



Klinikum

Magazin Klinikum Wels-Grieskirchen

WIR SIND PFLEGE

■ **ZUKUNFTSBERUF**
Jung – modern – Pflege

■ **LONG COVID**
Langwierige Folgeerkrankung

Poster
zum Heraus-
trennen!



*Impfungen
im Überblick*

**Tief
durchatmen.**





Liebe Leserinnen und Leser!

Atmen ist unser erstes und unser letztes Lebenszeichen. Atmen ist Leben. Tief durchatmen – am besten in der freien Natur – ein unvergleichlicher Weg, um Kraft und Energie zu tanken. Die einfachsten Mittel sind oft die beste Prävention.

Doch gibt es angeborene, teilweise noch unheilbare Erbkrankheiten wie die Stoffwechselerkrankung Cystische Fibrose, die sich auf Atmung und Verdauung schlägt und die Lebensqualität betroffener Menschen schwer beeinträchtigt. Am Klinikum Wels-Grieskirchen stehen unseren Patienten an den CF-Zentren multiprofessionelle Teams zur Seite. Für Kinder und Jugendliche und – bereits seit 1997 mit steigender Lebenserwartung trotz Erkrankung – auch für Erwachsene. Wir schätzen uns glücklich, hier Experten aus Medizin, Pflege, Physiotherapie, Psychologie und vielen weiteren Berufsgruppen vereinen zu können, die gemeinsam Betroffene bestmöglich unterstützen.

LONG COVID

Unter Einschränkungen der Atemfunktion leiden auch viele Patienten nach einer COVID-19-Erkrankung. Anhaltende Symptome bilden sich nach einem milden und mittelschweren Verlauf üblicherweise nach einigen Wochen zurück. Sollten typische Beschwerden länger auftreten, kann eine weiterführende Therapie erforderlich werden.

Primarius Dr. Josef Eckmayr klärt in dieser Ausgabe über Symptome und Nachsorgeoptionen auf. Wie lange uns die Coronapandemie noch beschäftigen wird, ist derzeit wohl eine der häufigsten Fragen, die niemand realistisch beantworten kann. Wie im letzten Jahr nach der Sommer- und Reisezeit ist die Anzahl der COVID-Patienten auch derzeit wieder im Steigen begriffen. Die Kombination aus einer hohen Impfquote, effektiven und vor allem konsequenten Maßnahmen hinsichtlich Hygiene und dem Nachweis einer geringen epidemiologischen Gefahr schützt uns hoffentlich in den nächsten Monaten vor einer Überlastung der Intensiv- und COVID-Stationen.

PFA: NAHE AM MENSCHEN, KOMPETENT, STARK UND GEFRAGT

Pflegeberufe werden den zukünftigen Anforderungen angepasst – neue Wege und Strukturen bilden sich ebenso wie neue Möglichkeiten und Optionen. Die Pflegefachassistenz ist ein noch junges Berufsbild. In enger Kooperation mit den Diplomierten Pflegekräften werden die Pflegefachassistenten in Zukunft eine sehr

wichtige Säule der Pflege direkt beim Patienten bilden. Stellvertretend für sie dürfen wir zwei unserer aktuell 39 Pflegefachassistenten am Cover präsentieren, die sich für diesen sensiblen und verantwortungsvollen Beruf entschieden haben. Wir sind sehr stolz und froh darüber, dass sich immer mehr junge Menschen in ein vollkommen neues und bis dato in der Öffentlichkeit noch eher unbekanntes Berufsbild wagen und damit eine Vorreiterposition einnehmen!

Wir wünschen Ihnen eine spannende und informative Lektüre und freuen uns über Anregungen und Feedback!*

Herzlichst,

Sr. Franziska Buttinger
Sr. Franziska Buttinger

Mag. Dietbert Timmerer

Mag. Dietbert Timmerer

*Anregungen, Feedback bitte per E-Mail an: marketing@klinikum-wegr.at

10



8

34



25

42



21



14

18



Inhalt

Medizin und Pflege

8

EFFEKTIVER KURZAUFENTHALT

Varizen-OP im Short Stay

10

FÜR KLEIN UND GROSS

Multiprofessionelle CF-Betreuung

14

INFEKTION MIT FOLGEN

Long COVID

18

GUT GESCHÜTZT IN ÖSTERREICH

Umfassendes Impfprogramm

21

MIGRÄNE UND CO.

Hilfe für Kopfschmerzpatienten

25

#WIRSINDPFLEGE

Beruf mit vielen Dimensionen

Für das Leben

32

ORDENSIMPULS

Bleiben Sie zuversichtlich!

Unternehmen

34

SPANNEND UND ABWECHSLUNGSREICH

Medizinisches Sekretariat

38

IM BLICKPUNKT:

Patientensicherheit

Netzwerk

42

EU-WEIT ZERTIFIZIERT

Radfreundliches Klinikum

Standards

2 Editorial

6 Kurz notiert

28 Ein Tag mit

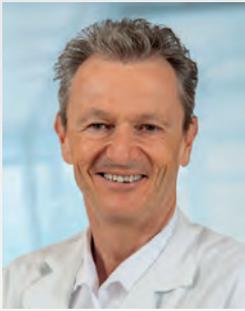
40 Aus der Küche

Am Cover



Fabian Altenhuber,
Pflegefachassistent in Ausbildung,
und **Alexandra Aigner,**
Pflegefachassistentin

Die Pflegefachassistenz ist ein noch junges Berufsbild, welches 2016 eingeführt wurde. Die ersten Absolventen der Ausbildung zur Pflegefachassistenz des Welser Ausbildungszentrums werden derzeit in Pilotbereiche am Klinikum integriert und arbeiten nahe am Patienten. Sie agieren weitgehend selbständig und tragen große Verantwortung. Die Lehrgänge zur Pflegefachassistenz können am Ausbildungszentrum Wels in Vollzeit, Teilzeit oder als Upgrade zur Pflegeassistenz absolviert werden.



OA Dr. Rudolf Puschmann, Abteilung für Herz-, Gefäß- und Thoraxchirurgie, Chirurgie I, wurde mit dem Berufstitel Medizinalrat ausgezeichnet.



AUSGEZEICHNET

Rudolf Puschmann, Oberarzt an der Abteilung für Herz-, Gefäß- und Thoraxchirurgie, Chirurgie I, wurde von Bundespräsident Alexander Van der Bellen der Berufstitel Medizinalrat verliehen. Die feierliche Überreichung des Dekretes fand am 25. Juni 2021 durch Landeshauptmann Thomas Stelzer in Linz statt. Die Ernennung erfolgte aufgrund der außerordentlichen Leistungen des Mediziners im Rahmen der Patientenversorgung, Ärzteausbildung, medizinischen Entwicklung und seines standespolitischen Engagements.

HÖCHSTE ANERKENNUNG FÜR LABORATORIUMSMEDIZIN UND KLINISCHE CHEMIE BESONDERE AUSZEICHNUNG AN ALEXANDER HAUSHOFER



Prim. Univ.-Doz. Dr. Alexander Haushofer, Leiter des Instituts für Medizinische und Chemische Labordiagnostik am Klinikum Wels-Grieskirchen, Tagungspräsident und Past Präsident der ÖGLMKC erhält den Johann-Florian-Heller-Preis der ÖGLMKC.

Anlässlich der außerordentlichen Jahrestagung der Gesellschaft für Laboratoriumsmedizin und Klinische Chemie wurde Alexander Haushofer, Leiter des Instituts für Medizinische und Chemische Labordiagnostik am Klinikum Wels-Grieskirchen, der Johann-Florian-Heller-Preis der Fachgesellschaft verliehen. Dabei handelt es sich um eine besondere Auszeichnung für herausragende Vertreter des Fachgebietes. Die Auszeichnung lenkt dabei den Blick auch auf die Bedeutung der Labordiagnostik im Rahmen einer zukunftsorientierten, optimalen medizinischen Versorgung.

SCHON GEWUSST ...?

Der österreichische Mediziner und Chemiker Johann Florian Heller (1813–1871) gilt als Begründer der Klinischen Chemie: Er etablierte Harnuntersuchungen auf Zucker, Eiweiß und Blut, durch sein Betreiben wurden in Krankenhäusern die ersten eigenständigen diagnostischen Laboratorien eingeführt.

KLINIKUM PRÄMIERT SCHÜLER FÜR WIEDERBELEBUNG GMUNDNER SCHULE RETTET ÜBER 600 LEBEN



Zahlreiche Schulen Oberösterreichs unterstützen das Projekt „Schüler retten Leben“, welches Wiederbelebung zum Unterrichtsfach macht. In einem Wettbewerb rund um den Reanimationswelttag, den jährlichen „Restart A Heart Day“ am 16. Oktober, schaffte es die Mittelschule Gmunden-Stadt, insgesamt 605 Wiederbelebungen durchzuführen. Für ihren Einsatz wurden Schüler und Lehrer nun durch das Klinikum Wels-Grieskirchen mit der Übergabe einer professionellen Reanimationspuppe ausgezeichnet.

Wiederbelebung ist ganz einfach – so funktioniert's:

Eine Anleitung, wie Reanimationsmaßnahmen auch von medizinischen Laien jederzeit angewendet werden können, finden Sie im Video des Klinikum Wels-Grieskirchen →





EXPERTISE FÜR FRAUENGESUNDHEIT ERFOLGREICH REZERTIFIZIERT



Qualitätsstandards in der Patientenversorgung sicherzustellen und auszuweisen, ist die zentrale Aufgabe von Zertifizierungen medizinischer Kompetenzzentren. Diese werden von nationalen Stellen je nach Spezialbereich in Abstimmung mit den Qualitätsmanagern einer Gesundheitseinrichtung vorgenommen. Ein Gütesiegel macht die qualitätszertifizierte Behandlung für Patienten nach außen sichtbar. Am Klinikum wurden aktuell das Brustgesundheitszentrum, das Zentrum für Gynäkologische Tumore und die Endometrioseklinik rezertifiziert.

→ **Brustgesundheitszentrum und Zentrum für Gynäkologische Tumore:** Die Diagnose einer Krebserkrankung zieht vielen Menschen den Boden unter den Füßen weg. Am Brustgesundheitszentrum Wels und am Zentrum für Gynäkologische Tumore stehen deshalb neben Spezialkompetenzen und fächerübergreifender Zusammenarbeit durch Medizin und Pflege vor allem die Zuwendung durch persönliche Betreuung im Vordergrund der Therapie. Beide Zentren wurden durch die Zertifizierungsgesellschaft DocCert erfolgreich rezertifiziert..

→ **Endometrioseklinik:** Endometriose betrifft etwa zehn Prozent der Frauen im reproduktionsfähigen Alter. Leitsymptome sind chronische Unterbauchschmerzen und Sterilität. Das Klinikum bietet betroffenen Frauen leitliniengerechte Abklärung, Betreuung und Therapie durch speziell ausgebildete Experten – im interdisziplinären Team und nach strengen Richtlinien. Die Endometrioseklinik wurde 2021 durch EuroEndoCert rezertifiziert.



MEHR PRÄZISION, MEHR SICHERHEIT: NEUES DIGITALES MIKROSKOP BEI AUGEN-OPS

Seit Anfang des Jahres kommt bei allen OPs der Klinikum-Augenheilkunde ein digitales Mikroskop zum Einsatz. Das neue Hightechgerät bringt für die chirurgische Ophthalmologie zahlreiche Vorteile mit sich: Das Mikroskop befindet sich direkt über den Augen des Patienten und ist digital mit einem großen Monitor verbunden, der Operateur sitzt aufrecht beim Patienten und kann dank 3D-Visualisierung des Auges bei deutlich weniger Blendung noch präziser operieren. Zusätzlich ermöglicht das Mikroskop die Möglichkeit einer OCT-Untersuchung während der OP. Durch diese exakte Vermessung in Echtzeit kann der Arzt das erzielbare Resultat besser beurteilen und noch während des Eingriffs sichere Entscheidungen treffen.

START INS BERUFSLEBEN: SOMMERJOB AM KLINIKUM



Bewerbungen für das nächste Jahr sind ab Anfang Oktober 2021 bis Ende Februar 2022 möglich.

Mehr Jobs
am Klinikum



Auch 2021 nutzten wieder 76 Studenten und Schüler ab 16 Jahren die Ferienzeit, um in den unterschiedlichsten Bereichen Praxisluft zu schnuppern und ihr Taschengeld aufzubessern. Angefangen von Jobs in der Küche, der Materialwirtschaft, Reinigung und der Ver- und Entsorgen, halfen die Youngsters auch in der Pflege, der Apotheke und Medizintechnik sowie im Verwaltungs- und Marketingbereich.



FEIERLICHE ERÖFFNUNG

Um Kindern und Jugendlichen auf dem Weg der Genesung von psychosomatischen und psychischen Erkrankungen kreativen Freiraum zu geben, unterstützten die Rotary Clubs in Oberösterreich die Errichtung eines Pavillons im Therapiegarten des Klinikum-Standorts Grieskirchen.

Varizenchirurgie am Standort Grieskirchen

Vormittags operiert, abends zu Hause



Die risikoarmen Varizenoperationen eignen sich optimal für tageschirurgische Eingriffe: Nach ausführlicher Beratung und ärztlicher Kontrolle können die Patienten zumeist noch am selben Tag wieder nach Hause gehen.

