



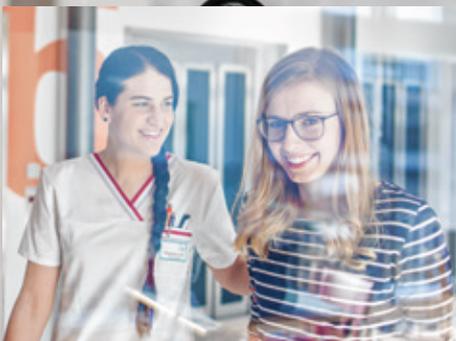
meine GESUNDHEIT **3**

DAS KLINIKMAGAZIN FÜR DEN OSTALBKREIS

**SYLVIA LINGEL
IST MIT DIABETES
MELLITUS TYP 1 IN
GUTEN HÄNDEN.**

Seite 4

**KOSTENLOS
ZUM
MITNEHMEN**



10 | **DER SCHÖNSTE BERUF
DER WELT**
Arbeiten in der Unfallchirurgie



12 | **DIE BALANCE WIEDER
FINDEN**
Abteilung für Psychosomatik



16 | **DAS WOHL EINES JEDEN
PATIENTEN IM BLICK**
Das Zentrale Ethikkomitee

GESUNDNAH

Schon über 4,4 Millionen Baden-Württemberger vertrauen uns ihre Gesundheit an – Sie auch?

aok-bw.de

AOK – Die Gesundheitskasse Bezirksdirektion Ostwürttemberg

Foto: peterheck.de

Schad

Das Gesundheitshaus im Ostalbkreis



Sanitätshaus
Bandagen, Orthesen, Kompressionsstrümpfe, Schuheinlagen, Inkontinenzversorgung, ...

Homecare
Stoma-, Wund- und Dekubitusversorgung, Pflege- und Hilfsmittel, ...

Orthopädietechnik
Bein- und Armprothetik, Rumpf-, Bein- und Armorthetik, ...

Rehatechnik
Rollstühle, Gehhilfen, Betten, Sauerstoffversorgung, Badelifter, Elektrorollstühle, Rollstuhl-Sonderbau, Sitz- und Liegeschalen, ...

Stammhaus Aalen

Unser freundliches und kompetentes Fachpersonal unterstützt Sie mit unserem Service und hilft Ihnen in allen Lebenslagen weiter.



Stammhaus Aalen
Alfred-Delp-Strasse 4
73430 Aalen
Tel 07361 9594-0

Ostalbklinikum Aalen
Im Kälblesrain 2
73430 Aalen
Tel 07361 980887

Ellwangen
Marktplatz 19
73479 Ellwangen
Tel 07961 52383

Bopfingen
Nürnberger Strasse 4
73441 Bopfingen
Tel 07362 7270

info@sanitaetshaus-schad.de · www.sanitaetshaus-schad.de



links Prof. Dr. Ulrich Solzbach, Mitte Sylvia Pansow, rechts Thomas Schneider
Foto: Christian Frumolt

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir begrüßen Sie herzlich zur dritten Ausgabe des Jahres 2019 unseres Klinikmagazins der Kliniken Ostalb.

In dieser Ausgabe ist die Diabetologie ein großes Thema. Diabetes ist bei Erwachsenen weit verbreitet. Die Redaktion sprach mit Dr. Lars Becker und seinem Team vom Stauferklinikum sowie mit einer Patientin, die mit dieser Krankheit lebt. Wichtig ist es, die Krankheit rechtzeitig zu behandeln, um Schäden an Organen wie Herz, Augen und Nieren zu vermeiden.

Des Weiteren stellen wir Ihnen unseren neuen Chefarzt für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin am Ostalb-Klinikum, Dr. Michael Fritzsch, vor. Dr. Michael Fritzsch gibt Ihnen Einblicke in seine Abteilung und zeigt anhand von anonymisierten Patientenbeispielen den Verlauf unterschiedlicher Krankheitsgeschichten.

Ein wichtiger Bestandteil unserer drei Standorte sind die Ethikkomitees. Das Ziel und die Aufgabe eines Ethikkomitees ist es, ethisches Unbehagen aufzugreifen und zu analysieren, schwierige Entscheidungsfindung mitzubegleiten und Beteiligte im konkreten Behandlungsfall zu entlasten. Lesen Sie mehr auf den Seiten 16 bis 18.

Wir freuen uns, Ihnen auch in dieser Ausgabe wieder eine engagierte Stationsleitung, dieses Mal aus der St. Anna-Virngrund-Klinik, vorstellen zu können und Ihnen den Ablauf ihrer täglichen Arbeit zu zeigen.

Weiterhin freuen wir uns über Rückmeldungen und Anregungen zu unserem Klinikmagazin. Welche Themen interessieren Sie, welche Fragen haben Sie in Sachen Gesundheit? Schreiben Sie uns einfach per Mail an meinegesundheit@kliniken-ostalb.de. Wir wünschen Ihnen nun eine kurzweilige Lektüre dieser Ausgabe „**meine Gesundheit**“³. Allen Patientinnen und Patienten wünschen wir gut verlaufende Therapien in unseren Kliniken und beste Genesung.

Ihr Vorstand der Kliniken Ostalb

Prof. Dr. Ulrich Solzbach
Vorstandsvorsitzender

Thomas Schneider
Vorstand

Sylvia Pansow
Vorständin

Inhalt

- | 04 Diabetologie: den Blutzucker im Blick
- | 08 Ernährung:
bei Diabetes das A und O
- | 10 Den Traum zum Beruf gemacht
- | 12 Seele und Körper im Ungleichgewicht
- | 16 Ethikkomitee: Das Wohl des
Patienten im Blick
- | 19 Kliniken kompakt
- | 22 Klinikseelsorge
- | 24 Mitarbeitersteckbrief
- | 26 Karrierestart in der Pflege:
spannend, vielfältig, zukunftssicher
- | 28 Neues aus den Kliniken
- | 31 Veranstaltungskalender
- | 32 Rätselseite
- | 33 Baby-Galerie
- | 34 Rezept: Schweinelende aus dem
Backofen mit getrockneten Tomaten

Diabetologie: Den Blutzucker im Blick



Sylvia Lingel wurde wegen einer Beinlähmung, vermutlich ausgelöst durch zu hohe Blutzuckerwerte, von Dr. Lars Becker behandelt.

Am Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd gibt es seit dem Jahr 1999 die Diabetologie. Mit dem Pflegepersonal kümmern sich drei Diabetesberaterinnen DDG (Deutsche Diabetes Gesellschaft) und der Diabetologe Dr. Lars Becker um Patienten wie Sylvia Lingel, die sich bei dem kundigen Team der Schwerpunktstation bestens aufgehoben fühlt.



Das Mutlanger Diabetes-Team nimmt sich Zeit für jeden einzelnen Patienten. Auch Sylvia Lingel bekommt Ratschläge und Tipps zum Umgang mit der Erkrankung. Fotos: Jan Walford

Menschen können in jedem Lebensalter an Diabetes mellitus erkranken. So wie Sylvia Lingel. Bei der lebenslustigen Frau aus Schwäbisch Gmünd wurde die Erkrankung im Alter von 30 Jahren diagnostiziert. „Völlig überraschend“, wie die heute 49-Jährige betont. Massive Probleme mit der Sehkraft und ihr plötzlich übermäßiger Durst führten sie zum Arzt. Die Diagnose: Diabetes mellitus Typ 1 mit einer akuten Übersäuerung des Blutes – eine lebensbedrohliche Situation.

Hilfe dank moderner Technik

Die Diagnose war für Sylvia Lingel zunächst ein Schock. Heute kommt sie mit ihrer Erkrankung aber gut im Alltag zurecht. Auch dank des erfahrenen Teams der Diabetologie in Mutlangen. Die 49-Jährige besucht immer wieder die dortige ambulante Sprechstunde, wenn sie Fragen rund um ihre Erkrankung oder auch zu ihrer Insulinpumpe hat. Das kleine Gerät trägt Sylvia Lingel ständig bei sich. Es versorgt sie über eine Kanüle rund um die Uhr mit Insulin, sodass ein Spritzen entfällt. Nur bei Mahlzeiten oder Korrekturen muss der Patient noch selbst aktiv werden, nämlich dann, wenn durch Essen oder einen zu hohen Blutzuckerspiegel zusätzliches Insulin über die Pumpe abgerufen werden muss. Der Blutzuckerspiegel kann aber trotz Pumpe in seltenen Fällen einmal entgleisen und Symptome auftreten. So führte eine Lähmung des

Beins Sylvia Lingel kürzlich ins Stauferklinikum, wo sie durch Dr. Lars Becker und sein Team stationär versorgt wurde. „Wir vermuten eine diabetische Mononeuropathie, eine isolierte, vorübergehende Nervenschädigung durch zu hohe Blutzuckerwerte, die sich meistens nach einiger Zeit bei besseren Blutzuckerwerten wieder zurückbildet“, sagt der Spezialist.

Diabetes oft als Begleiterkrankung

In einigen Fällen werden die Patienten direkt wegen ihres Diabetes – wie Sylvia Lingel - in der Diabetologischen Schwerpunktstation in Mutlangen stationär behandelt, wo alle Ausprägungstypen der Erkrankung sowie Fälle, die eine komplexe Betreuung erfordern, versorgt werden. Meistens bedingt den Aufenthalt im Stauferklinikum jedoch eine andere Erkrankung. Diabetes mellitus ist dann lediglich eine Begleiterkrankung, deren Mitbehandlung aber von entscheidender Bedeutung ist. „Operationen, Krankheiten oder bestimmte Medikamente können Diabetes beeinträchtigen und somit den Insulinbedarf verändern“, sagt Dr. Lars Becker. Die Patienten werden dann - je nach medizinischer Anforderung - auf allen Stationen von Dr. Lars Becker und den Diabetesberaterinnen Anita Elser, Hildegard Holz und Silke Kallert-Saam mitbetreut.

Für die Aufnahme ist zunächst eine der Beraterinnen zuständig. Anhand eines Anamnesebogens ermittelt sie den Gesundheitszustand des Patienten. Die Größe, das Gewicht, die aktuelle Therapie und eventuelle Medikamente spielen genauso eine Rolle wie die soziale Situation. „Wir müssen wissen, ob der Patient in der Lage ist, sich um seine Diabetestherapie eigenständig zu kümmern“, so die Diabetesberaterinnen. Falls er Hilfe benötigt, wird überprüft, ob jemand aus dem familiären Umfeld dazu in der Lage ist, oder ein ambulanter Pflegedienst zugezogen werden soll.

 Lesen Sie weiter auf Seite 6



Ernährung und der Umgang mit Kohlehydraten spielen eine große Rolle.



Beratungen sind jederzeit nach Absprache möglich

Wir bieten Ihnen ein sicheres Zuhause

Das Kursana Domizil Aalen verbindet anspruchsvollen Wohnkomfort mit modernsten Pflegemethoden, die durch umfangreiche Therapiemaßnahmen ergänzt werden. Wir bieten Ihnen ein sicheres und liebevolles Zuhause mit individueller Betreuung. Unser erfahrenes Team ist Tag und Nacht für Sie da.

Wir sind Vertragspartner aller Pflege- und Krankenkassen. Gern stehen wir Ihnen für ein persönliches Beratungsgespräch zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

- Stationäre Langzeitpflege
- Spezielle Demenzkonzepte
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Einzel- und Doppelzimmer mit Bad
- Hauseigene Küche
- Friseur und Fußpflege
- Wäsche-/Reinigungsservice
- Ergo- und Physiotherapie
- Freizeit- und Kulturprogramm
- Kooperation mit Spezialisten
- TÜV-zertifiziert

Kursana Domizil Aalen, Stuttgarter Straße 23, 73430 Aalen
Telefon: 0 73 61 . 37 67 - 0, Fax: 0 73 61 . 37 67 - 1 65,
E-Mail: kursana-aalen@dussmann.de, www.kursana.de

Mein sicheres Zuhause.

KURSANA
DOMIZIL

Eine Untersuchung von Kopf bis Fuß

Beim Aufnahmegespräch werden auch mögliche Folgeerkrankungen ermittelt. Besonders interessant sind dabei die Augen und die Füße des Patienten. Wenn der Diabetes zu lange schlecht eingestellt ist, kommt es häufig zum diabetischen Fußsyndrom. Dabei sind die Nerven geschädigt und die Betroffenen merken oft nicht, dass sie sich ihre Füße verletzt haben. „Im schlimmsten Fall kann es dadurch zur Amputation eines Zehs oder des Fußes kommen“, sagt Dr. Lars Becker. Auch die Spritzenstellen werden kontrolliert. „Wir schauen und tasten nach jeglichen Auffälligkeiten, zum Beispiel ob sie dick oder gerötet sind“, erklärt Hildegard Holz.

Natürlich ist eine optimale Insulinversorgung essenziell, deshalb trifft sich das Diabetesteam täglich, um den Zustand der Patienten und das weitere Vorgehen zu besprechen. Mithilfe von Kurven, regelmäßigen Blutzuckermessungen und dem Erfassen der Speisen passt Dr. Lars

Becker zum Teil täglich die individuellen Dosierungen an. Natürlich spielt bei der Behandlung auch der Diabetes-Typ eine Rolle. „Typ-1-Diabetes entgleist schneller, zum Beispiel bei Stress oder anstrengenden Aktivitäten. Dann kann es lebensgefährlich werden“, erklärt der Facharzt für Diabetologie und Gastroenterologie. Für die Betroffenen sind kontinuierliche Messsysteme am Körper meist sehr hilfreich. Denn sobald der Blutzuckerspiegel aus dem Gleichgewicht gerät, ertönt ein Warnsignal. „Das mindert zum Beispiel die Unfallgefahr beim Autofahren. Wir hatten schon viele Patienten, die sagen, sie können jetzt endlich wieder schlafen“, erzählt der Facharzt.

