

Ausgabe 4 Jahrgang 2010



Gesellschaft für Leben und Gesundheit mbH

Ein Unternehmen der Landkreise Barnim, Uckermark und der Stadt Eberswalde

LEBEN & GESUNDHEIT

Magazin für Patienten, Mitarbeiter und Freunde



Moderne Medizin und Ethik +++ KTQ in allen GLG-Krankenhäusern
Tipps zur gesunden Ernährung

JUBILÄUM
Beide Eberswalder Krankenhäuser veranstalteten zu ihren Jubiläen ein Symposium: „Medizin trifft Geschichte“.



MEDIZIN
Ärzte aus Kliniken der GLG informierten im Rahmen der „Herzwochen 2010“ über Neues aus der Kardiologie.



EXKLUSIV
Eine Show mit Mirja Boes gehörte im Herbst zu den exklusiven Kulturangeboten der GLG.



AKTUELL

KTQ für das Krankenhaus Prenzlau.....04
Interview: Gut vorbereitet auf die neuen Aufgaben.....06
GLG-Bikes rollen jetzt auch in Prenzlau und in Angermünde.....08
Bilder aus der Speiseröhre.....09

TITELTHEMA

Medizin trifft Geschichte – Werner Forßmann Symposium 2010.....10

MEDIZIN

Auf die Herzgesundheit achten.....14

UMSCHAU

Neue GLG-Stipendien vergeben.....16
Hilfen für Kinder mit psychischen Problemen.....17
Tipps zur gesunden Ernährung.....18
Was ändert sich bei Lebensmitteln?.....19

PANORAMA

Sie gaben Ihr Bestes – Danke!.....20
Worum geht es bei der Typisierung?.....21

EVENTS

Zauber des Musicals.....22
Swing Fever mit dem Polizei-Orchester22
Tipps und Tricks von Mirja Boes.....23

FORUM

Hilfen für die Angehörigen psychisch Kranker.24
Gemeinsam für die Gesundheit der Region24
Treffpunkt Bewerberstammtisch.....24

TV-TIPPS, LESERBRIEFE, RÄTSEL, VORSCHAU, IMPRESSUM.....26-27



Liebe Leserinnen und Leser,

das Jahr 2010 hat uns weiter vorangebracht. Die Gesundheitseinrichtungen der GLG bieten eine zuverlässige, moderne und wohnortnahe medizinische Versorgung und tragen damit ganz entscheidend zur Lebensqualität in der Region bei. Wir freuen uns, dass nun alle Krankenhäuser der GLG über das begehrte KTQ-Zertifikat verfügen. Diese hohe Qualitätsauszeichnung wird nicht verschenkt, sondern muss in einem umfassenden Zertifizierungsprozess erworben werden. Darum bin ich besonders stolz und bedanke mich bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, dass uns dieser große Schritt gelungen ist. Nun kommt es darauf an, den hoch gesteckten Zielen und Ansprüchen immer wieder neu gerecht

zu werden. Unser GLG-Verhaltenskodex gibt uns dabei hilfreiche Orientierung. Wir haben ihn im zurückliegenden Jahr beschlossen, um unsere Qualitätsabsicht für jedermann transparent zu machen. Im Internet und im Foyer unserer Krankenhäuser ist der Kodex öffentlich einsehbar und nimmt uns in die Pflicht, den beschriebenen Ansprüchen täglich gerecht zu werden. Gleichzeitig verbindet er Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an den verschiedenen Standorten als gemeinsamer Nenner für alle. Einen besonderen Schwerpunkt werden wir auch im Jahr 2011 in der Gesundheits- und Familienförderung setzen. Mit den „Partnern für Gesundheit“, mit Sportvereinen, Selbsthilfegruppen, den Netzwerken für gesunde

Kinder und vielen anderen sehen wir uns eng verbunden. Und auch da trägt zur Arbeit in unseren Einrichtungen bei: An den GLG-Standorten Angermünde, Prenzlau und Eberswalde rollen seit kurzem die „GLG-Bikes“ auf den Straßen. 60 sollten es ursprünglich sein. 85 sind es bereits geworden, nachzulesen auf Seite 8 in diesem Heft. An diesem Beispiel zeigt sich, welches Potenzial in Ideen liegt – wenn man sie mit dem nötigen Mut zum Neuen umsetzt.

Ich wünsche Ihnen allen ein ideenreiches Jahr 2011 und viel Spaß beim Blättern und beim Lesen.


Ihr Harald Kothe-Zimmermann
Geschäftsführer
GLG Gesellschaft für Leben und Gesundheit mbH



KTQ für das Krankenhaus Prenzlau

Alle GLG-Krankenhäuser haben jetzt das Qualitätszertifikat



„Diese Leistung verdient hohen Respekt. Darauf können Sie wirklich stolz sein.“
Gesine Dannenmaier,
Geschäftsführerin der KTQ GmbH

Im November wurde dem Krankenhaus Prenzlau das KTQ-Zertifikat verliehen – die höchste Qualitätsauszeichnung für Krankenhäuser in Deutschland. Damit können nun alle GLG-Krankenhäuser auf das begehrte Zertifikat verweisen.

Es ist geschafft! Stolz, aber auch Erleichterung war zu spüren, als KTQ-Geschäftsführerin Gesine Dannenmaier im Krankenhaus Prenzlau die KTQ-Urkunde überreichte. Sie sagte: „Die gezeigte Leistung verdient hohen Respekt. Nicht jeder Ansatz eines Krankenhauses, das KTQ-Zertifikat zu erlangen, ist so positiv verlaufen wie hier.“ Die 211 Beschäftigten des Krankenhauses haben sich am Zertifizierungsprozess über das gewöhnliche Maß hinaus beteiligt. Als „Nebeneffekt“

erfolgte parallel zur KTQ-Zertifizierung eine Teilsanierung des Hauses, verbunden unter anderem mit der Neueröffnung der Endoskopie und der Ausgestaltung des Eingangsbambientes mit großflächigen Fotos sowie der Einrichtung eines Cafés. „Wir haben hier



Verwaltungsleiter Detlef Lischka und das Team des GLG-Qualitätsmanagements nahmen die Urkunde entgegen. **Fotos oben:** Parallel zur KTQ-Zertifizierung wurde das Krankenhaus in vielen Teilbereichen erneuert – großformatige Fotos prägen das Eingangsbambiente. **Foto unten links:** Oberarzt Dr. Helmut Wendland aus der Notfallaufnahme sorgte für die musikalische Untermauerung.

Großes bewirkt und viel dabei gelernt“, sagte GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-Zimmermann. „Ich danke allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für das hohe Engagement. Die Qualität in diesem Krankenhaus ist sichtbar und spürbar und wurde mit dem KTQ-Zertifikat weiter gestärkt und bestätigt.“

„Das KTQ-Zertifikat zu erwerben, bedeutet harte Arbeit“, erläuterte Christiane Reinefeldt, Leiterin des Zentralen Qualitätsmanagements der GLG. An KTQ sind bedeutende Institutionen des Gesundheitswesens beteiligt, wie die Deutsche Krankenhausgesellschaft, die Bundesärztekammer, die



Krankenkassen, der Deutsche Pflegerat und viele mehr. KTQ ist die Kurzform von „Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“. Das Verfahren der KTQ-Zertifizierung basiert auf einer Kombination aus Selbst- und Fremdbewertung. Prüfungsgrundlage ist ein umfassender Fragenkatalog, der weit über medizinische und pflegerische Aspekte hinausreicht. Eine wichtige Rolle spielen beispielsweise der Umgang mit den Patienten und mit Angehörigen, die Arbeitsorganisation, die Weiterbildung, Hygiene, Sicherheitsvorkehrungen, das Informationswesen und die Krankenhausführung. Von der KTQ GmbH beauftragte Visitoren nahmen alle Gegebenheiten vor Ort genauestens „unter die Lupe“. „Bereits im Verlauf der Selbstbewertung wurde deutlich, wo Qualitätsver-

besserungen möglich sind“, erklärte Christiane Reinefeldt. „Somit ist KTQ auch ein wichtiger Schritt zur Weiterentwicklung. Wir haben von dem Prüfungsprozess viel profitiert. So wurden beispielsweise Regeln und Arbeitsabläufe GLG-weit vereinheitlicht und einheitliche Vorgaben etabliert.“

Mit dem Krankenhaus Prenzlau haben nun alle GLG-Krankenhäuser das KTQ-Ziel erreicht. Das Werner Forßmann Krankenhaus und das Martin Gropius Krankenhaus können seit einem Jahr auf das KTQ-Zertifikat verweisen. Das Krankenhaus Angermünde hat sein KTQ-Zertifikat schon einmal erfolgreich verteidigt. Nach jeweils drei Jahren muss die Qualität neu unter Beweis gestellt werden.

„Die Qualität in diesem Krankenhaus ist sichtbar und spürbar.“

Der Verwaltungsleiter des Krankenhauses, Detlef Lischka, verband den besonderen Moment mit einem persönlichen Dank an alle Beschäftigten für die gemeinsam zurückgelegte Wegstrecke. „Ich habe mich an diesem Platz sehr wohl gefühlt“, versicherte er den Gästen. Der erreichte Erfolg sei auch für ihn ein Höhepunkt seiner Tätigkeit als Verwaltungsleiter. Mit 67 Jahren wolle er nun in den Ruhestand gehen.

Seine Nachfolgerin ist die GLG-Pflegedirektorin und Leiterin des Zentralen Qualitätsmanagements, Christiane Reinefeldt. Auf sie warten bereits neue Herausforderungen. Sie sagte: „Ich freue mich auf diese Aufgabe, auf die Zusammenarbeit mit Ihnen allen, den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Krankenhauses Prenzlau. Ich rechne mit Ihnen und hoffe auf Ihr Vertrauen.“



Detlef Lischka

... hat als Verwaltungsleiter des Krankenhauses Prenzlau in wechselvollen Zeiten viel Positives bewirken können und geht nun in den Ruhestand. An die Stelle der beruflichen Anforderungen tritt nun mehr Zeit für die Enkeltochter und persönliche Interessen, worauf er sich sehr freut.



Christiane Reinefeldt

... übernimmt die Verwaltung des Krankenhauses Prenzlau und sieht viele neue Herausforderungen auf sich zukommen. Als Leiterin des zentralen GLG-Qualitätsmanagements hat sie in besonderer Weise zu der erfolgreichen KTQ-Zertifizierung des Krankenhauses beigetragen.



