

# Leben!

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



## WENN DAS HERZ UM HILFE KLOPFT

### DIE SCHILDDRÜSE

Kleines Organ  
mit großer Wirkung

### WILLKOMMEN IM ONKO-CAFÉ

Ein Platz für Gedanken-  
und Erfahrungsaustausch



**Gesundheitsholding**  
Tauberfranken



## Wenn das Herz um Hilfe klopft

Rund um die Uhr. Volle Kraft voraus. Niemals abschalten. Über lange Zeit sind sich das Herz und sein Besitzer sehr ähnlich. Wenn unsere Schaltzentrale keinen anderen Ausweg sieht, um Dauerbelastung und Stress zu quittieren, ist schnelles Reagieren gefragt. Was sich nur anfühlt wie Müdigkeit und ein leichter Druck in der Brust, kann eine Herzerkrankung sein.

# inhalt

## kurz&knapp

- 4 Nachrichten aus der BBT-Gruppe

## titel

- 6 Wenn das Herz um Hilfe klopft
- 11 Neueste Technik für Herzpatienten

## gesund&lecker

- 12 Kürbis – die größte Beere

## schilddrüse

- 14 Wenn die Drüse etwas im Schilde führt

## standpunkt

- 18 Alt sein – jung fühlen

## nahdran

- 20 Nachrichten aus den Einrichtungen im Main-Tauber-Kreis

## blickpunkt

- 22 „Hier weiß jede, wie ein Leben mit Krebs ist“
- 24 70 Jahre Caritas-Krankenhaus

## altersmedizin

- 26 Endlich wieder selbstständig

## rätsel&co.

- 30 Kinderseite
- 31 Kreuzworträtsel

## momentmal

- 32 Impuls

## service

- 34 Veranstaltungstipps und Kontakt

## Wenn die Drüse etwas im Schilde führt

Es gibt Dinge, die sind so unnötig wie ein Kropf – ein Kropf zum Beispiel. Weil sich Menschen fernab von Meeresküsten eher fischarm ernähren, nehmen viele zu wenig Jod auf. Eine mögliche Folge ist eine Wucherung des Schilddrüsengewebes.



## Endlich wieder selbstständig

Mit über 80 treten häufig verschiedene Krankheiten gleichzeitig auf und dann kommt plötzlich ein Sturz hinzu und alles gerät aus dem Gleichgewicht. In der Altersmedizin sind Vernetzung und Verzahnung besonders wichtig, weil der Patient möglichst ganzheitlich behandelt werden muss – dann kann es schnell wieder bergauf gehen.



Im Internet geht's weiter:  
[www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)



Dr. Oliver Schmidt

Liebe Leserinnen  
und Leser,



Foto: istockphoto

## Hier weiß jede, wie ein Leben mit Krebs ist

Sie sind nicht nur gekommen, um sich von Fachkräften medizinische Ratschläge und Hilfestellungen für den Alltag zu holen. Das „Onko-Café“ im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim bietet Frauen mit Brustkrebs und anderen gynäkologischen Krebserkrankungen auch Platz zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch.



Diamantene Hochzeit, Eiserne Hochzeit, Gnadenhochzeit – 70 Jahre als Ehepaar durch dick und dünn zu gehen, ist nur wenigen vergönnt. Je älter wir werden oder eben je länger ein Paar zusammen ist, desto wichtiger wird es auch, „halbe“ Jubiläen zu feiern, zurückzublicken und auf das, was war, das Glas zu erheben.

Wenn Institutionen feiern, dann meist die klassischen Jubiläen: 50, 75, 100, 125 Jahre. Nun feiern wir in der Gesundheitsholding Tauberfranken in diesem Jahr 50 Jahre Krankenhaus Tauberbischofsheim und 70 Jahre Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim. Diese 70 Jahre sind zwar kein ganzes Jubiläum, aber im Rahmen der Heimattage Baden-Württemberg ebenfalls ein Grund zu feiern. „Das Caritas“ steht für 70 Jahre Gesundheitsversorgung. Viel hat sich in diesen 70 Jahren verändert. Aus einer Kaserne wurde ein Ort, an dem seither Tag für Tag versucht wird, den Patienten in ihrer Krankheit gerecht zu werden und ihnen die bestmögliche medizinische und pflegerische Versorgung anzubieten.

Aus einer zunächst vor allem für Tuberkulosekranke konzipierten Einrichtung wurde ein moderner Zentralversorger mit einem umfangreichen medizinischen Leistungsangebot mit zwölf medizinischen Fachbereichen und drei Medizinischen Versorgungszentren (MVZ). „Das Caritas“ und das Krankenhaus Tauberbischofsheim stehen gemeinsam für wohnortnahe umfassende und moderne medizinische Versorgung.

Jubiläen dienen nicht allein dem Rückblick. Sie dienen auch dem Ausblick: Wo geht es hin mit der medizinischen Versorgung? Es gilt, das pflegerische und medizinische Angebot auf hohem Niveau weiterzuentwickeln. Auch der Weg der baulichen und technischen Erneuerung ist weiterzugehen. Hierfür stehen etwa der Neubau der Psychiatrie in Tauberbischofsheim und die Erneuerung des zweiten Herzkatheterlabors im „Caritas“. Darüber hinaus sind die Einrichtungen der Gesundheitsholding Tauberfranken größter Ausbilder im Main-Tauber-Kreis. Damit tragen die beiden Standorte wesentlich zur fachkompetenten und zukunftsfähigen Gesundheitsversorgung in der Region bei.

Immer wieder regen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Sorge um unsere Patienten neue Gruppen und Treffen an. In diesen Gruppen stützen sich Patientinnen und Patienten gegenseitig, sei es durch Sport und andere Aktivitäten, sei es durch die bloße Begegnung und den Austausch. Dies erleben zum Beispiel Patientinnen im Onko-Café, über das wir in dieser Ausgabe von „Leben!“ ebenfalls berichten.

Ihnen eine gute Lektüre,

Ihr

Dr. Oliver Schmidt  
Hausoberer Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim  
und Krankenhaus Tauberbischofsheim



## TIPPS FÜR DIE KINDGERECHTE MEDIENNUTZUNG

### FACEBOOK, WHATSAPP & CO.

Die Nutzung der digitalen Medien spielt nicht nur im Leben der Erwachsenen, sondern auch in dem vieler Kinder und Jugendlicher eine große Rolle. Mit dem ständig steigenden Angebot sind die Eltern jedoch oft unsicher, inwiefern sie Einfluss auf den genutzten Inhalt und die Sicherheit ihrer Kinder im Netz nehmen können. Die Initiative „SCHAU HIN! Was Dein Kind mit Medien macht“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und öffentlichen Sendern gibt Tipps für einen verantwortungsbewussten Umgang mit den Medien. Die Webseite liefert unter anderem Informationen über die Unterstützung der ersten Schritte im Netz, bietet eine Übersicht von kindgerechten Apps und Webseiten und zeigt Möglichkeiten auf, wie Eltern spielerisch den Überblick über die Nutzungsgewohnheiten ihrer Kinder behalten. Die Seite liefert Informationen über die wichtigsten Neuigkeiten und aktuellen Entwicklungen in der Medienwelt.

Weitere Informationen unter [www.schau-hin.info](http://www.schau-hin.info)

## WIE UNSERE EINSTELLUNG DAS EMPFINDEN TRÜGT

### SCHMECKEN: REINE KOPFSACHE

„Wenn du das Gemüse isst, gibst's auch ein Stück Schokolade.“ Die Einstellung zum Essen wird bereits im Kindesalter geprägt. Doch mit solchen vermeintlichen Belohnungen suggeriert man dem Nachwuchs, dass Gemüse zwar nicht so gut schmeckt wie Schokolade, aber trotzdem sein muss, und prägt dadurch ein negatives Image der gesunden Nahrungsmittel. Dass der menschliche Körper biologisch darauf eingestellt ist fett- und zuckerhaltige Lebensmittel zu präferieren, um Polster für Zeiten der Nahrungsmittelknappheit anzulegen, macht das Ganze nicht unbedingt leichter. Dennoch konnten Forscher der Universität Kiel feststellen: Je bewusster man sich seiner Ernährung ist und der damit in Verbindung stehenden Gesundheit, desto besser schmecken auch die gesunden Lebensmittel.

Es ist also alles eine Frage der Einstellung: Unsere Gedanken geben den Geschmack vor.



## GEMEINSAMES PROJEKT DES BISTUMS TRIER UND DEN SENIORENEINRICHTUNGEN

### SEELSORGE FÜR ÄLTERE MENSCHEN

Wie lässt sich die Seelsorge in den Einrichtungen der stationären Altenhilfe auch dann gewährleisten, wenn die Pfarrgemeinden dafür kaum noch personelle Ressourcen aufbringen können? Eine Antwort gibt nun ein gemeinsames Projekt des Bistums Trier mit mehreren großen Trägern von Altenhilfeeinrichtungen wie der BBT-Gruppe, der Marienhaus Stiftung, der Caritas Trägergesellschaft Saarbrücken und den Franziskanerbrüdern vom Heiligen Kreuz. Demnach sollen bestehende und erprobte Strukturen in der Zusammenarbeit zwischen Gemeinden und Einrichtungen weiter gestärkt und ehrenamtliche Mitarbeitende als seelsorgliche Alltagsbegleiterinnen und -begleiter qualifiziert werden. Kernstück des Projekts ist die Qualifizierung von hauptamtlichen Mitarbeitenden der Einrichtungen, die dann mit kirchlicher Beauftragung als sogenannte Mitarbeitende in der Seelsorge einzelne Aufgaben wie Gespräche, Begleitung von Angehörigen, gottesdienstliche Feiern übernehmen werden. Der erste Kurs für die Qualifizierung von Mitarbeitenden soll im Februar 2017 beginnen.

## ÄNDERUNGEN AB 2017

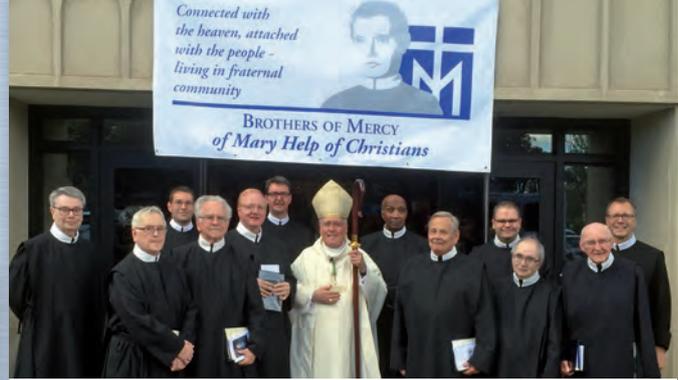
### VON PFLEGESTUFEN ZU PFLEGEGRADEN

Um die Versorgung von pflegebedürftigen Menschen besser an deren Bedürfnisse anzupassen, steht im Jahr 2017 eine Reform der Pflegestufen an. Bisher standen hauptsächlich die körperlichen Einschränkungen bei der Einteilung der Pflegestufen im Mittelpunkt. Mit den umbenannten Pflegegraden wird nun auch die psychische Verfassung begutachtet. Die Bedürfnisse von Demenzzkranken werden stärker berücksichtigt. Für alle, die 2017 erstmals einen Antrag auf Pflegeleistungen stellen, wird ein neues Begutachtungsverfahren (NBA) genutzt, um die Pflegebedürftigkeit festzustellen.

Anhand von sechs unterschiedlich gewichteten Kriterien wird der Grad der Selbstständigkeit des Betroffenen ermittelt und daraufhin ein Vorschlag für einen bestimmten Pflegegrad an die jeweilige Pflegekasse übermittelt. Wer 2016 bereits eine anerkannte Pflegestufe hat, wird nicht erneut begutachtet.