Ohne Schulung geht es nicht

Damit es nicht zu einer Entgleisung in Form einer Über- oder Unterzuckerung kommt, ist ein richtiger Umgang mit Diabetes natürlich entscheidend. Das A und O neben der optimalen Insulineinstellung ist eine gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung. Das Mutlanger Diabetesteam schult deshalb jeden einzelnen Patienten. Diese müssen lernen, den Blutzucker richtig zu messen, wann und wie viele Tabletten oder Insulinspritzen sie nehmen müssen und auch wie sie ihre Insulindosierung berechnen. Diese hängt nicht nur vom Gewicht ab, sondern die Ernährung und Aktivitäten spielen ebenfalls eine Rolle. „Bei einem

MIT EINEM GUT
EINGESTELLTEN
DIABETES KANN MAN
AUCH WIRKLICH
GUT LEBEN.

SYLVIA LINGEL,
PATIENTIN MIT TYP-1-DIABETES



Die Mitarbeiterinnen im Diabetes-Team: Anita Elser (v. l.), Leitender Arzt Dr. Lars Becker, Silke Kallert-Saam und Hildegard Holz.

Foto: Kliniken Ostalb

INFO

DER DIABETOLOGISCHE SCHWERPUNKT AM STAUFERKLINIKUM

Der Diabetologische Schwerpunkt im Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd wurde vor 20 Jahren durch Dr. Hans-Wolfgang Schienle aufgebaut. Stationär behandelt werden dort alle Spektren von Erkrankungen des Diabetes-Typs 1 und 2. Die Diabetologie des Stauferklinikums arbeitet zudem eng mit dem DiabetesSchulungszentrum Schwäbisch Gmünd e. V. zusammen, wo die Patienten zeitnah zum Umgang mit ihrer Erkrankung geschult werden. 2019 wurde das Stauferklinikum erstmals von der Deutschen Diabetesgesellschaft DDG als "Klinik für Diabetespatienten geeignet" zertifiziert.



Das Messgerät zeigt Sylvia Lingel ihre Blutzuckerwerte genau an.

Im Diabetologischen Zentrum werden die Werte der Patienten zu deren Wohl überwacht.

Fotos: Jan Walford

Patient, der im Bett liegt und nicht läuft, ist beispielsweise der Insulinbedarf erhöht“, erklärt Dr. Becker. Aber genauso entscheidet jede Scheibe Brot, jedes Stück Obst - generell jede Kohlenhydrateinheit - über den Insulinbedarf. Für ein erfolgreiches Selbstmanagement des Diabetes ist es unverzichtbar, die Kohlenhydratmenge im Essen richtig einzuschätzen und die dafür passende Insulinmenge zu berechnen.

Im Schulungsraum geht es im Blockunterricht unter anderem um das Verständnis der Erkrankung und auf was geachtet werden muss. Ernährung, Grundlagen zum Thema Insulin, Spritztechnik, Basis

Bolus (Insulintherapie), Selbstkontrolle, Folgeerkrankungen und wie Betroffene eine Unter- oder Überzuckerung erkennen und behandeln können – das alles wird detailliert besprochen.

In der Diabetologie am Stauferklinikum geht es also nicht nur um die optimale Versorgung. Ein weiteres Ziel ist die Bewältigung der Erkrankung und der Erhalt der Lebensqualität. Und hier kann Sylvia Lingel allen Betroffenen Mut machen: „Mit einem gut eingestellten Diabetes kann man auch wirklich gut leben.“

Annika Grunert und Nadja Kienle



Auch Kinder lernen, ihren Blutzuckerspiegel zu kontrollieren.



Kinder mit Diabetes mellitus werden altersgerecht betreut.



Das Insulinedepot macht es Kindern leichter, mit der Erkrankung umzugehen.

Fotos: Kliniken Ostalb

KINDERKLINIK AALEN: EIN NORMALES LEBEN TROTZ DIABETES

Auch Kinder und Jugendliche erkranken an Diabetes mellitus. Mehr als 90 Prozent sind vom Typ-1-Diabetes betroffen. Das spezialisierte Team rund um Oberärztin Dr. Gisela Fitzke betreut die Betroffenen in der Kinderklinik in Aalen. Häufig besteht der Diabetes bereits über ein halbes Jahr, bevor sich Symptome zeigen. Den Kindern geht es dann rapide schlechter, weshalb sie meist direkt in die Kinderklinik kommen. Zunächst werden sie auf der Intensivstation behandelt. „Das ist oft eine etwas kritische Phase, weil wir uns vorsichtig mit der Dosierung des Insulin herantasten müssen“, sagt die pädiatrische Endokrinologin und Diabetologin Dr. Gisela Fitzke.

Sobald der junge Patient stabilisiert ist, kommt er auf die normale Station der Kinderklinik. Je nach Alter und familiärer Situation wird ein Elternteil und teils Geschwister mit aufgenommen. Zwei bis drei Wochen bleiben sie in der Kinderklinik, um den Umgang mit Diabetes zu lernen. „Natürlich sollen Stoffwechsellgleichungen und Folgeerkrankungen vermieden werden. Wir möchten den Kindern auch eine normale körperliche und psychosoziale Entwicklung ermöglichen. Sie sollen beispielsweise auch allein in die Schule gehen oder mit ins Schullandheim fahren“, so die Oberärztin der Kinderklinik. Die Kinder sowie Eltern werden deshalb separat und vor allem altersgerecht geschult.

Sport wie Basketball, Tanzen oder Tischtennis gehören genauso zu der Behandlung wie eine gesunde ausgewogene Ernährung. Damit schulpflichtige Kinder den Anschluss nicht verpassen, ist zusätzlich eine Lehrerin in der Kinderklinik im Einsatz. Nach dem Klinikaufenthalt bietet das Diabetesteam zum Beispiel Schulungen für Lehrer und Erzieher, Aktionstage oder auch erlebnispädagogische Auffrischungen an. Spaß haben und spielerisch lernen spielt dabei eine Rolle, aber auch der Austausch mit Gleichgesinnten. „Bei unseren Gruppenschulungen kommen sie dann mit anderen Kindern in Kontakt und können so auch voneinander lernen“, sagt die Diabetologin. Das Team der Aalener Kinderklinik sorgt also von Anfang an für einen optimalen Umgang mit Diabetes.

INFO

DIE DIABETES-TYPEN 1 + 2

Beim **Typ-1-Diabetes** produziert die Bauchspeicheldrüse aufgrund einer Autoimmunerkrankung kein Insulin mehr. Beim **Typ-2-Diabetes** liegt dagegen eine Insulinresistenz der Körperzellen vor und es gelangt nicht mehr ausreichend Zucker vom Blut ins Gewebe, weshalb die Blutzuckerwerte erhöht sind.

Risikofaktoren für den **Typ 2** sind:

- Bewegungsmangel und Übergewicht.

Symptome von Diabetes sind:

- vermehrter Durst
- häufiges Wasserlassen
- Müdigkeit
- trockene oder juckende Haut
- Infektanfälligkeit

Ernährung: bei Diabetes das A und O

Diese
Ernährungs-Tipps
fördern
auch bei
Nicht-Diabetikern
Gesundheit,
Leistung und
Wohlbefinden!

Der Begriff Diabetes mellitus kommt aus dem Griechischen und bedeutet „honigsüßer Durchfluss“. Es handelt sich um eine Stoffwechselstörung, die mit einem erhöhten Blutzuckerspiegel einhergeht. Bei der therapeutischen Behandlung spielt auch die Ernährung eine wichtige Rolle. Im Folgenden geben Diabetesberaterinnen der Kliniken Ostalb im Gespräch mit Autor Markus Lehmann hilfreiche Tipps.



Foto: © ratmanier-stock.adobe.com

Es existieren vier verschiedene Diabetes-Typen, wobei vorwiegend zwei Diabetes-Typen vorkommen: Typ 1 tritt vorwiegend bei Kindern und Jugendlichen auf, die eher schlank sind. Typ 2 dagegen tritt meist erst ab dem 40. Lebensjahr auf, weil die Körperzellen zunehmend unempfindlicher auf das körpereigene Insulin reagieren und auch die Insulinproduktion in der Bauchspeicheldrüse abnimmt. Besonders, wenn die Patienten übergewichtig sind. Bei einer guten Behandlung mit diabetesgerechter Ernährung und ausreichend Bewegung ist eine Insulintherapie beim Typ 2 daher auch selten notwendig. Was eine diabetesgerechte Ernährung ausmacht, verraten im Folgenden drei Diabetesberaterinnen der Kliniken Ostalb.



Ute Puin,
Diabetesberaterin
aus Ellwangen

Foto: Markus Lehmann

St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen

**DIABETESBERATERIN
UTE PUIN**

Uta Puin arbeitet seit 2012 an der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen als qualifizierte Diabetesberaterin DDG (Deutsche Diabetes Gesellschaft). Beim Typ-1-Diabetes rät sie zu normaler, ausgewogener Vollkost. Limo oder Fruchtsaft sollte aber

nur in geringem Maß genossen werden, weil bei Süßem der enthaltene Zucker schnell ins Blut übergeht. Beim Typ-2-Diabetes gehe es darum, langsam und dauerhaft abzunehmen. „Das wichtigste Ziel ist, den Jo-Jo-Effekt zu vermeiden.“ Als ideale Ernährung benennt sie die mediterrane Küche. Also viel Gemüse und Obst, wobei der Schwerpunkt auf Gemüse liegen sollte – am besten fünf Portionen pro Tag. Auch hochwertige, pflanzliche Öle wie Olivenöl sowie Fisch und nicht zu viel rotes Fleisch seien wichtig. Letzteres gelte auch für gesunde Menschen. Ansonsten setzt Uta Puin auf möglichst wenig Verbote. „Aber“, sagt sie, „ein Liter Cola am Tag ist einfach nicht gesund“. Zuckerfreie Getränke wie Mineralwasser, Tee und Kaffee seien dagegen ideal.

Viele Ballaststoffe sollte die Ernährung enthalten und man sollte sich Zeit beim Essen nehmen. Fertigprodukte sollten selten auf den Tisch kommen. Ihr Tipp: Vor der Mahlzeit sollte ein Salat gegessen oder ein Glas Wasser getrunken werden.

„Das wichtigste Ziel ist, den Jo-Jo-Effekt zu vermeiden.“

UTE PUIN,
DIABETESBERÄTERIN
AUS ELLWANGEN

Drei Mahlzeiten am Tag seien in der Regel ausreichend. „Bei unseren Diabetes-Patienten ist es oft so: Eine Cortison-Therapie, eine Infektion oder die Stresshormone durch eine Operation lassen den Blutzucker ansteigen und können den Blutzucker-Wert entgleisen lassen“, berichtet Ute Puin. Deshalb erstellt sie bei Diabetes-Patienten, die sich in der Klinik befinden, eine Dokumentation, passt gegebenenfalls die Ernährung individuell an und bespricht mit den Patienten, wenn eine zusätzliche Insulintherapie notwendig wird.



Silke Kallert-Saam,
Diabetesberaterin
am Stauferklinikum

Foto: Kliniken Ostalb

Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd

**DIABETESBERATERIN
SILKE KALLERT-SAAM**

„Nimmt der Patient Antidiabetika ein oder spritzt Insulin, muss das Essen auf die Therapie abgestimmt sein, um Unter- oder Überzucker zu vermeiden“, erklärt Silke Kallert-Saam. Sie ist seit 2001 als Diplom-Ernährungswissenschaftlerin am Stauferkli-

Ostalb-Klinikum Aalen

**DIÄTASSISTENTIN
AYDAN ÖZER**

„Der Diabetes Typ 1 tritt oft bei Kindern und Jugendlichen auf“, sagt Diätassistentin Aydan Özer. Sie ist seit vergangenem Mai am Ostalb-Klinikum in Aalen tätig. Gerade bereitet sie die Mahlzeiten für Patienten im Alter von drei, sechs, 14 und 17 Jahren zu. Die Kinder und Jugendlichen können wählen aus Obst und Gemüse, Quark, Joghurt, Zwieback, Brot, Vollkost, leichte Vollkost oder vegetarische Kost. Bei Typ-2-Diabetes empfiehlt Aydan Özer eine Lebensstilän-

derung, eine gesunde, kalorienreduzierte Mischkost, die gerne Lieblings Speisen in kleinen Mengen enthalten kann. Das ist besser umzusetzen als eine strenge Diät. Auch Süßspeisen dürfen auf den Nachtsch-Teller. „Lieber mit wenig normalem Zucker statt mit Süßstoff“, empfiehlt die Diätassistentin. Im Ostalb-Klinikum gibt es eine Besonderheit für die Diabetes-Kinder: Die Suppen aus der Küche kommen teilweise als Einlage wie Nudeln oder Backerbsen auf die Stationen, wo sie auf den Kohlehydratwert abgewogen und die Proteineinheiten berechnet werden. Proteineinheiten (BE) sind ein Maß für den Kohlenhydratgehalt eines Lebensmittels. Insulinpflichtige Menschen brauchen die Angabe, um ihre

nikum im Diabetesteam tätig. Sinnvoll sei es, an einer Diabetikerschulung teilzunehmen. In Mutlangen finden beim Diabetes-SchulungsZentrum Schwäbisch Gmünd e. V., das mit dem Klinikum kooperiert, Kurse für alle Diabetestypen statt. Die Anmeldung erfolgt über den Hausarzt. Bei den Kursen lernt der Patient, wie er Ernährung, Bewegung und die medikamentöse Therapie optimal aufeinander abstimmen kann. Die gesunde, ausgewogene Ernährung helfe das erhöhte Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen beim Diabetes zu senken, sagt Diabetesberaterin Silke Kallert-Saam. Die Patienten sollten täglich Gemüse, etwas Obst, Getreideprodukte wie Haferflocken, Naturreis, Vollkornnudeln oder Vollkornbrot essen. Auch Hülsenfrüchte wie Linsen, Erbsen, Bohnen, Kichererbsen oder Sojabohnen seien für Menschen mit Diabetes ideal. Diese Lebensmittel enthal-

„Reduzieren Sie Ihre Menge an Haushaltszucker im täglichen Gebrauch.“

SILKE KALLERT-SAAM,
DIABETESBERATERIN
AM STAUFERKLINIKUM

ten reichlich Ballaststoffe, Vitamine sowie Mineralstoffe und lassen den Blutzucker nur langsam ansteigen. Zudem liefern Gemüse, Obst, Getreide, Nüsse und pflanzliche Öle reichlich antioxidative Substanzen. Ein Müsli mit Haferflocken, Obst und Joghurt oder Milch zum Frühstück, Linsen und Spätzle zum Mittagessen und abends ein Salat mit Vollkornbrot seien genau das Richtige für einen guten, stabilen Blutzucker.



