, dem inspiratorischen Stridor. „Die oberhalb des Brustkorbs gelegenen Atemwege der erkrankten Kinder sind durch die Schleimhautschwellung verengt, was den charakteristischen Husten verursacht und das Atmen schwer macht“, beschreibt Lehner.

Erste Hilfsmaßnahmen

Die ersten zu empfehlenden Maßnahmen sind einfach: Frischluftzufuhr und Ruhe. „Beruhigen Sie Ihr Kind und sorgen Sie rasch für Frischluftzufuhr, indem Sie das Fenster öffnen!“, erklärt der Kinderarzt. „Ebenso wie ein Fieberkrampf wirken Pseudokrupp-Anfälle auf die Beteiligten dramatisch, in der Regel sind sie aber gut behandelbar.“ Im Krankenhaus wird geprüft, ob die Lunge frei ist und wie es um die Sauerstoffsättigung steht. „Ein systemisch wirkendes Glukokortikoid (Kortison) in Form von Zäpfchen oder Saft führt zum raschen Abschwellen im Kehlkopfbereich. Die Kinder können das Klinikum meist am selben Tag wieder verlassen.“ Bei schweren Verlaufsformen wird beim Pseudokrupp auch mit Adrenalin behandelt. „Dabei handelt es sich um eine Inhalation über einen Vernebler. Die Schleimhautschwellung geht zurück, was für eine rasche Linderung der Atemnot sorgt. Die Wirkung hält aber nur für einige Stunden an, weshalb eine ärztliche Überwachung notwendig ist.“

FIEBERMANAGEMENT

Fieber ist eine natürliche Abwehrreaktion: Der Körper erhöht die Temperatur, damit sich Krankheitserreger schlechter vermehren. Solange Kinder spielen und trinken, ist Fieber auch bis über 39 °C meist unproblematisch. Eine ärztliche Abklärung ist erforderlich, wenn Kinder apathisch wirken, nicht trinken oder Bewusstseins- bzw. Atemstörungen auftreten. Bei Säuglingen unter drei Monaten gilt Fieber bereits ab 38 °C als Notfall. Eine frühzeitige Gabe fiebersenkender Medikamente verhindert Fieberkrämpfe nicht. Wichtiger ist die Beobachtung des Kindes, ausreichend Flüssigkeit und nur bei Bedarf das Senken der Temperatur. Bewährte Mittel sind Ibuprofen und Paracetamol. Ergänzend können traditionelle Methoden wie körperwarme Wadenwickel helfen.



VIRUSHEPATITIS: Heilung ist möglich

Moderne Medizin kann Virushepatitis heute in vielen Fällen erfolgreich behandeln oder sogar heilen. Dennoch sterben weltweit täglich rund 3.500 Menschen an den Folgen von Hepatitis-B- und -C-Infektionen. Viele Betroffene merken über Jahre hinweg nichts von ihrer Erkrankung, während die Leber still Schaden nimmt. Eine einfache Blutuntersuchung könnte Leben retten, doch in Österreich zählt sie bisher noch nicht zur Standardvorsorge.



„**G**erade chronische Verläufe von Hepatitis B und C zeigen oft kaum Symptome, können aber zu Leberzirrhose oder Leberkrebs führen“, erklärt Harald Hofer, Chef-Hepatologe am Klinikum Wels-Grieskirchen und Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie (ÖGGH). Er leitet die Abteilung für Innere Medizin I am Klinikum Wels-Grieskirchen, einem der österreichischen Zentren für Lebererkrankungen. „Umso wichtiger ist es, die Infektion frühzeitig zu erkennen und rechtzeitig zu behandeln.“

Der Klinikum-Experte im Interview zum Thema: **Warum wir unsere Leberwerte kennen sollten – und wie eine einfache Blutuntersuchung Leben retten kann**

Klinikum: Herr Professor Hofer, wie erkennt man eine Hepatitis-Infektion frühzeitig?

Harald Hofer: Eine Infektion verläuft oft symptomfrei. Die einfachste Methode ist die Bestimmung der Leberwerte – insbesondere GPT (ALT) und GOT (AST) – am besten bei einem Hausarztbesuch. Wer seine Werte kennt, kann frühzeitig handeln und schwere Langzeitschäden vermeiden.

Klinikum: Welche Formen der Virushepatitis sind derzeit besonders relevant?

Hofer: Wir unterscheiden Hepatitis A bis E. Hepatitis A wird fäko-oral übertragen. Das Virus wird über winzige Stuhlreste übertragen, die meistens über die Hände oder kontaminierte Gegenstände wie Türklinken, Besteck oder Lebensmittel aufgenommen werden. Sind diese Gegenstände nicht gründlich gereinigt, kann das Virus beim Essen oder Trinken in den Körper gelangen. Die Infektion verläuft in der Regel akut, selten fulminant. Der aktuelle Ausbruch in Tschechien zeigt, dass auch Hepatitis A ernst genommen werden muss: Über 2.500 Fälle und 28 Todesfälle wurden dort registriert. In Österreich wurden in diesem Jahr 87 Fälle gemeldet, darunter drei Todesfälle. Hepatitis B, C und D hingegen übertragen sich vor allem über Blut und Körperflüssigkeiten und können chronisch werden.

Klinikum: Welcher Impfschutz ist heute verfügbar?

Hofer: Gegen Hepatitis A und B gibt es wirksame Impfungen. Die Impfung gegen Typ B schützt auch vor einer Infektion mit Typ D. Der Impfschutz lässt sich durch Antikörpertiter im Blut nachweisen. Für Hepatitis C existiert bislang keine Impfung, doch moderne Therapien heilen die Infektion in nahezu hundert Prozent der Fälle. Auch für Hepatitis E gibt es derzeit keinen zugelassenen Impfstoff in Europa. Die Prävention von Hepatitis C und E erfolgt vor allem durch Hygiene und den Schutz vor Blutkontakt bzw. durch Vermeidung von Risikoverhalten.

Klinikum: Welche Verläufe können Erkrankungen nehmen und welche Risiken bergen sie?

Hofer: Eine virale Leberentzündung kann unterschiedlich verlaufen: Nach einer spontanen Viruselimination kann es zu einer Ausheilung kommen. Chronifiziert sich die Leberentzündung, kann es zur Leberzirrhose und schließlich zum Leberkrebs kommen. Eine sogenannte fulminante Hepatitis führt zu einem akuten Leberversagen, hier kann nur eine Lebertransplantation helfen.

Klinikum: Wie äußern sich die Symptome einer akuten Hepatitis?



Prim. Univ.-Prof. Dr. Harald Hofer leitet die Abteilung für Innere Medizin I Gastroenterologie und Hepatologie, Rheumatologie, Endokrinologie und Diabetologie am Klinikum. Er ist zudem Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie (ÖGGH).

Hofer: Symptome können Übelkeit, Abgeschlagenheit, dunkler Urin, heller Stuhl, Gelbsucht, Erbrechen und Durchfall sein. Im Endstadium einer Leberzirrhose treten Bauchwasser (Aszites) oder Krampfadern in der Speiseröhre auf, die lebensbedrohlich sein können.

Klinikum: Wie sieht die Behandlung im Falle einer Infektion aus?

Hofer: Waren Hepatitis-C-Therapien noch vor rund zehn bis 15 Jahren wenig erfolgreich und mit starken Nebenwirkungen verbunden, ist die Erkrankung heute durch moderne direkt antivirale Therapien in über 95 Prozent der Fälle innerhalb von nur acht bis zwölf Wochen heilbar. Chronische Formen von Hepatitis B und D können durch antivirale Medikamente langfristig kontrolliert werden. Infektionen mit A oder E verlaufen zumeist selbstlimitierend und bedürfen – wenn – dann einer symptomatischen Behandlung.

Klinikum: Was raten Sie Patientinnen und Patienten konkret?

Hofer: Der breiten Bevölkerungsgruppe kann ich alle aktuell verfügbaren Impfungen gegen Virushepatitis empfehlen. Außerdem: Jeder sollte seine Leberwerte kennen. Die WHO empfiehlt ein einmaliges Screening auf Hepatitis C für Erwachsene. In Deutschland ist dies bereits in die Vorsorge integriert – in Österreich wäre ein ähnlicher Schritt wünschenswert. Bei auffälligen Werten ist es



wichtig, die Ursache abzuklären – sei es Virushepatitis, medikamentöse Leberschäden oder metabolische Erkrankungen. Mit frühzeitiger Diagnose und Therapie erholt sich die Leber oft erstaunlich gut.

Klinikum: Welche Botschaft ist Ihnen wichtig?

Hofer: Es geht nicht darum, Angst zu verbreiten, sondern Awareness zu schaffen. Wer seine Leberwerte kennt, hat ein einfaches, aber wirkungsvolles Instrument, um rechtzeitig zu handeln. Das beginnt mit einer Blutabnahme und endet mit Bewusstsein, Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen zu können.

LEBERWERTE

Was Sie wissen sollten:

Erhöhte Werte wie ALT, AST, GGT, AP oder Bilirubin sollten immer abgeklärt werden, da sie auf verschiedene Erkrankungen hinweisen können: Virushepatitis, Alkoholleber, MASLD*, medikamentös bedingte Leberschäden oder seltene Stoffwechselerkrankungen. Nicht-invasive Verfahren wie transiente Elastographie (VCTE) oder Serumtests (APRI, FIB-4) können die Fibrosebestimmung ergänzen.

* MASLD steht für „metabolische Dysfunktion-assoziierte steatotische Lebererkrankung“ und beschreibt eine Fettleber, die durch einen gestörten Stoffwechsel entsteht – also nicht durch Alkohol, sondern durch Faktoren wie Übergewicht, Diabetes, Bluthochdruck oder Fettstoffwechselstörungen.

