

Leben!

Das Magazin der  **BBT-Gruppe** für Gesundheit und Soziales

LUNGENKREBS

Die richtige
Therapie finden

AUS DEM DUNKEL ZURÜCK INS LICHT

Hilfe in der
Psychosomatischen
Tagesklinik

**GENAU
MEIN
DING!**

IN DER PFLEGE
ARBEITEN



Gesundtsholding
Tauberfranken



In Bewegung bleiben

Möglichst flexibel und agil, immer und überall präsent. Mobilität ist mehr als ein Lebensgefühl. Dabei werden wir körperlich immer unbeweglicher: Viel Zeit verbringt der moderne Mensch im Sitzen. Gebaut ist der Körper immer noch für die Anforderungen, denen sich schon unsere Vorfahren in der Steinzeit stellen mussten. Bewegung bleibt unser Lebenselixier.



Lebensrettende Entzündung

Als Danuta Arndt wegen einer Lungenentzündung ihren Urlaub absagen musste, ahnte sie nicht, welch ein Glücksfall das war. Denn bei der Untersuchung entdeckten die Ärzte einen Krebstumor in ihren Bronchien.



Zurück ins Licht

Antriebslosigkeit, Verlustängste und Minderwertigkeitsgefühle bestimmten den Alltag von Karsten Peter. Er litt unter einer schweren Depression. Hilfe fand er in der Psychosomatischen Tagesklinik.

kurz&knapp

4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

medizin

6 Eine lebensrettende Lungenentzündung
11 Sorge um die Patienten in jedem Stadium der Krankheit

gesund&fit

12 In Bewegung bleiben

pflege

14 Genau mein Ding!

standpunkt

18 In guter Balance halten

blickpunkt

20 Aus dem Dunkel zurück ins Licht

GENAU MEIN DING!

14

Für viele stand der Berufswunsch schon lange fest, andere packte es bei einem Praktikum oder Freiwilligen Sozialen Jahr: Eine Ausbildung in der Pflege eröffnet heute viele Perspektiven. Mit der Kampagne „Genau mein Ding!“ stellt die BBT-Gruppe Mitarbeitende vor, die einen Beruf in der Gesundheits- und Krankenpflege in einer der BBT-Einrichtungen erlernen oder nach vielen Jahren immer noch voller Überzeugung ausüben.





Thomas Wigant
Regionalleiter
Region Tauberfranken

Endlich Frühling!

Langweilig war es Rita Birster nie. Mit 93 Jahren hat sie sich bewusst entschieden, zu den Barmherzigen Brüdern Rilchingen zu ziehen. Der Schritt ist ihr leicht gefallen. Nicht nur, weil er gut überlegt war.

nahdran

24 Nachrichten aus den Einrichtungen im Main-Tauber-Kreis

senioren

26 Jetzt kann der Frühling kommen

momentmal

30 Impuls

rätsel&co.

32 Kinderseite

33 Kreuzworträtsel

service

34 Veranstaltungstipps und Kontakt

Liebe Leserinnen und Leser,

dass Körper und Seele untrennbar miteinander verbunden sind, ist keine Entdeckung neuzeitlicher Medizin. Schon Hippokrates (ca. 460-370 v. Chr.) beschrieb, dass das menschliche Herz sich bei Freude erweitert und bei Angst zusammenzieht. Noch ältere Texte aus dem Alten Testament kennen die Problematik des Zähneknirschens (bspw. Psalm 122,10 oder Ijob 4,13) oder wissen: „Ein fröhliches Herz tut dem Leibe wohl; aber ein betrübtes Gemüt lässt das Gebein verdorren“ (Buch der Sprichwörter 17,22). Vom Mittelalter bis in die Neuzeit löste sich dann das Verständnis der Einheit von Leib und Seele nach und nach auf.

Der französische Philosoph René Descartes bahnte im 17. Jahrhundert den medizinischen Entdeckungen der Neuzeit den Weg, wenn er den Körper als etwas rein Mechanisches verstand. Die körperlichen Abläufe wurden nach und nach erforscht, die Seele weitgehend außer Acht gelassen. Das änderte sich grundlegend erst im 20. Jahrhundert. Dafür stehen im deutschsprachigen Raum etwa die Namen Sigmund Freud (1856-1939) oder Thure von Uexküll (1908-2004). Letzterer gilt als einer der Gründerväter der psychosomatischen (griechisch psyche = Seele, soma = Leib) Medizin. Er beklagte den gespaltenen Blick der Medizin auf einen „kranken Körper ohne Seele und eine leidende Seele ohne Körper“.

In unserer Klinik für Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im Krankenhaus Tauberbischofsheim – und fachärztlich konsiliarisch am Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim – wird der „ganze Mensch“ behandelt, mit seinen körperlichen, psychischen und spirituellen Bedürfnissen. Wie ein zeitgemäßes Therapiekonzept dabei aussehen kann, lesen Sie in einer Reportage über einen Patienten unserer Psychosomatischen Tagesklinik am Krankenhaus Tauberbischofsheim. Daneben warten wieder weitere informative Beiträge auf Sie.

Mit guten Wünschen und Grüßen,

Ihr

Thomas Wigant

Bei Fragen und Anregungen freue ich mich über Ihre Nachricht an thomas.wigant@ghtf.de



CARITAS-JAHRESKAMPAGNE 2018

Ein Zuhause für alle

„Jeder Mensch braucht ein Zuhause“ heißt die aktuelle Kampagne des Caritasverbandes für 2018. Immer mehr Menschen seien auf dem Wohnungsmarkt „nahezu chancenlos“, sagte Caritas-Präsident Peter Neher bei der Vorstellung der Kampagne. Der katholische Wohlfahrtsverband hatte eine repräsentative Umfrage in Auftrag gegeben. Demnach sehen knapp 80 Prozent der Befragten angesichts steigender Wohnungskosten ein „erhebliches Armutsrisiko“. Neher warnte vor einem „gesellschaftlichen Konfliktpotenzial“, da Familien, alte und einkommenschwache Menschen sowie Studenten in Großstädten und Ballungsgebieten zunehmend aus Stadtvierteln verdrängt würden. Längst sei aber auch die Mitte der Gesellschaft betroffen. Seit Jahren würden zu wenig bezahlbare Wohnungen vor allem für untere Einkommensgruppen und Familien gebaut, beklagte Neher. „Wohnungspolitik ist immer auch Sozialpolitik“, betonte er. Im Rahmen der Jahreskampagne will die Caritas Möglichkeiten prüfen, wie es gelingen kann, den Wohnraummangel zu minimieren, und Projekte auch über eine eigene Internetseite bekannter machen, die im Sozialraum den Zusammenhalt fördern.

Weitere Informationen auf www.zuhause-fuer-jeden.de



TROST FÜR KRANKE

Ein Buch, das Mut macht

Seit zehn Jahren gibt es im Allgäu eine besondere Unterstützung für Menschen, die im Krankenhaus liegen: das „Trost- und Powerbuch“. Entwickelt hat es eine Lehrerin mit ihren Schülern. 11.000 Exemplare wurden bisher an Krankenhäuser und Geschäfte im bayerischen und württembergischen Allgäu verteilt, gerade ist eine neue Auflage von 5.000 erschienen. Patienten und Interessierte dürfen sich die Hefte ausleihen oder gegen eine Spende behalten, genauso wie die mit Engeln verzierten Karten und Lesezeichen, die es dazu gibt. Eine Notsituation brachte die Initiatorin Monika Eisele auf die Idee: Die 54-jährige katholische Religionslehrerin erkrankte 2005 an einer lebensbedrohlichen Autoimmunschwäche. Sie überlebte, „aber für meine Seele hat mir etwas gefehlt. Zuspruch geht im hektischen Krankenhausalltag leider etwas unter“, sagt sie. Die Pädagogin machte sich mit ihren Viertklässlern ans Werk. Die Kinder schrieben ihre Lieblingsgebete und gute Wünsche auf und malten dazu Bilder. Immer wieder zeichneten sie ihre Vorstellungen eines helfenden Gottes: mal als wärmende Lichtstrahlen, mal als bunt-fröhliches Wirrwarr und immer wieder als Wolke, aus der sich einem eine Hand entgegenstreckt.

Mehr zum Projekt auf www.trostundpowerbuch.de. Dort gibt es auch eine Mail-Adresse, bei der das Buch gegen Übernahme der Versandkosten bestellt werden kann.

WAS ANGEHÖRIGE WISSEN MÜSSEN

Pflege für Pflegende

Annähernd drei Viertel (2,08 Millionen) aller Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt. Davon werden 1,38 Millionen in der Regel allein durch Angehörige gepflegt. So lauten die aktuellsten Angaben des Statistischen Bundesamts aus dem Jahr 2015. Doch viele Angehörige fühlen sich erschöpft und überlastet. Nach einer Umfrage des Zentrums für Qualität in der Pflege (ZQP) fehlen ihnen Informationen zum Erhalt der eigenen Gesundheit. 73 Prozent der Befragten mit Pflegeerfahrung gaben an, keine entsprechende Beratung von einem Pflegeexperten bekommen zu haben. Von denen, die Beratung erhalten hatten, erinnerten sich viele nicht an die Informationen und sahen sich zumeist aus Zeitgründen nicht imstande, Präventionsmaßnahmen im Alltag zu beherzigen. Dabei kommen diese beiden Seiten zugute: Aktivierend zu pflegen könne etwa zur Schonung des Rückens des Pflegenden und gleichzeitig zur Selbstständigkeit des Pflegebedürftigen beitragen, sagte der Vorstandsvorsitzende des ZQP, Ralf Suhr. Schulungen mit Tipps zur richtigen Pflege zu Hause und viele weitere Informationen sowie Gelegenheit zum Austausch bieten viele Einrichtungen der BBT-Gruppe an.

Anlaufstelle für pflegende Angehörige sind auch die Pflegestützpunkte und Senioren- und Pflegeberatungsstellen der Kommunen. Einen Überblick gibt es auch auf www.verbraucherzentrale.de/wissen/gesundheit-pflege



WECHSEL IN DER BBT-GESCHÄFTSFÜHRUNG

Mit neuen Aufgaben

BBT-Geschäftsführer Dr. Albert-Peter Rethmann (57) hat zum Jahresbeginn neue Aufgaben in der Geschäftsführung der BBT-Gruppe übernommen. Nach dem Wechsel des bisherigen BBT-Geschäftsführers Bruder Alfons Maria Michels in den Aufsichtsrat der Barmherzigen Brüder Trier gGmbH verantwortet Rethmann zusätzlich zum Bereich Christliche Unternehmenskultur den Bereich Unternehmenskommunikation und ist Sprecher der Geschäftsführung. In den Verantwortungsbereichen der drei weiteren Geschäftsführer, Matthias Warmuth (47) für den Bereich Unternehmensentwicklung, Werner Hemmes (57) für Personal und Recht und Andreas Latz (48) für Finanzen, gibt es keine Änderungen. Rethmann ist seit 2013 Mitglied der Geschäftsführung.

BBT-GRUPPE ENTWICKELT VERSORGUNG IM HOHENLOHEKREIS WEITER

Für gute Medizin und Pflege

Die Barmherzige Brüder Trier gGmbH soll als Mehrheitsgesellschafter der Hohenlohe Krankenhaus gGmbH und der Hohenlohe Seniorenbetreuung gGmbH das regionale Versorgungskonzept weiterentwickeln. Mit seiner Entscheidung vom 21. März 2018 stellt der Kreistag die Weichen für ein zukunftsorientiertes und bedarfsgerechtes Leistungsangebot in Medizin und Pflege für die Menschen im Hohenlohekreis. „Wir freuen uns über das Vertrauen, das die Kreisräte in uns setzen und ihre klare Entscheidung für die BBT-Gruppe als Partner für die Zukunft der medizinisch-pflegerischen Versorgung in Hohenlohe“, kommentierte BBT-Geschäftsführer Matthias Warmuth das Abstimmungsergebnis. Für die BBT-Gruppe bedeutet dieses regionale Wachstum gegenseitige Stärkung statt Wettbewerb, mehr Effizienz durch die Nutzung gemeinsamer Potenziale statt Kosteneinsparung und Leistungsabbau, eine an den Menschen orientierte statt standardisierte Behandlung und die Sicherstellung einer qualitativ hochwertigen und modernen Versorgung in Medizin und Pflege durch eine strategische Zusammenarbeit mit allen Partnern in der Region. Der Beschluss steht unter dem Vorbehalt einer Zustimmung durch das Kartellamt sowie der Kommunalaufsicht und der Zusatzversorgungskasse des Kommunalen Versorgungsverbands Baden-Württemberg (ZVK).



BBT-Geschäftsführer Matthias Warmuth, Landrat Dr. Matthias Neth und Regionalleiter der BBT-Region Tauberfranken, Thomas Weber (v. li.).