Aydan Özer,
Diätassistentin
am Ostalb-Klinikum

Foto: Markus Lehmann

Insulindosis zu berechnen. „Kohlenhydrate lassen den Blutzuckerspiegel steigen.“ 1 BE entspricht 10 bis 12 g Kohlenhydrate. Eine Scheibe Weißbrot (25 Gramm) enthält genau 1 BE, daher der Name „Broteinheit“.

Anzeige



Über Geld
sprechen
ist einfach.



ksk-ostalb.de

Weil die Sparkasse nah ist und auf Geldfragen die richtigen Antworten hat.

 **Kreissparkasse Ostalb**



Magdalena Jakob leitet die Station 6 seit dem Jahr 2014.

Foto: Markus Lehmann

„Das ist der schönste Beruf der Welt“

Magdalena Jakob ist gerade einmal 29 Jahre alt – und schon Stationsleiterin. Die Arbeit mit ihrem Team auf der Unfallchirurgie/Orthopädie an der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen macht ihr viel Spaß. Die junge Frau übt ihren Beruf mit viel Liebe sowie Herzblut aus und ist sich sicher, dass sie ihren Traumberuf gefunden hat.



Magdalena Jakob widmet sich jedem Patienten ganz individuell.

Foto: Andreas Franzmann

In der Klinik, in der Magdalena Jakob die Stationsleitung inne hat, hat die junge Frau aus Lauchheim auch ihre Ausbildung absolviert: in der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen. In der Zeit von 2007 bis 2010 erlernte sie dort alle Fertigkeiten, die für eine versierte Gesundheits- und Krankenpflegerin wichtig sind. Nach ihrer Ausbildung sammelte sie als Pflegefachkraft noch weitere praktische Berufserfahrung. Und seit 2014 leitet sie die Station 6 in der Klinik – die Unfallchirurgie/Orthopädie.

ES GIBT NIRGENDS SO VIEL ABWECHSLUNG WIE IN DIESEM BERUF. „

MAGDALENA JAKOB
STATIONSLEITERIN

Doch wer wird auf dieser Station eigentlich genau behandelt? Zum Beispiel Patienten nach einem Verkehrsunfall. Die 90-jährige, die gestürzt ist und sich schwere Brüche zugezogen hat. Der Mann, der mit der Hand in einen Garten-Häcksler geriet, und viele andere Fälle.

Umgang mit verschiedenen Situationen
Besonders bei Unfällen bekommen Magdalena Jakob und ihr Team auf dieser Station auch tragische Situationen

mit. Sowohl Patienten als auch Angehörige werden vom Pflege- und Ärzteteam fachlich eng betreut. Magdalena Jakob erlebte aber auch viel Positives. So erzählt sie von der Patientin, die nach einem Bruch mit der Prothese nur unter großen Schmerzen gehen konnte und an Arthrose litt. Nach der Operation und der Mobilisation konnte sie das Haus fast schmerzfrei verlassen. In diesem Fall arbeitete Station 6 eng mit den Ärzten der Station, Mitarbeitern der Physiotherapie sowie dem Sozialen Dienst zusammen. Generell sind hier mehrere Stationen fest miteinander verzahnt. Magdalena Jakob nennt ein weiteres Beispiel: Eine junge Autofahrerin hatte nach einem Verkehrs-

Ihre Fertigkeiten hat die Stationsleiterin während ihrer Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin erlernt.

Foto: Markus Lehmann



unfall unter anderem beide Unterschenkel gebrochen. Außerdem musste sie ihren Führerschein abgeben. „Wir haben sie seelisch mitbetreut“, sagt Magdalena Jakob. Die Patientin war sehr dankbar für die Hilfe des Stationsteams. „Das gehört für mich zu einer der besonders schönen Seiten in diesem Beruf“, betont die Stationsleiterin.

Teampayer im Schichtbetrieb

Sehr schön sei, dass man in einem Team zusammenarbeiten könne, betont Magdalena Jakob. Sie versteht sich als Ansprechpartnerin für die Kollegen und Kolleginnen.

Station 6 ist ein Drei-Schichtbetrieb, Dauernachtwache inklusive. Ist das nicht nervig? „Das ist überhaupt kein Problem“, sagt Magdalena Jakob. Zum einen sei der Dienstplan flexibel. Zudem habe man nach den Nachtschichten freie Tage. Auf der Station 6 sind die Aufgaben vielfältig. „Es gibt nirgends so viel Abwechslung wie in diesem Beruf“, steht für Magdalena

Jakob fest. Und gerade deshalb erklärt sie: „Für mich ist das der schönste Beruf der Welt.“

Markus Lehmann

INFO

VIelfältige Möglichkeiten in der Pflege

Nach wie vor herrscht im Pflegebereich ein Fachkräftemangel und qualifiziertes Personal wird auf dem Arbeitsmarkt händierend gesucht. Dabei eröffnet das Berufsfeld denjenigen, die sich für eine Ausbildung in der Pflege begeistern, später sehr gute Chancen auf dem Arbeitsmarkt und beste Perspektiven für die Zukunft. Eine Ausbildung als Pflegefachkraft bietet zudem – wie auch der Beitrag zeigt – im Anschluss viele Karriereoptionen und Möglichkeiten der Fort- und Weiterbildung.

Anzeige



Gepflegt leben im Alter – Wohnen und Pflege rund um die Uhr

Fragen Sie auch nach **Tagespflege!**

Marienhöhe

73433 Aalen-Wasseralfingen
Telefon 07361 9763-0

St. Lukas

73453 Abtsgmünd
Telefon 07366 96973-0

St. Elisabeth

73431 Aalen
Telefon 07361 9391-0

St. Agnes

73463 Westhausen
Telefon 07363 954547-0

www.haus-lindenhof.de/aalen



Chefarzt Dr. Michael Fritsch und sein Team betreuen intensiv Patienten, die an psychosomatischen Symptomen leiden.

Fotos: Jan Walford

Seele und Körper im Ungleichgewicht



Dr. Michael Fritsch leitet die Abteilung für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin.

Ein Teil des Ostalb-Klinikums Aalen ist die Abteilung für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin. Auf der Station und in der Tagesklinik werden insgesamt 44 Patienten von Chefarzt Dr. Michael Fritsch und einem Team aus Ärzten, Psychologen, Spezialtherapeuten und Fachpflegekräften behandelt.

In der Abteilung für Psychosomatik und Psychotherapeutische Medizin kümmert sich das Team rund um Chefarzt Dr. Michael Fritsch um Angst- und Zwangsstörungen, Depressionen, Traumata,

somatoforme (körperliche) Störungen, Schmerzen, Ess- und Entwicklungsstörungen. Im Folgenden geben wir einige Einblicke in den Alltag der Station und in Fallbeispiele.

Fallgeschichte 1: Folgen des Zweiten Weltkrieges

Ein über 80 Jahre alter Mann konnte nachts nicht mehr schlafen. Er war sehr unruhig, stark gereizt und lief die ganze Nacht hin und her. Hinzu kam, dass er sich nicht mehr traute, nach draußen oder ans Telefon zu gehen. Seine Verzweiflung wuchs. Nach etwa drei Monaten suchte er eine Klinik auf, in der er Schlafmittel bekam. Allerdings brachte das keine Verbesserung. Schließlich wurde er auf der psychosomatischen Station am Ostalb-Klinikum Aalen aufgenommen.

„Anfangs war es schwierig, an den Patienten heranzukommen, weil er sehr unruhig und getrieben war. Nach etwa zwei Wochen wurde es deutlich besser“, erinnert sich Dr. Michael Fritzsich. Der Mann erhielt wie alle Patienten Einzel- und störungsorientierte Gruppentherapie. Genauso gehören meistens Bewegung, Musik- und Kunsttherapie zu der Behandlung. Während seines Aufenthaltes konnte die Ursache schnell gefunden werden: Es handelte sich um eine Traumafolgestörung. Der Patient erinnerte sich plötzlich an Ereignisse aus seiner Kindheit. Es war Krieg und als er aus dem Bunker kam, sah er nicht nur die zerbombten Häuser, sondern auch viele tote Menschen. Jahrzehnte waren die Ereignisse vergessen gewesen. Doch im höheren Lebensalter machten sie sich wieder bemerkbar und verursachten seine Ängste sowie die starke innere Unruhe. „Je früher im Leben ein traumatisches Ereignis erlebt wird, umso schwerwiegender

ist es häufig“, weiß der Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie Dr. Fritzsich.

Jeder Patient erstellt zu Therapiebeginn eine Art Wunschliste. Darauf hält er fest, was er gerne erreichen möchte. „Dieser Patient wünschte sich Dinge, die für viele selbstverständlich sind, wie zum Beispiel

„ANFANGS IST ES
MANCHMAL SCHWIERIG,
AN DIE PATIENTEN
HERANZUKOMMEN.“

CHEFARZT
DR. MICHAEL FRITZSCH

wieder vor die Tür zu gehen und Besorgungen zu machen“, erzählt Dr. Michael Fritzsich. Damit der Patient seine Ziele erreicht, wurden mit ihm unter anderem individuelle Expositionen erarbeitet, wie zum Beispiel mit ihm vor die Tür zu gehen. Nach einiger Zeit gehörte auch eine regelmäßige Tagesbeurlaubung mit Hausaufgaben zu seiner Therapie. „Nach fünf Wochen hatte er all seine Ziele erreicht“, berichtet der Chefarzt. Nach sechs Wochen konnte er entlassen werden.

Fall 2: 25-maliges Händewaschen am Tag
Am Ostalb-Klinikum werden viele junge Patienten im Alter zwischen 18 und 30 Jahren behandelt. Einer davon war ein junger Mann im Alter von 19 Jahren, der wegen

einer Zwangsstörung auf die psychosomatische Station kam. An die 25 Mal wusch er sich am Tag die Hände, sodass diese puterrot waren. Außerdem litt er unter einem Kontrollzwang: Vor dem Verlassen der Wohnung überprüfte er mehrfach, ob alle Elektrogeräte ausgeschaltet sind. „Die Betroffenen kommen irgendwann nicht mehr aus ihrem Haus, weil die Zwänge so viel Zeit in Anspruch nehmen und sich immer mehr steigern“, erklärt Dr. Michael Fritzsich. Häufig seien es erfolgreiche, umgängliche, freundliche und leistungsstarke Persönlichkeiten, die immer mehr von ihren Zwängen eingenommen werden. Dazu gesellen sich nicht selten Gewaltfantasien, die sie allerdings nicht ausleben würden. „Im Gegensatz zu einem Menschen mit einer wahnhaften Störung wissen Zwangsneurotiker ganz genau, dass ihre Gedanken eigentlich unsinnig sind. Trotzdem haben sie diese Fantasien, für die sie sich schämen und die ihnen Angst machen“, sagt der Chefarzt.

Die Betroffenen sprechen nicht über ihre Probleme und häufig werden sie erst behandelt, wenn die Zwangsstörung bereits extreme Ausmaße angenommen hat. Die Therapie beinhaltet dann unter anderem den Umgang mit anderen und die Beziehungen werden berücksichtigt. Denn häufig sind Zwangsneurotiker sehr angepasst, stellen sich zurück und gehen Auseinandersetzungen aus dem Weg, wie Dr. Michael Fritzsich aus Erfahrung weiß.

Lesen Sie weiter auf Seite 14

Anzeige

Kennen Sie schon...
...den Grünabfallcontainer für daheim?

Die Gartentonne



240 Liter

- ✓ **Leerungen erfolgen von März - November, Leerungsrhythmus 14-tägig**
- ✓ **Die Flatrate für alle Leerungen einer Saison kostet 59,95 € (240 Liter-Behälter) bzw. 149,95 € (660 Liter-Behälter)**
- ✓ **zeitsparende, saubere und rückschonende Alternative zur Grünabfallsammlung**

Gesellschaft im Ostalbkreis für Abfallbewirtschaftung mbH
Die Gartentonne kann unter www.goa-online.de bestellt werden.



„Man geht davon aus, dass Zwangsstörungen entstehen, weil die Betroffenen nicht mit ihrem Ärger und ihrer Wut umgehen können.“

Vier bis 15 Wochen Therapie

Wie lange die Therapie auf der psychosomatischen Station dauert, ist von Patient zu Patient unterschiedlich. Im Durchschnitt beträgt der Aufenthalt 36 Tage. Manche sind auch drei Wochen auf der Station und anschließend drei Wochen in der Tagesklinik. Andere können nach vier Wochen wieder nach Hause gehen. „Bei Essstörungen dauert die Therapie meist am längsten“, erzählt Dr. Michael Fritzsich. Oft sind die meist weiblichen Patienten an die 15 Wochen auf der Station. Das Ziel ist neben der Ursachenbehandlung unter anderem, dass sie ein gesundes Gewicht erreichen, doch das dauert. „Eine Patientin wog 36 Kilogramm, als sie zu uns kam. Mit einer Größe von über 1,70 Meter wären selbst 46 Kilogramm noch viel zu wenig. Allerdings müssen auch die erst einmal erreicht werden, und zwar auf einem gesunden Weg. Wenn eine Patientin 500 Gramm pro Woche zunimmt,

ist das schon sehr viel für die meisten“, erzählt der Psychotherapeut.