Starker Start für Frühgeborene



Etwa jedes 15. Baby in Österreich kommt zu früh auf die Welt. Das stellt Medizin, Pflege und Eltern vor große Herausforderungen – und doch sind die Aussichten heute so gut wie nie zuvor.

Dank moderner Intensivmedizin und einer familienzentrierten Betreuung schaffen es heute viele extrem frühgeborene Kinder, gesund ins Leben zu starten. Rund 6,8 Prozent aller Kinder in Österreich werden vor der 37. Schwangerschaftswoche geboren – das sind jährlich etwa 6.000 Babys. Die Neonatologie am Klinikum betreut davon rund 30 besonders kleine Frühgeborene mit einem Geburtsgewicht unter 1.500 Gramm. „Unsere Aufgabe ist es längst nicht mehr

nur, das Überleben zu sichern – sondern die Lebensqualität der Kinder und ihrer Familien nachhaltig zu unterstützen“, erklärt Martin Wald, ärztlicher Bereichsleiter der Neonatologie.

Frühgeborene benötigen Unterstützung beim Atmen, Trinken oder bei der Wärmeregulierung. Eingriffe werden heute so schonend wie möglich gehalten. Nicht-invasive Beatmung, engmaschige Überwachung und frühe Förderung helfen, Risiken für Lungenschäden oder neurologische Beeinträchtigungen zu verringern. „Heute



„Durch enorme Fortschritte in der Medizin überleben heute Kinder, die noch vor wenigen Jahrzehnten kaum eine Chance gehabt hätten.“

OA Dr. Martin Wald, ärztlicher Bereichsleiter Neonatologie

Geburtshilfe in Wels und Grieskirchen

Mit rund 2.300 Geburten jährlich zählt das Klinikum zu den beliebtesten Geburtskliniken Oberösterreichs. Hebammen, Pflegekräfte und Ärzte begleiten werdende Eltern von der Vorbereitung bis zur Nachbetreuung. Risikoschwangerschaften werden in Wels betreut. Rund ein Fünftel wählt den Standort Grieskirchen mit seiner familiären Atmosphäre, wo auch Basisuntersuchungen der Neugeborenen erfolgen. Speziell ausgebildete Stillberaterinnen unterstützen zusätzlich in der Stillambulanz.

Geburtsvorbereitung
für Paare

Info-Abend für
werdende Eltern



können wir in entsprechenden Zeiten Frühgeborene schon ab der 23. Schwangerschaftswoche versorgen – aber entscheidend ist nicht nur, wie früh, sondern wie gut ihr Start ins Leben gelingt“, so Wald. In Wels werden Kinder ab „25 + 0 Schwangerschaftswochen“ betreut.

Eltern als Teil des Teams

Zentral in der modernen Frühgebo-

renversorgung ist die familienzentrierte Betreuung. Eltern werden von Beginn an aktiv eingebunden – noch vor der Geburt, sobald ein Risiko absehbar ist, durch pränatale Beratung und ein Kennenlernen der Station. „Wir sehen die Eltern als wichtigste Partner im Behandlungsteam“, betont Sarada Wagner, Early-Life-Care-Expertin und Stationsleiterin der Neonatologie und NIMCU am Klinikum. „Unsere Aufgabe ist, sie in ihrer Rolle zu stärken, Ängste abzubauen und Bindung zu fördern. Das hilft dem Kind und stabilisiert die Familie langfristig.“

Forschung, Vernetzung und Nachsorge

Zusätzlich setzt das Welser Neonatologie-Team auf wissenschaftliche Weiterentwicklung und internationale Zusammenarbeit. „Über Fachplattformen sind wir heute weltweit vernetzt – neue Erkenntnisse lassen sich rasch in den klinischen Alltag integrieren“, so Frühchen-Experte Wald. Auch nach der Entlassung begleitet das Klinikum Frühgeborene und ihre Familien, um Entwicklungsverläufe optimal zu unterstützen und mögliche Spätfolgen frühzeitig zu erkennen. ■

KLINIKUM-NEONATOLOGIE – Zahlen und Fakten

- pro Jahr: rd. 2.300 Geburten am Klinikum, rd. 1.500 Geburten umliegender Krankenhäuser zusätzlich betreut und rd. 30 Frühgeborene mit unter 1.500 g
- 14 Betten auf Neonatologie und NIMCU, eng eingebunden im Herzen des Eltern-Kind-Zentrums am Klinikum
- Schwerpunkte: Frühgeborenenmedizin, familienzentrierte Betreuung, interdisziplinäre Nachsorge

DREI FRAGEN ...

... an Sarada Wagner, Early-Life-Care-Expertin und Stationsleiterin der Neonatologie und NIMCU



1. Wodurch zeichnet sich das neonatologische Angebot am Klinikum aus?

Teile der Pflege- und Ärzteteams haben spezielle Schulungen zur entwicklungsfördernden und familienzentrierten Betreuung absolviert. Wir sind speziell ausgebildet, um Frühgeborene genau zu beobachten und ihre Sprache zu verstehen. Wir gehen individuell auf ihre Bedürfnisse ein, fördern ihre Stärken und schützen sie in ihrer Verletzlichkeit. Die enge interprofessionelle Zusammenarbeit unterstützt uns dabei im Sinne eines biopsychosozial spirituellen Ansatzes.

2. Wie kann man Angehörige am besten unterstützen?

Mütter können nach der Geburt auf der Neonatologie aufgenommen werden, um in der Nähe ihres Kindes zu sein. Die Eltern werden frühzeitig zum Kuscheln mit ihrem Kind motiviert. Haut-zu-Haut-Kontakt ist für die Bildung von Muttermilch und erfolgreiches Stillen wichtig, aber auch für die Eltern-Kind-Bindung. Frühgeborene reagieren, indem ihre Vitalparameter stabiler sind und sie die Nahrung besser vertragen. Das Einbinden in Pflegetätigkeiten und Visiten stärkt die Kompetenzen der Eltern. Auch der Inkubator kann unter Einhaltung von Hygienevorschriften individuell mit Zeichnungen von Geschwisterkindern, Kuscheltieren oder einer Spieluhr gestaltet werden. Das Vorlesen von Geschichten oder das Singen von Kinderliedern gibt das Gefühl von etwas Normalität im Krankenhaussetting.

3. Was bedeutet der Weltfrühchentag für Sie und Ihr Team?

Dieser besondere Tag soll auf die Kleinsten unserer Gesellschaft aufmerksam machen – auf die kleinen Heldinnen und Helden, die trotz ihres frühen Startes auf dieser Welt voller Leben sind. Dieser Tag soll zeigen, dass es kleine Schritte sind, die große Bedeutung für unsere Patientinnen und Patienten, ihre Familien und diese Welt haben.



Frühstart ins Leben – und doch beste Chancen dank moderner Neonatologie. Aktuelle Entwicklungen setzen auf weniger invasive Verabreichung von Surfactant* und zunehmend strengere Indikationen zur Entbindung von Frühgeborenen.

*körpereigene Substanz – ein Mangel bei Frühgeborenen kann zum lebensbedrohlichen Atemnotsyndrom führen

Ein Tag mit der NEONATOLOGIE

Willkommen auf der Neonatologie! Hier beginnt das Leben manchmal ein bisschen früher als geplant. Zwischen dem Piepsen der Monitore, sanften Handgriffen und liebevoller Betreuung zeigt sich, wie viel Fachwissen, Feingefühl und Teamarbeit nötig sind, um Frühgeborene und Neugeborene mit Unterstützungsbedarf auf ihrem Weg zu begleiten. Ein Blick hinter die Kulissen eines besonderen Tages auf der Neonatologie.

06:45 Uhr

ÜBERGABE AM STÜTZPUNKT

Gemeinsam mit der Stationsleitung startet das Pflegeteam in den Tag. Bei der großen Übergabe vom Nacht- auf den Tagdienst werden alle wichtigen Informationen zu den kleinen Patienten ausgetauscht. Anschließend erfolgt die individuelle Aufteilung – Kinder mit intensiverem Pflegebedarf erhalten eine 1:1-Betreuung durch eine Pflegekraft, stabilere Kinder werden zu zweit oder zu dritt betreut.



08:30 Uhr

PFLEGE MIT MAMA

Die Pflege der Kinder richtet sich nach ihrem individuellen Rhythmus – etwa alle drei Stunden wird Nahrung verabreicht, alle sechs Stunden eine „große Pflege“ durchgeführt. Dabei spielt die Einbindung der Eltern eine zentrale Rolle. Viele Mütter oder Väter sind im Begleiteternzimmer untergebracht und dürfen rund um die Uhr zu ihren Babys. Hautkontakt stärkt nicht nur die Bindung, sondern stabilisiert nachweislich Atmung und Herzfrequenz. Zusätzlich assistieren Pflegekräfte bei der medizinischen Versorgung, überwachen Zugänge, Drainagen und die Atmung. Etwas Besonderes ist das „Tagebuch für zu früh geborene Babys“: Mit kleinen Einträgen und Fotos dokumentieren die Pflegekräfte wichtige Meilensteine wie das erste Öffnen der Augen oder das Kuscheln mit Mama und Papa.



MIT DEM TRANSPORTINKUBATOR UNTERWEGS

Für Untersuchungen oder Verlegungen steht ein mobiler Hightech-Inkubator bereit. Unter der Begleitung eines Teams aus einem Kinderarzt mit Schwerpunkt Neonatologie und einer speziell geschulten Pflegekraft ermöglicht er sichere Transporte auch zwischen verschiedenen Kliniken – rund um die Uhr und bis zu zwei Stunden ohne externe Versorgung.



11:00 Uhr



MEDIKAMENTENVORBEREITUNG

Auch die präzise Vorbereitung von Medikamenten zählt zum Pflegealltag. Unter sterilen Bedingungen im Laminar Airflow werden Infusionen und parenterale Ernährung für die Station vorbereitet – ein konzentriertes Arbeiten, das oft mehrere Stunden dauern kann.