Die Umwandlung von den drei Pflegestufen zu fünf Pflegegraden erfolgt nach einem festgelegten Schema. Der Pflegegrad 1 betrifft hierbei Menschen, die im Rahmen des alten Systems noch keinen Anspruch auf Unterstützung hatten.

Weitere Informationen unter [www.bmg.bund.de/themen/pflege](http://www.bmg.bund.de/themen/pflege)



## BARMHERZIGE BRÜDER VON MARIA-HILF

### VEREINIGUNGSFEIER

Am 1. September 2016 fand in Clarence die liturgische Vereinigungsfeier der US-amerikanischen Region der Barmherzigen Brüder von Montabaur mit der Kongregation der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf unter dem Vorsitz des Bischofs von Buffalo, Richard J. Malone, statt. Während dieser Feier erhielten die amerikanischen Brüder die Lebensform, das Ordenskleid und den Profess-Ring der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf – überreicht von Bruder Peter Berg, dem Generaloberen. Gemeinsam erneuerten alle anwesenden Brüder vor dem Bischof ihre Gelübde. Somit zählt die Gemeinschaft der Barmherzigen Brüder von Maria-Hilf nun 60 Brüder, die in neun verschiedenen Ländern leben und wirken. Die Einrichtungen der Barmherzigen Brüder mit weit über 12.000 Mitarbeitenden sind Teil und Ausdruck des Wirkens der Ordensgemeinschaft in der Welt von heute.

## THERAPIE BEI DEPRESSIONEN

### SPORT HILFT AUCH DER PSYCHE

Vier bis fünf Millionen Menschen leiden in Deutschland an Depressionen. Nicht nur ein psychisches Problem, sondern dies kann auch zu einigen körperlichen Erkrankungen führen. So wird Typ-2-Diabetes durch Depressionen begünstigt, auch Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind ein häufiger Begleiter. Um das Herzinfarkt-Risiko zu reduzieren, sollten Erkrankte ihr Herzfettgewebe verringern. Die Umstellungen des Körpers, die eine Depression mit sich bringt, können zur Zunahme von Herzfettgewebe führen und somit das Herz-Kreislauf-System belasten. Im Rahmen einer Studie untersuchte die Medizinische Hochschule Hannover (MHH), wie sich eine strukturierte Sporttherapie auf depressive Patienten auswirkt. Die Probanden nahmen, zusätzlich zu ihrer individuellen Psychotherapie und der Psychopharmakotherapie, an einem sechswöchigen Gerätetraining für Kraft und Ausdauer teil. Ergebnis: Rund zehn Prozent ihres Herzfettes verloren die Teilnehmer nach den sechs Wochen.



# WENN DAS HERZ UM HILFE KLOPFT





Text: Angelika Prauß | Fotos: Bert Bostelmann, Christel Nowak

Rund um die Uhr. Volle Kraft voraus. Niemals abschalten. Über lange Zeit sind sich das Herz und sein Besitzer sehr ähnlich. Wenn unsere Schaltzentrale keinen anderen Ausweg sieht, um Dauerbelastung und Stress zu quittieren, ist schnelles Reagieren gefragt. Was sich nur anfühlt wie Müdigkeit und ein leichter Druck in der Brust, kann eine Herzerkrankung sein.

**V**olker Eckert führte bis zum 24. Juni 2016 ein durchgetaktetes Leben – um fünf Uhr stand der erfolgreiche Unternehmer auf, machte ein paar Liegestütze, trank schnell einen Kaffee, war kurz nach sechs in seinem Büro oder auf Baustellen und blieb dort oft bis 19, 20 Uhr. Bis den 51-jährigen Familienvater ein schwerer Herzinfarkt aus dem Takt brachte. Nur weil die Rettungskette perfekt funktionierte und er rechtzeitig ins Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim eingeliefert wurde, konnte sein Leben gerettet werden.

Kaum etwas deutete an diesem heißen Sommertag darauf hin, dass er sich am Abend im Herzkatheterlabor bei Chefarzt Privatdozent Dr. Mathias Borst wiederfinden würde. Wie jeden Freitagnachmittag ließ der sportliche Unternehmer die Woche beim Fußballspielen in seiner Altherrenmannschaft ausklingen. Nach dem Training wurde er ungewöhnlich müde, spürte einen Druck auf der Brust und legte sich in den Schatten. Seine Kameraden sahen gleich, dass mit ihm etwas nicht stimmte, riefen den Rettungswagen zu dem abgelegenen Fußballplatz und fuhren den Rettern sogar ein Stück

entgegen. „Sie haben keine Zeit verplempert“, erinnert sich Eckert dankbar.

#### LEBENSBEDROHLICHE LAGE

Als die Notärztin nach dem EKG von Herzinfarkt sprach, merkte er, dass es doch „was Ernstes“ war. Die Leitstelle checkte die Krankenhauskapazitäten und schickte den Patienten ins „Caritas“. „Ich habe noch gebetet, dass ich zu den richtigen Ärzten komme.“ Wenig später habe Dr. Borst vor ihm gestanden – „ein großer Mann mit beruhigender Stimme“.



**Nachuntersuchung: Zwei Monate nach dem Infarkt fühlt sich Volker Eckert wieder leistungsfähig und fit.**



**Eingriff am Herzen: Im Herzkatheterlabor werden Untersuchungen und minimalinvasive Eingriffe durchgeführt. Wichtigste therapeutische Einsatzmöglichkeit ist die Notfallbehandlung bei Herzinfarkt.**

Der Chefarzt hatte nach dem Eingang des Notrufs binnen 20 Minuten sein Team aus dem beginnenden Wochenende im Herzkatheterlabor zusammengetrommelt. „Eines von drei Herzkranzgefäßen war komplett verschlossen“, erinnert sich Dr. Mathias Borst an die lebensbedrohliche Lage.

### EINSATZ EINES STENTS

Von alledem bekam Volker Eckert nichts mit. Der Kardiologe führte seinem Notfallpatienten routiniert einen Katheter mit Stent vom rechten Unterarm aus in das vordere linke Herzkranzgefäß ein. „Er hat mir erklärt, was er macht. Wir haben gescherzt und Smalltalk betrieben“, sagt Eckert. „Es fühlte sich gar nicht an wie zwischen Leben und Tod – erst im Nachhinein habe ich erfahren, wie knapp die ganze Sache war.“

Notfälle wie dieser gehören zum Alltag von Intensivmediziner Borst, der seit

zwölf Jahren im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim tätig ist. Im hochtechnisierten Herzkatheterlabor kann er schnell einen Zugang zum Herzen legen, etwa um einen Engpass am Herzkranzgefäß mit einem Stent aufzudehnen, damit die Durchblutung schnell wiederhergestellt und so Schaden vom Herzmuskel abgewendet wird. Im Herzkatheterlabor sind aber auch andere diagnostische und therapeutische Eingriffe möglich: Es dient zugleich als OP. Hier können Chefarzt Dr. Borst und sein Team Herzpatienten einen Defibrillator implantieren oder einen Herzschrittmacher einsetzen, um einen drohenden Herzstillstand zu vermeiden. Bei Patienten mit schwer einstellbaren Herzrhythmusstörungen ist es hier mithilfe der sogenannten Ablation unter 3-D-Navigation sogar möglich, krankhafte Leitungsbahnen und Erregungsherde zu veröden und so die Rhythmusstörungen auf Dauer zu beseitigen.

Dr. Borst ist froh, seinen Patienten solche Untersuchungen und minimalinvasiven Eingriffe anbieten zu können. Dadurch könne die Überlebenschance der Betroffenen deutlich verbessert werden. „Wir führen hier aber keine Operationen am offenen Herzen durch, weil man dafür eine Herz-Lungen-Maschine benötigt“, erklärt der Mediziner. Die Bad Mergentheimer Schwerpunktambulanz arbeitet in solchen Fällen eng mit der Universitätsklinik im 40 Kilometer entfernten Würzburg zusammen. „Jeden zweiten Dienstag kommt ein Herzchirurg aus Würzburg zu uns, und wir besprechen im Team anstehende Eingriffe.“

### NACH DER OP SCHNELL WIEDER MOBIL

Durch die modernen Behandlungsverfahren seien heute deutlich weniger große Herzoperationen nötig, erklärt der Chefarzt. Früher sei den Patienten sechs



Es fühlte sich gar nicht an wie zwischen Leben und Tod – erst im Nachhinein habe ich erfahren, wie knapp die ganze Sache war.

Volker Eckert



Herzgefäße im Blick: Wo der Katheter sich genau befindet, zeigt der Bildschirm.

Wochen strikte Bettruhe verordnet worden. „Man sagte: ‚Das Herz braucht Zeit.‘ Dabei steigt bei zu langer Bettruhe die Gefahr von Thrombosen und Embolien.“ Heute würden die Patienten schnell mobilisiert, „einen Tag nach der OP sitzen sie schon wieder auf der Bettkante“.

Das glaubte auch Volker Eckert, als sich der Kardiologe am Morgen nach seiner Einlieferung nach seinem Befinden erkundigte. „Ich fühlte mich blendend, außer einem leichten Druck in der Herzgegend, den ich auf den Eingriff am Vortag zurückführte.“ Bei dem Arzt indes schrillten die Alarmglocken. „Ich hörte ihn zur Schwester sagen: Informieren Sie das Notfallteam“, erinnert sich der Patient. Zehn Minuten später lag er wieder auf dem Herzkatheter-Tisch. Trotz der verabreichten Blutverdünnungsmittel hatte sich ein weiteres Blutgerinnsel im eröffneten Herzkranzgefäß gebildet.

**Dr. Borst zeigt am Modell, wo sich Engstellen bilden können.**





Viel über gesunde Lebensführung lernte Volker Eckert in der Reha-Klinik. Dazu gehörte auch das tägliche körperliche Training unter ärztlicher Kontrolle.

Es musste sofort entfernt werden, und stärkere Medikamente waren notwendig. Nach zehn Tagen konnte Volker Eckert das Krankenhaus verlassen und ging in eine dreiwöchige Reha in die nur zwei Kilometer entfernten Kliniken Dr. Vötisch. Hier trainierte er täglich unter Beobachtung der Ärzte seine Belastungsfähigkeit und nahm an Schulungen über gesunde Lebensführung und Entspannungskursen teil.

#### WIE EIN ZWEITER GEBURTSTAG

Bei der ambulanten Nachuntersuchung zwei Monate später fühlt er sich wieder leistungsfähig und fit. Das Belastungs-EKG zeigt eine völlig normale Belastbarkeit, und im Ultraschall ist die Pumpkraft des Herzmuskels fast normal. Dennoch wird Volker Eckert in Zukunft mehr Rücksicht auf sein Herz nehmen müssen, damit dieses gute Ergebnis erhalten

bleibt. Dazu gehört auch die Einnahme von Tabletten, die das Herz dauerhaft entlasten und den erneuten Verschluss einer Herzkranzarterie verhindern. Dr. Borst empfiehlt, es mit dem Fußball etwas lockerer angehen zu lassen und dafür weiterhin Ausdauersport und Freizeitaktivitäten wie Bergwandern zu betreiben.

Volker Eckert hat erfahren, dass sein Herz trotz einer gesunden Lebensweise und ausreichend Bewegung die Reißleine gezogen hat. Vielleicht war es der Stress und sein Perfektionismus bei der Arbeit. Der Herzinfarkt war für ihn „kein Schuss vor, sondern einer in den Bug“. Er habe sich „den Stress auch schönegeredet; ich war schon ziemlich eingespannt“. Das will er in Zukunft ändern, Arbeit auch mal an sein Team abgeben, mehr Zeit für seine Frau Sabine und die drei heranwachsenden Kinder haben, regelmäßiger essen und „mehr leben und genießen“. Der 24. Juni sei sein „zweiter Geburtstag“, sagt der schlanke Mann. Er habe eine zweite Chance bekommen, „der Schöpfer meint es gut mit mir“.