Das Klinikum Wels-Grieskirchen bietet an beiden Standorten Varizenoperationen an. Wie in Wels schon jahrelang praktiziert, werden nun auch am Standort Grieskirchen die Eingriffe immer häufiger tageschirurgisch durchgeführt. Patienten schätzen die kürzeren Aufenthalte im Krankenhaus, die dank einer gut koordinierten OP-Planung möglich sind.

Die Abteilung für Chirurgie II in Grieskirchen ist auf die Behandlung von Hernien (Weichteilbrüchen) und Varizen (Krampfadern) spezialisiert. Diese planbaren Behandlungen reichen von der Abklärung und Beratung über sämtliche operative Möglichkeiten bis hin zur Nachsorge. Vor allem Varizenoperationen werden immer häufiger tageschirurgisch durchgeführt. „Alle Arten von Krampfadern können heute sicher entfernt werden. Jeder Patient erhält bei uns die für ihn individuell abgestimmte Therapieform“, erläu-

tert Günter Peinthor, Standortleiter der Viszeralchirurgie am Klinikum-Standort Grieskirchen. „Diese Operationen eignen sich hervorragend für tageschirurgische Eingriffe: Sie sind risikoarm, die Nachwirkungen bedürfen in den meisten Fällen keiner medizinischen Beobachtung. Die Patienten können noch am selben Tag wieder nach Hause gehen.“ Von der Möglichkeit des tageschirurgischen Eingriffs machen deshalb immer mehr Menschen Gebrauch und umgehen damit einen stationären Krankenhausaufenthalt.

KRAMPFADERN ADE

In der spezialisierten Varizenambulanz erfolgt vorab die fachliche Abklärung. Die Experten beraten die Patienten über unterschiedliche Therapievarianten, Behandlungsaussichten und mögliche Nebenwirkungen. „Sofern kein besonderes Risiko besteht, wird der Patient für einen tageschirurgischen Eingriff vorbereitet und ausführlich informiert“, so



Peinthor. Im Narkosegespräch kurz vor dem Eingriff werden nochmals offene Fragen erläutert, eine Evaluierung der Risikofaktoren durchgeführt sowie mögliche Nebenwirkungen und entsprechende Maßnahmen erklärt. „Nicht nur jüngere, berufstätige Menschen profitieren von der tageschirurgischen Option. Auch weitere Patientengruppen wählen immer öfter die Option, abends wieder in den eigenen vier Wänden schlafen zu können.“ Selbstverständlich sind bei Fragen oder eventuellen Nebenwirkungen Mitarbeiter des Chirurgie-Teams rund um die Uhr erreichbar. ■

STANDORT-SCHWERPUNKT

Mit rund 180 Operationen jährlich bildet die Varizenchirurgie einen der Schwerpunkte des Standortes Grieskirchen.

Weiterführende Infos zu Diagnostik und Therapie finden Sie hier →



OA Dr. Günter Peinthor, MPH

Standortleiter Grieskirchen, Allgemeine und Viszeralchirurgie

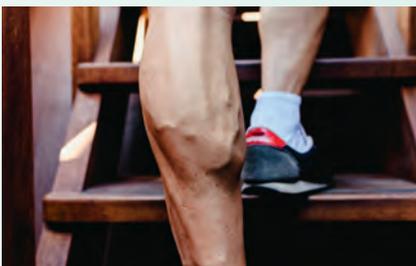
Verkürzte Wartezeiten dank schnellerer und sicherer Methode

Ein Jahr tagesklinischer Herzkatheter

Schade! Hohe Absätze verschlechtern den Blutfluss in den Beinvenen. Der Effekt ist umso stärker, je höher die Absätze sind – zu diesem Ergebnis sind Wissenschaftler der Universität São Paulo in der Studie „Influence of high-heeled shoes on venous function in young women“ gekommen.

Krampfadern:

Als chronisch-venöse Insuffizienz oder Varizen („Krampfadern“) bezeichnet man erweiterte oberflächliche Venen. Ihre Ursache liegt in einem verminderten Venenklappenschluss und einer Venenwandschwäche der unteren Extremität. Varizen können zu Ödemen, Schmerzen, Entzündungen und vor allem zu Unterschenkelgeschwüren („offenes Bein“) führen. Zu den Risikofaktoren zählt hauptsächlich genetische Veranlagung. Neben Geschlecht und Alter, Schwangerschaft und hormonellen Einflüssen sind Übergewicht, langes Stehen und Sitzen, enge Kleidung und Bewegungsmangel für das Entstehen der Varizen verantwortlich. Frauen sind häufiger betroffen als Männer. Schwere und geschwollene Beine oder nächtliche Wadenkrämpfe sind erste Anzeichen einer Venenschwäche. Dann sollte bereits der Facharzt aufgesucht werden, denn durch Früherkennung können schwerwiegende Folgen vermieden werden.



Wider das Klischee: In manchen Fällen sind auch junge sportliche Männer mit der Problematik der Krampfadern konfrontiert.



Gerhard Schiller (li. im Bild, gemeinsam mit Kardiologen Priv.-Doz. Dr. Thomas Weber) war zur ambulanten Herzkatheteruntersuchung am Klinikum. Er freut sich, dass er sofort einen Termin erhalten und alles perfekt funktioniert hat. „Ich habe gar nichts gespürt – nur den Verband im Nachhinein“, schmunzelt er. Nach einer kurzen Untersuchung und Aufklärung am Vortag kann er das Krankenhaus noch am Tag der Koronarangiographie verlassen. „Meine Frau wird mich gleich abholen. Ich freue mich schon auf einen gemütlichen Abend zu Hause.“

War eine Herzkatheteruntersuchung früher immer mit einem stationären Aufenthalt verbunden, kann diese Untersuchung heute tagesklinisch durchgeführt werden. „Der Zugang vom Handgelenk aus – über die Arteria radialis – ist für Patienten besonders schonend, sie können unmittelbar nach der Untersuchung wieder aufstehen“, erklärt Kardiologe Thomas Weber. Die Blutstillung des Gefäßzuganges erfolgt durch ein spezielles Druckarmband am Handgelenk. „Dieses wird mit Luft gefüllt, welche innerhalb weniger Stunden nach der Untersuchung abgelassen werden kann. Sieht der Zugang nach Entfernung des Armbandes unauffällig aus, können die Patienten etwa sechs bis acht Stunden nach der Koronarangiographie das Krankenhaus wieder verlassen.“

Tagesklinisches Programm für Herzpatienten erfolgreich gestartet: Im Sommer 2020 startete das Programm für Herzkatheteruntersuchungen ohne stationären Aufenthalt. „So konnten wir die Wartezeit auf einen Eingriff verkürzen, da die Patienten nicht mehr auf ein freies Übernachtungsbett warten müssen. Viele von ihnen haben mittlerweile von

dieser schnelleren und sicheren Methode profitiert.“

Für diese Patientengruppe ist die tagesklinische Koronarangiographie möglich: Eine Herzkatheteruntersuchung wird durchgeführt, um eine etwaige Erkrankung des Herzens, der Herzklappen oder der Herzkranzgefäße sichtbar zu machen. „Die tagesklinische Variante ist noch nicht für alle Betroffenen möglich“, so der Experte. „Patienten müssen ein geringes allgemeinmedizinisches Risiko sowie einen guten Allgemeinzustand aufweisen, dies wird durch gute Zusammenarbeit mit den zuweisenden Kollegen und im Rahmen einer ambulanten Voruntersuchung abgeklärt.“ Grundsätzlich kommen nur Patienten in Frage, die im Umkreis von etwa 40 bis 60 Fahrminuten zum Klinikum wohnen und deren Angehörige die Autofahrten und Nachbetreuung übernehmen können.



**Priv.-Doz.
Dr. Thomas Weber**

Oberarzt an der
Abteilung für Innere
Medizin II, Kardiologie
und Intensivmedizin

Für Neugeborene bis hin zu Erwachsenen

Multiprofessionelle Teams für CF-Betroffene

Gar nicht so selten. Auch wenn Cystische Fibrose (CF) in der Medizin als seltene Erkrankung geführt wird, handelt es sich dabei um die häufigste vererbte Stoffwechselerkrankung der weißen Bevölkerung. Die Häufigkeit in Österreich liegt bei 1:3.500 Neugeborenen, das heißt, pro Jahr kommen in Österreich ca. 25 Kinder mit CF zur Welt. Jeder zwanzigste Mensch ist Träger des defekten Gens, ohne selbst zu erkranken.

Bis noch vor wenigen Jahren waren die Therapieoptionen begrenzt und CF eine lebenslimitierende Erkrankung.

Viele Betroffene erreichten das Erwachsenenalter nicht. „Durch ständige Forschung und Entwicklung neuer Medikamente können wir nun vielen Patienten eine kausale Therapie anbieten“, betont Alexander Leitner, Leiter des CF-Zentrums für Erwachsene am Klinikum. „Diese sogenannten CFTR-Modulatoren können in Österreich bei über 80 Prozent der Patienten eingesetzt werden. Bei frühem Therapiebeginn und optimaler Betreuung wird CF somit für die meisten Patienten in Zukunft keine lebenslimitierende Erkrankung mehr sein.“ Einer kleinen Gruppe an Patienten kann eine CFTR-Modulatoren-Therapie aufgrund ihres Mutationsstatus noch nicht angeboten werden. „Sie darf man nicht vergessen! Ich hoffe, dass wir auch diesen Patienten in Zukunft eine kausale Therapie anbieten können.“ In Oberösterreich gibt es in Wels, Linz und Steyr gut etablierte CF-Zentren für Kinder und Erwachsene. „CF wird erwachsen“, so Leitner. „War vormals das Betreuungsangebot ausschließlich in der Kinder- und Jugendmedizin angesiedelt, wird durch die steigende Lebenserwartung die Weiterentwicklung und der Ausbau der Erwachsenenbetreuung immer wichtiger.“

→



„CF wird erwachsen:
Auf uns warten neue
Herausforderungen.“

Dr. Alexander Leitner,
Leiter des CF-Zentrums
für Erwachsene

Das ist Cystische Fibrose (Mukoviszidose)

- vererbare, angeborene Stoffwechselerkrankung
- defektes Gen stört Wasser- und Salzhaushalt der Schleimhäute
- zäher Schleim verklebt Lunge und verstopft Bauchspeicheldrüse
- fortschreitender Funktionsausfall von Organsystemen, Atmung und Verdauung erschwert
- weitere Organsysteme betroffen (Leber, Schweißdrüsen, Fortpflanzungsorgane ...)
- hoher täglicher Therapieaufwand
- enormer Fortschritt in der Behandlung durch innovative Forschung und Entwicklung
- An jedem 15. Tag kommt in Österreich ein Kind mit CF zur Welt, jeder 20. Mensch ist Träger des defekten Gens, ohne selbst an CF zu erkranken.



OÄ Dr. Vera Bauer

Leiterin des CF-Zentrums für Kinder und Jugendliche

NEUE HERAUSFORDERUNGEN: VON DER KINDER- ZUR ERWACHSENENMEDIZIN

Seit 1998 gibt es in Österreich mit dem Neugeborenencreening einen flächendeckenden Früherkennungstest auf Cystische Fibrose. Die Betreuung durch ein multiprofessionelles Team an einem CF-Zentrum ermöglicht individuelle Therapien von Anfang an: „Mit der Diagnosestellung starten auch die Behandlung mit Inhalation, Vitamin- und Enzymgabe sowie die Betreuung durch ein multiprofessionelles Team“, erklärt Vera Bauer, Leiterin des Kinder-CF-Zentrums am Klinikum. „Im Vordergrund stehen dabei Krankheitsverständnis, psychologische Betreuung, Hygieneschulung, Inhalation mit hypertoner Kochsalzlösung und gegebenenfalls mit Medikamenten sowie Atemtherapie-techniken, Ernährung, Vitaminsubstitution und Verdauungsenzyme. Der Einsatz der neuen Substanzgruppe der Modulatoren hat Lebensqualität und Lebenserwartung grundlegend für viele Betroffene positiv verändert.“ Ab dem 18. Lebensjahr wird die Betreuung der erwachsenen Patienten in die Hände der CF-Spezialisten der Lungenabteilung gelegt. „Hier sind wir mit weiteren Herausforderungen konfrontiert. Denn neben der oft schon fortgeschrittenen Lungenerkrankung müssen Folgeerkrankungen behandelt werden. Mit zunehmendem Lebensalter tritt bei Mukoviszidose vermehrt Diabetes mellitus auf.“ Man spricht hier von Typ-3-Diabetes oder Cystic Fibrosis Related Diabetes, kurz CFRD. Bei fast allen CF-Mutationen kommt es zum Ausfall der Verdauungsenzyme der Bauchspeicheldrüse. Im Laufe der Jahre verlieren auch die insulinproduzierenden Zellen ihre Funktion. „Auch leiden die Patienten mit zunehmendem Alter an Veränderungen des Knorpel- und Knochensystems wie Osteoporose und Arthritis. Ebenfalls wichtige Themen in der CF-Erwachsenenbetreuung sind Kinderwunsch und Planung einer Schwangerschaft“, so Leitner.