EINE LEBENS- RETTENDE LUNGEN- ENTZÜNDUNG

Als Danuta Arndt wegen einer Lungenentzündung ihren Urlaub absagen musste, ahnte sie nicht, welch ein Glücksfall das war. Denn bei der Untersuchung im Brüderkrankenhaus Paderborn entdeckten die Ärzte einen Krebstumor in ihren Bronchien.





TEXT: JAN D. WALTER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL

Eigentlich wollten Danuta Arndt und ihr Mann Werner Ende Mai Urlaub an der Mecklenburgischen Seenplatte machen. Der Luftkurort Waren an der Müritz wäre sogar ideal gewesen, um sich von der hartnäckigen Bronchitis zu erholen, die sie seit Wochen plagte.

Aber wenige Tage vor der Abreise, erzählt sie, sei etwas Ungewöhnliches geschehen: „Ich wollte mir wie gewohnt meine Frühstückszigarette anstecken, aber sie schmeckte mir überhaupt nicht.“ Einerseits war das eine gute Gelegenheit, ihren entzündeten Atemwegen – ganz ohne Entzugssymptome – eine kleine Auszeit zu geben. „Normalerweise rauchte ich 20 bis 25 Zigaretten pro Tag“, berichtet Arndt. „Es musste mir schon ziemlich schlecht gehen, wenn ich nicht rauchen wollte.“ Dass dies ihre letzte Zigarette sein sollte, ahnte sie noch nicht. Doch heute kommt Arndt der Vorfall wie ein schlechtes Omen vor.

Denn einen Tag später entwickelte sie plötzlich hohes Fieber. Da Wochenende war, fuhr ihr Mann sie in die Notaufnahme des Brüderkrankenhauses St. Josef in Paderborn. Dort diagnostizierten die Ärzte eine bakterielle Infektion der Atemwege und verschrieben ihr ein Antibiotikum. Am nächsten Montag überwies Arndts Hausärztin sie zur genaueren Diagnose zum Radiologen, und nach einer Röntgenuntersuchung stand fest: Danuta Arndt hatte eine schwere Lungenentzündung.

Statt für den Urlaub an der Müritz packte Arndt nun ihre Koffer für die Klinik. Im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn wurde sie zwei Wochen lang

stationär mit Antibiotika behandelt. Mit Erfolg. Die Lungenentzündung heilte gut ab. Nur das Röntgenbild machte den Ärzten weiterhin Sorgen: „Die Entzündungswerte waren gut“, sagt Dr. Hans-Christian Buschmann, Chefarzt der Inneren Medizin und Pneumologie, „aber die Auffälligkeiten auf dem Röntgenbild bildeten sich nicht so zurück, wie wir es erwartet hatten.“

Schockierende Diagnose

Um die fragliche Stelle genauer zu untersuchen, führte Dr. Buschmann eine Lungenspiegelung durch: „Bei der Bronchoskopie haben wir auffällig verändertes Gewebe entdeckt, von dem wir sofort eine Probe entnommen haben.“ Die pathologische Untersuchung bestätigte, was Dr. Buschmann bereits befürchtet hatte: Danuta Arndt war an Lungenkrebs erkrankt.

„Die Diagnose war natürlich ein absoluter Schock“, sagt sie. „Man geht mit einer gut behandelbaren Lungenentzündung ins Krankenhaus und dann ... ja, diese Diagnose!“ All das ereignete sich 2015. Aber noch heute, fast drei Jahre nach dem Befund, fällt es Arndt manchmal schwer, das Wort „Krebs“ auszusprechen.

Eine tödliche Krankheit

Die Angst, die sie und ihr Mann damals hatten, ist durchaus angebracht. Denn an Lungenkarzinomen sterben in Europa mehr Erkrankte als an jeder anderen Krebsart. Nicht nur, weil sie zu den häufigsten Krebserkrankungen gehört: „Lungenkarzinome wachsen in der Re-



Zweimal im Jahr zur Kontrolle: Dr. Guido Scholz und Dr. Hans-Christian Buschmann (re.) besprechen mit Danuta Arndt die Ergebnisse.

gel sehr lange ohne spürbare Symptome“, sagt Dr. Guido Scholz, Chefarzt der Thoraxchirurgie und Leiter des Lungenkrebszentrums am Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn. „Deshalb werden die meisten erst entdeckt, nachdem sie Metastasen gebildet haben.“

Und dann ist die Behandlung schwierig und langwierig. Oft kann der Krebs nur mit Chemotherapie oder Bestrahlung bekämpft werden. All das ist kräftezehrend

und mit teils erheblichen Nebenwirkungen verbunden. Und manchmal kommt jede Therapie zu spät.

Operation genügt

Bei Danuta Arndt aber gab es guten Grund zur Hoffnung: „Wir haben in einer Reihe von Untersuchungen herausgefunden, dass der Krebs noch nicht gestreut hatte“, sagt Internist Dr.

Buschmann. Über diese Ergebnisse beriet er sich gemeinsam mit Kollegen in der Tumorkonferenz. Im Fall von Danuta Arndt war sich das interdisziplinäre Gremium einig: Eine Operation müsste genügen, um den Tumor zu entfernen und die Krebserkrankung zu stoppen.

Ob sie nach dieser Prognose so etwas wie Erleichterung spürte, daran kann sich Arndt heute kaum erinnern: „Mein Mann und ich, wir befanden uns in einem regelrechten Alptraum.“ Der verlängerte sich noch einmal, als die kurz bevorstehende Operation verschoben werden musste, weil sich mittlerweile der rechte, eigentlich gesunde Lungenflügel entzündet hatte.

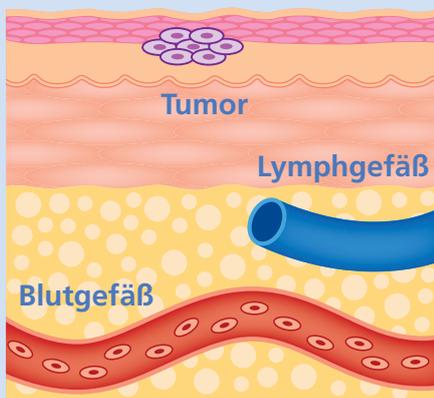
Mitte Juli – also rund sechs Wochen nach der Diagnose – war es dann aber so weit: „Wir haben zunächst den oberen Teil des linken Lungenflügels, in dem der Tumor saß, entfernt“, erklärt Thoraxchirurg Dr. Scholz den Eingriff. „Dann haben wir den unteren, nicht betroffenen Teil des Lungenflügels am zentralen Bronchialsystem wieder angenäht, um so viel Lungenfläche zu erhalten wie möglich.“

Gute Prognose dank Prävention

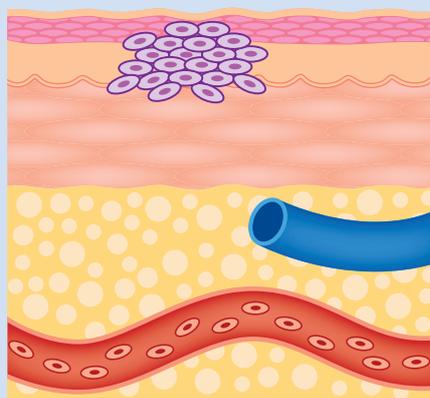
Ende Juli wurde Danuta Arndt aus dem Krankenhaus entlassen. Die Operation,

SO ENTSTEHEN METASTASEN

Illustrationen: Matthias Adolphi



Krebszellen neigen dazu, sich auszubreiten.



Sie können in umliegende Gewebe einwachsen ...



... und über Blut- oder Lymphgefäße in andere Körperregionen streuen und dort Metastasen bilden.

Erfahren Sie mehr über die Krankheitsgeschichte von Danuta Arndt im Video auf www.bbtgruppe.de/leben



Erste Anzeichen von Veränderungen an Bronchien und Lunge zeigt das Röntgenbild.

sagt Chirurg Dr. Scholz, habe sie sehr gut überstanden. Die Untersuchung weiterer Gewebeprobe bestätigte zudem erneut, dass der Tumor noch keine Metastasen gebildet hatte. Den August hindurch folgten weitere Nachbehandlungen, Kontrolluntersuchungen und vier Wochen Reha. „So richtig zu mir gekommen bin ich eigentlich erst im September“, sagt Arndt. „Da ist mir erst mal klar geworden, was für ein riesiger

Glücksfall diese Lungenentzündung war. Sie hat mir das Leben gerettet.“

Auch wenn Danuta Arndt die schwere Krankheit recht glimpflich überstanden hat – ganz spurlos ist sie nicht an ihr vorübergegangen: Manchmal hat sie Schluckbeschwerden, weil sich ihre Speiseröhre in Richtung des Hohlraums verschoben hat, in dem ein Stück Lunge fehlt. „Und die Luft fehlt mir oft – beim Treppensteigen, beim Putzen, wenn wir etwas strammer

TUMORKONFERENZ

Die Tumorkonferenz ist ein wöchentlicher Termin, bei dem alle Ärzte zusammenkommen, die Krebspatienten behandeln. Gemeinsam entwickeln sie für jeden Erkrankten einen individuellen Therapieplan. Der Vorteil: Die Perspektiven der verschiedenen medizinischen Fachrichtungen kommen der Behandlung zugute.

spazieren gehen.“ Aber alles in allem geht es ihr heute wieder recht gut, sagt Arndt. Zweimal im Jahr geht sie noch zur Kontrolle, aber die Chancen, sagen die Ärzte, stünden gut, dass der Krebs nicht wiederkommt: „Frau Arndt hat ja erfreulicherweise das Rauchen aufgegeben“, erinnert Internist Dr. Buschmann, „und das senkt das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken, mehr als alles andere. Egal wie lang und viel man bisher geraucht hat.“

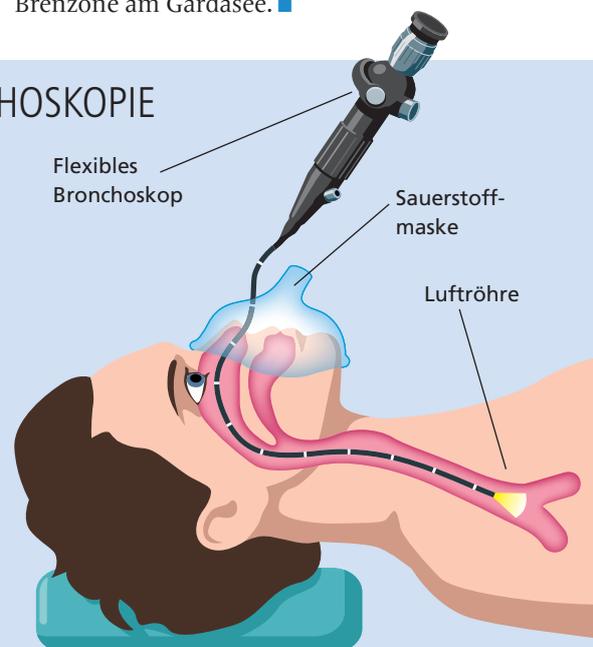
Dass es dabei bleibt, da ist sich Danuta Arndt sicher. Mit ihren Lungen will sie für immer nun sorgsamer umgehen. Und den Urlaub am See holen Danuta und Werner Arndt seither jedes Jahr nach – allerdings in Castelletto di Brenzone am Gardasee. ■

WAS SIND METASTASEN?

Metastasen nennen Mediziner die Tochtergeschwulste des ursprünglichen Tumors. Sie entstehen, wenn Tumore benachbartes Gewebe besiedeln oder wenn sich einzelne Krebszellen herauslösen und mit Blut oder Lympflüssigkeit in Organe streuen, ansiedeln und sich dort vermehren.

SO VERLÄUFT EINE BRONCHOSKOPIE

Bei einer Lungenspiegelung, auch Bronchoskopie, wird unter leichter Narkose ein dünner Schlauch mit einer winzigen Kamera an der Spitze durch den Rachen in die Atemwege eingeführt. Auf einem Bildschirm können sich die Ärzte dann das Innere der Bronchien ansehen.



DAS PSYCHISCHE GLEICHGEWICHT WIEDERHERSTELLEN

Eine gesunde Psyche erhöht die Lebensqualität von Krebspatienten, und sie kann den Behandlungserfolg der Therapie begünstigen, sagt Psychoonkologin Kathrin Schleitzer, Abteilung Klinische Psychologie und Psychotherapie am Brüdern Krankenhaus St. Josef Paderborn.

Frau Schleitzer, was ist Psychoonkologie?

Das oberste Ziel der Psychoonkologie ist, die psychische Verfassung von Patienten und Angehörigen zu stabilisieren und zu verbessern. Wir unterstützen aber auch die medizinischen Teams bei der Arbeit mit Krebskranken. An Universitäten ist Psychoonkologie ein eigener Forschungszweig.

Wem steht Ihre Hilfe offen?

Jedem, der sie benötigt. Krebsdiagnosen sind oft sehr folgenreich und treffen die meisten Betroffenen vollkommen unerwartet: Viele Menschen werden davon dermaßen aus dem Gleichgewicht geworfen, dass alles, was sie sonst in schwierigen Situationen trägt – Familie, Freunde, Hobbys – überhaupt nicht mehr greifbar scheint.