Annerose Prager

... hat in Doppelfunktion den Pflegedienst der Krankenhäuser in Prenzlau und in Angermünde geführt und wird künftig den Schwerpunkt wieder ganz in Angermünde setzen. In einer Zeit, in der viel bewegt wurde, war sie in Prenzlau an allen positiven Entwicklungen maßgeblich beteiligt.

Interview

Gut vorbereitet auf die neuen Aufgaben

Sympathisch, optimistisch, überzeugend – so wird Peggy Kurth von ihren Kolleginnen in der Kardiologie des Werner Forßmann Krankenhauses in Eberswalde beschrieben. Die 37-jährige Stationschwester wird hier vermisst werden, wenn sie ab Januar die Pflegedienstleitung im Krankenhaus Prenzlau übernimmt. Künftig hat sie damit noch mehr Führungsverantwortung als bisher – für mehr als 80 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Leben & Gesundheit: Wie bereitet man sich auf eine solche Aufgabe vor?

Peggy Kurth: Verantwortung zu übernehmen habe ich im Stationsalltag ge-



Peggy Kurth

Stationen ihres Berufsweges:

- Ausbildung zur Krankenschwester im Krankenhaus Angermünde
- Wechsel auf die Intensivstation im Werner Forßmann Krankenhaus in Eberswalde und Weiterbildung zur Fachschwester für Anästhesie und Intensivmedizin
- Weiterbildung zur Pflegemanagerin an der Wannsee Akademie in Berlin
- Stationschwester in der Kardiologie des Werner Forßmann Krankenhauses

lernt. Für mich persönlich sind meine Erfahrungen als Fachschwester im Intensivbereich und als Stationschwester in der Kardiologie sehr wertvoll. Zwei Jahre lang habe ich nebenberuflich eine Weiterbildung im Pflegemanagement absolviert. Ich fühle mich gut gerüstet, bin gespannt auf die Aufgaben in Prenzlau und freue mich auf meine neuen Kolleginnen und Kollegen.

Welche Ziele haben Sie sich gesetzt?

Ich weiß, dass die Erwartungen hoch sind. Zunächst muss ich ein Gefühl für das Team bekommen. Wichtig ist mir, innovativ zu sein, offen für Neues, für neue Konzepte, neue Möglichkeiten und Angebote. Wie meine Vorgängerin, Annerose Prager, möchte ich zur erfolgreichen Entwicklung des Krankenhauses Prenzlau beitragen. Dazu werden auch in Zukunft Veränderungen gehören.

Welche wären das beispielsweise?

Zum einen denke ich, bleiben Strukturveränderungen nicht aus. Die Altersentwicklung der Bevölkerung und die Vorgaben der Gesundheitspolitik wirken auf die Krankenhäuser. Wir stehen vor der Aufgabe, die Leistungen und Angebote entsprechend kontinuierlich auszugestalten. Zum anderen erscheint es mir wichtig, über Abläufe und Aufgabenverteilungen im Krankenhaus nachzudenken. Das geschieht derzeit nicht nur in Prenzlau, sondern überall. Es geht

zum Beispiel darum, wie man ärztliche und pflegerische Tätigkeiten künftig abgrenzt und wo sich Schnittmengen ergeben. Zugleich können Pflegefachkräfte noch stärker als bisher durch Servicemitarbeiter entlastet werden. Der Ausbau des Servicebereichs ist zugleich ein Gewinn für die Patienten. Sie wünschen sich mehr Serviceangebote. Gute Erfahrungen haben wir in Eberswalde auch mit dem ehrenamtlichen Besuchsdienst gemacht. Patienten begleiten, zuhören, Mut machen – hier können die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer Vieles leisten, was über die Möglichkeiten der Pflege- und Servicekräfte hinausgeht.

Wie entlasten Sie sich selbst?

Meine Familie ist mir sehr wichtig. Ich bin verheiratet und habe einen 10-jährigen Sohn. Wir wohnen in Angermünde und unternehmen in der Freizeit so viel wie möglich gemeinsam. Mein Sohn spielt Fußball beim FC Angermünde, so dass ich viel Zeit auf dem Fußballplatz verbringe. Darüber hinaus achte ich

darauf, regelmäßig etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Ich besuche die Rückenschule und einmal pro Woche den Fitnesskurs. Ich finde es gut, dass die GLG Angebote zur Gesundheitsprävention unterstützt.

Sie haben sich oft auch auf Messen und ähnlichen Veranstaltungen für das Krankenhaus engagiert. Wird das künftig noch möglich sein?

Das ist mir sehr wichtig. Trotz meiner veränderten Aufgabe werde ich jede Möglichkeit nutzen, direkten Kontakt zu Patienten zu haben. Zum Beispiel durch Pflegevisiten im Krankenhaus, aber auch durch öffentliche Veranstaltungen. In Prenzlau gibt es das „Bürgerforum“ oder auch Tage der offenen Tür. Das sind Möglichkeiten, unserer Leistungen und Angebote für die Gesundheit der Region vorzustellen und über Neues zu informieren. Daran werde ich mich selbstverständlich beteiligen.

Leben & Gesundheit: Vielen Dank für das Gespräch und viel Erfolg!

GLG-Bikes rollen jetzt auch in Prenzlau und Angermünde

Fahrrad-Fuhrpark wurde auf 85 Räder erweitert

Nach dem Start im September in Eberswalde rollen die GLG-Bikes nun auch in Prenzlau und in Angermünde. Wegen der großen Nachfrage wurde der Fahrrad-Fuhrpark der GLG von 60 auf 85 Räder erweitert.

Das Angebot gilt speziell für Berufspendler, die mit der Bahn zur Arbeit anreisen. Sie können an den Bahnhöfen in Eberswalde, Prenzlau und Angermünde auf ihr persönliches GLG-Bike umsteigen. „Wir wollen unseren Beschäftigten damit ein Stück entgegenkommen“, sagte GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-

Zimmermann. „Die Nutzer sparen Zeit und Geld und tun zugleich etwas für die Gesundheit.“

Zu den Interessenten in Prenzlau gehören Ergotherapeutin Birgit Rogowski und Stationsarzt Daniel Marten.

„Das Rad erspart mir einen 20-minütigen Fußweg“, sagt Birgit Rogowski, die täglich mit der Bahn zu ihrer Arbeitsstelle in der Tagesklinik Prenzlau kommt. „Die Idee ist einfach Spitze“, ergänzt Daniel Marten, der zur Arbeit aus Berlin anreist.

Zur offiziellen Übergabe der ersten GLG-Bikes im Krankenhaus Angermün-

de kam auch Bürgermeister Wolfgang Krakow. „Das Angebot passt hervorragend zu unserer naturverbundenen Stadt“, sagte er. Zuseiner Überraschung konnte sich der Bürgermeister selbst ein GLG-Bike als künftiges Dienstfahrrad aussuchen. Es wurde ihm von Harald Kothe-Zimmermann überreicht.

Dr. Elmar Grimm, leitender Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, hat sich sofort ein GLG-Bike reserviert. Er kommt jeden Tag aus Berlin nach Angermünde. „Die Fahrt zur Arbeit und nach Hause verkürzt sich für mich zeitlich gesehen um 10 Minuten pro Tag“, sagt er.

Auch Simon Treudler, der im Hol- und Bringedienst des Krankenhauses beschäftigt ist und täglich zwischen Eberswalde und Angermünde pendelt, ist begeistert: „Ich nehme das GLG-Bike immer mit und nutze es an beiden Standorten.“

Eine besondere Überraschung hielt Krankenhausverwaltungsleiterin Marita Schönemann bereit. Sie überbrachte Fahrradklingeln mit eingraviertem Christophorus-Bildnis, Schutzpatron der Reisenden. 16 solcher Fahrradklingeln hat das in Angermünde beheimatete Ehepaar Albert und Ursula Eichhorn für die berufsbedingten Fahrradfahrer gespendet. Die beiden Senioren fühlen sich dem Krankenhaus seit langem verbunden und hatten von den GLG-Bikes aus der Zeitung erfahren. „Wir danken dem Ehepaar Eichhorn für diese freundliche Geste der Wertschätzung“, sagte Marita Schönemann. „Es macht uns Freude, wenn unsere Arbeit eine so persönliche Anerkennung findet.“



Fotos: Birgit Rogowski und Daniel Marten (Bild oben) gehören zu den Nutzern der GLG-Bikes in Prenzlau. Im Krankenhaus Angermünde nahmen Simon Treudler und Dr. Elmar Grimm als erste ihr GLG-Bike entgegen. Bürgermeister Wolfgang Krakow bekam ein GLG-Bike als Dienstfahrrad überreicht und probierte es gleich aus.

Bilder aus der Speiseröhre

Moderne Endoskopie liefert digitale Einblicke in den Körper



Die Endoskopie-Abteilung des Krankenhauses Prenzlau hat neue Räume bezogen. Gleichzeitig wurde die Abteilung um einen Behandlungsplatz erweitert. Zur Eröffnung kamen neben vielen Gästen auch der Landrat des Kreises Uckermark, Dietmar Schulze, und der Prenzlauer Bürgermeister Hendrik Sommer.

Endoskope sind schlauchförmige flexible Geräte, die durch natürliche Körperöffnungen eingeführt werden. Der Arzt manövriert sie vom Instrumentenkopfaus mit Hilfe von Steuerrädern

und kann auf dem Bildschirm jedes Detail im betreffenden Körperbereich erkennen. Das Endoskop liefert hochaufgelöste digitale Bilder vom Inneren der Speiseröhre bis zum Enddarm. Der Arzt kann auf diesem Weg auch Gewebeproben entnehmen und zum Beispiel Darmpolypen entfernen. Zu den häufigsten Anwendungen der Endoskopie im Krankenhaus Prenzlau gehören die Magen- und die Darmspiegelung und die Untersuchung der Galle. Fünf Krankenschwestern und drei Ärzte sind in der Endoskopie-Abteilung beschäftigt. Die Untersuchungen und



Rundgang in der neu eröffneten Endoskopie-Abteilung

spiel bei Vorsorgeuntersuchungen der Fall. Jährlich werden mehr als 2.000 endoskopische Untersuchungen im Krankenhaus Prenzlau durchgeführt. „Die Endoskopie bildet gewissermaßen das Rückgrat für viele Bereiche der Inneren Medizin“, erläuterte Dr. Uwe Knitter. Zur Abteilung gehören neben zwei Endoskopie-Plätzen auch ein Raum für die Echokardiographie, ein Raum für die Ergometrie sowie ein Raum für die Schrittmacherfunktionsprüfung und einer für die Abdomensonographie. Das ist zum Bei-



„Die Endoskopie hat eine Schlüsselfunktion in der Diagnostik und bietet viele Behandlungsmöglichkeiten.“
Chefarzt Dr. Uwe Knitter



Medizin trifft Geschichte

Werner Forßmann Symposium 2010

Mehr als 200 Teilnehmer besuchten Ende Oktober das diesjährige Werner Forßmann Symposium im Paul Wunderlich Haus in Eberswalde. Unter dem Motto „Medizin trifft Geschichte“ war das Themenangebot weit gefächert. Es reichte von der Grundsteinlegung der Krankenhäuser bis zu den Zukunftsperspektiven der modernen Medizin.



