



# Klinikum

Magazin Klinikum Wels-Grieskirchen

■ **NEUE PSYCHIATRIE**  
Was der Nachwuchs jetzt braucht

■ **SONDERAUSBILDUNG  
INTENSIVPFLEGE**  
So wird sie gefördert

**KINDER-  
SEELE  
IN NOT**



**Augmented  
Reality im OP**

„Es gibt  
keinen Weg  
zum Frieden,  
denn Frieden  
ist der Weg.“

*Mahatma Gandhi*





## Liebe Leserinnen und Leser!

Beim Verfassen dieser Zeilen Mitte März liegt der Stand unserer ungeplanten Personalausfälle bei zehn Prozent.

**D**ass wir unsere Leistungen aufrechterhalten können, ist auf die enorme Flexibilität unserer Mitarbeiter zurückzuführen. An dieser Stelle aufrichtigen Dank an alle Berufsgruppen für ihren Einsatz in den vielen zusätzlichen Herausforderungen, wir wissen dies zu schätzen! Davon profitieren in erster Linie unsere Patienten, deren Eingriffe planmäßig durchgeführt werden können. Ihr Weg zur Genesung wird nicht unterbrochen.

Auch wenn die Pandemie unser „Tagesgeschäft“ beeinflusst, möchten wir das aktuelle Klinikum-Magazin nutzen, um über die vielen erfreulichen – um nicht zu sagen „positiven“ – Entwicklungen zu berichten.

### NEUE ABTEILUNG FÜR KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE ETABLIERT

Mit Anfang des Jahres wurde am Standort Grieskirchen unter Leitung von Dr. Adrian Kamper eine neue Abteilung eingerichtet, welche

Beschwerden und Krankheitsbilder der Psyche von Kindern und Jugendlichen versorgt. Während der Planungs- und Vorbereitungsphase hat sich der Bedarf an der Kinder- und Jugendpsychiatrie und dem breit gefächerten Betreuungsteam nicht zuletzt aufgrund der andauernden Ausnahmesituation drastisch erhöht. Hier erfahren Sie Wissenswertes über unsere neue Einrichtung.

### MEDIZINPOWER: 17 NEUE OBERÄRZTE

Sechs Jahre dauert es im Schnitt, bis man nach dem Studium eine Facharztausbildung abschließen kann. Im Anschluss gilt es, das „Arztsein“ unter Beweis zu stellen. Eine empathische Patientenbetreuung, Forschung und Wissenschaft zum Zwecke der medizinischen Innovation und das erworbene Know-how sowie Erfahrungen an junge Kollegen weiterzugeben, sind Kriterien, die zum Oberarzt qualifizieren. Wir sind stolz auf unsere 17 Neuen und gratulieren an dieser Stelle nochmals ganz herzlich!

### #WIRSINDPFLEGE ... AUF EIN NEUES!

Unsere Pflegekampagne geht in die nächste Runde. Wieder haben sich Pflegekräfte aus unserem Haus bereit erklärt, für ihren Beruf Werbung zu machen. Knackige Botschaften im frischen Design auf Plakaten, Inseraten, einem Welser Linienbus und natürlich in sämtlichen Online-Kanälen sollen in erster Linie die Aufmerksamkeit auf [www.wir-sindpflege.at](http://www.wir-sindpflege.at) lenken. Hier erhalten Interessierte Infos zu Ausbildungs- und Entwicklungsmöglichkeiten. Sehen Sie unten Schnapshots vom Making-of. Ergebnisse präsentieren wir in der Sommer-Ausgabe.

**In diesem Sinne wünschen wir eine interessante Lektüre!**

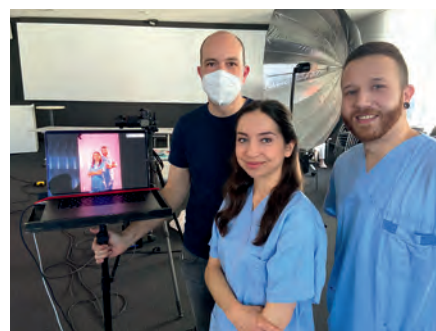
**Alles Gute und herzliche Grüße**

*Sr. Franziska Buttinger*

Sr. Franziska Buttinger

*Mag. Dietbert Timmerer*

Mag. Dietbert Timmerer







10



# Inhalt

## Medizin und Pflege

8

### MEHR ALS DICK

Adipositas ist chronische Erkrankung

10

### NEUE KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE

Hilfe für junge Menschen

22

### VERBESSERTE VISUALISIERUNG

KI in der Endoskopie

24

### NEXT GENERATION ENDOPROTHETIK

Augmented Reality bei der Knie-OP

28

### MENSCHLICHE KLÄRANLAGE

Rund um die Nierengesundheit

33

### #WIRSINDPFLEGE

Förderung für Quereinsteiger

## Für das Leben

34

### KLINIKUM-SEELSORGE

Heute schon gefreut?

## Ausbildung

36

### ÄRZTLICHE AUSBILDUNG

Karriere am Klinikum

## Unternehmen

38

### 17 NEUE OBERÄRZTE

Spitzenmedizin, Vorbildfunktion und Innovation

## Netzwerk

44

### TIPPS FÜR DEN START

Laufen leicht gemacht

## Standards

2 Editorial

6 Kurz notiert

30 Ein Tag mit

45 First Ed

46 Aus der Küche

## Am Cover



### Prim. Dr. Adrian Kamper

Leiter der Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapeutische Medizin sowie des Departments für Psychosomatik für Säuglinge, Kinder und Jugendliche am Klinikum-Standort Grieskirchen

Neben diagnostischen Aufenthalten mit umfassender biopsychosozialer Diagnostik und Beobachtung des Verhaltens im stationären Alltag sowie Beschulung in der Heilstättenschule bauen Therapieaufenthalte auf einer systemisch-familientherapeutischen Grundlage auf. Im Vordergrund steht dabei das Erarbeiten neuer Wege im Sinne der Ressourcen- und Lösungsorientierung. Elemente der Verhaltenstherapie, der dialektisch-behavioralen Therapie für Jugendliche, Kreativtherapien in Form der Musik- und Kunsttherapie sowie sozial- und heilpädagogischer Konzepte und Klinische Soziale Arbeit kommen zum Einsatz.

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, Dr. Thomas Muhr, PhD. Maximilian Aichinger, MSc, Mag. Andrea Voraberger, Mag. Julia Stierberger, Josef Eggelmayr, MA, Mag. Friedrich Reischauer. Layout: Birgitt Müller (Eigenbrot Grafik Design). Bildnachweis: Klinikum Wels-Grieskirchen, Nik Fleischmann, Robert Maybach, Q2 Werbeagentur, shutterstock.com/Africa Studio, istockphoto.com/filadendron, shutterstock.com/Super Cat, istockphoto.com/Vesnaandjic, shutterstock.com/Roman Zaiets, istockphoto.com/damircudic, istockphoto.com/Zinkevych, shutterstock.com/magic pictures, shutterstock.com/Print Designs, shutterstock.com/mhatzapa, shutterstock.com/lohloh, shutterstock.com/HQuality, shutterstock.com/LeManna, shutterstock.com/NYS, istockphoto.com/HYWARDS, shutterstock.com/embroidery designs, Sabine Kneidinger PHOTOGRAPHY, shutterstock.com/Jacob Lund, istockphoto.com/MichaelSvoboda, shutterstock.com/Anastasia Boiko, shutterstock.com/WAYHOME studio, shutterstock.com/Daniela Barreto, shutterstock.com/WEB-DESIGN, istockphoto.com/arca-dy\_31, shutterstock.com/natrot, shutterstock.com/notbad, shutterstock.com/3DStyle, shutterstock.com/JustDOne, shutterstock.com/illustracula. 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.



## AUS GRIESKIRCHEN: UPDATE



Nach über 30 Jahren am Klinikum tritt Roswitha Cossée, stv. Pflegedirektorin, den Ruhestand an.



Für die Pflegedirektion zuständig am Standort Grieskirchen ist nun Josef Eggelmayr, MA.

Als langjährige DGKP sowie Stationsleiterin übernahm Roswitha Cossée 1997 als erste weltliche Pflegedienstleitung die Aufgaben von Sr. Baldwin Görg. Bei der Fusionierung der beiden Krankenhäuser 2008 wurde sie zur stv. Pflegedirektorin ernannt. Cossée war auf Pflegeebene unter anderem maßgeblich an der Einführung der EDV-Dienstpläne (1998), des Entlassungsmanagements (2000), der Mitarbeitergespräche (2001), der EDV-Dokumentation (2005), des Bereichsleitungssystems (2006) und der Zivildienere auf Stationen (2007) beteiligt. Insbesondere forcierte sie die Expertenausbildungen in der Pflege (Geriatric, Psychosomatik, Wundmanagement, Stomapflege).

Herzlichen Dank für den vorbildlichen und kompetenten Einsatz in jeder Hinsicht und alles erdenklich Gute für den Ruhestand!

Nach langjährigen spezialisierten Aufgaben im Intensivbereich und als Stationsleitung ist Josef Eggelmayr seit 2017 Mitarbeiter der Pflegedirektion. Seit Dezember 2021 ist er zuständige Ansprechperson für alle Pflegebereiche am Standort Grieskirchen sowie für Fragen rund um das Pflege-Bildungsmanagement.



Dynamisch für das Unternehmen: Manuel Ortner, MA, (ganz rechts im Bild), neuer Leiter der Abteilung für Organisationsentwicklung, Qualitäts- und Risikomanagement, und sein neunköpfiges Team.

## ORGANISATIONSENTWICKLUNG, QUALITÄTS- UND RISIKOMANAGEMENT NEUE LEITUNG

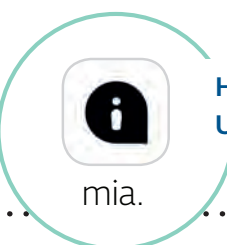
Die Abteilung für Organisationsentwicklung, Qualitäts- und Risikomanagement arbeitet seit Februar 2022 in der aktuellen Teamgröße von neun Mitarbeitern unter der Leitung von Manuel Ortner. Er folgt somit Maximilian Aichinger nach, welcher sich wieder verstärkt seinen Funktionen als Geschäftsführer der Alten- und Pflegeheime der Kreuzschwestern OÖ/NÖ und der Leitung des Direktionsbüros des Klinikums widmet.

## KLINIKUM-MITARBEITER AUFGEPASST: SCHON GESEHEN?



Im aktuellen Video zum Thema Patientensicherheit wirken zahlreiche Mitarbeiter des Klinikums mit. Von A bis Z – von der Aufnahme über die Apotheke bis zur Anästhesie und dem Z-OP sind viele Klinikum-Bereiche Schauplatz.

→ Jetzt zu sehen in der mia.



Hab ich schon. Und Sie?

Google Play Store



Mag. Thomas Neubauer, BScN, MScN, LL.M., Leiter der neuen Stabsstelle Digitalisierung

## NEU: STABSSTELLE DIGITALISIERUNG

Mit Februar 2022 wurde im Unternehmen die neue Stabsstelle Digitalisierung etabliert. Sie bildet eine Schnittstelle zwischen Informationstechnologie und klinischer Praxis. Die Leitung der Stabsstelle übernimmt Thomas Neubauer. Zu seinen ersten Agenden zählt die Implementierung des neuen Krankenhausinformationssystem (KIS).

## LUNGENEMBOLIE SCHNELLE DIAGNOSE RETTET LEBEN

Bei einer bedrohlichen Lungenembolie konnte einem 56-jährigem aus dem Bezirk Eferding am Klinikum das Blutgerinnsel mittels Katheter direkt aus der Lunge entfernt werden. Der Patient erholte sich dank des minimalinvasiven Eingriffs rasch, er wurde bereits nach zweitägiger intensivmedizinischer Beobachtung auf die Normalstation verlegt. „Wenige Tage vor der Diagnosestellung litt der Patient zunehmend unter einem Druckgefühl in der Brust, Atemnot und Leistungsabfall“, erklärt Elisabeth Laßnig, Oberärztin an der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin am Klinikum Wels-Grieskirchen. Gemeinsam mit Kardiologie-Primar Ronald Binder nahm sie den kathetergestützten Eingriff vor. „Nach Erstuntersuchung und Diagnosestellung haben wir entschieden, das Blutgerinnsel über die Leiste zu entfernen. Diese Technik wurde an unserem Klinikum zum ersten Mal angewandt, der Patient hat maximal vom Eingriff profitiert.“



Hat maximal vom minimalinvasiven Eingriff profitiert: Der 59-jährige Patient aus dem Bezirk Eferding (Bildmitte). Im Bild (v.l.n.r.): DGKP Teresa Samhaber, BSc, MScANP, Prim. Priv.-Doz. Dr. Ronald K. Binder, Patient, OA Dr. Christian Trockenbacher (Lungenkrankheiten) und OÄ Dr. Elisabeth Laßnig.

### Unterschätzte Erkrankung Lungenembolie

Verstopft ein Blutgerinnsel die lebenswichtigen Lungengefäße, ist die Ursache meist in Bettlägerigkeit, Gerinnungsstörungen, operativen Eingriffen oder einer Tumorerkrankung zu suchen. Betroffen können aber auch junge gesunde Menschen sein. Die Mortalitätsrate ist hoch. Aktuelle Daten zeigen: Die Lungenembolie ist nach Herzinfarkt und Schlaganfall die dritthäufigste kardiovaskuläre Todesursache.



OÄ Dr. Elisabeth Laßnig, Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin



Prim. Priv.-Doz. Dr. Ronald K. Binder, Leiter der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin



### FRISCHER GENUSS, SÜSSE VERFÜHRUNG JINDRAK-MEHLSPESSEN IM CAFÉ FLORENTINI



Ob Linzer Torte oder feinste Mehlspeisen – für alle Feinschmecker im Klinikum wird das Café Florentini jetzt auch mit den köstlichen Jindrak-Mehlspeisen beliefert.



In den Kinderbereichen des Klinikums immer mit dabei: die Klinikum-Maskottchen Theo und Lilly. Der schlaue Hase Lilly steht ab sofort auch als lebensgroßer Selfie Point zur Verfügung!





Eine engmaschige, regelmäßige Nachsorge durch ein Team von Spezialisten inklusive Ernährungs- und Bewegungsberatung soll Langzeiterfolge sicherstellen – dabei unterstützen auch die speziell entwickelten Infofolder, Ernährungsbroschüren und der Klinikum-Nachsorgepass.

*Spezialisten für krankhaftes Übergewicht*

# Chronische Erkrankung Adipositas

An Adipositas zu leiden, bedeutet für Betroffene nicht einfach nur dick, sondern vor allem auch chronisch krank zu sein. In der Therapie erfordern chronische Erkrankungen die Expertise von Spezialisten. Diese finden Betroffene am Adipositaszentrum Wels.