MULTIPROFESSIONELLE VERSORGUNG

Neben der lebenslangen medizinischen Versorgung sind weitere Expertengruppen wichtige Ansprechpartner für Mukoviszidosepatienten. „Physiotherapeuten mit spezieller Atemphysiotherapieausbildung fungieren als Coaches. Durch die Schulung von Eltern und CF-Kindern in Therapiemaßnahmen können Betroffene heute selbstständig und unabhängig aufwachsen. Dem Übernachten bei Freunden oder der Teilnahme an Schulveranstaltungen steht nichts im Wege“, erklärt Bauer. Physiotherapie ist für CF-Patienten täglich notwendig: „Sie unterstützt, den Schleim aus der Lunge, welcher einen Nährboden für Bakterien und somit für Komplikationen wie Lungenentzündungen darstellt, zu mobilisieren und dann gezielt abzu husten.“ Therapeuten schulen die Patienten deshalb in Atem-, Hal- tungs- und Dehnungsübungen, Sekretmobilisation sowie Hygiene. Das Erlernen von Inhalationstechniken, →

Schon gewusst ...?

Erst 1989 wurde an der University of Toronto die eigentliche Ursache für Cystische Fibrose entdeckt – die Mutation des CFTR-Gens. Bis dato sind über 2.000 verschiedene Mutationen bekannt, 360 davon lösen tatsächlich CF aus, fünf davon sind häufig.* Auch wenn Cystische Fibrose in der Medizin als „Seltene Erkrankung“** geführt wird, handelt es sich dabei um eine der häufigsten Erbkrankheiten der weißen Bevölkerung, mit einer Häufigkeit bei 1:2.000 bis zu 1:3.000 Neugeborenen.

* Quelle: <https://www.cfsources.at/de/genetik-der-cf/mutationen>

** Als „selten“ wird nach EU-Definition eine Krankheit dann bezeichnet, wenn sie bei bis zu fünf von 10.000 Einwohnern auftritt.



Kompetente Ansprechpartner bei Fragen und Anliegen

Am Klinikum Wels-Grieskirchen:

Für Fragen stehen die CF-Teams gerne nach Terminvereinbarung zur Verfügung.

Termine erhalten Sie hier:

- Kinder-CF-Team +43 7242 415 - 2377
- Erwachsenen-CF-Team +43 7242 415 - 2611

Cystische Fibrose Hilfe Oberösterreich

Weitere Informationen zum Krankheitsbild, hilfreiche Kontakte (finanzielle Zuschüsse, Beratung nach Diagnose, bei Anträgen zur erhöhten Familienbeihilfe und/oder Pflegegeld, Schulungen und Fortbildungen, Erfahrungsaustausch, finanzielle Unterstützung in Notsituationen u.v.m.) sowie praktische Tipps für den Alltag erhalten Sie hier:

- Cystische Fibrose Hilfe Oberösterreich
Bundesweite Patientenorganisation
Telefon +43 650 991 68 93
office@cystischefibrose.info
www.cystischefibrose.info

Wichtige Termine:

- CF-Abend „Lebensqualität im Alltag – 28. September 2021, 19:00 Uhr, online
- 16. OÖ CF-Tagung – 6. November 2021
- Neudiagnose – Schulung 2022
(Termin noch offen)

Das Wissen um die eigene Erkrankung bzw. die Erkrankung meines Kindes ist für Betroffene von CF besonders wichtig.

Nur so gelingt es, selbstständig, unabhängig und mit viel Lebensqualität den Alltag zu meistern und auch mit neuen Situationen gut umgehen zu können. Die CF Hilfe OÖ leistet mit einem breiten Schulungs- und Fortbildungsangebot einen Beitrag dazu. Die Zusammenarbeit mit allen CF-Zentren ist uns hier besonders wichtig.

CF ist eine „internistische Behinderung“, die man vielen Betroffenen nicht ansieht. Mit den neuen Medikamenten wird sich viel im Alltag der Betroffenen ändern. Trotzdem sind alle mit einer erhöhten finanziellen Belastung, häufigeren Krankenständen und psychischen Herausforderungen konfrontiert. Unser Sozial- und Gesundheitssystem bildet diese Belastungen nicht immer ab. Als Vertretung der Patientinnen und Patienten und deren Angehörigen bringen wir diese Themen in die politische Diskussion ein und arbeiten gemeinsam mit anderen Selbsthilfeverbänden an Veränderungen im Sinne der Betroffenen.

Elisabeth Jodlbauer-Riegler,
Obfrau

die Sekretmobilisation und atemphysiotherapeutische Techniken, wie die autogene Drainage oder die Anwendung von technischen Hilfsmitteln, sind zentral. „Auch psychologische Betreuung gibt es für CF-Familien am Klinikum Wels-Grieskirchen von Anfang an“, erklärt Martina Tischler, Kinder-, Jugend- und Familienpsychologin mit CF-Trainerzertifikat. Hier wird unter anderem Unterstützung bei Fragen wie „Wie wird es mit meinem Kind weitergehen?“ angeboten. Der Verlauf der CF ist individuell sehr unterschiedlich und deshalb müssen sich Betroffene oftmals auf neue und nicht planbare Herausforderungen einstellen. Wir versuchen dann, auf Augenhöhe mit der Familie an Bewältigungsstrategien mitzuarbeiten.“ Hilfestellung bietet dabei auch in finanzieller Hinsicht die Klinische Soziale Arbeit. ■

Spätfolgen einer Corona- erkrankung



Eine **Long-COVID-Symptomatik** kann vier bis zwölf Wochen nach der Akuterkrankung, aber auch länger anhalten. Zu den Beschwerden zählen unter anderem Müdigkeit und eingeschränkte Leistungsfähigkeit, anhaltender Riech- bzw. Geschmacksverlust, Atemnot und Schlaflosigkeit, aber auch Brustenge und -schmerzen, Husten, Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen, Nervenstörungen, Kopfschmerzen, Schwitzen, Durchfall, Haarausfall, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Herzrasen, depressive Verstimmung oder Hautausschläge.



„Bei Atemnot, Bluthusten oder Brustschmerzen sowie Hinweisen auf eine ausgeprägte Kreislaufinstabilität ist unbedingt eine Nachsorge notwendig.“

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



→ **Schon gehört?**
**Alle Podcasts zu aktuellen
Klinikum-Themen finden
Sie im Newsroom**





Lungenexperte im Interview

Long COVID?

Viele Patienten benötigen nach einer COVID-19-Erkrankung eine lange Genesungszeit. Anhaltende Symptome sind selbst nach einem milden und mittelschweren Verlauf möglich. Diese bilden sich in den allermeisten Fällen im Verlauf von Wochen und Monaten zurück. Wann jedoch eine weiterführende Long-COVID-Betreuung erforderlich ist, erklärt Josef Eckmayr, Leiter der Abteilung für Lungenkrankheiten, im Interview.

Josef Eckmayr im Interview

Klinikum: Herr Prim. Eckmayr, was versteht man unter Long COVID?

→ **Josef Eckmayr:** Es handelt sich üblicherweise um Beschwerden, die während oder nach einer COVID-19-Erkrankung auftreten und die – je nach Studie – länger als vier bis zwölf Wochen nach der Akuterkrankung anhalten. Die Symptome können nach heutigem Kenntnisstand sowohl nach schweren als auch nach milden und mittelschweren Verläufen auftreten.

Was sind die häufigsten Beschwerden bei Long COVID?

→ Die Beschwerden sind sehr variabel und reichen von einer geringen Befindlichkeitsstörung bis hin zu massiver Beeinträchtigung. Sie können andauernd vorhanden sein oder auch nach Besserung wieder verstärkt auftreten. Häufig sind Müdigkeit und eingeschränkte Leistungsfähigkeit, anhaltender Riech- bzw. Geschmacksverlust, Atemnot und Schlaflosigkeit.

Weitere, jedoch seltene Symptome sind unter anderem Brustenge, Brustschmerzen, Husten, Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen,



Nervenstörungen, Kopfschmerzen, Schwitzen, Durchfall, Haarausfall, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Herzrasen, depressive Verstimmung oder Hautausschläge.

Wann ist eine Nachsorge unbedingt notwendig?

→ Bei Atemnot bzw. Sauerstoffmangel in Ruhe oder bei Belastung, Bluthusten, bei Verdacht auf Brustschmerzen, die mit dem Herzen zusammenhängen, sowie bei Hinweisen auf eine ausgeprägte Kreislaufinstabilität. Bei Kindern und Jugendlichen, wenn es Anzeichen auf das gefährliche Multisys-

tem-Entzündungssyndrom gibt, unter anderem Fieber, das zwei bis acht Wochen nach einer SARS-CoV-2- Infektion auftritt.

Gibt es schon Erfahrungswerte, wer von Long COVID am häufigsten betroffen ist?

→ Für eine fundierte Aussage gibt es noch zu wenig verlässliche und vergleichbare Daten. Jedoch dürften folgende Personengruppen ein höheres Risiko für eine Symptomatik haben: Personen mit sehr schwerer COVID-Erkrankung, Personen über 50 Jahre, übergewichtige Personen sowie Personen, bei denen während



der akuten Infektion mehr als fünf verschiedene Organsymptome vorhanden waren.

Vielleicht sind auch Patienten betroffen, die nicht von ihrer COVID-Erkrankung wussten bzw. kein Testergebnis hatten und dennoch jetzt unter Symptomen leiden, die man Long COVID zuordnen könnte – worauf sollte man da achten?

→ Anhaltende Beschwerden sollten auf jeden Fall Anlass zu einer Klärung geben. Es müssen immer auch andere Erkrankungen neben COVID-19 abgeklärt bzw. ausgeschlossen werden. Vorbestehende Grunderkrankungen könnten sich in Folge verschlechtern. Allerdings erfordert nicht jedes Symptom eine sofortige umfassende Abklärung. Nach Ausschluss eines potenziell gefährlichen Verlaufs und nach entsprechender Basisuntersuchung mit Ausschluss einer organischen Schädigung kann bei milder Symptomatik in vielen Fällen abwartend beobachtet werden.

Was passiert bei der Nachsorge?

→ Es werden sowohl spezifische Erkrankungen als auch funktionelle Störungen behandelt. Letztere

können oft langwierig verlaufen. Unter anderem werden Strategien angewendet, die eine langsame Wiederaufnahme von Alltagstätigkeiten und -belastungen ermöglichen sollen. Dazu erfolgt die Abschätzung der zu erwartenden Alltagsbelastung im Verhältnis zur gegebenen Leistungsfähigkeit sowohl im körperlichen Bereich als auch in Bezug auf die kognitive, mentale und emotionale Leistungsfähigkeit. Zudem wird auf die Entwicklung der Symptome geachtet und bei Bedarf eine entsprechende Unterstützung organisiert, etwa Physio-, Ergo- oder Psychotherapie.

Wann besteht eine Notwendigkeit für eine Post-COVID-Rehabilitation?

→ Ab Stufe drei der fünfstufigen Einschränkung kann eine Rehabilitation sinnvoll sein und beantragt werden. Diese Stufe bedeutet, dass Symptome, Schmerzen, eine Depression oder Angstzustände vorhanden sind und dass Aufgaben bzw. Aktivitäten des Alltages oder im Beruf reduziert werden müssen. Die Indikation wird für Erwachsene mittels einer standardisierten, geprüften funktionellen COVID-19-Skala eingeschätzt. ■



Long COVID Hier sind Sie richtig!

1 Hausarzt. An erster Stelle steht die Untersuchung durch den Hausarzt. Dieser entscheidet in der Regel über das weitere Vorgehen.

2 Je nach Ergebnis können unterschiedlichste Fachärzte oder Fachambulanzen eingebunden werden.

→ **Lungenfacharzt.** Beim häufigen Symptom Atemnot bei Belastung kann eine lungenfachärztliche Untersuchung notwendig werden. Nach einem schweren Verlauf sind nach beispielsweise drei Monaten ca. 40 Prozent der Erkrankten betroffen, bei leichtem Verlauf ca. zehn Prozent.

→ **Kardiologe.** Auch eine Herzbeteiligung ist nicht selten (Herzmuskelentzündung, beeinträchtigte systolische Funktion). Bei Herzvorerkrankungen findet sich oft auch eine Verschlechterung bzw. sind kardiale Komplikationen innerhalb der ersten sechs Monate nach COVID-19 deutlich erhöht. Achtung bei Atemnot und eingeschränkter Leistungsfähigkeit, bei Brustschmerzen, Herzklopfen oder Kreislaufinstabilität.

→ **Neurologe.** Unter anderem bei postinfektiöser Müdigkeit, diversen Hirnleistungsstörungen, Schlafstörungen und Gliederschmerzen.

→ **HNO-Facharzt.** Zum Beispiel bei Riech- und Schmeckstörungen, Stimm- und Schluckproblemen oder Hörstörungen.