Welche Hilfe können Sie anbieten?

Die Therapie richtet sich immer nach dem individuellen Bedarf. Manchmal genügt es, darüber zu sprechen, was die Diagnose für das eigene Leben und das der Familie bedeutet. In akuten Fällen arbeiten wir auch mit Techniken aus der Traumatherapie. Da geht es um die unmittelbare Stabilisierung im Hier und Jetzt. Aber viele Menschen mit schweren Erkrankungen kreisen auch langfristig um Fragen wie: Warum gerade ich? Wie schlimm ist es? Was soll nur werden? Um das verlorene Gleichgewicht dann wiederherzustellen, ist es wichtig, solche Gedanken loszulassen.

Wie kann das gelingen?

In akuten, aber auch dauerhaften Stresssituationen können Atemübungen oder andere Entspannungstechniken helfen. Sehr gute Erfahrung haben wir mit Imagination gemacht: Bei dieser Technik stellen wir uns mit dem Patienten zum Beispiel vor, dass wir an einen sicheren Ort reisen, an dem wir die belastenden Gedanken ablegen und zurücklassen können. Ich habe noch keinen Patienten erlebt, der das nicht als hilfreich erlebt hätte.



Welchen Einfluss hat die Psychoonkologie auf den Erfolg der Krebstherapie?

Eine stabile Psyche hilft Patienten, die oftmals sehr anstrengende Therapie besser durchzustehen. Wer zum Beispiel kraftraubenden Stress gut abbauen kann und nachts ruhig schläft, der hat auch körperlich größere Reserven. Und das unterstützt in vielen Fällen durchaus die Selbstheilungskräfte. In jedem Fall aber verbessert es die Lebensqualität während und auch nach der Behandlung.

Mehr dazu auf:

www.bk-paderborn.de/bkp/medizin-pflege/psychologischer-fachdienst/



KREBSRISIKO NUMMER 1

Der Entstehung von Lungenkarzinomen und anderen Krebserkrankungen vorzubeugen, heißt insbesondere eines: nicht rauchen. Onkologen gehen davon aus, dass das Rauchen von Tabak etwa ein Drittel aller Krebserkrankungen auslöst und 90 Prozent aller Karzinome in Mundhöhle, Kehlkopf und Lunge. Raucher haben gegenüber Nichtrauchern ein doppelt so hohes Risiko, an Krebs zu sterben. In der Altersgruppe der 35- bis 69-Jährigen ist die Sterberate unter Rauchern dreimal höher als unter Nichtrauchern. Bei mehr als zehn Zigaretten pro Tag verringert sich die Lebenserwartung bei Männern um 9,5 Jahre, bei Frauen um 7,5 Jahre. Wer das Rauchen aufhört, verringert sein Krebsrisiko. Nach fünf rauchfreien Jahren ist es bereits etwa um die Hälfte gesunken.

Quelle: Deutsche Krebsgesellschaft

Sorge um die Patienten in jedem Stadium der Krankheit

Die Behandlung von Patienten mit Krebserkrankungen ist einer der Schwerpunkte im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim. Für die hohe Qualität der Behandlung und Abläufe wurde das Haus von der Deutschen Krebsgesellschaft als Onkologisches Zentrum Tauberfranken OZT ausgezeichnet und zertifiziert.

Auch die Behandlung von Lungenkrebs ist im Onkologischen Zentrum integriert. In der Tumorkonferenz werden im Caritas-Krankenhaus jede Woche die Patienten mit Tumoren der Lunge vorgestellt und die weitere Therapie gemeinsam besprochen. Hier fließt die Fachkompetenz von Pneumologen, Thoraxchirurgen, Internisten, Onkologen, Pathologen, Radiologen und Strahlentherapeuten, die sich alle vor Ort befinden, mit ein. Neben rund 50 Primärfällen – mit steigender Tendenz – sind vor allem Krebspatienten betroffen, bei denen der ursprüngliche Tumor, etwa bei Brust- oder Nierenkrebs, in die Lunge gestreut und dort Metastasen gebildet hat.

„Im Caritas-Krankenhaus steht uns die komplette Diagnostik bei Verdacht auf Lungenkrebs zur Verfügung“, betont Privatdozent Dr. Mathias Borst, Chefarzt der Medizinischen Klinik I und Facharzt für Lungenheilkunde. „Nur die Diagnostik mittels PET-CT wird von unserem Kooperationspartner am Universitätsklinikum Würzburg durchgeführt.“

Alle Therapien unter einem Dach

Wichtig ist für den Chefarzt: „Unser Team kann den betroffenen Patienten hier alle modernen Therapien unter einem Dach anbieten. Mehrfachuntersuchungen und unnötige Wege entfallen und die Patienten werden kontinuierlich vom selben Behandlungsteam betreut.“

Die operative Behandlung liegt in den Händen des erfahrenen Lungen-

chirurgen Dr. Oleg Kuhtin, Sektionsleiter Thoraxchirurgie am Caritas-Krankenhaus. Das Operationsspektrum umfasst das gesamte Gebiet der Thoraxchirurgie inklusive innovative anatomische Lungenresektionen in endoskopischer Technik (sogenannte VATS-Lobektomie). Auch große bronchoplastische und angioplastische Eingriffe sowie rekonstruktive Eingriffe an der Brustwand werden im Caritas-Krankenhaus durchgeführt. Die Strahlentherapie wird in der Praxis der Strahlentherapie Tauber-Franken ebenfalls direkt im Caritas-Krankenhaus angeboten.

Individuelle Behandlung

Klassische Chemotherapien, aber auch moderne Therapien mit Antikörpern sowie Immuntherapien, sind abhängig vom Zustand des Patienten sowohl stationär als auch ambulant möglich. Die moderne molekulargenetische Diagnostik ermöglicht eine zunehmend individualisierte Therapie und verbessert die



Behandlungsergebnisse für diejenigen Patienten entscheidend, bei denen die Pathologen individuelle Besonderheiten im Tumorgewebe nachweisen konnten. In vielen Fällen werden Kombinationen aus operativer, medikamentöser und Strahlentherapie notwendig. Hierbei kommt die gute Zusammenarbeit im onkologischen Zentrum besonders zum Tragen.

„Wir kümmern uns aber auch um Patienten mit weit fortgeschrittener Krankheit, bei denen eine Heilung nicht mehr zu erwarten ist“, betont Chefarzt Privatdozent Dr. Borst. „Auf unserer Palliativeinheit und auf den Stationen werden diese Patienten intensiv palliativmedizinisch betreut, um ihre Lebensqualität möglichst lange zu erhalten. Dazu können auch kleine Eingriffe gehören, durch die zum Beispiel die Atemnot erleichtert und eine Betreuung zu Hause wieder ermöglicht werden. Während der ganzen Behandlung, aber vor allem in der Palliativmedizin sind uns die Achtung von Autonomie und Würde unserer Patienten besonders wichtig.“

Ansprechpartner:

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim



Priv.-Doz.
Dr. Mathias M. Borst
Chefarzt
Medizinische Klinik I
Tel.: 07931/58-2158



Dr. Oleg Kuhtin
Sektionsleiter Thoraxchirurgie
Klinik für Allgemein-,
Viszeral- und Gefäßchirurgie
Tel.: 07931/58-3158

In Bewegung bleiben

Möglichst flexibel und agil, immer und überall präsent. Mobilität ist mehr als ein Lebensgefühl. Dabei werden wir körperlich immer unbeweglicher: Viel Zeit verbringt der moderne Mensch im Sitzen. Gebaut ist der Körper immer noch für die Anforderungen, denen sich schon unsere Vorfahren in der Steinzeit stellen mussten. Bewegung bleibt unser Lebenselixier.

„Es ist ja nicht so, dass sich der Mensch heute nicht mehr bewegen will“, sagt Stefanie Ebner-Etz Korn, therapeutische Leiterin am Katholischen Klinikum Koblenz · Montabaur. „Viele merken, wie gut ihnen das tut und wie wichtig regelmäßige Bewegung nicht nur für den Körper, sondern auch für die Psyche ist.“ So sei für viele Rückenbeschwerden auch dauernder Stress mitverantwortlich. Das Adrenalin, das der Körper bei Anspannung ausschüttet, war früher wichtig, um die Muskeln etwa für die Jagd bereit zu machen, und baute sich durch die Bewegung wieder ab. Bleibt das Adrenalin im Körper, kann es zu Muskelverspannungen und Schmerzen kommen. Das kann dazu führen, dass sich die

Durchblutung verschlechtert und die Bandscheiben nicht ausreichend mit Nährstoffen versorgt werden.

„Das Schlimmste ist eigentlich, jammern und nichts tun“, weiß die Diplom-Sportwissenschaftlerin und Physiotherapeutin aus Erfahrung. Lange Arbeitszeiten, viele Termine selbst in der knappen Freizeit, die Sorge für Kinder oder ältere Familienangehörige, manchmal fühlt man sich wie im Hamsterrad. „Gerade in dieser stressigen Lebensphase zählt jede Bewegung, egal was“, sagt Stefanie Ebner-Etz Korn: drei Übungen nach dem Zähneputzen, Tischtennis spielen mit den Kindern, eine Runde um den Block drehen, überlegen, welche Wege zu Fuß erledigt werden können. Auch viele Fir-

men bieten ihren Mitarbeitenden Kurse an. „Wichtig ist die Regelmäßigkeit und dass es Spaß macht“, rät sie.

Viele Ältere wüssten heutzutage sehr wohl, dass es ohne körperlichen Ausgleich nicht gehe und achteten sehr bewusst darauf, sich fit zu halten, so die Physiotherapeutin. „Aber was wir immer mehr sehen: Gerade junge Menschen, die erst am Anfang ihrer Berufszeit stehen, haben schon Bandscheibenprobleme.“ Sich ausreichend zu bewegen, sieht sie daher als notwendigen Teil der Bildung, in Kindergärten und Schulen, aber auch zu Hause: „Vokabeln lassen sich zum Beispiel auch abfragen, wenn man sich den Ball zuspießt, es muss nicht alles im Sitzen sein.“

Auf Trab – ein Leben lang



Bewegungsabläufe entdecken und Muskeln trainieren – das gelingt Babys nur, wenn sie sich frei bewegen können, zum Beispiel auf einer Krabbeldecke.



Schon die Kleinsten verbringen heute viel Zeit in Autositzen, die sich zudem schnell zum Kinderwagen umbauen lassen. Daher: auf genügend Ausgleich achten.



Nachmittage in Nachbars Garten, auf Bäumen und beim Bolzen – das erleben heute weniger Kinder als früher. Eltern sollten frühzeitig zum Klettern und Balancieren ermutigen.



Kommunikation läuft über das Smartphone. Das praktizieren heute bereits die jüngeren Schüler. Ein guter Ausgleich: Sport im Verein oder mal eine Runde Ball spielen zwischen den Hausaufgaben.

Drei Übungen für jeden Tag



Brücke

Beide Beine aufstellen, die Sprunggelenke sollten dabei unter den Kniegelenken sein. Gesäß anheben. Diese Position halten, ohne im Nackenbereich zu verspannen. Strecken Sie nun das rechte Bein. Beide Oberschenkel sollten weiterhin auf einer Höhe bleiben. Achten Sie darauf, dass Ihr Becken auf der rechten Seite nicht nach unten absinkt. Stabilisieren Sie Ihre Hüfte über die Bauchmuskulatur. Fortgeschrittene können auch die Arme noch anheben.

Sieben Wiederholungen pro Seite, drei Durchgänge



Planke

Aus dem Vierfüßlerstand starten. Legen Sie die Unterarme ab und strecken Sie beide Beine aus. Der Körper bildet vom Kopf bis zu den Fersen eine gerade Linie. Die Füße sind hüftbreit aufgestellt. Rumpfmuskulatur anspannen und halten. Falls das zu schwer ist, ein Knie absetzen. Für eine Steigerung ein Bein anheben.

Etwa 20 Sekunden halten, drei Durchgänge



Seitlicher Unterarmstütz

Auf eine Seite legen und auf dem Unterarm abstützen. Der Ellbogen und die Schulter bilden eine Linie. Nun bringen Sie die Hüfte nach oben, sodass der Oberschenkel sich vom Boden löst. Der Körper bildet eine Linie von Kopf bis Fuß. Den oberen Arm ausstrecken und etwas anheben. Etwa 30 bis 60 Sekunden halten und auf der anderen Seite wiederholen.

Drei Wiederholungen pro Seite



Keine Zeit für Sport? Jede Bewegung zählt – ob Gassi gehen mit dem Hund oder mit den Kindern nach Feierabend ins Freibad. Welche Wege lassen sich zu Fuß oder mit dem Rad erledigen?



Drei Viertel aller Berufstätigen in Industrieländern arbeiten überwiegend im Sitzen und da kommt einiges zusammen: Der Büromensch verbringt 80.000 Stunden seines Lebens am Schreibtisch. Während des Telefonierens aufstehen oder Nacken und Schultern dehnen.