Wenn die Psyche Schmerzen verursacht Ein anderer Schwerpunkt in Aalen ist die Therapie von Schmerzpatienten. Bevor diese auf der psychosomatischen Station behandelt werden, erfolgen Untersuchungen, um körperliche Auslöser auszuschließen. In manchen Fällen liegen zwar auch physische Ursachen vor,

den Schultern. „Solche Patienten haben oft einen langen Leidensweg hinter sich. Die Schmerzmittel reichen nicht aus, um die Beschwerden zu stillen, und die Ursachen werden nicht gleich gefunden“, weiß Dr. Michael Fritzsich.

Zu der Behandlung gehört unter anderem das Biofeedback. Mit Elektroden am Körper überprüfen die Therapeuten, wie der Patient auf Stress reagiert.

**ZWANGSNEUROTIKER
WISSEN GENAU, DASS
IHRE GEDANKEN
UNSINNIG SIND. ”**

CHEFARZT
DR. MICHAEL FRITZSCH

aber sie reichen dann nicht aus, um die Schmerzen allein zu erklären. So war es der Fall bei einer 50 Jahre alten Frau. Seit Monaten kämpfte sie mit starken Schmerzen im Nacken, an der Wirbelsäule und

Gleichzeitig lernen die Schmerzpatienten, wie sie sich entspannen können. Unter Anweisungen machen sie beispielsweise Atemübungen, um die Muskeln wieder zu entspannen und/oder die Atmung sowie den Herzschlag in normale Bahnen zu lenken. Aus psychosomatischer Sicht können die Ursachen für Schmerzen vielfältig sein. Im genannten Fallbeispiel lagen sie einem Trauma zugrunde. Die Patientin wurde mehrfach an der Wirbelsäule operiert. Körperlich hatte sie die zahlreichen OPs an sich gut überstanden, aber sie entwickelte eine Traumafolgestörung. Als das Problem bekannt war und behandelt wurde, reduzierten sich die Schmerzen.



Neben Einzelsitzungen erhalten die Patienten von Dr. Michael Fritzsich und seinem Team auch gruppentherapeutische Unterstützung in Gesprächsrunden mit ebenfalls Betroffenen.

Fotos: Jan Walford



Bei Störungen und anderen psychischen Erkrankungen kommen auch Bewegungs-, Kunst- und Musiktherapie zum Einsatz.

Die Musiktherapie hilft den Patienten, sich den Therapeuten zu öffnen und über ihre Probleme sprechen zu können.

Panikstörung statt Herzinfarkt

Nicht nur die Schmerzpatienten der Psychosomatik haben einen Ärztemarathon hinter sich. Auch bei anderen psychischen Leiden wird erst von einer körperlichen Erkrankung ausgegangen. Innerhalb von ein paar Wochen war ein 45-Jähriger sechsmal in der Notaufnahme mit Verdacht auf Herzinfarkt. Er zeigte die typischen Symptome wie Schweißausbrüche, Luftnot, Angst und Schmerzen. „Ich würde auch als erstes an einen Herzinfarkt denken. Wir haben aber einige Patienten, bei denen das dann nicht zutrifft“, sagt Dr. Michael Fritzsch.

Bei dem Mann wurden verschiedene Untersuchungen durchgeführt, jedoch

konnte weder ein Herzinfarkt noch eine andere körperliche Ursache gefunden werden. Schließlich kam er auf die psychosomatische Station in Aalen. Wie sich herausstellte, war er schon seit einer Weile sehr gereizt, aggressiv und lustlos und bereits mehrere Wochen arbeitsunfähig. In diesem Fall wurde auch die Familie in der Behandlung berücksichtigt, die an Therapiesitzungen teilnahm. „Der Patient gab an, noch nicht lange Probleme zu haben, aber die Familie erzählte, dass er schon seit Monaten zu nichts mehr zu gebrauchen war“, erinnert sich der Aalener Arzt. Es stellte sich heraus, dass sich permanenter Stress erst in einem Burnout äußerte und dann in eine Depression überging. Da zunächst nichts gegen

die Beschwerden unternommen wurde, entwickelte sich eine Panikstörung und die zeigt die gleichen Symptome wie ein Herzinfarkt. Innerhalb von vier Wochen konnte der Mann entlassen werden.

Annika Grunert

Anzeigen



**Spannend ab dem ersten Tag
Beruf mit Zukunft
Komm zu uns!**

Frau Katharina Mack
Pflegedienstleitung
kmack@sozialstation-martin.de
www.sozialstation-martin.de



*Katholische Sozialstation
ST. MARTIN gGmbH
Familienpflege*

*Gut umsorgt
zuhause.*

Orthopädietechnik
Orthesen, Prothesen, Einlagen u.v.m.

Sanitätshaus
Bandagen, Kompressionsstrümpfe u.v.m.

Rehatechnik
Rollstühle, Badelifter, Pflegebetten u.v.m.

Homecare
Stomaversorgung, Krankenpflege u.v.m.

Johann-Gottfried-Pahl-Str. 3
Telefon (07361) 96 01 01
Nördlicher Stadtgraben
Telefon (07361) 8 80 93 61
Verwaltung
Telefon (07361) 8 89 76 30
73430 Aalen

Heidenheimer Str. 44
Telefon (07364) 95 71 81
73447 Oberkochen

Sanitätshaus
Leicht GmbH
Sanitätshaus, Orthopädie Technik, Rehab-Technik

Ethikkomitee begleitet Entscheidungsfindungen zum Wohle des Patienten

Das Zentrale Ethikkomitee ist den Klinikkomitees übergeordnet, kümmert sich um Organisatorisches und hat das große Ganze im Blick.

Das Zentrale Ethikkomitee (ZEK) und die drei Klinischen Ethikkomitees (KEK) der Kliniken Ostalb haben wichtige Aufgaben: Sie entwickeln Leitlinien bei moralischen, ethischen Fragen, sind Ansprechpartner für alle Patienten, deren Angehörige sowie Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen der einzelnen Kliniken und organisieren Fallbesprechungen sowie Fortbildungen an den drei Klinikstandorten.



Das Zentrale Ethikkomitee befasst sich mit ernststen Entscheidungsfindungen zum Wohle der Patienten.

Foto: Kliniken Ostalb

Die Arbeit des Zentralen Ethikkomitees und der Klinischen Ethikkomitees dreht sich um sehr ernste Fragen: Es geht um Therapieentscheidungen bei Patienten am Lebensende, um Organtransplantationen, um lebensverlängernde Maßnahmen, um Patienten im vegetativen Status (Wachkoma), um die Frage des Für und Widers bei einem Schwangerschaftsabbruch.

Lesen Sie weiter auf Seite 18



Jutta Schrezenmeier,
Vorsitzende des Ethikkomitees
des Ostalb-Klinikums Aalen und
Vorsitzende des Zentralen
Ethikkomitees der Kliniken Ostalb



Dr. Andreas Prengel,
Vorsitzender des Ethikkomitees
der St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen



Dr. Gerhard Rupp-Heim,
Vorsitzender des Ethikkomitees
des Stauferklinikums Schwäbisch Gmünd

EIN FIKTIVES FALLBEISPIEL

Anschaulich lässt sich die Arbeit des Komitees anhand eines Fallbeispiels schildern: Es handelt sich um einen 79-jährigen Patienten mit schwerer Herzerkrankung und stark eingeschränkter Herzfunktion sowie einer bereits bestehenden Lungenerkrankung. Der Patient wird mit akutem Herzversagen mit Schock, akutem Nierenversagen und Leberversagen sowie einer Lungenentzündung in die Klinik eingewiesen. Er muss vorübergehend dialysiert und beatmet werden. Die Ursache war ein Herzinfarkt mit Verschlüssen zweier Herzkranzgefäße. Es wird eine Bypass-Operation durchgeführt. Im weiteren Verlauf kommt es zu Komplikationen. Es treten Herzrhythmusstörungen auf und der Patient erleidet eine Magenblutung. Der Mann wird lange auf der Intensivstation behandelt, wird während längerer Zeit kontinuierlich dialy-

siert, bekommt einen Luftröhrenschnitt, um besser atmen zu können und muss sich immer wieder Untersuchungen unterziehen. Als der Patient sich langsam erholt und es ihm so weit besser geht, dass er sich mitteilen kann, äußert er den Wunsch, sterben zu dürfen. Wie sollen die Ärzte mit diesem Wunsch umgehen? Das Behandlungsteam hat so lange um das Leben des Patienten gekämpft und nun möchte er sterben? Hier wird klar, dass auch das Wissen um rechtliche Rahmenbedingungen eine Grundvoraussetzung für die Arbeit im Ethikkomitee ist. Aktive Sterbehilfe ist in Deutschland verboten. Ein gangbarer Weg für diesen Patienten wäre es, z. B., auftretende Komplikationen nicht mehr zu behandeln und sein Sterben dann zuzulassen.

WIE GEHT DAS KLINISCHE ETHIKKOMITEE BEI EINER ANFRAGE VOR?

TAG 1

9 UHR

Es gibt eine persönliche Anfrage durch den behandelnden Arzt, eine betreuende Pflegekraft oder eines Angehörigen. Die anfragende Person stellt den Patienten vor und skizziert das ethische Problem. Das Mitglied des Klinischen Ethikkomitees, welches die Anfrage bearbeitet, lässt sich den medizinischen Sachverhalt darlegen. Es schaut, ob der Patient oder die Patientin Bevollmächtigte oder einen Betreuer hat. Ebenso, ob es eine Patientenverfügung gibt. Diese muss auf die aktuelle Situation zutreffen, konkret und aktuell sein sowie den Beteiligten auch vorliegen. Es wird nach dem sozialen Umfeld gefragt und nach den Angehörigen, die zur mutmaßlichen Willensfindung beitragen können. Es wird schnell klar, dass in diesem Fall eine „ethische Fallbesprechung“ die beste Vorgehensweise wäre. Hierbei wird aus verschiedenen Blickwinkeln die Situation des Patienten dargestellt und herausgearbeitet, welche Handlungsoptionen dem Behandlungsteam zur Verfügung stehen und welche Optionen aus der Fürsorgeperspektive für ihn die beste wäre. Hinterfragt wird natürlich auch immer, welche Möglichkeit dem Willen des Patienten entsprechen würde. Anschließend wird noch erörtert, wie die getroffene Entscheidung umgesetzt werden kann.

10.30 UHR

Das Mitglied des Klinischen Ethikkomitees stellt fest, welche Personen an der „ethischen Fallbesprechung“ teilnehmen sollen. Vorzugsweise der behandelnde Arzt, sowie der zuständige Oberarzt oder Chefarzt. Aus dem Pflorgeteam zwei Pflegenden, die den Patienten betreuen haben und gut kennen. Falls der Patient von anderen Fachdisziplinen betreut wird, sollte von der zuständigen Disziplin der behandelnde Arzt anwesend sein. Außerdem wird festgelegt, welches Mitglied des Klinischen Ethikkomitees die Fallbesprechung moderiert und welches Protokoll führt. Das Datum für die Fallbesprechung wird festgelegt und wo die Fallbesprechung stattfinden soll. Alle Beteiligten werden von einem Mitglied des Klinischen Ethikkomitees eingeladen. Die Angehörigen werden vom Behandlungsteam über die anstehende Besprechung informiert und zum Ende der Besprechung eingeladen um über das Ergebnis informiert werden zu können.

TAG 3

Das Protokoll zur ethischen Fallbesprechung wird verfasst.

Allerdings kommt es nicht immer zu einer ethischen Fallbesprechung. Manchmal reicht ein Gespräch mit den Angehörigen, um herauszuarbeiten, was der Patient gewollt hätte. In der Regel setzen sich Menschen, wenn sie gesund sind, nicht mit einer schweren Krankheit oder schwerer Pflegebedürftigkeit auseinander. Die Arbeit des Ethikkomitees dreht sich vor diesem Hintergrund immer um eine Frage, die Jutta Schrezenmeier konkret auf den Punkt bringt: „Was wäre das Beste für den Patienten.“

TAG 2

15 – 16.30 UHR

Eine „Ethische Fallbesprechung“ soll zeitnah stattfinden. Dies ist bisweilen eine große Herausforderung, da sich alle Beteiligten ungefähr eine Stunde bis eineinhalb Stunden Zeit nehmen sollten und Zeit mittlerweile ein hohes Gut ist. Idealerweise findet gleich am folgenden Tag die ethische Fallbesprechung statt.



Manchmal reicht ein Gespräch mit den Angehörigen, um herauszuarbeiten, was dem Wunsch des Patienten entsprechen würde.

Foto: © Freedomz-stock.adobe.com

bruch, wenn eine schwere Behinderung des Kindes zu erwarten ist. Es sind sensible und in höchstem Maße verantwortungsvolle Fälle, mit denen sich die Klinischen Ethikkomitees der drei Kliniken im Ostalbkreis beschäftigen

Nur dem Gewissen verpflichtet

Alle Mitglieder der Komitees, das aus sowohl internen Mitgliedern wie Ärzten, Pflegenden und Sozialpädagogen als auch externen Mitgliedern wie Juristen und Seelsorgern beider Konfessionen besteht, sind bei der Wahrnehmung ihrer Aufgaben unabhängig, nicht an Weisungen gebunden und nur ihrem Gewissen verpflichtet. Seit dem vergangenen Januar ist Jutta Schrezenmeier, seit 1990 Fachkrankenschwester auf der Intensivstation am Ostalb-Klinikum, Vorsitzende des ZEK im Rahmen einer 40-Prozent-Stelle. Eine der zentralen Aufgabenstellungen: Hätte der Patient oder die Patientin, der/die sich krankheitsbedingt nicht äußern kann, die Maximaltherapie gewollt und gibt es ein realistisches Therapieziel, oder soll man im äußersten Fall ein Sterben zulassen. Zunächst werden die verfügbaren Behandlungsoptionen betrachtet, dann anhand der vier medizinethischen Prinzipien bewertet.