→ Evtl. bei entsprechenden Beschwerden weitere Fachärzte wie **Hautfacharzt oder Psychiater.**

Seit nahezu 20 Jahren stellt das kostenlose Impfprogramm in Österreich sicher, dass alle Kinder bis zum 15. Lebensjahr einen niederschweligen Zugang zu wichtigen Impfungen erhalten. Ein Großteil jener Erkrankungen, welche durch eine Schutzimpfung abgewendet bzw. deren Verlauf dadurch positiv beeinflusst werden kann, ist im Programm enthalten. Mehrfachimpfungen bieten dabei den Vorteil, dass die Anzahl der Stiche insgesamt reduziert wird. Das kostenfreie Impfprogramm wird durch Kostenträger wie Gesundheitsministerium, Länder und Sozialversicherungsträger finanziert.

Österreichisches
Impfprogramm

**Optimale
Gesundheits-
vorsorge**





In der Heftmitte finden Sie eine Übersicht über die Top 10 der Impfungen in Österreich:

Trennen Sie den Plan bei Bedarf aus dem Magazin und kontrollieren Sie Ihren Impfstatus! Bei Fragen zu Grundimmunisierungen und Auffrischungsimpfungen im Erwachsenenalter wenden Sie sich an Ihren Hausarzt!

Impfen bedeutet, den gesunden Körper im geeigneten Moment auf potenzielle Gefahren durch Infektionskrankheiten vorzubereiten. Im Ernstfall antwortet das geübte Immunsystem rasch und präzise. In Österreich steht dafür ein weitreichendes kostenloses Impfprogramm gegen eine Vielzahl an Infektionskrankheiten zur Verfügung.

Auch wenn das Angebot äußerst weitreichend ist, können nicht sämtliche Schutzimpfungen in Österreich gratis angeboten werden. So liegt es in der Verantwortung der Erwachsenen, ihren Impfstatus im Auge zu behalten und bei Bedarf Auffrischungsimpfungen (zum Beispiel gegen Tetanus, FSME oder Influenza) bzw. auch noch Grundimmunisierungen (Pneumokokken, Herpes Zoster oder Tollwut für bestimmte Berufsgruppen) wahrzunehmen – selbst, wenn diese nicht kostenfrei zur Verfügung stehen.

Auch für Erwachsene wichtig: HPV-Immunsierung



Prim. Univ.-Prof. Dr. Klaus Reisenberger, Leiter der Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Im kostenlosen österreichischen Impfplan ist auch die HPV-Impfung (Immunsierung gegen eine Erkrankung durch Humane Papillomaviren, welche abnormes Zellwachstum und Krebs von Gebärmutterhals, Scheide, Vulva, Penis, Anus, Rachen und Kehlkopf verursachen kann) für alle Kinder vom vollendeten neunten bis zum vollendeten zwölften Lebensjahr enthalten. Bis zum vollendeten 18. Lebensjahr werden Catch-up-Impfungen an den öffentlichen Impfstellen in Oberösterreich zum Selbstkostenpreis angeboten. „Je früher gegen HPV geimpft wird, desto besser fällt die Immunantwort aus! Aber auch im Erwachsenenalter ist die Impfung allen Frauen und Männern zu empfehlen – selbst bis zu einem Alter von 40 bzw. auch 45 Jahren!“, rät Klaus Reisenberger, Leiter der Abteilung für Frauenheilkunde und Geburtshilfe.

Im kostenlosen österreichischen Impfplan ist auch die HPV-Impfung (Immunsierung gegen eine Erkrankung durch Humane Papillomaviren, welche abnormes Zellwachstum und Krebs von Gebärmutterhals, Scheide, Vulva, Penis, Anus, Rachen und Kehlkopf verursachen kann) für alle Kinder vom vollendeten neunten bis zum vollendeten zwölften Lebensjahr enthalten. Bis zum vollendeten 18. Lebensjahr werden Catch-up-Impfungen an den öffentlichen



Der vollständige österreichische Impfplan im Überblick →

NACHGEFRAGT

Corona – sonst noch?

Abgesehen von der Coronaschutzimpfung sollen auch während der Pandemie sämtliche im österreichischen Impfplan empfohlenen Impfungen durchgeführt und verpasste Impfungen nachgeholt werden.



ANTWORT VON
RAINER
GATTRINGER

Dies gilt in besonderem Fall für Kinder im ersten Lebensjahr, betrifft aber auch Erwachsene und ältere Menschen. Die Übersicht über die Top-10-Impfungen in Österreich hilft Ihnen zu kontrollieren, ob Sie eventuell eine Auffrischungsimpfung übersehen haben. Sind Sie unsicher, fragen Sie unbedingt Ihren Hausarzt!

Auch die Grippeimpfung ist für die Saison 2021/22 wieder zu empfehlen. Für Kinder ist sie kostenfrei im Impfprogramm enthalten und wird ab dem vollendeten sechsten Lebensmonat durchgeführt. In der Gruppe der Erwachsenen soll besonderer Fokus auf ältere Menschen, chronisch Kranke, Risikopatienten und Gesundheitspersonal gelegt werden. Allgemein ist die Impfung aber jedem Erwachsenen anzuraten, der sich vor einem schweren Verlauf einer Grippeerkrankung schützen möchte. Erkundigen Sie sich nach Zuschüssen bei Ihrem Sozialversicherungsträger oder Ihrem Arbeitgeber!

Prim. Priv.-Doz. Dr. Rainer Gattringer, Leiter der Abteilung für Hygiene und Mikrobiologie, Infektiologie und Tropenmedizin, stv. Ärztlicher Leiter





Thema Schmerz

Kopf- sache

Chronische Kopfschmerzen nagen an Lebensqualität und Leistungsfähigkeit. Darunter leidet ein großer Teil der österreichischen Bevölkerung. Galt das früher als „normal“ und hieß es, „das ist halt einfach so“, stehen heute vielfältige Therapien zur Verfügung. Der erste Schritt auf diesem Weg führt zum Hausarzt, der bei Bedarf den Kopfschmerzpatienten an einen Neurologen überweist.

Wir behandeln an der Schmerzambulanz vor allem Kopfschmerzpatienten und Patienten mit Rückenschmerzen, für die es im Bereich der Wirbelsäulenchirurgie keine gute Therapieoption gibt“, erklärt Neurologe Stefan Einsiedler, Leiter der Neurologischen Schmerzambulanz am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Zudem sind wir auch Anlaufstelle für Patienten mit neuropathischen Schmerzen diverser Ursachen.“ Jeder Patient kommt per Zuweisung an die Schmerzambulanz und ist somit bereits einmal haus- oder fachärztlich begutachtet worden. „Das bedeutet aber auch, dass bei diesen Patienten die Beschwerden schon mehrere Wochen, nicht selten auch jahrelang bestehen“, so Einsiedler. →



„Die Beschwerdebilder bestehen oft schon jahrelang, bevor die Patienten zu uns kommen.“

OA Dr. Stefan Einsiedler,
Leiter der Neurologischen
Schmerzambulanz



KOPFSCHMERZ IM MITTELPUNKT

Zentralen Stellenwert in der Neurologischen Schmerzambulanz nimmt das Thema Kopfschmerz ein. „Hier stellen sich zumeist Menschen mit sogenannten primären Kopfschmerzen vor, neben Patienten mit Spannungskopfschmerzen und Clusterkopfschmerzen vor allem solche mit Migräne in episodischer und chronischer Form“, so der Neurologe. „Bei Migräne besteht neben meist halbseitigen pochenden Kopfschmerzen vor allem ein ausgeprägtes Rückzugsbedürfnis und nicht selten eine starke Übelkeit.“

Im Vergleich dazu leiden Patienten mit Clusterkopfschmerzen in der Attacke unerträgliche einseitige Kopfschmerzen mit Begleitsymptomen wie einem tränenden oder geröteten Auge bzw. einer rinnenden Nase. „Typischerweise sind die Patienten in der Attacke meist agitiert und können – im Gegensatz zur Migräne – nicht ruhig im Bett liegen bleiben.“ Spannungskopfschmerzen sind in ihrer Intensität nicht derart stark ausgeprägt und treten nicht in Form von Attacken auf. „Allerdings können sie nahezu durchgehend tage- und wochenlang bestehen.“

WAS TUN?

„Wenn Erwachsene öfter unter Kopfschmerzen leiden, sollte auf jeden Fall der Hausarzt konsultiert werden“, rät der Facharzt. Es empfiehlt sich auch das Führen eines Kopfschmerztagebuchs und gegebenenfalls die Vorstellung bei einem Facharzt für Neurologie. Bei einer Überweisung ans Klinikum erhalten die Betroffenen eine umfangreiche Aufklärung über die jeweilige Kopfschmerzart, zu Lebensstilmodifikationen, welche das Auftreten von Attacken mindern können, und Ratschläge, wie man sich in einer Attacke verhalten sollte. „Bei Bedarf werden auch komplementäre Therapieansätze wie physikalische Medizin oder progressive Muskelentspannung nach Jacobson vermittelt. Und natürlich werden Medikamente eingesetzt, welche auf die Begleiterkrankungen des Patienten genau abgestimmt sind.“

Vor allem im Bereich der Migräne kam es in den letzten Jahren zum Teil zu innovativen Therapieansätzen mit monoklonalen Antikörpern, den sogenannten CGRP-Blockern. Die Effekte der CGRP-Inhibitoren beruhen auf ihrer Bindungsfähigkeit an das gefäßerweiternde und entzündungsfördernde Neuropeptid „Calcitonin Gene-Related Peptide“, welches bei Migräne eine zentrale Rolle einnimmt. ■



Kopfschmerzprophylaxe

Tipps für den Alltag:

1

Auf eine regelmäßige Lebensführung achten (ausreichend Schlaf, keine Mahlzeiten auslassen, ausreichend Flüssigkeit zuführen, regelmäßige kurze Bewegungseinheiten in den Berufs- bzw. Schulalltag einbauen ...)!

2

Übermäßige direkte Sonneneinstrahlung und flackernde Lichtquellen vermeiden (Sonnenbrille nicht vergessen, im Schatten bleiben, Fernseh- und Computerpausen einhalten)!

3

Regelmäßiger Ausdauersport im Freien

4

Entspannungstechniken üben und anwenden (Progressive Muskelrelaxation PMR, autogenes Training, Bauchatmung, Fantasiereisen u.v.m.)!

5

Meiden von zu viel Alkohol, Kaffee, Cola, Energy Drinks und Nikotin!

6

Medikamente wie vom Arzt empfohlen zu Beginn der Attacke einnehmen!

KOPFWEH-FACTS

Kopfschmerzen zählen zu den häufigsten Schmerzsyndromen. Weltweit sind ca. 47 Prozent der Erwachsenen betroffen, davon fallen ca. zehn Prozent auf Migräne, 38 Prozent auf Spannungskopfschmerz und drei Prozent auf chronische Kopfschmerzen (mind. 15 Tage im Monat).

Migräne: episodische Attacken von vier bis 72 Stunden, pulsierend, pochend, meist einseitig, Übelkeit und Erbrechen, schlecht sind körperliche Aktivität, Licht und Lärm. Triggerfaktoren bei einzelnen Patienten sind Hunger, Stress, Luftdruckveränderungen, hormonelle Schwankungen, Schlafmangel, zu viel Schlaf und Alkohol. Oftmals Auftreten von Auraphänomenen, wie etwa Fortifikationen (partieller Gesichtsfeldausfall mit gezacktem Rand).

Spannungskopfschmerzen: häufigste Form, episodisch oder chronisch, dumpf drückend im Stirn-, Schläfen- und Augenbereich oder helmartig über den ganzen Kopf, Intensität eher leicht bis mäßig, fast nie Begleiterscheinungen (Erbrechen, Lichtempfindlichkeit etc.).

Clusterkopfschmerzen: selten, bis zu zweistündige Attacken, in Serien von Wochen bis Monaten, meist nachts, extrem stark, fast immer einseitig im Augen-, Stirn- und Schläfenbereich, Besserung durch Bewegung und Druckausübung auf die betroffenen Stellen, einseitiger Nasen- bzw. Tränenfluss.

→ Video-Tipp: „Migräne? Hab ich im Griff!“
Hier geht's zum Video:



Kopfwahl ist ... **Auch Kindersache**

Kopfschmerzen zählen auch bei Kindern und Jugendlichen zu den häufigsten Erkrankungen. Manchmal sind wiederkehrende, unklare Bauchschmerzen im Kindesalter ein Hinweis für eine Migräne, daran zu denken ist vor allem bei bekanntem Bestehen einer Migräne in der Familie. Mädchen sind von Kopfschmerzen öfter betroffen als Jungen. Zur Kopfschmerzabklärung kann der Kinderarzt betroffene Kinder und Jugendliche ans Klinikum Wels-Grieskirchen überweisen. Neben einer Schmerzmedikation gibt es sowohl für erwachsene als auch junge Kopfschmerzpatienten viele hilfreiche Verhaltensmaßnahmen für den Alltag, deren Wirkung in vielen Studien belegt ist.

*Fachkarriere,
Spezialisierung,
sicherer Job und
Teamgeist:*



Pflege ist mehrdimensional

Pflegeberufe sind vielseitig – genauso wie ihre Mitarbeiter. Menschen, die sich für diesen Beruf entscheiden, haben unterschiedliche Vorgeschichten und Ausbildungswege. Was der Job mit sich bringt, ist aber für alle gleich: hochpräzises Arbeiten, Verantwortung für das Leben anderer und Arbeiten im Team. Das große Plus dabei: Pflege ist ein krisensicherer Beruf.