Mit Mitte 60 gehörten die meisten früher bereits zum alten Eisen. Vor allem körperliche Arbeit hinterließ ihre Spuren. In dieser Lebensphase tun heute viele Menschen bewusst etwas für ihre Gesundheit.



Wandern, Nordic Walking, Radtouren und selbst Marathonläufe sind heute selbst im Rentenalter möglich. Nun wird auch der soziale Aspekt wichtiger: In der Gruppe ist es noch motivierender und bringt neue Kontakte.



Sarah und Anna-Lena Buchmann, 22 Jahre

Bei Sarah und Anna-Lena heißt es seit ihrer Geburt: „Wir“. Denn bisher gab es nichts, was die Zwillinge hätte trennen können – Sarah und Anna-Lena gibt es nur im Doppelpack. Jetzt haben die beiden sogar eine Ausbildung gefunden, die sie zusammen machen können: zur Gesundheits- und Krankenpflegerin.

Und mit ihrer Wahl sind die Schwestern mehr als zufrieden. „Die Ausbildung ist unheimlich vielfältig. Wir finden es spannend, Menschen zu helfen, sie ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten, sie beim Gesundwerden zu unterstützen“, sagt Sarah. Das kann ihre Schwester Anna-Lena nur bestätigen: „Zu sehen, was Medizin möglich macht, das ist wirklich toll und immer wieder total interessant.“

Den Wunsch, später einmal im medizinischen Bereich zu arbeiten, hatten die Zwillinge schon früh. Im Alter von sechs Jahren sind sie in ihrem Heimatort Unterbalbach dem Deutschen Jugendrotkreuz beigetreten. Ein Beitritt mit Folgen, denn seitdem sind die beiden ständig im Einsatz für Menschen. Nach dem Abitur folgte eine Ausbildung zum Rettungssanitäter, die sie jetzt mit der Gesundheits- und Krankenpflege-Ausbildung am Bildungszentrum des Krankenhauses Tauberbischofsheim komplettieren. Für die Ausbildung braucht es aber mehr als eine gehörige Portion Motivation, wissen die beiden: „Man muss auf jeden Fall empathisch sein, auf Menschen zugehen und sich auf sie einlassen können. In stressigen oder brenzlichen Situationen ist ein kühler Kopf gefragt und im Team arbeiten zu können, ist auch sehr wichtig. Von den Patienten und Angehörigen bekommt man unheimlich viel zurück. Für uns war es definitiv die richtige Entscheidung, bis jetzt gab es keinen Tag, an dem wir nicht gerne zur Arbeit gegangen sind.“

Wichtig für Sarah und Anna-Lena war bei der Berufswahl auch, dass es Wege gibt, um sich später weiterzuqualifizieren. „Für uns ist klar, dass nach dem Staatsexamen noch nicht Schluss ist. Wir möchten weitermachen. Möglichkeiten gibt es ja viele – eine Weiterbildung zum Stationsleiter, zur Intensiv- oder OP-Pflegerin oder sogar ein Studium.“ Und das möchten die beiden wenn möglich auch wieder zusammen machen.

GENAU MEIN DING!

Für viele stand der Berufswunsch schon lange fest, andere packte es bei einem Praktikum oder Freiwilligen Sozialen Jahr: Eine Ausbildung in der Pflege eröffnet heute viele Perspektiven. Mit der Kampagne „Genau mein Ding!“ stellt die BBT-Gruppe Mitarbeitende vor, die einen Beruf in der Gesundheits- und Krankenpflege in einer der BBT-Einrichtungen erlernen oder nach vielen Jahren immer noch voller Überzeugung ausüben.

Anja Kaiser, 48 Jahre

Sie ist mit Leib und Seele Krankenschwester, und das seit 30 Jahren. Wenn Anja Kaiser zwischendurch einmal etwas anderes ausprobierte, bestätigt sich nur immer wieder: „Krankenpflege ist einfach genau mein Ding!“

Man kann sich gut vorstellen, dass es kranken Menschen gleich ein bisschen besser geht, wenn Anja Kaiser sich um sie kümmert: Die hochgewachsene Frau ist ein Energiebündel und eine Frohnatur. Seit 30 Jahren pflegt sie Patienten auf der Station für Innere Medizin im Brüderkrankenhaus Paderborn. Und sie tue es immer noch mit Elan, sagt sie: „Wenn ich auf mein Rad steige, um zur Arbeit zu fahren, verspüre ich immer noch die gleiche Freude wie kurz nach dem Examen.“

Dabei freut sie sich genauso auf die Kollegen wie auf die Arbeit mit den Patienten: Blutdruck und Temperatur messen, Patienten bei der Körperpflege helfen oder Verbände wechseln gehören genauso zur abwechslungsreichen Routine wie der Austausch mit Kollegen und das gemeinsame Anpacken im Team. Die schönsten Momente, sagt sie, erlebe sie, wenn sie sich einmal richtig Zeit am Krankenbett nehmen kann, um Patienten Trost zu spenden: „Mit ein paar ruhigen Worten und einer Hand an der Wange kann man so manche Tablette ersetzen“, ist sich Anja Kaiser sicher.

Um jederzeit 100 Prozent geben zu können, hat die Mutter zweier erwachsener Kinder fast immer in Teilzeit gearbeitet. „Das erleichtert es schon sehr, den fordernden Beruf mit der Familie zu vereinbaren“, sagt sie. Am Brüderkrankenhaus Paderborn habe sie immer sehr gut das Arbeitspensum an ihre jeweilige Lebenssituation anpassen können. Im Gegenzug, sagt sie, habe sie schon oft Überstunden gemacht, wenn Kollegen ausfielen: „Die zusätzliche Arbeitszeit kann man sich auszahlen lassen oder später wieder abfeiern. Das geht bei uns ziemlich flexibel.“

Obwohl Krankenschwester schon immer zu ihren Traumberufen gehörte, hat Anja Kaiser – neben ihrer Teilzeitstelle – auch andere Jobs ausprobiert: im Altenheim und als Tagesmutter. „Das waren tolle Erfahrungen, aber jedes Mal ist mir wieder klar geworden, dass die Krankenpflege das einzig Wahre für mich ist.“





Eveline Löseke,
54 Jahre

Karriere sei nie ihr Ziel gewesen, sagt Eveline Löseke: „Was mich seit jeher antreibt, ist der Wunsch, Patienten immer noch besser zu versorgen.“ Ziel oder Schicksal: Inzwischen ist die examinierte Krankenschwester verantwortlich für 150 Mitarbeiter im Pflegedienst des Bräderkrankenhauses Paderborn.

„Wenn Not am Mann ist, helfe ich auch noch im OP, klar!“ Eveline Löseke arbeitet gerne mit Patienten, die medizinischen Geräte bedient sie nach wie vor aus dem Effeff: „Technik hat mich immer fasziniert.“ Aber ihr Arbeitsalltag sieht inzwischen anders aus: Als Bereichsleiterin Anästhesie, Intensiv, OP und Zentralsterilisation setzt sie Hygienerichtlinien um, begleitet Zertifizierungen, prüft Dienstpläne und organisiert Arbeitsabläufe und die Abstimmung der Pflegeteams mit den Ärzten. Oder sie hat einfach mal ein offenes Ohr für die Sorgen ihrer Mitarbeiter. Kurz gesagt: Sie arbeitet im mittleren Management des Bräderkrankenhauses Paderborn.

Möglich wurde ihr das, weil sie sich stetig weitergebildet hat: im Fachgebiet Intensivpflege und Anästhesie, zur Stationsleiterin und mit dem Universitätsstudium Gesundheitsmanagement und -wissenschaft. „Das war ganz schön zeitintensiv, aber als Belastung habe ich es nie empfunden“, sagt Eveline Löseke. Sie sei eben eine typische Westfälin: „Nicht unbedingt spontan, aber wenn ich mich für etwas entscheide, dann weil ich es wirklich will.“

Neben dem Beruf ist sie in der Deutschen Schmerzgesellschaft engagiert und hat mehrere Bücher über alternative Schmerztherapien in der Pflege mitgeschrieben. Ansonsten treibt die Mittfünfzigerin am liebsten Sport: Schwimmen, Radfahren, Joggen oder Gartenarbeit. „Hauptsache bewegen!“ Aber zum Abschalten genügt ihr meist die Autofahrt nach Hause. Wenn sie auf ihre gut 30 Berufsjahre im Bräderkrankenhaus Paderborn zurückblickt, bezweifelt Eveline Löseke keine Sekunde, den richtigen Beruf auszuüben. „Wenn man Veränderungen mitgestaltet, durch die sich Therapie und Wohlbefinden der Patienten, aber auch die Moral der Mitarbeiter verbessern, dann ist das jede Mühe wert.“

Ob als Führungskraft, mit dem Patienten oder in der Wissenschaft – die Möglichkeiten im Pflegeberuf sind vielfältiger denn je, sagt Matthias Hansjürgens.

EIN BREITES SPEKTRUM

Neue Behandlungsmethoden, wachsende Patientenzahlen und die Einbindung wissenschaftlicher Erkenntnisse in den Berufsalltag verlangen Pflegekräften viel ab. Matthias Hansjürgens, Leiter der Schule für Gesundheitsfachberufe am Bräderkrankenhaus St. Josef Paderborn, sieht darin aber auch eine große Chance für die Berufsgruppe und das Fach Gesundheits- und Krankenpflege.

Herr Hansjürgens, Fachkräftemangel, Arbeitsverdichtung und die Anforderungen steigen – wie attraktiv ist ein Beruf in der Pflege noch?

Dass die Anforderungen steigen, macht den Beruf aus unserer Sicht noch attraktiver. Wenn Ausbilder und Arbeitgeber adäquat darauf reagieren, ist das eine große Chance für den Beruf und die Patienten.

Inwiefern?

Neben der klassischen Ausbildung bieten wir einen ausbildungsbegleitenden Studiengang an. Nach drei Jahren können die Schüler examinierte Krankenpfleger sein und nach zwei weiteren Jahren einen Bachelor of Science in der Tasche haben. Der hilft nicht nur beim Weg in leitende Positionen, sondern ermöglicht auch eine akademische Karriere bis hin zur Promotion. Das sind attraktive Perspektiven für ambitionierte Berufseinsteiger.

Entfernt sich die Pflege durch die Akademisierung nicht von den Patienten?

Die Gefahr sehe ich derzeit nicht. Mittelfristig wird bundesweit etwa jede zehnte Pflegekraft einen Bachelor haben. Die meisten von ihnen dürften – wie bei uns – neben der akademischen auch eine praktische Ausbildung absolvieren. Die Arbeit mit den Menschen bleibt also zentral.

Was bringt es Patienten, wenn die Pflegekraft einen Bachelor-Abschluss hat?

Wie gut eine Krankenschwester einen Patienten versorgt, hängt – unter gegebenen Umständen – vor allem von ihrer Persönlichkeit ab. Aber je mehr sich die Gesundheits- und Krankenpflege als eigenständiges Forschungsgebiet und universitäres Lehrfach durchsetzt, umso stärker fließen wissenschaftliche Erkenntnisse in die Praxis ein. Das dürfte die Qualität der Pflege insgesamt weiter steigern, und Pflegekräfte können innerhalb der Therapieteams auf Augenhöhe mit den Ärzten sprechen.

Werden also auch Pflegekräfte ohne Studium besser?

Ja, da die ständig wachsenden Forschungsergebnisse auch langjährigen Mitarbeitern im Rahmen von Fort- und Weiterbildungen vermittelt werden. Am Bräderkrankenhaus Paderborn käme das nicht nur neuen Ausbildungsjahrgängen zugute, sondern auch langjährigen Mitarbeitenden im Rahmen von Fort- und Weiterbildungsangeboten.

Was motiviert erfahrene Pflegekräfte zu einer Weiterbildung?

Viele nutzen das Angebot, weil sie eine verantwortungsvollere Position innerhalb des Pflegeteams anstreben. Zum Beispiel bieten wir eine 250-stündige Weiterbildung zum Praxisanleiter an. Das sind die



Ansprechpartner für unsere Pflegeschülerinnen und -schüler auf den Stationen, die praktischen Ausbilder sozusagen. Andere bilden sich in Bereichen wie Wundversorgung oder Schmerztherapie weiter, um eine noch aktivere Rolle im Therapieprozess der Patienten zu übernehmen.

Welche Gründe gibt es noch für eine Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger?

Sie eröffnet ein breites Spektrum an Arbeitsbereichen: Im OP hat man ganz andere Aufgaben als auf einer regulären Station oder in der Psychiatrie. Ich selbst habe auch damit angefangen und bin nun Schulleiter. Aber wenn man mit Kolleginnen oder Kollegen spricht, die wirklich am Krankenbett arbeiten, dann ist es immer wieder die Arbeit mit Menschen: Jeder Tag ist anders, weil sich der Zustand von Patienten verändert, weil neue Patienten kommen, weil jeder Mensch anders ist. Und es gibt wohl wenige Berufe, in denen man Wirkung und Wert des eigenen Handelns direkter erlebt, als wenn man einen geheilten Patienten nach Hause verabschiedet.