Die medizinethischen Prinzipien

1. Das Prinzip des Wohltuns/Nutzens: Von welcher Therapie hat der Patient/die Patientin den größten Nutzen. 2. Das Prinzip des Nichtschadens: Wieviel Schaden, sprich Nebenwirkungen sind zu erwarten. 3. Autonomie: Welche Therapie würde der/die Patient/-in bevorzugen. 4. Gerechtigkeit. Dabei werden alle an der Behandlung Beteiligten eingebun-

den, also das Behandlungsteam der anfragenden Station, bestehend aus Pflegenden und Ärzten, sowie Ärzte anderer Fachabteilungen, die an der Behandlung des Patienten beteiligt sind. Diese Fallbesprechungen sollten „sehr zeitnah“ angesetzt werden. In der Regel innerhalb von wenigen Tagen.

Gleichbleibende Grundsätze

Die Arbeit des Ethikkomitees ist ständigen Veränderungen unterworfen, die Grundsätze bleiben gleich. So nehmen die Möglichkeiten der modernen Medizin immer weiter zu. Durch die höhere Lebenserwartung steigen auch die Krankenhausaufenthalte älterer Menschen - weil diese einfach verletzlicher sind und auch vermehrt Krankheiten auftreten können. Und dann gibt es noch das Spannungsfeld zwischen Ökonomie und Ethik.

Markus Lehmann

INFO

TAG DER OFFENEN TÜR UND SYMPOSIUM

Das Klinische Ethikkomitee Aalen lädt am 21.11.2019 zu einem Tag der offenen Tür ein. Dieser findet vor dem Büro des Ethikkomitees im Ostalb-Klinikum von 9.30 - 16 Uhr statt. Die Mitglieder des Klinischen Ethikkomitees informieren rund um ihre Arbeit im Ethikkomitee.

Das Ethik-Symposium findet am 07.03.2020 im Stauferklinikum von 10 - 13 Uhr statt. Die Mitarbeiter der drei Kliniken sowie die Öffentlichkeit sind hierzu herzlich willkommen.

INFO

DIE PATIENTENVERFÜGUNG

Hilfreich für die behandelnden Ärzte ist eine Patientenverfügung. In ihr kann beispielsweise festgehalten werden, dass keine lebensverlängernden Maßnahmen eingeleitet werden sollen. Sie sollte konkret formuliert sein und auf die aktuelle Situation zutreffen. Eine Vorlage für eine Patientenverfügung gibt es etwa bei der „Esslinger Initiative.“ Das Zentrale Ethikkomitee empfiehlt, dass die Patientenverfügung mit einem Arzt des Vertrauens besprochen werden soll.

INFO

SO KANN EINE ETHIKBERATUNG ANGEFORDERT WERDEN:

KEK Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd: Anfragen stellen Sie bitte an die drei Vorsitzenden. Die Telefonnummer und die Mail-Adresse können auf der Website des Stauferklinikums über "Ethikkomitee" abgerufen werden.

KEK St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen: Anfragen bitte im Sekretariat des Vorsitzenden PD Dr. Prengel abgeben.

KEK Ostalb-Klinikum Aalen: ethik-komitee@kliniken-ostalbk.de, Anfragen bitte in den Briefkasten Büro Ethikkomitee einwerfen. Das Büro befindet sich auf Ebene 3 linker Hand des Eingangs der Kapelle.



KLINIK KOMPAKT *aalen*

OSTALB-KLINIKUM AALEN

Im Kälblesrain 1 • 73430 Aalen
Telefon: (07361) 550
www.ostalb-klinikum.de



ANREISE MIT DEM PKW

Bei einer Anreise mit dem PKW halten wir für unsere Patienten und deren Besucher in unseren Parkhäusern sehr viele überdachte Parkplätze in unmittelbarer Nähe zum Klinikeingang bereit.

Tagestarif (6:30 Uhr – 19:30 Uhr)

bis 30 Min.	kostenlos
bis 31 bis 90 Min.	1,00 €
bis 91 bis 120 Min.	2,00 €
bis 121 bis 150 Min.	3,00 €
bis 151 bis 210 Min.	4,00 €
Jede weitere Stunde	0,50 €

Der Tageshöchsttarif beträgt 5,00 €.

Nachttarif (19:30 Uhr – 6:30 Uhr)

pauschal: 1,00 €

Der Kassenautomat befindet sich in der Eingangshalle Nähe der Information.

Direkt vor dem Haupteingang befinden sich einige spezielle Kurzzeit- und behindertengerechte Stellplätze. Diese stehen Ihnen zur kurzfristigen Nutzung (15 Min.) zur Verfügung, und sind gebührenfrei.

Bei einem längeren Aufenthalt im Klinikum bitten wir Sie jedoch, die Parkplätze in den Parkhäusern zu nutzen und die Kurzzeit-Parkplätze frei zu halten.

BESUCHSZEITEN

Im Ostalb-Klinikum können Sie täglich zwischen **8:00 und 20:00 Uhr** Besucher empfangen.

Aus medizinischen Gründen kann die Besuchszeit im Einzelfall eingeschränkt werden. In der Klinik für Psychosomatik gelten die Besuchszeiten Mo bis Fr 18:30 bis 20:00 Uhr, am Wochenende von 14:00 bis 20:00 Uhr.



GOTTESDIENSTE

Im Ostalb-Klinikum befindet sich im Erdgeschoss, Ebene 3, die Krankenhauskapelle. Sie ist die ganze Woche über geöffnet und lädt zur Ruhe und Besinnung ein. Dort finden auch die Gottesdienste statt, die als Zeichen der ökumenischen Verbundenheit und der seelsorgerischen Zusammenarbeit abwechselnd von evangelischen und katholischen Seelsorgern gehalten werden. Alle sind herzlich zu unseren Gottesdiensten eingeladen.

Sonn- und Feiertage: 9:00 Uhr Gottesdienst

Es wird jeweils im Wechsel von den Konfessionen gestaltet.

Die Patienten können in ihren Zimmern den Gottesdienst am Radio mithören. Der Empfang des Abendmahls, der Kommunion, des Krankensegens und der Krankensalbung ist jederzeit möglich.

Bitte geben Sie Ihren Wunsch durch das Pflegepersonal an die Klinikseelsorger weiter.



schwäbisch gmünd

STAUFERKLINIKUM SCHWÄBISCH GMÜND

Wetzgauer Straße 85
73557 Mutlangen
Telefon (07171) 7010
www.stauferklinikum.de

ANREISE MIT DEM PKW

Besucher und Patienten parken bevorzugt auf dem Parkplatz an der Wetzgauer Straße oder in unserem Parkhaus. Kurzzeitparkplätze sind direkt vor dem Stauferklinikum angelegt.

Tagestarif (7:00 Uhr – 19:00 Uhr)

bis 15 Minuten	kostenlos
bis 30 Minuten	0,50 €
bis 90 Minuten	1,00 €
bis 120 Minuten	2,00 €
bis 150 Minuten	3,00 €
bis 210 Minuten	4,00 €
jede weitere Stunde	0,50 €

Der Tageshöchsttarif beträgt 5,00 €.

Nachttarif (19:00 Uhr – 7:00 Uhr)

Pauschal: 2,00 €

Für Langzeitparker (Patienten, begleitende Angehörige) gelten im Parkhaus und auf dem großen Parkplatz spezielle Tarife:

bis 3 Tage: 10,00 €
bis 10 Tage: 20,00 €

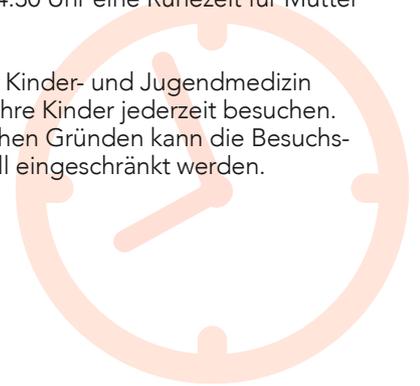
Die Parkgebühren werden mit Installation eines neuen Automaten an die Gebühren in Aalen und Ellwangen angeglichen. Der genaue Zeitpunkt stand zur Drucklegung noch nicht fest.

BESUCHSZEITEN

Im Stauferklinikum können Sie täglich zwischen **10:30 und 20:00 Uhr** Besucher empfangen. Bitte beachten Sie unsere **Ruhezeiten** zwischen 12:30 und 14:00 Uhr.

In der Klinik für Geburtshilfe gibt es von 13:00 Uhr bis 14:30 Uhr eine Ruhezeit für Mutter und Kind.

In der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin können Eltern ihre Kinder jederzeit besuchen. Aus medizinischen Gründen kann die Besuchszeit im Einzelfall eingeschränkt werden.



GOTTESDIENSTE

Im Stauferklinikum befindet sich im Erdgeschoss die Krankenhauskapelle. Sie ist die ganze Woche über geöffnet und lädt zur Ruhe und Besinnung ein. Dort finden auch die Gottesdienste statt, die als Zeichen der ökumenischen Verbundenheit und der seelsorgerischen Zusammenarbeit abwechselnd von evangelischen und katholischen Seelsorgern gehalten werden. Alle sind herzlich zu unseren Gottesdiensten eingeladen.

Sonn- und Feiertage: 9:00 Uhr Gottesdienst

Dienstags 18:00 Uhr: Katholischer Wortgottesdienst mit Kommunionfeier, anschließend Krankenkommunion in den Krankenzimmern

Die Gottesdienste werden über die Höranlage auf Programm 1 und über den Bildschirm auf Kanal 7 übertragen.

Der Empfang des Abendmahls, der Kommunion, des Krankensegens und der Krankensalbung ist jederzeit möglich. Bitte geben Sie Ihren Wunsch durch das Pflegepersonal an die Klinikseelsorger weiter.




ST. ANNA-VIRNGRUND-KLINIK ELLWANGEN

Dalkinger Straße 8-12 • 73479 Ellwangen
 Telefon (07961) 8810
 www.klinik-ellwangen.de

ANREISE MIT DEM PKW

In unserem Parkhaus in der Dalkinger Straße und unserer Parkfläche in der Gartenstraße können Sie zu folgenden Tarifen parken:

Tagestarif (7:00 Uhr – 19:30 Uhr)

bis 30 Min.	kostenlos
bis 31 bis 90 Min.	1,00 €
bis 91 bis 120 Min.	2,00 €
bis 121 bis 150 Min.	3,00 €
bis 151 bis 210 Min.	4,00 €
Jede weitere Stunde	0,50 €

Der Tageshöchsttarif beträgt 5,00 €.

Nachttarif (19:30 Uhr – 7:00 Uhr)

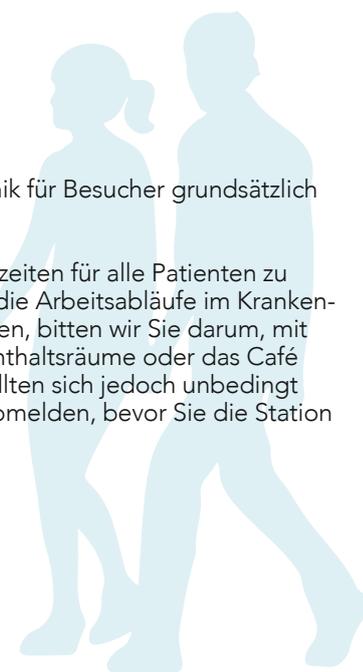
pauschal: 1,00 €

Es besteht ebenfalls die Möglichkeit, auf der Parkpalette „Schöner Graben“ der Stadt Ellwangen zu parken. Diese ist nur wenige Gehminuten entfernt. Die ersten zwei Stunden sind kostenlos.

BESUCHSZEITEN

Tagsüber ist unsere Klinik für Besucher grundsätzlich **bis 19.00 Uhr** offen.

Um ausreichende Ruhezeiten für alle Patienten zu gewährleisten und um die Arbeitsabläufe im Krankenhaus optimal zu gestalten, bitten wir Sie darum, mit Ihrem Besuch die Aufenthaltsräume oder das Café zu nutzen. Patienten sollten sich jedoch unbedingt beim Pflegepersonal abmelden, bevor Sie die Station verlassen.



GOTTESDIENSTE

Die Franziskuskapelle befindet sich in der Eingangsebene/Ebene 4. Sie ist jeden Tag geöffnet (6:00 - 22:00 Uhr).

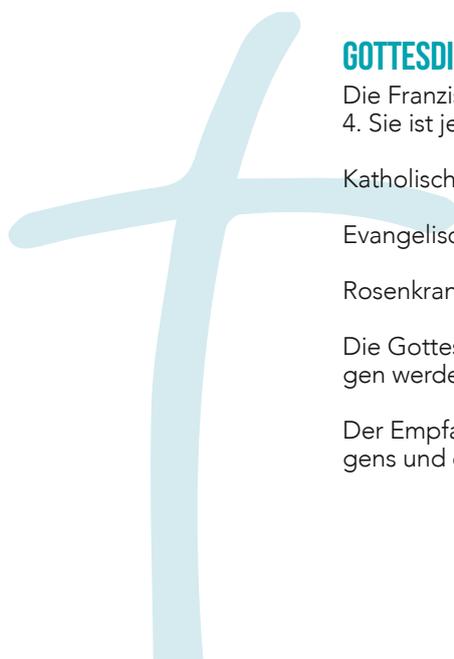
Katholische Eucharistiefeier: sonn- und feiertags um 8:15 Uhr

Evangelischer Gottesdienst: dienstags um 18:00 Uhr

Rosenkranzgebet: dienstags und freitags um 16:30 Uhr

Die Gottesdienste können im TV oder über das Bettradio empfangen werden.

Der Empfang des Abendmahls, der Kommunion, des Krankensengens und der Krankensalbung ist jederzeit möglich.





AUCH AUS STEINEN, DIE EINEM IN
DEN WEG GELEGT WERDEN, KANN
MAN ETWAS SCHÖNES BAUEN. ”

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

Foto: © andreasK-stock.adobe.com

Zeit für neue Lebenswege

Kaum jemand möchte Patient in einer Klinik sein, auch nicht in der schönsten und besten. Wohl niemand möchte krank oder auf Pflege angewiesen sein. Das weiß ich aus eigener Erfahrung. Unser aller Wunsch ist es dagegen, gesund zu sein, heil und unversehrt. Wir möchten selbständig sein, auf unserem Lebensweg aktiv vorangehen können und nicht im Bett liegen müssen. Ein Krankenhausaufenthalt hat dagegen – zumindest gefühlt – immer auch etwas von Stillstand, von Zwangspause, von Abbruch und manchmal auch von Ende. Soweit möglich, würden die allermeisten gerne darauf verzichten.

Und doch: Auch bei einem Krankenhausaufenthalt setzt das Leben nicht einfach aus, sondern nimmt mitunter sogar ungeahnt Fahrt auf. Das habe ich selbst in den zurückliegenden Monaten lernen dürfen. Viele Patienten gehen während ihres Aufenthalts in der Klinik neue Wege ganz eigener Art – auch wenn sie eventuell nicht aufstehen dürfen, in einem Isolationszimmer untergebracht sind, unter dem Einfluss starker Betäubungsmittel stehen oder etwa auch an Demenz leiden.

Erinnerungen und Zukunftspläne

So blicken einige zurück, kehren sich in ihre Erinnerungen oder erinnernden Gefühle und finden so noch einmal ganz neu Zugang zu sich und ihrem Dasein. Andere gehen gedanklich voraus, klären Prioritäten und machen sich (neue) Pläne für die Zukunft. Wieder andere kommen einfach endlich einmal an: im Hier und Jetzt, in ihren Grenzen und womöglich auch in ihrer Endlichkeit. Vielleicht aber auch in der Ruhe und der Weite zugleich, die uns Menschen wenigstens der Ahnung nach ins Herz gelegt sind.

Auch wenn wohl kaum jemand freiwillig den schweren Weg ins Krankenhaus antreten möchte – sofern das nicht unbedingt notwendig ist – so mögen doch auch die Wege, die wir hier gehen, auf ihre Art gesegnet sein. Darum, weil es Wege zu unserer eigenen Geschichte werden können, Wege zu uns selbst, Wege zu dem Grund und dem Anfang, Wege zu der Mitte und dem Ziel des Lebens schließlich auch.



Pfarrer Jan B. Langfeldt

Foto: Kliniken Ostalb

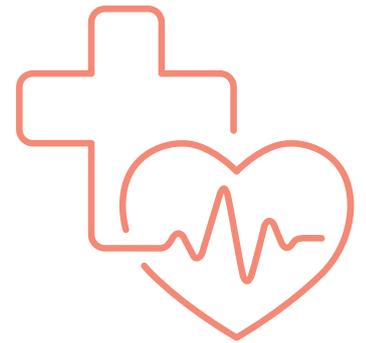
Seelsorger als Wegbegleiter

Als Seelsorgerinnen und Seelsorger an diesem besonderen Ort „Klinik“ möchten wir den Menschen Wegbegleiter sein. Zwar nicht als Wegbegleiter, die vorgeben, die genaue Route zu kennen oder diese gar vorgeben zu wollen, nicht als Therapeuten und auch nicht als solche, die billige Vertröstung anzubieten hätten – aber als solche, die sich einlassen und mitgehen, die bei Bedarf Schweres tragen helfen und die dabei doch selbst immer auch auf dem Weg sind.

Womöglich hat auch Ihr Weg Sie zu uns ins Haus geführt: als Patient oder darum, weil Sie hier Ihren Arbeitsplatz haben oder vielleicht auch als Angehöriger. Dann besteht die Möglichkeit, dass wir uns begegnen. Es würde mich freuen!

Ihr Pfarrer

Jan B. Langfeldt



KONTAKT

STAUFERKLINIKUM SCHWÄBISCH GMÜND

Pfarrer Peter Palm
Evangelische Klinikseelsorge
Tel.: (07171) 7013032
peter.palm@kliniken-ostalb.de

Benedikt Maier, Pastoralreferent
Katholische Klinikseelsorge
Tel.: (07171) 7013031
benedikt.maier@kliniken-ostalb.de

ST. ANNA-VIRNGRUND- KLINIK ELLWANGEN

Pfarrerin Susanne Bischoff
Evangelische Klinikseelsorge
Tel.: (07964) 527
susanne.bischoff@elkw.de

Sr. Theresia und Sr. Sigrid
Katholische Klinikseelsorge
(Anna-Schwestern Ellwangen)
erreichbar über die Klinikinfo
Tel.: (07961) 8810

OSTALB-KLINIKUM AALEN

Pfarrer Jan Langfeldt
Evangelische Seelsorge
Ostalb-Klinikum
Tel.: (07361) 3154
jan.langfeldt@elkw.de

Karin Fritscher
Katholische Seelsorge
Tel.: (07361) 553155

Bruder Marinus Marx
Katholische Seelsorge
Tel.: (07361) 553155

Anzeige



Denn meine Gedanken sind nicht eure Gedanken, und eure Wege sind nicht meine Wege, sondern soviel der Himmel höher als die Erde ist, soviel höher sind meine Wege als eure Wege und meine Gedanken höher als eure Gedanken. ”

(JESAJA KAPITEL 55, VERSE 8-9)

Über 4500 Teppiche Klassisch bis modern

**Fachmännische
Teppich-Hand-
wäsche &
Reparatur**



Teppichhaus Isfahan
Bocksgasse 34 • Schwäbisch Gmünd
☎ 0 71 71 / 3 97 78

Seit 40 Jahren in Schwäbisch Gmünd



Die OP-Pflegekräfte
des Zentral-OP.



Die Pflegeexperten des Ellwanger Zentral-OP

Im Zentral-OP der St. Anna-Virngrund-Klinik arbeiten 18 OP-Pflegekräfte (acht in Vollzeit, zehn in Teilzeit) und fünf Azubis. Das Team rund um Katalin Nagy ist sowohl im Zentral-OP als auch in der urologischen Ambulanz im Einsatz.

Mareike Steckbauer hat – wie viele ihrer Kolleginnen – ihre Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin an der Krankenpflegeschule in Ellwangen absolviert. Danach ging es für sie nach Ulm und Heidenheim, wo sie auch ihre Fachweiterbildung erwarb. Doch sie kam wieder zurück. „An der Uniklinik war es eher unpersönlich und hier in Ellwangen ist es sehr familiär, das gefällt mir besonders gut.“ Mit dieser Meinung ist sie nicht allein: Alle Pflegekräfte sind sich einig, dass das Ellwanger OP-Team besonders ist. „Wir helfen uns gegenseitig“, sagt Corinna Tischler. Ein gutes Team sei wahnsinnig wichtig, damit alles funktioniert.

Flexibilität gefragt

„Das Schöne an unserer Arbeit ist, dass wir mit verschiedenen Berufsgruppen zusammenarbeiten. Das heißt aber auch, dass man sich auf verschiedene Charaktere einstellen muss“, sagt Beate Heldt die Stellvertretung von Katalin Nagy. Mehrere Stunden verbringt das Pflegepersonal mit Ärzten und einem Anästhesieteam auf wenigen Quadratmetern. Während eine instrumentiert, also unter anderem dem Arzt das Operationsbesteck reicht, ist eine andere als Springer im Einsatz. Sie kümmert sich darum, dass alles Nötige vorhanden ist. Die OP-Vor- und Nachbereitung gehören ebenfalls zu den Aufgaben.

„Die Belastung im OP ist groß, sowohl die physische als auch die psychische. Physisch im Sinne von Schleusen der Patienten, Patientenlagerungen sowie das Stehen und konzentrierte Arbeiten auf einem kleinen Bereich über mehrere Stunden. Psychisch im Sinne von Bedienen der unterschiedlichen Fachabteilungen, das Kennen der OP-Abläufe und der vielfältigen Instrumentarien, Implantate und die Zusammenarbeit mit Ärzten auf engem Raum“, sagt Abteilungsleiterin Katalin Nagy. Umso wichtiger ist ein Ausgleich. Die meisten Teammitglieder betreiben Sport in ihrer Freizeit oder gehen einer kreativen Beschäftigung nach.

Die OP-Pflegefachkräfte
der urologischen Ambulanz.



Fotos: Benedikt Walther

Ein Team und zwei Stationen

Ein Stockwerk tiefer befindet sich die urologische Ambulanz. Dort sind fünf der Pflegekräfte des Teams im Einsatz. Sie betreuen den Ambulanzbetrieb – sprich die Sprechstunden am Montag und Mittwoch sowie die urologischen Untersuchungen und Beratungen. Die meisten Teammitglieder werden auch bei den urologischen Operationen im Zentral-OP eingesetzt und sie betreuen die Untersuchungen und Eingriffe in der urologischen Ambulanz. Die Aufgaben sind auch hier vielfältig, aber „wir haben mehr Kontakt mit den Patienten und erleben diese nicht die meiste Zeit über schlafend“, sagt Irmgard Sorge. Trotz der räumlichen Trennung ist es aber ein Team.

Umgang mit jedem Bereich

Die Arbeit ist abwechslungsreich, trotzdem hat jede Pflegefachkraft ihre Vorlieben. „Mir gefällt die Viszeralchirurgie am besten“, sagt Silvana Nikolajek. Ihre Kollegin Brigitte Berhalter ist am liebsten bei Unfall- und Trauma-Operationen im Einsatz. Zwar muss jede Mitarbeiterin im OP jeden Bereich beherrschen, aber wenn möglich, werden die Vorlieben berücksichtigt. Schließlich gibt es insgesamt vier Operationssäle, sodass mehrere Fachbereiche gleichzeitig operieren. Im Bereit-

„DAS ARBEITEN IN
UNSEREM TEAM HIER
IN ELLWANGEN IST
SEHR FAMILIÄR.“

MAREIKE STECKBAUER,
OP-PFLEGEFACHKRAFT IM ZENTRAL-OP

schaftsdienst sieht es etwas anders aus. Der Zentral-OP ist durchgehend geöffnet. Das heißt, dass mindestens zwei Mitarbeiter 24 Stunden vor Ort sind. „Zu unseren Grundvoraussetzungen gehört auch, dass wir nachts sofort aufstehen können und fit sind“, sagt Brigitte Berhalter. In der urologischen Ambulanz geht es hingegen geregelter zu. „Der Einsatz in der Ambulanz eignet sich somit sehr gut als Wiedereinstieg nach der Elternzeit“, sagt Irmgard Sorge. Der Dienst ist montags bis freitags von 7:30 bis 16 Uhr eingeteilt. Notfälle am Wochenende werden über die zentrale Notaufnahme aufgenommen und bearbeitet. Diejenigen urologischen Patienten, die operative Versorgung benötigen, betreut der Bereitschaftsdienst aus dem Zentral-OP. *Annika Grunert*



INFO

KLEINER WANDEL IN DER AUSBILDUNG

Die Ausbildung für die OP-Pflege hat sich in den letzten Jahren verändert. Seit einigen Jahren wird die Fachweiterbildung für den Operationsdienst, die man früher als Gesundheits- und Krankenpfleger als Zusatzlehrgang erwerben konnte, von dem neuen Berufsbild des operationstechnischen Assistenten (OTAs) abgelöst. Im Ellwanger Team arbeiten sowohl Pflegekräfte mit Fachweiterbildung als auch OTAs.



Ein vielseitiger Beruf mit Zukunft

An den Kliniken Ostalb in Aalen, Ellwangen und Mutlangen werden regelmäßig Operationstechnische Assistenten (OTA) ausgebildet. Während sie an dem jeweiligen Klinikstandort OP-Erfahrungen sammeln, erlernen sie die zugehörigen Theorieinhalte am Bildungszentrum Gesundheit und Pflege in Aalen.

INFO

DIE AUSBILDUNG ZUR OTA

Ausbildungsdauer: 3 Jahre

Alter: 17 – 18 Jahre,
persönliche Reife entscheidet

benötigter Schulabschluss:

mittlere Reife, Abitur oder Hauptschulabschluss plus eine 2-jährige Ausbildung

Schulnoten: gut in Deutsch, Biologie und Chemie

Eigenschaften: physische und psychische Belastbarkeit, Teamfähigkeit, Durchhaltevermögen, Lernbereitschaft, Kommunikations- und Empathiefähigkeit

Praktikum: ist keine Voraussetzung, aber empfehlenswert, eine zweitägige Hospitation im OP ist an den Kliniken Ostalb möglich

**Karrieremöglichkeiten/
Weiterbildung:**

OP-Leitung, Praxisanleiter, medizintechnische Wissenschaften oder medizinpädagogische Studiengänge und anderes mehr.

Weitere Informationen unter:

brigitta.grunenberg-sola@kliniken-ostalb.de

Die Schule ist aber nicht nur für die Auszubildenden dieser drei Kliniken verantwortlich, sondern es kommen auch Schüler aus elf anderen Krankenhäusern zum Blockunterricht nach Aalen. „Wir sind die einzige Schule in weitem Umkreis und so kommen die Auszubildenden auch beispielsweise aus Neu-Ulm, Wertingen und Donauwörth zu uns. Manche nehmen täglich bis zu 170 Kilometer Fahrt auf sich“, sagt die OTA-Ausbildungsleiterin Brigitta Grunenberg-Sola. Ab Oktober unterrichtet sie zusammen mit ihren Kollegen 45 angehende OTAs.

Die Inhalte der Ausbildung sind durch den „Deutschen OTA-Schulträger-Verband“

geregelt. Grunenberg-Sola erarbeitet anhand dieser Vorgaben einen Lehrplan und organisiert beispielsweise auch Fachkräfte oder Ärzte für den Unterricht.

Bisher sind von der Deutschen Krankenhausgesellschaft 1600 Stunden Theorie und 3000 Stunden Praxis vorgesehen. Das ändert sich aber mit der staatlichen Anerkennung 2021: Dann werden es 2100 Stunden Theorie und 2500 Stunden Praxis. Ein Vorteil dieser Anerkennung ist, dass nach der Ausbildung neben dem Abschluss von medizintechnischen, wirtschaftlichen oder pädagogischen Studiengängen auch fachspezifische Qualifikationen erworben werden können.



Natalie Mändl (v. l.), Sophie Rupp, und Madlen Sawa lernen unter Anleitung ihrer Lehrerin Brigitta Grunenberg-Sola die Funktionsweise des OP-Bestecks.

Fotos: Peter Hageneder



NATALIE MÄNDL, 3. AUSBILDUNGSJAHR, OSTALB-KLINIKUM AALEN

Eigentlich wollte Natalie Mändl eine Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin machen. Bei einer Informationsbörse wurde sie auf die Ausbildung zur OTA aufmerksam. „Ich fand es sehr interessant, zu sehen, wie eine Operation abläuft“, sagt die 19-Jährige. Deswegen absolvierte sie ein dreitägiges Praktikum am Ostalb-Klinikum. Im Anschluss stand für sie fest, dass sie sich zur OTA ausbilden lässt. Mittlerweile befindet sie sich im dritten Lehrjahr und hat bereits bei einigen Operationen assistiert – einen Lieblingsfachbereich gibt es für sie auch. „Am liebsten bin ich bei gynäkologischen OPs dabei. Die Ärzte sind sehr nett und die Zusammenarbeit klappt sehr gut“, sagt Mändl. Nach der Ausbildung möchte sie weiter in OPs arbeiten, wobei ihr die Arbeit im Herzkatheter-Labor auch gut gefällt. Gerne würde sie auch Erfahrungen in größeren Kliniken sammeln. Interessierten empfiehlt sie, ein FSJ zu machen. „Während dieser Zeit sieht man eigentlich alles, was auf einen zukommt.“

MADLEN SAWA, 3. AUSBILDUNGSJAHR, OSTALB-KLINIKUM AALEN

Die Chirurgie und Anatomie des Menschen hat Madlen Sawa schon immer fasziniert. Während eines Praktikums in der Krankenpflege ist sie zufällig auf die Ausbildung zur OTA gestoßen. Kurzerhand hat sie ein Praktikum im OP absolviert. „Nach dem ersten Tag war mir klar, dass ich das beruflich machen möchte“, erzählt die 19-Jährige. „Wir sind nicht nur im OP, sondern durchlaufen verschiedene Abteilungen wie die Notaufnahme und Endoskopie“, so Sawa. Dass die Arbeit abwechslungsreich ist, gefällt ihr besonders gut. Außerdem schätzt sie, dass der schulische Blockunterricht sehr praxisorientiert ist. Neben Themen wie Hygiene, Recht und Kommunikation besprechen sie verschiedene Operationen und üben einzelne Arbeitsschritte. „Wir haben auch zwei Firmen besichtigt, die OP-Geräte herstellen“, sagt Madlen Sawa. Ein weiterer Vorteil des schulischen Unterrichts ist für sie, dass auch Auszubildende aus anderen Kliniken teilnehmen. „So erfährt man, wie es dort abläuft.“



SOPHIE RUPP, 3. AUSBILDUNGSJAHR, OSTALB-KLINIKUM AALEN

Sophie Rupp hat nach der Schule eine Ausbildung zur Medizinischen Fachangestellten absolviert. Da sie die Chirurgie und Anatomie des Menschen sehr spannend findet, begann sie danach ihre Ausbildung zur OTA in Aalen. Wie ihre Kolleginnen hat auch sie ihren Außeneinsatz hinter sich. Zwar gefiel ihr die Zeit im Herzkatheter-Labor, auf Station und in der Notaufnahme, aber das Arbeiten im OP macht ihr am meisten Spaß. „Man sieht und lernt viel. Das Spannendste bisher für mich war eine Operation am Gehirn“, erzählt die 20-Jährige. Sowohl die Neuro- als auch die Viszeralchirurgie zählen zu ihren Lieblingsfachabteilungen. Bevor sie einen OP zum ersten Mal betrat, lernte sie am Bildungszentrum Gesundheit und Pflege erst einmal, wie etwa ein OP-Kittel richtig angezogen wird. „Wir wurden gut vorbereitet, sodass wir nicht völlig planlos im OP standen“. Anfangs schwer war das lange Stehen. Schließlich kann eine Operation bis zu fünf Stunden dauern. *Texte: Annika Grunert*



Anzeigen

Die Johanniter in Aalen

**Jetzt anrufen
07361 96300**

365 Tage im Jahr für Sie da...
 ... mit dem Menüservice.
 ... mit dem Pflegedienst.
 ... mit der hauswirtschaftlichen Hilfe.
 ... mit dem Hausnotruf.

Neu: wir bilden zum Betreuungsassistenten aus!

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
 Stuttgarter Straße 124
 73430 Aalen
 info.aalen@johanniter.de
 www.johanniter.de/ostwuerttemberg

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Ambulante Pflege / Intensivpflege / Pflege in Wohngruppen

Pflege mit

bei Ihnen zu Hause!

Testen Sie uns und lassen Sie sich **Gratis** beraten

- Grund- und Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Hilfe
- Medikamentengabe
- Schwerst- und Intensivpflege
- Beratungen
- Verhinderungspflege
- Palliativpflege
- Heimbeatmung

Werte, die es zu erhalten gilt!

LEBENS WERT

zu Hause

Ambulante Pflegedienste
 Lebenswert GmbH
 Dalkinger Str.12 b; Ellwangen
 Luise-Hartmann-Str. 3; Aalen
 Tel.: 0 79 61/9 33 99 30
 info@ipd-lebenswert.de

www.pflegeteam-lebenswert.de

Neues aus den Kliniken



Neuer Chefarzt: Prof. Dr. Peter Seizer

Foto: Kliniken Ostalb

PROF. DR. SEIZER IST NEUER CHEFARZT DER INNEREN MEDIZIN II – KARDIOLOGIE – AM OSTALB-KLINIKUM

Herr Prof. Dr. Peter Seizer hat am 1. Oktober 2019 seine Tätigkeit als Chefarzt der Inneren Medizin II im Ostalb-Klinikum aufgenommen. Er war in den vergangenen Jahren als Geschäftsführender Oberarzt im Universitätsklinikum Tübingen tätig. Dort leitete er das Herzkatheter- und EPU-Labor sowie die kardiologische Überwachungsstation mit integrierter Chest-Pain-Unit.

Die Kliniken Ostalb freuen sich, mit Herrn Prof. Dr. Seizer einen hochqualifizierten und kompetenten Nachfolger von Herrn Prof. Dr. Solzbach, der nun Vorstandsvorsitzender der Kliniken Ostalb ist, gefunden zu haben. In der nächsten Ausgabe werden wir Ihnen den neuen Chefarzt und sein Tätigkeitsfeld in der Kardiologie näher vorstellen.

Anzeigen

ZAR Zentrum für ambulante Rehabilitation

Reha am Wohnort Orthopädie

Ganztägig ambulante Rehabilitation
Nachsorgeprogramme im Anschluss an die Reha
EAP Erweiterte ambulante Physiotherapie
Praxen für Physio- und Ergotherapie
Präventionsprogramme

Reha
nah am
Menschen

Reha-Sprechstunde jeden
Mittwoch um 14.00 Uhr

ZAR Aalen

Bahnhofstraße 50 · 73430 Aalen
Tel. 07361. 997 97-0 · Fax 07361. 997 97-10
info@zar-aalen.de · zar-aalen.de



JASTERGO
Ergotherapie und Logopädie

info@jast-ergo.de www.jast-ergo.de



Praxis Bopfingen
Tel. 07362 920696

Praxis Dinkelsbühl
Tel. 09851 553100

Im MDZ am Ostalb-
Klinikum Aalen
Tel. 07361 889460

mutlangen

TOUR GINKGO STARTET AM STAUFERKLINIKUM

Am 27. Juni 2019 fiel der Startschuss für die Tour Ginkgo, eine dreitägige Benefiz-Fahrradtour der Christiane Eichenhofer-Stiftung, die Spenden für den guten Zweck einsammelt. Zum Tourstart vor dem Haupteingang des Stauferklinikums Schwäbisch Gmünd waren neben politischer Prominenz zahlreiche Mitarbeiter und Besucher gekommen, um die Radler willkommen zu heißen. Während der drei Tourtage, die durch den Rems-Murr-Kreis, den Kreis Ludwigsburg und den Ostalbkreis führten, wurden an zahlreichen Stationen Spenden eingesammelt, die schwerkranken Kindern zugute kommen.

Begünstigt wird neben zwei weiteren Einrichtungen auch der Bunte Kreis Schwäbisch Gmünd e.V. dessen Vorsitzender, der Chefarzt der Kinderklinik Dr. Jochen Riedel, selbst bei der Tour Ginkgo in die Pedale trat.



Bei der Tour Ginkgo wurde für den guten Zweck in die Pedale getreten.

Foto: Kliniken Ostalb



Foto: Kliniken Ostalb

Medizinstudenten vergaben für ihre Ausbildung während des Praktischen Jahres am Stauferklinikum die Note „eins“.

NOTE „EINS“ FÜR DIE ARZTAUSBILDUNG

Nicht nur Studenten werden von ihren Ausbildern benotet, auch die Studenten benoten mittlerweile ihre Ausbildung. So auch Medizinstudenten, die im letzten Studienjahr, dem Praktischen Jahr (PJ), ihre Ausbildung in einem Krankenhaus verbringen. Die Medizinstudenten am Stauferklinikum vergaben für ihre Ausbildung nun die Spitzennote „Eins“. Darüber freuen sich die Verantwortlichen – und darüber, dass viele Jungärzte nach dem Studium am Klinikum oder in der Region bleiben.

Insgesamt 19 akademische Lehrkrankenhäuser gehören der Universität Ulm an. Darunter sind auch die drei Standorte der Kliniken Ostalb mit Mutlangen, Aalen und Ellwangen. Am Stauferklinikum gibt es Ausbildungsplätze für bis zu 25 Studenten der Medizin.

Anzeigen



„Alles, was mir wichtig ist, bespreche ich mit meinen Lieben.“

(07171) 6 20 03

Schwäbisch Gmünd · Heubach · Lorch

CONCORDIA

BESTATTUNGSINSTITUT

www.concordia-bestattungen.de



Sanitätshaus

OrthoTecLeicht
Kompetenz in Bewegung

Sanitätshaus
Orthopädietechnik
Rehatechnik

Wir bieten Ihnen kompetente Beratung in Sachen Bandagen, Kompressionsstrümpfe, Einlagen, Ganganalyse, Prothetik und Orthetik...

Schwäbisch Gmünd 07171 998690 • Aalen 07361 9755422

Welzheim 07182 935001



PFLEGEAUSBILDUNG WIRD DIGITAL

An der Gesundheits- und Krankenpflegeschule in Ellwangen wird künftig mit Tablets und einer lebensrealen Simulationspuppe unterrichtet. Atemgeräusche abhören, Blut abnehmen, Puls messen, Infusionen oder Katheter anlegen – vieles ist mit der neuen Simulationspuppe möglich. Fast 30.000 Euro haben Puppe und 20 Tablets gekostet. Ermöglicht hat dies der Freundes- und Förderkreis der Klinik, der unermüdlich Spenden einsammelte. Namhafte Sponsoren haben den Freundeskreis mit Spenden zusätzlich unterstützt. „Wir sind dankbar, dass wir einen derart engagierten Freundeskreis haben“, so Standortleiter Berthold Vaas. Die Ausbildung an der Gesundheits- und Krankenpflegeschule sehen er und Schulleiterin Joana Ruf für die Zukunft bestens gerüstet.



Foto: Kliniken Ostalb

An der Simulationspuppe können Schüler ihr praktisches Wissen testen.

ELLWANGER KLINIK WIEDER MIT BG-ZULASSUNG

Die St. Anna-Virngrund-Klinik kann wieder berufsgenossenschaftliche Fälle aufnehmen. Der Landesverband der gesetzlichen Unfallversicherung hat die Ellwanger Klinik am sogenannten Durchgangsarzt-Verfahren beteiligt. Damit können Arbeits- und Wege-Unfälle sowohl ambulant als auch stationär direkt in der Klinik aufgenommen werden ebenso wie Schul- und Vereinsunfälle.

Mit Chefarzt Prof. Rainer Isenmann, dem Leitenden Arzt Dr. Darko Kirincic und den Oberärzten Dr. Simon Reuter, Mutasim Achmed und Emilia Schuy ist die Ellwanger Orthopädie/Unfallchirurgie seit Jahresbeginn wieder voll besetzt. Die BG-Zulassung konnte durch Oberarzt Dr. Simon Reuter erworben werden, der nach dreijähriger Ausbildung die Zusatzbezeichnung „Spezielle Unfallchirurgie“ erlangt hat. Standortleiter Berthold Vaas und Chefarzt Prof. Rainer Isenmann zeigten sich erfreut über die wiedererlangte BG-Zulassung: „Auch für die Bevölkerung ist es wichtig zu wissen, dass Unfälle bei der Arbeit, auf dem Arbeitsweg, in Schule oder Verein in der Ellwanger Klinik aufgenommen werden können“, so Vaas.



Foto: Kliniken Ostalb

Oberarzt Dr. Simon Reuter und Chefarzt Prof. Rainer Isenmann freuen sich über die BG-Zulassung.

Anzeigen

Stadt-Apotheke

Inh. F. Timeus

**Spezialisiertes Warenlager
in den Bereichen:
Magen – Darm – Bluthochdruck –
Nieren – Wundauflagen**



Karlsplatz 20 · 73433 Wasseralfingen
Telefon 07361 | 71728 oder 919700
Telefax: 07361 | 919715

www.aerztehaus-wasseralfingen.de
E-Mail: stadtapotheke@yahoo.de

Gesundheitshaus Petrogalli

Unsere patentierte verstellbare
Schuheinlage zur Behandlung
des Hallux Valgus



➔ **Schnelle Schmerzlinderung**
durch ein korrigierendes Fußbett,
das die Beweglichkeit Ihres Fußes
erhält und schmerzfreies Gehen
ermöglicht.



Obere Str. 7–9 · Ellwangen · Tel. 07961/9868820

Rehatechnik – Orthopädie
Konrad-Adenauer-Straße 22, 73479 Ellwangen
Telefon 07961/98681-2

VERANSTALTUNGEN

Ellwangen

Oktober 2019

6. Oktober, 18:00 Uhr

Infoabend mit Kreißsaalführung

Ort: Konferenzraum, Gebäude C, Ebene 5
Veranstalter: Geburtshilfe



November 2019

7. November, 17:30 Uhr

Infoabend „Ellwanger Arthrosetag“

Ort: Foyer der St. Anna-Virngrund-Klinik
Veranstalter: Orthopädie/Unfallchirurgie

27. November, 19:00 Uhr

Herzvortrag mit Chefarzt Dr. Johannes Zundler

Ort: Krankenpflegeschule der St. Anna-Virngrund-Klinik
Veranstalter: AOK / Deutsche Herzstiftung / St.-Anna-Virngrund-Klinik

Dezember 2019

4. November – 12. Dezember, 10:00 Uhr

Babymassage

montags oder donnerstags (je 6 Termine)

Ort: Station 5, Raum 1

Veranstalter: Elternschule (www.elternschule-ellwangen.de)

Aalen

Oktober 2019

Jeden Dienstag 14:00 bis 17:00 Uhr

Still- und Babycafé

14.00 – 17.00 Uhr

Essensraum Frauenklinik,

Station 39, Ebene 3

Veranstalter: Frauenklinik

13. Oktober, 11:00 Uhr bis 12:30 Uhr

Sonntagovorlesung - Fettleber – ist das ernst?

Referent: Prof. Dr. Gerhard Kleber, Chefarzt Medizinische Klinik I
Ort: Volkshochschule Aalen, Torhaus, Paul-Ulmschneider Saal
Kostenlose Eintrittskarten bekommen Sie am Veranstaltungsort bei der Volkshochschule

23. Oktober, 19:00 Uhr bis 19:45 Uhr

Kreißsaalführung

Kreißsaal, Frauenklinik, Ebene 3

Veranstalter: Frauenklinik

November 2019

7. November, 19:00 bis 20:15 Uhr

Informationsabend Geburt

Referenten: Dr. Karsten Gnauert, Frau Caroline Kurz,

Frau Monica Bühler

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Frauenklinik+ Elternschule

17. November, 11:00 Uhr – 12:30 Uhr

Sonntagovorlesung - Schwaches Herz aus dem Takt Neue Erkenntnisse für eine optimale Behandlung von Herzschwäche und Rhythmusstörungen

Referent: Prof. Dr. Peter Seizer, Chefarzt Medizinische Klinik I
Ort: Volkshochschule Aalen, Torhaus, Paul-Ulmschneider Saal
Kostenlose Eintrittskarten bekommen Sie am Veranstaltungsort bei der Volkshochschule

27. November, 20:00 bis 21:30 Uhr

Informationsabend Zahngesundheit für Schwangere und Babys

Referent: Dirk Häcker, Zahnarzt

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Elternschule

Dezember 2019

18. Dezember, 19:00 bis 21:00 Uhr

Informationsabend Säuglingspflege

Referentin: Susanne Hoffmann

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Elternschule

Mutlangen

Oktober 2019

12. Oktober, 10:00 Uhr

„Mein Weg, mein Atem“ – Veranstaltung für COPD-Patienten

Ort: Schönblick, Wetzgau / Schwäbisch Gmünd

Veranstalter: Stauferklinikum /Niedergelassene Pneumologie-Praxen

23. Oktober, 16:00 - 17:30 Uhr

Informationsveranstaltung Endoprothetik

Ort: Konferenzsaal

Veranstalter: Klinik für Orthopädie, Unfall-und Wirbelsäulenchirurgie

November 2019

5. November, 20:00 Uhr

Kreißsaalführung / Plus 1 Treff

(findet alle 2 Wochen statt)

Ort: Konferenzsaal

Veranstalter: Frauenheilkunde/Geburtshilfe

12. November, 10:00 bis 11:30 Uhr

Stilltreff

Ort: Stauferklinikum, Station 23 (1. OG)

Veranstalter: Frauenheilkunde/Geburtshilfe

12. November, 19:00 Uhr

Herzvortrag mit Leitendem Arzt Dr. Stefan Nagenrauft

Ort: CCS Stadtgarten Schwäbisch Gmünd

Veranstalter: AOK / Deutsche Herzstiftung / Stauferklinikum

Dezember 2019

19. Dezember, 14.30 bis 15:30 Uhr

Frühchentreff

Endlich Zuhause... Lockerer Austausch unter Eltern mit Frühgeborenen und Vorträge rund um das Thema Frühchen

Ort: Mediocenter, Veranstalter: Familienschule



Bitte beachten Sie auch unsere weiteren Termine im jeweiligen Veranstaltungskalender im Internet.

Willkommen im Leben!

Ich habe kürzlich das Licht der Welt erblickt.

St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen

MARGO CHARLOTTE

GEBURTSdatum 03. JUNI 2019

GEWICHT 3500 GRAMM

GEBURTSZEIT 12:50

GRÖSSE 54 CM



Ostalb-Klinikum Aalen

LENA + LUCY

GEBURTSdatum 08. JULI 2019

GEWICHT 2560 + 2540 GRAMM

GEBURTSZEIT 08:16 + 8:17

GRÖSSE 49 CM



Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd

YUNA

GEBURTSdatum 15. AUGUST 2019

GEWICHT 3510 GRAMM

GEBURTSZEIT 8:16

GRÖSSE 50 CM



Anzeigen



HAND IN HAND BETREUUNG

die gute Seele im Haushalt

- Vermittlung von Betreuungs- & Haushaltshilfen •
- Immer in guten Händen •
- Faire Preise •



Peter Müller
Kapuzinerweg 23 • 73479 Ellwangen
Tel. 0 79 61 / 8 79 27 01
info@handinhandbetreuung.de
www.handinhandbetreuung.de

Medizinisches Versorgungszentrum

Ärztepartnerschaft Dr. med. A. Renger
Dr. med. H. J. Becker

Dialyse-Praxis Schwäbisch Gmünd



73527 Schwäbisch Gmünd-Wetzgau, Im Spagen 9
Tel.: 0 71 71 / 7 62 96, Fax: 7 76 09

Praxis für Nieren- und Hochdruckerkrankungen
Behandlungs- und Praxiszeiten
Mo., Mi., Fr. und nach Vereinbarung

Schweinelende aus dem Backofen mit getrockneten Tomaten

(Rezept für 4 Personen)



Rezept von Erika Fischer
Chefarztsekretärin Frauenklinik,
Ostalb-Klinikum Aalen



Fotos: Kliniken Ostalb

Zutaten

- 1 Schweinelende und/
oder Hähnchenbrustfilet
- Olivenöl
- Kräuter der Provence
- Senf und Grillgewürz
- 1 Zwiebel
- ½ Glas getrocknete Tomaten
- 1 rote und 1 grüne Paprika
- 1 Glas Weißwein
- 400 ml Sahne
- 1 EL Pesto
- 1 Handvoll Cocktailtomaten
- etwas Parmesan
- Salz, Pfeffer, Paprika

Wie geht's?

1. Schweinelende und/oder Hähnchenbrustfilets in ca. 4 cm breite Stücke schneiden, mit Olivenöl, Kräutern der Provence, Senf und Grillgewürz einreiben. In heißem Öl kurz anbraten und dann in eine geölte Auflaufform geben.
2. Zwiebel klein schneiden und in der gleichen Pfanne andünsten, getrocknete Tomaten und Paprika kleinschneiden und auch dazu geben. Mit dem Weißwein ablöschen. Salz, Pfeffer, Paprika und Pesto dazu geben und die Sahne zufügen.
3. Zwischen die Fleischstücke Cocktailtomaten legen und die Soße darüber gießen. Das Fleisch sollte ganz bedeckt sein. Mit Parmesan bestreuen und bei 200 Grad ca. 25 Minuten garen.

Wenn ich viele Gäste erwarte, bereite ich das Gericht in einer Saftpfanne vor und schiebe es vor dem Servieren nochmals für kurze Zeit in den Backofen.

Tipp: Dazu passen Baguette oder Spätzle.



Via™ R

Einfach aufladen –
auch unterwegs.24 Stunden
hervorragendes
Hören mit nur
einer Ladung.

AUDIBEL®

**All-in-one-Ladestation:**Starkey® Hearing Technologies Charger
Bis zu 3 x kabellos aufladen.**Zusätzliche Mobilität:**Mini Turbo Charger
3,5 Stunden Ladung in nur 7 Minuten.**Akkugeräte schon ab 400 € Zuzahlung****Gegen Vorlage einer ohrenärztlichen Verordnung.
Sofern Sie gesetzlich krankenversichert und nicht
zuzahlungsbefreit sind, fällt zusätzlich eine gesetz-
liche Zuzahlung von 10 € pro Gerät zugunsten Ihrer
Krankenversicherung an.

Lernen Sie unsere hervorragend klingenden und leistungsstarken Akkugeräte kennen.

Hörgeräte StertzEllwangen:
Spitalstraße 25
Telefon (0 79 61) 9 86 93 97
stertz-ellwangen@t-online.deSchwäbisch Gmünd:
Bocksgasse 15
Telefon (0 71 71) 6 63 07
stertz@arcor.de
Hintere Schmiedgasse 3
Telefon (0 71 71) 3 62 98
hoergeraete-stertz@t-online.deHeubach:
Hauptstraße 40
Telefon (0 71 73) 9 14 50 80
stertz-heubach@t-online.dewww.stertz.com

Besser sehen Besser hören
Stertz
**LIMES-THERMEN AALEN***Staatlich anerkannte Heilquelle***Physikalische Therapie, Krankengymnastik und Massagen** in den
Bereichen Orthopädie, Traumatologie, Sportmedizin, Neurologie, Innere
Medizin und Lymphologie. **Therapie im Thermalbad:** Übungsbehandlung
(einzeln oder in der Gruppe) und Krankengymnastik im Bewegungsbad.**Für Ihre Gesundheit
und Ihr Wohlbefinden.****PHYSIOtherapie**
LIMES-THERMEN AALEN

KOSTENLOSES PROBETRAGEN



KOSTENLOSES PROBETRAGEN

Besuchen Sie uns und testen Sie das Hörsystem bis zu 4 Wochen lang – kostenlos & unverbindlich!

- ausgezeichnete Hörqualität
- weicher Silikonauflauf
- keine aufwändige Anpassung
- passt in jedes Ohr
- praktisch unsichtbar zu tragen

Kein Warten – einfach anprobieren, auf Ihr Gehör abstimmen lassen und gleich mitnehmen!



Abbildung ähnlich.

Sie wollen wieder besser hören?

Wir finden für Sie die optimale Lösung. Lernen Sie uns und unsere Leistungen kostenlos und unverbindlich kennen:

- Ehrliche und herstellerunabhängige Beratung
- Umfangreiche Hörtests mit kompetenter Bedarfsanalyse
- Ausprobe aller Leistungsklassen in gewohnter Umgebung
- Erfolgskontrolle durch moderne Messmethoden

Wir sind erst zufrieden, wenn Sie es sind!

NOLLOO Zentrum
für Seh- & Hörberatung

Aalen | Marktplatz 17
Telefon 0 73 61 / 6 41 30

Wasseralfingen | Karlsplatz 7
Telefon 0 73 61 / 7 32 90

KLÖPFER
Optik und Hörgeräte

Klöpfer Optik und Hörgeräte
73547 Lorch | Kirchstraße 8
Fon: 071 72.47 48

Inhaber Armin Klöpfer

2x STARK FÜR SIE IM OSTALBKREIS

Strahlentherapie Ostalb Strahlentherapie Schwäbisch Gmünd

An unseren Standorten Aalen und Schwäbisch Gmünd bieten wir Ihnen heimatnahe Diagnostik und Behandlung mit modernster Technik in einer freundlichen Atmosphäre.

STRALENTHERAPIE Wir behandeln sämtliche Krebserkrankungen und deren Metastasen nach dem neuesten Stand der Technik und bieten zusätzlich schmerzlindernde Bestrahlung bei orthopädischen Problemen (z. B. Fersensporn, Tennisellenbogen, Arthrose)

DIAGNOSTIK MRT (Kernspin) sowie Nuklearmedizin (z. B. Schilddrüsen- und Knochenszintigrafie)



www.radioonkologienetzwerk.de

Praxis Aalen: Im Kälblesrain 1, 73430 Aalen
Telefon 0 73 61.55 79 00, info@strahlentherapie-ostalb.de

Praxis Schwäbisch Gmünd: Weißensteiner Str. 39, 73525 Schwäbisch Gmünd
Telefon 0 71 71.185 87 90, info@strahlentherapie-schwaebischgmueund.de



Foto: ©BillionPhotos.com-stock.adobe.com



Foto: ©leovolfert-stock.adobe.com