Aktueller Anlass war ein doppeltes Jubiläum. Das Werner Forßmann Krankenhaus feiert in diesem Jahr sein 115-jähriges Bestehen, das Martin Gropius Krankenhaus blickt auf 145 Jahre zurück. Die Gebäude tragen die Handschriften bedeutender Architekten und „berichten“ von der enormen Entwicklung der Medizin innerhalb



weniger Generationen. Der erste Symposiumstag verband Bau- und Medizingeschichte miteinander. Am zweiten Tag ging es um „Ethik im Klinikalltag“.

Bauen für die Gesundheit

Die Brandenburger Ministerin für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz, Anita Tack, ließ in ihren Eröffnungsworten besonders die Entwicklungsschritte seit 1990 Revue passieren. Sie beschrieb die Eberswalder Krankenhäuser als beeindruckende Zeugnisse der Baukultur und als moderne und leistungsfähige Bestandteile der Gesundheitsversorgung in Brandenburg.



Moderne Medizin in historisch bedeutender Architektur – bei den Eberswalder Krankenhäusern verbindet sich Tradition und Fortschritt auf sichtbare Weise.



Der Eberswalder Bürgermeister, Friedhelm Boginski, hob die Bedeutung der Gesundheitswirtschaft für die Region hervor. „Eberswalde hat sich zu einem wichtigen Gesundheitsstandort entwickelt“, erklärte er. „Die hier Lebenden und im Durchschnitt immer älter werdenden Menschen können auf ein zuverlässiges medizinisches Angebot vertrauen. Außerdem sorgt die Gesundheitsbranche für Beschäftigung und Investitionen und eröffnet Menschen Perspektiven.“ 17 % der Berufstätigen in Stadt und Kreis sind heute für die Gesundheit tätig.

Aufgaben des Ethikkomitees

„Mit den wachsenden Möglichkeiten der modernen Medizin steigen auch die Erwartungen der Patienten“, sagte GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-Zimmermann. „Die Verantwortung für die Gesundheit kann jedoch nicht komplett an die Ärzte abgegeben werden.“

Mit welchen oft schwerwiegenden Fragestellungen Ärzte konfrontiert werden, machte der zweite Symposiumstag deutlich. Nicht jeder denkba-



re Fall, nicht jede Situation in der Behandlung von Patienten ist vorhersehbar und in Leitlinien fest geregelt. Orientierung und Hilfestellung bietet das Klinische Ethikkomitee, das sich mit komplizierten Entscheidungsfindungen in der Medizin befasst. Es wurde von Oberärztin Verena Kauther aus dem Werner Forßmann Krankenhaus vorgestellt. Seit 2008 gibt es das Klinische Ethikkomitee bei der GLG. Es handelt sich um ein interdisziplinäres Team. „Ärzte und alle an der Therapie Beteiligten können hier Rat im konkreten Fall finden, sich vertrauensvoll austauschen, Meinungen hören. So soll sichergestellt werden, dass dem Willen des Patienten bestmöglich entsprochen wird“, sagte Dr. Detlev Hoffmeister, Ärztlicher Direktor der GLG und Sprecher des Ethikkomitees. Sein Thema auf dem Symposium lautete: „Ethik und Unternehmensstrategie“.

Zum Schutz der Betroffenen handeln

„Schwere psychische Krankheiten können Zwangsmaßnahmen erforderlich machen. Dabei müssen Rechtmäßigkeit und Verhältnismäßigkeit gewährleistet sein.“

Dr. Angelika Grimberger,
Leitende Chefarztin im Martin Gropius Krankenhaus



Patienten brauchen Informationen



„Für die pränatale Beratung muss genügend Zeit zur Verfügung stehen. Patienten, Eltern und Angehörige brauchen Informationen. Der Arzt sollte die Rolle eines Moderators übernehmen.“

Dr. Steffi Miroslau,
Leitende Chefarztin am
Werner Forßmann Krankenhaus

Mehr Zeit für Gespräche

Eine gute Kommunikation ist Voraussetzung zur Vermeidung ethischer Konfliktsituationen. Dr. Steffi Miroslau, Chefarztin der Klinik für Kinder und Jugendmedizin am Werner Forßmann Krankenhaus, beschrieb in ihrem Vortrag, wie wichtig es ist, dass für die pränatale Beratung von Eltern genügend Gesprächszeit zur Verfügung steht. Sie verglich die Rolle des Arztes mit der eines Moderators und einer kompetenten Informationsquelle für den Patienten. „Der Arzt muss Patienten und Angehörigen helfen, folgenreiche Entscheidungen besser einschätzen zu können“, sagte sie.

Fortsetzung auf der nächsten Seite



Der Wille des Patienten

Ethische Fragen ergeben sich auch, wenn Patienten nicht mehr in der Lage sind, sich selbst zu äußern und ihren Willen kund zu tun oder wenn abseh-

Die Medizin wird immer technischer

bar ist, dass eine Heilung nicht mehr erreicht werden kann. Darauf machte Dr. Ralph Schrader, Facharzt für Strahlentherapie und Intensivmedizin aus dem Werner Forßmann Krankenhaus, aufmerksam. Er sagte: „Auch Ärzten fällt es trotz ihrer Berufserfahrung schwer zu akzeptieren, wenn Patienten sterben. Sie sehen den Tod als Scheitern der Behandlung und als Niederlage an und therapieren oft ohne Aussicht auf Heilung weiter, statt den Fokus auf die Wahrung einer höchstmöglichen Lebensqualität am Lebensende zu richten.“ Auch Lebensqualität sei nicht für jeden dasselbe. „Entscheidend bleibt auch hier der Wille des Patienten.“ Dass die Praxis diesem Grundsatz nicht

immer entspricht, zeigt beispielsweise eine vom Bundesgesundheitsministerium in Auftrag gegebene Befragung. Demnach möchte die Mehrheit unheilbar kranker Patienten (75 %) zu Hause sterben. Nur 15 % gaben als gewünschten Sterbeort das Krankenhaus an. Tatsächlich stirbt aber die Mehrheit der Erkrankten (59%) im Krankenhaus, 8 % in Heimen und nur 33 % in der eigenen Wohnung. „Ein Grund dafür ist das Fehlen einer flächendeckend funktionierenden ambulanten Begleitung sterbenskranker Menschen“, sagte Dr. Ralph Schrader.

Zwang und Ethik

Eine weitere Perspektive auf das Thema eröffnete Dr. Angelika Grimmberger, Chefin der I. Psychiatrischen Klinik im Martin Gropius Krankenhaus. Sie sprach über Zwangsmaßnahmen in der Psychiatrie. Diese können nötig werden, um die Betroffenen selbst oder andere Menschen zu schützen, wie bei Suizidgefahr oder wahnhaf-

ten Realitätsverkennungen, z.B. bei Psychosen, Depressionen oder Alkohol- und Drogensucht. „Wieviel Zwang braucht die Psychiatrie? Die wünschenswerte Antwort lautet: Gar kei-

Ethik ist keine Einbahnstraße

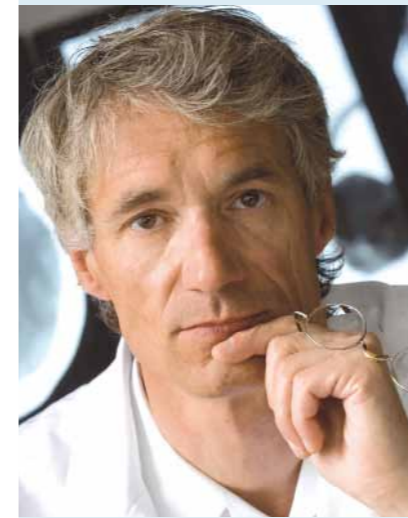
nen“, sagte Dr. Angelika Grimmberger. Jeder Zwang ist ein drastischer Eingriff in die Persönlichkeitsrechte von Patienten. Die Chefin wies auf die Bedeutung von Kontrollmechanismen hin, die zur Überwachung der Rechtmäßigkeit und Verhältnismäßigkeit von Zwangsmaßnahmen dienen und wichtige Grundlagen für ethisches Verhalten im Klinikalltag sind.

Es geht nicht nur um Kosten

„Ethik ist keine Einbahnstraße“, sagte Harald Kothe-Zimmermann auf der abschließenden Podiumsdiskussion. „Jeder kann selbst einen Beitrag leisten.“ So sollten das Vorliegen ei-



Welche Möglichkeiten haben Ärzte?