Erfahren Sie mehr  
im Internet:  
[www.bbtgruppe.de/leben](http://www.bbtgruppe.de/leben)

## NICHT LANGE ZÖGERN!



Typische Anzeichen eines Herzinfarktes sind plötzlich einsetzende, länger als fünf Minuten anhaltende starke Schmerzen hinter dem Brustbein und auf der linken Brustseite. Diese können bis in den Hals oder auch in den Rücken, den Oberbauch und die Arme ausstrahlen. Häufige Begleiterscheinungen sind Engegefühl in der Brust, Übelkeit, Atemnot, kalter Schweiß, Blässe, Unruhe und Angst. Rufen Sie bei diesen Symptomen sofort den Notarzt unter der Nummer 112.

Nicht immer sind die Anzeichen eindeutig, so kann der typische Schmerz hinter dem Brustbein

fehlen und stattdessen treten Schmerzen im Hals- und Kieferbereich, im Rücken oder auch Oberbauch auf. Bei Frauen kann sich ein Infarkt auch eher mit Übelkeit, Bauchschmerzen und Schwindel zeigen.

Ein Herzinfarkt kann sich ankündigen. Verdächtig sind zum Beispiel Schmerzen im Brustkorb, die bei Belastung oder psychischem Stress auftreten und dann wieder verschwinden. Treten solche Beschwerden immer wieder auf, sollten Sie dies unbedingt mit dem Arzt besprechen.

# Neueste Technik für Herzpatienten



Das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim und das Krankenhaus Tauberbischofsheim sichern gemeinsam die klinische Versorgung von herzkranken Patienten in unserer Region. Zahlreiche diagnostische Untersuchungen, aber auch Eingriffe wie die Implantation von Herzschrittmachern werden im Krankenhaus Tauberbischofsheim seit Jahren von einem erfahrenen Team durchgeführt.

Durch die enge Kooperation mit der Kardiologie des Caritas-Krankenhauses können Patienten im Akutfall zum Beispiel bei Herzinfarkt oder zur weiteren Abklärung und Behandlung schnell ins Herzkatheterlabor nach Bad Mergentheim gebracht werden. Denn die Diagnose und Therapie von Herzerkrankungen ist ein besonderer Schwerpunkt im Caritas-Krankenhaus. Die Kardiologen (Fachärzte für Herzerkrankungen) bieten hier die komplette Diagnostik bei koronaren Herzerkrankungen, Herzrhythmusstörungen, Herzklappenfehlern und Herzinsuffizienz an. Zugleich verfügen sie über ein breites Spektrum an modernen therapeutischen Möglichkeiten.

Anfang August wurde im Caritas-Krankenhaus die Modernisierung des

zweiten Herzkatheterlabors abgeschlossen und eine komplett neue Anlage in Betrieb genommen. Beide Herzkatheteranlagen erfüllen alle Anforderungen an einen OP, sodass hier nicht nur Katheteruntersuchungen, sondern auch operative Eingriffe unter permanenter Röntgenkontrolle durchgeführt werden können.

## Notfallbehandlung bei Herzinfarkt

Wichtigste therapeutische Einsatzmöglichkeit ist die Notfallbehandlung bei Herzinfarkt. Hier werden mithilfe eines feinen Katheters verschlossene Herzkranzgefäße wieder eröffnet und die Durchblutung wiederhergestellt. Auch schon im Vorfeld, etwa bei verschlossenen oder verengten Herzkranzarterien oder bei Angina pectoris, kann die Behandlung im Herzkatheterlabor einen drohenden Infarkt verhindern.

Moderne Therapiemöglichkeiten bietet das Herzkatheterlabor auch bei Herzrhythmusstörungen oder Herzschwäche. Dazu gehört die Implantation von Herzschrittmachern oder speziellen Systemen (Defibrillatoren, CRT-Systeme).

Zur Diagnostik und Therapie von schwer behandelbaren Herzrhythmusstörungen bietet „das Caritas“ außerdem modernste Verfahren an wie die Elektrophysiologischen Untersuchungen (EPU) und Katheterablationen unter 3-D-Navigation.

Diese können die Ursache der Rhythmusstörung direkt am Herzen dauerhaft beseitigen und so die lebenslange Einnahme von Medikamenten vermeiden.

## Minimalinvasive Eingriffe statt aufwändige OPs

Minimalinvasive Eingriffe erlauben außerdem die Behandlung von strukturellen Herzerkrankungen, die früher oft nur mit aufwändigen Herzoperationen möglich waren: So ist der interventionelle Verschluss des Vorhofohrs mit einem Schirmchen eine sichere und wirksame Möglichkeit zur Vermeidung von Hirnembolien bei Vorhofflimmern. Die kathetergestützte Implantation von biologischen Aortenklappenprothesen (TAVI) führen Kardiologen des Caritas nahezu wöchentlich im Team des Universitätsklinikums Würzburg im dortigen Hybrid-OP durch.

Für die Sicherheit der Patienten besonders wichtig ist, dass im Caritas-Krankenhaus rund um die Uhr zwei moderne Herzkatheterplätze zur Verfügung stehen. Selbst wenn ein Saal für geplante Eingriffe genutzt wird, ist eine permanente Versorgung von Notfällen, etwa bei akutem Herzinfarkt, rund um die Uhr garantiert.

## Ansprechpartner:

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim

Krankenhaus Tauberbischofsheim



**Priv.-Doz.  
Dr. Mathias M. Borst**  
Chefarzt Medizinische Klinik 1  
Uhlandstraße 7  
97980 Bad Mergentheim  
Tel.: 07931/58-2158  
www.ckbm.de



**Dr. Helmut Reinwald**  
Chefarzt  
Abteilung Innere Medizin  
Albert-Schweitzer-Straße 37  
97941 Tauberbischofsheim  
Tel.: 09341/800-1226  
www.khtbb.de

# Kürbis – die größte Beere

In kräftigem Gelb oder Orange strahlen sie uns besonders während der goldenen Jahreszeit an: Kürbisse. Von Chutney über Suppen bis zu Aufläufen – die schweren Früchte sind vielseitig zuzubereiten. Und gesund sind sie noch dazu. Gönnen Sie sich ruhig öfter das Vitaminwunder.

## MULTITALENT

Seine wertvollen Inhaltsstoffe machen den Kürbis zu einem wahren Allrounder. Wer unter Blasen- und Prostatabeschwerden leidet, sollte beherzt zugreifen. Das Fleisch besteht zu circa 90 Prozent aus Wasser und die Kombination aus viel Kalium, aber wenig Natrium wirkt harntreibend. Bei Prostataleiden kann der hohe Zinkanteil helfen.

Aktiven Zellschutz und eine entzündungshemmende Wirkung bringt das Beta-Carotin mit sich. In unserem Körper wird dieses dann zu Vitamin A weiterverarbeitet – einem wichtigen Nährstoff für unsere Sehkraft.

Damit wir in der Herbst- und Winterzeit nicht die Laune verlieren, schenkt uns der Kürbis ein natürliches Antidepressivum. Die in den Kernen enthaltene Aminosäure Tryptophan wird zur Produktion des Glückshormons Serotonin benötigt.

Die hohe Menge an sättigenden Ballaststoffen unterstützt unseren Körper beim Abtransport von Giften, Fetten und Schadstoffen. Zusätzlich weist das Fleisch pro 100 Gramm nur etwa 26 Kilokalorien auf und unterstützt uns so auch optimal beim Abnehmen. Kürbisse sind damit auch für Diabetiker ein wertvoller Bestandteil des Speiseplans.

## WELTENBUMMLER

Kartoffeln und Kürbisse dürften sich nicht erst im Suppentopf begegnet sein – denn wie auch die Kartoffel stammt der Kürbis ursprünglich aus Amerika. Aber auch andere Länder wie Japan züchteten fleißig, sodass es heutzutage rund 800 Sorten gibt, wovon um die 200 essbar sind. Der Kürbis zählt wie seine botanischen Schwestern, die Melone und die Gurke, zu den Beeren, da die Kerne frei im Fruchtfleisch liegen. Aufgrund seiner Schale ist der Kürbis genauer gesagt eine Panzerbeere.

## DIE QUAL DER WAHL

Für welche Sorte soll ich mich entscheiden? Der ursprünglich aus Japan stammende orangerote Hokkaido ist der perfekte Einsteiger-Kürbis, da auch seine Schale verzehrt werden kann. Weiterhin werden oft angeboten der gelbe birnenförmige Butternut mit einem nussig-buttrigen Aroma, der Spaghettikürbis, dessen Fleisch nach dem Garen in lange Fäden zerfällt und das sehr mild schmeckt, sowie der Gelbe Zentner. Er empfiehlt sich besonders für Süßspeisen und Eingemachtes.



KÜCHENMEISTER  
ARNOLD MÖSELER EMPFIEHLT:

## KÜRBISCREMESUPPE „SCHÖNFELD“

Für 4 Personen, Zubereitungszeit ca. 45 Min.

1 Kürbis (Hokkaido, evtl. mit Schale, oder Muskatkürbis) 1,2 – 1,5 kg  
1 Zwiebel, ca. 250 g, 30 g Öl  
1 l Gemüse- oder Geflügelbrühe  
300 g Sahne, 100 g Butter  
4 Stück Garnelen (Größe 8/12)  
Je ein frischer Thymian- und Rosmarinzwieg  
4 dünn geschnittene Scheiben Frühstücksspeck  
120 g Kürbiskerne  
Salz, weißer Pfeffer, Ingwerpulver, frisch geriebene Muskatnuss und je nach Wunsch etwas Curry

Den Kürbis schälen, halbieren und die innere Füllung entnehmen. Das Fruchtfleisch in kleinere Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Das Öl im Kochtopf erhitzen, die Zwiebel und die Kürbisstücke anschwitzen. Mit der Brühe ablöschen und circa 15 bis 20 Minuten leicht köcheln lassen, mit Salz, Pfeffer, Ingwerpulver und Muskat abschmecken. Die in Stücke geschnittene Butter hinzugeben. Die Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anrösten. Bei den Garnelen die Schale – und falls vorhanden den Darm – entfernen, waschen und abtupfen. Die Garnelen in den Speckscheiben einrollen und mit Pfeffer würzen. Mit etwas Butter und den Thymian- und Rosmarinzwiegen garen. Die Suppe fein pürieren, durch ein Sieb passieren und im Kochtopf nochmals zum Kochen bringen. Die Sahne zugeben und nicht mehr kochen. Nochmals fein abschmecken. Die Suppe anrichten, mit den gerösteten Kürbiskernen bestreuen und mit der warmen Garnele garnieren.

**Guten Appetit!**



Arnold Möseler leitet seit 32 Jahren die Küche auf dem Schönfelderhof in Zemmer. Er ist vielfach ausgezeichnet, u. a. Grand Prix Culinaire, Luxemburg 1984, Koch des Jahres 1995, Deutscher Meister in Berlin mit der Köche-Regionalmannschaft Rheinland-Pfalz-Saarland 1998, Mitglied der Deutschen Köchenationalmannschaft 1997 bis 2004. Sein Motto: „Kochen ist eine Kunst, Kochen ist Leidenschaft und mit die Erfüllung meines Lebens!“

### GUT ZU WISSEN!

Beim Einkauf gilt es, drei Dinge zu beachten: Der Kürbis darf nicht glänzen, der Stiel muss noch dran sein und es muss hohl klingen, wenn man auf den Kürbis klopft. Übrigens: Viele Sorten des Zierkürbisses sind giftig und somit nur zum Dekorieren, nicht aber zum Verzehr geeignet. Im Supermarkt sind diese aber entsprechend gekennzeichnet.

# WENN DIE DRÜSE ETWAS IM SCHILDE FÜHRT

Es gibt Dinge, die sind so unnötig wie ein Kropf – ein Kropf zum Beispiel. Weil sich Menschen fernab von Meeresküsten eher fischarm ernähren, nehmen viele zu wenig Jod auf. Eine mögliche Folge ist eine Wucherung des Schilddrüsengewebes. Allerdings können sich Fehlfunktionen des Organs in einer Vielzahl weiterer Symptome zeigen und einem arg zusetzen.





