



Klinikum

Magazin Klinikum Wels-Grieskirchen

ON THE MOVE

■ **GEBÜNDELTE
BEWEGUNGSKOMPETENZ**
Für Schmerzfreiheit und Aktivität

■ **GUT VERNETZTE
PÄDIATRIE**
Gemeinsam gegen
seltene Erkrankungen



*Regionaler
Wirtschaftsmotor
Klinikum*



Mag. Dietbert Timmerer



Sr. Franziska Buttinger

Liebe Leserinnen und Leser!

Ende Dezember wurde erstmals über das Coronavirus berichtet. Seit-her hat sich das Virus ausgebreitet und für weitreichende Veränderungen in unserem Leben gesorgt. Als anfangs einzige Teststelle in Oberösterreich sind **Prim. Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer, Leiter des Instituts für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin, und sein Team von Beginn an involviert und stellen mit großem persönlichen Einsatz ein Höchstmaß an Kompetenz, Sorgfalt und Souveränität unter Beweis.**

WELSER „VIREN-JÄGER“*

Mit den ersten Corona-Sterbefällen in China und Verdachtsfällen in Österreich herrschte große Aufregung. Zeitnah wurden von den österreichischen Gesundheitsbehörden die Kriterien für Verdachtsfälle definiert, regelmäßig aktualisiert, und die Zusammenarbeit der Systempartner bei Fragen zur Erkrankung geregelt. Die Testung auf das neuartige Coronavirus für Oberösterreich erfolgte anfangs ausschließlich am Institut für Hygiene und Mikrobiologie des Klinikum Wels-Grieskirchen unter Leitung von Doz. Gattringer. Das Institut ist aufgrund seiner Größe und seines Leistungsspektrums in der Lage, eine große Bandbreite an molekularbiologischer Diagnostik durchzuführen. Ein Spezialgebiet dabei ist die Diagnostik, Therapie und Prävention von Infektionen, die durch hochresistente Erreger verursacht werden. Zusätzlich zu den Kernaufgaben, insbesondere die Testung auf Influenza und Corona,

hat das Institut für eine optimale, besonnene Kommunikation gesorgt. Sowohl Mitarbeiter als auch niedergelassene Ärzte wurden hinsichtlich Vorgehensweise bei Verdachtsfällen, Schutzmaßnahmen und den sicheren Patientenkontakt umfassend informiert.

Auf den nächsten beiden Seiten geben wir Ihnen einen groben Überblick über die coronabedingten Maßnahmen, welche am Klinikum Wels-Grieskirchen getroffen wurden. Zu Redaktionsschluss (Ende März) ist die Belegung mit Covid-19-Patienten noch relativ gering.

WANN IST DER RICHTIGE ZEITPUNKT?

Unabhängig von Corona plagen viele Menschen auch andere Beschwerden. Die Fragen nach dem richtigen Zeitpunkt stellen sich auch viele Menschen, wenn Schmerzen in Knie und Hüfte unerträglich werden und ein künstliches Gelenk in Betracht gezogen werden muss. Wie groß der Be-

darf an Information zu Verletzungen und Abnützungen des Bewegungsapparates tatsächlich ist, das zeigte uns der große Besucherandrang beim Wissensforum „Muskeln und Gelenke“ mit den Experten aus Orthopädie und Unfallchirurgie. Auszüge daraus dürfen wir Ihnen in der vorliegenden Ausgabe präsentieren.

ZENTRUM FÜR SELTENE ERKRANKUNGEN

Neben den großen medizinischen Bereichen wie dem Bewegungssystem mit einem sehr hohen Patientenaufkommen befassen wir uns als Schwerpunktkrankenhaus aber auch mit seltenen Krankheitsbildern. Ein Beispiel dafür ist das Zentrum für endokrinologische Erkrankungen an der Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde. Umfassendes Know-how gepaart mit spezifischer Expertise ermöglichen hier die optimale Betreuung von jungen Patienten mit Hormonstörungen im Rahmen eines EU-weiten Netzwerkes.

* Titel Kronenzeitung, 27. Februar 2020: „Welsers sind die Viren-Jäger“ Pressemeldungen im Intranet unter Quicklinks!



DANK AN ALLE MITARBEITER

Wir als Geschäftsführung und das gesamte Direktorium schätzen das außergewöhnliche Engagement der Mitarbeiter im Klinikum sehr: Gerade in dieser schwierigen Situation sehen wir einmal mehr, wie über Grenzen hinaus einsatzbereit, motiviert und flexibel unsere Mitarbeiter sind.

Wir sind sehr stolz auf unser Team und zuversichtlich, die kommende Zeit gemeinsam bestmöglich zu meistern.

Mit besten Grüßen,

Sr. Franziska Buttinger

Mag. Dietbert Timmerer

Corona, SARS-CoV-2, COVID-19

Die Entwicklung der Viruserkrankung und ihre Auswirkungen am Klinikum



ng nkung

→ **Jan. 2020**

- Erste Verdachtsfälle in Österreich, Testungen in Wien

→ **Feb. 2020**

- Institut für Hygiene und Mikrobiologie am Klinikum einzige Teststelle OÖs
- Einrichtung Krisenstab Land OÖ

→ **März 2020**

- regelmäßige Abstimmung durch Klinikum-Einsatzleitung

→ **06.03.2020**

- Einschränkung der Besuchsmöglichkeit auf zwei Personen pro Tag und Patient
- Zutrittsverbot für Personen mit Symptomatik

→ **09.03.2020**

- Ausweitung auf absolutes Besuchsverbot und Betretungsverbot für Externe
- Beschränkung und Kontrolle Eingangsbereiche Klinikum
- Errichtung Zugangsschleuse

→ **12.03.2020**

- Schließung Tagesklinisches Zentrum

→ **14.03.2020**

- Sperre Haupteingang und Start Vortriage

→ **17.03.2020**

- Infektionsambulanz in Betrieb

→ **18.03.2020**

- Start Isolationsstationen
- Generelle Umstellung auf Akutbetrieb
- Konzept für stufenweisen Ausbau wird erstellt – das Klinikum ist durch seine neue Infrastruktur gut vorbereitet für eine höhere Anzahl an Corona-Patienten

→ **23.03.2020**

- Betreuung nach dem vierstufigen Intensivkonzept möglich

→ **24.03.2020**

- Erster Covid-19-Patient intensivmedizinisch betreut

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe des Klinikum-Magazins weitere Details zum Management der Corona-Krise am Klinikum Wels-Grieskirchen!

Infos rund um die Corona-Erkrankung

COVID-19 Facts

Was sind typische Symptome und was passiert im Falle einer Corona-Infektion im Körper? Welche Bevölkerungsgruppe ist am meisten gefährdet? Antworten auf diese Fragen und mehr gibt Josef Eckmayr, Leiter der Abteilung für Lungenkrankheiten, im Interview.

Prim. Dr. Josef Eckmayr *im Interview*



Prim. Dr. Josef Eckmayr,
Leiter der Abteilung für Lungenkrankheiten

Klinikum: Herr Prim. Eckmayr, was sind die ersten typischen Symptome im Falle einer Infektion?

→ **Josef Eckmayr:** In der Regel treten drei bis fünf Tage nach engem Kontakt zu einem Infizierten Symptome auf, die einer Verkühlung ähneln. Es kommt zu Müdigkeit und Abgeschlagenheit, teilweise zu Fieber und zu Husten. In weiterer Folge kann bei schwereren Verläufen eine Lungenentzündung auftreten.

Die in den Medien kolportierten Symptome einer Corona-Erkrankung sind breit gefächert – was

deutet nun alles tatsächlich auf eine COVID-19-Infektion hin?

Das ist schwierig zu beantworten. Es können beinahe alle Symptome einer Verkühlung auftreten, aber auch Krankheitszeichen wie Übelkeit, Erbrechen und Durchfall. Wir haben viele Patienten mit Husten, Schnupfen, Kopf- und Hals-schmerzen, manchmal treten auch Geschmacksstörungen auf. Eine sehr breit gefächerte Palette an Symptomen ist möglich.

Viele Menschen sind beim Auftreten von Corona-Symptomen verunsichert. Wann kann man sich zu Hause auskurieren, wann ist ein stationärer Aufenthalt notwendig?

→ Die Fragen lassen sich pragmatisch beantworten: Mit den genannten Symptomen bei mildem Verlauf bleiben Sie bitte daheim! Wenn aber der Verdacht auf eine Lungenentzündung besteht, sprich bei einem schweren Krankheitsverlauf mit hohem Fieber, das nicht sinkt, stärkerem Husten, der sich nicht bessert, Kreislaufbeschwerden oder bei älteren Personen auch mit Verwirrheitszuständen, nehmen Sie bitte unbedingt telefonischen Kontakt mit

einer entsprechenden Einrichtung auf – rufen Sie 1450, Ihren Hausarzt oder im Notfall auch 144 an!

Im Falle eines schweren Verlaufs einer COVID-19-Erkrankung – wie reagiert der Körper?

→ Sehr schwere Lungenentzündungen zeigen uns die Ernsthaftigkeit der Erkrankung auf. Es handelt sich in der Regel um beidseitige Lungenentzündungen und um eine sehr starke Entzündungsreaktion in der Lunge. Das Lungengewebe und die Atemwege sind nicht mehr in der Lage, ihre Funktion ausreichend zu erfüllen. Die Atmung ist beeinträchtigt. Die Funktionseinschränkung kann sich auch auf weitere Organe ausweiten, zum Beispiel auf das Herz-Kreislauf-System oder die Nieren bis hin zum septischen Zustandsbild und Schock.

In der Regel verläuft die Erkrankung eher mild. Von welchen gesundheitlichen Problemen sind diese Patienten betroffen?

→ Erfreulicherweise übersteht der Großteil der Betroffenen diese Erkrankung sehr gut. Wir konnten bereits gute Erfahrungswerte mit be-



troffenen Patienten aus der Region machen. COVID-19 verläuft dann wie eine leichte Verkühlung mit Fieber. In der Regel verbleibt nach ein bis zwei Wochen noch ein Hustenreiz, der mit der Zeit langsam abklingt.

Welche Bevölkerungsgruppe ist besonders gefährdet? Welche Therapien benötigen die Patienten in der Regel?

→ Bei Risikopatienten, älteren und manchmal auch bei jüngeren Patienten, die genetisch anfällig sind, kommt es zu schwereren Verläufen. Auf der Normalstation wird bei uns dann eine Behandlung der Symptome durchgeführt. Der Kreislauf wird stabilisiert, Sauerstoff verabreicht, manchmal ist auch ein Antibiotikum notwendig. Tritt ein schwererer Verlauf ein, wird der Patient auf die Intensivstation verlegt und in der Regel beatmet. Auch andere Organfunktionen können teilweise intensivmedizinisch ersetzt werden.

Wer zählt konkret zur Gruppe der Risikopatienten?

→ Dazu zählen alle Menschen, die geschwächt oder immungeschwächt sind. Und Immunschwäche bedeutet zum Beispiel auch eine schwere chronische Erkrankung, wie etwa Herz-Kreislauf-Erkrankungen, schwere Lungenkrankheiten oder Diabetes mellitus, aber ebenso Tumorerkrankungen und alle anderen Immunsystem-Erkrankungen. Nikotinkonsum, starkes Übergewicht und höheres Alter sind Faktoren, die das Risiko steigern.

Welche Maßnahmen sind aus Sicht des Mediziners besonders wirkungsvoll zur Minimierung des Ansteckungsrisikos?

→ Meiner Meinung nach ist das Halten eines Mindestabstands ganz entscheidend – soziale Nähe muss so weit wie möglich vermieden werden. Das ist ein schwieriger Balanceakt, aber derzeit ganz wichtig – es ist

Soziale Nähe muss in der Corona-Zeit so weit wie möglich vermieden werden, deshalb sehen Großeltern als Risikogruppe ihre Enkel am besten nur auf digitalem Weg.

ähnlich wie in Grippezeiten. Die zweite besonders wichtige Maßnahme ist das Händewaschen. Wer in der Öffentlichkeit unterwegs war, Gegenstände oder Türgriffe berühren oder mit Bus oder U-Bahn fahren muss – bitte unbedingt Händewaschen! Als dritte sehr effektive Maßnahme ist das Tragen von Schutzmasken anzuführen – vor allem dort, wo mehrere Menschen in einem Bereich zusammenarbeiten müssen, wie auch zum Beispiel im Supermarkt. Personen, die bereits erkrankt sind, aber aufgrund fehlender Symptomatik noch nichts davon wissen, können durch das Tragen von Masken Tröpfchen nicht an die Umgebungsluft weitergeben.

Vielen Dank für das Interview!