16:00 Uhr

14:00 Uhr

ERSTVERSORGUNG IM KREISSAAL

Wenn am Klinikum ein Baby zur Welt kommt und Unterstützung braucht, ist das Neonatologie-Team sofort zur Stelle. Nach dem Wärmen, Trocknen und Stimulieren des Kindes kontrolliert der Arzt unter Assistenz der spezialisierten Pflegekräfte Atmung und Herzfrequenz, macht Monitoring, Blutabnahme und legt Zugänge. Wichtig ist, dem Kind Zeit zu geben, um anzukommen. Bei sehr kleinen Frühgeborenen kommt die LI-SA-Methode zur Anwendung: Neben der Applikation von Surfactant, einem Medikament zur Lungenreifung, wird über eine Maske konstant ein leichter Luftdruck zugeführt, um die Atemwege zu unterstützen.



STECKBRIEF

Stefanie Steinhäusler, 24, DGKP

Da bin ich daheim: Gmunden

Meine Familie: meine zwei Schwestern, Eltern, Großeltern

Ausbildung: in Vöcklabruck, Praktikum am Klinikum

Im Klinikum seit: 2024

Privat ist mir wichtig: Natur, Berggehen, Tennis

An meiner Arbeit gefällt mir: dass Kinder, auch wenn sie mit Startschwierigkeiten ins Leben kommen, vieles schaffen und schließlich ohne unsere Unterstützung nach Hause gehen können. Wir sind ein Teil dieses Prozesses. Wir helfen alle zusammen, niemand ist alleine.

Nicole Mühlberger, 34, DGKP

Da komme ich her: Offenhausen

Meine Familie: mein Mann (ebenfalls am Klinikum, Augen-OP) und unsere zwei Kinder

Ausbildung: Linz, ehemalige Kinderklinik

Am Klinikum seit: 2018, zweimal in Karenz, aktuell in Teilzeit

Privat ist mir wichtig: eigene Bio-Landwirtschaft im Nebenerwerb, unsere Kinder, viel Natur

An meiner Arbeit gefällt mir: Wir arbeiten sehr selbstständig und haben viel Freude mit den Kindern. Wichtig ist mir der Zusammenhalt im gesamten Ärzte- und Pflegeteam sowie die gemeinsame Aufarbeitung auch schwieriger Situationen mit teils schlechtem Ausgang.

Das „Ordensspital“ spüren wir hier: Für Kinder in kritischen Situationen können wir eine Nottaufe anbieten. Immer wieder fragen Eltern nach Angeboten der Seelsorge. Zu Weihnachten und zu Ostern machen wir den Eltern kleine Geschenke.

Pilotprojekt:

KI-Assistenzsystem stärkt Sturzprophylaxe

Damit das Gesundheitssystem den wachsenden Anforderungen standhalten kann, braucht es smarte, zukunftsorientierte Lösungen. KI-basierte Assistenzsysteme leisten hier einen wichtigen Beitrag – sowohl zur Erhöhung der Patientensicherheit als auch zur gezielten Entlastung der Pflegekräfte.



Aufgrund von Schwäche, Schwindel oder Nebenwirkungen von Medikamenten: Vor allem ältere und desorientierte Menschen sind gefährdet, im Krankenhaus zu stürzen.

Auf der neurologischen Station B1 OG 5 wurde am Klinikum erstmals ein KI-gestütztes Assistenzsystem des österreichischen Herstellers cogvis implementiert. Die ersten Erfahrungen zeigen ein klares Potenzial für noch mehr Sicherheit im Stationsalltag.

Moderne Technologie für mehr Sicherheit

Das System arbeitet mit kontaktlosen Infrarot-Sensoren, die sämtliche Bewegungen im Raum erfassen. Die integrierte künstliche Intelligenz analysiert

diese Daten in Echtzeit, erkennt kritische Situationen binnen Sekunden und alarmiert das Pflegepersonal automatisch. Die Alarmparameter lassen sich flexibel und individuell an die Bedürfnisse der Station anpassen. Ein manueller Taster ermöglicht es, das System beim Betreten des Zimmers zuverlässig zu pausieren – ein wirksamer Schutz vor möglichen Fehlalarmen. „Für unser Team bedeutet das neue System eine zusätzliche Sicherheitsebene. Die schnelle, zuverlässige Alarmierung erleichtert den Alltag spürbar“, so Stationsleiterin Slavica Dubravac.

Vorteile gegenüber herkömmlichen Systemen

Während klassische Sturzprophylaxe-Systeme weiterhin breit eingesetzt werden, stoßen sie in komplexen Pflegesituationen zunehmend an ihre Grenzen. KI-basierte Lösungen punkten hier mit schnellerer Alarmierung, nicht manipulierbarer Sensorik, erweiterten Funktionen sowie der Möglichkeit, Gefahrensituationen retrospektiv besser nachzuvollziehen.

Unterstützung, keine Konkurrenz zur Pflege

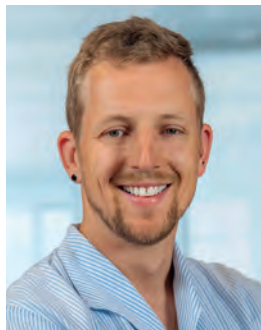
Trotz technologischer Innovation bleibt eine zentrale Botschaft im Vordergrund: Digitale Systeme können menschliche Zuwendung nicht ersetzen. „Vielmehr sollen sie Freiräume schaffen, die pflegerische Kernkompetenzen nachhaltig stärken“, sagt Diana Mair aus der Pflegedirektion. „KI-basierte Assistenzsysteme sollen unseren Mitarbeitenden wertvolle Zeit zurückgeben – Zeit für Gespräche, Nähe und individuelle Betreuung.“ Die ersten Ergebnisse bilden eine wichtige Grundlage für potenzielle weitere Einsatzbereiche am Klinikum. ■



Pflege

Neue Stationsleitungen

Hinter jeder starken Station steht eine starke Leitung. Die Stationsleitungen in mehreren Bereichen wurden neu besetzt. Die neuen Verantwortlichen im Überblick:



DGKP Paul Baumgartner,
Stationsleiter Dialyse



DGKP Mag. Susanne Angermayr,
Stationsleiterin ZNA



DGKP Birgit Obermair,
Stationsleiterin Orthopädie

Orange The World 2025

Ein sichtbares Zeichen – viel Arbeit steckt dahinter

125 Mitarbeitende des Klinikums Wels-Grieskirchen beteiligten sich heuer an der Fotoaktion „Wir ziehen eine orange Linie“. Für Elisabeth Leeb, Koordinatorin der Opferschutzgruppe, ist das ein starkes Zeichen – besonders in Zeiten hoher Arbeitsbelastung.

Für Leeb und ihr Team ist die Kampagne jedoch nur der sichtbare Teil einer Arbeit, die das ganze Jahr über stattfindet. Denn Gewalt macht nicht nur sichtbar krank – durch Verletzungen, Hämatome oder Frakturen –, sie hinterlässt auch seelische Spuren. „Wir erleben eine große Bandbreite: von körperlichen Verletzungen bis zur psychischen Erschöpfung durch ständige Angst.“

Die Opferschutzgruppe arbeitet auf vier Ebenen: Abläufe verbessern, Mitarbeitende sensibilisieren, Netzwerke stärken und Patientinnen direkt begleiten. Alle zugewiesenen Patientinnen werden aktiv kontaktiert – oft schon am nächs-



ten Werktag. Sicherheit, Beratung und Selbstbestimmung stehen dabei im Mittelpunkt.

Ein wichtiges Werkzeug ist die Gefährdungseinschätzung nach Campbell, mit deren Hilfe entschieden wird, welche Schritte notwendig und sinnvoll sind – vom Kontakt zum Frauenhaus bis zu Schutzmaßnahmen durch die Polizei.

Trotz des großen Engagements sieht Leeb auch Herausforderungen: „Viele Betroffene werden im Alltag noch nicht erkannt. Und Spurensicherung oder Beratung brauchen schlicht Zeit und Ressourcen.“ Ihre wichtigste Botschaft bleibt dennoch eine ermutigende: „Ein gewaltfreies Leben ist möglich. Und niemand muss diesen Weg allein gehen.“

Einsatzübung für den Ernstfall

Am Klinikum standen drei intensive Trainingstage im Zeichen der Ernstfall-Vorbereitung: Rauchentwicklung, kontrollierte Hektik und realistische Einsatzszenarien forderten von Feuerwehr und Personal höchste Aufmerksamkeit. Gemeinsam wurde im Medizinisch-Technischen Trainingszentrum (MTZ) die Evakuierung einer Intensivstation trainiert.

Ziel war die sichere Verlegung von Patientinnen und Patienten unter möglichst realistischen Bedingungen.

Kommunikation als Schlüssel

Im Fokus standen optimierte Abläufe und klare Schnittstellen zwischen medizinischem Personal und Einsatzleitung, um wichtige Informationen wie Beatmungstatus schnell weiterzugeben.

Orientierung und Ausstattung

Die Übung zeigte die Bedeutung aktueller Lagepläne, gut markierter Fluchtwege und verfügbarer Rauchschutzhauben.

Technische Grundlage

„Eine stabile technische Infrastruktur –



von Brandmeldeanlage bis Notstrom – ermöglichte den reibungslosen Ablauf“, betont Stefan Stadlhuber, Leiter Technisches Betriebsmanagement.



Unter realen Bedingungen im MTZ: Ziel der Übungen war, im Ernstfall Sicherheit, Routine und reibungslose Zusammenarbeit zu gewährleisten.