„Meine Talente im Arbeitsalltag setze ich ein, indem ich präzise arbeite und sehr zuverlässig bin – genau das, was in meinem Job als Instrumentar im OP gefragt ist.“

Roland Hein, DGKP

→ **FACHKARRIERE: WISSEN, DAS ANDERE WEITERBRINGT**

Im Pflegeberuf ergibt alles Gelernte richtig Sinn. Das erworbene Fachwissen, neue Kenntnisse und Kompetenzen kommen tagtäglich jenen zugute, die sie tatsächlich brauchen – den Patienten. Und deshalb sind unsere Mitarbeiter stolz auf ihr Wissen: weil ihnen bewusst ist, welchen Wert es hat.

→ **SPEZIALISIERUNG: TALENT GEZIELT EINSETZEN**

Pflege ist nicht gleich Pflege: Dieser Beruf eröffnet unterschiedliche Wege, die man einschlagen kann. Mit rund 30 Fachbereichen gibt es im Klinikum eine große Vielfalt, um sich zu spezialisieren. Will man eher den zwischenmenschlichen oder einen technischen Aspekt betonen? So vielfältig unsere Mitarbeiter sind, so abwechslungsreich gestalten sich die Betätigungsfelder: Wir bieten Platz für individuelle Entfaltungsmöglichkeiten.

WIR SIND PFLEGE

Mit der #wirsindpflege-Kampagne setzt das Klinikum ein starkes Zeichen für seine Pflegekräfte. Vom empathischen Teamplayer bis zum engagierten Quereinsteiger – einzelne Mitarbeiter mit individuellen Eigenschaften zeigen ihre Wertvorstellungen und präsentieren, wie vielfältig das Profil von Gesundheits- und Krankenpflege ist.

→ **SICHERER JOB: UNENTBEHRLICHE LEISTUNG**

Manche Branchen werden immer wieder von Krisen getroffen, die sich auch auf die Arbeitsplätze auswirken. Unsere Mitarbeiter und jungen Kollegen, die am Klinikum ihre Ausbildung absolvieren, müssen sich keine Sorgen um ihre Anstellung machen. Egal, in welcher Form Krisen auftreten: Der Bedarf an Pflegekräften ist immer gegeben. Denn Fachkompetenz und Hände, die anpacken können, werden stets gebraucht.

→ **TEAMARBEIT: HIER HELFEN WIR ZUSAMMEN.**

Mit gutem Grund wird von „sozialen“ Berufen gesprochen. Für viele unserer Mitarbeiter ist der Umgang mit anderen Menschen das Herzstück ihrer Tätigkeit. Diese soziale Ader spüren wir auch im Team: Wir pflegen nicht nur unsere Patienten, wir pflegen auch das Miteinander. Weil jede Arbeitskraft in erster Linie Mensch ist.



„#wirsindpflege halte ich für eine sehr gute Aktion, sie hat den Sinn, Menschen für den Pflegeberuf zu gewinnen. Die Kampagne macht darauf aufmerksam, dass Pflege ein schöner Beruf ist, ein krisensicherer Job, der absolut Zukunft hat.“

Christian Hehenberger, DGKP



Im Team mit Diplompflege und Medizin: Nahe am Menschen ist die Pflegefachassistenz mit ihrer fachlichen Expertise ein wichtiges Bindeglied in der optimalen Versorgung der Patienten.

Berufsbild Pflegefachassistenz

Nahe am Menschen kompetent, stark und gefragt

Die Pflegefachassistenz ist ein noch junges Berufsbild, welches 2016 eingeführt wurde. In Krankenanstalten arbeiten Mitarbeiter dreier Pflegeberufe – der diplomierten Gesundheits- und Krankenpflege, der Pflegeassistenz und der Pflegefachassistenz. Im Vergleich zur Pflegeassistenz beinhaltet das Jobprofil der Pflegefachassistenz erweiterte Kompetenzen.

Pflegeberufe werden den zukünftigen Anforderungen angepasst – neue Wege und Strukturen bilden sich, neue Möglichkeiten und Optionen. Diese sind aktuell zwar äußerst fordernd, stets aber erfüllend und sinnstiftend. „Die ersten Absolventen der Ausbildung zur Pflegefachassistenz in unserem Ausbildungszentrum werden gerade in Pilotbereiche am Klinikum integriert und arbeiten nahe am Patienten. Sie agieren weitgehend selbstständig und tragen große Verantwortung. In enger Kooperation mit den diplomierten Pflegekräften



„Die Pflegefachassistenz wird in Zukunft eine tragende Säule direkt am Patienten bilden.“

Mag. Andrea Voraberger,
Pflegedirektorin

werden sie in Zukunft eine tragende Säule der Pflege direkt am Patienten bilden“, erklärt Pflegedirektorin Andrea Voraberger. Die Ausbildung zur Pflegefachassistenz dauert im regulären Lehrgang zwei Jahre, im Teilzeitmodell – am Klinikum Wels-Grieskirchen möglich – drei Jahre. Dabei wird enormes Wissen in den unterschiedlichsten Bereichen der Pflege angeeignet.

„Pflege ist ein sensibler und verantwortungsvoller Bereich. Der Beruf fordert sehr hohes Verantwortungsbewusstsein und Flexibilität. Für ihr Engagement schätzen wir unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sehr“, betont die Pflegedirektorin und ergänzt: „Wichtig ist, auch die schönen Seiten des Berufs zu sehen und zu erkennen, nämlich die fachliche Expertise, die vielfältigen Möglichkeiten, das Miteinander im Team und selbstverständlich auch, dass der Job absolut krisensicher ist. Wer heute in der Pflege arbeiten möchte, erhält mit Sicherheit eine langfristige Stelle!“ Die Pflegefachassistenz ist daher auch für viele Quereinsteiger und Jobumsteiger spannend.

Manchmal braucht es etwas Mut, einen neuen Weg zu gehen. Am besten einfach mal reinschnuppern und Eindrücke gewinnen!

→ www.wirsindpflege.at

DAS IST MEIN BERUF: **PFLEGEFACHASSISTENZ**



Roman Echer

„Mein Beruf ist meine Profession, ein Teil meines Lebens, der durch Hingabe, Lernen und Disziplin täglich wächst und sich vertieft. Ich verbinde damit Menschlichkeit, aber auch Vertrauen zu sich selbst, über Situationen und Gefühle hinauszuwachsen: Dies geht einher mit Anerkennung, Freude, Traurigkeit und Stolz, etwas zu leisten, das nicht jeder kann.“



Alexandra Aigner

„Nach dem Besuch einer dreijährigen Fachschule mit Schwerpunkt Gesundheit und Soziales sammelte ich erste Berufserfahrungen in einem Altenheim. Dort wurde mein Interesse für die Pflegefachassistenz geweckt. An meinem Beruf gefällt mir, dass wir in vielen Bereichen eigenständig arbeiten und dabei viel Verantwortung tragen. Ich rate jedem einen Job in der Pflege, dem Menschlichkeit und Nächstenliebe wichtig sind. Zu bedenken ist: Das Berufsbild ist sehr neu und viele können sich darunter noch nichts Genaues vorstellen.“

FÜR DIE AUSBILDUNG

→ **muss man mitbringen:**

- Interesse und Engagement
- Eigenverantwortung
- Freude am Lernen

→ **darf nicht fehlen:**

- Mindestalter 17 Jahre
- Positiver Abschluss der 10. Schulstufe
- Gesundheitliche Eignung und Vertrauenswürdigkeit
- Beherrschung der deutschen Sprache in Wort und Schrift
- Erfolgreich absolviertes Aufnahmeverfahren
- kann man sich hier anmelden:



Am Cover:

Junge Pflege ins Bild gesetzt



Neben Alexandra Aigner, Pflegefachassistentin auf der Augen-Derma-Station, zeigt das aktuelle Cover des Klinikum-Magazins auch Fabian Altenhuber: Er absolviert derzeit den Lehrgang zur Pflegefachassistenz am Ausbildungszentrum Wels. „Ich habe vorher eine Ausbildung zum Friseur durchlaufen. Auf der

Berufsinformationsmesse in Wels bin ich auf die PFA-Ausbildung gestoßen und habe mich beworben“, erzählt er. Für ihn sind die drei wichtigsten Eigenschaften, die man in der Pflege mit sich bringen muss: „Liebe zum Menschen, Empathie und Aufmerksamkeit!“ An seinem neuen Beruf in der Pflegefachassis-

tenz gefällt ihm am besten: „Dass sich jeder Tag anders gestaltet und man stets mit neuen Herausforderungen konfrontiert wird. Auch der Kontakt zu den unterschiedlichsten Persönlichkeiten und ihre Lebensgeschichten zählen zu den Gründen, warum ich mich für die Ausbildung entschieden habe.“

Ein Tag mit

PFA Alexandra Aigner

DIE PFLEGEFACHASSISTENZ (PFA) IST ZWISCHEN DER DIPLOMIERTEN PFLEGE UND DER PFLEGEASSISTENZ ANGESIEDELT. Sie ist jene Berufsgruppe, die nahe am Patienten arbeitet und zukünftig in Krankenhäusern die breite Basis bildet. Das Berufsbild der Pflegeassistentenberufe umfasst die Durchführung von delegierten Aufgaben und Tätigkeiten in verschiedenen Pflege- und Behandlungssituationen bei Menschen aller Altersstufen in mobilen, ambulanten, teilstationären und stationären Versorgungsformen. Alexandra Aigner ist Pflegefachassistentin auf Augen-Derma-Station – wir haben sie einen Tag lang bei der Arbeit begleitet.

7.00 ▶

PERFEKT INFORMIERT Einer der wichtigsten Punkte am Morgen ist die Dienstübergabe: Eine enge Abstimmung innerhalb der Pflegeteams zwischen den Arbeitsschichten spielt eine große Rolle für die Qualität der Patientenbetreuung und den Pflegeprozess.



◀ 8.00

EMPATHISCH VERSORGT Wichtig in der Arbeit der Pflegefachassistentin ist der persönliche Kontakt zu den Patienten. Je nach Bedarf werden diese bei Tätigkeiten der Körperpflege unterstützt, ebenso bei der Nahrungsaufnahme sowie beim Aufstehen und Gehen. Verfügten Patienten nur über einen eingeschränkten Bewegungsradius, wird der Fokus darauf gelegt, wie sie gebettet und gelagert sind. Die Patientenversorgung stellt einen maßgeblichen Faktor für Wohlbefinden und Gesundheit dar.

9.30 ▶

LÜCKENLOSE DOKUMENTATION Alle Pflegemaßnahmen müssen zeitnahe und umfassend in schriftlicher Form dokumentiert werden. Diese umfassen zum Beispiel Angaben zum Patienten selbst, aber insbesondere geplante und durchgeführte Maßnahmen. Durch die Pflegedokumentation können diese systematisch erfasst und kontinuierlich ausgewertet werden.



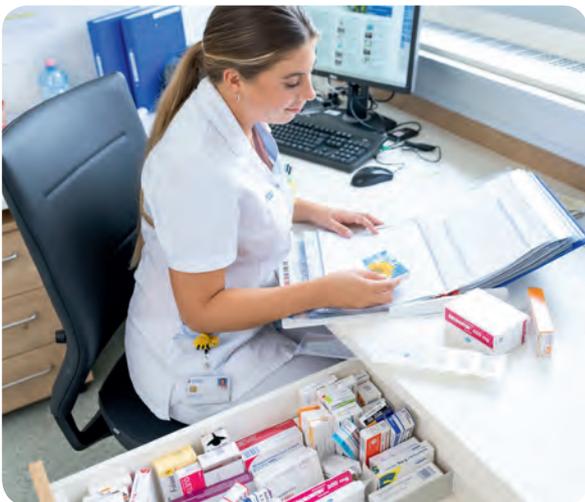


11.00 ▲

NAH AM PATIENTEN Auch das Wechseln eines Verbandes und neues Bandagieren zählen zu den Aufgaben der Pflegefachassistenz. Bei Wunden dient der Verband zum Beispiel dem Schutz vor Keimen, vor Belastungen und Nässe. Aufgetragene Medikamente können den Heilungsprozess so ungestört unterstützen.

13.30 ►

GUT VORBEREITET Stehen Untersuchungen des Patienten an, wird dieser durch die Pflegefachassistentin umfassend vorbereitet – dazu zählen unter anderem die genaue Kontrolle durch das Abarbeiten von Checklisten.



15.00 ▲

AUFGABEN VOLLER VERANTWORTUNG Pflegefachassistenten wirken bei medizinisch-diagnostischen und -therapeutischen Aufgaben mit. Dazu zählt auch das Dispensieren von Arzneimitteln – dafür braucht es volle Aufmerksamkeit.



Steckbrief

Name: Alexandra Aigner

Alter: 22

Da komm ich her: Alkoven

Da bin ich zuhause: bei meiner Familie

Als Kind wollte ich unbedingt werden: Modedesignerin ;)

Darum mag ich meine Arbeit: weil man viel Dankbarkeit erhält für Dinge, die für einen selbst oftmals selbstverständlich sind

In meiner Arbeit spüre ich „das Ordensspital“ durch: respektvolles Miteinander

Das möchte ich in meinem Leben noch erreichen: weitere Ausbildungen, die Welt bereisen und und und ...