„Die Lebensqualität ist für adipöse Menschen stark eingeschränkt, das Risiko für gefährliche Folgeerkrankungen extrem hoch.“

OA Dr. Jarjoura Eid,  
Leiter des Adipositaszentrums  
am Klinikum Wels

**F**ettleibigkeit wird zu einem ernsthaften Problem“, warnt Jarjoura Eid, Leiter des Adipositaszentrums am Klinikum. „Die Lebensqualität ist für adipöse Menschen stark eingeschränkt, das Risiko für gefährliche

Folgeerkrankungen extrem hoch.“ Adipositas ist als chronische Erkrankung anerkannt. Eid erklärt, was dahintersteckt: „Prinzipiell lagert der Körper Fett ein, wenn über einen längeren Zeitraum mehr Energie zugeführt als verbraucht wird. Die Energiebalance wird aber beeinflusst von Ernährungs- und Bewegungsverhalten, Medikamenten, Schlafgewohnheiten, psychischem Druck und Stress. Auch die Genetik, Hormonhaushalt und Umweltfaktoren spielen eine Rolle, ob Übergewicht in krankhaftem Ausmaß angelegt wird oder nicht – somit haben nicht alle Menschen die gleiche Veranlagung, krankhaft übergewichtig zu werden.“

## **SCHWIERIGE BEDINGUNGEN**

Die Bedingungen, unter welchen Körperfett reduziert werden kann, sind für adipöse Menschen oftmals erschwert – zum Beispiel bei einer hormonellen Störung des Hunger-

und Sättigungsgefühls, welche im Rahmen dieser Erkrankung typischerweise vorkommen kann. „Klassische Maßnahmen zur Gewichtsreduktion, wie gesündere Ernährung und mehr Sport, zeigen dann langfristig nicht die erwünschte Wirkung“, erklärt der Zentrumsleiter. „Ab einem Body-Mass-Index (BMI) von 40 bzw. von 35 mit bestehender Begleiterkrankung, etwa Bluthochdruck, Diabetes oder Schlafapnoe, wird laut geltender Richtlinien eine bariatrische Operation empfohlen.“ Am Adipositaszentrum Wels werden Betroffene vom Erstgespräch bis zur Nachsorge umfassend betreut, unter anderem durch Experten der Inneren Medizin, Diätologie, Psychologie und der bariatrischen Chirurgie.

## **CHIRURGISCHE THERAPIEOPTIONEN**

Die verschiedenen Operationstechniken werden grundsätzlich



laparoskopisch, in der sogenannten Schlüssellochtechnik, durchgeführt. „Die Operationstechniken lassen sich in zwei Gruppen einteilen: Einerseits wird durch eine operative Verkleinerung des Magens eine frühere Sättigung erreicht, wodurch weniger Nahrung und somit auch weniger Kalorien aufgenommen werden. Andererseits werden durch eine zusätzliche Verkürzung der Verdauungsstrecke im Dünndarm

die zugeführten Kalorien nur mehr vermindert aufgenommen“, so Eid. Er ist einer der drei Spezialisten für Adipositaschirurgie am Klinikum. Mit über 20 Jahren Erfahrung und mehr als 2.000 Eingriffen ist das zertifizierte Kompetenzzentrum für Adipositas- und Metabolische Chirurgie führend in Oberösterreich und zählt zu den Top drei Adipositaszentren in Österreich. ■

## BEREIT FÜR VERÄNDERUNG



„Nach dem Eingriff haben mir vor allem die Begleitung durch die Diätologinnen und das medizinische Bewegungstraining sehr geholfen.“

Wolfgang See, 55,  
Abfall- und Gefahrgutbeauftragter

Für Wolfgang See war die Operation die richtige Entscheidung. „Ich habe immer gerne gegessen und war bereits im Kindesalter übergewichtig. 17 Jahre lang habe ich mit einem Magenband gute Erfolge erzielt, als es entfernt werden musste, habe ich mich persönlich für einen Magenbypass entschieden“, so der 55-jährige Abfall- und Gefahrgutbeauftragte des Klinikums. „So habe ich in den letzten drei Jahren nochmals 50 Kilo abgenommen. Nach dem

Eingriff haben mir vor allem die Begleitung durch die Diätologinnen und das medizinische Bewegungstraining sehr geholfen.“ Der Welsler empfindet die OP als wichtigen Schritt und große Hilfe: „Man muss allerdings auch im Kopf bereit sein für diese Veränderung. Heute kann ich essen, was mir schmeckt – weil ich auf meine Ernährung achte und körperlich trainiere. Das mache ich für mein Wohlbefinden. Motivation bekomme ich auch, indem ich mir Ziele setze: Im Mai nehme ich am Wings for Life World Run in München teil.“

Jährlich werden in Wels über 200 dieser Operationen durchgeführt. Patienten, die sich nach intensiver Beratung für einen operativen Eingriff entscheiden, werden langfristig begleitet. Eine engmaschige, regelmäßige Nachsorge durch ein Team von Spezialisten inklusive Ernährungsberatung soll Langzeiterfolge sicherstellen – dabei unterstützen auch die speziell entwickelten Infoposter, Ernährungsbroschüren und der Klinikum-Nachsorgepass.

Infos zum  
Adipositaszentrum  
Wels:



## Schon gewusst ... ?

### → Adipositas nimmt zu

Laut WHO-Definition gelten 18 Prozent der Männer und 15 Prozent der Frauen als krankhaft fettleibig. Umgelegt auf Österreich besagen diese Zahlen, dass aktuell rund 660.000 Männer und 580.000 Frauen von Adipositas betroffen sind. Die Weltgesundheitsorganisation führt Fettleibigkeit als das weltweit am stärksten wachsende Gesundheitsrisiko an.

### → Wegbereiter für Herzinfarkt, Diabetes und Krebs

Adipositas ist eine komplexe Stoffwechselerkrankung, die eine Reihe ernster Folgeerkrankungen, wie etwa Herzinfarkt, Schlaganfall, Diabetes oder Krebs, Arteriosklerose, Fettleber, Reflux, Schlafapnoe, Gicht, Gallensteine und Gelenkserkrankungen sowie Asthma nach sich ziehen kann. Hormonelle Störungen können bei dem Frauen zu Komplikationen in der Schwangerschaft und bei Männern zu einer Einschränkung der Fruchtbarkeit führen.

### → Höheres Risiko durch Corona

Menschen mit krankhaftem Übergewicht haben im Falle einer COVID-19-Erkrankung ein doppelt so hohes Risiko für einen schweren Verlauf, welcher einen stationären Krankenhausaufenthalt bedingen kann. Auch das Erfordernis einer künstlichen Beatmung wird wahrscheinlicher, wie eine aktuelle US-Studie\* zeigt. Als Ursachen werden die chronischen Entzündungsreaktionen im inneren Fettgewebe sowie die durch das starke Fettvolumen eingeschränkte Lungenfunktion angenommen.

\*Kompaniyets L, Goodman AB, Belay B, et al. Body Mass Index and Risk for COVID-19–Related Hospitalization, Intensive Care Unit Admission, Invasive Mechanical Ventilation, and Death — United States, March–December 2020. MMWR Morb Mortal Wkly Rep 2021;70:355–361.

hello!



Fürwahr,  
ich weiß nicht,  
was mich  
traurig macht.\*

\*aus: Der Kaufmann von Venedig.  
Theaterstück von William Shakespeare





---

# Mehr als nur ein schlechter Tag

Zoff mit den Eltern, Ärger in der Schule, gehostet von der besten Freundin, unzufrieden mit dem eigenen Körper, Liebeskummer: Von Zeit zu Zeit sind Kinder und Jugendliche traurig, wütend, antriebslos, niedergeschlagen, voller Angst oder verzweifelt – das ist ganz normal. Hält dieser Zustand länger an, ist Hilfe wichtig.

---

Neue Kinder- und Jugendpsychiatrie

# Warum und für wen das Angebot wichtig ist

Um den steigenden Bedarf der medizinischen Versorgung gewährleisten zu können, wurde am Klinikum-Standort Grieskirchen eine neue Kinder- und Jugendpsychiatrie installiert.

Nach zwei Jahren Ausnahmesituation darf es nicht verwundern, dass sich gerade in einer Lebensphase der körperlichen und psychischen Entwicklung Probleme herausentwickeln, die im Alltag sichtbar werden – das sind Symptome und Beschwerden bis hin zu vollpsychiatrischen Krankheitsbildern“, macht Adrian Kamper, Leiter der neuen Kinder- und Jugendpsychiatrie am Klinikum-Standort Grieskirchen deutlich. „Dazu zählen depressive Symptome, Angstzustände und Essstörungen, Selbstverletzungen, Selbstmordankündigungen und Selbstmordversuche. Wegschauen und Abwarten sind keine Lösungsansätze. Auch ein ‚Jetzt reiß dich zusammen!‘ ist nicht die geeignete Botschaft. So einfach ist es leider nicht.“ In manchen Fällen ist eine Abklärung durch Fachkräfte im Krankenhaus wichtig.

## DER WEG INS KRANKENHAUS

Die derzeit vorliegende hohe Frequenz an Anfragen zur stationären oder auch tagesklinischen Aufnahme



„Ein ‚Jetzt reiß dich zusammen!‘ ist nicht die geeignete Botschaft. So einfach ist es leider nicht.“

Prim. Dr. Adrian Kamper,  
Leiter der Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie

in der Kinder- und Jugendpsychiatrie macht eine Aufnahmeplanung notwendig. In diese fließen verschiedene fachliche und strukturelle Faktoren ein. „Sie beinhalten die Hauptsymptome bzw. Inhalte der Schilderungen, geäußerte Verdachtsdiagnosen und Vordiagnosen,



daraus resultierend unsere fachliche Einschätzung der Dringlichkeit zur Aufnahme, unterstützt von telefonischen Rückfragen und zeitnahen ambulanten Terminen zur besseren Einschätzung“, erklärt Kamper. „In diesem Rahmen erfolgt auch eine grundsätzliche Klärung unserer fachlichen Zuständigkeit oder Nicht-Zuständigkeit vor dem Hintergrund unserer Möglichkeiten und unseres definierten Versorgungsauftrages. Dabei beachten wir die vorrangige Versorgung von Kindern und Jugendlichen unseres Einzugsgebietes im Sinne einer regionalen Versorgung.“ Zentrale Anlaufstelle für akute psychiatrische Krisen zur akut stationären Versorgung im Sinne des Unterbringungsgesetzes bleibt für Kinder und Jugendliche das Kepler Universitätsklinikum Linz. ▶



# Angst



# Ekel

angstlich  
Beunruhigt  
schlechtes Gewissen  
Verlegen  
unsicher  
misstrauisch  
sich schämen  
Pank  
schlitzen  
sich unter Druck fühlen  
sich fürchten  
besorgt  
eifersüchtig  
gehemmt  
verwirrt

verwirrt  
sich unwohl fühlen  
Abscheu empfinden  
sich abgestoßen fühlen  
widerstrebend  
allein  
fallen  
verändern

sich unterlegen fühlen  
niederges  
hoffnungslos  
Mitleid  
sich ab  
verzwweifelt  
unglücklich  
enttäuscht  
entnützt

Das  
Gefühls  
Spiel

freuen  
gerührt  
gelassen  
dankbar  
liebervoll  
stolz  
hoffnu  
er

frustriert  
wütend  
zornig  
genert  
saure  
feindselig  
empört  
beleidigt  
verbittert  
abwehrend  
trotzig  
ärgerlich  
aufgebracht  
beleidigt  
neidisch  
Hass

verdutzt  
überrascht  
erschrocken  
beunruhigt  
erschrocken  
verblüfft  
aufmerksam  
geschockt  
erstaunt  
fassungslos  
verwundert  
er



Das neue  
Behandlungs-  
spektrum:

### **ERSTE KONTAKTE**

In der Aufnahmeplanung werden Geschlecht und Alter berücksichtigt. Ambulante Erstgespräche vor einer Aufnahme erfolgen im Sinne von Triage- bzw. Clearinggesprächen. „Hier werden durch das Kennenlernen der Abteilung Ängste und Sorgen genommen sowie Rahmenbedingungen im Vorfeld geklärt – so findet eine erste Beziehungsgestaltung statt“, so der Experte für Kinder und Jugendliche. Ein möglichst strukturiertes Vorgehen hilft, eine effiziente Versorgung anbieten zu können. „Telefonische Anfragen werden wochentags von acht bis zwölf Uhr entgegengenommen und stehen in direkter Verbindung mit strukturierten Fragen durch dafür geschulte Pflegemitarbeiter, die bei Krisenhalten dies unmittelbar an Ärzte weiterleitet.“ Bei hoher Dringlichkeit sind Anfragen auch außerhalb dieser Zeit möglich, sodass von einem Vorschlag eines Sofortkontaktes bis zum strukturierten Vorgehen mit Ambulanztermin oder Aufnahme in die Warte- und Planungsliste differenziert werden kann. „Auch kann so bei akuten psychiatrischen Krisen bzw. Notfällen das weitere Vorgehen bereits am Telefon besprochen werden.“ Ausgenommen bei hoher Dringlichkeit und unmittelbarer Einberufung sollte eine ärztliche Zuweisung durch Allgemeinmediziner, Pädiater oder Kinder- und Jugendpsychiater zum Zeitpunkt des Ersttermins mitgebracht werden.

### **MEHRDIMENSIONALE THERAPIE IM MULTIPROFESSIONELLEN TEAM**

Bei einer stationären bzw. tagesklinischen Aufnahme der Kinder und Jugendlichen erfolgt die Therapie durch eine Vielzahl an spezialisierten Berufsgruppen: Neben dem ärztlichen Team mit Kinder- und Jugendpsychiatern sowie Kinder- und Jugendfachärzten mit Zusatzqualifikation sind dies Pflegefachkräfte, klinische Psychologie und Psychotherapie, Musiktherapie und Kunsttherapie, klinische Heilpädagogik, Sozialpädagogik, Klinische Soziale Arbeit, funktionelle Therapien, wie Ergotherapie, Physiotherapie und Logopädie, sowie Diätologie. Auch besteht eine intensive Zusammenarbeit mit der Heilstättenschule, welche direkt am Klinikum-Standort Grieskirchen installiert ist.

### **ETWAS BESONDERES: DIE ETABLIERUNG EINER NEUEN ABTEILUNG**

„Dies ist sicherlich ein außergewöhnliches Ereignis und Erlebnis“, freut sich Kamper. „Die Möglichkeit der Mitgestaltung in struktureller und fachlicher Hinsicht bietet die Chance, die medizinische Versorgung der Kinder und Jugendlichen optimal vorzubereiten. Dieses umfangreiche Projekt wurde mit der Zielsetzung der deutlichen Verbesserung der medizinischen Versorgung von psychisch erkrankten Kindern und Jugendlichen aus gestar-

tet.“ Trotz der mehrjährigen COVID-19-Pandemie wurde dieses Ziel nicht aus den Augen verloren, sodass im Jänner 2022 der Start der neuen Abteilung und Tagesklinik Kinder- und Jugendpsychiatrie möglich wurde. „Nun beginnt der Abschnitt wohl intensiver Monate der inhaltlichen Entwicklung, der Etablierung von Abläufen und der Teamentwicklung, da eine beachtliche Vergrößerung des multiprofessionellen Teams notwendig ist – eines motivierten Teams, welches sich praktisch neu formiert. Die ersten Wochen sind sehr positiv verlaufen.“ ■







Für diagnostische Aufenthalte mit umfassender biopsychosozialer Diagnostik und Beobachtung des Verhaltens im stationären Alltag sowie mit Beschulung in der Heilstättenschule werden drei bis vier Wochen benötigt. Auf dieser Basis können zielführende Empfehlungen vermittelt werden. Die Befundung umfasst eine klinisch-psychologische, kinder- und jugendfachärztliche sowie psychosoziale Diagnostik.