GENAU MEIN DING!

Die Schulen für Gesundheitsfachberufe in der BBT-Gruppe bieten viele Perspektiven. Auch für Dich! Interesse? Mehr auf www.genauemeinding.bbtgruppe.de

In guter Balance halten

Umsatzzahlen und Unternehmensziele in Balance zu halten, ist die Herausforderung, der sich gerade christliche Gesundheitsunternehmen immer wieder stellen müssen. Nicht alles, was im Selbstverständnis verankert ist, lässt sich in Zahlen abbilden. Ein Kommentar von BBT-Geschäftsführer Dr. Albert-Peter Rethmann.



Der Gesundheitsmarkt ist ein Wachstumsmarkt. Zum Auftakt des neuen Jahres sagten Investmentspezialisten gerade hier wieder gute Gewinne voraus. Möglich wird dies durch die Entwicklung hin zu einer immer älteren Gesellschaft, die medizinisch und pflegerisch versorgt werden will. Zudem gibt die Digitalisierung zusätzlichen Auftrieb: Digital Health heißt ein noch recht neuer Trend der Branche. Unternehmen, aber auch Technologie-Riesen stecken Milliarden in die Entwicklung von Krankenhaus-IT, Telemedizin oder Services auf mobilen Geräten. Mit Gesundheitsleistungen lässt sich also ordentlich verdienen. Ist das so?

Umsatz und Überschuss

Wechseln wir die Perspektive und begeben uns in eines der 1.951 Krankenhäuser, die es in Deutschland gibt. „Die wirtschaftliche Lage der deutschen Kliniken hat sich im vergangenen Jahr erneut zugespitzt“, resümierte die Beraterfirma Roland Berger in ihrer Krankenhausstudie 2017, für die Vorstände und Geschäftsführer der 500 größten deutschen Krankenhäuser befragt wurden. Paradox: Der Umsatz der meisten befragten Krankenhäuser stieg 2016 im Vergleich zum Vorjahr. Dennoch sank die Anzahl der Kliniken, die einen Überschuss vorweisen konnten, auf 59 Prozent – 2015 waren es noch 72 Prozent. Woran liegt das? Sach- und Personalkosten und Aufwendungen für die Infrastruktur stiegen überproportional zum Umsatz. Und auch für die kommenden Jahre erwartete die Mehrheit der befragten Krankenhausmanager eine weitere Verschlechterung der wirtschaftlichen Situation.

Die Luft wird dünner. Kostensteigerungen steht eine unzureichende Refinanzierung gegenüber. Notwendige Investitionen in die Gebäude, die Ausstattung und medi-

Illustration: Markus Grollikonpool.com

zische Geräte müssen aus dem laufenden Gesamtetat mitbestritten werden, denn die Bundesländer, die laut dem Krankenhausfinanzierungsgesetz zu einer entsprechenden Förderung verpflichtet sind, kommen dem sehr uneinheitlich nach.

Wofür wir angetreten sind

Ohne die finanzielle Ausstattung geht es natürlich nicht. Aber die Berechnungen um Erlöse und Zuschläge dürfen uns nicht den Blick verstellen auf das Wesentliche, für das wir als christliche Träger im Gesundheits- und Sozialwesen angetreten sind: Es geht nicht um Gewinnmaximierung, sondern um eine wirtschaftliche Basis, auf der wir Patienten, Klienten und Bewohner behandeln und versorgen können. Und das bedeutet auch, den Menschen hinter den Laborwerten und Krankheitsbildern zu sehen – mit all seinen Bedürfnissen, die die Krankheit und die individuelle Lebenssituation mit sich bringt.

Daran erinnerte auch Papst Franziskus in seiner Botschaft zum katholischen Welttag der Kranken, der am 11. Februar in diesem Jahr bereits zum 26. Mal begangen wurde. Die Nächstenliebe der Christen müsse sich allen Bedürftigen zuwenden, einfach, weil sie Kinder Gottes seien, schreibt das Kirchenoberhaupt. Diese Fürsorge der Kirche habe sich in ihrer 2.000-jährigen Geschichte in einer Reihe von Initiativen zugunsten der Kranken konkretisiert. Und dieses Erbe der Vergangenheit helfe auch bei der Planung der Zukunft, „um die katholischen Krankenhäuser vor der Gefahr der Betriebsmentalität zu bewahren, die auf der ganzen Welt versucht, die Gesundheitspflege in den Bereich des Marktes eintreten zu lassen und so darin endet, die Armen auszuschließen“. Die empathische Intelligenz und die Liebe verlangten vielmehr, dass die Person

Es geht nicht um Gewinnmaximierung, sondern um eine wirtschaftliche Basis, auf der wir Patienten, Klienten und Bewohner behandeln und versorgen können.

des Kranken in ihrer Würde geachtet und immer im Mittelpunkt des Behandlungsprozesses gehalten werde.

Werte wahren

In der Tat gehen viele Einrichtungen unseres heutigen Gesundheitssystems auf die Initiative gläubiger Männer und Frauen zurück, die aus dem Wunsch heraus, Bedürftigen zu helfen, Pflegeorden gründeten und ihr Leben lang selbstlos wirkten. Jahrzehntelang sicherten sie die Versorgung von Kranken und prägten das Bild eines Hauses. Heute stehen immer noch viele Krankenhäuser in Deutschland in ihrer Tradition: Rund 600 Kliniken sind in christlicher Trägerschaft. Das bedeutet: Jedes dritte Krankenhaus ist katholisch oder evangelisch verwurzelt. Ordensleute, die heute ihrem Pflegedienst nachkommen, gibt es nur noch sehr wenige. Ihr Bemühen, die Pflege aus christlicher Nächstenliebe heraus zu verstehen, ist das Erbe, das Mitarbeitende und Geschäftsführer auch heute noch weiterführen. Vielleicht würde man es heute in unserer immer pluralistischeren Gesellschaft als Mitmenschlichkeit verstehen. Und viele Pflegenden, ob Einsteiger oder schon etliche Jahre im Dienst, haben sich gerade deshalb für diesen Beruf entschieden: Weil er zwar

viel verlangt, aber auch einiges zurückgibt. Die finanzielle Rendite ist es sicherlich nicht, aber eine menschliche. Es mag nicht immer leicht sein, das im Alltag, der von wenig Personal, Erlössystemen und anderen Rahmenbedingungen bestimmt wird, zu sehen. Aber es ist unser Leitgedanke und unser Anspruch, mit dem wir das Erbe in die Zukunft tragen und, davon bin ich überzeugt, das sich langfristig auszahlen wird. Rein (mit-)menschlich gesehen.

Dr. Albert-Peter Rethmann ist Geschäftsführer der BBT-Gruppe und für die Bereiche christliche Unternehmenskultur und Unternehmenskommunikation zuständig. Außerdem ist der Theologe Sprecher der Geschäftsführung.





Aus dem Dunkel zurück ins Licht

Karsten Peter ist seit mehreren Wochen Patient in der Psychosomatischen Tagesklinik. Das Problem des Mittvierzigers sitzt tief: Chronische familiäre Konflikte, die mit der Zeit dazu führten, dass sein Leben zuletzt von Traurigkeit, Schuldgefühlen und sozialer Isolation geprägt war. Sein Körper reagierte auf die psychischen Probleme mit Herzrasen, Bluthochdruck, Atemnot, Schwindel, Kopfschmerzen, muskulären Verspannungen, Heißhungeranfällen und Energielosigkeit.

Es ist zehn Uhr morgens im Sprechzimmer von Dr. Ovidiu Petria, Oberarzt der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie Leiter der Psychosomatischen Tagesklinik des Krankenhauses Tauberbischofsheim. Es klopft an der Tür. Ein Mann Mitte 40 betritt das Zimmer. Er lächelt und ergreift offen das Wort. Karsten Peter* berichtet Dr. Petria von seinen gestrigen Erlebnissen, davon, dass er sich zunehmend besser fühlt, langsam wieder zu sich findet und den Entschluss gefasst hat, ein Probetraining im heimischen Boxverein zu vereinbaren.

Etwas, das vor fünf Wochen für ihn noch undenkbar gewesen wäre. Da nämlich befand er sich an einem Tiefpunkt. Ein Ausweg aus eigener Kraft erschien ihm damals nicht mehr möglich. Denn Karsten Peter litt an einer schweren Depression mit ausgeprägten psychosomatischen Beschwerden, die seinen Alltag über Monate bestimmten. Hervorgerufen wurde die Erkrankung durch ungelöste familiäre Konflikte, die ihn schon viele Jahre begleiten und zu einem ständigen Auf und Ab in seinem Leben führten. „Irgendwann hatte ich keinen Elan mehr. Ich aß aus Frust und ging nur noch nach draußen, wenn es sich wirklich nicht vermeiden ließ. Früher war ich immer ein sehr aktiver und sportlicher Mensch. Doch ich bin immer tiefer gefallen. So tief, dass ich mich zuletzt nicht mal unter der Dusche aufrecht halten konnte“, beschreibt er seine Erlebnisse. Tatsächlich reagierte sein Körper unter dem psychischen Druck mit zahlreichen hartnäckigen Beschwerden sowohl im Bereich des Herzkreislauf-Systems als auch von Seiten des Bewegungsapparates, was ihn schließlich veranlasste, die Notbremse zu ziehen und sich Hilfe zu suchen.

Diese Hilfe hat er jetzt in der Psychosomatischen Tagesklinik des Krankenhauses Tauberbischofsheim gefun-

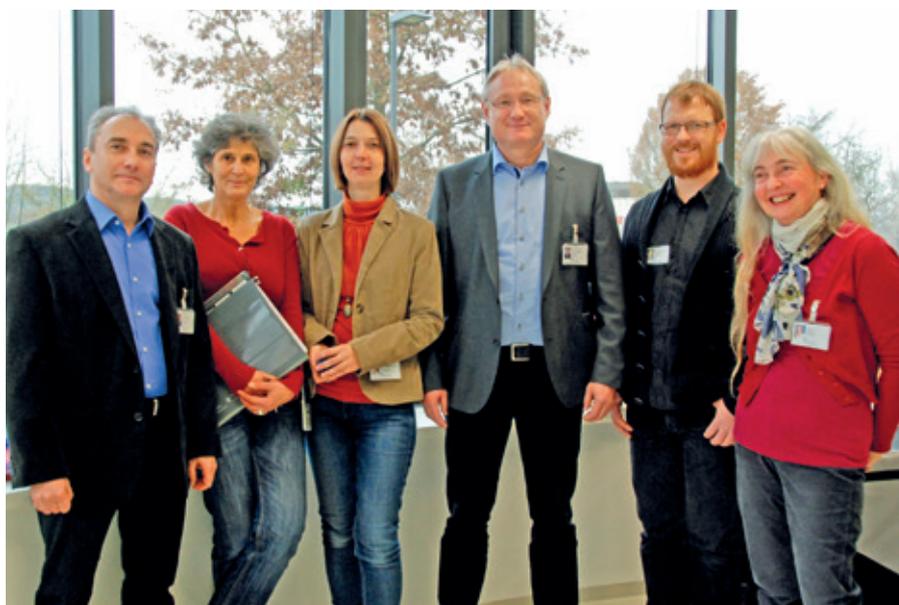
den. Eine Depression mit körperlichen Symptomen, wie bei Karsten Peter, zählt hier zu den typischen Behandlungsgebieten. Aber auch Patienten mit anderen affektiven Störungen sowie mit Angsterkrankungen, Zwangsstörungen, Essstörungen, somatoformen Störungen inklusive chronischen Schmerzsyndromen, Traumafolgestörungen sowie Persönlichkeitsstörungen können hier umfassend behandelt werden.

Bedarf ist hoch

Seit nunmehr einem Jahr gibt es dieses teilstationäre Angebot in der Abteilung für Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Krankenhauses Tauberbischofsheim. Die sechs Plätze sind seit Start der Tagesklinik voll belegt. „Uns war es wichtig, als Ergänzung zu unserer stationären psychosomatischen Behandlung, in der wir akute Fälle behandeln, ein zusätzliches abgestuftes Angebot zu schaffen, indem wir Patienten, die sich nicht in einer akut bedrohlichen Lage befin-

den, eine Therapie anbieten können, die auf ihre individuellen Bedürfnisse optimal zugeschnitten ist. Und dass wir mit diesem Konzept eine Lücke füllen, wird mit dem Blick auf die Belegungszahlen seit Gründung deutlich“, erklärt Dr. Mathias Jähnel, Chefarzt der Abteilung für Psychiatrie, Psychosomatische Medizin und Psychotherapie. Mit der Psychosomatischen Tagesklinik bildet man nun das gesamte Angebot an klinischen Therapiemaßnahmen auf dem Gebiet der Psychiatrie, Psychosomatischen Medizin und Psychotherapie ab. Alles finde nun „unter einem Dach“ statt. Auch für das Therapeutenteam des Krankenhauses bedeute das eine Perspektivenerweiterung.