Schon gewusst?

Ein Beruf in der Pflege beginnt am Klinikum Wels-Grieskirchen zum Beispiel mit einer Ausbildung zur Pflegefachassistenz: Diese kann Vollzeit in zwei Jahren bzw. Teilzeit in drei Jahren absolviert werden.



Führungskraft im Krankenhaus

Karriere in der Pflege



Neben einem vielfältigen Arbeitsspektrum und Spezialisierungen nach eigenen Interessen und Kompetenzen bieten Pflegeberufe auch Möglichkeiten zur Weiterentwicklung und zum beruflichen Aufstieg.

→ Darum sollten sich junge Menschen heute für einen Pflegeberuf entscheiden:

- Arbeiten am und mit Menschen ist sinnstiftend und macht Spaß
- Pflege ist ein (krisen-)sicherer Beruf, bietet Zukunft und Aufstiegschancen
- flexible Arbeitszeitgestaltung und problemlose Wiedereingliederung, zum Beispiel nach Karenz
- vielfältiges Arbeitsspektrum und Spezialisierungen nach eigenen Interessen und Kompetenzen
- persönliche Weiterbildung durch vielfältiges Fortbildungsangebot und Unterstützung durch den Arbeitgeber

Auch im Pflegeberuf gibt es zahlreiche Möglichkeiten der Weiterbildung und -entwicklung. Die Pflegemanagementausbildung bereitet Mitarbeiter auf das Leiten einer Station bzw. eines Funktionsbereichs in einer Gesundheitseinrichtung vor. Schwerpunkte sind dabei Führung sowie Qualitäts- und Projektmanagement, Aspekte der Planung, Organisation, Consulting und Betriebswirtschaft. **Manuela Hartlieb** und **Günther Zellinger** haben von September 2020 bis Juni 2021 das „Basale und mittlere Pflegemanagement“ mit jeweils 600 Stunden Weiterbildung absolviert.

Die Ausbildung gestaltet sich sehr praxisnah. „Wir konnten unser eigenes Führungsverhalten sowie die persönlichen, organisatorischen und sozialen Kompetenzen für unsere berufliche Praxis weiterentwickeln“, erklärt **Manuela Hartlieb**, Pflegeleitung Lungenambulanz. „Die Vernetzung mit den teilnehmenden Führungskräften auch anderer Bereiche hat meiner Meinung nach langanhaltenden Nutzen.“ Neben der persönlichen fachlichen Weiterentwicklung bringt eine Managementausbildung auch Vorteile für das Unternehmen: „Zum einen gab es zahlreiche Inputs

und Denkanstöße, wie das Arbeiten als Führungskraft professioneller, effektiver und auch effizienter gelingen kann, zum anderen vertritt man in einer Leitungsposition immer auch wertorientiertes Arbeiten der Einrichtung, wobei man nachhaltig sowie zukunftsorientiert handeln soll – auch das waren Inhalte der Ausbildungsmodule“, fasst **Günther Zellinger**, Bereichsleiter der Internen Intensivstation, zusammen. Zentrale Themen im Lehrplan sind zudem Mitarbeiterführung, das Wissen über die verschiedenen Generationen in der Arbeitswelt sowie ein besseres Verständnis für den Gesamtbetrieb.

Schon gewusst ...?

Die Ausbildung „Stationsleitung / Führungskräfte in Gesundheits- und Sozialeinrichtungen“ ist eine Weiterbildung gemäß § 64 GuKG und berechtigt DGKP nach erfolgreicher Absolvierung zum Führen der Berufsbezeichnung „Basales und mittleres Pflegemanagement“.



Günther Zellinger
Bereichsleiter Interne
Intensivstation



Manuela Hartlieb
Pflegeleitung
Lungenambulanz

DAS IST MEIN BERUF: **DIPLOMIERTE GESUNDHEITS- UND KRANKENPFLEGE**



Christine Dieplinger

„Schon als kleines Mädchen hatte ich geträumt, einmal Krankenschwester zu werden. Jetzt bin ich schon 28 Jahre in diesem Beruf tätig. Es ist ein äußerst sinnstiftender Beruf und man bekommt sehr viel von dem, was man gibt, zurück. Natürlich ist es ein fordernder Beruf. Da wir die Gesamtverantwortung für den Pflegeprozess tragen und den Gesundheitszustand der Patienten beobachten und überwachen müssen, ist es wichtig, dass wir stets konzentriert und umsichtig arbeiten.“



**Andreas Dammerer,
OP-Leitung**

„Ursprünglich habe ich einen Handwerksberuf erlernt. Mit 27 Jahren habe ich die Chance wahrgenommen und über eine Sozialstiftung mit der Ausbildung zum Diplomierten Gesundheits- und Krankenpfleger begonnen. Damals waren meine Beweggründe zum einen der Wunsch nach Veränderung und zum anderen nach einem krisensicheren Job. Ich entschied mich für den OP und bin seither in den Fachgebieten Orthopädie, Wirbelsäulenchirurgie, HNO und Kieferchirurgie tätig.“

FÜR DIE AUSBILDUNG

→ muss man mitbringen:

- Freude am Umgang mit Menschen jeden Alters
- Interesse an pflegerischen, medizinischen und gesundheitsrelevanten Themen
- Teamfähigkeit, hohes Verantwortungsbewusstsein und Belastbarkeit
- Bereitschaft zu Nacht- und Schichtdiensten

→ darf nicht fehlen:

- Mindestalter 18 Jahre
- allgemeine Universitätsreife: Studienberechtigungsprüfung, Berufsreifeprüfung oder fach einschlägige berufliche Qualifizierung mit Zusatzprüfungen
- Gesundheitliche Eignung und Vertrauenswürdigkeit
- Beherrschung der deutschen Sprache in Wort und Schrift
- Erfolgreich absolviertes Aufnahmeverfahren
- kann man sich hier anmelden:



Incoming Students aus Belgien am Klinikum (v.l.n.r.): Wolfgang Kuttner, BScN, MSc, FH-Lehrbeauftragter und International Coordinator, Mag. Diana Mair, Klinikum-Pflegemanagement, Austauschstudentinnen Isaura Neven und Charlotte Dehairs und Klinikum-Pflegedirektorin Mag. Andrea Vora-berger. Isaura absolvierte ihr Praktikum auf der Neurologie, Charlotte auf der 4. Internen Sonderklasse. Beide konnten vom Praktikumseinsatz im Klinikum enorm profitieren.

Internationaler Erfahrungsaustausch

Incoming Students am Klinikum

**Die FH Gesundheitsberufe
Oberösterreich kooperiert EU-weit
mit weiteren Hochschulen – unter
anderem mit der UCLL Leuven in
Belgien.**

Eines der Prinzipien einer Hochschulkooperation ist der Austausch von Lehrpersonal und Studierenden“, erklärt Wolfgang Kuttner, Lehrbeauftragter und International Coordinator für die FH Gesundheitsberufe OÖ. Dieser Austausch soll internationale Erfahrung unterstützen. „Im Juni 2021 durften wir zwei Incoming-Studierende, also Austauschstudierende, aus Belgien bei uns an der FH in Wels begrüßen. In Kooperation mit dem Klinikum Wels-Grieskirchen konnten zwei Praktikumsplätze für die Dauer von fünf Wochen am Standort Wels vereinbart werden.“ Beide Studierende absolvieren den Bachelor-Studiengang Krankenpflege und befanden sich zum Zeitpunkt des Praktikums im sechsten Semester.



Klinikum-Seelsorge:

Ausleeren und neu füllen

Unser Kopf ist tagsüber fast pausenlos beschäftigt. Es gibt so vieles, woran wir denken sollten, was wir planen wollen, was wir noch alles erledigen müssen. Kein Wunder, wenn es unserem Kopf manchmal zu viel wird, besonders, wenn vieles auf einmal zusammenkommt, wenn man herausgerissen ist aus dem normalen Alltag und sich in einer ganz anderen Situation zurechtfinden muss – wie es bei einer Krankheit oder einem Unfall der Fall ist. Dies stellt plötzlich alles auf den Kopf.



„Wenn Sie den Eindruck haben, Seelsorge könnte Ihnen guttun, dann fragen Sie danach.“

Dipl.PAss.
Beatrix Gmeiner, BSc, MSc

Manchmal brauche ich jemanden, mit dem ich meine Gedanken teilen kann, damit sie sich ordnen können, damit sich die Anspannung lösen und mein Kopf wieder ruhiger werden kann. Es hilft auch, sich bewusste Auszeiten zu gönnen, damit der Kopf ruhen kann. Von Zeit zu Zeit seine Pläne und Sorgen loslassen und Gott überlassen, ausleeren, Platz schaffen für Neues – wie einen Einkaufskorb, den ich vor dem Einkauf ausleere, um ihn neu zu füllen. Womit fülle ich ihn? Vielleicht gelingt es, etwas Positives zu finden.

Mir fällt dazu das Lied ein: „Herr füll mich neu, füll mich neu mit deiner Hoffnung, Liebe ... Hier bin ich vor dir, leer sind meine Hände, Herr, füll mich ganz mit dir.“

Wenn Sie den Eindruck haben, Seelsorge könnte Ihnen guttun, dann fragen Sie danach. Die Mitarbeiter der Klinikum-Seelsorge kommen gerne zu allen Patienten und nehmen sich Zeit für ein Gespräch, für eine längere Begleitung oder ein gemeinsames Segensgebet zur Stärkung. Dieses Angebot gilt nicht nur für Patienten und deren Angehörige, sondern ebenso für Mitarbeiter im Haus. ■



*In Zeiten der Einsamkeit
und Krankheit*

Vertrauen und Zuversicht

Die vergangenen Monate seit Beginn der Pandemie haben viel von uns allen abverlangt. Eine Ausnahmezeit, die von den Sorgen um die Zukunft ebenso geprägt war wie von der Hoffnung auf ein baldiges Ende. Für viele Menschen war es eine Zeit der Hilflosigkeit, Perspektivlosigkeit vor allem für die jungen Menschen, die vor der Berufs- und Lebensplanung standen und eine Zeit der Angst und Verlassenheit der älteren Generation, die auf soziale Kontakte verzichten musste, die für das Lebensgefühl eine positive Auswirkung haben, die Freude am Leben wachhält. Und immer noch hält uns die Pandemie in Atem und löst Sorge vor neuen Wellen aus.

Was stützt uns in Krankheit und Einsamkeit? Zuerst die Nähe von Menschen, die uns umsorgen, uns beistehen in der Not, einfach nur da sind, uns Mut machen und Vertrauen schenken. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Klinikum haben Großartiges geleistet in ihrer menschlichen Präsenz am Krankenbett, in der medizinischen und pflegerischen Versorgung auf den Isolier- und Intensivstationen, in der Begleitung der Angehörigen im Gespräch und in der Seelsorge. Im Gefühl der Verlorenheit darf der Mensch Zuversicht und Vertrauen schenken und ist letztendlich selber reich beschenkt. Was trägt uns in Zeiten der Not? Mit Zuversicht auf das Leben blicken, in

der Krise über sich selbst hinauswachsen, in der Verzweiflung sich den Herausforderungen stellen, lässt Wege und Möglichkeiten finden, Schwierigkeiten zu überwinden und sich auf Neues einzulassen. Vielfach ist es auch das Gebet, das sich neu über meine Lippen bewegt, in aller Verlassenheit und Verzweiflung. Gott gibt mir die Kraft, in ausweglosen Situationen durchzuhalten, den Mut nicht zu verlieren und Durststrecken zu überstehen. Der Prophet Jesaja spricht uns zu, wenn wir nicht mehr beten können.

Ich wünsche Ihnen dieses Vertrauen in die Wirkkraft Gottes.

Sr. Petra Car,
Provinzoberin der Kreuzschwestern



„Den Erschöpften
gibt er Kraft, und die
Schwachen macht
er stark.“

Jes 40,29



Ein Job voller Vielfalt

Medizinisches Sekretariat

Am Klinikum sind mehr als 200 medizinische Sekretärinnen und Sekretäre in Teams auf den verschiedensten Fachabteilungen im Einsatz.

Je nach Fachabteilung variieren die Hauptpunkte des vielfältigen Aufgabengebiets, zentral sind aber die Aufnahme der Patienten am Schalter inklusive Datenerfassung, Führung und Kontrolle der ambulanten und stationären Terminplanung sowie Erfassung und Korrektur von Befunden laut Arztdiktat.

VORAUSSETZUNGEN

Das medizinische Sekretariat verlangt ein hohes Maß an Organisationsfähigkeit ebenso wie einen genauen und verlässlichen Arbeitsstil. Im Umgang mit Patienten und in der Zusammenarbeit mit anderen Berufsgruppen ist kooperatives und respektvolles Auftreten gefordert. Vor allem in Stresssituationen ist eine ruhige, aber dennoch strukturierte und effektive Arbeitsweise gefragt. Erwartet werden ausgezeichnete Deutschkenntnisse und ein versierter EDV-Umgang. Absolute Verschwiegenheit ist Voraussetzung. Berufliche Erfahrungen in einem Krankenhaus oder in einer Ordination sind von Vorteil, aber kein Muss. Die Einschulung erfolgt vor Ort in der Ambulanz bzw. im Sekretariat. ■



Aufgaben

- Patientendatenerfassung
- Telefonische und persönliche Terminvergabe sowie Terminkoordination
- Verfassen ambulanter und stationärer Befunde
- Verwaltung medizinischer Dokumente
- U.v.m.