Therapieaufenthalte bauen auf einer systemisch-familientherapeutischen Grundlage auf. Im Vordergrund steht

dabei das Erarbeiten neuer Wege im Sinne der Ressourcen- und Lösungsorientierung. Zudem werden Inhalte verschiedener psychotherapeutischer Richtungen genutzt, zum Beispiel Elemente der Verhaltenstherapie, der dialektisch-behavioralen Therapie für Jugendliche, zudem Kreativtherapien in Form der Musik- und Kunsttherapie genauso wie sozial- und heilpädagogischer Konzepte und Klinische Soziale Arbeit. Therapieaufenthalte dauern durchschnittlich sechs bis acht Wochen. Eine längere Aufenthaltsdauer kann auf Basis vereinbarter Therapieziele notwendig sein.

**Tipp:**  
istokay.at

Das istokay.at:



---

### Was ist das?

Ein Selbsthilfe-Programm für Jugendliche, denen es gerade nicht so gut geht.

### Hilft das?

Ja! Einfach reinschauen!

---



Ängste, Stimmungsschwankungen, Lebensüberdruß, Essstörungen: Die COVID-19-Pandemie hat sich wie eine Decke über die verletzte Psyche von Kindern und Jugendlichen gelegt und hat ihre Entwicklung negativ beeinflusst.

*Psychiatrie oder Psychosomatik?*

# Oder beides?

Am Klinikum-Standort Grieskirchen gibt es neben dem neuen Angebot der Kinder- und Jugendpsychiatrie das bereits langjährig etablierte Department für Psychosomatik für Kinder und Jugendliche. Anstatt streng nach Behandlungsspektrum zu trennen, greifen hier Versorgungsstrukturen, die zusammenarbeiten.

**E**ine gewisse Flexibilität der Bereiche ist durch die Breite der Symptome gegeben, die speziell Jugendliche derzeit zeigen“, beschreibt Adrian Kamper, Leiter der beiden Einheiten. „Das fachliche Know-how des gesamten Teams umfasst Psychiatrie und Psychosomatik für Kinder und Jugendliche – wir schaffen nicht inhaltlich getrennte Welten, sondern entwickeln Synergieeffekte!“

## **ERWEITERTES ANGEBOT**

„Eine Schwerpunktsetzung in unserer **Kinder- und Jugendpsychosomatik** bleibt wie bisher im Bereich der chronischen, wiederholten körperlichen Beschwerden, also der Somatisierungsstörungen“, so Kamper. „Zu weiteren Schwerpunkten zählen die Essstörungen und Ausscheidungsstörungen, welche fehlende Trockenheit bzw. Sauberkeit, das heißt Einnässen und

Einkoten umfassen.“ Einen neuen Schwerpunkt bildet die Eltern-Kind-Aufnahme zur Diagnostik und Therapie inklusive Video-Interaktionsdiagnostik – vorerst des Kleinkindbereiches und in Zukunft auch des Säuglingsalters, da für diesen Altersbereich zumindest regionale Versorgungsdefizite bestehen. „Wir verfügen dahingehend bereits über die Expertise verschiedener Berufsgruppen aus der Vergangenheit, die





### Neues Bild der Magersucht

Vor allem die Essstörung Anorexie, welche früher klassisch in der restriktiven oder in der aktiven Form aufgetreten ist, weicht im Zuge der Pandemie immer mehr einem klinischen Bild, welches nun zusätzlich öfter bei Jugendlichen mit akzentuierten Persönlichkeitsmustern zu sehen ist, die vor allem mit Selbstverletzung, Selbstmordgedanken und Suizidversuchen einhergehen.



dem Angebot hier zugutekommen. Gerade bei Kindern im Kindergartenalter und Volksschulalter, aber auch mit zunehmendem Alter, sind wir regelmäßig mit der Frage nach Autismus befasst, sodass wir eine entsprechende State-of-the-Art-Diagnostik aufgebaut haben.“

Im Bereich der **Kinder- und Jugendpsychiatrie** ist ein ambulantes Setting in Form einer „At-Risk-Ambulanz“ angedacht, um gezielt Ju-

gendliche mit emotional instabilem Verhalten, Borderline-Persönlichkeitszügen und Selbstverletzung bzw. Selbstgefährdung besser versorgen zu können. „Entsprechende Modelle an anderen Kliniken zeigen gute Wirksamkeit“, erklärt der Experte. „Um dies umsetzen zu können, bedarf es auch einer Kooperation mit dem Neuromed Campus in Linz, da aus dieser Gruppe durchaus mit erhöhter akuter Suizidalität zu rechnen ist.“ ■



### DAS IST PSYCHOSOMATIK

Somatoforme Beschwerden sind funktionelle körperliche Beschwerden ohne organmedizinisch erkennbare Ursachen, sie sind durch psychische Auslöser bedingt und werden der Psychosomatik zugeordnet. Dazu zählen auch Krankheitsbilder, die sich als Reaktion auf außergewöhnlich erlebte Belastungen vorwiegend durch körperliche Symptome ohne organmedizinisch pathologischen Befund zeigen.



### DAS IST PSYCHIATRIE

Zu den klassisch psychiatrischen Erkrankungen zählen Depression und Angststörungen. Oftmals handelt es sich um Vermischungen bzw. fließende Übergänge von körperlichen Beschwerden, Ängsten, Stimmungsschwankungen, Selbstverletzungen, Gedanken des Lebensüberdresses, Essstörungen und vielem mehr. Die COVID-19-Pandemie hat diese Grenzen weiter deutlich verschwimmen lassen und hat sich wie eine Decke über die ohnehin verletzte Psyche von Kindern und Jugendlichen gelegt, hat deren Entwicklung negativ beeinflusst und – bildlich ausgedrückt – übliche Lebensperspektiven unscharf werden lassen.



Auf die Zeichen achten

# Tipps für Eltern

Im aktuellen Klinikum-Podcast erklärt Adrian Kamper unter anderem, auf welche Zeichen Eltern achten sollen. Was ist auffällig und besorgniserregend? Ist das eigene Kind betroffen oder nicht?

Wann sollen Eltern nach Unterstützung fragen?

„Ungewöhnliche und deutliche Veränderungen im Alltagsverhalten sollten in jedem Lebensalter der Kinder und Jugendlichen beachtet werden“, macht Kamper deutlich. „Äußerungen der Kinder zu Ängsten und Sorgen sowie zu Gefühlen der Hoffnungslosigkeit oder Ausweglosigkeit sind ernst zu nehmen, ebenso wie die Aufgabe von geliebten Hobbys, ein nachhaltiges Rückzugsverhalten, ein gestörter Tag-Nacht-Rhythmus, ungewöhnliches Gestresst- und Aufgeregt-Wirken genauso wie Lethargie.“ Nicht nur psychische Probleme und Krisen können dahinterstecken, diese Symptome können auch durch körperliche Erkrankungen ausgelöst werden!

Dazu zählen auch Bewusstseinsveränderungen, die beobachtet oder beschrieben werden.

„Im Volksschulalter ist das Wiederauftreten von Einnässen und Einkoten als Warnsignal psychischer Probleme – oder auch körperlicher – anzusehen“, so der Experte. Stark verändertes Essverhalten, sowohl deutlich zu viel, bis hin zu Fressattacken, als auch zu wenig, zu einseitig oder gar nicht essend, sind zu beachten bzw. Alarmsymptome.

Kleine Kinder klagen über körperliche Beschwerden.

„Die sprachlichen Ausdrucksweisen sind ja mitunter nicht bzw. noch nicht ausreichend. Je jünger die Kinder, desto häufiger klagen sie über körperliche Beschwerden. Auch Unruhe und Schlafprobleme sind Ausdruck seelischer Schwierigkeiten. Suchen Sie deshalb das Gespräch zu den Kindern, hören Sie zu, beobachten Sie, reagieren Sie adäquat!“

■ Bleiben Sie hartnäckig!

Im Umgang mit Jugendlichen rät Kamper: „Bleiben Sie hartnäckig dran, auch wenn Sie anfänglich zurückgewiesen werden, suchen Sie Hilfe auf und holen Sie notfalls auch Hilfe nach Hause! Gerade aufsuchende Hilfe ist mittlerweile etabliert und die eigene Scham sollte Sie nicht davon abhalten, diese Hilfe in Anspruch zu nehmen.“

■ Wer ist der erste Ansprechpartner?

Erste Ansprechpartner sind Hausärzte, Kinderärzte, Kinder- und Jugendpsychiater und nichtärztliche psychologische Beratungsstellen sowie Krisentelefone. ■

Telefonseelsorge 142  
Rat auf Draht 147





## NACHGEFRAGT

# Was war zuerst da?

Ist eine große Anzahl an Kindern durch die Pandemie psychisch erkrankt? Oder waren viele bereits schlummernd erkrankt und das Beschwerdebild ist erst durch den Wegfall von Strukturen und Kontakten an die Oberfläche gekommen?



ANTWORT  
VON  
ADRIAN  
KAMPER



## PODCAST

Nach zwei Jahren Pandemie haben wir uns an die täglich aktuelle Berichterstattung über steigende Fallzahlen und Inzidenzen gewöhnt – aber auch an die gehäuften Meldungen über psychische Belastungen und psychiatrische Krankheitsbilder bei Kindern und Jugendlichen. Ist dies ein überraschendes, außergewöhnliches Phänomen oder handelt sich dabei um eine natürliche, absehbare Entwicklung?

Das aktuelle Experteninterview mit Adrian Kamper gibt's in voller Länge zum Nachhören im Klinikum-Newsroom:

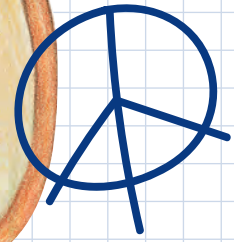
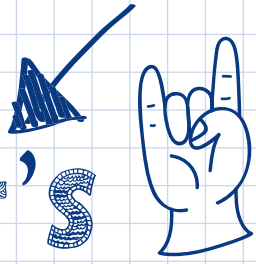


Die Pandemie hat beides bewirkt: Bei manchen war bereits zuvor eine psychische Instabilität vorhanden. Diese konnte gerade noch kompensiert werden – durch Alltag, Strukturen, eigene Hobbys und sinnvolle Beschäftigungen. Pandemiebedingter Verlust von Struktur, direktem Kontakt mit Gleichaltrigen sowie ständige mediale Überfrachtung mit angstbesetzten Inhalten führten in vielen Fällen zu psychischer Destabilisierung und Krise. Auch ist die Hilfe bei bereits bestehenden körperlichen und psychischen Erkrankungen vielfach unterblieben. In belastenden, andauernden und wiederholten Pandemieszenarien steigt das Risiko für klinisch manifeste psychische Neuerkrankungen.

Prim. Dr. Adrian Kamper ist Leiter der neuen Abteilung für Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin für Kinder und Jugendliche am Klinikum-Standort Grieskirchen



that's awesome

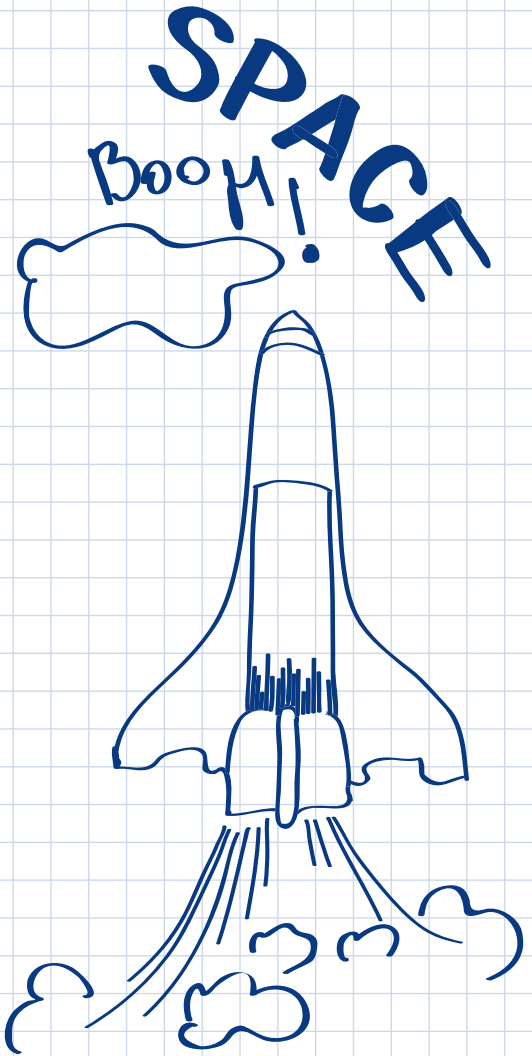


**Gut für psychisches Wohlbefinden** → stabiler Tag-Nacht-Rhythmus, frisch gekochte mediterran orientierte Ernährung, körperliche Bewegung in der Natur, im Frühjahr viel Sonne tanken und soziale Kontakte. Soziale Medien, Computerspiele und Fernsehen sinnvoll einsetzen!

Schau gut auf dich, nimm deine Bedürfnisse wahr und pflege deine Hobbys!

Tomaten, Olivenöl, Schafkäse und Co. - **Mittelmeerküche ist top!** Einzelsubstanzen in Form von Nahrungsergänzungsmitteln, ausgenommen Vitamin D und Omega-3-Fettsäuren, führen zu keiner Verbesserung von depressiven Symptomen, während eine gesunde, mediterrane Mischkost in zwei Studien zum Rückgang depressiver Symptome geführt hat.

**Tryptophan** → ist in geringen Mengen in Fisch, Nüssen, Getreide, Hülsenfrüchten, Käse und manchen Fleischsorten enthalten. Tipp: gesunde, mediterran orientierte Mischkost!!! Bei körperlicher Betätigung fällt Tryptophan als Abbauprodukt an und steht zur Synthese von Serotonin zur Verfügung → antidepressive Wirksamkeit von körperlicher Bewegung und Sport



Did you know?

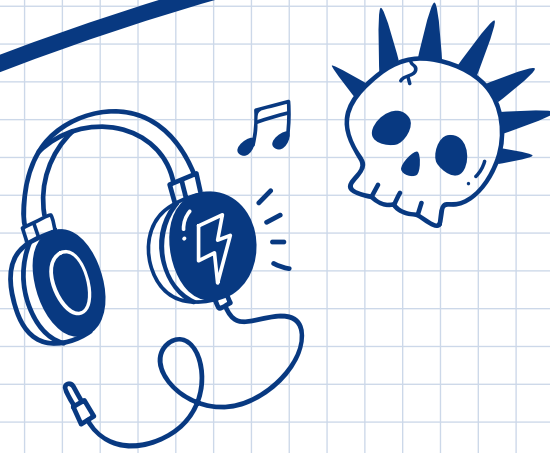
X	O	O
O	O	X
O	X	X

Neurotransmitter sind Botenstoffe, die Informationen von einer Nervenzelle zur nächsten weitertragen. Auch Serotonin fungiert als Neurotransmitter. Studien belegen, dass Menschen mit Depressionen im Mittel einen um 50 Prozent niedrigeren Serotoninspiegel haben.