Fortlaufende Zusammenarbeit

„Feuerwehr und Klinikum wollen die Übungen fortsetzen, um das hohe Sicherheitsniveau weiter zu verbessern“, so Gernot Lettner, Leiter des MTZ.

Brandschutzübung

60 Minuten für die Sicherheit



Brandschutz in Aktion: Brandschutzbeauftragter Manfred Schwarz zeigt, wie jede und jeder im Ernstfall schnell und sicher reagieren kann – Übungsfeuer inklusive.

Schon kleine Auslöser wie ein Zigarettenstummel oder ein defektes Kabel können im Klinikum gefährlich werden. Daher gibt es alle zwei Jahre eine praktische Löschübung für alle Mitarbeitenden.

In Schulungen und Praxisübungen lernen mehr als 4.300 Beschäftigte das richtige Verhalten im Notfall, das Erkennen potenzieller Gefahrenquellen sowie die Handhabung verschiedener Feuerlöcher. Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer hat die Gelegenheit, mit einem Feuerlöscher ein Übungsfeuer zu löschen. „Wenn die Flammen plötzlich hochschlagen, bleibt keine Zeit zum Nachdenken – dann zählt nur Routine. Genau deshalb üben wir. Wer einmal selbst gelöscht hat, vergisst das nie“, erklärt Manfred Schwarz, Brandschutzbeauftragter des Klinikums.

Erfahrung für ein sinnstiftendes Umfeld

Seit September 2025 leitet Sabine Alber die Personalentwicklung im Klinikum. Zuvor war sie viele Jahre in internationalen Industriebetrieben tätig und verantwortete dort Personal- und Organisationsentwicklung sowie die Lehrlingsausbildung.

Mit dem Wechsel ins Gesundheitswesen erfüllt sie sich den Wunsch, ihre Erfahrung in einem besonders sinnstiftenden Umfeld einzusetzen.



„Ich sehe meine Rolle darin, Brücken zu bauen – zwischen Menschen, Themen und Strukturen“, beschreibt Alber ihren Ansatz. Seit ihrem Einstieg erlebt sie das Klinikum als offenen und herzlichen Arbeitsplatz, geprägt von Authentizität, einem starken geistigen Fundament und gelebtem Miteinander – spürbar im Austausch mit Kolleginnen und Kollegen ebenso wie im Kontakt mit den Ordensschwestern.

In der Personalentwicklung führt Sabine Alber ein siebenköpfiges Team und verantwortet interne und externe Fortbildungen, das Medizinische Trainingszentrum (MTZ), das Einweisungsmanagement, professionelle Entwicklungsformate und die betriebliche Gesundheitsförderung.

Aktuell liegt ihr Fokus auf der Optimierung von Prozessen, der Weiterentwicklung bedarfsorientierter Angebote und der Evaluierung bestehender Maßnahmen. Deshalb widmet sich das PE-Team derzeit unter anderem der Überarbeitung der Einführungstage und der Führungswelt.

Ihre Erfahrungen aus der Industrie sieht Alber als klare Stärke: Menschen vernetzen, Prozesse strukturieren, effizient planen und Führungsinstrumente wirksam einsetzen – diese Kompetenzen fließen gezielt in die Weiterentwicklung des Klinikums ein. Für die kommenden Jahre setzt sie auf zielgruppenspezifische Angebote und Programme, die Mitarbeitende nachhaltig unterstützen, Orientierung schaffen und Entwicklung ermöglichen. ■



MAG. SABINE ALBER

Mein Arbeitstag gelingt durch ... mein großartiges Team, klare Aufgaben, meine Familie, die mich unterstützt.

Mein Motto ... „Ein Tag ohne Lächeln ist ein verlorener Tag.“ – Charlie Chaplin

Mein Ausgleich ... Qualitätszeit mit der Familie, Freunden und Bewegung in der Natur.

Erleichtert Orientierung im Klinikum

Neues elektronisches Leitsystem



Das Klinikum erweitert sein Orientierungskonzept um ein elektronisches Leitsystem. Drei Terminals sind in Betrieb – am Kirchenplatz, bei der Pforte und beim Übergang zur Psychiatrie. Die Touchdisplays ermöglichen eine intuitive Suche und informieren über Abteilungen, Besucherregelungen, Services sowie aktuelle Veranstaltungen.

Nächste Entwicklungsschritte

Geplant sind unter anderem: barrierefreie Bedienung für Rollstuhlfahrerinnen und -fahrer, verfeinerte Suchlogik für noch präzisere Ergebnisse sowie visuelle Animationen zur Bewerbung des interaktiven Leitsystems.

Zusätzlich ergänzen QR-Codes an Liften und in Gängen die analogen Wegweiser. Sie führen zur mobilen Version des Leitsystems und zeigen den Weg vom aktuellen Standort zum Ziel.

So entsteht ein modernes, nutzerfreundliches Orientierungssystem für das gesamte Klinikum.



„Unser Ziel ist klare Orientierung für alle – digital, barrierefrei und leicht verständlich.“

Theresa Lattner, Projektverantwortliche



Masterplan 2035 plus:

Auf Kurs in die Zukunft

Der Masterplan 2035 plus gibt Antworten – Schritt für Schritt und mit Blick auf die Zukunft. Bis Herbst 2025 entstand gemeinsam mit SOLVE Consulting ein langfristiges Konzept, das auf Nutzergesprächen und fundierten Analysen beruht und die Anforderungen von heute bis über 2035 hinaus berücksichtigt.

„Mit dem Masterplan 2035 plus gestalten wir die Zukunft unserer Standorte aktiv mit.“

Klara Hauzeneder, Projektkoordinatorin



Projektkoordinatorin Klara Hauzeneder betont: „Der Masterplan soll helfen, Ressourcen optimal zu nutzen und neue Bedarfe gezielt zu decken.“ Beispielhaft nennt das Konzept die Erweiterung der Inneren Medizin II sowie die Optimierung des Herzkatheterlabors in Abstimmung mit der interventionellen Radiologie. Ein Lenkungsausschuss begleitet das Projekt, um frühzeitig auf künftige Anforderungen zu reagieren.

Variantenkonzept und Zubau Zentral-OP

Das Konzept liegt in mehreren Varianten vor; eine bevorzugte wird derzeit um den Z-OP-Zubau ergänzt. Bis Jänner 2026 soll dieser integriert sein. In die Überlegungen miteinbezogen sind die Unfall-OPs, um Ambulanzflächen im Hochparterre erweitern zu können.

Hubschrauberlandeplatz

Da der Heliport in den nächsten Jahren saniert werden müsste, wird eine Verlegung geprüft, um die schnelle Patientenversorgung langfristig zu sichern.

Vom Konzept zur Entscheidung

Alle Maßnahmen werden in einem Dokument für das Land OÖ gebündelt, das über Umsetzung und Finanzierung entscheidet. Projektleiter Manuel Ortner: „Wir sichern die Zukunft unserer Standorte – zum Vorteil für Mitarbeitende und Patientinnen und Patienten.“

Das Klinikum dankt allen Mitarbeiterinnen, Mitarbeitern und beteiligten Partnern für ihre Unterstützung im Masterplan 2035 plus. Ihr Beitrag ist entscheidend für die erfolgreiche Weiterentwicklung der baulichen Infrastruktur.

Gesicherte Qualität

ISO-Zertifizierung erfolgreich abgeschlossen



Auch das Institut für Physikalische Medizin und Allgemeine Rehabilitation wurde heuer erstzertifiziert – die Urkunde wurde von Seiten der Geschäftsführung und der Pflegedirektion überreicht.

Am 23. Oktober fand im Rahmen des halbjährlichen Klinikum-internen Qualitätszirkels die Verleihung der Zertifikate für die erfolgreiche ISO-9001:2015-Zertifizierung statt. Das Zertifikat bestätigt die hohe Qualität der Leistungen des Klinikums und das gemeinsame Engagement der gesamten Belegschaft für sichere, effiziente und patientenorientierte Prozesse. Erstzertifiziert wurden unter großartigem Einsatz aller Beteiligten und höchster Sorgfalt folgende Bereiche: Abteilung für Hals-, Nasen und Ohrenkrankheiten, Fachschwerpunkt für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie, Abteilung für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Institut für Physikalische Medizin, Institut für Chemische und Medizinische Labordiagnostik (Eingliederung ins hausweite Qualitätsmanagementsystem), Tagesklinisches Zentrum, Technisches Betriebsmanagement sowie die Klinikum-Seelsorge. „Mit der erfolgreichen Erstzertifizierung vieler Bereiche rücken wir einen entscheidenden Schritt näher in Richtung Gesamtzertifizierung. Ein starkes Qualitätsmanagement sichert die hohe Versorgung unserer Patientinnen und Patienten“, so die Projektleitungen Andrea Jetzinger und Karin Kimpflinger.

Sorgfältige Planung und Qualitätssicherung: Projektleiterinnen Andrea Jetzinger und Karin Kimpflinger bringen das Klinikum einen Schritt näher zur Gesamtzertifizierung.



Expertise in Diagnostik und Therapie bestätigt

Kontinenz- und Beckenboden- zentrum erneut zertifiziert

Mit November 2025 wurde das Kontinenz- und Beckenbodenzentrum am Klinikum erfolgreich durch Quality Austria rezertifiziert. Damit trägt die Einheit weitere drei Jahre das Gütesiegel „Zertifiziertes Kontinenz- und Beckenbodenzentrum der MKÖ“.

Das interdisziplinäre Zentrum vereint Fachbereiche wie Gynäkologie, Urologie, Allgemeinchirurgie, Physikalische Medizin, Psychosomatik für Erwachsene, Radiologie und Innere Medizin I unter einem Dach. Unter der Leitung von Oberärztin Martina Strobl, Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, zeichnet sich das Zentrum durch fundierte Expertise und umfangreiche Erfahrung in der Diagnostik und Therapie von Harn- und Stuhlinkontinenz sowie Erkrankungen des Beckenbodens aus.