„Es gibt Situationen, die uns vor die Frage stellen: Wann endet unser Versorgungsauftrag, ist das genau definiert oder betreten wir eine Grauzone? Welche Möglichkeiten haben Ärzte im Umgang mit und in der Bewältigung von ethischen Problemen? Aus meiner Sicht gibt es fünf Möglichkeiten: die Orientierung an Richtlinien, die Arbeit der Ethikkommission, kollegiale Diskussionen, das Patientengespräch und die Wahrnehmung der Eigenverantwortung. Dies sind für mich die wesentlichen Kriterien, auf die ich mich als Arzt bei ethischen Fragestellungen stützen kann.“

Dr. Jörg Seemann, Chefarzt der Klinik für Radiologie und Neuroradiologie am Werner Forßmann Krankenhaus



ner Patientenverfügung oder – bei entsprechender Bereitschaft – auch ein Organspendeausweis eigentlich selbstverständlich sein. Dr. Jörg Seemann, Chefarzt der Klinik für Radiologie und ebenfalls Teilnehmer des Podiums, erklärte: „Unsere medizinischen Möglichkeiten sind heute riesig, aber wir müssen sie sinnvoll einsetzen.“ Dazu gehört nicht zuletzt der ökonomische Umgang mit vorhandenen Ressourcen. Armin Wolfram Candidus, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Versicherte und Patienten e.V., und Henry Kotek als Vertreter der AOK

setzen sich mit dem Stichwort der „Priorisierung“ auseinander. Gemeint ist die Abstufung medizinisch möglicher und medizinisch notwendiger Maßnahmen nach Dringlichkeit oder Vorrangigkeit. Ohne eine Staffelnach Prioritäten wäre Medizin gar nicht organisierbar. Das beginnt bei unterschiedlichen Wartezeiten in der Arztpraxis und der Zeitplanung von Operationen und reicht letztlich bis zur Verteilung von Leistungen und Angeboten an den Patienten als „Kunden“. Dass Ethik jedoch mehr ist als eine Frage des Geldes, hat das Symposium eindrucksvoll gezeigt.



Auf die Herzgesundheit achten

Von verschleppten Infekten und anderen Gefahren

Was tun, wenn das Herz plötzlich galoppiert? Die Deutsche Herzstiftung hatte für die diesjährigen „Herzwochen“ im November das Thema „Herzrhythmusstörungen“ gewählt. Spezialisten aus GLG-Krankenhäusern beteiligten sich in Eberswalde, Angermünde und Prenzlau.

Husten, Schnupfen, Heiserkeit – wer kann es sich schon leisten, deswegen zu Hause zu bleiben? Die wenigsten sind sich bewusst, dass sie mit dem „Verschleppen“ eines Infekts ein Risiko eingehen. Bakterien oder Viren, die sich im Körper verbreiten, können zum Herzen vordringen und eine Entzündung des Herzmuskels auslösen – die medizinische Bezeichnung ist Myokarditis. „Zum Glück kommt das sehr selten vor“, sagt Christian Scheer, Leitender Oberarzt der Klinik für Innere Medizin am Krankenhaus Prenzlau. „Oft verläuft eine Myokarditis auch unbemerkt. Die

Folgen können sich noch Jahre später zeigen, wenn Probleme mit dem Herzen auftreten. In seltenen Fällen führt die Entzündung bis zum Herzversagen.“ Die Diagnose einer Myokarditis ist nicht einfach. Ultraschall, EKG und Blutuntersuchung geben wichtige Hinweise. Besteht der Verdacht, ist körperliche Schonung das oberste Gebot. „Deshalb sollte man bei einem Infekt niemals Sport treiben“, rät Christian Scheer. Spürbare Anzeichen einer Herzmuskelentzündung können Abgeschlagenheit, Fieber oder Atemnot bei einfacher Anstrengung sein. Auch Herzstolpern oder Herzrasen gehören dazu. Das heißt aber nicht, dass jede Störung des Herzrhythmus gefährlich ist.

„Jeder Mensch fühlt hin und wieder Unregelmäßigkeiten beim Schlagen des Herzens“, erklärt Herzspezialist Priv. Doz. Dr. med. habil. Hartmut Goos, Chefarzt der Medizinischen Klinik III im Werner Forßmann Krankenhaus. „Ein beschleunigter Puls ist beispielsweise eine natürliche Reakti-

on bei Gefahr. Vor Angst und Anspannung kann einem das Herz bis zum Halsschlagen treten. Extraschläge oder Herzrasen öfter auf, sollte man die Ursache klären. Meistens kann der Arzt dem Patienten mit Medikamenten helfen und ihn von unnötiger Sorge befreien. Dabei ist es wichtig herauszufinden, ob sich hinter der Rhythmusstörung eine Herzerkrankung, ein Herzfehler oder zum Beispiel auch eine Schilddrüsenüberfunktion verbirgt.“

Diese Vielzahl an Möglichkeiten und die weite Verbreitung von Herzrhythmusstörungen in der Bevölkerung waren für die Deutsche Herzstiftung Anlass, das Thema ins Gespräch zu bringen. Priv. Doz. Dr. med. habil. Hartmut Goos lud dazu in das Paul Wunderlich Haus in Eberswalde ein. In Prenzlau gestaltete Christian Scheer in der Medizinischen Schule Uckermark ein „Bürgerforum“. Im Krankenhaus Angermünde war es der Leitende Oberarzt Dr. Elmar Grimm, der interessierten Zuhörern von seinen Klinikerfahrungen mit Herzrhythmusstörungen berichtete. Dabei spielten auch Fragen zur Herzschrittmachtherapie, zu Medikamenten gegen Rhythmusstörungen und zur chirurgischen

Bei einem Infekt sollte man niemals Sport treiben



„Eine häufige Form der Rhythmusstörung ist das Vorhofflimmern.“

Dr. Elmar Grimm



Therapie eine Rolle. Alle GLG-Krankenhäuser arbeiten bei der Diagnostik und Behandlung von Herz-Kreislauf-Krankheiten eng zusammen.

„Eine häufige Form der Herzrhythmusstörung ist das Vorhofflimmern“, sagt Dr. Elmar Grimm. „Dabei werden die Vorhöfe des Herzens ungeordnet elektrisch aktiviert. Es kommt zu vielen kleinen Impulsen, und die Herzkammern erhalten

Eine häufige Form der Rhythmusstörung ist das Vorhofflimmern

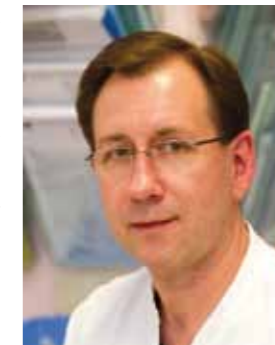
ten unregelmäßig elektrische Signale. Das ist nicht akut lebensbedrohlich, bringt aber ein erhöhtes Risiko für einen Schlaganfall mit sich.“

Der Übergang zwischen normal und krankhaft ist bei Herzrhythmusstö-

rungen fließend. Krankhaft bedeutet nicht immer gleich lebensgefährlich. Die Unterscheidung kann nur ein Internist oder Kardiologe treffen. Der normale Herzrhythmus liegt zwischen 60 und 100 Schlägen pro Minute. Bei seelischer oder körperlicher Belastung kann der Puls auf 160 bis 180 Schläge steigen. Behandlungsbedarf besteht bei Gefahr eines plötzlichen Herztodes oder Schlaganfalls, bei Auswirkungen auf die körperliche Leistungsfähigkeit oder auch Schwindelanfällen und dauerndem Unwohlsein.

Die Besucher der Informationsveranstaltungen, darunter auch Mitglieder der Selbsthilfegruppe „Herz Uckermark“, nahmen die Informationen mit Interesse auf. Jeder kann selbst etwas gegen Herzrhythmusstörungen tun. So sollte man besonders auf Normwerte beim Blutdruck achten, sich regelmäßig bewegen und Stress abbauen. Auch die Vermeidung von Infektionen trägt zur Vorbeugung bei. Die Ärzte sind sich einig: „Wen es in der kalten Jahreszeit erwischt, der sollte sich auf jeden Fall die nötige Zeit zum Gesundwerden nehmen.“

Die Besucher der Informationsveranstaltungen, darunter auch Mitglieder der Selbsthilfegruppe „Herz Uckermark“,



„Bei einem Infekt sollte man keinesfalls Sport treiben.“

Christian Scheer



„Jeder Mensch kennt Unregelmäßigkeiten beim Schlagen des Herzens.“

Priv. Doz. Dr. med. habil. Hartmut Goos

Priv. Doz. Dr. med. habil. Hartmut Goos bedankte sich insbesondere bei seinem Ko-Referenten, Hausarzt Dieter Gälke, sowie beim Barnimer Landrat Bodo Ihrke für dessen Unterstützung bei der Bereitstellung des Vortragsaales.



Neue GLG-Stipendien vergeben

„So sichern wir heute den Fachkräftenachwuchs von morgen“



„Ich freue mich schon auf die Arbeit bei der GLG und würde am liebsten in der Gynäkologie und Geburtshilfe einsteigen.“

Andrea Bachnick,
Medizinstudentin im 10. Semester



„Mich interessiert besonders die Innere Medizin. Das Stipendium finde ich toll.“

Andy Dobberstein,
Medizinstudent im 3. Semester



„Ich finde die Anästhesie interessant, aber auch eine spätere Niederlassung. Das wird sich noch zeigen.“

Sabrina Krüger,
Medizinstudentin im 8. Semester

Sechs junge Nachwuchsärztinnen und -ärzte können sich über ein GLG-Stipendium freuen. Mitte November unterzeichneten sie in der GLG-Zentrale in Eberswalde die Verträge.

„Ich freue mich, Sie in wenigen Jahren als Mitarbeiter willkommen heißen zu können!“ Mit diesen Worten empfing GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-Zimmermann die Nachwuchsmediziner. Zugleich beglückwünschte er sie: „Wir hatten in diesem Jahr sehr viele Bewerbungen für das Stipendium, die Auswahl war nicht einfach.“

Künftig unterstützt die GLG die Studenten bis zum Ende der Arztausbildung mit bis zu 500 Euro monatlich. Bedingung dafür ist es, nach dem Medizinstudium mindestens drei Jahre lang in Gesundheitsunternehmen der GLG zu arbeiten.

Vor vier Jahren wurde das GLG-Stipendium eingeführt. Seitdem konnte es insgesamt 30 mal vergeben werden. Sechs ehemalige Stipendiaten arbeiten schon in GLG-Unternehmen. Ziel des Stipendiums ist es, langfristig den Fachkräftenachwuchs zu sichern. Um Medizin studieren zu können, müssen die jungen Menschen die Region verlassen, weil es in Brandenburg kein

Medizinstudium gibt. „Wir wollen, dass sie anschließend wiederkommen“, sagte Harald Kothe-Zimmermann.

Die sechs neuen Stipendiaten studieren derzeit in Göttingen, Halle und Berlin. Auch über das Stipendium hinaus bleiben sie mit dem Unternehmen in Verbindung. Personalentwicklerin Sabine Hellwig ist mitverantwortlich, dass der Kontakt nicht abreißt. Selbstverständlich können die Stipendiaten ihre Berufspraktika in GLG-Gesundheitseinrichtungen absolvieren.