# MUSIC

Really important!

Wenn du große Sorgen hast, nicht mehr schlafen kannst, unter Panikattacken leidest oder dir nichts mehr Freude macht, dann sag es deinen Eltern, Lehrern, Freunden oder du kannst auch bei deinem Haus- oder Kinderarzt anrufen – oder aber auch einfach bei **Rat auf Draht** unter der **Telefonnummer 147** (du brauchst keine Vorwahl wählen!) oder beim **Kindernotruf unter 0800 567 567**.



this sucks!



**Chronischer Stress** → führt zu einem Mangel an Cortisol und Noradrenalin und damit zu Symptomen einer Depression. Reduktion von Antrieb, Motivation und Konzentration, Mattigkeit, Antriebsmangel, Unlust und chronischer Müdigkeit. Cortisol als auch Noradrenalin sind lebenswichtige Hormone, die es uns ermöglichen, herausfordernde Situationen gut zu bewältigen.

**„sedentary behaviour“** → Kinder und Jugendliche, die im Alltag mehr sitzen und sich weniger bewegen, weisen eine schlechtere psychische Gesundheit auf. Auch hoher Konsum von TV und Social Media spielt hierbei eine Rolle und verstärkt den negativen Effekt.

**Sport und Bewegung** alleine sind nicht die Lösung → körperliche Aktivität sollte bei einer Depression nicht als einzige Intervention eingesetzt werden, die Kombination mit zum Beispiel einer Gesprächstherapie ist wichtig. Teamsportarten und Interaktion mit Peers sind in der Lage, das Risiko sowie die Symptomatik einer Depression zu reduzieren.

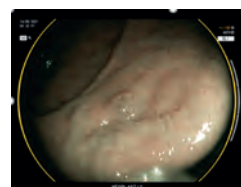




## Artificial Intelligence in der Koloskopie

# Optimale Ergebnisse dank 3D

Die Darmspiegelung (Koloskopie) ist eine wichtige Vorsorgeuntersuchung zur Früherkennung von Darmkrebs. So kann eine Erkrankung nicht nur diagnostiziert, sondern durch eine vorsorgliche Entfernung gutartiger Vorstufen die Krebserkrankung auch verhindert werden. Die neue bildgebende Technologie am Klinikum unterstützt den Arzt, Polypen einerseits besser zu erkennen und andererseits zu klassifizieren.



Die Österreichische Fachgesellschaft für Magen-Darm-Erkrankungen hat das Klinikum Wels-Grieskirchen wiederholt mit dem Qualitätszertifikat für die Vorsorgekoloskopie ausgezeichnet.

Prim. Univ.-Prof. Dr. Harald Hofer, Leiter der Abteilung für Innere Medizin I, Vorstandsmitglied der Österreichischen Gesellschaft für Gastroenterologie und Hepatologie (ÖGGH)

### Verbesserte Visualisierung für maximale Ergebnisqualität.

„Die neue Technologie hat zwei Vorteile“, erklärt Harald Hofer, Leiter der Abteilung für Innere Medizin I. „Sie unterstützt erstens bei der Erkennung und zweitens bei der Charakterisierung von Polypen. Während der Untersuchung läuft das Programm mit und gibt bei Erkennen von Schleimhautwucherungen sowohl ein visuelles als auch ein akustisches Signal. Anhand der Oberflächenstruktur des Gewebes lässt sich eine Entscheidung treffen, ob es entfernt werden muss oder nicht“, so Hofer weiter. Mithilfe der „Künstlichen Intelligenz“ des neuen Software-Moduls lässt sich die Ergebnisqualität der Koloskopie vor allem bei kleinen Adenomen steigern. Gemessen wird diese in der Adenomdetektionsrate, das heißt, wie viele Polypen bzw. Adenome erkannt und klassifiziert werden können. Die neue Technologie ist am Klinikum-Standort Wels

seit Herbst 2021 im Einsatz.

### Vorsorge statt Nachsorge.

In Österreich erkranken pro Jahr ca. 5.000 Menschen an Dickdarmkrebs. Seit der Etablierung der Vorsorgekoloskopie hat sich hier die Entstehung tausender kolorektaler Karzinome verhindern lassen. Die Vorsorgeuntersuchung wird ab einem Alter von 50 Jahren empfohlen. Spätestens bei auffälligen Beschwerden ist eine Darmspiegelung angezeigt. „Alarmzeichen sind Blut im Stuhl, ungewollter Gewichtsverlust oder Durchfälle über einen längeren Zeitraum, aber auch wechselnde Stuhlgewohnheiten.“ Seit der Etablierung der Vorsorgekoloskopie hat sich in Österreich das Entstehen tausender kolorektaler Karzinome verhindern lassen.

### Aufklärung gibt Sicherheit.

An der Abteilung für Innere Medizin I in Wels werden rund 3.000 Koloskopien pro Jahr durchgeführt, rund

1.100 weitere am Standort Grieskirchen. Die Untersuchung selbst ist für den Patienten aufgrund der Sedierung nicht spürbar. Wichtig für die Qualität der Ergebnisse ist eine vollständige Darmentleerung im Vorfeld. Ist diese nicht gegeben, kann die Darmspiegelung nicht durchgeführt werden. Zur bestmöglichen Vorbereitung werden in der Ambulanz Informationsveranstaltungen abgehalten, online sind dazu Tutorials in Deutsch, Englisch, Kroatisch, Slowakisch und Türkisch abrufbar.

Tutorials  
„Vorbereitung zur  
Koloskopie“:



Am schlagenden Herzen

# Herzklappenersatz ohne Narkose

Forschung und Entwicklungen der letzten Jahrzehnte haben zu immer schonenderen Eingriffstechniken am Herzen geführt. Dank minimalinvasiver Methoden erholen sich Patienten auch nach komplexen Interventionen rasch. In Wels konnte nun erstmals eine Herzklappe an einem wachen Patienten ersetzt werden. Der Zugang über die Leiste erfolgte in örtlicher Betäubung, der Patient war wach, konnte während des Eingriffs sprechen und am nächsten Morgen bereits wieder aufstehen.



v.l.n.r.: DGKP Melanie Haider, Prim. Priv.-Doz. Dr. Ronald Binder, Leiter der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin, der 81-jährige Patient, Herzchirurg OA Dr. Edin Srdic und Dr. Martin Wernhart. Der 81-jährige Patient aus Wels litt vor dem Eingriff unter starker Atemnot bei Belastung – nach dem schonenden Herzklappenersatz ohne Narkose war er schnell wieder fit, er kann jetzt wieder tief durchatmen.

**B**ei den vier menschlichen Herzklappen ist die Verengung der Aortenklappe, die Aortenstenose, der häufigste Herzklappenfehler. Zur Symptomatik zählen Atemnot, Brustschmerzen, Leistungsminderung oder Ohnmachtsanfälle. Durch die andauernde Mehrbelastung wird der Herzmuskel chronisch geschädigt. Der Ersatz der Aortenklappe durch ein interdisziplinäres Team von Herzspezialisten ist für diese Patienten die beste Therapie. „Mit der sogenannten TAVI, der Transkatheter-Aortenklappen-Implantation, steht seit über zehn Jahren am Klinikum eine äußerst schonende Eingriffstechnik und Alternative zu einer offenen Operation zur Verfügung“, erklärt Ronald Binder, Leiter der Inneren Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin. Durchgeführt wird die kathetergestützte Herzklappenimplantation

von Kardiologen und Herzchirurgen. „Bei der TAVI wird die Ersatzklappe in gefaltetem Zustand über einen Herzkatheter an ihren Einsatzort gebracht und dort entfaltet“, so Binder. Dies geschieht bei schlagendem Herzen. Eine Öffnung des Brustkorbes, ein Einsatz der Herz-Lungen-Maschine oder eine künstliche Beatmung werden dabei nicht benötigt. Beim 81-jährigen Welser Patienten erfolgte der Zugang zum Herzen über die großen Blutgefäße von der Leiste aus. „Darüber hinaus wurde bei dieser Intervention erstmals in Wels eine Herzklappe an einem wachen Patienten ersetzt. Er konnte sich während des Eingriffs mit uns unterhalten. Der Zugang über die Leiste in örtlicher Betäubung ist sehr schonend und die Patienten kommen nach dem Eingriff schneller wieder auf die Beine“, führt der Kardiologie-Primar aus.



„Mit der sogenannten TAVI steht seit über zehn Jahren am Klinikum eine äußerst schonende Eingriffstechnik zur Verfügung.“

Prim. Priv.-Doz. Dr. Ronald Binder, Leiter der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin



*Willkommen in der Zukunft*

# Mit Augmented Reality (AR) zur optimalen Knieprothese

Bei Implantationen künstlicher Kniegelenke mit Unterstützung einer Augmented-Reality-Navigation kann die Prothese millimetergenau platziert und optimal an den Bedürfnissen des Patienten ausgerichtet werden. Über eine AR-Brille ist es dem Chirurgen möglich, zusätzlich zum realen Knie und Bein des Patienten virtuelle Referenzpunkte zu sehen, anhand welcher die Feinjustierung erfolgen kann. Die Visualisierung ermöglicht eine Simulation von Bandspannung und Gelenksachse, der Chirurg erhält alle wichtigen Orientierungspunkte in Echtzeit. So kann Achs- und Rotationsfehlstellungen vorgebeugt werden.



Symbolfoto



Orthopädie-Primar Prof. Dr. Björn Rath und Oberarzt Dr. David Ullmann bei der hochpräzisen präoperativen Planung. Beim Eingriff selbst tragen die Chirurgen eine Augmented-Reality-Brille, auf welche patientenbezogene Daten aus der OP-Planung eingespielt werden.

„Wir setzen auf diese innovative Methode in der totalen Knieendo-prothetik, weil wir so das individuell bestmögliche Ergebnis für den Patienten erreichen“, erklärt Björn Rath, Leiter der Abteilung für Orthopädie und orthopädische Chirurgie. Bisher erfuhren nach der Implantation eines künstlichen Kniegelenks bis zu 85 Prozent der Patienten eine deutliche Reduktion der Symptome, weitgehend Schmerzfreiheit und gute Beweglichkeit. Der verbleibende Anteil verspürte teilweise weiterhin Schmerzen und eventuell Bewegungseinschränkungen. „Das liegt daran, dass die kombinierte Roll-, Dreh- und Gleitbewegung des Kniegelenks sehr komplex ist. Die noch sehr junge OP-Technik mit AR-Unterstützung eröffnet uns als Anwender die Möglichkeit, alle verfügbaren Patientendaten optimal zu nutzen und die Ergebnisse weiter zu verbessern.“

### SCIENCE-FICTION IM OP

Bestehend aus der Augmented-Reality-Brille inklusive entsprechender Software und einem spezialisierten Instrumentenset ermöglicht das System dem Chirurgen, wichtige Parameter zur idealen Feinjustierung der Prothese direkt über die Gläser der Brille während des Eingriffs abzulesen. „In der Vorbereitung des operativen Eingriffs veranlassen wir ein CT vom Knie des Patienten. Aus den Daten dieser Aufnahmen wird durch das Unternehmen Medacta, dem Entwickler des Systems, ein 3D-Modell der knöchernen Strukturen erstellt und die präoperative Planung kann beginnen“, erklärt Rath, der bereits seit 2018 in Forschungsprojekten Erfahrungen zu der innovativen Methode sammelt. „Anhand des Modells entscheidet der Operateur, welchen Knochen-

anteil er vom Knie entfernt, um die Prothese an die Anatomie des Patienten angepasst einzusetzen. Oberste Prämisse ist dabei, schließlich den Zustand eines bandstabilen Knies zu erreichen. Die hochpräzise präoperative Planung mithilfe des



„Durch die noch sehr junge OP-Technik mit AR-Unterstützung können wir alle verfügbaren Patientendaten optimal nutzen und die Ergebnisse weiter verbessern.“

Prim. Prof. Dr. Björn Rath, Leiter der Abteilung für Orthopädie und orthopädische Chirurgie

Systems setzen wir im Zuge des Eingriffs exakt um und haben nun auch den Vorteil, das Ergebnis noch intraoperativ zu kontrollieren und gegebenenfalls anzupassen.“ Beim Eingriff selbst trägt der Chirurg eine Augmented-Reality-Brille, auf welche patientenbezogene Daten aus der OP-Planung eingespielt werden: „Ich sehe also beides, das reale Knie und auch jene Parameter, welche dabei helfen, das künstliche Kniegelenk millimetergenau in der richtigen Position zu implantieren.“ Dafür werden für die Zeit des Eingriffs zwei kleine Sensoren am Bein

des Patienten angebracht, jeweils über und unter dem Kniegelenk. „Für den Knieersatz wichtig ist vor allem auch, dass die Bänder, welche die Spannung im Knie regulieren, optimal ausgerichtet werden – dies gelingt mit der exakten Messung durch die beiden Sensoren während dem Eingriff hochpräzise“, beschreibt der Orthopädie-Primar. „Hochpräzise bedeutet in diesem Fall, dass das Ergebnis den Patienten ideal in seinen Alltagsansprüchen unterstützt.“ Einen weiteren Schritt der noch präziseren präoperativen Planung bildet das sogenannte 3D-Röntgen unter Belastung: „Wir arbeiten daran, unseren Patienten diese Methode möglichst früh anbieten zu können. Durch diese Form der räumlichen Bildgebung wird die exakte Knochenposition im Stehen visualisiert, was einen entscheidenden Faktor für eine optimale Therapieplanung darstellt“, blickt Rath in die Zukunft. ■



### Was ist AR?

Augmented Reality („erweiterte Realität“) beschreibt die Möglichkeit, dank entsprechendem technischem Equipment, die reale Ebene der physischen Welt mit virtuellen Elementen in Echtzeit zu überlagern. Dies geschieht in Echtzeit und mit einer dreidimensionalen Verankerung in der realen Ebene. Einen hohen Bekanntheitsgrad erreichte die Technologie vor allem durch Pokémon GO, ein Spiel für Handheld-Mobilgeräte.



## 6 Fragen an den Kindergastroenterologen

# Was tun, wenn das Bäuchlein zwickt

Interview mit **Oberarzt Dr. Thomas Hofer**,  
zertifizierter Gastroenterologe für Kinder und Jugendliche



„Der erste Ansprechpartner bei Kindern mit abdominellen Beschwerden ist der Kinderarzt. Bei Alarmsymptomen muss jedoch rasch medizinischer Rat eingeholt werden.“

Oberarzt Dr. Thomas Hofer ist zertifizierter Gastroenterologe für Kinder und Jugendliche.

Details zu weiteren diagnostischen Verfahren:



Bauchschmerzen bei Kindern haben in den meisten Fällen glücklicherweise eine harmlose Ursache. Sie sollten dennoch immer ernst genommen werden.