Inhalt

Medizin und Pflege

12

WELSER EXPERTEN FÜR SELTENE ERKRANKUNGEN
Netzwerk für Kinder

14

LANGE AKTIV DURCH
Gebündelte Bewegungskompetenz

22

AUF LEBER UND NIEREN GETESTET
Innovative Patientenversorgung

26

KLINIKUM ALS VORREITER
Modernster Strahlenschutz

Für das Leben

28

PSYCHOHYGIENE EINMAL ANDERS
Seele in Ordnung

Unternehmen

30

SAUBERE SACHE
Entsorgung im Großbetrieb

34

LANGJÄHRIGE LIEFERANTEN
Regionale Partner für das Klinikum

Ausbildung

37

FIT4LIFE
Gesundheitsjobs für die nächste Generation

Standards

2 Editorial

10 Kurz notiert

24 Ein Tag mit

27 First Ed

38 Aus der Küche

Am Cover



Bewegungskompetenz am Klinikum
Wels-Grieskirchen - www.klinikum-wegr.at

Die Abteilungen für Orthopädie, chirurgische Orthopädie und Unfallchirurgie zählen zu den führenden Kompetenzzentren im Land, wenn es um die Therapie degenerativer, wachstumsbedingter oder traumatischer Veränderungen des Bewegungsapparates geht.

Aufgrund der hohen Frequenz verfügen die Abteilungen von Günter Schmiedhuber und Björn Rath über große Erfahrungswerte, die dem Patienten eine schnelle, kompetente und sichere Versorgung bietet.

Dabei wird stets darauf geachtet, individuell abgestimmt und bedarfsgerecht vorzugehen.

In Zusammenarbeit mit dem Institut für Physikalische Medizin und Allgemeine Rehabilitation vereinen die Abteilungen ihre Kernkompetenzen und erzielen so ein maximales Outcome für jeden einzelnen Patienten.

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. Redaktion: Mag. Renate Maria Gruber, MLS, OA Dr. Thomas Muhr, PhD. Maximilian Aichinger, MSc, Mag. Andrea Voraberger, Mag. Julia Stierberger, Hildegard Rößlhuber, Herbert Altmann. Layout: Birgitt Müller (Eigenbrot Grafik Design). Bildnachweis: Klinikum Wels-Grieskirchen, Nik Fleischmann, Robert Maybach, Werner Gattermayr, DC Studio/shutterstock.com, Africa Studio/shutterstock.com, Sysa Productions/shutterstock.com, Roland Pelzl, Stadtamt Grieskirchen, Liu zishan/shutterstock.com, nastasic/istock-photo.com, Vasyi Shulga/shutterstock.com, Milena Shihovtsova/istockphoto.com, OMS, BeautifulPicture/shutterstock.com, Guas/shutterstock.com, ktasimar/shutterstock.com, Supphachai Salaeman/shutterstock.com, vector_ic/shutterstock.com, Kannunikov Pavlo/shutterstock.com, JSS DZGN/shutterstock.com. Titelbild: Günter Schmiedhuber und Björn Rath, fotografiert von Nik Fleischmann (www.foto-fleischmann.at) / 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.



Im Rahmen eines feierlichen Aktes ehrte das Klinikum-Direktorium gemeinsam mit den Leitungen der beiden Klinikum-Eigentümerinnen die neuen Oberärzte.

ENGAGIERT IN DIE KLINIKUM-ZUKUNFT 24 NEUE OBERÄRZTE

Im Jänner 2020 wurden beim traditionellen Klinikum-Neujahrsempfang 24 herausragende Nachwuchsmediziner zu Oberärzten ernannt. Insgesamt sichern derzeit 568 Ärzte gemeinsam mit den Pflegekräften und vielen weiteren Berufsgruppen umfassende Gesundheitsversorgung. Im größten Ordensspital Österreichs stehen neben qualitativ hochwertiger Diagnostik und Therapie auch Forschung und Ausbildung im Vordergrund.



Dr. Thomas Muhr,
Ärztlicher Leiter

Besonderes Engagement

„Oberärzte sind wichtige Leistungsträger im Krankenhaus. Sie zeichnen sich durch besonderes Engagement aus und bringen Innovationen voran. Mit ihrer fachlichen Kompetenz und Erfahrung unterstützen sie die Abteilungsleitungen maßgeblich“, hebt der Ärztliche Leiter Thomas Muhr hervor und betont die Bedeutung der Oberärzte in der Ausbildung: „Oberärzten

wird Führungsverantwortung übertragen. Viele von ihnen agieren als Mentoren für unsere Jungmediziner in Ausbildung und begleiten sie auf ihrem Weg – nicht nur in fachlicher Hinsicht. Sie sind auch Vorbilder, wenn es um soziale Aspekte, Zuwendung und die Werte des Ordensspitals geht.“

→ Oberärzte leisten einen wesentlichen Beitrag in der qualitätsvollen und sicheren Patientenversorgung.

→ Sie bilden junge Mediziner aus, übernehmen fachlich und menschlich eine Vorbildfunktion.

KUNSTTHERAPIE GRIESKIRCHNER AUSSTELLUNG

Werke aus der Kunsttherapie am Klinikum-Standort Grieskirchen konnten Anfang des Jahres im Rahmen einer Ausstellung im Foyer bewundert werden.



v.l.n.r.: Dr. Christian Bunte, Facharzt für Innere Medizin in Grieskirchen sowie die Vertreter der Abteilung für Innere Medizin V am Klinikum: DGKP Claudia Lehner, Prim. Dr. Andreas Kirchgatterer, MSc, Dr. Peter Huber, Dr. Willem Alexander Vörösmarty

INNERE MEDIZIN WAS WAREN DIE FORTSCHRITTE 2019?

Bereits seit zehn Jahren bewährt sich dieses Motto der traditionellen Veranstaltung „Streifzug durch die Innere Medizin“, in welcher stets zu Jahresbeginn ein Blick zurück auf die Neuerungen, Trends und Entwicklungen des Vorjahres geworfen werden. Andreas Kirchgatterer, Leiter der Abteilung für Innere Medizin V, lud dazu wiederum niedergelassene Hausärzte und Internisten der Versorgungsregion ein. Die Position des Gastredners übernahm diesmal Christian Bunte, vormals Oberarzt an der Abteilung und spezialisiert auf Gastroenterologie, Hepatologie und Geriatrie.



Mit dem Schwerpunktthema „Muskeln und Gelenke“ wurde ein neuer Besucherrekord erreicht.

FOKUS: MUSKELN UND GELENKE WISSENSFORUM MIT BESUCHERREKORD

Zahlreiche Besucher – großteils aus den Bezirken Wels Stadt und Land, Grieskirchen und Eferding – folgten der Einladung, sich über Verletzungen der Bänder und Sehnen, Endoprothetik, Handchirurgie und Sturzprophylaxe zu informieren.



← TV-Beiträge zur Veranstaltung sehen Sie hier



Spannende, prägnante Vorträge und persönliche Gespräche mit Experten zeichnen das Klinikum Wissensforum aus.

JUBILÄUM 50 JAHRE PROFESS

Vor mittlerweile 50 Jahren legten Sr. Dietberga und Sr. Antoinette ihr Gelübde, nach den Vorgaben der Franziskanerinnen von Vöcklabruck zu leben, ab. Im November 2019 wurde ihre 50-jährige Profess in Grieskirchen gefeiert.



Grieskirchner Gratulanten stellen sich ein (v.l.n.r.): Vizebürgermeister Mag. Günter Haslberger, Sr. Dietberga, Sr. Antoinette, Bürgermeisterin Maria Pachner

HILFE BEI STARKEM ÜBERGEWICHT ADIPOSITAS-TAG AM KLINIKUM

Laut österreichischem Ernährungsbericht leiden über 40 Prozent der Erwachsenen zwischen 18 und 64 Jahren an Übergewicht, knapp zwölf Prozent von ihnen gelten als adipös. Die Weltgesundheitsorganisation führt die Fettleibigkeit als das weltweit am stärksten wachsende Gesundheitsrisiko an. Wenn herkömmliche Abnehm-Methoden nicht helfen, finden Betroffene effektive und langfristige Unterstützung am Adipositaszentrum in Wels.



Nachwuchstalente in Action! Beim Hands-On Training mit dem Laparoskopie-Trainer stellten Besucher ihr Talent für minimal-invasive Chirurgie unter Beweis.

Beim Klinikum-Adipositas-Tag im März hatten Interessierte die Möglichkeit, sich umfassend bei Impulsvorträgen, Gesundheitschecks und individuellen Beratungen über persönliches Risiko, psychosomatische Einflüsse, Sport- und Ernährungsangebote sowie OP-Methoden zu informieren.



Zu groß oder zu klein? Ob ein Kind in der Norm wächst, dazu beraten die Experten des Teams des Schwerpunkts Kinderendokrinologie, Kinderdiabetologie und Adipositas.

Klinikum Wels-Grieskirchen ist

Europäisches Referenz- netzwerk für seltene endokrinologische Erkrankungen

Das machst
du toll!



Im Fit-Kids-Programm lernen übergewichtige Kinder vieles über das richtige Ernährungs- und Bewegungsverhalten.

Mehrere Millionen Menschen innerhalb der Europäischen Union sind von einer Bandbreite von rund 8.000 seltenen Erkrankungen betroffen. Diagnosestellungen sind oft langwierig, die Betreuung der Patienten verläuft schwierig, da pro Land jeweils nur wenige Erfahrungswerte und Experten verfügbar sind. Um die umfassende Versorgung der Patienten zu fördern, wurden durch die EU Europäische Referenznetzwerke, kurz ERN, mit Zentren für seltene Erkrankungen etabliert. Eines der Netzwerke für seltene Erkrankungen ist das Endo-ERN, das sich mit seltenen Hormonstörungen befasst. Auch das Klinikum Wels-Grieskirchen ist Partner.

Die Verknüpfung der Expertise innerhalb Europas schafft effektiven und flächendeckenden Wissenstransfer, schnelle und sichere Diagnostik und somit eine Steigerung in der Qualität der Patientenversorgung. Walter Bonfig, Leiter der Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde am Klinikum Wels-Grieskirchen, und sein Team des Schwerpunkts Kinderendokrinologie, Kinderdiabetologie und Adipositas

Schon gewusst?

Endokrinologische Erkrankungen fordern das Gesundheitswesen heraus: Sie haben zumeist chronische Folgen und benötigen eine Betreuung über die gesamte Lebensspanne.

sind insbesondere mit Wachstums- und Pubertätsstörungen, Schilddrüsenstoffwechselstörungen, Störungen der Nebennieren, der Hormone der Hirnanhangsdrüse sowie des Calcium-Phosphat-Stoffwechsels und Varianten der Geschlechtsentwicklung befasst. Darüber hinaus werden Kinder mit Adipositas in der endokrinologischen Sprechstunde betreut.

WELSER KINDER-SCHWERPUNKT

„Wir klären Klein- und Großwuchs, Hypophysenhormonausfälle oder Schilddrüsenstörungen ab“, erklärt Bonfig. „Auch Kinder können zum Beispiel an der Hashimoto-Thyreoiditis erkrankt sein. Eine Schilddrüsenunterfunktion zeigt sich aber oft wenig charakteristisch: Motivationslosigkeit, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen sowie Übergewicht können Anzeichen sein. In ausgeprägten Fällen leiden die jungen Patienten an Wachstums- und Entwicklungsstörungen. In der Schule zeigt sich manchmal ein Leistungsknick. Schilddrüsenfunktionsstörungen lassen sich prinzipiell gut behandeln und somit ist die Symptomatik gut in Griff zu bekommen.“

NACHGEFRAGT

Warnsignal Übergewicht

Was sollten Eltern beachten?

Auch Adipositas liegt im Fokus der Kinderendokrinologen: Wenn sie bereits vor dem Alter von fünf Jahren auftritt, handelt es sich oft um eine genetisch bedingte Sonderform, die einer endokrinologischen Untersuchung, einer medizinischen Diagnosestellung und einer entsprechenden Therapie bedarf.