**D**as kleine Organ ist so etwas wie die Hormonfabrik des Körpers, deshalb kommt ihm eine Schlüsselfunktion für den gesamten menschlichen Organismus zu. Ohne Schilddrüse wäre ein Mensch nicht lebensfähig, denn gerät die körpereigene Produktion von Hormonen aus dem Gleichgewicht, drohen gesundheitliche Beschwerden.

So lassen sich die Ursachen von Herzrhythmusstörungen wie Tachykardien oder Vorhofflimmern bisweilen ebenso in der Schilddrüse ausmachen wie eine verstärkte Schweißbildung oder anhaltende Müdigkeit oder neurologische Beeinträchtigungen bis hin zu Wortfindungsstörungen. Fehlfunktionen können sich sowohl in Schlaflosigkeit als auch in stetigem Schlafbedürfnis äußern, erläutert Professor Stefan Weiner.

## **SYMPTOME HÄUFIG DIFFUS**

Der Chefarzt der Inneren Medizin II/Endokrinologie im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier zeigt das Dilemma auf: Weil die Symptome häu-

fig diffus und auch widersprüchlich erscheinen können, fällt der Verdacht nicht immer auf Anhieb auf die Schilddrüse als Quelle allen Übels.

Bleibt eine Fehlfunktion aber unbehandelt, sind Folgeerkrankungen wie Bluthochdruck und Herzprobleme programmiert oder es droht gar eine thyreotoxische Krise, eine schwerwiegende und oft lebensbedrohliche Form der Schilddrüsenüberfunktion.

Soweit muss es nicht kommen. Schließlich lässt sich rasch feststellen, ob eine Fehlfunktion vorliegt. So wird mit der Bestimmung des TSH-Werts ermittelt, wie viel Hormone das Organ ins Blut abgibt. Das in der Hirnanhangdrüse gebildete TSH reguliert die Produktion von Hormonen in der Schilddrüse, allen voran von Thyroxin (T4) und Trijodthyronin (T3). Ist der Wert zu hoch, liegt eine Unterfunktion vor, bewegt er sich unterhalb des Normbereichs, handelt es sich um eine Überfunktion. Bei einer Unterfunktion muss die Schilddrüse stärker stimuliert und mehr TSH ausgeschüttet werden – und umgekehrt.



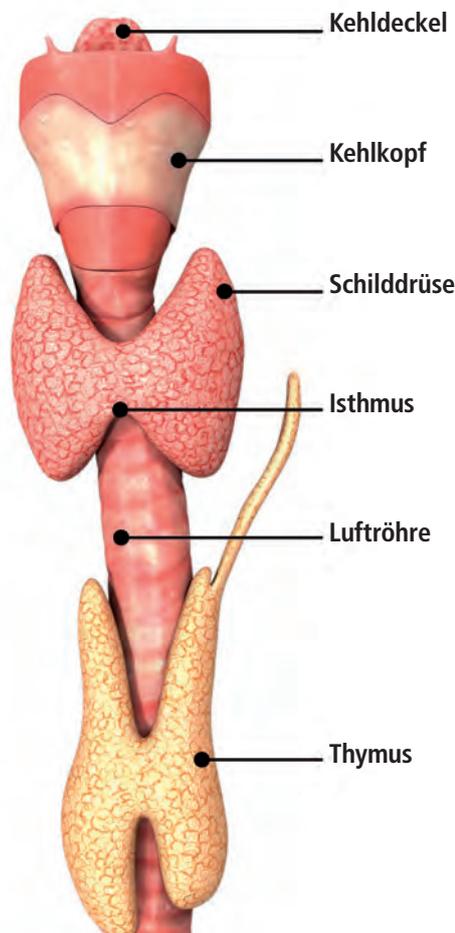


Foto: istockphoto

Häufig ist der Blick in den Spiegel der Auslöser, um zum Arzt zu gehen: Sitzt der Kragen oder die Kette zu eng? Auch Druck- oder Schluckbeschwerden können Anzeichen sein, dass die Schilddrüse nach innen wächst. Zeigt die Ultraschalluntersuchung eine Vergrößerung, gibt ein Szintigramm genauere Auskunft.

## Die Schilddrüse

Gerade mal rund 30 Gramm schwer und damit so leicht wie ein Spatz ist die Schilddrüse. Sie liegt einigermaßen verborgen, weshalb die meisten wohl Schwierigkeiten hätten, die exakte Lage ihrer Schilddrüse zu benennen: Im Hals in Höhe des Kehlkopfs befindet sich das schmetterlingsförmige Organ. Die dort erfolgende Produktion von Hormonen beeinflusst den Stoffwechsel des gesamten menschlichen Körpers. Für die Bildung der Hormone ist das Spurenelement Jod unerlässlich. Der vermehrte Einsatz von Jodsalz hat die Erkrankungszahlen zwar spürbar verringern können, doch handelt es sich nach wie vor um ein weit verbreitetes Leiden.



### DEN HORMONWERT BESTIMMEN

Die Ermittlung des TSH-Werts wird vom niedergelassenen Mediziner in die Wege geleitet; falls nicht, sollte der Patient ihn darauf ansprechen. Besteht eine Fehlfunktion, wird die Diagnostik vertieft. Nun gilt es, die Konzentration der Schilddrüsenhormone T3 und T4 zu bestimmen. Erst wenn eine abschließende Diagnose vorliegt, kann die Therapie starten. Wobei sich drei mögliche Behandlungsoptionen anbieten: die medikamentöse Therapie, eine vollständige bzw. teilweise Entfernung der Schilddrüse oder eine Behandlung mit radioaktivem Jod. Gemeinsam mit dem Patienten entscheidet der Arzt, welches die erfolversprechendste Therapie ist.

Bei Schilddrüsen-OPs handelt es sich um Routineeingriffe, sagt Professor Dr. Detlef Ockert, Chefarzt der Abteilung für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie des Brüderkrankenhauses, und nicht alle haben die Beseitigung eines

Foto: istockphoto

Kropfes zum Ziel; manche dienen auch der Entfernung eines Schilddrüsentumors oder der Behandlung eines Morbus Basedow, einer immunbedingten Schilddrüsenüberfunktion. Die OP verläuft nahezu immer ohne Komplikationen, die Chancen auf eine Heilung sind bestens. Mithilfe spezieller Hormonpräparate lässt sich die Funktion der Schilddrüse in aller Regel problemlos ersetzen.

## SZINTIGRAFIE ZEIGT STÖRUNGEN

Bei der Abklärung von Schilddrüsenerkrankungen greifen Mediziner auf spezielle Verfahren zurück, darunter die Szintigrafie. Hierbei wird über die Vene eine schwach radioaktive Substanz in den Körper gegeben. Diese hat keine Nebenwirkungen und ermöglicht es, nach

etwa 20 Minuten eine aussagekräftige Aufnahme der Schilddrüse zu machen. Die Szintigrafie wird hauptsächlich zur Abklärung von Knoten und Schilddrüsenüberfunktionen eingesetzt.

Häufig ist die Erkrankung auch kaum mehr zu übersehen – dann, wenn sich die Schilddrüse derart vergrößert, dass sich ein Kropf oder Struma bildet. Diese meist gutartige Wucherung des Schilddrüsengewebes ist auf einen Mangel an Jod zurückzuführen. Bei vielen Betroffenen vollzieht sich die Vergrößerung des kleinen Organs anfangs völlig beschwerdefrei, ab einer gewissen Größe jedoch macht sich der Kropf unangenehm bemerkbar: etwa in Form von Schluckbeschwerden oder dem Gefühl, der eigene Hals würde zugeschnürt. Dass ein Kropf auch ein

unliebsamer Hingucker ist, erhöht den Leidensdruck erheblich. Wer also den Verdacht hegt, an einer Fehlfunktion seiner Schilddrüse zu leiden, sollte nicht warten, bis ihm sprichwörtlich der Kragen zu platzen droht.



„Operationen an der Schilddrüse sind Routineeingriffe“, sagt Professor Dr. Detlef Ockert.

## Karzinome sind sehr selten

Dr. Fadie El Odeh, Oberarzt der Abteilung für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie im Brüderkrankenhaus Trier, beantwortet die wichtigsten Fragen zur Schilddrüse und deren Behandlung.



### Wann führt bei Erkrankungen der Schilddrüse kein Weg an einer Operation vorbei?

Wenn medikamentös nicht zu behobende Beschwerden wie Schluckstörungen auftreten oder eine durch die Schilddrüse bedingte Atemnot vorliegt. Auch wenn bösartige Veränderungen selten sind, lässt sich trotz vielfältiger Untersuchungen eine endgültige Diagnose oft nur durch eine Operation der Schilddrüse mit teilweiser oder vollständiger Entfernung des Organs stellen. Auch bei Entzündungen der Schilddrüse, der sogenannten Morbus Basedow, erzielt die Chirurgie sehr gute Behandlungsergebnisse.

### Was geschieht nach der OP einer gutartigen Erkrankung?

Die Patienten werden meist bereits zwei Tage nach der OP beschwerdefrei entlassen. Noch im Krankenhaus wird die Hormonersatztherapie eingeleitet, die auch deshalb lebenslang durchgeführt werden muss, damit sich nicht erneut ein Kropf bildet. Die Dosis des Schilddrüsenhormons ist unter anderem abhängig von

der Menge des verbliebenen gesunden Schilddrüsengewebes. Nach vier Wochen sollte vom Hausarzt der Hormonspiegel im Blut bestimmt und die Dosis entsprechend angepasst werden. Eine Ultraschall-Kontrolle ist nach sechs Monaten und danach einmal jährlich sinnvoll.

### Wie gestaltet sich die Nachbehandlung bei einem Schilddrüsenkarzinom?

Schilddrüsenkarzinome sind sehr selten. Wurde eines nachgewiesen, ist – von wenigen Ausnahmen abgesehen – eine Nachbehandlung mit Radiojod angezeigt. Hierbei handelt es sich um eine Bestrahlung durch einen radioaktiven Stoff, Jod-131, den der Patient in Form einer Kapsel einnimmt. Die Behandlung erfolgt über einige Tage stationär. Die Nachsorgeuntersuchungen bestehen aus sonografischen Kontrollen in halbjährlichem, später jährlichem Intervall. Zudem wird regelmäßig das Schilddrüsen-Protein Thyreoglobulin als Tumormarker im Blut bestimmt. Die Langzeitprognose ist meist sehr gut.



Foto: istockphoto

# ALT SEIN – JUNG FÜHLEN

Ob wir wirklich Angst vor dem Alter haben sollten und wie man die Herausforderungen des Lebens im Ruhestand meistern kann – im Interview mit Katharina Schmitz zeigt der Altersforscher Professor Dr. Frieder R. Lang die Notwendigkeit eines Perspektivwechsels auf und richtet den Fokus auf eine gute Vorbereitung.

Professor Dr. Frieder R. Lang ist Leiter des Instituts für Psychogerontologie (IPG) an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg und rief Anfang dieses Jahres eine Beratungsstelle für „Gesundes Altern“ ins Leben.