**Bauchschmerzen zählen zu den häufigsten Beschwerden im Kindesalter. Glücklicherweise sind sie meist vorübergehend und harmlos.**

Die möglichen Ursachen sind vielfältig. Sie reichen von banalen Magen-Darm-Infekten über Nahrungsunverträglichkeiten bis hin zu funktionellen Beschwerden. Im Interview gibt Kindergastroenterologe Thomas Hofer Eltern Tipps, wie sie ihre Kinder bei Bauchschmerzen am besten unterstützen können.



### **Herr Dr. Hofer, wie kann man erkennen, dass Babys und kleine Kinder Bauchschmerzen haben?**

Bei Säuglingen und Kleinkindern ist die Ursache der Schmerzen oft schwierig festzustellen. Anzeichen für Bauchschmerzen können unter anderem vermehrtes Schreien oder Wimmern, Nahrungsverweigerung, Anziehen der Beine oder Krümmen sein. Ältere Kinder können ihre Schmerzen bereits relativ gut beschreiben.

### **Müssen Bauchschmerzen bei Kindern immer ernst genommen werden?**

Bauchschmerzen bei Kindern haben in den meisten Fällen eine harmlose Ursache. Dennoch sollten sie aber immer ernst genommen werden, auch harmlose Ursachen für chronische Bauchschmerzen lassen sich oft sehr gut behandeln. Der erste Ansprechpartner ist hier der Kinder- bzw. Hausarzt. Akut auftretende bzw. sehr starke Bauchschmerzen sollten umgehend abgeklärt werden.

### **Was sind die häufigsten Ursachen von „harmlosen“ Bauchschmerzen bei Kindern?**

Die Dreimonatskoliken zählen zu den häufigsten Ursachen von Schmerzen im Säuglingsalter. Im Kindesalter sind es funktionelle Bauchschmerzen bzw. Reizdarmbeschwerden. Bei vielen Kindern mit wiederkehrenden Schmerzen finden sich keine organischen Ursachen für die Beschwerden. Die Schmerzen sind jedoch weder Einbildung noch psychologischer Natur, sondern eine besondere Überempfindlichkeit des Darms mit Übererregbarkeit des Darmnervensystems.

### **Was kann man selbst tun? Sind Hausmittel wie Tees, Öle, Wärme-kissen, Massagen zu empfehlen?**

Bei den Säuglingskoliken lindern oft sanftes Massieren und Streicheln des Bauches sowie vorsichtige Wärmeanwendung, zum Beispiel mit einem lauwarmen Kirschkernkissen, nicht aber mit einer Wärmflasche,



die Beschwerden. Bei funktionellen Bauchschmerzen hilft es, die Kinder zu beruhigen und abzulenken. Zur Anwendung kommen regelmäßig auch Entspannungstechniken und eine Aufklärung des Kindes über die harmlosen Vorgänge im Bauch. Hierfür gibt es an unserer Kinderklinik auch bestimmte Schulungsprogramme.

### **Was sind Alarmzeichen, welche signalisieren, dass ein akutes Krankheitsbild dahinter steckt? Was ist dann zu tun?**

Alarmsymptome wären zum Beispiel immer wiederkehrende Bauchschmerzen an ein und derselben Stelle fern vom Bauchnabel sowie gehäuftes nächtliches Erwachen aufgrund der Bauchschmerzen. Unbedingt abgeklärt werden müssen starke krampfartige Bauchschmerzen mit Beeinträchtigung des Allgemeinzustandes, blutige Stühle, eine Gewichtsabnahme bzw. bei kleinen Kindern auch fehlende Gewichtszunahme oder Wachstumsstillstand, blutiges oder grünliches Erbrechen, Schmerzen beim Harnlassen, gehäuft auftretendes Fieber sowie Durchfälle, welche länger als vier Wochen andauern. Milde und

kurz andauernde, eher um den Nabel lokalisierte Schmerzen mit schmerzfreien Intervallen zwischendurch und prinzipiell gutem Allgemeinzustand sind eher als harmlos einzuschätzen.

### **Was sind Ihre Empfehlungen an Eltern, die mit immer wieder auftretenden bzw. andauernden Magen-Darm-Beschwerden ihrer Kinder konfrontiert sind?**

Der erste Ansprechpartner bei Kindern mit abdominellen Beschwerden ist der betreuende Kinderarzt. Bei Auftreten von Alarmsymptomen muss jedoch rasch medizinischer Rat eingeholt werden, in diesen Fällen auch zum Beispiel in der allgemein-pädiatrischen Kinderambulanz. Zur elektiven Abklärung von chronischen Bauchschmerzen, längerfristigen Durchfällen, therapieresistenter Verstopfung oder anderen unklaren abdominellen Beschwerden kann ein Termin an unserer Kindergastroenterologischen Ambulanz zur Besprechung und gegebenenfalls weiterführenden Abklärung, zum Beispiel durch eine Endoskopie oder Manometrie nach Überweisung durch den Kinder- bzw. Hausarzt, vereinbart werden. ■

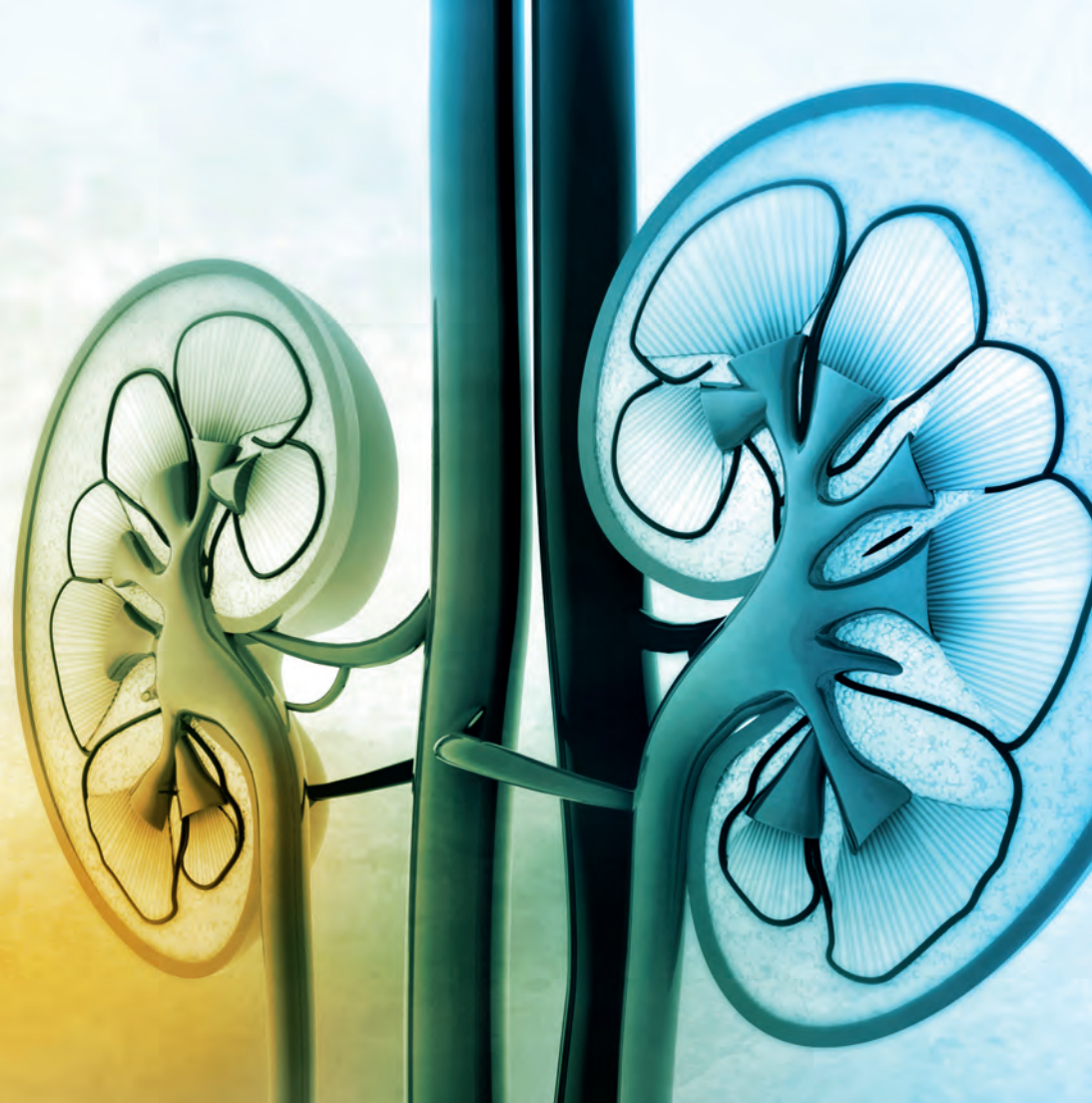


Mehr zur  
Nephrologie am  
Klinikum:



### Das leisten unsere Nieren:

Abhängig von der Körpergröße ist die gesunde menschliche Niere zwischen neun und zwölf Zentimeter lang, vier bis sechs Zentimeter breit und drei bis fünf Zentimeter dick. Paarig angelegt, befinden sich die etwa 300 Gramm schweren Organe links und rechts der Wirbelsäule etwa auf Höhe der unteren Rippen. Etwa 1.400 bis 1.600 Liter Blut fließen täglich durch die Nieren. In unserem Körper übernehmen sie zahlreiche wichtige Aufgaben.



*Wissenswertes rund um die menschliche „Kläranlage“*

## Wie man die Nieren schützt und gesund erhält

Seit 2006 wird jährlich am zweiten Donnerstag im März der Weltnierentag ausgerufen. Die Initiative der internationalen Fachorganisationen steht dabei regelmäßig unter einem speziellen Motto, heuer wurde besonderes Augenmerk auf einen gesteigerten Wissenstransfer rund um die Nierengesundheit gelegt. Ziel ist es, Nierenerkrankungen vorzubeugen bzw. zeitnahe zu erkennen, um ein Nierenversagen zu verhindern.

**D**er Mensch verfügt über eine perfekte Filteranlage“, erklärt Manfred Wallner, leitender Oberarzt der Nephrologie und Dialyse an der Abteilung für Innere Medizin IV. Die Nieren übernehmen im menschlichen Körper eine Vielzahl an Aufgaben, um das „innere Milieu“ aufrechtzuerhalten. „Zu den wichtigsten zählt nicht nur die Entgiftung des Körpers, die boh-

nenförmigen, paarweise angelegten Organe regeln unter anderem auch Blutdruck, Flüssigkeits- und Elektrolythaushalt, Knochenstoffwechsel, Säure- und Basenhaushalt sowie die Bildung der roten Blutkörperchen.“

### **FRÜHES ALARMSIGNAL: HÄUFIGES NÄCHTLICHES WASSERLASSEN**

Pro Minute werden rund 125 Milliliter, also ein Achtel Liter Primärharn gebildet, dies sind bis zu 180 Liter

am Tag. Davon gewinnt der Körper in einem weiteren Schritt einen Großteil des Wassers und wichtige lösliche Blutbestandteile, wie Zucker und Salze, zurück. Dadurch wird der Primärharn konzentriert, das Ergebnis ist der eigentliche Harn. „Wenn die Nieren nicht mehr voll funktionstüchtig sind, können sie aus dem Primärharn unter Umständen nicht mehr ausreichend Wasser zurückgewinnen und das Wasser



Eine Reihe von Krankheiten kann eine Niereninsuffizienz zur Folge haben. Dann muss die Nierenfunktion ersetzt werden, entweder durch ein Dialyseverfahren oder, wenn möglich, eine Nierentransplantation. Für die ambulante Dialyse stehen am Klinikum Wels-Grieskirchen 25 Plätze zur Verfügung, in sechs Schichten werden derzeit rund 140 Patienten mittels chronischer Hämodialyse versorgt. Im Bild (v.l.n.r.): Susanna Simora, Stationsleiterin Dialyse, OA Dr. Martin Windpessl und OA Dr. Manfred Wallner mit Dialysepatientin.

wird beim Harnlassen ausgeschieden“, so Wallner. „Patienten mit Niereninsuffizienz bilden deshalb am Anfang der Erkrankung manchmal mehr Urin als vorher und müssen – auch nachts – die Blase öfter leeren. Auch vermehrt Eiweiß bzw. Blut im Harn können Anzeichen für eine Nierenerkrankung sein.“

### ABGESCHLAGEN UND GLEICHZEITIG UNTER HOCHDRUCK

Auch lebenswichtige Botenstoffe werden in den Nieren gebildet, beispielsweise jene für die Bildung der roten Blutkörperchen im Knochenmark. „Menschen mit Nierenerkrankungen fühlen sich oft müde und abgeschlagen, Grund dafür kann eine Anämie, eine Blutarmut, sein“, so der Nierenspezialist. Zudem produzieren die Nieren für die Regulation des Blutdrucks wichtige Hormone. „Bei abnehmender Nierenfunktion werden mehr blutdrucksteigernde Hormone ausgeschüttet. Auch ein durch eine eingeschränkte Nierenfunktion gestörter Wasser- und Salzhaushalt kann den Blutdruck steigen lassen.“ Ein ständig hoher Blutdruck wiederum schädigt die Nieren weiter. Die Nieren sind also Verursacher („Täter“) und gleichzeitig auch „Opfer“ eines hohen Blutdrucks.

### WENN DIE NIEREN VERSAGEN

Wichtigster Parameter für die Einschätzung der Nierenfunktion ist die glomeruläre Filtrationsrate (GFR), welche das pro Zeiteinheit gefilterte Volumen bemisst und in Milliliter pro Minute angegeben wird. Da die GFR in der Routine nicht direkt gemessen werden kann, wird sie anhand einer Formel aus der Kreatininkonzentration im Blut, dem Geschlecht und dem Alter „geschätzt“ (eGFR, estimated, also geschätzte GFR). „Liegt sie unter 10 Milliliter pro Minute, ist es in der Regel notwendig, die Nierenfunktion zu ersetzen – entweder durch ein Dialyseverfahren oder, wenn möglich, eine Nierentransplantation“, erklärt Wallner. Eine Reihe von Krankheiten, wie zum Beispiel Diabetes mellitus, manche Infektionskrankheiten oder auch Autoimmunerkrankungen können eine Niereninsuffizienz zur Folge haben. „Die Symptome bleiben eventuell lange versteckt, neu aufgetretener Bluthochdruck, schäumender Harn oder Spuren von Blut im Harn sind mögliche Hinweise.“ Wer in Österreich jährlich an der kostenlosen Vorsorgeuntersuchung beim Hausarzt teilnimmt, erhält ein regelmäßiges Update zu den eigenen Blut- und Harnwerten. ■



„Durch seine Nieren verfügt der Mensch über eine perfekte Filteranlage.“

Dr. Manfred Wallner,  
leitender Oberarzt der Nephrologie  
und Dialyse an der Abteilung  
für Innere Medizin IV



## ZEICHEN EINER EINGESCHRÄNKTEN NIERENFUNKTION

Die Nieren beeinflussen zahlreiche Körperfunktionen. Anzeichen für eine Schädigung können unterschiedlich sein:

- vermehrtes nächtliches Wasserlassen
- Bluthochdruck
- Schwäche, Unwohlsein, Kopfschmerzen, Schlafstörungen
- Trockenheit, Schuppungen und Gelbfärbung der Haut, gestörte Wundheilung, Wassereinlagerungen
- Übelkeit, Erbrechen, Durchfall und Geschmacksstörungen
- Herz- und Atemprobleme, Blutarmut, Gerinnungsstörungen, Infektanfälligkeit, Knochenweichung, Hormonstörungen
- Bei weit fortgeschrittener Harnvergiftung (Urämie) Störungen des Zentralnervensystems, wie Krampfanfälle, Verwirrtheit und Bewusstlosigkeit



# Ein Tag mit

# WIR  
SIND  
PFLEGE

## ISABELLA SPARBER SONDERAUSBILDUNG INTENSIVPFLEGE

**Die Intensivpflege stellt einen zentralen Teil des multiprofessionellen Teams einer Intensivversorgungseinheit dar.** Fachlich-methodische, sozial-kommunikative und wissenschaftliche Kompetenzen, welche sich diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegekräfte im Studium bereits angeeignet haben, werden in der Sonderausbildung zur Intensivpflege in Theorie und Praxis vertieft und erweitert. Isabella Sparber hat den Weiterbildungslehrgang absolviert und unterstützt mit ihrem Wissen das Team der Internen Intensivstation.