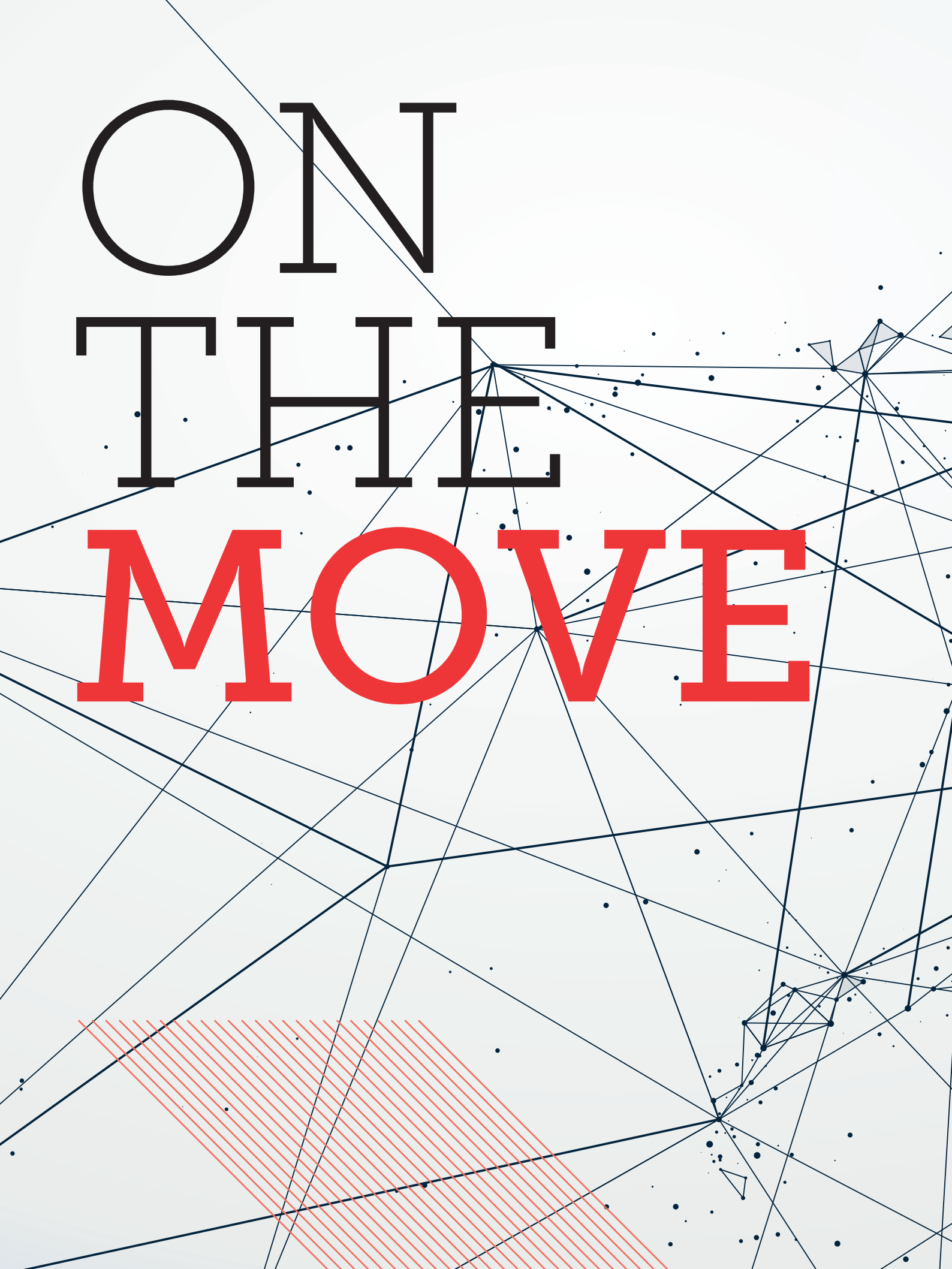


**ANTWORT
VON
WALTER
BONFIG**

Schwere Kinder sind meist groß gewachsen. Deshalb soll einem Wachstumsknick bei Übergewicht besondere Aufmerksamkeit zukommen. Erkrankungen, wie etwa das Cushing-Syndrom, eine erhöhte Konzentration von Kortisol im Blutplasma, die Körerveränderungen hervorruft, oder ein Kraniopharyngeom, ein gutartiger Kopftumor, müssen ausgeschlossen werden. Generell geben Abweichungen vom linearen Wachstum Hinweise auf etwaige Wachstumsstörungen – treten bei einem Wachstumsknick zusätzlich Kopfschmerzen, Stehstörungen und hoher Flüssigkeitsbedarf auf, ist eine Abklärung wichtig. Die Symptome einer Schilddrüsenstörung sind oft nicht klassisch, sondern sehr individuell, wenn überhaupt Beschwerdebilder vorliegen.

Prim. Univ.-Prof. Dr. Walter Bonfig, Leiter der Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde, ist Experte für Kinderendokrinologie, Kinderdiabetologie und Adipositas.

ON THE MOVE





Unser Bewegungsapparat besteht aus vielen einzelnen Komponenten, wie etwa Muskeln, Sehnen, Bändern, Knochen und Gelenken.

Jede einzelne dieser Strukturen erfüllt ihren speziellen Zweck: Das koordinierte Zusammenspiel ermöglicht uns eine Vielzahl an reibungsfreien Bewegungen, wie etwa Laufen, Gehen, Tanzen, Tennisspielen, Musizieren oder Schreiben. Die Klinikum-Bewegungsexperten zeigen auf, wie Abnutzungserscheinungen und Verletzungen unsere Bewegungsfreiheit einschränken können, welche Therapieoptionen es gibt und wie das Risiko durch lebenslanges gezieltes Training gesenkt werden kann. Im Zentrum stehen neben den Kunstgelenken auch im Speziellen die Bänder und Sehnen, Bewegungseinschränkungen der Hände, aber auch wichtige Vorsorgethemen, wie zum Beispiel die Sturzprophylaxe.

A portrait of a middle-aged man with short, light-colored hair, smiling at the camera. He is wearing a white lab coat over a light blue button-down shirt. His arms are crossed. A name tag is pinned to his lab coat, displaying the logo of 'Klinikum' and his name 'Björn Rath'. The background is a clinical office with shelves, papers, and a window. In the bottom left corner, there is a decorative graphic of red diagonal lines.

Prim. Prof. Dr. Björn Rath, Leiter der Abteilung
für Orthopädie und orthopädische Chirurgie,
beantwortet die zehn häufigsten Fragen zu
künstlichen Hüft- und Kniegelenken.

Die zehn häufigsten Fragen

Neue Hüfte, neues Knie

Ein gut aufgebauter Knorpel im Gelenk ist die Grundlage für einen gleitenden, weitgehend schmerzfreien Bewegungsablauf. Über die Jahre, aber auch durch zu starke oder falsche Belastung, nutzt sich der Knorpel ab, eine Arthrose beginnt. Um Schmerzen zu lindern, Entzündungsprozesse zu stoppen und Muskelkraft und Koordination wiederum aufzubauen, wird in der Behandlung zuerst auf intensive konservative Therapiemöglichkeiten gesetzt. Beim fortgeschrittenen Gelenkverschleiß ist der Ersatz des Gelenks durch eine Prothese eine Option. Der richtige Zeitpunkt dafür ist individuell verschieden und richtet sich vor allem nach den Bedürfnissen des Patienten. Björn Rath, Leiter der Abteilung für Orthopädie und orthopädische Chirurgie, beantwortet die zehn häufigsten Fragen zu neuen Hüft- und Kniegelenken.

Björn Rath im Interview

1 Herr Prof. Rath, wann brauche ich ein künstliches Gelenk?

→ Die Beschwerden des Patienten, der klinische Gelenkstatus und das Röntgenbild geben uns Aufschluss über den Zustand des Gelenks. Die Dringlichkeit einer Operation richtet sich aber nach dem subjektiven Leidensdruck des Patienten – wenn er nur noch mit Schmerzmitteln durch den Tag kommt, kaum noch schlafen kann, ziehen wir ein künstliches Gelenk in Betracht.

2 Klinikum: Wie kann ich mich auf die OP vorbereiten?

→ Bleiben Sie mobil! Am besten trifft man bereits vor der geplanten OP Vorbereitungen in Absprache mit dem Arzt: Durch Bewegungstraining und Physiotherapie stärken Sie einerseits Ihre Muskulatur und darüber hinaus auch Ihren Allgemeinzustand. So werden Sie nach dem Eingriff schneller fit. Auch der Lebensraum zu Hause kann vorbereitet werden: Stolperfallen,

wie lose Teppiche, müssen entfernt werden. Nach der OP ist vor der Reha ein Remobilisationsaufenthalt am Klinikum-Standort Grieskirchen zu empfehlen, wo Sie eine ärztliche, pflegerische und physiotherapeutische Versorgung zur Wiederherstellung der selbstständigen Lebensführung erhalten.

3 Wie läuft die Operation ab?

→ Das Einsetzen eines künstlichen Hüftgelenks dauert rund eine Stunde. Nach einer Erholungsphase auf der Aufwachstation kehrt man auf die Station zurück, wo gegen Abend die Ergebnisse mit dem Operateur besprochen und Bewegungstests mit dem betroffenen Bein durchgeführt werden. Teilweise können die Patienten schon direkt mit dem Operateur aufstehen und erste Schritte gehen. Am ersten postoperativen Tag werden die Patienten unter physiotherapeutischer Anleitung mobilisiert, der Umgang mit den in der Anfangszeit notwendigen Gehstützen wird erlernt. Dann

ist noch individuell ein Aufenthalt von fünf bis sieben Tagen im Krankenhaus notwendig.

4 Werde ich minimalinvasiv operiert?

→ Die OP wird in der Regel minimalinvasiv über einen kleinen Hautschnitt durchgeführt, es wird dabei kein Muskel durchtrennt. Diese muskelschonende Operation fördert eine schnelle Regeneration und Mobilität des Patienten.

5 Welches Material wird verwendet?

→ Die einzelnen Komponenten von Kunstgelenken müssen bestimmten Anforderungen standhalten – zum Beispiel dürfen sie selbst kaum einem Alterungsprozess unterliegen, verwendetes Metall darf also nicht rosten oder brüchig werden. Weiter soll sich die Form der Prothesen trotz Belastung über die Jahre nicht verändern.

→



Prim. Prof. Dr. Björn Rath im Gespräch mit der Patientin: Über die Jahre, aber auch durch zu starke oder falsche Belastung, nutzt sich der Knorpel ab, eine Arthrose beginnt.

Das Material des Hüftimplantats besteht aus Titan, hochvernetztem Polyethylen und Keramik. Es ist zur Gänze nickelfrei. Aufgrund der speziellen Geometrie und der Anforderungen an eine Knieprothese setzt sich diese aus einer Legierung aus Chrom, Kobalt und Molybdän zusammen. Sie enthält einen geringen Prozentsatz Nickel.

6 Was ist, wenn ich allergisch gegen Nickel bin?

→ Leidet ein Patient unter einer Nickelallergie, muss auf ein geeignetes Knieimplantat mit einer speziellen Beschichtung zurückgegriffen werden.

7 Sollten ältere Menschen eher früher oder später operiert werden?

→ Wir richten uns bei der Indikationsstellung für die OP nicht alleine nach dem Röntgen- und dem klinischen Bild. Ein Ja auf Fragen, wie „Nimmt der Patient täglich

Schmerzmittel ein?“, „Rauben ihm die Schmerzen den Schlaf?“, „Kann er nur noch einen halben Kilometer selbstständig gehen?“ oder „Ist er im Alltag durch die Gelenkbeschwerden deutlich eingeschränkt?“, gibt uns konkrete Hinweise, ob und wie rasch ein Kunstgelenk implantiert werden soll.

8 Wie lange hält das Implantat?

→ Kunstgelenke haben eine begrenzte Haltbarkeit. Anhand aufwendiger Untersuchungen wurde in Endoprothesenregistern gezeigt, dass der Großteil eine Standzeit von über 15 Jahren und darüber hinaus hat. Bei einer Lockerung der Prothesen kann diese im Rahmen einer Operation gewechselt werden.

9 Wie hoch darf die Erwartungshaltung sein?

→ Bei Hüftpatienten sehr hoch. Bei 95 Prozent finden wir nach der OP eine massive Schmerzreduktion bzw. Schmerzfreiheit und eine gute

Beweglichkeit vor. Nach der Implantation eines künstlichen Kniegelenks erfahren bis zu 85 Prozent eine deutliche Reduktion der Symptome bzw. ebenfalls eine Schmerzfreiheit und gute Beweglichkeit. Die weiteren Patienten verspüren teilweise weiterhin Schmerzen und haben eventuell Bewegungseinschränkungen. Mit dieser Problematik beschäftigen wir uns im Rahmen einer internationalen Studie. Die Ergebnisse sind in den letzten Jahren weiterhin besser geworden, jedoch ist die kombinierte Roll-, Dreh- und Gleitbewegung des Kniegelenks sehr komplex. Vor der Entscheidung zur Knieprothesenoperation werden deshalb alle konservativen Therapien voll ausgeschöpft.

10 Kann es eine Infektion durch Keime geben?

→ Wie auch jeder andere Eingriff ist die Implantation eines Kunstgelenks bei allen Sicherheitsmaßnahmen mit einem gewissen Restrisiko behaftet. Zumeist sind es körpereigene Keime, die trotz aller Desinfektion und Vorsichtsmaßnahmen eine Infektion im Wundbereich auslösen können. Um dieses Restrisiko weiter zu reduzieren, haben wir eine enge Zusammenarbeit mit dem Institut für Hygiene, um unsere standardisierten Abläufe stets zu überprüfen und gegebenenfalls anzupassen. Hierdurch haben wir am Klinikum Wels-Grieskirchen eine sehr niedrige Infektionsrate. Es ist aber auch zu beachten, dass bei Patienten mit Zustand nach Voroperation, bei sehr komplexen Operationen und bei Patienten mit rheumatischen Krankheitsbildern, geschwächter Immunabwehr oder starkem Übergewicht ein höheres Risiko vorliegt. Hierüber werden die Patienten ausführlich aufgeklärt.