Foto: Karen Köhler

**Menschen möchten heute gerne möglichst alt werden – aber nicht alt sein. Das Alter(n) ist in unserer Gesellschaft eher negativ behaftet. Woher rührt das?**

Jeder ist früher oder später mit dem Alter konfrontiert und sieht auch seine Altersgenossen, die ebenfalls älter werden. Oft fühlen sich Menschen jünger als sie sind. **Vielleicht um sich so von „ihrer“ Altersgruppe abzugrenzen.** Wenn sich die 60- bis 70-Jährigen mit anderen älteren Menschen vergleichen, stellen sie fest: „Ich bin ja gar nicht so wie die anderen und fühle mich doch noch ganz jung.“ **Es sind also oft die Älteren selbst, die das Alter und alte Menschen negativ bewerten.**

**Der Abschnitt nach dem Beruf wird gerne „goldener Herbst“ genannt. Der eine hat noch viel vor, der andere fällt in ein Loch. Wie kann man sich auf diesen Abschnitt vorbereiten?**

Das ist eine zentrale Frage, die wir erforschen. Wohl nicht wenige Menschen stellen sich die Zeit zwischen 65 und 75 als etwas wie den längsten Urlaub ihres Lebens vor. Aber selbst der kürzeste Urlaub wird dann meist besser und bis ins Detail geplant und vorbereitet. Den sogenannten goldenen Herbst bezeichnen Altersforscher meist als drittes Lebensalter. Eine verlängerte Midlife-Phase, die als Befreiung von der Berufstätigkeit bei noch guter Gesundheit erlebt wird. Dennoch bringt auch diese Lebensphase viele Herausforderungen, die es zu meistern gilt. **Ich glaube, dass es darauf ankommt, sinnhafte Tätigkeiten in den Vordergrund zu stellen und nicht zu glauben, dass in der dritten Lebensphase noch etwas erreicht werden kann, das man nicht in irgendeiner Weise vorbereitet**

**hat.** Manchmal scheint es bei 70-Jährigen so, als hätten sie noch alle Zeit und als stünden ihnen alle Möglichkeiten offen. Aber auch diese Lebensphase endet irgendwann, beispielsweise wenn sich größere gesundheitliche oder soziale Verluste einstellen. Dann beginnt das, was wir das vierte Lebensalter nennen, das manchmal schwere Belastung mit sich bringt, und manch einer denkt dann: „Jetzt bin ich wirklich alt.“ **Es geht vor allem darum, solche Übergänge im Alter gut zu gestalten.**

**Sie beraten Menschen rund um Altersfragen. Um welche Themen geht es konkret?**

Da geht es um komplexe, aber auch unterschiedlichste Themen rund um die Gesundheit. Deswegen bieten wir unsere Beratung für gesundes Altern an. Früher kamen meist Menschen zu uns, weil sie das Gefühl hatten, ihr Gedächtnis lässt nach. Die Angst vor Demenz ist groß – ich glaube zu Unrecht. Demenz ist eine schlimme Erkrankung, aber nicht so weit verbreitet wie etwa depressive Erkrankungen oder Gebrechlichkeit im Alter. Oft geht es auch um **Fragen des Wohnens und der Mobilität.** Wenn das Haus zu groß wird, die Kinder ausgezogen sind und plötzlich die Treppen steil werden, bedarf es neuer Lösungen, die wir zusammen mit anderen Partnern entwickeln. Wir helfen auch bei der Frage, wie gut man noch Auto fahren oder ohne das Auto gut leben kann. **Wir beraten auch Angehörige,** die sich Gedanken und Sorgen um ihre Großeltern, Eltern oder Lebensgefährten machen. Manchmal geht es auch darum, wie man mit seinen älteren Angehörigen umgehen soll. Es ist wichtig, dass die Menschen weiterhin am Leben teilhaben können. Daher weisen wir auch auf **Freizeitangebote** hin oder auf andere Möglichkeiten der sozialen Partizipation.

**Gerade im Bereich Wohnen sind die Veränderungen oft besonders einschneidend. In den vergangenen Jahren sind einige alternative Wohnformen wie Alten-WGs entstanden. Eine gute Lösung?**

Zunächst einmal ganz grundsätzlich: Niemand wird – nur weil er älter ist – ein anderer oder neuer Mensch. Wer sein ganzes Leben lang in der Familie oder schon immer allein gelebt hat, will nicht plötzlich in eine Wohngemeinschaft mit Fremden ziehen. Ich glaube aber, dass es eine gute Sache ist, darüber nachzudenken, wie man die Fürsorge füreinander in den Kommunen gestalten kann. **Im Grunde entdecken viele Menschen, die früher gerne ein anonymes Großstadtleben geführt haben, für sich die Idee der dörflichen Gemeinschaft wieder.** Es ist vermutlich ein Wesensmerkmal der Spezies Mensch, in kleinen Gemeinschaften leben zu wollen. Es ist ja bekannt, dass dort, wo beispielsweise die Kirchengemeinde das Zentrum des dörflichen Zusammenlebens darstellt, häufig besser für die älteren Menschen gesorgt wird, weil Fürsorge gelebt wird.

**Wie kann das Altern generell gut gelingen?**

Das Wichtigste ist, **wie man das Altern erlebt und bewertet.** Dies betrifft sowohl die Selbstsicht der Älteren wie auch die Sichtweisen und das Verhalten der vermeintlich Jüngeren auf die Alten. Man kann das Alter erst richtig beurteilen, wenn man es erlebt. Neben den vermeintlich schlechten Seiten gibt es auch meist **viele gewinnbringende Momente – das sollte man nicht aus dem Blick verlieren.** Auch in dieser Lebensphase ist vieles möglich.

**Vielen Dank für das Gespräch.**

NEUES SENIORENZENTRUM ST. BARBARA IN GRÜNSFELD

## BEWOHNER FÜLLEN DIE EINRICHTUNG MIT LEBEN

Wo vor eineinhalb Jahren die ersten Bagger anrollten, ziehen in diesen Tagen 29 Seniorinnen und Senioren in ihre modernen Pflegezimmer ein, dazu mehrere Mieter in die hochwertig ausgebauten Wohnungen im Betreuten Wohnen im Obergeschoss. Gemeinsam mit den Pflegekräften und Betreuerinnen erfüllen sie den 2.000 Quadratmeter großen Neubau an der Leuchtenbergstraße in Grünsfeld mit Leben. Das neu eröffnete Seniorenzentrum St. Barbara ist schon jetzt eine Erfolgsgeschichte: Die Gemeinde Grünsfeld kann nun erstmals ihren Einwohnern die Perspektive bieten, direkt im Ort nah bei ihren Familien und Bekannten alt zu werden, selbst wenn sie pflegebedürftig sind und sich nicht mehr alleine versorgen können. Die Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenzentrums profitieren dabei von einem innovativen Pflege- und Betreuungskonzept innerhalb der Gesundheitsholding Tauberfranken: Das Seniorenzentrum in Grünsfeld kann gemeinsame Strukturen und Personalpools mit dem Seniorenzentrum Haus Heimberg in Tauberbischofsheim nutzen. Neben den Präsenzkräften in jedem Heim sind so zusätzlich Pflegendende mit besonderen Zusatzqualifikationen für mehrere Einrichtungen zuständig und sichern einen hohen Pflegestandard in allen Häusern.

Auch die Mieter im Betreuten Wohnen können auf Serviceleistungen des Seniorenzentrums zurückgreifen: Wer nicht selbst kochen möchte, kann Frühstück, Mittag- und/oder Abendessen bestellen. Ein Hausmeister sorgt für die Pflege des Gartens und übernimmt den Räum- und Streudienst im Winter. Unterstützung bei der Wohnungsreinigung, Waschmaschinenbenutzung, Fahrdienst zum Arzt oder für Einkäufe und ein Funknotruf für Notfälle können ebenfalls in Anspruch genommen werden. Das abwechslungsreiche Veranstaltungsangebot für die Bewohner der stationären Pflege kann von den Mietern im Betreuten Wohnen mitgenutzt werden. Auch für Veranstaltungen der Vereine und Gruppen aus Grünsfeld steht das neue Haus offen.



NEUEINSTEIGER: DR. MATHIAS BUTTMANN

## NEUER CHEFARTZ DER NEUROLOGIE

Privatdozent Dr. Mathias Buttman ist seit Mitte Juli 2016 neuer Chefarzt der Klinik für Neurologie im Caritas-Krankenhaus. Mit ihm hat ein engagierter, im gesamten Spektrum der Neurologie versierter Mediziner die Leitung der Abteilung übernommen. Zuletzt war er mehrere Jahre als Oberarzt an der Neurologischen Klinik und Poliklinik der Universität Würzburg tätig, unter anderem auf der für die Behandlung von Schlaganfällen spezialisierten Stroke Unit. Einer seiner Schwerpunkte liegt dementsprechend in der Versorgung des akuten Schlaganfalls. „Hier verfügt das Caritas-Krankenhaus mit seiner zertifizierten regionalen Stroke Unit über hervorragende medizintechnische und personelle Möglichkeiten, um Patienten nach einem akuten Schlaganfall schnell und qualifiziert zu behandeln. Mein Ziel ist es, die bislang schon gute Zusammenarbeit mit den anderen Disziplinen im Haus weiter auszubauen, um die Versorgung der Betroffenen zu verbessern“, so Privatdozent Dr. Buttman.

Ein weiterer Schwerpunkt seiner Arbeit liegt in der Neuroimmunologie. Vor allem bei der Versorgung von Patienten mit Multipler Sklerose (MS) verfügt Privatdozent Dr. Buttman über große Erfahrung. Er leitete an der Universität Würzburg mehrere Jahre die MS-Spezialambulanz und war stellvertretender Leiter der Klinischen Forschungsgruppe für MS und Neuroimmunologie und ist außerdem Mitglied des Ärztlichen Beirats der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG). Die in den vergangenen Jahren am Caritas-Krankenhaus aufgebaute Kompetenz bei der Therapie von MS-Betroffenen wird somit unmittelbar durch Privatdozent Dr. Buttman und dem erfahrenen MS-Team der Klinik für Neurologie fortgesetzt. Weitere Tätigkeitsschwerpunkte sind die Diagnose und Therapie neuromuskulärer Erkrankungen sowie tumorbedingter Leiden des Nervensystems.

Privatdozent Dr. Buttman verfügt außerdem über die Weiterbildungsbefugnis für das gesamte Fachgebiet Neurologie, sodass auch die Ausbildung des medizinischen Nachwuchses im Caritas-Krankenhaus auf hohem Niveau weiter gewährleistet wird.

Neben der Neurologie gehört seine Leidenschaft der Musik: Der 45-Jährige ist studierter Violinist und Mitglied der Münchner Bachsolisten und des Würzburger Bachorchesters, zwei professionelle Ensembles. „Die Musik ist eine tiefe Inspirationsquelle und hilft mir, Kraft und Ausgeglichenheit zu schöpfen für meine Arbeit im Krankenhaus.“

BEWUSSTE NAHRUNGS-AUFNAHME BEEINFLUSST DEN KÖRPER

## PROFESSIONELLE ERNÄHRUNGSBERATUNG

Bluthochdruck, Übergewicht, Mangelernährung, Diabetes oder Allergien – es gibt viele Erkrankungen, die durch eine Umstellung der Ernährung positiv beeinflusst werden können. Das beginnt oft schon im Kindesalter etwa bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten wie Zöliakie, Laktose- oder Fruktoseunverträglichkeit. Aber auch bei Erkrankungen im Erwachsenenalter wie Morbus Crohn oder einer Nierenerkrankung mit Dialyse ist eine spezielle Ernährung hilfreich. Das trifft in besonderem Maße auch auf Patienten nach Magen- oder Darmoperationen oder in der Krebstherapie zu. Daher bietet das Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim jetzt eine spezielle ambulante Ernährungsberatung an. Das erfahrene Team aus Diätassistentinnen und einer Oecotrophologin (Ernährungswissenschaftlerin) gibt Tipps für eine gesunde Ernährung im Alltag und geht auf individuelle Fragestellungen der Patienten ein.