### 1

#### Vielseitigkeit

Die Vielseitigkeit des Aufgabengebietes ist ein Hauptmerkmal der Intensivpflege. Zum Leistungsspektrum der Internen Intensivstation zählen neben der Pflege von kritisch Kranken auch die Anlage einer temporären Schrittmachersonde, Kardioversionen sowie die Komponente des Critical Care Outreach Service, welches gemeinsam mit der Anästhesie angeboten wird. „Spannend ist für mich vor allem die Betreuung schwerkranker Patienten, welche abhängig von Beatmungsmaschinen sind, hämodynamisches Monitoring oder eine maschinelle Unterstützung der Niere benötigen.“

### 2

#### In Kontakt

Technisches Know-how, Troubleshooting, praktisches sowie theoretisches Wissen sind nötig, um die Patienten adäquat zu versorgen. Aber auch die Angehörigenbetreuung spielt dabei eine wesentliche Rolle.





# 3

## **Interdisziplinäre Zusammenarbeit**

Die Intensivstation stellt einen sehr umfassenden Bereich dar, welcher ohne interdisziplinäre Zusammenarbeit nicht funktioniert. „Unsere Patienten profitieren von einer engen Zusammenarbeit zwischen Ärzten und Pflegekräften verschiedener Fachbereiche, aber auch die Unterstützung von Physio- und Ergotherapeuten sowie Logopäden ist unverzichtbar. Im Hinblick auf Diagnostik und Therapie ist die Kooperation mit Labor, Mikrobiologie und vor allem mit der Radiologie ein wichtiger Faktor.“

# 4

## **Theorie und Praxis**

Die Intensivpflegeausbildung absolvierte Isabella Sparber an der FH für Gesundheitsberufe in Linz. „Die Nähe zu Wels und die gute Anbindung durch öffentliche Verkehrsmittel ließ sich organisatorisch unkompliziert gestalten“, so die Intensivpflegerin. „Die FH in Linz hat sich dazu entschlossen, unabhängig von den COVID-19-Infektionszahlen weiterhin einige Veranstaltungen online anzubieten, was die Ausbildung familienfreundlicher gestaltet.“ Praxiseinheiten bieten die Gelegenheit, andere Fachbereiche näher kennenzulernen. „Ich hatte wenig Ahnung von der Versorgung eines Polytraumas. Zusätzlich zum vermittelten theoretischen Wissen durfte ich auf der operativen Intensivstation einiges zur Versorgung von Unfallpatienten dazulernen.“



# 5

## **Empathie und Geduld**

„Empathie und Geduld sind zwei Eigenschaften, von welchen nicht nur die Patienten profitieren, sondern auch wir Pflegepersonen“, so Sparber. „Wenn man die Befindlichkeiten der Patienten nachvollziehen kann, erleichtert dies die Arbeit. Resilienz mit Bewältigungsstrategien im Umgang schwieriger Situationen ist nötig und soll weiterentwickelt werden. Die Gefahr, dass der Alltag einem langfristig zu nahe geht, besteht sonst genauso wie das Risiko, emotional abzustumpfen.“





# 6

## Technisches Know-how

Der Spezialbereich der Intensivpflege verlangt das Aneignen und Weiterentwickeln von praktischen und theoretischen Kenntnissen. „Durch den stetigen technischen sowie medizinischen Fortschritt und das wachsende empirische Wissen der Pflege ist ein Ausruhen auf erworbenen Kenntnissen nicht möglich“, so Sparber. „Das macht die Intensivpflege jedoch noch spannender und interessanter.“

# 7

## Corona

Zu Beginn der COVID-19-Pandemie war die Intensivpflegerin in einem Krankenhaus in England tätig. „Diese Zeit hat mir enorm viel Kraft abverlangt und ich bin mir dessen bewusst, dass sie auch Spuren hinterlassen hat. Aber auch die letzten zwei Jahre in Österreich haben mir vor Augen geführt, wie sehr wir von gesundheitspolitischen Entscheidungen abhängig sind. Während der Sonderausbildung habe ich – wie auch die Jahrgänge zuvor – auf meiner Intensivstation ausgeholfen.“



## Schon gewusst?

Als komplexe Spezialisierung der Gesundheits- und Krankenpflege beinhaltet die Intensivpflege die Betreuung, Überwachung und Pflege von Schwerkranken sowie das Mitwirken bei Anästhesie und Nierenersatztherapie. Neben der Pflege bzw. intensiven Langzeitpflege ist auch die Mobilisation von schwerkranken und ateminsuffizienten Patienten Teil des Aufgabenfelds, ebenso das Mitwirken bei Reanimations- und Schocktherapie, Bronchialtoilette und Intubation. Neben dem geschulten Umgang mit dem Patienten selbst ist auch jener mit den Angehörigen wichtig.



→ Wer sich für die Sonderausbildung in der Intensivpflege entscheidet, erhält durch den Arbeitgeber finanzielle Unterstützung in der Kostenübernahme der Ausbildung bei Gehaltsfortzahlung. Vielseitige interessante Praktikummöglichkeiten werden im Haus selbst geboten.

Video:  
So arbeitet die  
Intensivpflege



## Steckbrief

**Name:** Isabella Sparber

**Alter:** 33

**Hier komme ich her:** vom Lande

**Hier bin ich zuhause:** Zu Hause ist da, wo ich bin. Momentan also in Wels.)

**Als Kind war mein Traumberuf:** Chirurgin. Mein Teddybär musste sich bereits laparoskopischen Eingriffen unterziehen.

**Meinen Beruf habe ich ergriffen, weil:** Studieren konnte ich mir damals nicht leisten, dennoch wollte ich mit Menschen im Bereich Gesundheit zusammenarbeiten.

**In meiner Arbeit spüre ich den Aspekt des „Ordensspitals“ durch:** vor allem durch die tolle Arbeit unseres Seelsorgeteams.

**Glücklich bin ich, wenn:** ich mit bereichernden Menschen unterwegs bin, in der Natur oder beim Training.

**Das möchte ich noch erreichen:** Puh, da gibt es viel, das würde den Rahmen sprengen.

Pflege

# Ausbildungs- förderung für Quereinsteiger

Nachgefragt bei: **Karin Zauner**,  
Direktorin Ausbildungszentrum für Gesundheits- und Pflegeberufe



Mag. Karin Zauner,  
Direktorin Ausbildungszentrum für Gesundheits-  
und Pflegeberufe

**Welche Fördermöglichkeiten gibt es für Menschen, die als Quereinsteiger in den Pflegeberuf wechseln möchten, sei es die zweijährige PFA-Ausbildung oder die dreijährige Diplomausbildung?**

Für die Pflegefachassistenz (PFA) gibt es die ALIS-Stiftung und das Fachkräftestipendium, eventuell Bildungskarenz für ein Jahr für Mitarbeiter, welche die Basis Pflegeassistenz haben und das Upgrade zur PFA machen. Für das Studium im gehobenen Dienst haben wir auch erreicht, dass es Stiftungsplätze gibt; darüber hinaus kann man sich bezüglich eines Stipendiums erkundigen, zum Beispiel über das Selbsterhalterstipendium.

**Welche Voraussetzungen müssen dafür erfüllt sein?**

Für die Stiftung und das Fachkräftestipendium muss man eine gewisse Anzahl an Berufsjahren vorweisen können und das AMS muss zustimmen. Das Stipendium für die FH ist an Alter bzw. auch an das Einkommen gebunden.

**Wo erhalte ich weitere Informationen oder Unterstützung?**

Mehr Informationen zur Stiftung findet man zum Beispiel unter [www.alis.at](http://www.alis.at), zum Stipendium über die Stipendienstelle ([www.stipendium.at](http://www.stipendium.at)). Für das Fachkräftestipendium ist der persönliche Ansprechpartner am AMS zuständig. ■



Sich im Alltag zu freuen, gibt Kraft. Geteilte Freude ist doppelte Freude.



## 3 - 2 - 1 - Offen für die Freude im Leben

Heute schon gefreut?

Das Alltagsleben kostet Energie. Zu sich selber mehrmals täglich gut zu sein, fördert das Leben. Etwas Gutes baut innerlich auf und richtet körperlich auf.

**S**ich im Alltag zu freuen, zum Beispiel über eine erledigte Aufgabe, eine Blume, einen Sonnenstrahl ... das gibt Kraft. Es geht darum, die Freude im Alltag zu suchen, zu finden und zu leben.

### **GETEILTE FREUDE IST DOPPELTE FREUDE.**

Freude zu teilen erzeugt Mitfreude, denn Freude steckt an. Freude drückt sich im Körper aus. Freude erfüllt den ganzen Körper, man schafft es kaum, ruhig zu sein. Das Gesicht öffnet sich. Selbst unter den Masken ist

die Freude an den Augen erkennbar. Die Freude, die uns erfüllt, strahlt und wirkt nach außen.

### **FREUDE: FÜR MICH, FÜR DICH, FÜR GOTT**

In verschiedenen Religionen gibt es Praktiken, um zur Ruhe zu kommen. Bei sich selbst zu sein, kann die Freude fördern. Offenheit für die Menschen und für Gott zu (er-)leben, erzeugt Freude. Kinder freuen sich bis zu 200 Mal am Tag. Wann, warum und wie freue ich mich?

**1 - 2 - 3 - für mehr Freude im Leben**



Sr. Ruth Summer,  
Krankenhausseelsorgerin  
am Standort Wels

*Sich öffnen  
bedeutet  
Leben.*



Die Botschaft  
des Frühlings  
heißt, zum Licht  
durchbrechen.

*Das Leben erblüht*

# Frühlings- botschaften

**Die Buntheit der Frühlingsblumen erweckt in uns Hoffnung:** Krokusse in allen Farben, Schneeglöckchen, Schlüsselblumen, Gänseblümchen und die Leuchtkraft des Löwenzahns demonstrieren Aufbruchsstimmung nach der Kargheit des Winters und der entsetzlichen und erschreckenden Botschaften des Krieges in der Ukraine.



Sr. Petra Car, Provinzoberin der  
Kreuzschwestern

**E**s ist fast unerschämmt, sich zu freuen, im Wissen um das Leid so vieler Menschen durch den sinnlosen Machtkampf, der die Welt in Atem hält. Was die Menschen brauchen, sind Hoffnungszeichen, den Glauben an den Frieden und an die Befreiung ihrer Ängste. Es ist erschreckend, dass immer mehr Kinder und Jugendliche an Depressionen, Schlafstörungen und Ängsten leiden. Die Eröffnung der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Grieskirchen ist ein Zeichen für das Leben. Professionelle Hilfe und die liebende menschliche Zuwendung lassen die Enge aufbrechen, die Kinderherzen verschließt und das Lachen der Unbeschwertheit verstummen lässt. Die Botschaft des Frühlings heißt: zum Licht durchbrechen, Mauern einstürzen, Steine bewegen, den Keim des neuen Lebens wahrnehmen und den Aufbruch in die Freiheit genießen.

Helge Burggrabe, Komponist von „HUMAN“, der tanzenden Hommage an die Menschenrechte, ermutigte als Jugendpastor Kinder und Jugendliche, ihre Talente freizulegen und aufzublühen, über sich selbst hinauszuwachsen, um Glück und Sinn im Leben zu erfahren. Auf dem Weg zu mehr Menschlichkeit können wir uns immer wieder bestärken lassen von den UN-Menschenrechten, die nach dem Zweiten Weltkrieg entstanden sind, in der Hoffnung auf ein besseres Miteinander im Kleinen wie im Großen.

Ich wünsche Ihnen Frühlingserlebnisse, die Sie inspirieren, Samen zu säen für den Frieden und Menschlichkeit zu leben, die vor allem unseren Kindern und Jugendlichen eine glückliche Zukunft schenkt.

**Sr. Petra Car, Provinzoberin der  
Kreuzschwestern**





*Vom Student zum Oberarzt*

## SO FUNKTIONIERT DIE ÄRZTLICHE AUSBILDUNG

Das **Klinikum Wels-Grieskirchen** ist nicht nur der größte Gesundheitsversorger der Region. Zusätzlich zur Patientenversorgung werden hier auch umfassend qualifizierte Ärzte und Pflegekräfte ausgebildet. Unter dem Titel „**medicamp**“ sind alle praxisnahen Module für angehende Ärzte zusammengefasst, die diese vom Studium bis zum Ende ihrer Ausbildungszeit begleiten.

Nach sechs Jahren Studium und einer neunmonatigen Basisausbildung (Turnus) entscheidet man sich zwischen einer weiterführenden Ausbildung zum Allgemeinmediziner (42 Monate) oder einer Facharztausbildung (48 bis 72 Monate). Siehe Grafik.

### **MEDICAMP - VON DER THEORIE ZUR PRAXIS**

Das Ausbildungskonzept **medicamp** ermöglicht den Jungärzten, schon bald in die Praxis einzutauchen. Bereits während des Studiums stehen mehrtägige Workshops (medi skills Winter School und Summer School), Feriapraktika, Famulatur und das Klinisch-Praktische Jahr am Plan. Das Klinikum fungiert dabei als Lehrkrankenhaus aller medizinischen Universitäten Österreichs.

Nach Abschluss des Studiums werden die Turnusärzte mit der Basisausbildung **med basic** und weiterführenden Modulen abgeholt, die vor allem dem Erfahrungsaustausch mit Kollegen und dem Lernen von erfahrenen Kollegen dienen.