„Die Psychosomatische Tagesklinik war eine notwendige Erweiterung des Versorgungsangebots für psychisch und psychosomatisch Kranke, wenn für das Erreichen des Behandlungszieles eine stationäre Behandlung nicht erforderlich, eine ambulante Behandlung aber nicht ausreichend ist. Die Tagesklinik ermöglicht den Patienten den Bezug



Das Therapeutenteam der Psychosomatischen Tagesklinik: (v. li.) Dr. Ovidiu Petria, Assistenzärztin Andrea Reck, Psychologin Claudia Pogorzelski, Chefarzt Dr. Mathias Jähnel, Stationsleiter Andreas Quenzer und Ergotherapeutin Monika Ferry.

zum sozialen Umfeld und erleichtert im Sinne eines Übergangsettings die Rückkehr in den familiären und beruflichen Alltag“, ergänzt Oberarzt Dr. Petria.

Vielfältiges Therapieangebot

Die Behandlung erfolgt im Rahmen eines multimodalen Therapiekonzeptes mit gesprächsorientierten, gestalterischen und körperorientierten Elementen im Einzel- und Gruppensetting. Der individuelle Therapieplan wird von dem betreuenden Psychotherapeuten zusammen mit dem Patienten erstellt, dabei werden die persönlichen Wünsche und Bedürfnisse des Patienten berücksichtigt. Die theoretische Orientierung beinhaltet psychodynamische, verhaltenstherapeutische und traumaspezifische Ansätze.

Morgens um acht Uhr startet für die Patienten der Tag in der Psychosomatischen Tagesklinik. Bis 16.30 Uhr nehmen die Patienten an verschiedensten therapeutischen Aktivitäten teil. Jeder Patient hat einen festen Ansprechpartner aus dem Therapeutenteam, der ihn



Ein Tag in der Tagesklinik ist voller Aktivitäten, Ergotherapie gehört dazu.

als stützender Pfeiler den ganzen Aufenthalt begleitet. Der Schwerpunkt der Behandlung liegt auf der Gesprächstherapie, die hauptsächlich in intensiven Einzel- sowie Gruppengesprächen stattfindet. Gerne werden die Angehörigen in die Therapie miteinbezogen (Paar-

und Familiengespräche). Emotionales Kompetenztraining, Achtsamkeits- und Imaginationstraining, Gestaltungstherapie, Körperwahrnehmung, Entspannungsverfahren, meditatives Tanzen, Genusstraining, indikative Gruppen, zum Beispiel Skillstraining, Lichttherapie sowie Sporttherapie runden das Angebot ab. Die Behandlung zielt auf eine bestmögliche Besserung des psychischen und körperlichen Wohlbefindens sowie eine rasche soziale Reintegration.

Wieder zuversichtlich

Die Behandlung in der Psychosomatischen Tagesklinik hat Karsten Peter sehr geholfen. Die körperlichen Symptome seiner psychischen Grunderkrankung sind mittlerweile komplett verschwunden. Dank der Therapie kann er wieder lachen und ist zuversichtlich. Das bestätigt auch Dr. Petria im Gespräch: „Herr Peter war bereit, offen über seine Probleme zu sprechen und sich auf eine therapeutische Beziehung einzulassen, in der positive Erfahrungen im Hinblick auf Grundbedürfnisse wie Kontrolle, verlässliche Geborgenheit und Unter-



Der Schwerpunkt liegt auf der Gesprächstherapie, sagt Oberarzt Dr. Ovidiu Petria.



stützung möglich waren. Es ist wichtig, sowohl die somatische Denkweise als auch die psychische Komponente und die sozialen Aspekte der Krankheit zu berücksichtigen und in das Behandlungskonzept miteinzuschließen. Eine wirklich erfreuliche Entwicklung.“ Aus

diesem Grund freut sich der Oberarzt auch über Peters Wunsch, ein Probetraining im heimischen Boxverein zu vereinbaren, was vor wenigen Wochen undenkbar gewesen wäre. „Sie sind auf dem richtigen Weg – weiter so“, bestärkt er Karsten Peter.

*Name von der Redaktion geändert.

Ansprechpartner:

Krankenhaus Tauberbischofsheim



Dr. Mathias Jähnel
Chefarzt Psychiatrie,
Psychosomatische
Medizin und Psycho-
therapie sowie Ärztlicher
Direktor

Tel.: 09341/800-1410
mathias.jaehnel@khtbb.de
www.khtbb.de

Anzeige

WWW.BAD-MERGENTHEIM.DE

BLÜHENDE QUELLEN
NATÜRLICH IN BAD MERGENTHEIM

BLÜHENDE QUELLEN
FÜR ENTWICKLUNG.

JA ZUR LANDESGARTENSCHAU.

DREI FRAGEN AN ...

MICHAEL SCHULER

Herr Schuler, was reizt Sie an der Aufgabe als Kaufmännischer Direktor der beiden Krankenhäuser?

Bei den anstehenden Aufgaben reizt mich ganz besonders die Mitgestaltung der Gesundheitsversorgung hier in der Region. Ganz besonders freue ich mich auf die weitere Gestaltung der Schnittstellen zu unseren Kliniken, hier vor allem auf das Zusammenwirken mit den niedergelassenen Ärzten.

Wo sehen Sie die größten Herausforderungen für die nahe Zukunft?

Eine der größten Herausforderungen für beide Krankenhäuser liegt in der Weiterentwicklung des medizinischen Leistungsspektrums. Vor allem der Ausbau der Altersmedizin und der Notfallmedizin werden hier im Fokus stehen. Wichtig ist außerdem, auch künftig qualifiziertes Personal für unsere Häuser zu gewinnen und diesem gute Arbeitsbedingungen zu schaffen. Damit Ärzte, Pflegende und Therapeuten sich weiter gut um unsere Patienten kümmern können.

Wie passen wirtschaftliche Zwänge und christlicher Auftrag eines katholischen Trägers zusammen?

Der christliche Auftrag steht meines Erachtens nicht im Widerspruch zu ökonomischem Handeln. Die Basis für die Verwirklichung des christlichen Auftrags bildet eine wirtschaftlich gesunde Unternehmensstruktur. Als Kaufmann sehe ich meine Rolle in der Administration der Mittel im Dienste des christlichen Auftrags.



Seit Mitte Januar trägt Michael Schuler als Kaufmännischer Direktor die wirtschaftliche Verantwortung für das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim und das Krankenhaus Tauberbischofsheim. Der 54-jährige Diplombetriebswirt (DH) kann auf umfangreiche Erfahrungen in der Leitung von Krankenhäusern sowohl mit katholischen wie mit kommunalen und privaten Trägern zurückgreifen.



INTERVENTIONELLE RADIOLOGIE

Höchste Qualifizierungsstufe

Für diese Eingriffe ist Fingerspitzengefühl und Routine gefragt: Langsam schiebt Privatdozent Dr. Ulrich Baum einen feinen Katheter unter Röntgenkontrolle in die Beinarterien des Patienten. Mithilfe des Katheters weitet er die Engstellen in den Gefäßen vorsichtig auf und kann so die Durchblutung innerhalb kurzer Zeit wiederherstellen. Schon am Folgetag kann der Patient die Klinik verlassen. Rund 600 solch schonender interventioneller Eingriffe an den Becken- und Beinarterien, an Hals- und Bauchschlagader werden jährlich in der Radiologie im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim durchgeführt. Für die hohe Qualität der Eingriffe und die hohe Fachexpertise wurde Chefarzt Privatdozent Dr. Ulrich Baum kürzlich von der Deutschen Gesellschaft für Interventionelle Radiologie DeGIR als Stufe-2-Spezialist in Interventioneller Radiologie zertifiziert. Er hat damit die höchste Qualifizierungsstufe der ärztlichen Fachgesellschaft absolviert.

Zugleich wurde das Institut für Diagnostische und Interventionelle Radiologie im Caritas-Krankenhaus als Ausbildungszentrum der Deutschen Gesellschaft für Interventionelle Radiologie und minimalinvasive Therapie ausgezeichnet. Damit bestätigt die ärztliche Fachgesellschaft die hohen personellen, medizintechnischen und räumlichen Qualitätsstandards im Caritas-Krankenhaus.

Ein Haus voller Leben



Im März 2016 rollten die Bagger auf das Gelände zwischen Flurstraße und Bundesstraße in Distelhausen – fast genau auf den Tag zwei Jahre später zogen die ersten Bewohnerinnen und Bewohner in das neu errichtete Seniorenzentrum St. Hannah ein. Gemeinsam mit den Pflegekräften und Betreuerinnen erfüllen sie den 2.400 qm umfassenden Neubau am Ortseingang von Distelhausen jetzt mit Leben. Bei der festlichen Einweihung und dem Tag der offenen Tür am 24. März 2018 konnten sich alle Interessierten selbst einen Eindruck von den 30 großzügigen Pflegezimmern, den Gemeinschaftsräumen und den acht betreuten Wohnungen im Obergeschoss machen.

Mit dem neuen Seniorenzentrum St. Hannah kann Distelhausen nun erstmals seinen Einwohnern die Perspektive bieten, direkt in der Gemeinde, nah bei ihren Familien und Bekannten alt zu werden, selbst wenn sie pflegebedürftig sind und sich nicht mehr alleine versorgen können. So sind sowohl in die Wohnungen im Obergeschoss wie in die Pflegeabteilung im Untergeschoss Bewohnerinnen und Bewohner aus Distelhausen eingezogen. Ein Teil der Bewohner kommt außerdem aus dem ehemaligen Seniorenzentrum Gerlachsheim, das nun durch den Neubau in Distelhausen abgelöst wird.

Die Bewohner profitieren dabei von einem innovativen Pflege- und Betreuungskonzept: Hauswirtschaft, Pflege und soziale Betreuung gehen im Seniorenzentrum St. Hannah fließend ineinander über – immer ausgerichtet an den individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten der Bewohner. Das sorgt für menschliche Zuwendung und persönliche Ansprache im Alltag.

Ort der Begegnung

Die Mieter in den acht Wohnungen im ersten Stock können ebenfalls auf die Serviceleistungen des Seniorenzentrums zurückgreifen wie etwa Essen, Wohnungsreinigung und die Rufanlage für Notfälle. Sie können außerdem an dem abwechslungsreichen Veranstaltungsangebot für die Bewohner der stationären Pflege teilnehmen. Auch für Veranstaltungen der Vereine und Gruppen aus Distelhausen steht das neue Haus offen. „Unser Haus soll ein Ort der Begegnung für die Bewohner und die Menschen hier aus Distelhausen und den umliegenden Gemeinden werden. Wir freuen uns auf die gute Nachbarschaft mit den Distelhäusern“, betont die Kaufmännische Direktorin Dr. Antonia Büchner.

Schwester Ance ist zurück

Seit Jahresbeginn verstärkt eine ehemalige Pflegeschülerin das Team der katholischen Seelsorge in Tauberbischofsheim: 1992 absolvierte Schwester Ance Kizhakkenath eine Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin am Bildungszentrum „Gesundheit und Pflege“, nun hat sie in den Senioreneinrichtungen ihre neue Aufgabe gefunden. Sr. Ance kümmert sich als Seelsorgerin um die Bewohnerinnen und Bewohner in den Seniorenzentren Haus Heimberg, St. Barbara Grünsfeld und auch im neuen Seniorenzentrum St. Hannah in Distelhausen. Eine Hälfte ihrer Seelsorgetätigkeit leistet die Ordensschwester für die katholische Gemeinde in Tauberbischofsheim – die andere ist sie für die Seniorenzentren im Einsatz.

Schwester Ance stammt aus Südindien, aus Kerala, wo die meisten Christen in Indien leben. Nach ihrer Schulbildung ist sie in den Orden der Anbetungsschwester des Allerheiligsten Altar Sakraments eingetreten. 1991 legte sie ihr erstes Gelübde ab. Im Jahr darauf begann sie die Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin im damaligen Kreiskrankenhaus Tauberbischofsheim – Jahre später ist sie nun nach verschiedenen Stationen wieder zum Ursprung ihres Wirkungskreises in Deutschland zurückgekehrt. Sr. Ance freut sich sehr auf die Begegnungen in den verschiedenen Einrichtungen.



JETZT KANN DER FRÜHLING KOMMEN

Drei Kinder, ein eigenes Geschäft – langweilig wurde es Rita Birster nie. Mit 93 Jahren hat sie sich bewusst entschieden, zu den Barmherzigen Brüdern Rilchingen zu ziehen. Der Schritt ist ihr leicht gefallen. Nicht nur, weil er gut überlegt war.