Profil

- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung und Berufserfahrung in der Administration
- Sehr gute IT-Kenntnisse sowie Rechtschreib- und Grammatikkenntnisse
- Selbstständige und exakte Arbeitsweise
- Freundliches, kooperatives und respektvolles Auftreten
- Dienstzeiten regulär von Montag bis Freitag von jeweils 07:30 bis 16:00 Uhr, Bereitschaft zur Leistung von Turnusdiensten



Psychiatrie:
Bianca Pöll, 28
aus Eberstalzell

Ausbildung:

Lehre zur Bürokauffrau

Mein Weg zum Job:

Habe mich in der Stellenausschreibung über AMS in dem angeforderten Profil wiedergefunden und trotz meines aufrechten Dienstverhältnisses beworben, weil es mich sehr interessiert hat.

3 Top-Eigenschaften im Medizinischen Sekretariat:

Aufgeschlossenheit, Geduld, Loyalität

An meinem Job mag ich am liebsten:

dass jeder Tag neue Herausforderungen mit sich bringt, den Umgang mit den Patienten, dass ich ihnen helfen kann.

Für meine Kollegen bin ich:

ein Ordnungsfreak und ein sehr unkomplizierter Mensch

„Ohne mich läuft hier gar nichts, weil ...“:

sonst die Pflanzen verdursten würden.

In meiner täglichen Arbeit spüre ich „das Ordensspital“:

Wir sind für alle Patienten da und das 24 Stunden am Tag.



Urologie:
Fabian Bauer, 22,
aus Wels

Ausbildung:

Lehre zum Pharmazeutisch-Kaufmännischen-Assistenten (PKA). Nach insgesamt sieben Jahren Apothekenalltag wurde es Zeit für eine neue berufliche Orientierung.

Mein Weg zum Job:

durch die Online Jobbörse und meine Partnerin, welche als Stationsassistentin ebenfalls im Haus arbeitet.

3 Top-Eigenschaften im Medizinischen Sekretariat:

Organisationsgeschick, Teamfähigkeit, um Kollegen zu unterstützen, wenn in der Kanzlei „mal der Hut brennt“, und Stressresistenz

an meinem Job mag ich am liebsten:

Die abwechslungsreichen Aufgaben, jeden Tag erwarten mich neue spannende Aufgaben.

Für meine Kollegen bin ich:

unverzichtbar

„Ohne mich läuft hier gar nichts, weil ...“:

ich laut meinen Kolleginnen unersetzbar bin. Ich glaube, das hat etwas damit zu tun, dass ich ein Mann bin ...

In meiner täglichen Arbeit spüre ich „das Ordensspital“:

Alle Mitarbeiter begegnen sich sehr freundlich und begrüßen einander stets.



Unfallchirurgie:
Armin Grabic, 26,
aus Linz

Ausbildung:

Lehre als Großhandelskaufmann, danach Abschluss als staatlich geprüfter Versicherungsfachmann

Mein Weg zum Job:

Als Kind musste ich oft ins Krankenhaus und wollte deshalb schon immer etwas im medizinischen Bereich machen. In der Coronapandemie habe ich meine Stelle im Medizingroßhandel verloren und mich an meinem eigentlichen Berufswunsch orientiert – den Menschen im Krankenhaus zu helfen.

3 Top-Eigenschaften im Medizinischen Sekretariat:

Lernbereitschaft, Teamfähigkeit, Belastbarkeit in Stresssituationen – zum Beispiel bei hohem Patientenaufkommen in der Unfallerstversorgung oder -nachbehandlung

An meinem Job mag ich am liebsten:

den tollen Umgang mit Kollegen und Ärzten, wir sind ein Team, das für die Patienten da ist! Kein Tag ist wie der andere, bei uns ist immer etwas los.

Für meine Kollegen bin ich:

der Allrounder



Medizinische und chem. Labordiagnostik
Charity Goudeou, 26,
aus Kematen

Ausbildung:

2007 Abschluss HAK Wels (IT-Schwerpunkt). In diesem Bereich habe ich meine erste Berufserfahrung gesammelt.

Mein Weg zum Job:

In der Stellenausschreibung auf der Klinikum-Homepage haben mich unter anderem die Arbeitszeiten angesprochen, die ich sehr gut mit der Familie vereinbaren kann.

3 Top-Eigenschaften im Medizinischen Sekretariat:

Freundlichkeit, gefolgt von Respekt und einer dicken Haut

An meinem Job mag ich am liebsten:

Die vielseitigen Aufgabenbereiche: Ich übernehme Aufgaben in der Verwaltung, andererseits habe ich direkten Kontakt zu Patienten. Es gibt tagtäglich neue Herausforderungen, die es zu meistern gilt – und das gelingt uns als Team sehr gut.

Für meine Kollegen bin ich:

ein Sonnenschein

„Ohne mich läuft hier gar nichts, weil ...“:

ich Ärzte, BMAs und auch Patienten aktiv unterstütze und somit für einen reibungslosen Ablauf in der Ambulanz Sorge.

In meiner täglichen Arbeit spüre ich „das Ordensspital“:

durch den Zusammenhalt und die gegenseitige Unterstützung

Wir sind weiblich!

Klinikum für **Frauenförderung** ausgezeichnet

 **Klinikum**
Wels-Grieskirchen

Auch das bewusste Einsetzen von weiblichen Lehrlingen in handwerksbetonten Berufen zählt zu den Maßnahmen der Frauenförderung am Klinikum.



li.: Das Klinikum begleitet die Karrieren der weiblichen Arbeitskräfte zuverlässig mit einer Bandbreite an Unterstützungsmöglichkeiten.

re.: Alles unter einem Dach: Bei einem Anteil weiblicher Mitarbeiter von über 80 Prozent betreibt das Klinikum aktives Karenzmanagement und bietet flexible Arbeitszeitmodelle sowie umfangreiche betriebliche Kinderbetreuung an.

Unter rund 60 Einreichungen konnte das Klinikum Wels-Grieskirchen den ersten oberösterreichischen Frauenförderpreis für sich entscheiden. Ausschlaggebend für die Juryentscheidung in der Kategorie „Unternehmen mit mehr als 100 Mitarbeiterinnen“ waren etwa die breit gefächerten Qualifizierungsmaßnahmen für bestehende Krankenhausmitarbeiterinnen, aber auch die Unterstützungsangebote für Frauen im Ausbildungsbereich.

Bei einem Anteil weiblicher Mitarbeiter von über 80 Prozent ist Frauenförderung eine Selbstverständlichkeit für uns“, so Julia Stierberger, Leiterin des Personalmanagements am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Zudem ist das Etablieren attraktiver und wertschätzender Rahmenbedingungen für unsere Mitarbeiterinnen wichtig, um einem Fachkräftemangel rechtzeitig und erfolgreich zu begegnen. Wir begleiten die Karrieren unserer weiblichen Arbeitskräfte zuverlässig mit einer Bandbreite an Unterstützungsmöglichkeiten und stärken somit aber auch die Bindung an unser Haus.“ So betreibt das Klinikum etwa aktives Karenzmanagement und bietet flexible Arbeitszeitmodelle sowie betriebliche Kinderbetreuung an.

ZAHLEICHE QUALIFIZIERUNGSMASSNAHMEN FÜR FRAUEN

Zu den Qualifizierungsmaßnahmen für Frauen zählen am Klinikum Wels-Grieskirchen etwa wichtige Hilfen in den Bereichen Finanzierung und Kinderbetreuung – und das bereits während der Ausbildungsphase. „Ein aktuelles Beispiel

dafür ist das Teilzeitmodell im Lehrgang zur Pflegefachassistentin, welches wir seit dem Frühjahr 2021 an unserem Ausbildungszentrum anbieten – eine optimale Variante für Mütter oder Berufsumsteigerinnen“, erklärt Stierberger. Aber auch die Vergabe von Stiftungsplätzen und Stipendien, Höherqualifizierungsmöglichkeiten und das bewusste Einsetzen von weiblichen Lehrlingen in handwerksbetonten Berufen zählen zu den Maßnahmen der Frauenförderung, welche auf allen Ebenen des Unternehmens wirksam werden. „So sind rund 60 Prozent der Führungspositionen in unserem Unternehmen weiblich besetzt: Dies gelingt, weil wir lebensphasenorientierte Führung, Führen in Teilzeit und Topsharing ermöglichen.“

GESUNDHEITSFÖRDERUNG BEI MEHRFACHBELASTUNG

„Mama, Erzieherin, Spielkameradin, Taxiunternehmen, Köchin, Seelentrösterin, Ehefrau, Kollegin oder sogar Vorgesetzte. Die Liste der Rollen, die Frauen heutzutage ausfüllen, ist lang“, weiß HR-Chefin Stierberger, selbst Mutter von zwei Kindern. „Wichtig ist, präventiv Maßnahmen zu setzen, damit jahrelange Mehrfachbelastung nicht zum Raubbau am Körper führt. Deshalb liegt uns die Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen besonders am Herzen: Im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung gibt es bei uns Angebote zur Stressreduktion, Qi Gong, Yoga, Gesundheitsvorsorge, Fitnessstudio, sportliche Aktivitäten und vieles mehr. Hervorzuheben ist auch die Möglichkeit der Beratung durch unsere Arbeitspsychologinnen, etwa bei Belastungen, die sich durch die

nebenberufliche Betreuung von pflegebedürftigen Angehörigen ergeben.“

1. OBERÖSTERREICHISCHER FRAUENFÖRDERPREIS 2021

Im Rahmen der Frauenstrategie des Landes Oberösterreich wurde heuer erstmals der Frauenförderpreis verliehen. Dieser zeichnet Unternehmen, Vereine, Institutionen und Einzelpersonen aus, die sich durch ihre Aktivitäten besonders für die Gleichstellung der Frauen in Oberösterreich engagieren. Unternehmen, Vereine und Institutionen waren aufgerufen, Projekte zur Frauenförderung einzureichen, die überwiegend am Standort Oberösterreich entwickelt und umgesetzt worden waren und sich auf Handlungsfelder der oberösterreichischen Frauenstrategie, wie etwa „Beruf und finanzielle Absicherung“, „Familie, Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen“ und „Frauen und Gesundheit“ bezogen. ■



„Rund 60 Prozent unserer Führungspositionen sind weiblich besetzt.“

Mag. Julia Stierberger,
Leiterin Personalmanagement

Sicher ist sicher

Patientensicherheit am Klinikum



Manchmal braucht es besondere Sicherheitsvorkehrungen. Bei der Verabreichung von Medikamenten für Krebspatienten sind strengste Sicherheitsvorschriften einzuhalten. Sie sollen etwa gewährleisten, dass das Produkt richtig dosiert und keimfrei ist.



„Es ist uns wichtig, dass sämtliche Maßnahmen der hohen Sicherheits- und Qualitätsstandards ständig weiterentwickelt werden.“

Dr. Maximilian Aichinger,
Leiter der Abteilung für
Qualitäts-, Risikomanagement
und Organisationsentwicklung

In der Gesundheitsversorgung der Bevölkerung setzt das Klinikum als größtes Ordensspital Österreichs auf Qualität und Sicherheit. Sämtliche Maßnahmen in der Umsetzung der hohen Sicherheits- und Qualitätsstandards am Klinikum werden standardisiert erarbeitet und kontinuierlich überprüft und weiterentwickelt.

Es ist uns wichtig, dass sich unsere Patienten nicht nur sicher fühlen, sondern dass sämtliche Maßnahmen der hohen Sicherheits- und Qualitätsstandards umgesetzt und ständig weiterentwickelt werden“, so Maximilian Aichinger, Leiter der Abteilung für Qualitäts-, Risikomanagement und Organisationsentwicklung. Diese Maßnahmen reichen von der Aufnahme über die Diagnostik, Therapiefindung und Aufklärung bis hin zur Sicherheit in der Medikamentenverabreichung und weiterführenden Behandlung.

SICHERE MEDIKATION

Die Sicherheit in der Medikamentenverabreichung ist ein zentrales Thema, das vielen standardisierten Abläufen unterliegt. Während ihres Aufenthalts erhalten Patienten sämtliche Medikamente über das Krankenhaus, auch jene, welche bereits vom Haus- oder Facharzt verordnet wurden und auch im Alltag zu Hause eingenommen werden. Komplexe Verordnungen werden nach Kontrolle durch einen Arzt in ausgewählten Bereichen, wie der Orthopädie, gemeinsam mit einer klinischen Pharmazie besprochen und gegebenenfalls nach Rücksprache durch den Mediziner angepasst, um eine optimale Therapie möglichst ohne Neben- und Wechselwirkung zu erreichen.