„Die erfolgreiche Rezertifizierung bestätigt die hervorragende Arbeit unseres interdisziplinären Teams.

Sie unterstreicht unsere Verpflichtung zu höchster Qualität in Diagnostik und Therapie für Patientinnen und Patienten“, sagt Koordinatorin Simone Striegl aus der Abteilung für Qualitäts- und Risikomanagement, Organisationsentwicklung – sie hat die Rezertifizierung begleitet.



Auf geht's in die Skisaison! Bei kleineren Stürzen kommt es schnell zu Prellungen und Stauchungen. Bei Schmerzen greift man im Klinikum nun auch auf pflanzliche Linderung zurück.

Nachhaltigkeit in der Apotheke

Pflanzliche Schmerz- und Entzündungssalben

Die Klinikum-Apotheke setzt einen wichtigen Schritt für mehr Nachhaltigkeit: Ab sofort werden pflanzliche Alternativen zu lokal angewendetem Diclofenac eingeführt. Die neuen Salben behandeln Prellungen, Verstauchungen sowie Muskel- und Gelenkschmerzen – und entlasten zugleich die Umwelt.

Herkömmliche äußerlich aufgetragene Arzneimittel wie Diclofenac gelangen beim Duschen oder Händewaschen ins Abwasser und damit in den gesamten Wasserkreislauf. Dort können Rückstände die in Gewässern lebenden Organismen beeinträchtigen und durch die Nahrungskette auch langfristige ökologische Folgen haben. Gesetzlich vorgeschriebene Kläranlagenverfahren können diese Ökotoxizität nur teilweise beseitigen.

Im Klinikum stehen nun auch Alternativen in Form von pflanzlichen Schmerz-

und Entzündungssalben zur Verfügung. „Bei der Arzneimittelauswahl steht die medizinisch-pharmakologische Evidenz an erster Stelle. Dennoch können und sollten auch Umweltaspekte berücksichtigt werden – etwa, wie sich Arzneistoffe, ihre Abbauprodukte oder Metaboliten in der Umwelt verhalten. Dadurch leisten wir einen Beitrag zu einer nachhaltigeren Arzneimittelversorgung, ohne die Patientensicherheit aus den Augen zu verlieren“, so Klinikum-Apothekenleiter Georg Länger.

Die Umstellung auf die umweltfreundli-



Mag. pharm. Georg
Länger, Leitung
Klinikum-Apotheke



Markus Stangl,
Klinikum-Nachhaltigkeitsmanager

chen Produkte soll mit dem Jahreswechsel 2025/2026 abgeschlossen sein. Je nach Indikation werden die Salben individuell eingesetzt. „Mit den neuen, überwiegend oder vollständig pflanzlichen Salben leistet die Apotheke einen gezielten Beitrag zur Nachhaltigkeit“, sagt Nachhaltigkeitsmanager Markus Stangl.

Gemeinsam die (Informations-) Sicherheit stärken

Cyberangriffe machen auch vor dem Gesundheitswesen nicht halt. Das Klinikum steht täglich im Fokus von Angriffen, bei denen durch gefälschte E-Mails versucht wird, Zugriff auf vertrauliche Daten oder IT-Systeme zu erlangen.



Alle versendeten Nachrichten waren ungefährlich – es wurden keine echten Daten erhoben oder Systeme gefährdet. Insgesamt wurden knapp 4.000 simulierte Phishing-E-Mails versendet. Im Mittelpunkt stand, verdächtige Merkmale von Phishing-Mails frühzeitig zu erkennen und richtig darauf zu reagieren. Die überwiegende Mehrheit (rund 95 Prozent) der Empfänger hat die Situation korrekt erkannt und keine Daten preisgegeben. Viele haben das E-Mail auch bei der IT bzw. beim Servicedesk gemeldet.

Phishing erkennen – darauf kommt es an
Phishing-Mails lassen sich häufig an kleinen, aber entscheidenden Details erkennen:

- ungewöhnliche oder externe Absenderadressen (oft mit dem Hinweis „EXTERN“ im Betreff)
- auffällige Dringlichkeit, z. B. Formulierungen wie „Bitte sofort handeln“
- Links zu unbekannten Webseiten

(mit der Maus darüberfahren, um die tatsächliche Adresse zu prüfen)

- angedrohte negative Konsequenzen, etwa „Ihr Konto wird deaktiviert“

Was tun, wenn eine Phishing-Mail im Postfach ist?

Bei verdächtigen E-Mails gilt: lieber einmal öfter nachfragen als ein Risiko eingehen. Besonders wichtig ist die sofortige Meldung an den Servicedesk, falls bereits auf einen Link geklickt oder Daten eingegeben wurden – nur so können geeignete Gegenmaßnahmen schnell eingeleitet werden.

Klinikum-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter aufgepasst!

Meldungen sind rund um die Uhr möglich:

Telefon: DW 64900 oder DW 5550
E-Mail: servicedesk@x-tention.at oder secure@klinikum-weg.at

Jede Meldung wird vertraulich behandelt

und leistet einen wertvollen Beitrag zur Sicherheit des gesamten Klinikums.



„Phishing-Mails werden immer ausgefeilter und schwerer zu erkennen. Darauf müssen wir uns konsequent vorbereiten.“

Sebastian Putz, IT-Consultant

Familienfreundlichkeit, Lehrbetrieb, Recruiting

Das Klinikum als Arbeitgeber mehrfach ausgezeichnet

Auszeichnungen machen Qualität und Engagement sichtbar. Das Klinikum beweist aktuell besonders eindrucksvoll, was „ausgezeichnet“ im besten Sinne bedeutet: in der Lehrlingsausbildung, im Recruiting sowie in der Vereinbarkeit von Beruf und Familie.

Ausgezeichnete Vereinbarkeit von Beruf und Familie

Das Klinikum wurde 2025 erneut als familienfreundlicher Arbeitgeber mit dem staatlichen Gütezeichen prämiert – verliehen durch Familienministerin Claudia Plakolm. Die Rezertifizierung bestätigt den konsequenten Ausbau familienorientierter Maßnahmen seit 2016: Betriebskindergarten, Krabbelstube, flexible Kinderbetreuung, Sommerkinderbetreuung, Kinder-Uni, Erste-Hilfe-Kurse für Kinder und Eltern, ein Babypaket für frischgebackene Eltern in der Belegschaft und vieles mehr. „Familienfreundlichkeit ist für uns kein Zusatzangebot, sondern Teil unseres Selbstverständnisses“, so Bernhard Stachel, Klinikum-Personalleiter. Für die nächsten drei Jahre entstehen neue Angebote – darunter Beratungssprechstunden, Unterstützung pflegender Angehöriger und erweiterte Kooperationen mit Kinderbetreuungseinrichtungen. „Unsere Mitarbeitenden haben unterschiedliche Lebensrealitäten. Wir unterstützen sie gezielt – gerade in fordernden Phasen“, betont Tanja Spitzbart, HR-Managerin und stv. Leiterin des Personalmanagements.



Das Klinikum erfolgreich als familienfreundlicher Arbeitgeber rezertifiziert: Klinikum-Personalleiter Mag. Bernhard Stachel, HR-Managerin Mag. Tanja Spitzbart, und Familienministerin Claudia Plakolm (v. l. n. r.)

Ausgezeichneter Lehrbetrieb

Am 4. November nahm das Klinikum den INEO-Award 2025 der WKO Oberösterreich entgegen – das Gütesiegel für innovative und engagierte Lehrlingsausbildung. Die Lehrlingsarbeit stärkt junge Menschen fachlich und persönlich und eröffnet berufliche Perspektiven. „Unsere Lehrlinge sind die Fachkräfte der Zukunft. Wir begleiten sie nicht nur in der Ausbildung, sondern ein Stück ihres Lebensweges“, sagt Klinikum-Lehrlingsbeauftragte Anna Donleitner. „Dass wir ausgezeichnet wurden, ist Bestätigung und Ansporn zugleich.“

Ausgezeichnetes Recruiting

Nur eine Woche später folgte das silberne Best-Recruiters-Siegel 2025/26: Platz 3 in der Kategorie „Krankenhäuser / (teil-)stationäre Einrichtungen“, Platz 51 im österreichweiten Gesamtranking. „Transparenz, Wertschätzung und ech-



Recruiterin Sabina Stöttinger und HR-Managerin Martina Forst freuen sich über die Top-Platzierung für das Klinikum als einer der „Best Recruiters“ Österreichs.



V. l. n. r.: WKOO-Vizepräsident Leo Jindrak überreichte den INEO-Award 2025 für innovative und engagierte Lehrlingsausbildung an Klinikum-Lehrlingsbeauftragte Anna Donleitner und Klinikum-Personalchef Mag. Bernhard Stachel.

te Einblicke sind für uns die Basis guter Personalarbeit. Wir freuen uns, dass dieser Anspruch sichtbar wird“, sagt Recruiting, Sabina Stöttinger. Die Auszeichnung steht für den Erfolg in modernem Recruiting, das Bewerberinnen und Bewerber rasch erreicht und professionell begleitet – ein zentraler Faktor angesichts des Fachkräftemangels.

Gemütlicher Ausklang mit Winterstimmung

Punschstand 2025



Der Punschstand vor dem Campus Gesundheit bot am 25. November eine willkommene Pause vom Ausbildungs- und Arbeitsalltag. Studierende, Auszubildende und Mitarbeitende aus verschiedenen Bereichen kamen bei Punsch – mit oder ohne Alkohol – ins Gespräch und wärmten sich am offenen Ausschank. Leichter Schneefall sorgte für die perfekte winterliche Kulisse. Für das leibliche Wohl sorgten die Klinikum-Küche und viele Helferinnen und Helfer mit kostenlosen Leberkäsesemmeln und Ofenkartoffeln. Auch am Klinikum-Standort Grieskirchen fand am 2. Dezember ein Punschstand statt. Alle Spenden gehen an die Lebenshilfe OÖ Werkstätte Freistadt – herzlichen Dank!