*Kontakt: Kerstin Siehr, Diätassistentin, Tel.: 07931/58-2230*



KRANKENHAUS TAUBERBISCHOFSCHEIM

## ERSTE PATIENTEN BEZIEHEN DEN NEUBAU DER PSYCHIATRIE

Das Interesse der Bevölkerung am Neubau der Psychiatrie in Tauberbischofsheim war riesig beim Tag der offenen Tür am 16. Juli – inzwischen haben die Patienten, Ärzte, Therapeuten und Pflegekräfte die neuen Räume bezogen. „Die Patienten nehmen die hell und freundlich gestalteten Zimmer des Neubaus sehr gut an. Der freie Blick ins Taubertal und das helle Tageslicht wirken sich positiv auf die Stimmung der Patienten, aber auch der Mitarbeitenden aus“, zieht Chefarzt Dr. Mathias Jähnel ein erstes Fazit. „Die sehr guten äußeren Bedingungen unterstützen so unsere therapeutische Arbeit.“

Auf vier Stockwerken mit einer Fläche von insgesamt 8.600 Quadratmetern bietet der Neubau Platz für rund 400 Patienten-, Behandlungs-, Therapie- sowie Funktions- und Aufenthaltsräume. 105 Betten und 26 tagesklinische Behandlungsplätze stehen auf mehreren offenen und einer geschützt geführten Station zur Verfügung. Zusätzlich gibt es verschiedene ambulante Therapieangebote für Kinder und Erwachsene.





## » Hier weiß jede, wie ein Leben mit Krebs ist

Sie sind nicht nur gekommen, um sich von Fachkräften medizinische Ratschläge und Hilfestellungen für den Alltag zu holen. Das „Onko-Café“ im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim bietet Frauen mit Brustkrebs und anderen gynäkologischen Krebserkrankungen auch Platz zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch mit Schicksalsgefährtinnen und ehemaligen Patientinnen.

Seite für Seite blättern zwölf Frauen durch ein Fotoalbum, reichen es weiter, nicken zustimmend. Doch es ist kein gewöhnliches Album mit Fotos der Familie oder vom letzten Urlaub. Auf dem Titelblatt steht in geschwungenen Lettern der Satz: „Lebenskünstler gehen Wege, auf denen man nicht so schnell vorankommt.“ Und daneben ist das Ultraschallbild eines großen Tumors in einer Frauenbrust zu sehen. Es ist der Tumor von Album-Gestalterin Angelika Wolpert, der seit über einem Jahr ihr Leben prägt. Von der Diagnose über die operative Entfernung und die Chemotherapie hin zur Reha und dem ersten Besuch im Onko-Café hat sie alles in Text und Bild festgehalten – die extrem schlimmen, die schlechten, aber gerade auch die guten Tage. Neben vielen Bildern hat sie auch einen Teil ihrer langen Haa-

re, die ihr durch die Chemo ausgegangen sind, im Album aufgehoben.

### Gemeinsam die Hürden meistern

Das Album könnte ähnlich die Geschichte der anderen elf Frauen erzählen, die an diesem sonnigen Donnerstagnachmittag im Terrassencafé des Caritas-Krankenhauses Bad Mergentheim in lockerer Runde zusammensitzen. Sie alle leben mit der Diagnose Krebs, stecken mitten in der Therapie oder haben diese gerade hinter sich. Einige haben Mann und Kinder, andere leben allein; manche sind erst knapp über 30 Jahre alt, andere bereits in Rente. Doch keine weint, schimpft oder sieht verzweifelt aus, keine bedauert sich selbst. Stattdessen beginnt eine der Frauen plötzlich über ein besonders farbenfrohes Bild zu lachen, auf dem vier Frauen in wirklich furchtbaren Klamotten bei einer Trash-Modenschau zu sehen sind. Und die anderen stimmen in ihr Lachen mit ein. „Ich glaube, jede von uns ist kurzzeitig in ein Loch gefallen, als sie ihre Diagnose bekommen hat“, sagt eine der Frauen. „Doch das Onko-Café ist ein toller Ort, um von einer Gruppe Gleichgesinnter aufgefangen zu werden. Hier weiß jede, wie ein Leben mit Krebs ist, welche Probleme es mit sich bringt. Und jede hat irgendwelche Tipps, den Alltag leichter zu machen – beispielsweise diese Modenschau mit den besten Freundinnen.“

Dass Familie und Freunde zwar eine emotionale Stütze sind, sich aber nicht immer in die Situation der Krebskranken hineinversetzen können, das wissen auch die Pflegekräfte des Brustzentrums, die das Onko-Café im Oktober 2015 ins Leben gerufen haben. „Wir sind ausdrücklich keine Konkurrenz zur Bad Mergentheimer Selbsthilfegruppe, sondern geben den Frauen Raum, sich im zwanglosen Rahmen über wirklich alles auszutauschen“, betont Breast Care Nurse (Brust-

krankenschwester) Stefanie Mauritz. Das Besondere: Unterstützend stehen ihnen Ärzte der Gynäkologie zur Seite – diesmal Chefarzt Dr. Ulrich Schlembach und Kathrin Bierich, Ärztin in der Frauenklinik. „Die Zeit in der Sprechstunde ist oft zu kurz, und manche Frauen trauen sich eher unter ihresgleichen gewisse Themen anzusprechen“, beschreibt Dr. Schlembach die Motive für das Angebot im Caritas. „Im Onko-Café können wir ihnen dann direkt fachmännischen Rat geben.“

### Sport gibt Antriebskraft

Am Tisch wird hitzig diskutiert über Regelblutungen, die plötzlich viel stärker wiederkommen, über den richtigen Umgang mit Kleinkindern, die Mama oder Oma ohne Haare und Mütze schrecklich gruselig finden, und über körperliche Belastungsfähigkeit. Viele beklagen, dass sie nicht mehr alles machen können, was sie früher getan haben. „Ich liebe Schwimmen. Jetzt lässt man mich aber nur noch ins Schwimmbad, wenn meine Leukozytenzahl über 3.500 liegt, ich in Begleitung komme und mich der Bademeister überwacht. Es ist schön, dass man sich um mich sorgt. Doch wenn ich mich nicht fit fühlen würde, würde ich kaum Sport treiben“, berichtet eine der Frauen. Einige von ihnen nehmen auch das Reha-Sportprogramm am Caritas für Tumorpatienten wahr. „Die Kursleiterin Birgit Adonyi zieht ihr Programm voll durch. Es ist anstrengend, aber hinterher fühlt man sich wirklich sofort besser“, schwärmt eine Teilnehmerin. Auch Chefarzt Dr. Schlembach unterstützt die Frauen in ihrem Wunsch nach sportlicher Betätigung: „Jede von Ihnen sollte so viel Sport treiben, wie sie will und kann. Und vor allem auch den Sport, der Ihnen gefällt.“ Gleiches gelte für die Freizeitgestaltung oder das Essen. „Im Prinzip ist alles erlaubt, was Ihnen gut tut, Ihnen Spaß macht oder eben schmeckt.“

### Großer Respekt untereinander

Auch Probleme mit Ehepartnern oder mit dem eigenen Körper werden besprochen. Eine Krebspatientin, der ein Großteil ihrer Brüste entfernt werden musste, erklärt, sie lasse keinen Brustaufbau machen. „Die Brüste sehen zwar nicht mehr aus wie früher, aber das ist für mich auch nicht lebensnotwendig. Wichtig ist, dass alles verheilt ist und dass ich mich wohlfühle.“ Die anderen Frauen nicken anerkennend – selbst die, die anderer Meinung sind. So ist das im Onko-Café: Man respektiert und unterstützt die Lebensentscheidungen der anderen Frauen. Dazu Stefanie Mauritz: „Diese Frauen haben alle so unbeschreiblich Schlimmes durchgestanden, sie verstehen einander trotz aller Unterschiede und sie helfen einander. Dafür verdienen sie unseren größten Respekt.“



### Onko-Café

Das Onko-Café findet an jedem ersten Donnerstag im Monat von 14.30 bis 16 Uhr im Terrassen-Café des Caritas-Krankenhauses statt. Es ist je eine der Brustkrankenschwestern Stefanie Mauritz oder Regina Almandinger anwesend. Eingeladen zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch sind Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen.

#### Weitere Informationen:

Christel Nowak, Tel.: 07931/58-2020, oder Jasmin Paul, Tel.: 07931/58-2021

Ein Anfang aus der Not geboren: Dringend suchte die US-Militärregierung 1946 einen Verantwortlichen für die Versorgung von rund 800 Tbc-kranken Flüchtlingen und Internierten, die in der ehemaligen Deutschmeister-Kaserne in Bad Mergentheim gestrandet waren. Der Caritasverband für Württemberg stellte sich dieser enormen Herausforderung. Am 2. Dezember 1946 wurde das Caritas-Krankenhaus offiziell eröffnet.

Heute, 70 Jahre später, ist „das Caritas“ das größte Akutkrankenhaus der Region sowie größter Arbeitgeber und Ausbilder im Kreis. Es fehlte zunächst an allem: Verbandsmaterial, Bettwäsche, Diagnosegeräte, Medikamente und vor allem an Ärzten und Pflegepersonal. Dazu kam die logistische Herausforderung, 800 Patienten täglich mit Nahrung zu versorgen. Es waren zunächst tatkräftige Frauen, die sich dieser Aufgabe stellten: Dr. Maria Birkenfeld wurde erste Chefärztin, die Pflege und Hauswirtschaft wurde von den Schwestern des Deutschen Ordens übernommen.

Die ersten Fachabteilungen waren ganz auf die Nöte der Patienten in der Nachkriegszeit ausgerichtet. Neben der Tuberkulose-Klinik für die Lungenkran-

ken wurden noch Ende der 1940er-Jahre die chirurgisch-orthopädische Abteilung und die Abteilung für Innere Medizin eingerichtet. Damit zeigte sich erstmals eine Stärke, die das Caritas-Krankenhaus während seiner 70-jährigen Geschichte immer wieder auszeichnete: die Fähigkeit, flexibel auf die Herausforderungen der Zeit zu reagieren und das Therapiespektrum den geänderten Erfordernissen anzupassen – sowie ein kontinuierliches Wachstum. So kamen etwa in den 1960er-Jahren vier neue Belegabteilungen – Augenheilkunde, HNO, Urologie und Dermatologie – hinzu. Zugleich wurden die Gebäude nach Kräften umgestaltet und ausgebaut. In den 1970er-Jahren folgten die Urologie als Hauptabteilung (1974), die Frauenklinik (1976), die An-



## 70 JAHRE CARITAS-KRANKENHAUS



ästhesiologie (1978), die Radiologie und die Nephrologie mit Dialyseabteilung (1979). Für die neu gegründete Kinderklinik (1977) wurde eigens ein damals wegweisender Neubau errichtet.

### „Das Caritas“ wächst

Veränderungen in der Krankenhauspolitik des Landes führten in den 1980er-Jahren zu einem Rückzug des Main-Tauber-Kreises aus der Trägerschaft des ehemaligen Kreiskrankenhauses in der Wachbacher Straße: Dieses wurde 1989 zur Chirurgischen Klinik des Caritas-Krankenhauses. Für die räumliche Eingliederung in die Uhlandstraße investierten das Sozialministerium in Stuttgart und der Caritas-Verband in einen mo-

dernen, architektonisch anspruchsvollen Neu- und Ausbau. Ein Großbrand 1994 machte weitere Umbauten nötig. Seit Juli 1997 pulsiert das medizinische Herz des Caritas-Krankenhauses im neuen Funktionsbau inmitten der lichtdurchfluteten Halle. Im Herbst 2001 wurde schließlich auch das traditionsreiche katholische Rochus-Spital ins Caritas-Krankenhaus integriert. Das medizinische Spektrum wurde in dieser Phase durch die Einrichtung der Pathologie (1984), der Neurologie (1992) und des Klinischen Labors als Hauptfachabteilung (1995) abgerundet.

Um das Caritas-Krankenhaus auch wirtschaftlich für die Zukunft zu rüsten, suchte der Caritas-Verband nach 60 Jahren alleiniger Verantwortung starke Partner – und fand sie im Barmherzige Brüder Trier e.V. (BBT). Seit April 2006 trägt die in der Tradition der Krankenpflegeorden stehende BBT-Gruppe die Verantwortung für die Geschicke des Hauses. Diese öffnete später auch den Weg für eine engere Zusammenarbeit mit der Krankenhaus und Heime Main-Tauber gGmbH (KHMT). Seit 2012 dient die Gesundheitsholding Tauberfranken gGmbH als gemeinsames gesellschaftsrechtliches Dach für das Caritas-Krankenhaus, das Krankenhaus Tauberbischofsheim und die angeschlossenen Seniorenzentren.

### Starke Partner

Der Ausbau des medizinischen Leistungsangebots ging dabei unvermindert weiter. Angesichts der Zunahme von Tumorerkrankungen wurde vor allem die Kompetenz bei der Therapie krebserkrankter Patienten gestärkt: Seit 2008 wurden drei Zentren zur interdisziplinären Therapie von Darm-, Brust- und Prostatakrebs gegründet. 2011 wurde gemeinsam mit dem Partner Strahlentherapie Tauberfranken eine neue Strahlenklinik in Betrieb genommen, die die komplette Tumorthherapie im Haus möglich macht.

Im Mai 2011 wurde das neu errichtete Mutter-Kind-Zentrum eingeweiht. Hier finden Schwangere, Neugeborene, aber auch kranke Kinder und Jugend-

liche beste Versorgungsmöglichkeiten. Dabei liegen Anfang und Ende des Lebens im Caritas oft nahe beieinander: Fast zeitgleich mit dem Mutter-Kind-Zentrum wurde eine Palliativeinheit eröffnet, auf der sich Ärzte, Therapeuten, Pflegende und Seelsorger intensiv um schwerstkranke Menschen in ihrer letzten Lebensphase kümmern.

### Stetige Optimierung

Heute ist „das Caritas“ das größte Akutkrankenhaus der Region mit allen wichtigen Fachabteilungen und einer modernen medizintechnischen Ausstattung. In den zwölf Kliniken und Instituten werden jährlich rund 22.000 Patienten stationär und etwa 45.000 Patienten ambulant behandelt. Mehr als 1.400 Mitarbeitende kümmern sich um die Versorgung der kranken Menschen und fühlen sich dem christlichen Menschenbild verpflichtet. Das Haus bietet 190 Ausbildungsplätze in den Pflegeberufen an.

Den kranken Menschen auch in den kommenden Jahren die bestmögliche medizinische Versorgung angeeignet zu lassen –, und dies trotz knapper Finanzmittel – ist die zentrale Herausforderung, vor der das Caritas-Krankenhaus heute steht. Kontinuierliche Investitionen in moderne Medizintechnik, aber vor allem spezialisierte Fachärzte aus unterschiedlichen Disziplinen, gut ausgebildetes Pflegepersonal, qualifizierte Therapeuten und engagierte Mitarbeitende in vielen Berufsgruppen sind die Grundlage, damit dies im Caritas-Krankenhaus auch weiterhin gelingt.

### Tag der offenen Tür

Am 9. Oktober 2016 feiert das Caritas-Krankenhaus sein 70-jähriges Jubiläum mit einem Tag der offenen Tür. Einen Auszug aus dem Programm finden Sie auf der Rückseite dieser Zeitschrift.





# Endlich wieder selbstständig

Text: Andreas Laska | Fotos: Harald Oppitz

Mit über 80 treten häufig verschiedene Krankheiten gleichzeitig auf und dann kommt plötzlich ein Sturz hinzu und alles gerät aus dem Gleichgewicht. In der Altersmedizin sind Vernetzung und Verzahnung besonders wichtig, weil der Patient möglichst ganzheitlich behandelt werden muss – dann kann es schnell wieder bergauf gehen.

**W**ird das noch etwas mit Olympia?“ Mit einem schalkhaften Lächeln blickt Wilhelm Zimmermann seine Physiotherapeutin an. „Wenn Sie bis dahin fleißig trainieren, sind sie 2020 in Tokio mit von der Partie“, meint Gertrud Skoda. Und wie Zimmermann trainiert! Raus aus dem Rollstuhl und ran an den Rollator. Einmal hin, wieder zurück, hinsetzen und das Ganze von vorne. „Sie machen das wirklich toll“, lobt die Therapeutin. „Aber jetzt ruhen Sie sich erst einmal aus.“

Mobilität, das ist für den 92-Jährigen sehr wichtig. Seit vielen Jahren schon versorgt er seine demente Ehefrau. Inzwischen bekommt er Unterstützung von einer polnischen Pflegekraft. „Aber das Einkaufen übernehme immer noch ich“, betont der zierliche Rentner. Gern hat er es deshalb nicht gesehen, als ihn sein Hausarzt wegen anhaltender Rückenschmerzen in die Geriatrie des Bonner Gemeinschaftskrankenhauses überwiesen hat. Nötig war es dennoch: Statt des vermuteten Hexenschusses brachten die Röntgenaufnahmen einen Oberschenkelhals-



Wenige Tage nach der Hüftoperation ist Wilhelm Zimmermann wieder auf den Beinen. Dafür stehen Übungseinheiten mit verschiedenen Therapeuten auf dem Programm – denn: „Erstes Ziel ist der Erhalt der bisherigen Selbstständigkeit“, sagt Chefarzt Frank Otten.

bruch ans Licht. Zimmermann wurde sofort operiert. Nun hat er eine künstliche Hüfte und übt fleißig das Laufen. Zwei Tage noch, dann kann er entlassen werden. Die Nachsorge übernimmt die geriatrische Tagesklinik der Abteilung.

## FRAGILES GLEICHGEWICHT

„Die Krankheitsgeschichte von Herrn Zimmermann zeigt idealtypisch, wie wir hier arbeiten“, erklärt der Chefarzt der Geriatrie, Frank Otten. Statt wie in anderen Disziplinen gezielt ein Organ in den Blick zu nehmen, betrachtet die Altersmedizin stets den ganzen Menschen. „Wir sind zwar ausgebildete Internisten“, sagt Otten, „aber in der Praxis sind wir Generalisten.“ Konkret bedeutet das: Das akute Leiden des Patienten wird kuriert, ebenso wichtig aber sind Maßnahmen zum Erhalt der körperlichen und geistigen Beweglichkeit. Chefarzt Otten: „Wenn ich eine Woche mit Grippe im Bett liege, macht mir das nichts aus. Ein alter Mensch steht unter Umständen nicht mehr auf.“ Schuld

sind die chronischen Vorerkrankungen, die viele Patienten mitbringen. Im Alltag haben sie gelernt, damit zu leben, die akute Erkrankung aber bringt das fragile Gleichgewicht ins Wanken.

Das geriatrische Behandlungsteam spielt hier eine entscheidende Rolle, gegebenenfalls auch die Gerontopsychiatrie. Aber auch die medizinische Versorgung verlangt besonderes Fingerspitzengefühl. So muss etwa die Medikamentengabe in der Geriatrie aufs Genaueste überwacht werden, weil viele Patienten aufgrund ihrer Vorerkrankungen besonders anfällig für Neben- und Wechselwirkungen sind.

Zwei Dinge sind deshalb in der Geriatrie besonders wichtig: Empathie für alte Menschen und keine Scheu vor fachübergreifender Zusammenarbeit. Im Fall von Wilhelm Zimmermann kam das Konzept der Alterstraumatologie zum Tragen. Geriatrie und orthopädische Behandlung werden hierbei eng verknüpft. Am Gemeinschaftskrankenhaus Bonn arbeitet ein Orthopäde auf der geriatrischen und ein Geriater auf der orthopädischen Station. „Diese enge Form der Verzahnung ist

etwas sehr Besonderes“, sagt Otten nicht ohne Stolz.

## ZURÜCK ZUR SELBSTSTÄNDIGKEIT

Was der Chefarzt bedauert: Einerseits wird die Geriatrie immer wichtiger, je weiter der demografische Wandel voranschreitet. Andererseits ist ihr Image in der Bevölkerung unvermindert schlecht. Die kümmern sich nur um Gebrechliche und Demente, laute ein weit verbreitetes Vorurteil, weshalb viele Patienten auch ungern in die Geriatrie eingewiesen würden. Denn wer will schon als gebrechlich und dement gelten? Das oberste Ziel der Altersmedizin sei den meisten hingegen nicht bekannt: der Erhalt der Selbstständigkeit.

Wilhelm Zimmermann hat es am eigenen Leib erfahren. Dass er schon zehn Tage nach seiner Hüftoperation wieder fest auf beiden Beinen steht, hat der pensionierte Vermessungstechniker nicht zuletzt dem Physiotherapie-Team zu verdanken. Auch in der Ergotherapie war er etliche Male, hat etwa gelernt, mit Hilfe



Statt wie in anderen Disziplinen gezielt ein Organ in den Blick zu nehmen, betrachtet die Altersmedizin stets den ganzen Menschen.



Wer kann da schon widerstehen? Die Begegnung mit Tieren macht nicht nur Spaß, sie schult auch die Motorik und die Kommunikation.

einer Greifzange seine Hose anzuziehen und Gegenstände aufzuheben, ohne sich tief bücken zu müssen. Als ihm darüber hinaus der Besuch eines Therapiehundes angekündigt wurde, hat er nicht lange gezögert. „Ich hatte selbst viele Jahre lang Hunde, da konnte ich nicht Nein sagen“, erzählt der alte Herr und lächelt.

#### TIERISCHE ERFOLGE

Also sitzt er nun in einer fröhlichen Patientenrunde, krault und bürstet einen zutraulichen Golden Retriever und gibt ihm Leckerli, wenn Frauchen Susanne Schattulat das erlaubt. „Tiergestützte Interventionen eignen sich bei vielen Erkrankungen“, erklärt die erfahrene Therapeutin. Motorische Fähigkeiten lassen sich mit dem Hund ebenso trainieren wie Selbstwertgefühl und Kommunikation. „Wenn der Hund in den Raum kommt, öffnen sich viele Menschen ganz automatisch“, sagt Schattulat. Ebenso positiv wirkt die Musiktherapie auf die Patienten – beides Angebote, die man nicht in jeder Klinik findet.

Sich öffnen, mit anderen kommunizieren – für Wilhelm Zimmermann ist das ohnehin kein Problem. Er freut sich schon auf den Tag der Entlassung, darauf, seiner schwerkranken Frau wieder die Hand drücken zu können – die einzige Kommunikation, die zwischen den beiden Eheleuten noch möglich ist. Um im Alltag noch mit Hand anlegen zu können, will er sogar den Rollator-Führerschein

machen, ein Kurs der geriatrischen Abteilung. Gemeinsam mit einem Arzt und einem Physiotherapeuten übt eine Trainerin dabei Alltagssituationen mit dem Rollator – von der Bordsteinkante bis zum Kopfsteinpflaster. Und wer weiß, wenn der Führerschein erst einmal in der Tasche sei, dann könne er ja doch noch die Olympiateilnahme ins Auge fassen, schmunzelt Zimmermann.

## Was ist Geriatrie?

Geriatrie – von griechisch *geron*, alt – ist der Fachbegriff für die Altersmedizin.

Ein 90-jähriger Organismus funktioniert anders als der eines jungen Erwachsenen.

Oftmals treten gleich mehrere Erkrankungen und ein hoher Grad an Gebrechlichkeit zusammen auf. Das erfordert einen ganzheitlichen Ansatz. Im Alter können sich Krankheiten zudem anders darstellen, sind häufig schwerer zu diagnostizieren und Therapieerfolge zeigen sich mit zeitlicher Verzögerung. In der Regel besteht zusätzlich ein Bedarf an sozialer und psychologischer Unterstützung. All das macht die Behandlung im interdisziplinären Team notwendig – mit dem Ziel, den Körperzustand und die Lebensqualität des älteren Patienten zu verbessern und seine Autonomie zu fördern.