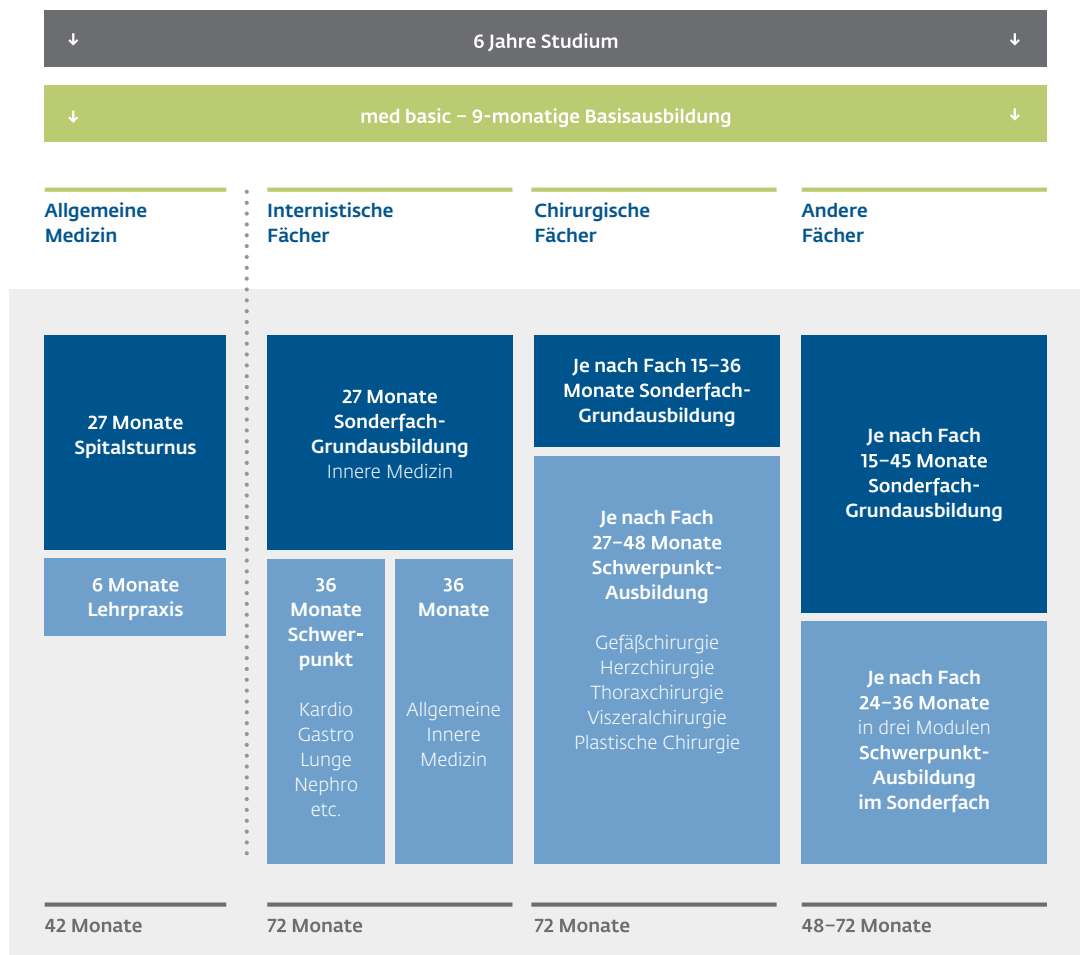
### **REICH AN PERSPEKTIVEN**

All jenen, die eine aussichtsreiche medizinische Karriere einschlagen wollen, stehen am Klinikum alle Wege offen. Im größten Ordensspital Österreichs mit 170 Ausbildungsstellen und sämtlichen Fächern unter einem Dach sind die Chancen gut, sich zu etablieren oder zu spezialisieren. Jene, die durch ihren Beitrag in Form von Forschungs- und Ausbildungstätigkeiten sowie durch interdisziplinäre Zusammenarbeit zum medizinischen Fortschritt des Hauses beitragen, befähigen sich zur Ernennung als Oberarzt.

Details unter:



Übersicht über die Module der Ärzteausbildung am Klinikum:



Priv.-Doz. Dr. Sonja Heibl

**MEIN LEBEN.  
MEINE BERUFUNG.  
MEINE KARRIERE.**

**Zahlreiche Ärzte, welche bereits ihren Turnus am Klinikum absolviert haben, können auf eine erfolgreiche Karriere am Haus zurückblicken können. Eine von ihnen ist Sonja Heibl.**

Die Oberärztin an der Abteilung für Innere Medizin IV leitet die Hämatologisch-onkologische Ambulanz und Tagesklinik und ist hauptverantwortliche Onkologin am Brustgesundheitszentrum Wels. Studiert hat die Internistin in Innsbruck, ihre weitere Turnus- und Facharztausbildung in Wels abgeschlossen. Forschung und Wissenschaft liegen ihr besonders am Herzen. So hat sie bereits eine Vielzahl an Publikationen verfasst, war in England Teil eines Leukämie-Forschungsteams und hat 2021 ihre Habilitation abgelegt.

## Sonja Heibl *im Word Rap*

**Für den Arztberuf habe ich mich entschieden, weil ...** die Medizin ein sehr großes Spektrum an Möglichkeiten bietet. Einerseits ist der Kontakt mit Menschen ein wichtiger Teil, die Interaktion in für die Patienten oftmals extremen Situationen, andererseits ist die wissenschaftliche Entwicklung sehr spannend.

**Ärztin sein bedeutet für mich, ...**

mit den Patienten gemeinsam schwierige Situationen menschlich zu meistern und dabei die wissenschaftlich aktuellsten und bestwirksamsten Therapien einsetzen zu können.

**Für meine Karriere war ausschlaggebend, ...** zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein.

**Jungen Kollegen und Studierenden empfehle ich, ...**

zu versuchen, so viel wie möglich mit den Patienten direkt zu arbeiten, erfahrene Kollegen zu beobachten und versuchen, die positiven Dinge zu übernehmen.

**Von der zukünftigen Ärzteausbildung wünsche ich mir, ...**

dass die praktische Tätigkeit im Vordergrund bleibt und die Bürokratie nicht überhandnimmt.



Fachliche und menschliche Vorbildfunktion

# 17 neue Oberärzte am Klinikum

Auch 2022 werden am Klinikum vielversprechende Nachwuchsmediziner des Hauses zu Oberärztinnen und Oberärzten ernannt. Warum treffen junge Menschen heute die Entscheidung, Medizin zu studieren und einen derart verantwortungsvollen Beruf zu erlernen? Was verbinden sie mit dem Berufstitel Oberarzt? Und was ist das Besondere daran, in einem Ordensspital zu arbeiten? Zwei der neuen Funktionsträger geben Einblicke in ihren Ausbildungsweg und ihr Berufsleben am Klinikum Wels-Grieskirchen.



„Die Möglichkeit, Menschen zu helfen und Schmerzen zu lindern, war für mich ein starkes Motiv, Medizin zu studieren.“

OA Dr.  
Christoph Charwat-Pessler,  
Abteilung für Orthopädie und  
orthopädische Chirurgie

**D**ie Möglichkeit, Menschen zu helfen und Schmerzen zu lindern, war für mich ein starkes Motiv, Medizin zu studieren“, erklärt Orthopäde Christoph Charwat-Pessler, einer der siebzehn neu ernannten Oberärzte am Klinikum. „Funktion und Fehlfunktion des menschlichen Körpers haben mich schon früh interessiert.“ Das Studium absolvierte der Oberösterreicher in Wien, zahlreiche Famulaturen in Wels, Linz, Wien und in den USA. „2010 startete ich mit dem Turnus am Klinikum, seit 2020 bin ich Arzt für Allgemeinmedizin und

Facharzt für Orthopädie und Traumatologie“, blickt Charwat-Pessler auf seine Ausbildung zurück. Warum er sich für seine Fachrichtung entschieden hat? „Orthopädie und Traumatologie sind äußerst spannend, weil sie breit gefächert sind. Es gibt zahlreiche konservative Behandlungsmöglichkeiten, aber auch operative Therapieoptionen.“ In seiner Arbeit spürt er auch das Ordensspital: „Alleine durch die Anwesenheit der geistlichen Schwestern werden wir daran erinnert, dass wir – so wie sie ihr Leben in den Dienst einer Sache stellen – im Dienst der Gesundheitsförderung der uns anvertrauten Menschen stehen, dass neben medizinischem Wissen und Fortschritt das seelische Wohl in der Therapie der Menschen ein wichtiger Faktor ist und dass man trotz aller beruflichen Erfolge die Bodenhaftung nicht verlieren sollte.“ Die Verleihung des neuen Berufstitels sieht er als große Ehre und Wertschätzung seiner Arbeit. „Beruflich möchte ich mich weiter konstant verbessern, um die Orthopädie und Unfallchirurgie im Allgemeinen und die Fußchirurgie im Speziellen voranzutreiben. Gerade in der Fußchirurgie gibt es in unserem Haus eine große Tradition.“ Oberarzt Dr. Christoph Georg Charwat-Pessler wohnt in Lambach. Seine Hobbys sind Joggen und Lesen. Er ist verheiratet mit „der besten Ehefrau von allen“ und Vater von drei Söhnen.

## ANERKENNUNG FÜR MEINE ARBEIT

Auch Internistin Kathrin Danninger ist seit März 2022 Oberärztin am Klinikum. „Ich wusste bereits in der Volksschule, dass ich Medizin studieren wollte – für mich hat es nie eine Alternative gegeben“, so die Kardiologin. „Innere Medizin hat mich im Turnus am meisten interessiert, mein Vater ist ebenfalls Internist.“ Auch sie hat in Wien studiert, die Facharztausbildung in Wels sowie mehrere Auslandsaufenthalte absolviert. „Für die Kardiologie habe



„Ich wusste bereits in der Volksschule, dass ich Medizin studieren wollte – für mich hat es nie eine Alternative gegeben.“

OÄ Dr.  
Kathrin Danninger, MPH,  
Abteilung für Innere Medizin II,  
Kardiologie und  
Intensivmedizin



Dr. Thomas Muhr, Ärztlicher Direktor des Klinikums (li.), und Klinikum-Geschäftsführer Mag. Dietbert Timmerer (re.) gratulieren Dr. Cornelia Gregor, FEBO, Abteilung für Augenheilkunde und Optometrie, zum neuen Berufstitel Oberärztin.

ich mich entschieden, weil die Arbeit sehr spannend und abwechslungsreich ist – für das Klinikum habe ich mich entschieden, weil ich mich vom Bewerbungsgespräch an hier wohlfühlt habe und von Beginn an gut ins Team integriert wurde. Die Entscheidung habe ich bis heute nicht bereut.“ Auch für Danninger ist das Klinikum als Ordensspital in ihrer Arbeit spürbar: „Wertschätzender Umgang sowohl mit den Patienten als auch mit den Kollegen hat hier einen hohen Stellenwert.“ Nun freut sie sich über ihren Berufstitel als Oberärztin: „Er ist eine Anerkennung für meine Arbeit in den letzten Jahren. Auch in Zukunft möchte ich meine Fähigkeiten und Kenntnisse in einigen Bereichen der Kardiologie und Intensivmedizin erweitern. Ein Ziel ist es, einen akuten Herzinfarkt alleine im Herzkatheterlabor versorgen zu können, sodass ich ohne Rufbereitschaft im Hintergrund Dienst machen kann.“ Oberärztin Dr. Kathrin Danninger, MPH, ist 40 Jahre alt. Sie wohnt in Linz. Zu ihren Hobbys zählen Sport, Lesen, Sprachen und Musik.

## OBERÄRZTE AM SCHWERPUNKTKRANKENHAUS

Am größten Ordensspital Österreichs sichern derzeit rund 580 Ärzte mit Pflegekräften und vielen weiteren Berufsgruppen die umfassende Gesundheitsversorgung der Region. „Dabei stellt die Berufsgruppe der Oberärzte einen entscheidenden Faktor in der qualitativ hochwer-



„Oberärzte sichern die Spitzenmedizin und überzeugen durch ihre Innovationsbereitschaft.“

Dr. Thomas Muhr,  
Ärztlicher Direktor

tigen Diagnostik und Therapie des Klinikums dar. Zusätzlich zur Regelversorgung sichern sie mit ihrer fachlichen Kompetenz die Spitzenmedizin und überzeugen durch ihre Innovationsbereitschaft“, so Thomas Muhr, Ärztlicher Leiter am Klinikum. Neben ihrem Beitrag in Wissenschaft und Forschung nehmen Oberärzte auch eine entscheidende Funktion in der Ausbildung ein. „Mit über 150 Facharztausbildungsstellen und strukturierten Ausbildungskonzepten gehören wir zu den bedeutendsten medizinischen Ausbildungszentren in Österreich. Oberärzte haben sowohl fachlich als auch menschlich eine Vorbildfunktion, denn neben Spitzenmedizin spielen bei uns soziale Aspekte, Zuwendung und die Werte des Ordensspitals eine zentrale Rolle.“ ■





# DIE NEUEN OBERÄRZTE 2022

Auch 2022 freut sich das Klinikum Wels-Grieskirchen, die Ernennung von 17 Nachwuchsmedizinerinnen des Hauses zu Oberärztinnen und Oberärzten bekanntgeben zu dürfen.

- 1 **Dr. Cornelia Gregor, FEBO**, Augenheilkunde und Optometrie
- 2 **Dr. Günter Pilsner**, Augenheilkunde und Optometrie
- 3 **Dr. Kathrin Danninger, MPH**, Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin
- 4 **Dr. Lisa Maria Madl-Liebenberger**, Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin
- 5 **Andrea Zebuhr, MSc**, Innere Medizin IV, Hämatologie, internistische Onkologie und Palliativmedizin, Nephrologie und Dialyse
- 6 **Dr. Aisté Fokaité**, Innere Medizin IV, Hämatologie, internistische Onkologie und Palliativmedizin, Nephrologie und Dialyse
- 7 **Dr. Dominik Widhalm**, Innere Medizin V, Gastroenterologie, Diabetologie und nicht-invasive Kardiologie
- 8 **Dr. Nadine Raffler**, Kinder- und Jugendheilkunde, Neonatologie und Pädiatrische Intensivmedizin
- 9 **Dr. Alexander Leitner**, Lungenkrankheiten
- 10 **Dr. Violetta Kure**, Neurologie
- 11 **Dr. Christoph Charwat-Pessler**, Orthopädie und orthopädische Chirurgie
- 12 **Dr. Alexander Petershofer**, Orthopädie und orthopädische Chirurgie
- 13 **Dr. Petra Zipper**, Pathologie
- 14 **Dr. Dipl.-Biol., Michael Schnitzbauer, MHBA**, Radiologie
- 15 **Dr. Jasmin Jelecevic**, Unfallchirurgie
- 16 **Dr. Katharina Metzinger**, Unfallchirurgie (nicht im Bild)
- 17 **Dr. Victoria Werner**, Unfallchirurgie









Unsere Mission: Spitzenmedizin in vertrauensvoller Atmosphäre – umfassend kompetent, innovativ in Therapie und Forschung, empathisch und wertorientiert.

Update ISO 9001:2015

# Kontinuierlicher Aufbau des hausweiten Qualitäts-Management-Systems



2022 liegt der Fokus auf der Implementierung der ISO 9001 im Unternehmen im klinischen Bereich, gestartet wurde mit der Augenheilkunde.