Eine Berufsgruppe von mehr als 100

Die Biomedizinische Analytik

Biomedizinische Analytikerinnen und Analytiker (BMA) führen Laboruntersuchungen an Blut, Gewebe und anderen Körperproben durch und wenden dabei klinisch-chemische, hämatologische, mikrobiologische oder molekularbiologische Verfahren an. Sie betreiben Funktionsdiagnostik, sichern Qualität und dokumentieren Befunde sorgfältig. Ihre Ergebnisse sind entscheidend für Diagnosen, Therapien und Forschungsprojekte. Im Krankenhaus arbeiten sie eng mit Medizin, Pflege und anderen Laborbereichen zusammen. In der Ausbildung vermittelt das FH-Bachelorstudium theoretisches Wissen und praxisnahe Laborerfahrung.



Interesse an einer Tätigkeit im Klinikum?
Mehr Infos auf unserer Jobbörse!



Pension denken - Zukunft planen

Wer früh an morgen denkt, schafft sich Freiheit, Sicherheit und ein gutes Gefühl.

Sich früh mit dem Thema auseinanderzusetzen, heißt, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und Perspektiven zu schaffen. Mit dem richtigen Wissen und der passenden Vorbereitung legen Sie schon heute den Grundstein für die Pension.

In der Abteilung Personalmanagement und beim Betriebsrat gehen laufend Anfragen rund um das Thema Pension ein. Unser Ziel ist es, Orientierung zu geben und hilfreiche Informationen rund um das Thema Altersvorsorge bereitzustellen – denn nur wer gut informiert ist, kann auch gut planen.

Für Klinikum-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter

Aktuelles zum Thema Pension

Sich früh mit der Zukunft auseinanderzusetzen, heißt, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und Perspektiven zu schaffen. Im neuen Infoblatt „Pension denken, Zukunft planen“ gibt das Klinikum Tipps und Hintergrundwissen. Erhältlich in der Servicestelle.

Herbstrückblick

Klinikum als Arbeitgeber im Blickfeld

Der Herbst stand ganz im Zeichen zahlreicher Veranstaltungen, bei denen das Klinikum seine Rolle als attraktiver Arbeitgeber eindrucksvoll sichtbar machte. Ob Ausbildung, Studium, Berufseinstieg oder ärztliche Laufbahn – überall dort, wo junge Talente Orientierung suchten, waren engagierte Vertreterinnen und Vertreter des Hauses persönlich vor Ort.



Begrüßung der neuen Studierenden der Gesundheits- und Krankenpflege am Campus Gesundheit



auf der KPJ-Messe in Innsbruck

Mit über hundert Berufsgruppen zählt das Klinikum zu den größten und vielfältigsten Arbeitgebern der Region. Dieses breite Spektrum zu zeigen und Menschen für die unterschiedlichen Berufsfelder zu begeistern, war der zentrale Fokus der Aktivitäten.

Von der großen Messe „Jugend und Beruf“ Anfang Oktober über die ärztliche Jobmesse in Graz bis hin zu regionalen Berufsinfotagen und Kooperationsformaten wie „HAK trifft Wirtschaft“: Überall bot sich die Gelegenheit, Einblicke zu vermitteln, Fragen zu beantworten und junge Menschen für eine Zukunft im Gesundheitswesen zu inspirieren. Ein besonderer Höhepunkt war die KPJ-Messe in Innsbruck, bei der sich zahlreiche Studierende über Ausbildungsmöglichkeiten und Praxiswege im medizinischen Bereich informierten.

Parallel dazu wurden neue Studierende und Auszubildende am Campus Gesundheit willkommen geheißen. Jede Begegnung zeigte eindrucksvoll: Das Klinikum steht für Vielfalt, Zusammenhalt und professionelle Weiterentwicklung.



Das Klinikum präsentiert sich mit seiner Vielzahl an Jobs und Ausbildungen.



Berufsinfotag Grieskirchen



„HAK meets Wirtschaft“ Teil 1



Danke an alle Beteiligten für die großartige Unterstützung!



auf der Messe „Jugend und Beruf“



„HAK meets Wirtschaft“ Teil 2

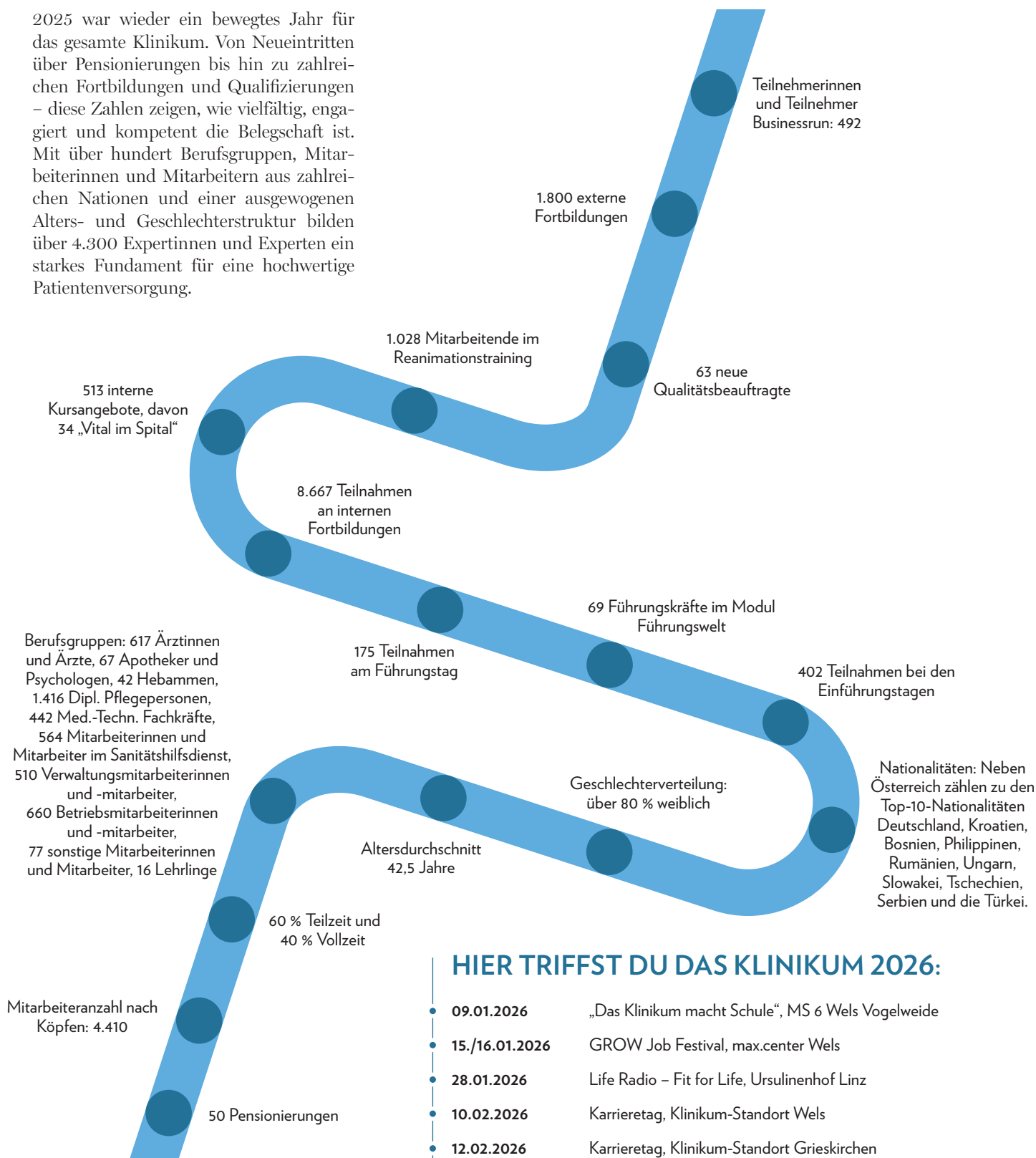


beim Karrieretag für Medizinstudenten in Graz

Zahlen und Fakten

Das Klinikum-Personal 2025*

2025 war wieder ein bewegtes Jahr für das gesamte Klinikum. Von Neueintritten über Pensionierungen bis hin zu zahlreichen Fortbildungen und Qualifizierungen – diese Zahlen zeigen, wie vielfältig, engagiert und kompetent die Belegschaft ist. Mit über hundert Berufsgruppen, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus zahlreichen Nationen und einer ausgewogenen Alters- und Geschlechterstruktur bilden über 4.300 Expertinnen und Experten ein starkes Fundament für eine hochwertige Patientenversorgung.



HIER TRIFFST DU DAS KLINIKUM 2026:

- **09.01.2026** „Das Klinikum macht Schule“, MS 6 Wels Vogelweide
- **15./16.01.2026** GROW Job Festival, max.center Wels
- **28.01.2026** Life Radio – Fit for Life, Ursulinenhof Linz
- **10.02.2026** Karrieretag, Klinikum-Standort Wels
- **12.02.2026** Karrieretag, Klinikum-Standort Grieskirchen
- **13.02.2026** „Das Klinikum macht Schule“, Stiftsgymnasium Kremsmünster

*Kennzahlen erhoben im Zeitraum 01.01. bis 31.10.2025

Vorreiter in der Pflegeausbildung

Nursing Training Unit (NTU) gestartet



Es ist früher Vormittag auf der Station der I. Internen 5B2. Die Türen öffnen sich und Studierende im fünften Semester übernehmen zum ersten Mal selbst die Verantwortung für Patientinnen und Patienten. Mitten im echten Klinikum-Alltag, beginnt die besondere Lernreise der Nursing Training Unit (NTU).