Nach einer Ruhigstellungsphase mittels Schiene folgt die Ergotherapie: Mit Übungen unter professioneller Anleitung kann die Hand ohne Schmerzen wieder Kraft aufbauen.

Schmerzfreiheit und Krafterhalt

An der Kompetenzambulanz Hand werden Patienten aller Altersgruppen mit Handbeschwerden begutachtet, etwa mit Nervenkompressionen, Sehnenscheidenentzündungen oder dem „Schnellenden Finger“. Aber auch degenerative Erkrankungen sind hier Thema. Spezialist Markus Jakubek zeigt auf, mit welchen Behandlungsmethoden Betroffenen mit Verschleißerkrankungen in den Finger- und Handgelenken geholfen werden kann.

RHIZARTHROSE:

Die Abnutzung im Daumensattelgelenk macht sich durch Schmerzen und erste Einschränkungen in der Kraftübertragung bemerkbar. „Etwa beim Drehen eines Schlüssels im Schloss oder beim Öffnen von Schraubverschlüssen“, so Jakubek. „Sie tritt innerhalb von Familien gehäuft auf, mehr Frauen als Männer sind betroffen.“ Durch schwache Bänder und Muskeln kommt es zu einer Fehlstellung, der Knorpel nützt sich ab. Bei zunehmendem Verschleiß treten Entzündungen und Ergüsse auf. Klarheit über die Erkrankung verschaffen Röntgenbilder und die klinische Untersuchung durch den Handspezialisten. Im Frühstadium spricht die Hand gut auf Elektrotherapie, Infiltrationen mit Kortison und Schienenruhigstellung an. „Kommt es zu einer OP, wird meist eine Resektionsarthroplastik durchgeführt“, erklärt der Welscher Handchirurg. „Nach der Entfernung des Handwurzelknochens kommt es zu keiner Reibung mehr.“ Es folgen Ruhigstellung und Physiotherapie, dann ist nach drei bis vier Monaten die Beschwerdefreiheit und Kraft weitgehend wiederhergestellt. In manchen Fällen ist es effektiver, das Daumensattelgelenk zu versteifen bzw. durch eine Prothese zu ersetzen.

FAMILIÄRE POLYARTHROSE:

Harte Knötchen an den Fingerendgelenken und Verdickungen an den Fingermittegelenken sind Anzeichen für die genetisch veranlagte Heberden- bzw. Bouchard-Arthrose. Patienten leiden unter schmerzhaften Entzündungen, Schwellungen, Rötungen und Wärmegefühl. „Bewährt haben sich Paraffinbäder, Handmooranwendungen, Infiltrationen und entzündungshemmende Schmerzmittel“, so Jakubek. „Aufgrund der Schmerzen und aus ästhetischen

Gründen kann eine Versteifungsoperation in Frage kommen, bei der Bouchard-Arthrose auch das Implantieren einer Prothese. Nach Schienenruhigstellung und anschließender Ergotherapie treten in der Regel kaum Schmerzen auf, mit einer Prothese sind die betroffenen Finger auch wieder beweglich.“



OA Dr. Markus Jakubek

Abteilung für Orthopädie und chirurgische Orthopädie, Klinikum Wels-Grieskirchen



Gezieltes Training gegen Diabetes

Mit Motivation und Bewegung abnehmen

Als Folge von Fehlernährung und Bewegungsarmut haben Übergewicht und Diabetes in den letzten Jahren deutlich zugenommen. Ein weiterer Anstieg ist zu erwarten. Am Klinikum-Standort Grieskirchen wird deshalb eine Initiative zur Vorbeugung und Behandlung gesetzt und eine Bewegungsgruppe für Patienten mit Diabetes und Übergewicht bei einem BMI von 26 bis 35 ins Leben gerufen. Ziel ist, den Patienten ein gezieltes körperliches Training unter Anleitung von Physiotherapeuten zu ermöglichen.

„Einerseits sollen die Vorteile regelmäßiger Bewegung in der Gruppe aufgezeigt und angeeignet werden, andererseits wird auch individualisiert auf Begleiterkrankungen, wie Bluthochdruck oder Bewegungseinschränkungen, eingegangen“, erklärt Internist Willem Alexander Vörösmarty. „Bewegung und Sport in der Gruppe stellen einen Anreiz dar, um motivierter zu trainieren sowie andere Patienten zu treffen, die vom gleichen Gesundheitsproblem betroffen sind.“



OA Dr.

Willem Alexander Vörösmarty

Abteilung für Innere Medizin V, Schwerpunkt Akutgeriatrie und Remobilisation

Mit den Jahren steigt das Risiko

Stürze im Alter vermeiden



Prellungen, Platzwunden und im schlimmsten Fall Brüche – ein Sturz birgt für ältere Menschen hohe Verletzungsgefahr. Aber gerade diese Altersgruppe ist einem großen Sturzrisiko ausgesetzt. Ein Grund dafür ist die Abnahme von Koordination und Muskelmasse. Günter Schmiedhuber, Leiter der Unfallchirurgie, zeigt Möglichkeiten auf, wie Stürze verhindert werden können.

Das Zusammenspiel von Nervensystem und Muskeln funktioniert im Alter nicht mehr so gut und die Kraft geht verloren. Auch Faktoren wie vorangegangene Stürze, Gang- und Gleichgewichtsstörungen, der Einsatz von Gehhilfen und Gelenk-abnutzung steigern das Risiko“, so Schmiedhuber. Auch Kreislaufprobleme und Schlaftabletten können die Sturzgefahr beeinflussen. „Manche Medikamente wiederum verstärken den Harndrang, der ältere Menschen nachts aus dem Bett treibt. Der nächtliche Gang zur Toilette ist der Klassiker unter den Sturzursachen.“

UNTERSCHÄTZTER MUSKELABBAU

Zwischen dem 25. und dem 70. Lebensjahr verliert der Mensch

durchschnittlich 40 Prozent seiner Muskelmasse, der Fettanteil nimmt zu. „Ein 60-Jähriger hat häufig ein höheres Gewicht als in der Jugend, aber deutlich weniger Muskeln. Tendenziell wird er sich in den kommenden Jahren weniger bewegen“, erklärt der Klinikum-Bewegungsexperte. Kommt es zum Sturz, sind die Folgen im fortschreitenden Alter fataler als beim jungen Menschen. „Häufig betroffen ist der Kopf, gefolgt von Armen, Hüften und Wirbelsäule.“ Osteoporose führt vermehrt zu Brüchen. Auch der langsamere Heilungsprozess und die Angst vor weiteren Stürzen schränkt die Mobilität weiter ein.

IST IHR PERSÖNLICHES STURZRISIKO ERHÖHT?*

Sind Sie bereits einmal gestürzt?

☐ Ja ☐ Nein

Fühlen Sie sich schwach?

☐ Ja ☐ Nein

Sehen Sie schlecht?

☐ Ja ☐ Nein

**Bereits mit einem angekreuzten Ja ist Ihr Sturzrisiko erhöht.*



„Im fortschreitenden Erwachsenenalter steigt einerseits das Risiko für Stürze und analog dazu auch jenes für Frakturen.“

Prim. Dr. Günter Schmiedhuber
Leiter der Abteilung für
Unfallchirurgie

So senken Sie das Sturzrisiko im eigenen Wohnbereich:

- ➔ Trainieren Sie Muskulatur, Koordination und Ausdauer unter Anleitung von Physiotherapeuten und Fitnesstrainern!
- ➔ Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über Nebenwirkungen von Medikamenten, Schwindel und Benommenheit!
- ➔ Achten Sie auf Gefahrenquellen im Haushalt, Stolperfallen und schlechte Beleuchtung!
- ➔ Befestigen Sie Haltegriffe, wo notwendig – zum Beispiel bei Stufen oder im Bad!
- ➔ Informieren Sie sich über die Rufhilfe! Diese wird u.a. vom Roten Kreuz angeboten und ermöglicht bei einem Sturz ein unkompliziertes Verständigen der Rettungskräfte per Knopfdruck am Armband.

Bänder und Sehnen

Was tun bei Verletzungen?

Bei Stop-and-go-Sportarten wie Fußball stehen Bänder und Sehnen unter hoher Belastung: Wichtige Prävention vor Überdehnungen und Rissen sind vor allem regelmäßiges Training sowie Koordinations- und Stabilisierungsübungen, aber auch das klassische Aufwärmen.



„Bei Überlastung bzw. falschen Bewegungsabläufen kann es zu Überdehnungen, aber auch Rissen kommen“, warnt der Unfallchirurg. „Eine Therapie ist dann unerlässlich: Sie ist immer individuell und richtet sich nicht zuletzt nach den sportlichen und beruflichen Anforderungen des Patienten.“

HÄUFIGSTE BANDVERLETZUNG

Ein Riss des vorderen Kreuzbandes im Knie kann vor allem beim Fußballspielen oder Skifahren auftreten. „In manchen Fällen lässt sich ein vorderer Kreuzbandriss ohne Operation behandeln“, so Frühwirth. „Für die OP entscheidet man sich vor allem bei sportlich aktiven Patienten, weil bei diesen die besten Langzeitergebnisse zu erwarten sind.“ Das verletzte Kreuzband wird gemäß internationalem Standard minimalinvasiv ersetzt, eine umfassende Physiotherapie ist erforderlich. „Hobbysportler sollten mindestens eine Pause von neun Monaten einplanen.“

TYPISCHE SEHNENVERLETZUNGEN

Rund 30 Prozent aller Sportverletzungen betreffen die Sehnen, oftmals die Achillessehne. „Sie reagiert schnell auf abrupte Stopps und Sprünge. Folgen können Schwellungen und Schmerzen, aber im schlimmsten Fall auch ein Riss sein“, erklärt der Sportarzt. Dann sollte man nicht mit dem Fuß auftreten, die betroffene Stelle kühlen und sofort das Krankenhaus aufsuchen. „Bei Nichtsportlern kann unter gewissen Umständen eine konservative Therapie in Erwägung gezogen werden: Haben die gerissenen Sehnenenden noch Kontakt, wachsen sie bei Ruhigstellung wieder zusammen. Bei einer OP werden die Sehnenenden wieder aneinandergenäht, danach wird das Bein mit einem Gipsverband oder Spezialschuh ruhiggestellt.“ In beiden Fällen ist eine konsequente Physiotherapie wichtig, um die normale Beweglichkeit nach der

Ruhigstellungsphase schonend, aber zügig wiederherzustellen.

SO BEUGEN SIE BÄNDER- UND SEHNENVERLETZUNGEN VOR

Je stärker die Muskeln, desto weniger Belastung sind Bänder und Sehnen ausgesetzt, das Verletzungsrisiko sinkt. Setzen Sie auf Kraft- und Koordinationsübungen, Rumpfstabilisation und gezieltes Ausdauertraining! Wichtig sind auch geeignetes Schuhwerk und bei besonderen Herausforderungen entsprechende Stützverbände – so wird die Gefahr des Umknickens gesenkt!



**OA Dr.
Marcel Frühwirth**
Abteilung für
Unfallchirurgie

Welser Zentrum für Peritonealdialyse (PD)



Einmal im Monat erfolgt für die PD-Patienten eine ambulante Kontrolle der Dialysequalität und der Blutbefunde im Zentrum.

Nierenersatztherapie zu Hause

Über die Nierenfunktion ist der Mensch in der Lage, Stoffwechselprodukte aus dem Blut zu filtern und über den Harn auszuscheiden. Kann das Organ dieser Aufgabe zum Beispiel aufgrund einer Erkrankung nicht mehr nachkommen und kann eine Nierentransplantation nicht durchgeführt werden, muss das Blut langfristig auf künstlichem Weg gereinigt werden. Die zwei Methoden dafür sind die Hämo- und die Peritonealdialyse.