TEXT: JAN D. WALTER | FOTOS: ANDRÉ LOESSEL

Der Nachmittag hat gerade erst begonnen, aber die Sonne steht schon tief über dem Saartal. Doch sie scheint hell genug, um das Zimmer auszuleuchten, in dem Rita Birster seit ein paar Wochen wohnt.

Aufrecht sitzt die 93-Jährige an einem kleinen Holztisch vor der Fensterfront zum Balkon, vor ihr stehen zwei Stücke Streuselkuchen – eins für sie, eins für ihren Gast. Von hinten dringen die Sonnenstrahlen durch ihr sorgfältig gelegtes Haar. Darunter blicken keck zwei wache Augen. Ihr Mund zeigt ein verschmitztes Lächeln.

Zwei Institutionen

Wenn Rita Birster aus ihrem Leben erzählt, erlebt man eine Reise durch die deutsche Zeitgeschichte. 1925 geboren, hat sie fast ihr gesamtes Leben in Kleinblittersdorf an der Oberen Saar verbracht, die hier die Grenze zu Frankreich markiert. Als die Försterstochter aufwuchs, hieß die Gegend noch „Saargebiet“ und wurde seit Ende des Ersten Weltkriegs 1918 vom Völkerbund verwaltet. Die Barmherzigen Brüder aus Trier hatten sich erst wenige Jahre zuvor im Ortsteil Rilchingen niedergelassen, betrieben seit 1917 das Kurhaus an der Heilquelle und ein Kinderheim.

Einige von ihnen kamen die Familie Birster in der nahen Gehlbacher Mühle besuchen, die damals als Forsthaus diente. „Die Brüder kamen zu Weihnachten und auch, als mein Bruder geboren wurde“, erzählt die alte Dame. „Man kann sagen, wir waren Freunde.“

Sie spricht anerkennend und respektvoll von den Ordensbrüdern, aber nicht ehrfürchtig, sondern auf Augenhöhe – vielleicht weil sie selbst so etwas

wie eine Institution ist in Kleinblittersdorf: 70 Jahre lang hat sie in ihrem Tabak- und Zeitschriftenladen im Ortskern Kunden bedient – zunächst an der Seite ihres Mannes Paul und, seit dessen Tod vor 20 Jahren, mit ihrem jüngsten Sohn Bertram: „Die Stammkunden fragen jedes Mal nach meiner Mutter und lassen ganz herzliche Grüße ausrichten“, berichtet der 61-Jährige. „Bis letzten Sommer hat sie ja noch stundenweise im Laden gestanden.“



Familienbetrieb: Inzwischen führt Sohn Bertram das Geschäft weiter, das seine Eltern nach dem Krieg eröffnet haben. Mutter Rita Birster hat inzwischen bei den Barmherzigen Brüdern Rilchingen ihr Zuhause gefunden.



Eine gereifte Entscheidung

Doch Mitte 2017 stürzte sie in ihrer Wohnung über dem Ladenlokal – einmal, ein weiteres Mal. „Nach dem letzten Sturz lag sie fast eine Stunde dort, bis wir es bemerkten“, berichtet ihr Sohn. Im Krankenhaus in Saarbrücken sagte man ihr, sie habe Glück gehabt: starke Prellungen, aber keine Knochenbrüche. Dennoch sei es Zeit, sich von der Wohnung mit den steilen Treppen zu verabschieden, berichtet Rita Birster sachlich: „Und da habe ich gesagt, sie sollen mich gleich zu den Barmherzigen Brüdern nach Rilchingen entlassen.“

„Das war eine große Erleichterung für uns alle“, gesteht Bertram Birster. Die Familie habe sich schließlich Sorgen um die Zukunft seiner Mutter gemacht – auch wenn es um ihre Gesundheit allgemein durchaus gut bestellt sei: „Es war ihre Entscheidung, und sie hatte, wie wir dann erfuhren, bereits ein halbes Jahr darüber nachgedacht.“ Rita Birster bestätigt das: „Den Entschluss hatte ich längst getroffen, nach dem letzten Sturz war es dann eben so weit.“

Das Wirtschaftswunder kommt

Den geliebten Laden hinter sich zu lassen, war dennoch ein tiefer Einschnitt. Ihr Ehemann Paul Birster hatte ihn als Entschädigung erhalten, nachdem er 1946 bei einem Minenunfall sein Augenlicht verloren hatte: „Mein Mann war damals sehr unglücklich“, erzählt Rita Birster. „Und meine Mutter schimpfte, dass man dem armen Mann auch noch ein eigenes Geschäft aufhalste.“

Trotzdem eröffnete das frisch verheiratete Paar 1949 den Laden und lernte schnell, ihn zu führen. Dass Paul Birster blind war, hinderte ihn nicht daran, zielsicher die Produkte aus dem Regal zu greifen und Geld zu zählen. „Und anfangs hatten wir ja noch zwei Währungen!“, erinnert seine Witwe. Denn



Hier ist man richtig in der Natur. Wenn der Frühling kommt und Ostern, dann kann ich wieder länger spazieren gehen. Das wird schön.

Rita Birster

das Saarland, wie es inzwischen hieß, war damals französisch besetzt, und der Franc war offizielle Währung. Die Reichsmark und ab 1948 die D-Mark fungierten daneben als inoffizielle Zahlungsmittel, bis das Saarland 1959 wirtschaftlich in die Bundesrepublik Deutschland eingegliedert wurde.

Die staatliche Entschädigung erwies sich als wahrer Segen, wie die 93-Jährige erzählt: „Der Laden hat meinen Mann so glücklich gemacht!“ Und auch wirtschaftlich lief es gut. Schon zu französischen Zeiten machte sich das Wirtschaftswunder auch im Saarland bemerkbar. 1954 bauten die Birsters das Wohn- und Geschäftshaus, in dem Sohn Bertram mit seiner Frau noch heute lebt und arbeitet. Einen gewissen Anteil daran hatten auch die Barmherzigen Brüder: „Wir haben ihnen den Tabak für die Kurgäste geliefert, besonders für die Bergleute“, erinnert sich Rita Birster.

Glücksfall

Auch wenn seit 2005 keine Brüder mehr in Rilchingen leben, die christlichen Werte prägen nach wie vor das Profil der Einrichtung für Senioren und Menschen mit Beeinträchtigungen. „Es freut uns, wenn Bewohner so viel mit den Barmherzigen Brüdern verbinden wie Frau Birster“, sagt Alfred Klopries, Hausoberer und Heimleiter. Es gebe viele Gründe, aus denen sich Menschen

für das Seniorenzentrum in Rilchingen entschieden, weiß der Theologe. Aktuell entsteht ein neues Haus auf dem weitläufigen Gelände, um den Senioren einen noch besseren Service bieten zu können. Der Einzugsbereich, sagt Klopries, reiche bis ins 35 Kilometer entfernte Völklingen. Dass er Rita Birster sofort einen Platz anbieten konnte, sei ein Glücksfall gewesen.

Von ihrem Balkon aus blickt Rita Birster direkt in die Gartenanlage. Dahinter sieht man die Saar und am anderen Ufer die ländlichen Ausläufer des französischen Saargemünd. „Hier ist man richtig in der Natur“, schwärmt die Försterstochter. „Wenn der Frühling kommt und Ostern, dann kann ich wieder länger spazieren gehen. Das wird schön.“

Neues Zuhause gefunden

Schon jetzt blickt sie gern aus dem Fenster, beobachtet die Singvögel, die auf ihren Balkon kommen: „Das Vogelhäuschen, das hat mein Sohn gleich in der ersten Woche angebracht“, sagt sie stolz. Ansonsten lese sie gern und schreibe Briefe an Verwandte und Freunde. „Und hier ist ja auch ganz schön Programm!“ Den Kuchen auf dem Tisch hat sie an diesem Morgen selbst mitgebacken und danach: „Sport nennen sie das, wenn wir so unsere Glieder schütteln“, schmunzelt sie. Aber Spaß mache das schon, und schließlich will sie ja auch bald wieder besser zu Fuß sein.

Ihre Entscheidung, ins Seniorenzentrum der Barmherzigen Brüder Rilchingen einzuziehen, habe sie keine Sekunde bereut. Ihre Mitbewohner, sagt sie, habe sie zwar noch nicht so intensiv kennengelernt. Aber da sei sie guter Dinge. „Ach“, winkt sie ab, „mit denen werde ich mich schon verstehen.“ Mit dem Personal scherzt sie jedenfalls jetzt schon herum. Und was vielleicht noch wichtiger ist: „Die verstehen es wirklich, mit alten Leuten umzugehen. Und es gibt hier ja welche, die es wirklich schwer haben.“

Sich selbst zählt sie nicht dazu – ob schon es nicht immer ganz leicht gewesen sei, 93 Jahre alt zu werden. „Aber wissen Sie: Ich hatte in meinem Leben eigentlich nie Langeweile, ich hatte meinen Mann, drei Kinder, das Geschäft, und ich hatte immer gute Laune“, sagt sie, „und: Ich liebe das Leben.“ ■

Hausoberer
Alfred Klopries







Von Herz zu Herz

Begegnungen prägen unser Leben von Anfang an, die beglückenden, aber auch die schmerzlichen. Sie hinterlassen bleibende Spuren, weil jede echte Beziehung die Seele berührt, von Herzen kommt und zu Herzen geht. „Alles wirkliche Leben ist Begegnung“, sagt Martin Buber.

Solche Begegnung beginnt in unserem Alltag, da, wo wir leben, und beeinflusst unsere Stimmung: ein aufmunterndes Wort, eine spontane Hilfeleistung, ein freundliches Lächeln kosten fast nichts, sind aber sehr kostbar, wenn sie von Herzen kommen.

Elke Deimel

DR. KRAX

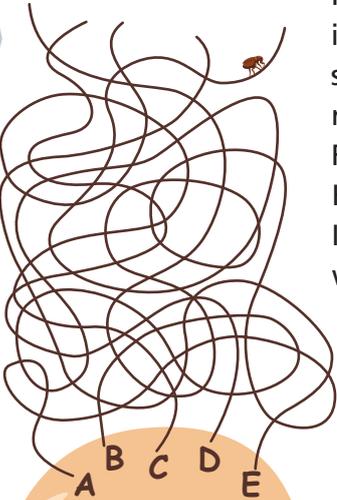
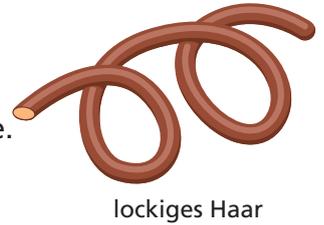


Warum haben wir Haare?



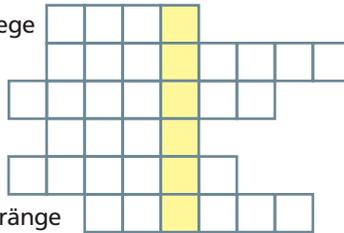
Wir haben Haare am ganzen Körper, außer an den Handinnenflächen und den Fußsohlen. Sie schützen uns vor UV-Strahlung, Kälte und Nässe. Sie steigern auch unseren Tastsinn.

Hast du Locken oder glattes Haar? Bei glatten Haaren ist der Haarquerschnitt rund. Je ovaler der Haarquerschnitt, desto lockiger ist das Haar. Pigmente (Melanine) in den Haaren bestimmen die Haarfarbe. Der Farbstoff „Eumelanin“ sorgt für braune bis schwarze Haare, „Phäomelanin“ erzeugt blonde und rote Haare. Im Alter werden die Haare grau, weil der Körper weniger Melanine produziert.

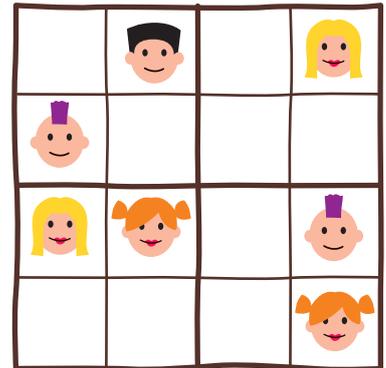


2. Was hält den Kopf warm? Löse das Kreuzworträtsel. Das gesuchte Ding steht in den gelben Kästchen. (Schreibe ü als ue, ö als oe)

Utensil zur Haarpflege
falsche Haare
Haare am Auge
Haare im Gesicht
haarloser Kopf
geflochtene Haarstränge



3. Löst das Frisuren-Sudoku. Jede Figur darf nur einmal in jeder Reihe, Spalte und jedem Vierer-Quadrat stehen.



1. Dieser Herr hat einen Floh. Auf welchem Haar sitzt er?



* Findet Alfons, den Bücherwurm. Der hat sich irgendwo versteckt.