„Für mich ist das Stipendium ein Riesengewinn“, sagt Andy Dobberstein aus Templin, der im dritten Semester Medizin studiert. „Es schafft mir zeitlichen Freiraum, macht mich unabhängiger.“ Erfahren hat er von dem GLG-Stipendium durch einen Bekannten. Auch Andrea Bachnick aus Zepernick ist durch eine Studienfreundin darauf aufmerksam gemacht worden. Sie hat gerade ihr zweites Kind entbunden und empfindet das Stipendium als willkommene Unterstützung. „Für mich wie auch für viele andere ist es durchaus nicht einfach, immer die Gratwanderung zwischen Universität, Arbeit und Familie im Griff zu haben. Das GLG-Stipendium ist mir dabei eine wichtige Hilfe.“

Hilfen für Kinder mit psychischen Problemen

BAG-Tagung in Eberswalde

Anfang Oktober trafen sich Leitende Klinikärzte und Chefärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie aus ganz Deutschland zur BAG-Mitgliederversammlung und Herbsttagung im Martin Gropius Krankenhaus in Eberswalde. Dabei ging es um Kinder, Jugendliche und Familien mit psychischen Problemen.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Leitenden Klinikärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (BAG) setzt sich dafür ein, die seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen und Familien zu fördern. In der BAG sind 151 Kliniken und Tageskliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie aus allen Bundesländern organisiert.

„Nur die Hälfte der Kinder und Jugendlichen, die psychische Auffälligkeiten aufweisen, werden derzeit behandelt“, sagte Priv. Doz. Dr. Hubertus Adam, Chefarzt im Martin Gropius Krankenhaus und Gastgeber der Tagung. Um diese Situation zu verändern, müssten Versorgungswege für Kinder, Jugendliche und Familien mit psychischen

Problemen überprüft und gegebenenfalls ausgebaut werden, so dass sie quantitativ ausreichend und qualitativ hervorragend sind. Dabei muss auch darauf geachtet werden, dass bei der Einführung neuer Abrechnungssysteme in der Psychiatrie eine ausreichende Finanzierung

der sehr aufwendigen Versorgung von psychisch kranken Kindern und Jugendlichen gewährleistet ist, betonte die Bundesvorsitzende der BAG, Prof. Dr. Renate Schepker, aus der Klinik Weissenau in Ravensburg.

Ein weiterer wichtiger Punkt der Tagung bestand darin, spezifische neue Versorgungswege aufzuzeigen. Tanja Besier aus Ulm berichtete, dass vielfältige Belastungen von Familien dazu führen, dass Kinder psychische Auffälligkeiten entwickeln. Beispielsweise wenn ein Geschwisterkind körperlich chronisch krank ist, die Eltern an einer dauerhaften chronischen Erkrankung (z.B. Krebs) leiden oder Eltern selbst psychisch er-

krank sind. Präventive Angebote, ein niederschwelliger Zugang wie zum Beispiel fachlich begleitete Internetportale und insbesondere eine aufsuchende Diagnostik und Behandlung können eine Chronifizierung der Störung verhindern und frühzeitig helfen. Außerdem berichtete Dr. Tanja Besier darüber, dass Kinder und Jugendliche, die in Einrichtungen der Jugendhilfe stationär unterge-



bracht sind, gehäuft psychische Auffälligkeiten aufweisen, die bisher oft nicht versorgt werden und zu chronischen Problemen führen können. Eine aufsuchende diagnostische und therapeutische Tätigkeit von Kinder- und Jugendpsychiatern kann dazu führen, längere Krankenhausaufenthalte zu verhindern. Insbesondere letztgenannter Ansatz wird vom Martin Gropius Krankenhaus verstärkt umgesetzt, seitdem die Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik des Kindes- und Jugendalters federführend ein Modellprojekt des Landes Brandenburg betreibt. Dabei werden in Kooperation mit anderen Kliniken in Brandenburg Kinder und Jugendliche in Einrichtungen der Jugendhilfe vor Ort behandelt, die Teams vor Ort supervidiert und die Mitarbeiter in der Jugendhilfe qualifiziert. Das Projekt wurde im Sommer 2010 bewilligt. Aus diesem Anlass kam Staatssekretär Dr. Daniel Rühmkorf zur Tagung nach Eberswalde und machte hier deutlich, dass er diese Anstrengungen weiter unterstützen wird und auch in seiner Funktion als Politiker Anregungen an andere Bundesländer weitergeben möchte.



Prof. Dr. Renate Schepker (links), Chefarzt Priv. Doz. Dr. Hubertus Adam (rechts) und weitere Teilnehmer der Tagung im Gespräch.



Tipps zur gesunden Ernährung

3. Medizinischer Samstag von WHG und GLG

Wo liegt das richtige Maß für gesunde Ernährung? Dr. Angelika Schädler gab den Zuhörern des 3. Medizinischen Samstags in Eberswalde wertvolle Tipps. Zu der Veranstaltung Anfang Dezember hatte die GLG zusammen mit der Wohnungsgesellschaft WHG eingeladen.

berichtet sie. „Das Problem Übergewicht ist heute weltweit das größte Gesundheitsproblem und leider stehen die Deutschen in Europa an erster Stelle damit. Mehr als 50% der Erwachsenen sind übergewichtig, jeder fünfte Erwachsene ist adipös. Im höheren Alter finden sich 70%, bei Kindern und Jugendlichen 16% Übergewichtige. 6% der Kinder sind überernährt. Die Auswirkungen auf die Gesundheit sind katastrophal!

Nach dem aktuellsten DKV-Report „Wie gesund lebt Deutschland?“ vom August 2010 fallen jährlich zwischen 8 und 20 Milliarden Euro pro Jahr an Gesundheitskosten durch Übergewicht an. Wer ist dafür verantwortlich? Was kann man dagegen tun? Auf diese und viele weitere Fragen hatte die Ärztin sachkompetente Antworten.

„Grundsätzlich gilt immer, dass die Trias Ernährung, Bewegung und der Wille zur Veränderung eine Einheit bilden. Wird eine der drei Komponenten nicht bedient, dann lassen Erfolge auf sich warten, und Rückschläge sind

vorprogrammiert“, sagte die Expertin. „Jeder von uns kann selbst sehr viel für die eigene Gesundheit tun, denn die Gesundheitsrisikofaktoren, wie falsche Essgewohnheiten, übermäßiger Alkohol- und Nikotingenuss und mangelnde Bewegung, können nur wir selbst zum Positiven verändern.“

Natürlich muss man klar bekennen, dass viele weitere Faktoren Einfluss auf unser Essverhalten haben, wie z.B. Stresssituationen („Frustesser“). Aber auch hier gibt es inzwischen gute Lösungsansätze, Stress mental zu verarbeiten.

Last but not least haben auch Werbekampagnen der Nahrungsmittelindustrie einen großen Anteil daran, dass viele Menschen beim Einkauf von Lebensmitteln stark verunsichert sind. „Gerade Kinderlebensmittel werden zum Teil falsch beworben, sind zu süß und zu fett“, sagte Dr. Angelika Schädler. „Das alles darf uns nicht entmutigen. Denn Abnehmen kann jeder!“

Verzicht steht dabei nicht an erster Stelle, sondern vor allem muss man

lernen, „clever“ zu Essen. „Achten Sie darauf, den Zuckeranteil in der Nahrung gering zu halten, gesundes Eiweiß (mageres Fleisch, Fisch, Hülsenfrüchte) und mäßig Fette zu essen und bewegen Sie sich reichlich“, empfiehlt D. Angelika Schädler. „Denken Sie einfach daran, dass alles, was Sie essen, Energie produziert, die bei Bewegung im Muskel verbrannt wird und bei Inaktivität auf der Hüfte ansetzt. Genießen Sie leckere Gerichte und Süßigkeiten in Maßen – Qualität statt Quantität! – und unternehmen Sie ausgedehnte Spaziergänge. Stellen Sie sich eine Medizin vor, die so mächtig ist, dass sie die Gehirnchemie verändern kann, so vielseitig, dass sie eine Reihe von psychischen Problemen verhindern kann, dass sie, in Maßen eingenommen, fast ohne Nebenwirkungen ist und so billig, dass sie sich jeder leisten kann. Diese Wunderdroge ist körperliche Aktivität.“

Wer den Willen hat, sein Gewicht zu reduzieren, sollte dies unbedingt unter fachlich-qualifizierter Beratung tun. Nur so lassen sich frustrierende Rückschläge vermeiden.

Termine und Themen der nächsten „Medizinischen Samstage“ finden Sie im Internet unter www.glg-mbh.de.



Was ändert sich bei Lebensmitteln?

Fragen an Expertin Dagmar Otto

Dagmar Otto ist Diabetesberaterin in der Klinikum Barnim GmbH, Werner Forßmann Krankenhaus.

Leben & Gesundheit: Patienten mit Diabetes werden im Werner Forßmann Krankenhaus nicht mehr mit Diät- und Diabeteslebensmitteln versorgt. Warum?

Dagmar Otto: Wir orientieren uns an den Ernährungsempfehlungen der Deutschen Diabetesgesellschaft und der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Beide positionieren sich eindeutig und sagen, dass spezielle Nahrungsmittel für Diabetiker nicht erforderlich sind. Bei der Versorgung unserer Diabetespatienten verzichten wir aber auf mit Haushaltszucker gesüßte Getränke. Die sogenannten Diabetiker-/Diätlebensmittel werden in den nächsten zwei Jahren vom Markt verschwinden.

Das EU-Parlament hat sich über eine einheitliche Nährwertkennzeichnung geeinigt. Was ist der Hintergrund?

Dazu ist zu bemerken, dass bereits

jetzt auf etwa 80% der verpackten Lebensmittel eine Nährwertanalyse zu finden ist, in der die wichtigsten Angaben zum Gehalt an Energie, Fett, Kohlenhydraten, Eiweiß, Salz und anderen Inhaltsstoffen je 100g Lebensmittel bilanziert ist. Um die Lesbarkeit dieser Angaben zu verbessern, soll die aktuelle Mindestschriftgröße von drei Millimetern vergrößert werden. Viele Lebensmittel sind durchaus diabetestauglich, auch wenn es auf den Pakungen nicht extra vermerkt ist. Ein Diabetespatient kann anhand des jeweiligen Kohlenhydratgehalts pro 100g oder pro Portion die BE-Berechnung selbst vornehmen

Was ist mit der diskutierten Ampelkennzeichnung auf Lebensmitteln?

Eine Kennzeichnung nach Ampelprinzip wird es nicht geben, eine Bewertung nach rot, gelb, grün basiert nicht auf wissenschaftlichen Grundlagen.

Macht Schokolade gesund?

Senkt Schokolade das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen? Prof. Dr. Helmut Gohlke vom Vorstand der Deutschen Herzstiftung sagt: Vermutlich ja! Neue Erkenntnisse aus einer seit acht Jahren laufenden Studie des Deutschen Instituts für Ernährungsforschung in Potsdam weisen darauf hin, dass bestimmte Schokoladensorten das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle um

fast 40% senken könnten. Das wäre eine Wirksamkeit, die andere Präventionsmaßnahmen weit übertrifft. Flavonole, die vor allem in Bitterschokolade mit einem hohen Kakao-Anteil zu finden sind, sollen dafür verantwortlich sein. Allerdings führt ein tägliches Stück Schokolade mit 40 kcal in einem Jahr zu einer Gewichtszunahme von 1,5 kg – wenn man sich nicht ausreichend bewegt! Zur Ver-

brennung dieses Schokoladestücks wäre zum Beispiel ein zehnmütiger Spaziergang nötig. Deshalb Vorsicht: Schokolade macht dick! Außerdem sollten Schokolade-Esser besonders auf ihre Zähne achten. Apotheken bieten spezielle „Gesundheitsschokolade“ an. Schon zu Beginn des 19. Jahrhunderts gab es Schokolade in der Apotheke, bevor sie zu einem Massenprodukt wurde.



„Es geht nicht um Verzicht sondern darum, clever zu essen.“
Dr. Angelika Schädler

Lebensweise unterschwerwiegenden Krankheiten litten und deren Genesungsprozess durch Risikofaktoren, wie Übergewicht, Diabetes und hoher Blutdruck deutlich verzögert wurde“



69 Spender beteiligten sich im Oktober an der Blutspendeaktion im Rathaus Angermünde. Die GLG-Glücksfee ermittelte hier die 21-jährige Peggy Stegemann aus Pinnow als Reise-Gewinnerin. Sie durfte sich auf erholsame Tage im Baltik Hotel Zinnowitz auf Usedom freuen.



Urlaubsgrüße vom Blutspender

Horst Meyer aus Golzow war einer der Gewinner, der für seine Blutspende einen Reisegutschein für zwei Personen in der GLG-Zentrale entgegennehmen konnte. Insgesamt verlost die GLG im Laufe des Jahres 15 Erholungsreisen für Blutspender. „Ich wusste gar nicht, dass es eine Reise zu gewinnen gibt“, sagte der 57-jährige Leiter eines Agrarunternehmens erfreut.

Von seiner Reise schickte er eine Urlaubskarte: „Die GLG hat uns eine erlebnisreiches Wochenende ermöglicht, wofür wir uns herzlich bedanken möchten.“

Worum geht es bei der Typisierung?



Der Leitende Oberarzt der Klinik für Innere Medizin des Krankenhauses Prenzlau, Christian Scheer, und Chefarzt Dr. Uwe Knitter lassen sich typisieren.



Im Juli hatte die Initiative „Uckermark gegen Leukämie“ zur Typisierung im Plenarsaal des Landkreises aufgerufen. Zum Jahresende bedankten sich die Organisatoren bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Krankenhauses Prenzlau für die Unterstützung. „Insbesondere danken wir Dr. Uwe Knitter und Schwester Marianne Pallokat, die durch ihr Engagement freiwillige Helfer gewinnen konnten“, teilten die Initiatoren mit.

Was war der Anlass der Aktion?
Rund 11.000 Menschen erkranken in Deutschland jährlich an Leukämie. Für viele Patienten besteht in der Stammzellspende die einzige Chance auf Heilung. In der eigenen Familie liegt die Wahrscheinlichkeit, einen passenden Spender zu finden, nur bei 30%. Bei einem Typisierungstest wird anhand einer Blutprobe ein möglicher Spender ermittelt. In Deutschland gibt es mehr als drei Millionen registrierte Spendewillige. Um sich registrieren zu lassen, kann man sich an einen der rund 40 regionalen Knochenmarkspendevereine wenden.

Sie gaben Ihr Bestes – Danke!

Mehr als 1.000 zusätzliche Blutspenden durch GLG-Aktionen

Mit einer Vampirparty im Januar 2010 ging es los. Sie gab den Auftakt für eine lange Reihe besonderer Blutspendeaktionen, zu denen die GLG vor allem in das Paul Wunderlich Haus am Eberswalder Markt einlud. Immer gab es dabei etwas zu gewinnen.

An jedem letzten Dienstag im Monat verwandelte sich der Kreistagsaal im Paul Wunderlich Haus in eine Blut-

spendestation. Zwischen 60 und 100 Spender beteiligten sich jeweils an der Aktion. Die GLG arbeitete dabei mit der Blutspendezentrale vom Asklepios Klinikum Uckermark zusammen. Auch auf der Erlebnismesse „Mensch & Gesundheit“, die im Mai im Eberswalder Familiengarten stattfand, wurden an beiden Tagen reichlich Blut „gezapft“. Im Oktober ergänzte das Krankenhaus Angermünde die Aktionsreihe, indem es einen Blutspendetag im

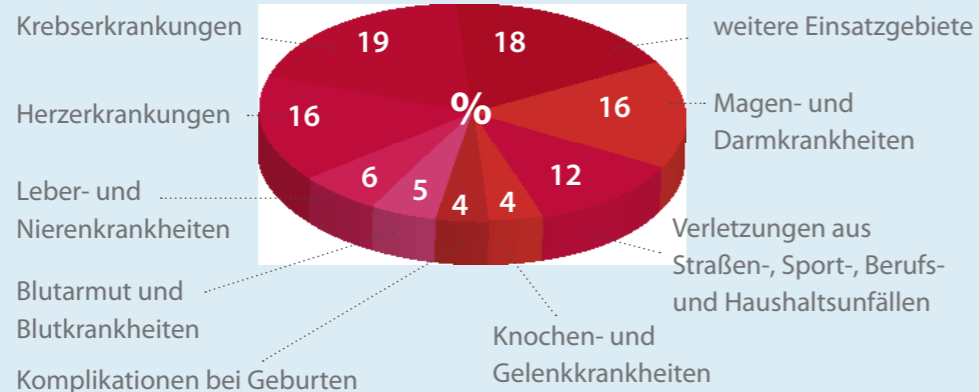
Rathaus der Stadt veranstaltete. „Alles in allem kamen so über 1.000 zusätzliche Blutspenden zusammen“, zog GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-Zimmermann am Jahresende Bilanz. „Wir danken allen, die bereit gewesen sind, uns ihr Bestes zu geben.“ Die GLG hat sich dafür auf originelle Weise erkenntlich gezeigt. An jedem Blutspendetag gab es eine Erholungsreise für zwei Personen zu gewinnen. Außerdem konnten Schüler, die sich

mit 18 Jahren zumeist als Erstspender beteiligten, für jede Spende eine Prämie von 20 Euro für das Klassenkonto verbuchen. Generell stand den Spendern immer ein reichhaltiges appetitliches Buffet zur Stärkung bereit. „Obwohl heute bei Operationen viel weniger Blut gebraucht wird, steigt der Bedarf“, sagte Harald Kothe-Zimmermann. „Das liegt daran, dass die medi-

zischen Möglichkeiten sich immer mehr erweitern und viel mehr Eingriffe als früher möglich sind. Außerdem benötigen auch Menschen mit chronischen Krankheiten das Blut. Nach wie vor gibt es für menschliches Blut keinen künstlichen Ersatz.“ Auch im Jahr 2011 sollen die Blutspendetage fortgesetzt werden – jeden letzten Dienstag im Monat im Paul Wunderlich Haus in Eberswalde.

Was geschieht mit Ihrem Blut?

Der überwiegende Teil der Blutkonserven wird nach Angaben des DRK-Blutspendedienstes zur Behandlung von Patienten mit chronischen Krankheiten eingesetzt. Nur 12 % des Blutes – weniger als oft vermutet – werden infolge von Unfällen benötigt.



Weshalb bekommt man nach der Blutspende einen Imbiss und etwas zu trinken?



Eine medizinische Begründung gibt es dafür nicht. Das Blutspenden senkt weder den Blutzuckerspiegel, noch verliert man dabei so viel Flüssigkeit, dass man den Verlust dringend ausgleichen müsste. Imbiss und Getränke haben vielmehr die Funktion, dem Spender eine angenehme Ruhe- und Erholungspause zu schenken, bevor er sich wieder dem Alltag zuwendet.

Zauber des Musicals



Im September erstrahlte die Angermünder Klosterkirche in ungewöhnlichem Licht. Eine faszinierende Laser-Illumination begleitete das Brandenburgische Konzertorchester bei der Darbietung bekannter Musical-Melodien. Die GLG hatte ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in die gotische Hallenkirche zu diesem beeindruckenden

Erlebnisse eingeladen, das von Veranstalter Michael Otto organisiert worden war. Das künstliche Licht erlaubte dem Publikum, Details der Bauwerkskunst einmal ganz anders zu sehen und das Konzert des Orchesters in außergewöhnlichem Ambiente zu genießen. Auch an kulinarische Freuden war an dem Abend gedacht. Als Gast begrüßte

GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-Zimmermann den Angermünder Bürgermeister Wolfgang Krakow. Besonders die gesanglichen Einlagen der Sopranistin Anna Güttner, die Stücke aus „Cats“, „Evita“ und „Phantom der Oper“ zu Gehör brachte, begeisterte das Publikum bei dieser restlos ausgetbuchten GLG-Kulturveranstaltung.

Swing Fever mit dem Polizei-Orchester

Zum Abschluss der diesjährigen GLG-Kultursaison trat Ende November die Jazz-Combo des Landespolizeiorchesters Brandenburg im EBU-Zent in Eberswalde auf. „Swing Fever“ nannten die sechs Musiker ihr „schwungvolles“ Programm. Das Publikum konnte in entspannter Atmosphäre Evergreens aus dem Jazz- und Dixielandbereich genießen. Für das leibliche Wohl war reichlich gesorgt. Der Erlös des Abends kam dem Netzwerk Gesunde Kinder Westuckermark zugute.



Tipps und Tricks von Mirja Boes

Vorhang auf für Mirja Boes: Die Künstlerin kam exklusiv für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der GLG nach Eberswalde. Im voll besetzten Saal der Hufeisenfabrik wurde sie von GLG-Geschäftsführer Harald Kothe-Zimmermann und einem kräftigen Vorschuss-Applaus des Publikums begrüßt.



Die quirlige Unterhalterin strapazierte die Lachmuskeln der Zuschauer durch ihren spitzfindigen Humor, den sie trotz Schwangerschaft in vollem Maß zur Geltung brachte. Sicherheitshalber

entbinde. Schließlich hatte sie es an diesem Abend mit einem größtenteils medizinisch gebildeten Publikum zu tun. Sie hatte für den Abend ihr neues Programm „Erwachsen werde ich

Mirja Boes war trotz Schwangerschaft nicht zu bremsen. Im voll besetzten Saal unterhielt sie das GLG-Publikum mit ihrem besonderen Humor.

erkundigte sie sich zu Beginn der Veranstaltung, ob ihr durch die Anwesenden geholfen werden könne, falls sie ihr Kind schon jetzt und hier

nächste Woche!“ mitgebracht. Es handelte unter anderem von Geschenken, die von den Beschenkten nicht immer gewünscht werden, gab Anleitungen zum Verhalten in peinlichen Situationen und ging immer wieder speziell auf Zwischenmenschliches ein, wobei die Männer „ihr Fett“ weg bekamen, was die Damen umso mehr erfreute. Auch Praktisches hatte sie im Gepäck – wie man beispielsweise mit einem Rotweinglas als Wasserwaage ein Regal an die Wand dübelt. Zum Schluss gab's Autogramme und wer wollte, konnte einmal mit der Künstlerin ganz individuell ins Gespräch kommen.

Hilfen für Angehörige psychisch Kranker

Anfang Oktober war das Martin Gropius Krankenhaus Gastgeber der 16. Landestagung des Verbandes der Angehörigen psychisch Kranker in Brandenburg. Unter dem Motto „Selbst betroffen?“ wurden Probleme und Hilfen für Familienangehörige von psychisch Erkrankten thematisiert. Zu den 80 Teilnehmern gehörten jedoch nicht nur Angehörige von Kranken, sondern auch professionelle Helfer. Als besondere Wertschätzung der Arbeit des Verbandes wurde die Anwesenheit von zwei Mitarbeitern des Ministeriums für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz angesehen. Prof. Dr. phil. habil. Johannes Jungbauer aus Aachen stellte in seinem Vortrag

Erkenntnisse der Angehörigenforschung vor und erläuterte auch Möglichkeiten und die Notwendigkeit der Entlastung von Familienangehörigen, wobei auch praktische Beispiele – z.B. Entspannungsverfahren und eigene Aktivitäten zum Ausgleich der Belastungen – nicht zu kurz kamen. Die Oberärztin der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie des Martin Gropius Krankenhauses, Christine Keller, widmete ihren Beitrag den Bedürfnissen einer bisher eher wenig beachteten Angehörigengruppe: den Kindern psychisch Kranker. Außerdem wurden spezielle Fragestellungen in Arbeitsgruppen erörtert und diskutiert. Im Ergebnis dieser Tagung waren

sich alle einig, dass auch in Zukunft die Angehörigen eine wichtige Aufgabe in der Versorgung psychisch Kranker zu leisten haben werden, dabei aber ihre eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen verlieren dürfen. Das Einfordern von notwendiger Hilfe, das regelmäßige Regenerieren eigener Kraftreserven und nicht zuletzt auch gegenseitige Unterstützung sind hierbei wichtige Faktoren. Der Landesverband und die Regionalgruppen der Angehörigen psychisch Kranker (im Landkreis Barnim die Selbsthilfegruppe „Mimose“ e. V.) bieten Beratung und praktische Unterstützung an und wünschen sich noch mehr aktive Mitglieder.

Gemeinsam für die Gesundheit der Region

Zur Stärkung der Gesundheitsförderung im GLG-Unternehmensverbund sowie in der Region haben die GLG und die AOK Berlin-Brandenburg eine Kooperation geschlossen. Im Mittelpunkt der kürzlich unterzeichneten Vereinbarung stehen Maßnahmen zur Gesundheitsförderung der mehr als 2.300 GLG-Mitarbeiter.

„Wir wollen die Gesundheitsförderung für unsere Beschäftigten weiter aus-

bauen“, sagte GLG-Geschäftsführer Matthias Lauterbach. „Wer in einem Gesundheitsunternehmen arbeitet, muss auch auf die eigene Gesundheit achten.“ Die Anforderungen für Beschäftigte im Gesundheitsbereich seien hoch. Zugleich steige auch hier der Altersdurchschnitt der Berufstätigen. „Nur wer selbst fit und motiviert ist, kann sich für das Wohlbefinden anderer in vollem Umfang einsetzen. Zusammen mit der AOK wollen wir unseren Weg als gesundheitsfördernd-

des und familienfreundliches Unternehmen konsequent fortsetzen.“ In den AOK-Servicecentern in Eberswalde und Prenzlau wird die Gesundheitskasse künftig Kursräume für die GLG zur Verfügung stellen, in denen für die Klinikbeschäftigten verschiedene Präventions- und Gesundheitskurse organisiert werden sollen.

„Wir wissen, wie anstrengend der Klinikalltag sein kann“, sagte der für die Region zuständige AOK-Unternehmensbereichsleiter Marek Ryzdewski. „Wir wollen die GLG-Mitarbeiter mit unseren Präventionskursen unterstützen. Natürlich stehen wir auch in allen Fragen zum Thema Krankenversicherung zur Seite.“

Ein weiteres Ziel der Kooperation soll sein, die Arbeit von regionalen Netzwerken und Vereinen im Bereich Gesundheit zu stärken. Zusammen sollen zudem Ideen für innovative Gesundheitsangebote entwickelt werden.



Bewerberstammtisch

Wie man sich bewirbt und wie die Arbeit im Krankenhaus abläuft, was mit dem GLG-Verhaltenskodex gemeint ist und vieles mehr erfuhren die Schülerinnen und Schüler im November beim „Bewerberstammtisch“ im Krankenhaus Prenzlau. Wertvolle Tipps zum Wunschberuf schrieben die Besucher aus der Philipp Hackert Oberschule gleich mit. Robert Schindler, Pflegeschüler im 3. Ausbildungsjahr, konnte ihnen Eindrücke aus eigener Erfahrung vermitteln. „Jedes Jahr bilden wir zwölf neue Bewerber in der Krankenpflege aus“, sagte Praxisanleiterin Marianne Pallokat. „Wir stellen fest, dass der Noten-



durchschnitt der Schulabgänger allgemein sinkt. Pflege verlangt ein gutes Allgemeinwissen. Wobei der menschliche Faktor, die soziale Kompetenz, hier stärker zählt als die Eins in Mathe.“

Wer sich für eine Ausbildung bei der GLG interessiert, erhält Informationen in der GLG-Personalabteilung, Rudolf-Breitscheid-Straße 36, in 16225 Eberswalde.



„Soziale Kompetenz zählt mehr als eine Eins in Mathe.“

Marianne Pallokat,
Praxisanleiterin im
Krankenhaus Prenzlau

Neu im Team der GLG: Einstellungen vom 01.09.2010 bis 15.11.2010

GLG Gesellschaft für Leben und Gesundheit

Verwaltungsdienst: Mirko Pfeifer, Tillmann Putlitz, Frank Schaphorst, Kersten Steiniger, Anja Winkler

GLG Ambulante Pflege- & Service GmbH

Pflegedienst: Cindy Bachmann, Petra Baumann, Irmtraut Bleck, Christian Hingst, Michaela Huwe, Silke Krüger, Wolfgang Müller, Ivonne Neumann, Christina Sittkus, Kathleen Strehl, Anja Struwe

GZG, Klinisches Hauspersonal: Anika Bittner
Wirtschafts- u. Versorgungsdienst: Antonia Kain, Heiko Meyer, Marion Selke

Klinikum Barnim GmbH

Ärztlicher Dienst: Katharina Blinsein, Michael Büschges, Oliver Heideprim, Samer Kharasa, Franziska Kuntze, Susanne Lehmann, Maijana Linhard, Thomas Michel, Helge Reichert, Andrea Schwarz, Arne Siedler
Pflegedienst: Paul Adler, Rene Bartsch, Jürgen Bethke, Sophia Bischoff, Anne Böttcher, Nadine Brandenburg, Isabell Dehnert, Antje Draeger, Tobias Dziedo, Franziska Elsholz, Jessica Freitag, Lysann Gieseler, Tino Gläser, Jessica Grosenick, Raik Günterberg, Verena Hansmann, Sabrina Hesse, Nicole Kirschke, Stefanie Labitzki, Franceska Maerker, Celine

Mierig, Michael Mieseler, Aileen Mulemba, Anne Netz, Jennifer Pietsche, Marvin Purkert, Julienne Rätzer, Jessica Rothenstein, Alexander Ruch, Susanne Schemorga, Tony Schulz, Karina Schuster, Sina Seeger, Anne-Kathrin Skor, Laura Thiemer, Anne Weißhaupt, Salia Wuthe
Med.-techn. Dienst: Jenny Bahr, Brigitte Heyer, Manuela Krebs, Georg Röske, Sabine Wröbel

Funktionsdienst: Andrea Dräger, Maria Krause, Susan Müller, Christina Proft
Weiteres Personal: Saskia Brösel, Maik Gronka, Jens Mielke, Theresa Schröder, Juliane Woigsch

Martin Gropius Krankenhaus

Ärztlicher Dienst: Milena Koch, Johannes Mühlenkamp, Alina Sassenberg
Pflege- u. Erziehungsdienst: Mara Buchholz, Jan Durchstecher, Matthias Kasko, Ulrike Kleis, Iris Körner, Anika Lemke, Luisa Pach, Julia Peterl, Elisa Renne, Denise Spalek, Jasmin Speer, Marcel Wilke, Stefanie Ziesak, Isabell Zisper
Ergotherapeuten: Katja Bauermann, Franziska Simon, Marie Sperling
Psychologen: Elisabeth Heukamp, Jan Jeworutzki, Mario Meyer
Sozialarb./Sozialpäd.: Anika Jihlawez, Patrick