An der 1986 etablierten Station für Hämodialyse am Klinikum Wels-Grieskirchen werden heute auf 25 Plätzen in sechs Schichten 140 Patienten betreut. Aufgrund des stetig steigenden Bedarfs wurde der Bereich bereits mehrmals erweitert. Ein erster Patient konnte bereits im Jahr 1988 mittels Peritonealdialyse behandelt werden. „Dieses Verfahren erfuhr in den folgenden Jahren immer größere Akzeptanz bei unseren Patienten“, so Manfred Wallner, Leiter des Bereichs Nephrologie, Innere Medizin IV, am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Durch ein strukturiertes Schulungsprogramm und das große Engagement des ärztlichen und pflegerischen Personals entwickelte sich auch diese Dialyseform zu einem festen Bestandteil unseres Angebots für die Nierenersatztherapie.“



„Neben der Expertise und der Erfahrung in der PD steht in unserem Zentrum die persönliche und fürsorgliche Betreuung unserer Patienten rund um die Uhr im Vordergrund.“

OA Dr. Manfred Wallner
Leiter des Bereichs Nephrologie,
Innere Medizin IV

SO FUNKTIONIERT DIE PERITONEALDIALYSE

Die einfachste Form der Peritonealdialyse ist die Kontinuierliche Ambulante Peritonealdialyse (CAPD). Dabei führt der Patient viermal am Tag zu festgesetzten Zeiten einen Beutelwechsel durch: Zwei Liter einer zuckerhaltigen Spüllösung werden für einige Stunden in die Bauchhöhle eingelassen. Nach dem Auslassen der Flüssigkeitsmenge wiederholt sich der Vorgang. Um eine größere Unabhängigkeit tagsüber zu gewähr-

leisten, können auch während der Nachtstunden automatisiert mehrere Beutelwechsel mittels Pumpgerät, „Cycler“ genannt, durchgeführt werden (Automatisierte Peritonealdialyse, kurz APD). Dabei kann die Bauchhöhle tagsüber leer bleiben oder mit einer speziellen Spüllösung gefüllt sein. Voraussetzungen für die PD sind neben der Bereitschaft des Patienten auch die Verfügbarkeit von Räumlichkeiten zu Hause.

Heute repräsentiert das Klinikum Wels-Grieskirchen das größte PD-Zentrum in Oberösterreich. Im Auftrag des Landes Oberösterreich wurde mit den Krankenhäusern in Scharding, Braunau und Ried ein Kooperationsvertrag für die flächendeckende Versorgung des Innviertels mit Peritonealdialyse geschlossen. „Damit wird gewährleistet, dass alle betroffenen Patienten umfassend über die verschiedenen Formen der Nierenersatztherapie informiert werden und sie das für sie geeignete Verfahren auswählen können“, so Wallner. Bei entsprechendem Interesse für die Peritonealdialyse werden sie in Wels für das Verfahren vorbereitet und intensiv geschult. Die weitere Betreuung erfolgt dann bei uns in enger Zusammenarbeit mit den Heimatkrankenhäusern.

Mehr Infos zur
Dialysestation
am Klinikum
Wels-Grieskirchen →



Wichtige Messung vor Eingriffen –
rasch und unkompliziert

So gut arbeitet die Leber

Die menschliche Leber kann etwas Besonderes: Als einziges Organ ist sie in der Lage, sich nachzubilden. Diese Funktion hat vor allem bei schweren Lebererkrankungen einen wichtigen Nutzen: Bei der Entfernung von Teilen des etwa eineinhalb Kilogramm schweren Organs können diese wieder nachwachsen. Vorab muss allerdings geklärt werden, wie viel von der größten Drüse des menschlichen Körpers entfernt werden darf, damit sie weiterhin funktionsfähig bleibt. Dafür steht nun am Klinikum Wels-Grieskirchen eine neue, hochpräzise und vor allem unkomplizierte Messmethode zur Verfügung.

Durch einen innovativen Atemtest erhält das betreuende Team auf schnellstem Weg hochpräzise Informationen für die Planung eines notwendigen Eingriffs: „Das ist insbesondere wichtig, wenn schwere Erkrankungen, wie Leberzirrhose, Leberfibrose oder Metastasen, vorliegen, wo eine ausgedehnte Leberresektion notwendig ist. Der neue nichtinvasive Leberfunktionstest gibt Auskunft darüber, wie viel Lebergewebe der Chirurg dem Patienten entfernen kann“, erklärt Walter Schauer, Leiter der Viszeralchirurgie am Klinikum Wels-Grieskirchen. Die Messergebnisse stehen in Echtzeit zur Verfügung.

WIE FUNKTIONIERT DER TEST?

„Dem Patienten wird eine auf sein Körpervolumen abgestimmte Menge des Medikaments ^{13}C -Methacetin über eine Vene gespritzt, welches von der Leber verstoffwechselt wird“, so Harald Hofer, Leiter der Abteilung für Innere Medizin I. Liegt eine hohe Anzahl an funktionstüchtigen Leberzellen vor, baut sich das Medikament rasch in Paracetamol und $^{13}\text{CO}_2$ um. „Letzteres gibt der Patient über die Atemluft ab, wo die Menge des enthaltenen markierten Kohlendioxids über eine mit dem Messgerät gekoppelte Atemmaske erfasst wird.“ Die Testung dauert in der Regel rund 45 Minuten und kann direkt am Krankenbett durchgeführt werden. Ob ein Teil des Lebergewebes entfernt werden kann und wenn ja, wie viel, ist abhängig von den Testergebnissen.



DAS SCHAFFT UNSERE LEBER

Die Leber ist der Dreh- und Angelpunkt des Stoffwechsels im menschlichen Körper. Über sie gelangen lebenswichtige Nährstoffe in den Kreislauf, über den sie zu den Körperzellen transportiert werden. Eine ihrer Hauptaufgaben stellt der Abbau und die Ausscheidung von Stoffwechselprodukten, Wirk- und Giftstoffen dar. Rund 2.000 Liter Blut fließen täglich durch die Leber.



MR Prim.
Dr. Walter Schauer,
PMPH

Leiter der Abteilung
für Chirurgie II
Viszeralchirurgie



Prim. Univ.-Prof. Dr.
Harald Hofer

Leiter der Abteilung
für Innere Medizin I
Gastroenterologie

Ein Tag mit

Ergotherapeutin Simone Wasserbauer

ALS GANZHEITLICHE THERAPIE SIEHT DIE ERGOTHERAPIE DAS AKTIV-SEIN FÜR DEN PATIENTEN ALS ZENTRALEN PUNKT. Körperliche, psychische oder kognitive Beeinträchtigungen, die als Folge von Krankheiten, Unfällen oder Entwicklungsstörungen auftreten, werden so behandelt, dass größtmögliche Selbstständigkeit und Unabhängigkeit im Alltags-, Berufs- und Schulleben erreicht werden. Individuelle Therapieangebote für das Training von Motorik, Sensorik, Wahrnehmung und Kognition unterstützen dabei. Ebenso werden auch Hilfsmittel und Adaptionen ausgewählt, um vorübergehende oder bleibende Defizite so gering wie möglich zu halten. Wir haben Ergotherapeutin Simone Wasserbauer einen Tag lang über die Schulter geschaut und sie bei ihrer Arbeit begleitet.

7:00 ▶

PLAN FÜR DEN TAG Im Rahmen der morgendlichen Teambesprechung erfolgt die Einteilung der stationären Patienten. Nach der telefonischen Rücksprache mit den verschiedenen Stationen bereiten sich die Ergotherapeuten auf die jeweiligen Therapien vor – individuell angepasst an die einzelnen Patienten.



◀ 7:30

AMBULANZ Im 30-Minuten-Takt starten die Therapien mit den ambulanten Handpatienten und die Sitzungen mit den neurologischen Patienten. Im Mittelpunkt steht die Behandlung von Patienten mit den verschiedensten Handverletzungen, wie Sehnenverletzungen, Handgelenks- und Fingerfrakturen, oder mit Krankheitsbildern wie dem Karpaltunnelsyndrom, Morbus Dupuytren oder Arthrosen, um nur einige aufzuzählen.

Beraten werden die Patienten auch hinsichtlich des Einsatzes von Hilfsmitteln. In der Therapie werden die Gelenke mobilisiert, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer verbessert.

Primäres Ziel ist dabei immer das Wiedererlangen der Selbstständigkeit im Alltag – stets in Abstimmung mit den Zielen, welche die Patienten auch selbst erreichen möchten. Dabei wird der Alltag der Patienten in die Behandlung miteinbezogen, Alltagssequenzen werden gemeinsam geübt und daraus ein Heimübungsprogramm erstellt.



Schon gewusst?

Die Bezeichnung Ergotherapie stammt aus dem Altgriechischen: „érgon“ steht für Tat, Handlung, Werk und „therapeía“ bedeutet Dienst, Hilfe, Pflege, Behandlung. Das „Tätigsein“ ist ein menschliches Grundbedürfnis und hat dabei eine heilende Wirkung – davon geht die Ergotherapie aus.



10:00 ◀ ▶

AUF DEN STATIONEN

Der Arbeitsalltag der Ergotherapeuten gestaltet sich abwechslungsreich: Patienten der unterschiedlichsten Stationen werden ärztlich zugewiesen, vor allem aber durch Neurologie und Stroke Unit. Bei schwer betroffenen Patienten erfolgt oftmals eine Co-Therapie mit der Physiotherapie.

Zu Alltagsübungen zählen das An- und Auskleiden, Schreiben, selbstständige Körperpflege, Kochen und Essen.

Konzentration und Merkfähigkeit werden mit kognitivem Training verbessert.

Armfunktions- und Greiftraining unterstützen die Grob- und Feinmotorik – wichtig für Tätigkeiten wie Haare kämmen, föhnen und mit kleineren Gegenständen, etwa Münzen, Knöpfen oder Reißverschlüssen, hantieren.

Auch das Binden von Schuhbändern, Wasser einschenken oder Verschlüsse aufschrauben zählen dazu.

Verschiedenste Handlungsschritte müssen neu erlernt werden – auch das selbstständige Durchführen von Lagewechseln im Bett oder der Transfer vom Bett in den Sitz oder Stand.

Darüber hinaus schulen die Ergotherapeuten die Betroffenen auch in den Bereichen der Wahrnehmung und Sensibilität.



15:00 ▲

BEVOR DER ARBEITSTAG ZU ENDE

GEHT werden alle Patienten des Tages dokumentiert und Vorbereitungen für den nächsten Tag getroffen.

12:30 ▼

ARBEITEN AUF DEN STATIONEN



14:00 ▲

ANRUF VON DER UNFALLSTATION Nach einer Strecksehnenverletzung wird ein stationärer Patient mit einer umgekehrten Kleinert-Schiene versorgt. Dafür werden je nach Komplexität der Verletzung ein bis zwei Stunden benötigt. Wichtig ist dabei eine gute Rücksprache mit den Hand- bzw. Unfallchirurgen. Mittels thermoplastischen Materials wird die Schiene direkt an den Patienten angepasst.



Steckbrief

Name: Simone Wasserbauer

Alter: 30 Jahre

Da komm ich her: aus dem Bezirk Steyr-Land

Da bin ich zu Hause: am Land, in der Natur und in den Bergen

Als Kind wollte ich unbedingt werden: Floristin oder Krankenschwester

Darum mag ich meine Arbeit: Weil wir viele verschiedene Aufgabenbereiche haben und somit einen sehr abwechslungsreichen Arbeitsalltag, das Arbeiten in einem Team macht sehr viel Spaß, auch der Austausch miteinander

In meiner Arbeit spüre ich „das Ordensspital“ durch: wertschätzen den Umgang miteinander, trotz der Größe spürt man ein familiäres und freundliches Flair.

Das möchte ich in meinem Leben noch erreichen: Immer einen guten Ausgleich zwischen Beruf, Familie und Freizeit zu finden, weiterhin so viel Freude an meinem Beruf zu haben



Pilotprojekt:
OMS-Medizinphysiker führen
mit der Klinikum-Radiologie
eine Messung bei einer
innovativen Angiographie-
Intervention durch.

Live-Dosimetrie macht Strahlung sichtbar

Modernster Strahlenschutz am Klinikum

Keine moderne Medizin ohne Röntgenstrahlung: Dennoch bleibt ihre Anwendung ein Risiko für den Menschen. Kontinuierliche Messungen waren bisher die einzige Möglichkeit, ihre Dosis nachzuweisen. In Wels wurde ein Pilotprojekt initiiert, um die Strahlungsbelastung für alle Beteiligten in Echtzeit hochpräzise zu messen und daraus Schulungen für das Personal zu entwickeln.

Der Nachweis über die Einhaltung der Grenzwerte erfolgt durch Personendosimeter, welche von amtlich anerkannten Messstellen ausgegeben werden“, erklärt Medizinphysiker Richard Mittasch. „Rund 700 Personen werden im Klinikum auf diesem Wege überwacht.“ Die Ergebnisse liegen erst im Folgemonat als gesamte Strahlenbelastung vor, Optimierungsmöglichkeiten konkreter Handlungsabläufe lassen sich dadurch nicht ableiten. „Darum stellen Medizinphysiker Alltagssituationen nach oder führen Messungen direkt im klinischen Betrieb durch. Dabei ergibt sich wiederum die Problematik, dass Messungen während eines laufenden Eingriffes Störfaktoren darstellen und nachgestellte Situationen nie die volle Realität widerspiegeln können.“

WAS TUN?