Neue Verordnungen im Gesundheitswesen stellen Gesundheitseinrichtungen im Alltag vor neue Herausforderungen und machen einen systematischen Ansatz zum Umgang mit Qualitäts-, aber auch Risiko- und Verbesserungsmanagement nötig. Die Qualitätsmanagementnorm ISO 9001 erfordert mit vielen ihrer Basiskriterien risikobasierte Reflexion und eine systematische Prozessbetrachtung.



### Praxisbeispiel Klinikum-Apotheke:

„Unsere Dokumente werden standardisiert, auf Sharepoint hochgeladen und somit auch gelenkt“, erklärt Sylvia Tischler, Leiterin der Qualitätssicherung der Klinikum-Apotheke. „Zertifizierungskriterium ist auch, Dokumente zu adaptieren und neue Dokumente zu erstellen, zum Beispiel die Qualitätsziele, Kommunikationsliste und Risikomatrix. Unsere Prozesse werden in der Prozesslandkarte des Klinikums sichtbar.“

**V**orrangiges Ziel ist, die Sicherheit von Patienten zu gewährleisten und laufend weiter zu optimieren, eine Sicherheitskultur zu schaffen und diese kontinuierlich zu verbessern“, so Thomas Neubauer, Mitglied des ISO-Kernteams am Klinikum, über den Fortschritt des Gesamtzertifizierungsprozesses. Im Jahr 2021 stand die Einbindung jener Bereiche, die Synergien und Schnittstellen mit den klinischen Abteilungen pflegen, im Fokus. „Nach erfolgreicher Erstzertifizierung der Pilotbereiche im Frühjahr wurden somit die unterstützenden Bereiche wie die Präventivdienste, die Krankenhausapotheke und die Institute, sprich die Mikrobiologie und Hygiene, die klinische Pathologie und die Radiologie, ins hausweite Qualitätsmanagementsystem eingebunden.“ Als klinische Fachbereiche wurden die Herz-, Gefäß- und Thoraxchirurgie und die Urologie ausgewählt.

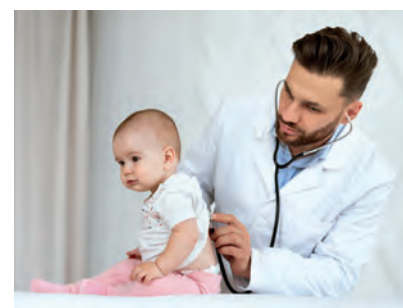
„Anfang 2021 waren die Entwicklung unserer Vision und Mission und die Vorstellung der Qualitätspolitik zentrale Meilensteine zur Benen-

nung der strategischen Ausrichtung und Werte in unserer Organisation“, erklärt Andrea Jetzinger, ebenfalls ISO-Kernteam-Mitglied. „Auch das nun jährlich stattfindende Ausbildungsprogramm für Qualitätsbeauftragte konnte im Unternehmen etabliert werden. Hierfür lukrieren die diversen Berufsgruppen zusätzliche Ausbildungspunkte.“

Auch im heurigen Jahr schreitet die Implementierung der ISO 9001 im Unternehmen bereits mit großen Schritten voran. Der Fokus liegt diesmal hauptsächlich im klinischen Bereich. „Gestartet wurde in der ersten Jahreshälfte mit der Augenheilkunde und Optometrie sowie der Lungenheilkunde“, so Jetzinger. „Ab Sommer wird das Institut für Anästhesiologie und Intensivmedizin in Kombination mit dem OP-Management ins System eingebunden, gefolgt von der Unfallchirurgie und der Plastischen Chirurgie zum Jahresende.“ Als unterstützende Bereiche werden im Herbst das technische Betriebsmanagement und die Medizintechnik folgen. ■



Schon seit Beginn der Zertifizierungsvorbereitungen im Unternehmen ist die Lenkung dokumentierter Informationen zentrales Thema. Nach dem Ausbau der Dokumentenbibliothek SharePoint soll 2022 noch mit einem E-Learning-Programm über die Grundfunktionalitäten und die Suchanwendung abgerundet werden.



## AMBOSS

**Ab sofort stellt das Klinikum allen Mitarbeitern die Wissensplattform AMBOSS zur Verfügung.**

AMBOSS bietet aktuelles und präzises Wissen für alle Behandlungsentscheidungen mit konkreten Diagnostik- und Therapieempfehlungen. Mit der kostenfreien App können alle Inhalte auch ohne Internetverbindung aufgerufen werden. Zur Fort- und Weiterbildung finden Mediziner außerdem direkt in AMBOSS zertifizierte CME-Fortbildungen und Facharzt-Lernpläne.

Alles zur Wissens-App:





Optimale Vorbereitung für den Start in die Saison

# Laufen leicht gemacht

Fünf Kilometer ohne Pause zu laufen, kann für Laufanfänger eine richtig große Herausforderung darstellen. Abhängig ist dies von verschiedenen Faktoren, wie etwa sportlichen Vorerfahrungen, Körpergewicht und eventuell bestehenden Problemen des Bewegungsapparates. Für einen gesunden Menschen ohne starkes Übergewicht und ohne gröbere Gelenkprobleme sollte ein Fünfkilometerlauf nach drei bis sechs Monaten Training jedoch relativ leicht zu schaffen sein.

**D**as Zauberwort heißt Intervalltraining“, erklärt Trainingstherapeut Michael Pfob zum optimalen Start in ein regelmäßiges Lauftraining. „Für Laufanfänger eignet sich am besten ein extensives, also moderates Intervalltraining, um die nötige Ausdauer und Muskulatur zu trainieren und die Gelenke vor Überlastungen zu schützen.“ Die Laufeinheiten setzen sich zu Beginn aus Walking (schnellem Gehen) und Laufen zusammen und dauern in den ersten paar Wochen gesamt rund 30 bis 40 Minuten. Ziel ist es, die Laufdistanzen sukzessive auszubauen und die Gehpausen abzubauen.

## UND SO EINFACH GEHT'S:

1. Wählen Sie eine möglichst ebene Laufstrecke!
2. Starten Sie mit ca. drei bis fünf Minuten Warm-up, am besten mit einem Mix aus schnellem Gehen, Lockerungs- und Aufwärmübungen, wie Beinschwingen, Anfersen oder Kniebeugen!



3. Starten Sie nun ins Training: Laufen Sie langsam drei bis fünf Minuten und gehen Sie anschließend wieder drei Minuten! Ist dies zu anstrengend, die drei bis fünf Minuten auf ein bis drei Minuten reduzieren.
4. Wiederholen Sie den Wechsel aus Laufen und Gehen vier Mal!
5. Die Dauer der Laufintervalle jede Woche um je ein bis drei Minuten erhöhen und die Dauer der Walkingintervalle alle zwei bis drei Wochen reduzieren!
6. Laufen Sie optimalerweise zwei bis drei Mal pro Woche mit jeweils ein bis zwei Ruhetagen!
7. Nach rund zwei Monaten sollten Sie 15 Minuten am Stück laufen können. Erhöhen Sie ab jetzt die Dauer um je fünf bis zehn Prozent pro Woche!

## KRAFT: AUCH FÜR LÄUFER WICHTIG

Das Krafttraining spielt beim Laufen und Walken eine wichtige Rolle. „Denn kräftige Beinmuskeln und ein stabiler Rumpf sind das beste Präventionsmittel gegen typische

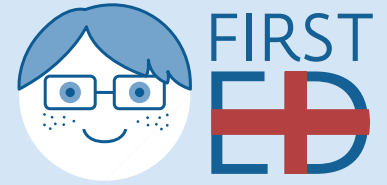
Läuferverletzungen“, erklärt Pfob. „Insbesondere stabilisierende Übungen für die Beinachsen, wie Kniebeugen oder Ausfallschritte, sowie Rumpfkraftigungsübungen, wie Unterarmstütz oder Seitstütz für den Oberkörper, sind entscheidend.“ Auch ein zweimal wöchentliches geräteunterstütztes Krafttraining bietet Vorteile. Hier kann ein regelmäßiges Trainingsprogramm im mediFIT Wels unterstützen.

## BESTE VORAUSSETZUNGEN FÜRS ERSTE TRAINING:

- ein Paar hochwertige Laufschuhe, die optimal zum Fußgewölbe passen (Beratung im Fachgeschäft!)
- eine Stoppuhr, um Ihre Intervallzeiten zu messen
- eine der Witterung angepasste Sportbekleidung
- Die letzte größere Mahlzeit mindestens eine Stunde vor dem Training, besser sogar früher
- ausreichend Flüssigkeit (ca. 0,5 Liter ungesüßte Getränke wie Wasser oder Tee) in der letzten Stunde vor dem Training



# Achtung: Radunfall!



First Ed weiß, wie man schnell und richtig hilft. Bist auch du ein Ersthelfer oder eher ein Nicht-helfer? Was ist richtig? Kreuze an! (Mehrfachnennungen möglich)

- 1** Schürfwunden sind meist harmlos, müssen aber dennoch richtig versorgt werden:

  - Saugen Sie Verunreinigungen direkt mit dem Mund aus der frischen Wunde!
  - Lassen Sie kleine Schürfwunden ausbluten, um Keime und feinste Schmutzpartikel auszuschwemmen!
  - Verwenden Sie zur Wundreinigung ausschließlich Wasserstoffperoxid und Jodtinkturen!
- 2** Knochenbrüche sind schmerzhaft. Häufig sind Schlüsselbein, Unterarm und Handgelenk betroffen.

  - Bruch nicht selbst einrichten! Verletzten Körperteil nicht bewegen!
  - Ein einfacher Knochenbruch benötigt keine ärztliche Versorgung.
  - Natürliche Schonhaltung kann durch weiches Polstermaterial (Kleidung, Decke) unterstützt werden.
  - Geschlossene Bruchstellen warmhalten!
  - Offene Frakturen mit sterilen Auflagen abdecken.
- 3** Trägt der Radfahrer keinen Schutzhelm, kann es bei Stürzen zu schweren Kopfverletzungen kommen.

  - Jede Kopfverletzung muss ärztlich abgeklärt werden. Wählen Sie den Notruf 177!
  - Verletzte Person nicht alleine lassen. Ist keine Atmung vorhanden, Reanimationsmaßnahmen starten!
  - Um schwere innere Kopfverletzungen auszuschließen, muss der Patient ins Krankenhaus, wo standardmäßig eine Magenspiegelung durchgeführt wird.

**via+**  
HERUNTERLADEN  
UND GEWINNEN!



appstore



googleplaystore



Wer online alles richtig löst, hat die Chance auf eines von insgesamt drei **Radservices von „bikes&wheels“!**



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

Dann nützen Sie unser Bestellformular\*:

Vorname, Name:

Straße:

Postleitzahl:



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

*\*gilt nicht für Klinikum-Mitarbeiter*

Porto  
zahlt  
Empfänger

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



どうぞお召し上がりください

# Mahlzeit aus Fernost

*Die Japanische Küche liegt voll im Jugendentrend. Hannes Zeininger, Küchenchef am Klinikum-Standort Grieskirchen, hat das Abenteuer gewagt und Sushi, Ramen und Co. mit original oberösterreichischen Zutaten kreiert. Nachkochen erwünscht!*



## ■ RAMEN-NUDELN

0,20 Kilo Weizenmehl Type 480 glatt

1 Ei

pro 200g Mehl 1TL Backpulver, 1TL Salz, 5 EL Wasser

Alle Zutaten mischen und zu festem Teig kneten. Eine Stunde rasten lassen und mit Nudelmaschine ausrollen. Mit Mehl stauben, zusammenfalten und mit scharfem, langem Messer in dünne Nudeln schneiden. In Salzwasser kochen und mit kaltem Wasser abschwemmen.





## Sushi

### ■ POLENTARÖLLCHEN MIT RÄUCHERFORELLE

240 g Gemüsebrühe  
90 g Polenta  
120 g Bohnen rot  
30 g Crème fraîche  
60 g Forelle geräuchert

Polenta in gewürzter, kochender Brühe einkochen und zugedeckt dünsten. Nachdem die Polenta überkühlt ist, mit Zitronensaft säuern und abschmecken. Gekochte Bohnen mit Crème fraîche mixen und mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Durch Sieb passieren. Lauch der Länge nach aufschneiden und große Blätter kochen. Diese als Mantel für die Röllchen verwenden. Alufolie ausrollen und mit Klarsichtfolie bedecken. Zuerst Lauchblätter, dann Polentamasse aufbringen. Polenta mit feuchten Händen flachdrücken und mit Bohnenpaste bestreichen. Auf die Bohnenpaste die in Streifen geschnittenen Forellenfilets legen. Mit der Alufolie die Rolle in Form bringen und durchkühlen.



Die Rezepte für Vegetarisches Sushi mit Dinkel und Erdäpfel-Speck-Röllchen sowie alle Rezepte online zum Nachlesen



## Asiatische Ramen-Suppe

Hühnersuppe oder Gemüsebrühe

1 EL Knoblauch gehackt

1 EL Ingwer geschnitten

Öl

1/8 l Sojasauce

50 ml Sake (oder Weißwein)

50 ml Mirin

Ramen

**Einlage: verschiedenste Gemüse, gebratene Fleischstücke, gekochte Eier, Fleisch vom Kochen der Brühe, verschiedene Pilze, Sprossen etc.**

Aus einem Suppenhuhn und Wurzelgemüse eine klare Hühnersuppe kochen, als vegetarische Variante Gemüsebrühe verwenden. Knoblauch und Ingwer in einer Pfanne mit etwas Öl anschwitzen. Mit Sojasauce ablöschen und etwas einkochen lassen. Mit Sake und Mirin aufgießen. Ziehen lassen und abseihen. Einen EL dieser Soße in die Suppenschale geben. Gekochte Ramennudeln daraufsetzen, mit weiteren Einlagen nach Belieben auffüllen. Anschließend mit kochend heißer Suppe aufgießen und servieren.



## Karamellflan

60 g Feinkristallzucker

40 g Wasser

530 g Vollmilch

5 Stk. Eier

100 g Feinkristallzucker

20 g Honig

60 g Zucker und Wasser bis zu einem hellbraunen Karamell einkochen und noch warm in Formen oder Gläser einfüllen. Vollmilch aufkochen. Eier mit 100 g Zucker und Honig verrühren. Nicht aufschlagen! Heiße Milch unterrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Durch ein Sieb schütten und auf das Karamell in den Gläsern gleichmäßig verteilen. Backrohr mit 160° C vorheizen. Befüllte Formen in Auflaufform mit heißem Wasser stellen und im Rohr garen. Wenn der Flan gestockt ist, aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen. Zum Anrichten auf Teller stürzen, das Karamell ist oben auf. Mit frischen Früchten und geschlagenem Obers garnieren.





**Weil wir es  
wissen  
wollen**

**# WIRSINDPFLEGE**

## **Gelernt ist gelernt.**

Durch unsere fundierte Ausbildung zur Pflegefachassistenz stehen wir unseren Patienten bestmöglich zur Seite. Wir führen Pflegemaßnahmen durch, wirken in Diagnostik und Therapie mit und wissen, wie wir in Notfällen handeln müssen. Willst auch du einen vielseitigen Beruf? Dann komm in unser Team!

**[wirsindpflege.at](https://www.wirsindpflege.at)**