Marischka, Astrid Schmidt
Küche: Kathleen Huber, Andrea Malchow, Rene Matthes, Tobias Raschke, Katrin Schröder
Zivildienst: Marvin Brabant
MEG
Ärztlicher Dienst: Anke Sommer
Med.-techn. Dienst: Siegfried Czieslik
Funktionsdienst: Lisa Kramer, Judith Sander, Nadine Thiele

Krankenhaus Angermünde

Ärztlicher Dienst: Eick Fritzsche, Nadja Kaiser, Maria Kokkou
Pflegedienst: Sandra Grobnick, Anne Lindner, Julia Rohde, Anne Seiffert
Med.-techn. Dienst: Andrea Freitag, Katharina Schindler, Janine Wiggert
Funktionsdienst: Antje Peplow

Krankenhaus Prenzlau

Med.-techn. Dienst: Claudia Krüger
Pflegedienst: Sarah Albrecht, Julia Blumenroth, Juliane Frank, Luise Haase, Lisa Herklotz, Jessica Hinz, Benjamin Lemke, Joe Noé, Richard Schulz, Raik Tiepke
MVZ Prenzlau GmbH, Funktionsdienst: Jennifer Kuhreich, Carola Sommer
REHAZENT, Ärztlicher Dienst: Slawomir Czuchra

Fernsehtipps

Samstag, 15. Januar

SWR. 12:20 Uhr: *Nachcafé Medizin mit unbegrenzten Möglichkeiten?*

Was die moderne Medizin leistet, war früher undenkbar. Operationsroboter übernehmen das Skalpell, implantierte Chips unterstützen Sehen und Hören, Ärzte behandeln Querschnittgelähmte mit Stammzellen aus Embryonen. Welche Fragen wirft der scheinbar unbegrenzte Fortschritt auf?

Donnerstag, 20. Januar

MDR. 21:00 Uhr:

Hauptsache gesund

Knochenschwund stoppen

Jede zweite Frau über 50 erkrankt an Osteoporose. Mit der richtigen Ernährung und einem passenden Training kann man dem Substanzverlust der Knochen entgegenwirken.

Freitag, 21. Januar

arte. 21:45 Uhr:

Therapie mit LSD

LSD ist als Droge bekannt. Aktuell werden wissenschaftliche Studien mit dem Halluzinogen durchgeführt: Hat LSD therapeutisches Potenzial?

Donnerstag, 27. Januar

ZDF. 9:05 Uhr

Volle Kanne – Praxis täglich
Schwerhörigkeit bei Kindern

GLG-Spezial:

Jeden letzten Freitag im Monat

ODF. 18:00 Uhr: Nachrichten mit dem Gesundheitstipp

Jeden Monat

TVAL – Fernsehen für die Uckermark. Das GLG-Studiogespräch

Für Radiofreunde:

Freitags 11:00 bis 12:00 Uhr
OldieStar (UKW 104,9 MHz)
Service Club Gesundheit und Wohlbefinden

Kurzfristige Programmänderungen sind möglich.

Die interessante Leserfrage

Schlafwandeln auf dem Dach – gibt es das wirklich?

Kerstin Fritsche, 17291 Prenzlau

Die Frage beantwortet Dr. Ulrike Meier-Lieberoth, Leiterin des Schlaflabors im Martin Gropius Krankenhaus in Eberswalde:

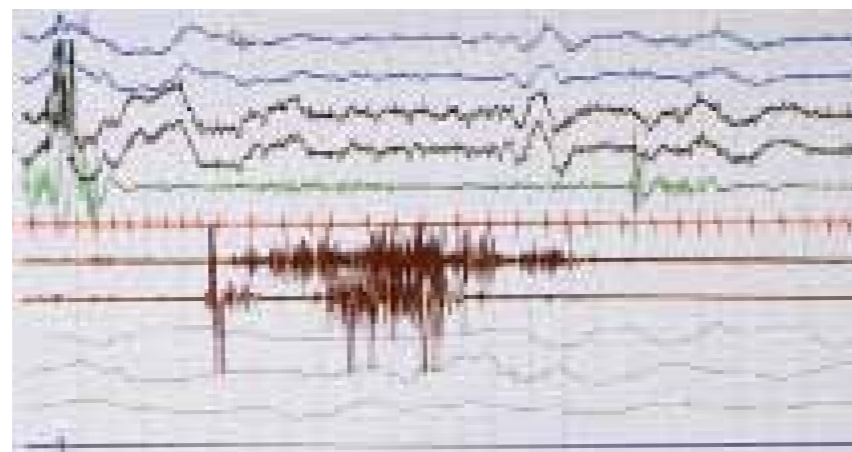
Jeder kennt die Geschichte vom Schlafwandler auf dem Dach, der abstürzt, wenn man ihn anspricht und plötzlich weckt. Tatsächlich kann es sein, dass Menschen, die schlafwandeln, in Gefahr geraten. Ob es nun das Dach ist oder ob sie den Balkon betreten oder eine Treppe. Es gibt Berichte von Menschen, die im Schlafanzug gesehen wurden, wie sie in einer Einkaufspassage umherirrten. Das sogenannte Schlafwandeln, eigentlich Somnambulismus, gehört zur Gruppe der Parasomnien – das heißt, die Betroffenen vollführen im Schlaf komplexe Handlungen bzw. zeigeneigenartige Entäußerungen. Eine Erinnerung bezüglich dieser Aktivitäten besteht am nächsten Tag nicht.

Differentialdiagnostisch müssen Parasomnien von dissoziativen Störungen sowie Epilepsien durch eine Untersuchung im Schlaflabor abgegrenzt werden. Parasomnien treten nicht nur isoliert auf, sondern werden auch durch andere Erkrankungen in ihrer Entstehung begünstigt. Dies ist für die Behandlungskonzeption entscheidend. Im Allgemeinen kann Schlafwandeln sowohl durch Medikamente als auch durch kontrolliertes Wecken und Psychotherapie behandelt werden, wenn es als isolierte Störung auftritt. Im anderen Fall wird die Grunderkrankung therapiert.

Es wird nicht häufig vorkommen, dass man einen Schlafwandler auf dem Dach entdeckt. Falls doch, kann es sich auch um eine jener gartenzwergähnlichen Figuren handeln, die neuerdings als „Dachschmuck“ angeboten werden und nach Behauptung der Hersteller stark im Trend liegen sollen.



Dr. Ulrike Meier-Lieberoth



Beider Untersuchung im Schlaflabor werden Augenbewegungen, Hirnströme, Muskelaktivitäten, EKG, Atmung und andere Parameter aufgezeichnet und ausgewertet. Für die Patienten der GLG stehen wohnortnah an drei Standorten schlafmedizinische Fachabteilungen zur Verfügung – im Krankenhaus Angermünde, im Martin Gropius Krankenhaus und in der Kinderklinik des Werner Forßmann Krankenhauses in Eberswalde.

Raten und gewinnen

SILBENRÄTSEL

Aus den folgenden 47 Silben sind 14 Begriffe zu bilden, deren Anfangsbuchstaben - fortlaufend gelesen - eine Erkrankung des Herzens benennen:

Ber – bo – by – di – en – ex – fie – flu – frak – ge – gen – gen – gra – haut – he – in – ka – la – mam – macht – me – ment – mi – mo – nach – o – ohn – on – pe – phie – ra – re – ri – rinth – rö – schuss – sor – tä – teln – ten – ti – tre – tur – va – xen – ze – za.

1. _____
Krampfadern
2. _____
Kurze Bewusstlosigkeit
3. _____
Teil des Auges, Iris
4. _____
Plötzlicher starker Rückenschmerz
5. _____
Chirurgischer Eingriff
6. _____
Knochenbruch
7. _____
Erhöhte Körpertemperatur
8. _____
Teil des Innenohres
9. _____
Virusgrippe
10. _____
Heilmittel, Arzneimittel
11. _____
Röntgenuntersuchung der weiblichen Brust zur Tumorerkennung
12. _____
Gliedmaßen
13. _____
Kinderkrankheit
14. _____
Diagnostische und therapeutische Maßnahmen nach abgeschlossener Therapie.

Rätsellösung und Gewinner

Gesucht wurden in Ausgabe 3/2010 folgende Begriffe:

Appendix, Arterien, Katheter, Syphilis, Feuermal, Kehlkopf, Psychose, Epidemie. Das Lösungswort hieß: ARTHROSE

Verlost wurden zwei Gutscheine für die Natur-Therme Templin und ein Ricola-Badetuch. Aus den eingesendeten Postkarten zog die GLG-Glücksfee folgende Gewinnerin: Brigitte Grußendorf aus 16244 Schorfheide. Herzlichen Glückwunsch! Die Gutscheine und das Badetuch kommen mit der Post.

Impressum

Herausgeber GLG Gesellschaft für Leben und Gesundheit mbH
Verantwortlich im Sinne des Presserechts: Harald Kothe-Zimmermann
Redaktion: Andreas Gericke
Layout: Grit Götz, Kathrin Kraft
Fotos: Hans Wiedl, Sören Tetzlaff, Klaus Mihatsch, Andreas Gericke, GLG-Archiv
Rätsel: Monika Streller
Druck: Druckerei Nauendorf, Angermünde
Auflage: 5.000
Redaktionsschluss 03. 12. 2010



Vorschau



Ein Auge zum Anfassen

7. Erlebnismesse „Mensch & Gesundheit“

Es lohnt sich, diesen Termin jetzt schon „im Auge“ zu behalten – im wahrsten Sinne des Wortes. Denn das menschliche Auge wird auf der 7. Erlebnismesse „Mensch & Gesundheit“ im Familiengarten Eberswalde eine besondere Rolle spielen. Zwei volle Tage läuft ein Non-Stop-Programm rund um die Gesundheit – zum Staunen und Mitmachen für Jung und Alt. Zur 6. Erlebnismesse im Frühjahr 2010 kamen mehr als 11.000 Besucher. Zur 7. Erlebnismesse werden mindestens ebenso viele erwartet. „Zu den besonderen Attraktionen zählt diesmal ein begehbares Augenmodell“, verrät GLG-Eventmanagerin Heidi Eckbrett vorab und empfiehlt: „Das sollten Sie auf keinen Fall verpassen!“



Rudolf-Breitscheid-Straße 36
16225 Eberswalde
Telefon 03334/69 21 05
Internet: www.glg-mbh.de

Alles für Ihre Gesundheit