Medizinphysiker des Welser Unternehmens OMS suchten deshalb nach einer neuen Methode: „Durch die Kombination moderner Messtechnik, Videoequipment und digitaler Datenverarbeitung machen wir mit der Live-Dosimetrie die Röntgenstrahlung greifbar. Ohne die klinische Routine zu unterbrechen, erfassen wir die volle Bandbreite schnell wechselnder Situationen während eines Eingriffs und zeichnen die Dosis für alle im Raum anwesenden Personen vollautomatisch auf. Bei Bedarf sind sogar Messungen an mehreren Körperstellen einer Person, etwa an Kopf, Brust und Hüfte, möglich.“

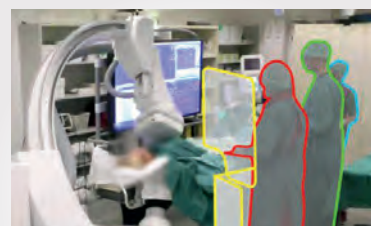
NEUE SCHUTZMÖGLICHKEITEN

Nach der Fusion von Mess- und Videodaten werden die verschiedenen Situationen abseits der Betriebsamkeit des Eingriffes analysiert, mit dem Interventionspersonal nachbesprochen und praktikable Verbesserungsmaßnahmen diskutiert. „Das Zusammenspiel der eingesetzten Techniken eröffnet neue Möglichkeiten für Schutzmaßnahmen des Personals und zeigt ungenutzte Potenziale auf, welche mit teils geringem Aufwand genutzt werden können“, so Mittasch.



„Die Live-Dosimetrie erfolgt automatisch, damit sich das medizinische Personal voll auf seine Aufgaben und den Patienten konzentrieren kann.“

DI Richard Mittasch, MSc, OMS



So sehen die Ergebnisse der Analyse aus: Messdaten und Video werden synchronisiert und zu Videosequenzen mitsamt eingeblendeten Dosisinformationen verschmolzen.



Achtung Freizeitunfälle

First Ed weiß, wie man schnell und richtig hilft. Bist auch du ein Ersthelfer oder eher ein Nichthelfer? Kreuze richtig an!

1

Freizeitunfälle, vor allem Sportunfälle, enden regelmäßig mit einer Verstauchung, Muskelrisen, Zerrungen und Prellungen. Als wichtige Erste-Hilfe-Maßnahme ist hier die PECH-Regel zu nennen:

Die Anfangsbuchstaben P, E, C, H stehen für folgende Behandlungsschritte:

- ☐ Pressen, Einfaschen, Chemie und Heilen lassen
- ☐ Pech gehabt, Eis, Chemie und Hochlagern
- ☐ Pause, Eis, Compression und Hochlagern

*Auflösung siehe Seite 35

2

Verliert jemand das Bewusstsein, atmet aber normal, bringt man ihn in die stabile Seitenlage – aus folgendem Grund:

- ☐ damit der Betroffene nach dem Erwachen nicht orientierungslos wegläuft – er ist ein möglicher Unfallzeuge und muss noch befragt werden
- ☐ um die Atemwege freizuhalten
- ☐ erfahrungsgemäß erwachen die Patienten so wiederum sehr schnell, da mehr Sauerstoff ins Gehirn gelangen kann

3

Beim Nasenbluten ...

- ☐ legt man den Kopf in den Nacken, um ein übermäßiges Bluten zu verhindern
- ☐ beugt man sich nach vorne, um das Blut schneller ablaufen zu lassen
- ☐ beugt man sich nach vorne, um nicht zu viel Blut zu schlucken



Oft ist das Leben ein Balanceakt – weder der Körper, noch die Seele soll vernachlässigt werden. Dazu braucht es zwei Standbeine, damit man nicht ins Wanken gerät.

*Klinikum-Seelsorge:
Fitnessstipps für Körper und Seele*

Anleitung zum spirituellen Zweibeinstand



Manchmal geht's mit ein wenig Dankbarkeit wieder bergauf: Der Perspektivenwechsel auf die wertvollen Dinge im Leben macht zufriedener.

Eine gesunde Spiritualität achtet auf ein gutes Gleichgewicht zwischen Körper und Seele. Für eine stabile Gesundheit braucht es beide Standbeine: Ein spiritueller Einbeinstand bringt das eigene Wohlbefinden ins Wanken. Das Zusammenspiel von Körper und Seele ist eng. Aus der Psychosomatik wissen wir heute von den Wechselwirkungen zwischen den Bereichen. Beide wollen gepflegt und trainiert werden.

So bleibt die Seele in Schuss

1 Holen Sie sich in den gegenwärtigen Moment zurück!

Sind wir mit unseren Gedanken allzu oft in der Vergangenheit oder in der Zukunft, verlieren wir den Bezug zu uns selbst. Durch folgende kurze Gedankenexperimente bringen wir Körper und Seele wieder in Kontakt zueinander:

Wie atme ich gerade?

Wie sitze, stehe, gehe ich?

Wie nehme ich meine Umgebung wahr?

Aus unserer Anwesenheit im Jetzt schöpfen wir Kraft für unsere Aufgaben in der Welt.

2 Nehmen Sie Ihre eigenen Bedürfnisse ernst!

Wer sich selbst und seine Bedürfnisse konsequent übergeht, spürt früher oder später die Auswirkungen. Krankheit wird so ein Hilfeschrei der Seele nach mehr Beachtung. Wobei kann ich Energie auftanken? Was erfüllt mich mit Freude? Was brauche ich, um ein Zuwenig (Bewegung, Schlaf ...) oder ein Zuviel (Stress, Essen ...) auszugleichen? Ein gesundes Verhältnis von Geben und Nehmen fördert die eigene Zufriedenheit.

3 Pflegen Sie eine Kultur der Dankbarkeit!

Dankbarkeit ist wie ein Fahrstuhl aus dem Keller der Unzufriedenheit. Richten wir unsere Aufmerksamkeit bewusst auf das Gelingende, sorgen wir für einen Perspektivenwechsel.

Wofür bin ich heute dankbar?

Für welche Fähigkeiten, Begabungen, Talente kann ich dankbar sein?

Wer hat mich positiv beeinflusst?

Wer Dankbarkeit rituell pflegt, entdeckt verborgene Schätze in seinem Leben. Notieren Sie in einem Tagebuch jeden Abend drei Aspekte!

Kolumne



Sr. Teresa Hametner,
Generalvikarin der
Franziskanerinnen
von Vöcklabruck



Auch ein seelischer Frühlingsputz kann nicht schaden: Täglich sammelt sich in unserem Inneren viel an – ob Stress, Sorgen oder Streitigkeiten, manchmal ist es gut, schlechte Gefühle einfach richtig zu entsorgen.

Entrümpelung einmal anders **Ordnung ins Leben bringen**

Aufräumratgeber sind in. Selbsternannte oder wahrhafte Experten geben Tipps, wie man das, was sich zu Hause ansammelt, aussortieren und ordnen kann. Manchmal ist das richtig schwer.

Für mich ist dieses äußere Aussortieren und Ordnen oft auch ein Vorbild für mein Inneres.

Als junge Ordensfrau habe ich die Bücher von Richard Rohr, einem deutschstämmigen Franziskaner, der in Amerika lebt, regelrecht verschlungen. Eines meiner Lieblingsbücher war „Von der Freiheit loszulassen – Letting go“. Ich habe die Freiheit und kann mich dazu entscheiden, mein Leben zu entrümpeln. Vieles hat sich angesammelt, ja sammelt sich täglich in meinem Inneren an:

Verletzungen, Kränkungen verschiedenster Art, Sorgen, Streitigkeiten in der Familie, Stress in der Partnerschaft oder Gemeinschaft, Überforderungen im Beruf, zu pflegende Angehörige, finanzielle Sorgen. Die Liste ließe sich sicher noch fortsetzen. Es braucht einen guten Teil meiner Kraft, dies alles auszuhalten. Meine Gedanken kreisen um diese Belastungen und finden oft keine Lösungen.

Vieles von dem, was mich hemmt in meinem Leben und niederdrückt, ist von schwer beeinflussbaren äußeren Faktoren abhängig. Für manches aber habe ich die Macht und Möglichkeit, es zu ändern. Kränkungen, Verletzungen und Wunden des Alltags brauche ich nicht ein Leben lang zu hüten, denn diese Pflege führt zu keiner größeren Freiheit. Klar sein im Reden und Handeln gepaart mit Gelassenheit und ein bisschen Humor, das hilft beim Bearbeiten meines „Vollgestopftseins“ und führt zu einer inneren Balance und Zufriedenheit.

Manchmal kommt es im Leben zu schweren seelischen Kränkungen. Sie verhindern ein erfülltes Leben und zeigen sich in vielen Fällen auch im Körper. Vielfach weiß ich gar nicht, was mich so bedrückt. Heilsam kann es da sein, wo ich jemandem Vertrauen schenke. Wenn mich jemand so annimmt, wie ich gerade bin. Sich nicht abwendet, wenn mein Verhalten nicht angepasst erscheint. Wenn jemand nicht für mich handelt, sondern mit mir geht.

Behutsame professionelle Hilfe ist notwendig, um den Mut zu finden,

in mein Inneres zu schauen, meinen Schmerz, meine Trauer, meine Kränkung als solche zu erkennen, zu benennen, anzuschauen, zu begreifen. Die Lösungen liegen letztlich in mir – aber sie müssen geboren werden. Gute Psychotherapeuten sind hier wichtige Geburtshelfer und ich sollte keine Scheu haben, sie zu kontaktieren.

Ich habe auch die Möglichkeit, Sorgen, Ängste, Verzagtheit, Wut, Verletzungen, Sehnsüchte, Freuden und Leiden jeden Tag vor Gott hinzulegen. Nicht, dass ich ihm die Arbeit überlassen will, aber manches ist bei ihm einfach gut aufgehoben. Und Gott um den Segen für eine Person oder Situation, die ich schwer aushalte, zu bitten, hat in meinem Leben schon viel bewirkt. Darauf vertraue und baue ich. Mir tut es gut, mit Gott zu rechnen und loszulassen. Das hilft mir auch, meinen Part besser zu erkennen und zu tun, was meines ist.

Sr. Teresa Hametner

Generalvikarin und Ausbildungsleiterin der Franziskanerinnen von Vöcklabruck

Abfallmanagement im Krankenhaus

Saubere Sache

Das gestiegene Umweltbewusstsein der Bevölkerung, ein bedachter Einsatz von Rohstoffen und begrenzte Deponiemöglichkeiten, vor allem aber steigende Kosten in der Entsorgung sind Gründe, warum das Abfallmanagement in modernen Großbetrieben einen immer höheren Stellenwert einnimmt. Hierzu zählen auch die Krankenhäuser, da hier eine große Bandbreite an Abfällen, darunter auch besonders überwachungsbedürftige Stoffe, wie etwa infektiöse Abfälle oder Zytostatika, anfällt.

Einen der Schwerpunkte der Entsorgung innerhalb des Klinikums nimmt die Beratung der Mitarbeiter in Fragen der Abfallvermeidung, Abfallverwertung und Abfallentsorgung ein. „Aber auch die Aufklärung über schädliche Umwelteinwirkungen, wie sie zum Beispiel von Sonderabfällen ausgehen kann, zählt zu unseren Aufgaben“, erklärt Wolfgang See, Abfall- und Gefahrngutbeauftragter am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Unser Vier-Mann-Team der Entsorgung leistet allen Klinikum-Mitarbeitern professionelle Unterstützung bei der Sortierung und Kennzeichnung von Abfällen. Von uns organisiert wird der innerbetriebliche Transport und auch das Zwischenlagern und Überwachen der Stoffe, bis diese der Verwertung oder Entsorgung zugeführt werden.“ Der Abfallbeauftragte ist auch für die Überwachung des Entsorgungsprozesses verantwortlich: „Die Übergabe der Abfälle erfolgt an eigens beauftragte Entsorgungsunternehmen. Für die jeweiligen Stoffe müssen notwendige Nachweise erbracht werden und Transportgenehmigungen vorliegen“, berichtet See. „Auch die regelmäßige Beobachtung des Entsorgungs-, Rohstoff- und Sekundärrohstoffmarktes sowie Preis- und



Vertragsverhandlungen mit Entsorgungsunternehmen zählen zu unseren Aufgaben. Wir sind gut vernetzt in der Region und haben verlässliche Partner in der Entsorgung – auch die Preise sind gut verhandelt.“

DAS IST DER MÜLL

Das Hauptaugenmerk in der Entsorgung liegt auf Akten, Altglas und Metall sowie Elektroschrott in kleineren und größeren Mengen. Als problematisch in der Handhabung stellen sich etwa Kühllakus, Styropor, Flüssigkeiten aller Art, wie zum Beispiel Laborabfall oder Lösemittel, Amputate, Organe und Gewebe dar. Altmedikamente der Apotheke, Infusionsabfall, Antibiotika und Schmerzmittel werden verbrannt, Zytostatika extra entsorgt. Bioabfälle aus der Gemüseküche werden durch die Klinikum-Gärtnerei entsorgt.





Entsorgungszahlen 2019:

890.000 kg	▶ Restmüll
260.000 kg	▶ Altpapier
80.000 kg	▶ Vernichtete Akten
61.000 kg	▶ Kunststoff
26.000 kg	▶ Weißglas
4.500 kg	▶ Buntglas
40.000 kg	▶ Infektiöser Müll
ca. 1.800.000 kg	▶ Gesamtabfallmenge

Ziele des modernen Abfallmanagements im Krankenhaus

Schaffung, Erhaltung und Weiterentwicklung einer umweltgerechten Abfallwirtschaft durch:

Vermeidung von Abfällen

Getrenntsammlung von Wertstoffen

Reduzierung von Schadstoffen in Abfällen

Im Wordrap Wolfgang See



Was sind die Aufgaben in der Abfallwirtschaft?

Wir sind verantwortlich für den gesamten Abfallkreislauf von der Weiterverwendung und Verwertung bis hin zur Beseitigung, der Sammlung und Sortierung, der Behandlung und den Transport.

Was ist gute Mülltrennung?

In unserem Abfall stecken viele Schätze! Rohstoffe und Wertstoffe, die man wiederverwerten kann. Deshalb trennen wir unseren Müll. Je besser, umso mehr werden unsere Ressourcen geschont, die Umwelt vor noch mehr Zerstörung bewahrt und Kosten gespart.

Wie kann man Abfall vermeiden?

Indem man überflüssige Verpackungen vermeidet, zum Beispiel Obst und Gemüse lose kauft oder Getränke in Mehrwegflaschen. Gut geeignet sind Stofftaschen oder Körbe zum Transportieren der Lebensmittel. Keine Wegwerfprodukte, wie etwa Einmalrasierer, kaufen!

Das ist uns besonders wichtig ...

Dass die Menschen ein wenig mehr auf unsere Umwelt und Ressourcen achten, richtig und mehr trennen. Wenn Klinikum-Mitarbeiter Fragen haben – es gibt keine „dummen Fragen“, meine Kollegen und ich erteilen gerne Auskunft.



Das Bewusstsein für das Mülltrennen muss steigen – falsch sortierten Müll zu entsorgen, kostet viel Geld.

Aktenvernichtung passiert bei uns inhouse: 80.000 Kilogramm Akten werden pro Jahr vernichtet und können im Anschluss dem Altpapier zugeführt werden



Update

Deeskalationsmanagement

Klinikum-Mitarbeiter erleben im Krankenhaus immer wieder schwierige Kommunikation und Konfliktsituationen sowie aggressive Übergriffe vonseiten der Patienten. Wie Eskalationen so gut als möglich abgewendet werden bzw. erst gar nicht entstehen können, damit setzt sich im Klinikum Wels-Grieskirchen eine interdisziplinäre Projektgruppe auseinander.

→ **NOTRUFKNÖPFE:** sind derzeit auf der Psychiatrie in der Testphase und werden dann sukzessive in weiteren Bereichen eingeführt.



Die Mitarbeiter der psychiatrischen Station tragen einen Notfallknopf: Wer ihn aktiviert, wird an seinem Standort gefunden.

→ **ONLINE-AGGRESSIONSERFASSUNGSTOOL:** in Bearbeitung

→ **ZWEITE AUSGEBILDETE DEESKALATIONSTRAINERIN PLUS ZUSÄTZLICHE DEESKALATIONSTRAININGS FÜR MITARBEITER**

→ **NACHRICHTENMODUL** für TV in den Ambulanzen

→ **PENDELTÜREN:** Umsetzung abgeschlossen



Ab sofort kann der Stützpunkt der psychiatrischen Station versperrt werden und ist somit nicht mehr für jedermann zu jedem Zeitpunkt zugänglich.

Kompakter Überblick, schnelle Suche, einfach teilbar

Die neue Klinikum-Jobbörse



„Online-Recruiting ist heute ein Muss für jedes Unternehmen.“

Mag. Katharina Kögler,
HR-Managerin

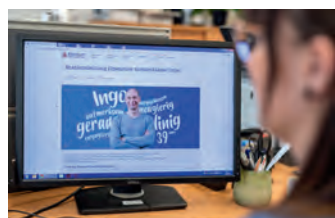
Ganz im Trend liegt der neugestaltete Online-Auftritt des Klinikum-Karriereportals:

„Das Jobangebot ist ab jetzt geclustert nach groben Berufsprofilen und somit übersichtlicher für die Bewerber. In den Inseraten werden die jeweils zuständigen Ansprechpartner ausgewiesen“, erklärt HR-Managerin Katharina Kögler. Sie zeichnet verantwortlich für die Weiterentwicklung der Plattform.

„Statements von Führungskräften geben einen Einblick in die Tätigkeitsbereiche, weiterführende Informationen in den FAQs sind direkt verlinkt.“

Weniger ist mehr: Im digitalen Zeitalter stellen Online-Jobbörsen ein essenzielles Tool im Recruiting dar. Die Handhabung muss einfach und unkompliziert für Bewerber sein, die Darstellung ansprechend und zeitgemäß. „Das sind auch die Erwartungen der Bewerber. Das Angebot muss außerdem tagesaktuell und teilbar sein, nur so kann eine möglichst hohe Reichweite erreicht werden.“

Übersichtliche und einfache Suchfunktion, ansprechende Gestaltung und eine große Bandbreite an Überkategorien – alles neu bei der Klinikum-Jobbörse.



Schön, hier zu arbeiten

Eine Vielzahl an Benefits machen das Klinikum zu einem attraktiven Arbeitgeber:



Im Videoformat erklären Klinikum-Mitarbeiter, warum sie gerne hier arbeiten



→ lebendiges Netzwerk mit persönlicher und wertschätzender Kultur

→ attraktive Rahmenbedingungen für Fortbildung und Weiterentwicklung

→ eine ausgezeichnete Ausbildungsqualität, Coaching, Mentoring und Supervision

→ breites Angebot an Maßnahmen zur Gesundheitsförderung

→ individuelle Arbeitszeitmodelle und lebensphasenorientierte Rahmenbedingungen

→ und vieles mehr

Klinikum ist

Unter den **Besten Recruitern Österreichs**



Ausgezeichnet in Sachen Personalsuche (v.l.n.r.): Mag. Tanja Gegenleithner, Teamleitung nicht-ärztliche Gesundheitsberufe, HR-Leiterin Mag. Julia Stierberger, Mag. Eva Quereser, Teamleitung Ärzte und HR-Managerin Mag. Katharina Kögler.

BEST RECRUITERS, die größte Recruiting-Studie im deutschsprachigen Raum, hat für 2019/20 wiederum die Recruiting-Qualität österreichischer Unternehmen und Institutionen analysiert. Mit einer Auszeichnung in Silber ist auch das Klinikum Wels-Grieskirchen an der Spitze zu finden.

Gegenüber dem Vorjahr haben wir unsere Platzierung im Branchenranking markant verbessert. Wir sind von Platz 6 auf Platz 2 vorgerückt und konnten somit das silberne Gütesiegel erreichen“, so Julia Stierberger, Leiterin des Personalmanagements am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Besonders konnten wir bei der Online-Recruiting-Präsenz punkten. Auch bei den Stellenanzeigen haben wir mit dem zweiten Platz im Branchenranking gut abgeschnitten.“

Herausforderungen für die Zukunft
Um Strukturen und Abläufe weiterhin zu optimieren, hat das Klinikum-Per-



„Wir begegnen unseren Bewerbern im Recruitingprozess auf Augenhöhe.“

Mag. Kathrin Friedl,
Teamleiterin Betriebs- und
Verwaltungspersonal

sonalmanagement bereits weitere Punkte am Plan: „Es ist uns wichtig, die Usability im Bewerbungsprozess weiter zu verbessern, um es unseren Bewerbern noch leichter zu machen“, erklärt Stierberger. „Zum Jahreswech-

sel haben wir ein neues Bewerbermanagement-Tool eingeführt, das uns hier mit Sicherheit Vorteile bringt. Wir erhoffen uns davon insbesondere auch eine bessere Unterstützung im Recruiting-Prozess und dadurch eine Verkürzung der Reaktionszeiten.“

Attraktiver Arbeitgeber Klinikum Wels-Grieskirchen

Bewerber aus den unterschiedlichsten Berufsgruppen finden mit dem größten Ordensspital Österreichs einen attraktiven Arbeitgeber: „Neben einem breiten Jobangebot und einem äußerst spannenden Arbeitsumfeld geben wir Interessenten vor allem einen sehr sicheren Arbeitsplatz. Es ist uns auch ein großes Anliegen, den Austausch und die Kooperation zwischen den Berufsgruppen und Abteilungen stark zu forcieren. Wertvolle Rahmenbedingungen, wie Familienfreundlichkeit, Lebensphasenorientierung oder vielfältige Teilzeitmodelle, tragen ihr Übriges zur Zufriedenheit der Mitarbeiter bei.“



Michael Cervek, Küchenleiter am Klinikum-Standort Wels, mit Eierlieferantin Margit Fuchshuber aus Gunskirchen

Langjährige Lieferanten garantieren Sicherheit und Qualität

„Einkauf von hochqualitativen Lebensmitteln, Treue zu unseren Lieferanten und gemeinsame Weiterentwicklung – das ist die Basis, auf welcher wir beste Gerichte für unsere Kunden zubereiten können.“

Michael Cervek,
Küchenleiter am
Klinikum-Standort Wels

Regionale Partner im Klinikum-Küchenalltag

Ob Frischgemüse, Milchprodukte, Fleisch oder Mehl – ein großer Teil der in den Küchen am Klinikum Wels-Grieskirchen verarbeiteten Lebensmittel stammt aus der Region. Kurze Anlieferungswege und Qualität, auf die man sich verlassen kann, sind nur zwei der Gründe, warum sich die Großküchen für heimische Partner entscheiden und somit einen wichtigen Motor in der lokalen Wirtschaft darstellen.

In unseren Großküchen des Klinikum Wels-Grieskirchen sind wir täglich bemüht, die Qualität der eingesetzten Lebensmittel auf einem sehr hohen Standard zu halten und selbst bei den großen Mengen auf Regionalität und erstklassige Produktqualität zu achten“, erklärt Michael Cervek, Küchenleiter am Klinikum-Standort in Wels. „Unsere langjährigen Lieferanten sind Garanten dafür, dieses Ziel zu erreichen“, ergänzt sein Grieskirchner Kollege Hannes Zeininger. „Schon immer war das Klinikum ein wichtiger Kunde für die Lebensmittelbetriebe der Region.“

Neben den wichtigen großen Lieferanten hat eine zunehmende Menge an bäuerlichen Lieferanten mit dem Klinikum einen Abnehmer für ihre erstklassigen Produkte gefunden. So stammen in etwa die Hälfte der verarbeiteten Lebensmittel direkt aus der Region.

Schon gewusst?

Diese Produkte stammen direkt von Bauern, heimischen Gewerbebetrieben und aus der hauseigenen Bäckerei:

Frischgemüse, Äpfel, Frischmilch, Milchprodukte, Joghurt, Kartoffel, Getreide, Honig, Sauerkraut, Eier, Rapsöl, Fleisch und Wurst, Brot und Gebäck, Nudeln, Mehl



Hannes Zeininger,
Klinikum-Küchenchef am
Standort Grieskirchen

„Besonders erwähnenswert sind in diesem Zusammenhang die kleinen Betriebe, die mit ihren Produkten direkt den Geschmack unserer Heimat auf den Tisch bringen“, so Zeininger. Aber nicht nur die Regionalität ist für die Klinikum-Küche ein entscheidender Faktor für die Qualität der Menüs: „Manche Produkte der mediterranen Küche bekommt man einfach nur dort in bester Qualität, wo sie ursprünglich herkommen“, erklärt der Grieskirchner Küchenleiter. „So beziehen wir teilweise Olivenöl direkt aus Griechenland und Tomatenprodukte, Pasta, Sardellen und Artischocken von einem italienischen Händler.“



In den Großküchen am Klinikum Wels-Grieskirchen werden täglich frische, heimische Lebensmittel verarbeitet.



So weiß man, was man bekommt: Der persönliche Kontakt zu den Lieferanten ist Lagerverwalter Christian Jetzinger (Bildmitte, mit den Milchlieferanten Karl und Regina Grabmayr aus Prambachkirchen) wichtig.