Am 15. September startete erstmals in Wels die Nursing Training Unit (NTU), ein Kooperationsprojekt von FH Gesundheitsberufe OÖ und Klinikum Wels-Grieskirchen: eine Lernstation, auf welcher Studierende im 5. Semester in Begleitung erfahrener Pflegepersonen bei einer Gruppe von acht bis zwölf Patientinnen und Patienten den gesamten Versorgungsprozess übernehmen.

Auf der Inneren Medizin I, der Orthopädie sowie der Akutgeriatrie setzen Studierende im Rahmen ihres Praktikums im letzten Studienjahr des Bachelorstudiengangs Gesundheits- und Krankenpflege theoretisches Wissen gezielt in die Praxis um.

Ziel ist die Förderung der Handlungs- und Entscheidungskompetenz der Studierenden. Durch eigenständiges Arbeiten im Team erweitern sie ihre



„Die Zeit auf der Lernstation brachte große Verantwortung mit sich, bot jedoch zugleich einen wichtigen Einblick und ideale Vorbereitung auf den späteren Berufsalltag.“

Beate Bayta studiert Gesundheits- und Krankenpflege und ist Teilnehmerin der NTU der I. Internen 5B2

fachlichen, sozialen und organisatorischen Fähigkeiten und übernehmen Verantwortung für pflegerische Entscheidungen. In diesem realistischen Lernumfeld werden Pflegeprozesse geplant, umgesetzt, dokumentiert und evaluiert.

Dabei stehen nicht nur fachliche Kompetenzen im Fokus, sondern auch Eigenverantwortung, Delegationsfähigkeit, Selbstsicherheit und Motivation. So werden die Studierenden praxisnah und kompetenzorientiert auf den Berufseinstieg vorbereitet.

Innovatives Konzept mit internationalem Vorbild

Lernstationen wie die NTU sind national und international etablierte Ausbildungsmodelle. Erfahrungen aus vergleichbaren Projekten zeigen: Der Lerngewinn für die Studierenden ist enorm, die Patientenversorgung bleibt qualitativ hochwertig. Durch die enge Zusammenarbeit in interprofessionellen Teams – mit Ärztinnen und Ärzten, Therapeutinnen und Therapeuten sowie erfahrenen Pflegepersonen – entsteht ein Lernumfeld, das Verständnis, Kommunikation und Zusammenarbeit über Berufsgrenzen hinweg stärkt.

Teamarbeit und Begleitung

Während der gesamten NTU werden die Studierenden von diplomierten Gesundheits- und Krankenpflegepersonen (DGKP) eng begleitet. Auch andere Berufsgruppen – darunter Ärztinnen und Ärzte sowie Therapeutinnen und Therapeuten – sind in den Ablauf eingebunden, um einen kontinuierlichen interprofessionellen Austausch sicherzustellen.

STRUKTURIERTE AUSBILDUNG IN DREI PHASEN:

Eine Schulungswoche und eine zweiwöchige intensive Einarbeitung sowie Begleitung durch erfahrene Pflegepersonen bereitet die Studierenden auf ihre Aufgaben vor.

Kernphase: In dieser Zeit übernehmen die Studierenden selbstständig die vollständige pflegerische Verantwortung – von der Aufnahme bis zur Entlassung – und gestalten den gesamten Pflegeprozess eigenständig.

Evaluation und Reflexion: Abschließend erfolgt eine strukturierte Feedback- und Reflexionsphase, in der Erfahrungen ausgetauscht und Verbesserungspotenziale identifiziert werden. ■



„Der Zusammenhalt im NTU-Team war super! Ich habe Selbstvertrauen entwickelt, besonders im Notfallmanagement und im interprofessionellen Team: Kommunikation auf Augenhöhe.“

Christina Huemer, Studierende, NTU AGR G4

Gesundheits- und Krankenpflege berufsbegleitend studieren

Am neuen Campus Gesundheit am Klinikum startet im Februar 2026 die berufsbegleitende Variante des Bachelorstudiums Gesundheits- und Krankenpflege (GuK). Mit einer Studiendauer von acht statt sechs Semestern und einer reduzierten Arbeitsbelastung pro Semester können Studierende Berufstätigkeit und Studium besser vereinbaren. Lehrveranstaltungen finden geblockt und teils online statt. Ein Pflegestipendium ist möglich, 30 Studienplätze sind für den Studienstart 23. Februar 2026 verfügbar.




JETZT BEWERBEN!

Gesundheits- und Krankenpflege
Vollzeit, verlängert berufsbegleitend und
Upgrade Pflegefachassistent
noch bis 29.12. bewerben für das
Sommersemester!

Interprofessioneller Masterlehrgang:
Advanced Health Professional
Der interprofessionelle Masterlehrgang der FH Gesundheitsberufe OÖ bereitet auf die Beratung und Begleitung von Menschen mit komplexen Gesundheitsproblemen vor. Das Studium vermittelt praxisorientierte Forschungskompetenzen und Qualifikationen zur fachlichen Beratung von Gesundheitsberufen. Angeboten werden das Masterstudium (4 Semester) und der Hochschullehrgang (2 Semester). Bewerbungen sind ab Jänner 2026 online möglich.

Einblicke und alle Details zu den Angeboten beim Infotag am 23. Jänner 2026!



Angesteckt: Das Licht wandert von Mensch zu Mensch und erhellt die Dunkelheit.

Schenkt Gedanken des Friedens.
nach Jeremia 29,11

angezündet – entflammt – erhellt

angezündet

In meinem Elternhaus gibt es einen Kachelofen. Es dauert, bis das Holz Feuer fängt. Manchmal braucht es ein zweites oder drittes Streichholz, bis es wirklich zu brennen beginnt. Die wohlige Wärme im Winter begeistert mich bis heute und lässt viel Geborgenheit, Wärme und inneren Frieden entstehen. Ich wünsche mir, dass man sich vom Frieden auch so leicht anzünden lassen kann.

entflammt

Eine besondere Flamme gibt es bei den Olympischen Winterspielen. Eine „neue Flamme“ kann in einer guten, tragfähigen Beziehung enden. Zu Weihnachten wird das Friedenslicht in Österreich und darüber hinaus gerne in den Haushalten entzündet. Das Flammenlicht bringt zum Ausdruck, wie groß die menschliche Sehnsucht nach Frieden ist. Friede im eigenen Haus, Friede am Arbeitsplatz, Friede zwischen den Religionen, Friede im eigenen Staat ist erwünscht. Jeder Mensch soll Frieden erleben, so die Bitte der Menschen.

erhellt

Ich wünsche mir, dass Friedensgedanken in mir, um mich herum, in meiner Stadt, in meinem Staat, auf meinem Kontinent und in der ganzen Welt sich ausbreiten. So wie eine Kerze einen Raum hell erleuchten kann, möge der Frieden erhellend sein. Das



„Manchmal braucht es mehr als ein Streichholz, um das Feuer zu entfachen.“

Mag. Sr. Ruth Summer, Klinikseelsorge

hebräische Wort Schalom bedeutet Frieden. Das bedeutet Ganzheit, Vollständigkeit, Wohlbefinden und Wiederherstellung. Das biblische Schalom meint Versöhnung mit mir selbst, mit anderen Menschen und mit Gott. In diesem Sinne: Schenkt Gedanken des Friedens, welch großer Auftrag da in der Bibel steckt. ■

Man beginnt nicht plötzlich, gut zu sein

... die erste Tat des Guten ist der Anfang aller weiteren.“ Ich weiß nicht, welche Hintergründe Friedrich Nietzsche hatte, als er diesen Ausspruch tat. Viele Gründe oder Erfahrungen könnten es sein! Der Interpretationsspielraum ist relativ groß: Ich könnte den Satz moralisch, religiös, spirituell, sozial, politisch oder wie auch immer auslegen.

Mein Zugang ist aber ein anderer: Gerade im Blick auf einen verantworteten Lebensstil – auch gegenüber selbst – sehe ich diesen Ausspruch Nietzsches als hilfreich, um mich aufzuraffen und mein Leben (oder manches davon) neu zu ordnen. Es wäre doch wunderbar, mich einmal ehrlich zu fragen, ob meine Versuche, mich gesünder zu ernähren, mehr Bewegung in meinen Alltag einzubauen, meine Beziehungskultur zu überprüfen, regelmäßige Gesundheitschecks zu planen usw., als Strohfeuer angelegt wurden oder als Dauerbrenner!?

Damit meine ich, dass es wichtig ist, wie ich die Rahmenbedingungen für eine Änderung in meinem Leben anlege – gut überlegt und in kleinen, sicheren Schritten oder überfordernd, alles auf einmal ändern wollend. Und so von Beginn an zum Scheitern verurteilt.

Eine gute Tat, ein Änderungsschritt – auch wenn es für mich selbst ist – braucht eine gute Vorbereitung, damit die Durchführung gelingt und so Lust auf mehr entsteht. ■

Der erste Schritt in die richtige Richtung ist der erste Schritt:
Täglich zehn Minuten Zeit, um die Seele baumeln zu lassen, werten die eigene Gesundheit auf.



„Eine gute Tat, ein Änderungsschritt – auch, wenn er für mich selbst ist – braucht eine gute Vorbereitung.“

Sr. Teresa Hametner, Generalvikarin, Franziskanerinnen von Vöcklabruck
franziskanerinnen.at

Dazu einige kleine Beispiele:

- Ich nehme mir täglich zehn Minuten Zeit zum Nichtstun und Seele baumeln lassen.
- Ich plane meine Mahlzeiten und esse nicht gedankenlos.
- Ich nütze die Möglichkeiten, zu Fuß zu gehen.
- Ich suche mir eine Sportart, die mir sympathisch ist und die ich ohne großen Aufwand durchführen kann.
- Ich fixiere bei der Zahnkontrolle den nächsten Kontrolltermin.
- Ich ordne meine Beziehungen, soweit es an mir liegt.
- Ich nehme mir Zeit für Vorsorgeuntersuchungen und schiebe sie nicht auf die lange Bank.
- Ich hole mir Hilfe, wenn ich sie brauche.
- Ich rechne mit Gott (oder wie auch immer ich ihn nenne).