Die Abteilung für Qualitäts-, Risikomanagement und Organisationsentwicklung steht nicht nur im ständigen Austausch mit allen Bereichen



des Klinikums, um Prozesse zu evaluieren und zu verbessern, sondern berücksichtigt auch wertvolle Inputs von Mitarbeitern und Patienten, um Abläufe ständig zu überdenken und zu optimieren. Inputs und Denkanstöße stammen zum Beispiel aus dem Critical Incident Reporting System, der Patientenbefragung und dem Einlangen von Mitarbeiterideen. „Alle sicherheitsrelevanten Vorkommnisse das Klinikum betreffend können gemeldet werden. Sie werden anonymisiert bearbeitet. Unabhängig von potenziellen Risikofaktoren haben Klinikum-Mitarbeiter stets die Möglichkeit, ihre Ideen zur Verbesserung von internen Abläufen und Prozessen einzureichen“, so Aichinger.



→ Mehr zum Thema **Patientensicherheit** am Klinikum sehen Sie hier



Ob in einem Krankenhaus das Regelwerk der Händehygiene richtig angewandt wird, stellt das Hygieneteam zum Beispiel anhand des Verbrauchs an Händedesinfektionsmitteln sicher.

Zum Schutz von
Patienten und Personal

Zertifizierte Krankenhaushygiene

Erneut hat das Klinikum die Kriterien für die aktive Teilnahme am Krankenhaus-Infektions-Surveillance-System (KISS) vollständig erfüllt. Das Nationale Referenzzentrum für Surveillance von nosokomialen Infektionen in Berlin hat das Qualitätszertifikat erneut bestätigt.

Konsequent richtige Händehygiene ist ein maßgeblicher Faktor für die Qualitätssicherung der medizinischen Versorgung, besonders hinsichtlich der Eindämmung von sogenannten multiresistenten Erregern (MRE). Am Klinikum führt das Institut für Hygiene und Mikrobiologie eine eigene Einheit für Krankenhaushygiene, mit dem Ziel, Patienten, Besucher und Personal bestmöglich vor Infektionen zu schützen. „Wir stellen sicher, ob in einem Krankenhaus das Regelwerk der Händehygiene richtig angewandt wird, zum Beispiel durch Schulungen, Beobachtungen und weitere Maßnahmen. So erheben wir etwa den Verbrauch an Händedesinfektionsmitteln: Diese Werte sind ein deutlicher Gradmesser, ob und wie sich die Compliance unter den Krankenhausmitarbeitern verbessert“, erklärt die leitende Hygienefachkraft Andrea Binder.



Andrea Binder, MSc, MBA
leitende Hygienefachkraft



Brettljausn 2.0

3 x alles auf einem Brett

Ganz im Zeichen des Herbsts rückt die Brettljause wieder ins Zentrum des Esstischs: 2021 trifft sie in den unterschiedlichsten Ausführungen mit Sicherheit jeden Geschmack. Angesagt sind neben klassischen österreichischen besonders mediterrane Kompositionen und Varianten mit Käse. Neu im Sortiment: die rein vegane Brettljausn. Klinikum-Küchenchef Christoph Mayrhofer zeigt, wie's am besten gelingt.

Vegane Brettljausn

mit Äpfeln, Weintrauben, Gurken, Tomaten, Paprika, Fenchel, Käferbohnen Tartar, rotem Linsenaufstrich, Kren, Apfel-Zwiebel-Schmalz, Kurbiskernhummus, rote Rüben und Tofu-Limetten-Creme



■ **VEGANES APFEL-ZWIEBEL-SCHMALZ**
200 g Kokosfett und 90 ml Sonnenblumenöl
1 Zwiebel, 1 Apfel, 1 Knoblauchzehe
Salz, Majoran, Bohnenkraut, Kümmel,
Paprikapulver

Zwiebel und Apfel schälen, klein würfeln. Zwiebelwürfel in Pfanne in etwas Öl anbraten, bis sie goldbraun werden. Apfelwürfel hinzufügen und kurz mitbraten. Etwas abkühlen lassen. Kokosfett bei schwacher Hitze in einem Topf schmelzen, Sonnenblumenöl hinzufügen und vom Herd nehmen. Achtung: Kokosfett schmilzt relativ schnell! Währenddessen kann man sich den Gewürzen widmen: Salz, Majoran, Bohnenkraut, Kümmel und Paprikapulver im Mörser zermahlen. Wer mag, kann zusätzlich andere getrocknete Kräuter verwenden oder am Mischverhältnis etwas ändern – ganz nach eigenem Geschmack.

Das Zwiebel-Apfel-Gemisch und die Gewürze in das noch flüssige Fett rühren und in Schraubverschlussgläser abfüllen.

► **Tipp vom Küchenchef:**

„Ca. vier Stunden in den Kühlschrank stellen und zwischendurch immer wieder wenden, damit sich die Apfel-Zwiebel-Würfel gleichmäßig verteilen. Gut gekühlt hält das Zwiebelschmalz ein paar Monate.“





■ **KÄFERBOHNEN TARTAR**
 400 g gekochte Käferbohnen
 Salz, Pfeffer
 1 rote Zwiebel
 2 Knoblauchzehen, Petersilie
 1 halbe Zitrone
 Zucker / Gin / Apfelsaft

Käferbohnen über Nacht einweichen und am nächsten Tag kochen. Etwa zwei Drittel davon mit dem Messer zerkleinern, das restliche Drittel pürieren. Die gehackten Bohnen mit einer fein geschnittenen Zwiebel sowie mit Knoblauch, Petersilie und den pürierten Bohnen verrühren, mit Apfelsaft und etwas Öl (Oliven- oder Kernöl) in die richtige Konsistenz bringen.

■ **KÜRBISKERNHUMMUS**
 1 Dose Kichererbsen
 1 EL Tahin (Sesamms)
 50 ml Wasser
 Saft einer halben Limette
 1 EL Kürbiskernöl
 3 EL gehackte Kürbiskerne
 Salz, Pfeffer

Kichererbsen abseihen, mit den restlichen Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren.

Mehr gesunde Rezepte finden Sie hier →



Vegetarische Brettjause mit verschiedenen Käsesorten

mit Traungold, Schlossdamer, Emmentaler, Liptauer, Kartoffelkäse, Walnüssen, Schlierbacher, Brie, Weintrauben, Äpfeln, Butter und Zucchini-Chutney

Mediterrane Brettjause

mit Salami, Parmaschinken, Lachsschinken, Lardo mit Käferbohnen, mit getrockneten Tomaten, Oliven, frischem Parmesan, Rotschmierkäse, Tomatenaufstrich, gebratenen Zucchini, Paprika und Auberginen, Melone

■ **TOMATENAUFSTRICH**
 0,25 kg Landfrischkäse
 0,10 kg getrocknete Tomaten
 Olivenöl
 Walnüsse
 Zwiebel
 Knoblauch
 Basilikum
 Salz, Pfeffer

Getrocknete Tomaten, Zwiebel, Knoblauch und Walnüsse fein hacken, mit dem Landfrischkäse vermischen, mit Olivenöl verfeinern und abschmecken.





Zertifikatsverleihung am Klinikum (v.l.n.r.): Klinikum-Radfahrbeauftragter Franz Scherzer, Geschäftsführer Mag. Dietbert Timmerer, Gerhard Fischer, Vorsitzender Radlobby OÖ, Dr. Thomas Muhr, Ärztlicher Leiter und Viktor Scheuringer, zweiter Klinikum-Radfahrbeauftragter.

Fahrradfreundlicher Betrieb

EU-Auszeichnung für Klinikum



„Rund 300 unserer Mitarbeiter legen den Weg in die Arbeit regelmäßig mit dem Rad zurück.“

Franz Scherzer,
akademischer Risiko- und
Gesundheitsmanager in der
Organisationsentwicklung und
Klinikum-Radfahrbeauftragter

Gesundheitsfördernd, wirtschaftlich und umweltschonend – als zukunftsorientierter Gesundheitsbetrieb motiviert das Klinikum seine Mitarbeiter, vom Auto auf das Fahrrad umzusteigen. Für seine Initiativen und Investitionen rund um das Radfahren wurde dem Krankenhaus nun bereits zum zweiten Mal das Zertifikat „Fahrradfreundlicher Betrieb“ ausgestellt. Das Klinikum ist in Oberösterreich der einzige Betrieb sowie bundesweit die einzige Gesundheitseinrichtung mit der EU-weiten Auszeichnung „Cycle-friendly Employer“.

Bereits seit sieben Jahren setzt der große Welser Gesundheitsversorger verstärkt auf das Radfahren. „Rund 300 unserer Mitarbeiter legen den Weg in die Arbeit regelmäßig mit dem Rad zurück“, so Franz Scherzer, akademischer Risiko- und Gesundheitsmanager in der Organisationsentwicklung und Radfahrbeauftragter am Klinikum. Ein Fünftel davon nimmt heuer an der Initiative „Oberösterreich radelt“ teil. „Von Ende März bis Anfang August wurden knapp 48.300 gefahrene Kilometer in die Plattform eingetragen – das ist immerhin um einiges mehr als eine Weltumrundung und entspricht im Sinne des Klimaschutzes einer Einsparung des Kohlenstoffdioxid-Ausstoßes von ca. 8,5 Tonnen.“ Die Klinikum-Geschäftsführung unterstützt das Engagement seiner Mitarbeiter regelmäßig durch strukturelle Maßnahmen und besondere Aktionen, wie zum Beispiel durch die Errichtung versperrbarer Fahrradabstellplätze mit Beleuchtung, gratis Rad-Checks für alle Mitarbeiter, eigenen Klinikum-Radtrikots samt Helmen und Sicherheitswesten sowie Veranstaltungen rund um die Radsaison. „Besonders gut angenommen werden unsere fünf E-Bikes, welche gegen Voranmeldung gratis zum Beispiel für das Wochenende oder auch länger ausgeborgt werden können“, so Scherzer.

ÜBERREGIONALE ANERKENNUNG

„Es freut uns, dass wir uns zu jenen Unternehmen zählen dürfen, die den betrieblichen Radverkehr fördern – und das auf internationalem Standard“, sagt Klinikum-Geschäftsführer Dietbert Timmerer. „Wir haben es geschafft, eine innerbetriebliche Radfahrkultur aufzubauen und dauerhaft fahrradfreundliche Maßnahmen zu realisieren.“ Somit setzt das Klinikum ein Zeichen für umweltschonende, zukunftsorientierte Mobilitätsabwicklung. „Um Betriebe wie uns für ihre Initiativen auszuzeichnen, wurde ein EU-weiter Standard für die Zertifizierung zum ‚Cycle-friendly Employer‘ ausgearbeitet“, erklärt Timmerer, selbst begeisterter Radfahrer. Die CFE-Zertifizierung wird aktuell in 17 europäischen Staaten durchgeführt. In Österreich erfolgt die Umsetzung durch die nationale Koordinationsstelle „Radlobby Österreich“. Neben einer Anzahl an steirischen Betrie-

ben ist das Klinikum das einzige weitere Unternehmen in Österreich mit dem EU-weit gültigen Label „Cycle-friendly Employer“ – und auch das einzige CFE-zertifizierte Krankenhaus in Österreich. ■



„Wir haben es geschafft, eine innerbetriebliche Radfahrkultur aufzubauen.“

Mag. Dietbert Timmerer,
Klinikum-Geschäftsführer



Radfahren ist Bewegung mit Mehrwert

Zusätzlich zu den positiven Auswirkungen auf die Umwelt, der Vorbildwirkung auf die Bevölkerung und der Stärkung des internen Zusammenhalts ist der gesundheitliche Effekt des Radfahrens bei den Klinikum-Mitarbeitern groß. Stoffwechsel, Kreislauf und Kalorienverbrauch werden angekurbelt und dabei gleichzeitig die Gelenke vor Überlastungen geschützt. Bereits etwa eine Stunde Radfahren pro Woche hat einen nachhaltig positiven Effekt auf Gesundheit und Wohlbefinden – mit dem Weg in die Arbeit und retour lässt sich das meist gut bewältigen. Aus Sicht der Sportwissenschaft zählt jeder gefahrene Radkilometer: Ob Übergewicht, Herzerkrankungen oder Diabetes mellitus – regelmäßige Bewegung reduziert das Risiko für Erwachsene deutlich!



li.: Besonders gut von den Mitarbeitern angenommen werden die fünf E-Bikes des Klinikums, welche gegen Voranmeldung gratis zum Beispiel für das Wochenende oder auch länger ausgeborgt werden können.

re.: Die Klinikum-Geschäftsführung unterstützt das Engagement seiner Mitarbeiter regelmäßig durch strukturelle Maßnahmen und besondere Aktionen, wie zum Beispiel durch eigene Radtrikots samt Helmen und Sicherheitswesten.



Sie möchten das Klinikum-Magazin gerne zu Hause lesen?

Dann nutzen 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! 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



Meine
Ausbildung.

„Hier steht der
Mensch an
erster Stelle.“

Lisa, 29

Werde jetzt PflegefachassistentIn.

Pflege ist viel mehr als nur ein Job. Sie ist eine Aufgabe, für die Wissen, Herz, Stärke und Menschlichkeit gefragt sind. Eine Einstiegsmöglichkeit in den vielfältigen Beruf ist die Ausbildung zur Pflegefachassistenz am Ausbildungszentrum für Gesundheit und Pflege am Klinikum Wels-Grieskirchen. Interessiert? Dann komm in unser Team und bewirb dich jetzt für den nächsten Lehrgang.

wirsindpflege.at

**# WIR
SIND
PFLEGE**