Regionalität und Frische punktet bei Gemüse – aus der Eferdinger Gemüseverarbeitung von Franz Reiff bezieht das Klinikum nur heimische Produkte.

Das verkocht die Welser Küche in einem Jahr:

400.000 Stk	Eier
70.000 l	Frischmilch
54.000 kg	Weizenmehl
40.000 kg	Kartoffeln
16.000 kg	Schweinefleisch

Auflösung von Seite 27:
Pause, Eis, Compression und Hochlagern. Atemwege freihalten. Um nicht zu viel Blut zu schlucken.



Sie möchten das Klinikum-Magazin gerne zu Hause lesen?

Dann nutzen Sie unser Bestellformular*:

Vorname, Name:

Straße:

Postleitzahl:



Porto
zahlt
Empfänger

Klinikum Wels-Grieskirchen GmbH
Marketing/PR
Grieskirchner Straße 42
4600 Wels

Senden Sie diesen Abschnitt per Post, oder senden Sie uns ein E-Mail an marketing@klinikum-wegr.at! Wir freuen uns über Ihre Bestellung!

*gilt nicht für Klinikum-Mitarbeiter

Einführungstage für Jungmediziner

medi skills – start your career



Die Kursteilnehmer sind begeistert: „medi skills bedeutet maximalen Erfolg bei Nahttechniken!“



Die Einführungstage bieten den Jungmediziner neue Einblicke in verschiedene Fachbereiche, die sie bisher nicht für sich in Erwägung gezogen haben.



„Es ist auch für mich eine Freude, immer wieder zu sehen, wie engagiert alle bei der Sache sind.“

OA Univ.-Doz. Dr. Friedrich Prischl, Ausbildungskoordinator am Klinikum



Auch, wenn's ein bisschen weh tut – jeder schlüpft selbst einmal in die Rolle des Patienten.



Maßgeschneidert für Nachwuchsärzte bildet „medi skills start“ einen Teil des umfassenden Ausbildungsangebots am Klinikum Wels-Grieskirchen.

Vom Anamnesege spräch über die erforderlichen Untersuchungstechniken bis hin zu ersten therapeutischen Maßnahmen – erfahrene Kollegen zeigen Jungmediziner den richtigen Umgang mit den Patienten, in deren Rolle jeder Teilnehmer selbst einmal schlüpft. Bei Abschluss des Moduls erhalten die bestens auf ihre Famulatur vorbereiteten Teilnehmer auch ein Kursdiplom. Das begeisterte Feedback reicht von „Top! Alles Wichtige prägnant zusammengefasst!“ über „Sehr lehrreich – macht Lust auf eine Famulatur“ bis hin zu „Teilnahme an der Radiologiebesprechung und Visite an der Herz-Thorax-Gefäßchirurgie – mega cool!“.

Mittendrin statt nur dabei

INSIDE Augenheilkunde

Die neue Veranstaltungsreihe Inside ermöglicht es vor allem Jungärzten, aber auch interessierten Kollegen, vielversprechende Fachrichtungen am Klinikum kennenzulernen und spannende Einblicke in die Abteilungen und Institute zu gewinnen. Ende Jänner



wurde die Augenheilkunde hinsichtlich Leistungsspektrum, Jobprofil, Entwicklungschancen und Zukunftsaussichten kurz vorgestellt.

What about

Unter Kollegen anderer Disziplinen wird die Augenheilkunde manchmal im Vergleich zur Inneren Medizin oder zur Chirurgie als „kleineres Fach“ bezeichnet.

net. Zu Unrecht. Neben Sehschwächen und einem breiten Spektrum an Augenerkrankungen setzt sich die Ophthalmologie mit den Manifestationen zahlreicher allgemeiner Erkrankungen, die sich durch Veränderungen am Auge erstmalig bemerkbar machen, auseinander. Das kann zum Beispiel neurologische oder Gefäßerkrankungen betreffen. Die Augenheilkunde ist darüber hinaus Schauplatz revolutionärer Therapieentwicklungen – etwa in den Bereichen der Hornhauttransplantation oder der feuchten Form der altersbedingten Makuladegeneration (AMD). Eines der wichtigsten Ziele der modernen Ophthalmologie ist, eine Behandlungsmöglichkeit für die trockene AMD zu finden. Viele spannende Aufgaben warten auf die Augenärzte von morgen.



Selbst ausprobieren und hautnah erleben, wie es im Gesundheitsberuf läuft – das zählt!



Fit4Life 2020 *Fit für die Zukunft*

Bei der bereits 10. Auflage von „Fit4Life“ informierten sich über 1000 gesundheitsbegeisterte Jugendliche über Gesundheitsberufe und konnten dabei einen Einblick in die Ausbildungsmöglichkeiten bei praxisnahen Aktionsständen gewinnen. Auch das Ausbildungszentrum Wels sowie die FH Gesundheitsberufe OÖ waren live dabei.

Einen Einblick
gibt's hier →



The Next Generation Gut angeleitet



Mentoren und Praxisanleiter leisten einen immens hohen Beitrag für die Ausbildung von Pflegepersonal. Sie leiten die nächste Generation an und vermitteln neben dem fachlichen Know-how auch soziale und menschliche Kompetenzen. Eine aktuelle Befragung der Arbeiterkammer hat ergeben, dass insbesondere die Teamarbeit und der Zusammenhalt im Team eine sehr positive Ressource der „Arbeitswelt Pflege“ darstellt. Diese positive Haltung neben der Vielzahl an fachlichen Kenntnissen und Fertigkeiten zu transportieren, stellt eine wesentliche Aufgabe der Anleitung dar. Für diese Aufgaben ist auch ein hohes Maß an Selbstreflexion notwendig. Die Tagung „Praxisanleitung 2020“ soll einen Beitrag leisten, sich auszutauschen und neue Ideen und Energie für die Alltagssituationen mitzunehmen.



Klinikum-Pflegekräfte auf dem Weg durch die Stadt – die aktuelle Buswerbung macht auf das bunte und vielseitige Berufsbild der Pflege aufmerksam.



Richtig abgefahren

#wirsindpflege auf dem Weg durch die Stadt

Mit der aktuellen Mitarbeiterkampagne setzt das Klinikum ein starkes Zeichen für seine Pflegekräfte. Mit Plakaten, Kinowerbung, Inseraten, Social Media Marketing und beklebten Stadtbussen rücken stellvertretend Testimonials die tragende Säule der Pflege im Gesundheitssystem ins Scheinwerferlicht.

Jede Menge Nährstoffe

Gib deinem Körper Kraft

Jede Menge wertvolle Nährstoffe für Muskeln und Gelenke finden wir in unserem Frühlingsmenü: Angefangen bei A wie Artichoke und Avocado über Lachs und Leinsamen bis hin zu Paprika und Quinoa präsentiert Küchenchef Hannes Zeininger abwechslungsreiche Kost mit Mineralstoffen und Vitaminen von A bis Z.

Spitzpaprika mit Hirse-Quinoa-Fülle und Süßkartoffelwedges

GEFÜLLTE SPITZPAPRIKA:

80 g Hirse und 80 g Quinoa waschen und in Gemüsebrühe kochen. Abseihen und mit 270 g Topfen (20 %), 30 g Parmesan, 70 g gemischtem Wurzelgemüse, 3 Eiern und 50 g Dinkelvollkornmehl mischen. Mit Salz, Pfeffer, frischen Kräutern und Muskat würzen. Masse im Kühlschrank 30 Minuten rasten lassen. Spitzpaprika mit der Masse füllen und im Rohr bei mittlerer Hitze in Rapsöl braten.

SÜSSKARTOFFELWEDGES:

0,8 kg Süßkartoffeln in gleich große Spalten schneiden. Mit Olivenöl, Salz, Chili und Paprikapulver würzen, im Rohr für ca. 15 Minuten braten. Bei Hälfte der Garzeit die Spalten auf dem Blech wenden.

AVOCADODIP:

Avocado halbieren, Fruchtfleisch herauslöffeln und mit Zitronensaft und 100 g Sauerrahm mit Stabmixer mixen (muss nicht ganz fein püriert sein). Mit 1 EL Crème fraîche verrühren und mit Salz, Zucker und Chili abschmecken.

Rezepte für 4 Portionen



Marinierte Artischocken mit Räucherlachs auf Kartoffel- Buchweizen-Rösti

MARINIERTER ARTISCHOCKEN:

Bei **4 Stück** frischen Artischocken die äußeren harten Blätter entfernen, oben ca. 5 cm kappen. Stiel belassen und schälen. Artischocke vierteln und nach dem Entfernen des Heus in Zitronenwasser legen. **40 g Schalotten** in Olivenöl anbraten, Artischocken begeben. Mit etwas **Orangensaft** und **Grünem Veltliner** ablöschen und mit **Salz** und **Chili** würzen. Bissfest garen. Mit **100 g Räucherlachs** pro Portion anrichten.



KARTOFFEL-BUCHWEIZEN-RÖSTI:

130 g gekochte Kartoffeln mit **70 g** geröstetem Buchweizen, **130 g** Gemüsebrühe aufgießen und dünsten lassen. **40 g** rote Rüben in feine Streifen schneiden. Alles mit einem Ei mischen, mit **Salz**, **Pfeffer** und **frischen Kräutern** abschmecken, formen und in der Pfanne knusprig braten.



Leinsamen- muffins mit Heidelbeeren

Abtrieb aus **80 g Butter**, **4 Eiern**, **100 g Feinkristallzucker** und einer **Prise Salz** rühren. **40 g Leinsamen geschrotet** (30 g davon nochmals mit Mühle fein mahlen), **½ TL Backpulver**, **100 g Haselnüsse** und etwas **Zimt** unterrühren. In ausgefetteten Darioleformen bei **170° C** für **18 Minuten** backen. **100 g gemischte Beeren** mit **Zucker**, **Zitronensaft** und etwas **Rum** zu einer Soße verkochen, mixen und mit **Stärke** binden. Weitere **100 g** begeben und in der Soße kurz ziehen lassen.

Schon gewusst?

So viel Gutes hat sich im
Frühlingsmenü versteckt:

- Beta-Carotin
- Eisen
- Fluor
- Kalium
- Kalzium
- Kupfer
- Magnesium
- Mangan
- Natrium
- Phosphat
- Silizium
- Vitamin A, C, D, E, K1
- Vitamin B1, B2, B3, B5, B6, B9 und B12
- Zink

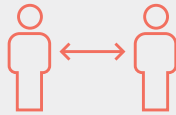
CORONA-Virus

So können wir Risiken minimieren:



Keine sozialen Kontakte

Soziale Kontakte auf das Nötigste reduzieren.



Distanz halten

1,5 bis 2 Meter Abstand halten, Händeschütteln oder Umarmen vermeiden.



Händewaschen

Regelmäßig und gründlich Händewaschen. Mit Seife oder alkoholhaltigem Desinfektionsmittel.



Hände nicht ins Gesicht

Mit den Fingern nicht das Gesicht (vor allem nicht Augen, Nase und Mund) berühren.



Richtig niesen

In Ellenbeuge oder Taschentuch husten und niesen, Taschentuch entsorgen.



Lüften

Räume regelmäßig gut lüften.



Mitmenschen schützen

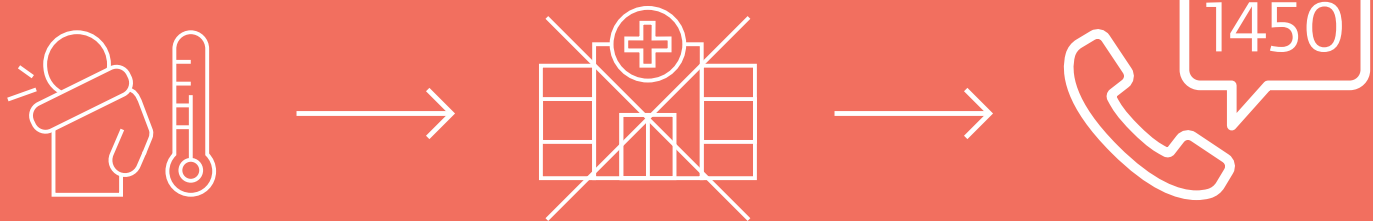
Risikogruppen und 65+ besonders schützen.



Zuhause bleiben

Das Haus nur für Arbeit, dringende Besorgungen oder Hilfeleistungen im Umfeld verlassen.

Bei Symptomen:



Patienten mit Corona-Verdachtssymptomen (Husten, Fieber, Halsschmerzen und Atemnot) müssen zuhause bleiben und die Gesundheits-hotline 1450 anrufen. Keinesfalls direkt einen Arzt, eine Apotheke oder das Krankenhaus aufsuchen!

Infos rund um das Coronavirus:

0800 555 621

www.sozialministerium.at

Bei Sorgen und Ängsten:

Ö3 Kummernummer 116 123

Telefonseelsorge 142