Wege zu mehr Gelassenheit im Arbeitsalltag

Im Herbst rückt die psychische Gesundheit im Berufsleben besonders in den Fokus.

Dazu fanden zwei Seminare statt – „Gesundheit beginnt im Kopf“ und „Schau auf di“. Insgesamt nahmen 55 Mitarbeitende teil und nahmen Impulse für mehr Klarheit, Ruhe und Stärke mit nach Hause.



„Gesundheit beginnt im Kopf“: Unter Anleitung von Dr. Angela Huemer und Manfred Rauchensteiner werden praktische Techniken geübt, um Stresssituationen zu meistern.



Das Team sorgt für professionelle Begleitung: Klinikum-BGF-Koordinatorin Šejla Bošnjak, Seminarleiter Andreas Hasibeder und Sr. Anneliese.



Teilnehmende des Seminars „Schau auf di“ üben gemeinsam Achtsamkeit unter der Leitung von Andreas Hasibeder.

Wer das Besinnungshaus der Kreuzschwestern in Gaubing kennt, weiß: Dieser Ort ist prädestiniert für Entschleunigung. Genau das war die Intention des Tages mit Seminarleiter Andreas Hasibeder, der einlud, bewusst innezuhalten – ein Gegenprogramm zum oft hektischen Klinikum-Alltag.

Natur, Stille und Struktur bildeten den Rahmen für Übungen, die zeigen sollten, wie sich Achtsamkeit im Alltag verankern lässt. Unterstützt wurde die Gruppe von Sr. Anneliese, die nicht nur für das leibliche Wohl sorgte, sondern für viele zu einer einfühlsamen Begleiterin wurde – ein Detail, das in den Rückmeldungen immer wieder auftauchte.

Kraft aus Klarheit: mentale Werkzeuge für herausfordernde Zeiten

Im Seminar „Gesundheit beginnt im Kopf“ lenkten Angela Huemer und Manfred Rauchensteiner den Blick auf die eigenen inneren Ressourcen. Ihr Ansatz kombinierte wissenschaftliches Wissen

mit praktischen Übungen: vom Erkennen erster Stresssignale über bewusstes Atmen bis hin zu Techniken, die helfen, innere Stabilität zurückzugewinnen. Der Tenor: Mentale Stärke ist kein Zufall – sie lässt sich trainieren. Und gerade in Berufen mit hoher Verantwortung kann sie einen entscheidenden Unterschied machen.

Wenn Führungskräfte vorangehen

Einen besonderen Akzent setzte die aktive Beteiligung der Führungskräfte. Viele nahmen selbst teil, um ihre Teams zu motivieren – ein Vorgehen, das in der Betrieblichen Gesundheitsförderung als bedeutendes Signal gilt. Šejla Bošnjak, Koordinatorin für Betriebliche Gesundheitsförderung am Klinikum, bestätigt diesen Eindruck: „Unsere Erfahrungen zeigen: Angebote, die gemeinsam entwickelt und mitgetragen werden, entfalten die größte Wirkung. Die starke Rückmeldung der Teilnehmenden bestätigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind.“ Für 2026 kündigt sie an, das Angebot weiter



„Angebote, die gemeinsam entwickelt und mitgetragen werden, entfalten die größte Wirkung.“

Šejla Bošnjak, Koordinatorin Betriebliche Gesundheitsförderung

auszubauen und insbesondere jene Formate zu stärken, die direkte Entlastung im Alltag bieten. ■

Fit ins neue Jahr

Ausblick 2026

Psychische Gesundheit in der Arbeitswelt

05.03.2025 Fokus auf Führungskräfte, 8.30 bis 12.30 Uhr

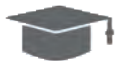
19.03.2026 für alle Interessierten, 8.30 bis 16.30 Uhr
(Achtsamkeitsübungen mit Dr. Auinger als Ausklang)

Besinnungstag Gaubing 2026

Termine im Online-Kursbuch

Save the Date: Businessrun

28.05.2026



**Achtsamkeit, Firmensport,
Rückentraining und Co. - alle Angebote
im Online-Kursbuch entdecken!**



Die Teilnehmenden des Workshops „Genussvolles Kochen im Jahreskreis“ entdecken gemeinsam saisonale Zutaten, tauschen sich über Rezepte aus und lernen, wie sich Genuss, Nachhaltigkeit und gesunde Ernährung im Alltag verbinden lassen.



**Sie möchten das
Klinikum-Magazin
gerne zu Hause lesen?**

Senden Sie uns ein E-Mail an
marketing@klinikum-wegr.at
mit Ihren Adressdaten!

Wir freuen uns über Ihre
Bestellung.

Gilt nicht für Klinikum-Mitarbeiter

Was ist los am Klinikum?

23.01.

Infotag zu den Ausbildungen am Campus Gesundheit

04.02.


Wissensforum Fokus: Krebs, Standort Wels

10. und 12.02.

Karrieretage am Klinikum, Wels und Grieskirchen

18.03.

Wissensforum Fokus: Orthopädie, Standort Grieskirchen



Weihnachten schmeckt nach Wärme, Heimat und liebevoll zubereiteten Gerichten. Gemeinsam mit Küchenchef Hannes Zeininger präsentieren wir ein festliches Drei-Gänge-Menü mit regionalen Zutaten, saisonalen Aromen und einfacher Zubereitung – für Genuss wie aus der Profiküche. Vom Saibling auf Erdäpfelrösti über Maishendl-Roulade mit Maroni-Kletzen-Füllung bis zum Bratapfel-Tiramisu: winterlicher Festgenuss für alle, die es herzlich mögen.

Vorfreude auf die Festtage

Weihnachtsmenü 2025



FILET

vom geräucherten Saibling auf warmen Kartoffelrösti, Apfel-Kren-Soße und Wintersalat

Zutaten:

- 4 geräucherte Saiblingsfilets
- 500 g gekochte Kartoffeln, geschält und ausgekühlt
- 2 Eier
- Salz, Pfeffer
- 4 EL Sauerrahm
- 1 säuerlicher Apfel
- frischer Kren
- Wintersalate (gemischt), 1 Granatapfel, verschiedene Nüsse (gehackt)
- Rapsöl zum Braten
- Für die Salatmarinade: Essig, Öl, Senf, Honig, Salz

Zubereiten und anrichten:

Kalte Erdäpfel grob reiben, mit Salz, Pfeffer und Eidottern vermengen. Bei Bedarf mit etwas Kartoffelpüreepulver binden. Vier Laibchen formen und in Rapsöl in einer beschichteten Pfanne goldbraun braten. Im Backrohr warm halten.

Wintersalat mit Marinade aus Essig, Öl, Senf, Honig und Salz anmachen. Apfel schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit Sauerrahm, frisch geriebenem Kren, Salz, Cayennepfeffer und etwas Zitronensaft verrühren.

Kartoffelrösti mit Apfel-Kren-Creme und Salat anrichten. Saibling darauf platzieren. Mit Granatapfelkernen und gehackten Nüssen garnieren.

TIPP VOM KÜCHENCHEF:

„Die besten Gerichte entstehen, wenn man Freude am Kochen hat – und sich Zeit für die kleinen Details nimmt.“

GEFÜLLTES MAISHENDLFILET

auf Sellerierisotto und Kürbiskernpesto

Zutaten:

- 4 Maishendlfilets (mit Haut und Flügelknochen)
- 4 EL getrocknete Pflaumen, gewürfelt; eingeweichte Kletzen
- 2 EL Topfen, 1 Eidotter
- Salz, Pfeffer, Thymian
- 200 g Risottoreis
- 1 kleine Zwiebel
- 125 ml Weißwein
- 400 g Sellerie (Wurzel- und Stangensellerie gemischt)
- 80 g Parmesan
- Schlagobers, Gemüsebrühe
- Kürbiskerne, Olivenöl, Parmesan, frisches Basilikum (für das Pesto)
- Butter und Olivenöl zum Anbraten

Zubereitung:

Filets zurechtputzen, Tasche einschneiden. Trockenfrüchte mit Topfen und Eidotter mischen, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Filets füllen, ggf. mit Spieß fixieren, und mit Salz, Pfeffer, Thymian würzen. Sellerie würfeln, bissfest kochen, Kochfond aufbewahren. Filets in Olivenöl kurz fleischseitig anbraten, dann auf Hautseite drehen und bei 140 °C Heißluft im Backofen fertig garen.

Für das Risotto Zwiebel in Butter glasig anschwitzen, Reis zugeben, mit Weißwein ablöschen. Nach und nach mit Kochfond oder Gemüsebrühe aufgießen, rühren. Nach 10 Min. Selleriewürfel und einen Schuss Schlagobers einrühren, Parmesan unterheben, abschmecken. Selleriegrün unterrühren.

Für das Pesto Kürbiskerne, Parmesan, Olivenöl und Basilikum pürieren, cremig abschmecken. Maishendlfilet mit Hautseite nach oben auf Risotto setzen, Pesto über den Teller ziehen.



Das Rezept für Bratapfel-Tiramisu auf Beerencrumble mit Eis und viele weitere köstliche Empfehlungen finden Sie online:





Karrieretage 2026

Standort Wels
10.02.2026

Standort Grieskirchen
12.02.2026



Anmeldung
für Schulen



Einzel-
anmeldung

wirsindklinikum.at