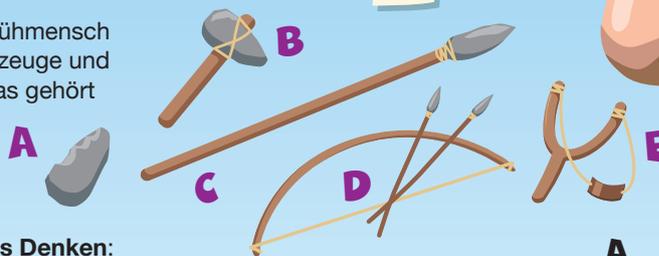
Was unterscheidet uns von den Tieren?

**M**ensch und Affe haben gemeinsame Vorfahren, doch irgendwann trennten sich beide Linien. Aber was macht den Unterschied zu unseren Vettern, den Affen, aus? Die **Sprache** ermöglichte uns, in der Gruppe auch komplexe Dinge mitzuteilen, zum Beispiel eine Jagdstrategie. Durch den aufrechten Gang hatten die Frühmenschen die Hände frei und konnten erste **Werkzeuge** herstellen. Voraussetzung dafür war auch die Fähigkeit, **vorausschauend zu denken**.

**1. Sprache:** Kannst du die Namen von vier Savannenbewohnern zusammensetzen?



**2. Werkzeuge:** Der Frühmensch konnte schon Werkzeuge und Jagdwaffen herstellen. Was gehört nicht dazu?



**3. Vorausschauendes Denken:** Die Zahnräder rechts greifen alle ineinander. In welche Richtung dreht sich das violette Zahnrad?



**4.** Der Mensch ist das einzige Säugetier, das ständig auf zwei Beinen läuft. Hier steht ein Savannenbewohner zur Beobachtung auf zwei Beinen. Kennt ihr ihn?

\* Findet Alfons, den Bücherwurm. Er hat sich irgendwo versteckt.

prozen	Name der Europarakete	Männerkurzname	Agent	Windschattenseite	wertvolle Holzart	architektonische Richtung	nachaktiver Vogel	Stadt an der Aller	persönliches Fürwort	Teil des altröm. Kalenders	ein Adverb
starke Feuchtigkeit				kirchliches Dokument							
Erkältung mit Fieber	8			kath. Kirchenoberhaupt		Bewohner einer Donaustadt		9	Maß der Magnetfeldstärke	5	
		lederne Randverstärkung		vorbei, überholt (franz.)			dt. Mediziner † 1883	agieren			
besitzanzeigendes Fürwort		russischer Freibeuter				völliges Durcheinander	langsamer Tanz im 4/4-Takt				Selbstverteidigung
			12	altröm. Priesterstirnbinde	Apfelwein (franz.)			7	Landkartenwerk	Fitnessgerät für die Beine	
schnell laufen		Rest beim Kartengeben	Kurort im Salzkamergut				altröm. Wahrsagepriester	folglich, somit		3	
US-Film-trophäe	mittelspan. Provinz	Gesichtshautfarbe			deutscher Politiker (Norbert)	4	ersatzweise				
				französischer Name Korsikas	Sondervergütung			laute Unruhe	Abk.: Eigentumswohnung		10
Desinfektionsmittel	Körperstellung	Armmuskeltraining (engl.)				Schriftsteller	Schmetterlingslarve				
				Schornstein	Reichtum in Überfülle			11	ein Evangelist		
			Metallblock	gegerenes Milchprodukt				2	Südeuropäer	französisch: Meer	15
Fragewort		Weltreligion			südafrik. Volksstamm	die Sonne betreffend					vorausgesetzt, falls
				jordanische Münze	Wehklage			14	lateinisch: Kunst	Tropenstrauch	1
Teil des Mundes		Fremdwortteil: doppelt	äußere Gestalt			Ausruf des Schauderns			13		
Buchabschnitt	Überbringerin				ein Farbton						6
					billigen						

Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinn kann nicht in bar ausbezahlt 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 Pfeffersack & Soehne Gewürzmanufaktur GmbH & Co. KG, Koblenz

Lösung:

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

Pfeffer und Salz sind der Grundstock eines jeden Gewürzregals. Es lohnt sich, hier auf Besonderes zu achten. So gilt etwa der Tellicherry Pfeffer als eine der besten Pfeffersorten der Welt und der feurig scharfe Malabar Pfeffer eignet sich besonders für indische Gerichte. Das Flor de Sal aus Portugal wird von Hand geschöpft und zaubert einen Hauch von Meer auf die Zunge. „Leben!“ verlost unter allen richtigen Einsendungen drei verschiedene Gewürz-Präsent-Sets.



## Mitmachen und gewinnen

Senden Sie eine E-Mail an [leben@bbtgruppe.de](mailto:leben@bbtgruppe.de) oder eine Postkarte an Redaktion „Leben!“, Kardinal-Krementsz-Straße 1-5, 56073 Koblenz. Einsendeschluss ist der 30. Dezember 2016. Viel Glück!



# Genieße die Perlen der Vergänglichkeit!

Alles geht vorüber –  
eine traurig-tröstliche Wahrheit,  
an die uns der Herbst erinnert,  
wenn die Blätter  
farbig leuchtend zur Erde tanzen.

Manche Augenblicke  
in unserem Leben  
würden wir gern festhalten,  
weil sie für uns  
so kostbar sind.

Vielleicht  
können wir lernen,  
solche Momente  
im Paradies der Erinnerung  
zu speichern und sie so  
unsterblich machen.

Dann verwandelt sich unser Leben  
und wir genießen  
aus dem Schatzhaus der Erinnerung  
die Perlen der Vergänglichkeit  
von Weinlese zu Weinlese.

Elke Deimel

6. Okt., 3. Nov., 1. Dez. 2016

## Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken

Wenn ein Mensch an Alzheimer oder einer anderen Form der Demenz erkrankt, betrifft das immer auch seine Familie. Die Angehörigen müssen lernen, damit umzugehen und viele alltägliche Herausforderungen zu bewältigen. Wichtig ist dabei, sich Unterstützung zu holen und sich gut über Demenz zu informieren. Das Seniorenzentrum Haus Heimberg lädt an jedem ersten Donnerstag im Monat zum Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken ein.

🕒 20 Uhr

Seniorenzentrum Haus Heimberg,  
Tauberbischofsheim

6. Okt., 3. Nov., 1. Dez. 2016

## Onko-Café

Das Onko-Café gibt Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen eine qualifizierte Anlaufstelle zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch. In dem offenen Gesprächskreis sind auch Fachkräfte der Gynäkologie anwesend und beantworten Fragen. Das Onko-Café findet jeden ersten Donnerstag im Monat statt.

🕒 14.30 bis 16 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim,  
Terrassen-Café Station B2

11. Oktober 2016

## Dick und fett, wie krieg ich's weg?

Übergewicht erhöht das Risiko für verschiedene Erkrankungen wie Bluthochdruck, Herzinfarkt oder Schlaganfall. Prof. Dr. Christoph Dietrich, Chefarzt im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, gibt Tipps, wie Übergewicht reduziert werden kann.

🕒 19.30 Uhr

Kurhaus Bad Mergentheim,  
Tagungsraum

12. Oktober 2016

## Homöopathie und Krebs

Ziel der homöopathischen Therapie bei Krebspatienten ist zunächst die Verbesserung der Lebensqualität und des Allgemeinzustandes sowie die Nebenwirkungen der notwendigen konventionellen Behandlung leichter zu verkraften. Von einer homöopathischen Therapie kann man auch einen positiven Einfluss auf die psychische Verfassung erwarten. Die Referentin Dr. Kerstin Bögner-Zoller wird einen Einblick in die Möglichkeiten der Homöopathie bei einer Krebserkrankung geben.

🕒 14 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim,  
Konferenzraum Halle, 1. OG

20. Oktober 2016

## Minimalinvasive Chirurgie

In den vergangenen Jahren konnten viele große offene Operationen durch minimalinvasive Eingriffe ersetzt werden. Solche Eingriffe sind wesentlich schonender. Der Chefarzt der Chirurgie Dr. Michael Schneider stellt die Möglichkeiten am Krankenhaus Tauberbischofsheim vor.

🕒 19.30 Uhr

Seniorenzentrum Haus Heimberg,  
Tauberbischofsheim, Gemeinschaftsraum

25. Oktober 2016

## Leisten- und Narbenbrüche – abwarten oder operieren?

Eine Hernie ist eine krankhafte Lücke in der Bauchwand, bei der dauerhaft die Gefahr der Einklemmung von Bauchinhalt, beispielsweise des Dünndarms, besteht. Bei der Therapie geht es also nicht nur um eine kosmetische Frage. Der Chirurg Dr. Michael Bach stellt die OP-Möglichkeiten vor und beantwortet Fragen.

🕒 19.30 Uhr

Kleiner Kursaal Bad Mergentheim



Die nächste Ausgabe von „Leben! – Das Magazin der BBT-Gruppe für Gesundheit und Soziales“ erscheint im Januar 2017.

#### 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 Peter Berg  
**Geschäftsführer:** Bruder Alfons Maria Michels, Dr. Albert-Peter Rethmann, Andreas Latz, Werner Hemmes, Matthias Warmuth

**Chefredaktion:** Martin Fuchs (verantwortl.)  
**Chefin vom Dienst:** Judith Hens  
**Redaktion:** Yvonne Antoine, Anne Britten, Christine Daichendt, Ute Emig-Lange, Frank Mertes, Peter Mossem, Pascal Nachtsheim, Doris Quinten, Katharina Müller-Stromberg, Gerd Vieler, Simone Yousef  
In Zusammenarbeit mit dreipunkt drei mediengesellschaft mbH, www.dreipunkt drei.de

**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.

Titelbild: istockphoto

ISSN 2195-4666

ClimatePartner  
**klimateutral  
gedruckt**

Zertifikatsnummer:  
53323-1609-1002  
www.climatepartner.com



Foto: istockphoto

12. November 2016

## 7. Bad Mergentheimer MS-Tag

Chefarzt Priv.-Doz. Dr. Mathias Buttman stellt neue Erkenntnisse zur Immuntherapie der schubförmigen MS vor. Mit der Behandlung von Symptomen wie Blasenstörungen oder Störungen der Sexualfunktion beschäftigt sich der Vortrag von Dr. David Brix. Dr. Jochen Ulzheimer referiert über neue Therapieansätze bei der progredienten MS. Workshops ergänzen das Informationsangebot. Ärzte stehen für die Fragen der Besucher zur Verfügung.

10 Uhr bis 15 Uhr

Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim

17. November 2016

## Schmerz, lass nach!

Schmerzen haben als Warnsignal eine wichtige Schutzfunktion für den Körper. Dauern diese aber über mehrere Monate unvermindert an oder kehren sie häufig zurück, spricht man von chronischen Schmerzen. Die Anästhesistin und Schmerztherapeutin Dr. Sabine Paul stellt die Möglichkeiten der Schmerztherapie vor.

19.30 Uhr

Gemeinschaftsraum Seniorenzentrum Haus Heimberg, Tauberbischofsheim

21. November 2016

## Du bist, was du isst!

Die Ernährung von Kindern spielt eine große Rolle für ihre spätere Entwicklung. Dies belegen auch die Ergebnisse von Studien. Prof. Dr. Reiner Buchhorn, Chefarzt der Kinderklinik im Caritas-Krankenhaus Bad Mergentheim, berichtet, wie die soziale Klasse über die Ernährung das Körpergewicht, die Körpergröße, den Lernerfolg und die Lebenserwartung beeinflussen kann.

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

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

# 70 Jahre im Dienst für die Menschen in der Region



## Tag der offenen Tür So, 9. Oktober, 12 bis 17 Uhr

- Führungen durch den OP
- Blick hinter die Türen der Intensivstation
- Hightech im Herzkatheterlabor
- 20 Meter langes begehbare Darmmodell
- Kreißsaalführungen
- Vorträge zu medizinischen Themen
- Kinderprogramm mit Bärenhospital
- Lernen und arbeiten im Caritas
- Musik: MOSAIK



**Caritas-Krankenhaus**  
Bad Mergentheim

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Universität Würzburg

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