Brücke in Venedig	lasch	Papstname	Geburt von Rindern	klassisch	also dann (ugs.)	Mönchsraum	Satz	Laus- ei	Giftschlangenfresser	ein- äugiger Riese
älteste lat. Bibelübersetzung			krankhafte Rötung							2
		3	Ein- spritzung					11		weibl. Führer- schein- neuling
Teil des Halses	Roman von Jane Austen	essbare Früchte von Bäumen		8	hinauf- führender Weg		germa- nische Gottheit	erzäh- lende Dicht- kunst	ganz, sehr	
Arznei- form		franzö- sischer unbest. Artikel	griechischer Buch- stabe			Ver- letzung (med.)				aber- mals, wieder
			12		14	Zitter- pappel		Fremd- wortteil: vor	argent. Provinz- hauptst. (Santa ...)	
Abend- mahl- feier	Fuß- stoß	Strom durch das Saarland	medizi- nisch: die Knochen			Pasten- behälter		Zwei- er- verbind- ung		
			An- sprache	Aktion		Wachs- leuchten			9	
medizi- nisch: Stauung	Schön- heits- fehler	türk. Anis- brannt- wein			Stern im ‚Großen Bären‘		Mist- gabel	elektr. gela- denes Teilchen	kurz für: eine	
das An- sehen einer Gruppe		10	enthalt- samer Mensch	medizi- nisch: Ader- ver- stopfung					Düsen- flug- zeug	15
		bäuer- liches Anwesen		Hab- sucht		13	Schmerz- laut	goldge- streifte Papst- krone		
Augen- krank- heit	5	schweiz. Medi- ziner † 1973		Teil des Pfeil- bogens		Leiter des Kirchen- chors				Gottes Gunst
Tropen- krank- heit	Vorname der Fitz- gerald †	zirkul. Kör- per- flüssig- keit	Gerät zur Kam- mer- her- stel- lung	Kathe- drale von Palma de Mallorca			scheue Wald- tiere		Vorname der Autorin Blyton	
				6		ägypt. Gott der Frucht- barkeit	Augen- flüssig- keit			
Zuver- sicht	Flächen- maß	Frauen- unter- kleidung (Abk.)		englisch: ist	ansteck. Infekt.- Krank- heit			1	bayrisch: nein	
			Kreuzes- inschrift		7		Reigen- tanz (franz.)	4		
degen. Gelenk- erkrankung					nicht weit entfernt			Dänen- könig in der Edda		

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Am Schreibtisch, im Auto, auf der Couch: Ein Großteil unserer Zeit verbringen wir im Sitzen. Oft auf Kosten der Rückenmuskulatur. Das Dynair® Ballkissen® Senso® ist ein luftgefülltes Kissen, das durch aktives Sitzen die Sensomotorik stimuliert. Die platzsparende Alternative zum Ball sorgt für ein effektives Rückentraining ganz ohne zusätzlichen Zeitaufwand. Die dynamische Unterlage überträgt ständig minimale Bewegungen auf den Körper und aktiviert dadurch die tiefliegende Rückenmuskulatur. Zudem kann die instabile Unterlage auch für Rücken- und Fitnessstraining im Stehen und Liegen verwendet werden.

„Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen fünf Kissen.



Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an leben@bbtgruppe.de oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krements-Str. 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 30. Juni 2018. Viel Glück!

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausgeschüttet werden. Die Gewinner werden ausgelost und schriftlich benachrichtigt. Zusendungen von gewerblichen Gewinnspielteilnahme-Dienstleistern werden ausgeschlossen. Die BBT-Gruppe behält sich vor, diese bei Verdacht bei der Verlosung nicht zu berücksichtigen. Die Preise wurden uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt von TOGU® GmbH.

14. April 2018

Patiententag: Hilfe bei Gelenkschmerz

Im Laufe des Lebens sind die Gelenke des menschlichen Körpers vielen Belastungen ausgesetzt, die zu Verschleißerscheinungen führen können. Die Folgen sind meist Schmerzen und Bewegungseinschränkungen an Knie, Hüfte oder im Fuß. Die Ärzte des Caritas-Krankenhauses stellen die verschiedenen Therapiemöglichkeiten bis hin zu einem künstlichen Gelenk vor. Sie erläutern, für welche Patienten ein künstliches Gelenk sinnvoll sein kann und wann der geeignete Zeitpunkt für die Implantation ist. Sie zeigen auch auf, was im Alltag mit einem künstlichen Gelenk möglich ist und wo eventuell Einschränkungen zu beachten sind.

🕒 10 bis 15 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim

16. April 2018

Homöopathie für Kinder

Bauchschmerzen ohne organische Ursache, Unruhezustände bei Säuglingen, die Nase läuft – in solchen Fällen wünschen sich Eltern bei der Behandlung ihrer Kinder oft begleitende Alternativen zur Schulmedizin. In ihrem Vortrag „Homöopathie für Kinder“ stellt Dr. Kerstin Bögner-Zoller die Grundlagen der Klassischen Homöopathie vor und zeigt die Therapiemöglichkeiten speziell bei Kindern auf.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Aula

17. April 2018

Das Kreuz mit dem Kreuz: Rückenschmerzen schonend behandeln

Akute und chronische Rückenschmerzen führen bei vielen Patienten zu massiven Beeinträchtigungen im Alltag. Akute Schmerzzustände können bei unzureichender Behandlung in einen chronischen Schmerz übergehen und erhöhen dadurch den Leidensdruck. Mit einem umfassenden interdisziplinären Konzept ist oft eine Behandlung ohne Operation möglich. Dennis Sankat, Facharzt für Orthopädie und spezielle Schmerztherapie, stellt das Therapiekonzept vor und beantwortet Fragen.

🕒 19.30 Uhr

Krankenhaus Tauberbischofsheim, Konferenzraum EG

25. April 2018

Wie wirken Chemotherapie und Bestrahlung?

Annette Garmatter, Gesundheits- und Krankenpflegerin für Onkologie, erläutert, wie Chemotherapie, Antikörpertherapie und Bestrahlung auf den Tumor wirken und welche Nebenwirkungen durch diese Therapien entstehen können. Sie gibt außerdem praktische Tipps, um eventuelle Nebenwirkungen möglichst gering zu halten, und steht für Fragen zur Verfügung.

🕒 14 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Konferenzraum Halle 1. OG

15. Mai 2018

Blut im Stuhl! Tumor oder Hämorrhoiden?

Ein juckender Po, Blut im Stuhl, Schmerzen – manchmal stecken vergrößerte Hämorrhoiden dahinter. Ein Thema, über das keiner gerne spricht. Dr. Franz Hoch, Facharzt für Chirurgie, Viszeralchirurgie, Proktologie und Sportmedizin, erklärt, wie man ein Hämorrhoidalleiden erkennt und behandelt. Und warum es so wichtig ist, die Scham zu überwinden und zum Arzt zu gehen. Denn Blut im Stuhl ist häufig ein Anzeichen für andere, schlimmere Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes.

🕒 19.30 Uhr

Kurhaus, Kleiner Kursaal (Eingang Parkseite)

22. Mai 2018

Nahrungsmittelunverträglichkeiten – Mythos und Realität

Immer mehr Menschen leiden unter Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln wie Laktoseintoleranz oder Fruktosemalabsorption. Chefarzt Prof. Dr. Christoph F. Dietrich und die Diätassistentin Kerstin Siehr informieren über die Ursachen und klären über mögliche Zusammenhänge auf.

🕒 19.30 Uhr

Kurhaus, Kleiner Kursaal (Eingang Parkseite)



Neu im Juli 2018

Aktiv in der Gemeinde sein, an Kultur- und anderen Veranstaltungen teilnehmen – das ist nur ein Teil von Inklusion. Wie sich das Zusammenleben von Klienten und Bürgern durch eine Sozialraummanagerin verändert, lesen Sie in der nächsten Ausgabe.

Impressum

Herausgeber: Barmherzige Brüder Trier gGmbH
Zentrale der BBT-Gruppe
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5
56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-6000
www.bbtgruppe.de, info@bbtgruppe.de
Amtsgericht Koblenz I HRB 24056

Gesellschafter: Generalat der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf e.V.
Vorsitzender des Aufsichtsrates:
Bruder Alfons Maria Michels
Geschäftsführer: Dr. Albert-Peter Rethmann, Andreas Latz, Werner Hemmes, Matthias Warmuth

Chefredaktion: Martin Fuchs (verantwortl.)
Chefin vom Dienst: Judith Hens
Redaktion: Claudia Blecher, Anne Britten, Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Frank Mertes, Peter Mossem, Katharina Müller-Stromberg, Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, Gerd Vieler, Simone Yousef
In Zusammenarbeit mit Heyst GmbH, www.heyst.com

Leben! Das Magazin der BBT-Gruppe für den Main-Tauber-Kreis:
Ute Emig-Lange (verantwortl.)

Redaktionsanschrift:
Kardinal-Krementsz-Str. 1-5, 56073 Koblenz
Tel.: 0261/496-6464, Fax: 0261/496-6470
leben@bbtgruppe.de

Erscheinungsweise: vierteljährlich
Layout: WWS Werbeagentur GmbH

Kamper Str. 24, 52064 Aachen
Druck: Bonifatius GmbH, Druck-Buch-Verlag
Karl-Schurz-Str. 26, 33100 Paderborn

Gerichtsstand: Koblenz
Leben! wird kostenfrei in den Einrichtungen der BBT-Gruppe ausgelegt.
Wenn Ihnen das Magazin gefällt, können Sie es gerne abonnieren: leben@bbtgruppe.de
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung des Herausgebers wieder. Alle Fotos stammen aus den Einrichtungen der BBT-Gruppe, wenn nicht anders angegeben.



ClimatePartner
klimaneutral gedruckt

Zertifikatsnummer:
53323-1803-1004
www.climatepartner.com

Fotos: istockphoto

6. Juni 2018

Sport und Bewegung bei Krebs

Bewegung und Sport bei Krebs? Inzwischen ist wissenschaftlich bewiesen, dass Bewegung und Sport nicht nur den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen, sondern sich auch auf das körperliche, seelische und soziale Befinden auswirken.

Dr. Edgar Hartung, Leiter des Onkologischen Zentrums OZT, erläutert, was Krebspatienten dabei beachten müssen.

🕒 14 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Konferenzraum Halle 1. OG

18. Juni 2018

Erste Hilfe für Kinder

Der Neonatologe Dr. Christian Willaschek, Oberarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin im Caritas-Krankenhaus, informiert über Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Verletzungen und Erkrankungen von (Klein-)Kindern.

🕒 19 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, Aula

Gesundheitsholding Tauberfranken

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim
Uhlandstraße 7
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/58-0
info@ckbm.de
www.ckbm.de

Krankenhaus Tauberbischofsheim
Albert-Schweitzer-Straße 37
97941 Tauberbischofsheim
Tel.: 09341/800-0
info@khtbb.de
www.khtbb.de

Seniorenzentrum Haus Heimberg
Am Heimbergflur 12
97941 Tauberbischofsheim
Tel.: 09341/800-1451
info@haus-heimberg.de
www.haus-heimberg.de

Seniorenzentrum St. Barbara
Leuchtenbergstraße 22
97947 Grünsfeld
Tel.: 09341/800-1451

Seniorenzentrum St. Hannah
Flurstraße 2a
97941 Tauberbischofsheim-Distelhausen
Tel.: 09341/84556-0
info@st-hannah-distelhausen.de
www.ghft.de

Sanitas Tauberfranken
Johann-Hammer-Straße 24
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931/9870-0
info@sanitas-tauberfranken.de
www.sanitas-tauberfranken.de

12. Juni 2018

PSA-Wert bei Prostatakrebs in neuem Licht

Prostatakrebs ist die häufigste Krebsart bei Männern. In einem frühen Stadium entdeckt, kann die Krankheit jedoch gut behandelt werden. Die Früherkennung ist daher zentral wichtig. Priv.-Doz. Dr. Bernd Straub, Leiter des Prostatazentrums am Caritas-Krankenhaus, erläutert, welche Möglichkeiten es gibt und stellt neue Erkenntnisse zum umstrittenen PSA-Wert vor. Außerdem informiert er über die verschiedenen Therapien bei Prostatakrebs.

🕒 19.30 Uhr

Kurhaus, Kleiner Kursaal (Eingang Parkseite)

GENAU MEIN DING!

Sarah und Anna-Lena
Buchmann (22 Jahre)
aus Unterbalbach machen
eine Ausbildung zur
Gesundheits- und
Krankenpflegerin.



Weitere Infos
zur Ausbildung auf:
www.genaumeinding.ghtf.de



Caritas-Krankenhaus
Bad Mergentheim

Bildungszentrum
Uhlandstraße 7
97980 Bad Mergentheim
Tel.: 07931 58-3741
bildungszentrum@ckbm.de
www.ckbm.de



Krankenhaus
Tauberbischofsheim

Bildungszentrum
Albert-Schweitzer-Straße 35
97941 Tauberbischofsheim
Tel.: 09341 800-1271
bildungszentrum@khtbb.de
www.khtbb.de

DIENST. GEMEINSCHAFT. LEBEN.

Die BBT-Gruppe ist mit mehr als 80 Einrichtungen des Gesundheits- und Sozialwesens, über 11.000 Mitarbeitenden und ca. 900 Auszubildenden einer der großen christlichen Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland.