

# meine GESUNDHEIT 3

DAS KLINIKMAGAZIN FÜR DEN OSTALBKREIS

KOSTENLOS  
ZUM  
MITNEHMEN

NACH DER  
OP GENIESST  
MARTINA MUNZ  
WIEDER IHR LEBEN

Seite 4



10

HILFE UND TIPPS VON  
PFLEGEEXPERTEN

Für Stomapatienten unerlässlich



16

EIN TAG AUF DER  
INTENSIVSTATION

Ganz nah dran am Menschen



24

EIN VISIONÄR GEHT  
IN DEN RUHESTAND

Klinikchef Axel Janischowski

# GESUNDNAH

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

[aok-bw.de](http://aok-bw.de)

AOK – Die Gesundheitskasse Bezirksdirektion Ostwürttemberg

Foto: peterleck.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, Sauerstoffver-  
sorgung, Badelifter, Elektrorollstühle, Roll-  
stuhl-Sonderbau, Sitz- und Liegeschalen, ...

### Stammhaus Aalen

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



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

**Ostalbkllinikum 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](mailto:info@sanitaetshaus-schad.de) · [www.sanitaetshaus-schad.de](http://www.sanitaetshaus-schad.de)



links Axel Janischowski, Mitte Sylvia Pansow, rechts Thomas Schneider  
Foto: Christian Frumolt

## Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

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

In dieser Ausgabe kommt das Titelthema aus unserer noch relativ jungen Abteilung Neurochirurgie am Standort Aalen. Herr Dr. Stefan Röhrer, Chefarzt dieser Abteilung, berichtet gemeinsam mit einer Patientin über deren Krankheitsverlauf sowie ihre gemachten Erfahrungen.

Leben bis zuletzt: In unserer Palliativstation im Stauferklinikum geben wir Einblicke in diese wichtige und anspruchsvolle Tätigkeit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Es geht um das Bewahren einer menschenwürdigen Lebensqualität der Patientinnen und Patienten sowie um die Linderung von Beschwerden in der letzten Lebensphase, auch wenn eine Heilung nicht mehr möglich ist.

Des Weiteren haben wir die Intensivstation in Ellwangen einen Tag begleitet. Wie hier der „Alltag“ ist, lesen Sie auf den Seiten 16 und 17.

Unser Vorstandsvorsitzender, Axel Janischowski, verabschiedet sich. In einem Interview blickt er auf seine über 24-jährige berufliche Laufbahn im Ostalbkreis zurück und freut sich nun auf den bevorstehenden neuen Lebensabschnitt, ohne dass ein Kalender die Zeit diktiert.

Wir freuen uns weiterhin über Rückmeldungen und Anregungen zu unserem Klinikmagazin. Welche Themen interessieren Sie, welche Fragen haben Sie in Sachen Gesundheit. Schreiben Sie uns per Mail an [meinegesundheit@kliniken-ostalb.de](mailto:meinegesundheit@kliniken-ostalb.de).

Wir wünschen Ihnen nun eine kurzweilige Lektüre dieser Ausgabe „**meine Gesundheit**“. Allen Patientinnen und Patienten wünschen wir gut verlaufende Therapien in unseren Kliniken und beste Genesung.

Ihr Vorstand der Kliniken Ostalb

Axel Janischowski  
Vorstandsvorsitzender

Sylvia Pansow  
Vorständin

Thomas Schneider  
Vorstand

## Inhalt

- | 04 Neue Lebensfreude dank Neurochirurgie
- | 08 Blutwerte als Spiegel der Gesundheit
- | 10 Hilfestellung für Stomapatienten
- | 12 Palliativmedizin:  
Würdevoller Beistand bis zum Ende
- | 16 Ein Tag auf der Intensivstation
- | 18 Klinik kompakt
- | 21 Veranstaltungskalender
- | 22 Klinikseelsorge
- | 24 Mitarbeitersteckbrief
- | 26 Durchstarten mit einer Pflegeausbildung
- | 28 Neues aus den Kliniken
- | 32 Rätselseite
- | 33 Baby-Galerie
- | 34 Rezept: Schlossgeheimnis
- | 35 Wichtiges in aller Kürze



Chefarzt Dr. Stefan Röhrer erläutert seiner Patientin Martina Munz den Verlauf des Spinalkanals anhand eines Wirbelsäulenmodells.

# Alle Lebensfreude kehrte nach der Operation zurück

Martina Munz aus Schwäbisch Gmünd litt lange Zeit unter einer tückischen Erkrankung der Wirbelsäule. Nach zwei erfolgreichen Operationen in der neuen neurochirurgischen Abteilung des Ostalb-Klinikums kann sie ihr Leben inzwischen wieder richtig genießen.

Bei Martina Munz ist die Freude nahezu grenzenlos: Endlich kann sie wieder mit ihrem Mann und ihrer kleinen Hündin Kira ausgedehnte Spaziergänge machen oder ganz nach Herzenslust durch die Gässchen ihrer Heimatstadt Schwäbisch Gmünd bummeln. Was für die meisten gesunden Menschen nichts Außergewöhnliches darstellt, ist für Martina Munz ein ganz neues Lebensgefühl. „Ich freue mich einfach riesig, dass ich das alles wieder machen kann“, sagt die 58-Jährige und strahlt über das ganze Gesicht. Kein Wunder, denn viele Jahre litt sie unter einer tückischen Erkrankung, die ihr Leben massiv beeinträchtigte – einer Spinalkanalstenose. „Bei dieser Erkrankung kommt es bei den Betroffenen zu

einer meist knöchernen Verengungen des Wirbelkanals“, erklärt Dr. Stefan Röhrer, Chefarzt der Neurochirurgie im Ostalb-Klinikum Aalen.

## Eine Wirbelsäulenerkrankung

Der Spinalkanal befindet sich innerhalb der Wirbelsäule. Durch ihn verlaufen im Bereich der Hals- und der Brustwirbelsäule das Rückenmark, sowie im Bereich der Lendenwirbelsäule die Nervenfasern. „Wird er verengt, entsteht Druck auf das Rückenmark, beziehungsweise auf die Nervenwurzeln“, sagt der Chefarzt der Neurochirurgie und erläutert: „Stenosen können theoretisch an jeder Stelle des Spinalkanals entlang der Wirbelsäule auftreten.“

Martina Munz machte zunächst eine Verengung im Halswirbelbereich (zervikale Spinalkanalstenose) sehr zu schaffen. „Die Krankheit entwickelte sich schleichend“, berichtet Martina Munz. Über vier Jahre hatte sie mit Schmerzen zu kämpfen, die immer schlimmer wurden. „Ich hatte ständig Kopfschmerzen, das Gehen fiel mir immer schwerer und meinen rechten Arm konnte ich dann auch kaum noch bewegen“, erinnert sie sich an die Anzeichen der Krankheit. Zunächst dachte sie, die Beschwerden würden durch ihr Rheuma ausgelöst, gegen das sie sich ambulant behandeln ließ. Irgendwann konnte sie dann aber nahezu nicht mehr laufen, kam fast nicht mehr aus dem Haus. „Beim Gehen bin ich

# 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!**

**NOLL** 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 72.4748

Inhaber Armin Klöpfer

immer geschwankt.“ Und auch im Haushalt hatte sie große Schwierigkeiten: „Ich habe mit der rechten Hand ja nichts mehr halten und nichts mehr greifen können. Ich habe kein richtiges Gefühl mehr im rechten Arm gehabt.“ Für sie wurde der Alltag zunehmend zur Qual. „Zum Glück habe ich einen sehr lieben Mann. Werner hat mir geholfen, wo er nur konnte“, betont Martina Munz.

Auch ihren Beruf musste die gelernte Krankenschwester aufgeben. „Ich habe früher im Margaritenhospital und im Stauferklinikum in Schwäbisch Gmünd gearbeitet“, sagt sie. Ihre Arbeit habe ihr viel Spaß gemacht. „Aber das ging dann leider nicht mehr, auch wegen des Rheumas.“ Zunächst habe sie noch ein paar Stunden am Tag als Stationsassistentin gearbeitet, dann war ihr aber auch das nicht mehr möglich. Ganz loslassen wollte Martina Munz aber nicht, weshalb sie sich als ehrenamtliche Heimförsprecherin in der Kurzzeitpflege im Stauferklinikum engagiert. „Für mich war das ganz schlimm“, sagt sie. „Ich war immer ein eigenständiger und aktiver Mensch, und dann ging plötzlich fast nichts mehr.“



Nach den erfolgreichen Operationen können Werner und Martina Munz das Leben jetzt wieder in vollen Zügen genießen.

Fotos: Christian Frumolt

 Lesen Sie weiter auf Seite 6

Für ein MRT kam Martina Munz schließlich im März 2018 in die Ambulanz des Ostalbklinikums nach Aalen. Das Ergebnis der Untersuchung: eine Operation war unumgänglich. „Ich habe daraufhin einen Termin in der Klinik für Neurochirurgie in Günzburg vereinbart“, berichtet sie. Als sie erfuhr, dass die Operation auch in Aalen durchgeführt werden könnte, sagte sie in Günzburg ab. „Die Klinik in Aalen hat auf mich einen so guten Eindruck gemacht, dass ich mich dort operieren lassen wollte“, erklärt sie. Sie war dabei eine der ersten Patientinnen, die durch die neue neurochirurgische Abteilung des Klinikums am 14. Mai 2018 operiert und versorgt wurde.

Die Klinik in Aalen hat auf mich einen so guten Eindruck gemacht, dass ich mich dort operieren lassen wollte. ”

MARTINA MUNZ,  
PATIENTIN

„Wir bauen die Hauptabteilung für Neurochirurgie in Aalen seit Mai 2018 auf“, erzählt Chefarzt Dr. Stefan Röhrer. Zuvor gab es eine Sektion Neurochirurgie unter der Gesamtleitung der Klinik für Unfallchirurgie. „Allerdings war eine 24-Stunden-Versorgung von neurochirurgischen Patienten über 365 Tage im Jahr für eine einzelne Ärztin nicht allein zu stemmen“, sagt der Chefarzt der neuen Abteilung. Für die Patienten aus dem Ostalbkreis sei es ein Vorteil, eine zeit- und heimatnahe neurochirurgische Versorgung mit der Neurochirurgie am Ostalb-Klinikum zu haben, betont er. Dr. Stefan Röhrer sowie aktuell zwei weitere Fachärzte gewährleisten derzeit eine 24-Stunden-Notfallversorgung. Rund um die Uhr werden Patienten mit Schädel-Hirn-Trauma, Gehirnblutungen oder auch mit Lähmungserscheinungen versorgt. „Eine sehr gute Zusammenarbeit haben wir mit dem SRH-Fachkrankenhaus in Neresheim aufgebaut, in welchem die Anschlussrehabilitation von vielen unserer Patienten mit schweren Kopfverletzungen oder Gehirnblutungen durchgeführt wird.“ Die Neurochirurgen am Ostalb-Klinikum entfernen außerdem Tumore der Wirbelsäule und auch Hirntumore sollen dort bald operiert werden. „Sobald wir unser Navigationsgerät bekommen – ein spezielles Gerät, mit dem man Tumore exakt lokalisieren kann“, erklärt Dr. Stefan Röhrer.

Patienten mit degenerativen Erkrankungen der Wirbelsäule erhalten in der Neurochirurgie ebenfalls medizinische Hilfe. Dazu zählen Menschen mit Bandscheibenvorfällen

oder mit Spinalkanalstenosen – wie Martina Munz. Dies sind Krankheitsbilder, welche einen großen Anteil des neurochirurgischen Berufsalltags ausmachen, erklärt der Chefarzt der Neurochirurgie. Bei einer Spinalkanalstenose würden die einengenden Verknöcherungen mit einer winzigen Fräse unter dem Mikroskop entfernt. Der Eingriff dauere etwa 90 Minuten. „Ich habe trotzdem große Angst vor der Operation gehabt“, sagt Martina Munz. „Ich wusste ja nicht, wie alles verläuft, ob es danach wieder besser ist.“ Denn ob sich die Symptome wieder vollständig zurückbilden hängt auch davon ab, wie lange der Druck auf die Nerven und das Rückenmark bestanden hat. „Eine Druckschädigung des Rückenmarks über eine längere Zeit kann in vielen Fällen nicht mehr rückgängig gemacht werden“, bedauert der Chefarzt. Ziel sei es dann, das Fortschreiten der Krankheit zu stoppen.

#### Glück im Unglück

Martina Munz hatte hier Glück im Unglück: „Ich bin nach der Operation aufgewacht und die Schmerzen waren weg“, erzählt die Patientin. „Und ich konnte auch schnell wieder ganz gut laufen.“ Einzig mit ihrem Arm dauerte es etwas länger. „Da hatte ich zunächst noch ein etwas komisches Gefühl, so als sei der Arm irgendwie elektrisiert.“ Doch auch dieses Symptom verschwand nach einem ¼ Jahr. Seither kann Martina Munz wieder früheren Hobbies nachgehen – wie Malen oder Häkeln. „Das ging vorher ja alles nicht mehr.“

Die Eheleute Munz konnten das Leben nach der Operation wieder genießen.

## INFO

Der Aufbau der Hauptabteilung für Neurochirurgie Aalen mit Chefarzt Dr. Stefan Röhrer und zwei weiteren Fachärzten für Neurochirurgie begann im Mai 2018. Es handelt sich um die einzige neurochirurgische Abteilung im Ostalbkreis. Behandelt werden dort rund um die Uhr Notfälle und alle gängigen neurochirurgischen Krankheitsbilder. Im Vordergrund steht dabei eine zeitnahe medizinische Versorgung mit höchster Qualität. Seit Mai 2018 wurden in der Neurochirurgie Aalen rund 200 Patienten stationär behandelt und etwa 130 operativ versorgt.

Sie gingen spazieren, machten Ausflüge und buchten einen größeren Urlaub. „Wir wollten im September nach Seattle fliegen“, erzählt die 58-Jährige. Einige Zeit vor dem Reiseantritt zeigten sich bei Martina Munz aber erneut Symptome. „Mir ist plötzlich beim Gehen immer mal wieder der rechte Fuß weggeklappt.“ Alarmiert ließ sie sich nochmals im Ostalb-Klinikum untersuchen. „Ich dachte, das hat etwas mit der Stenose im Halswirbelbereich zu tun.“ Es stellte sich jedoch heraus, dass die Beschwerden diesmal von einer Stenose im Lendenwirbelbereich (lumbale Spinalkanalstenose) herrührten. „Von dieser Stenose wusste ich auch“, erzählt sie. Größere



Chefarzt Dr. Stefan Röhrer freut sich, dass seine Patientin Martina Munz wieder ohne Schmerzen gehen kann.

Fotos: Christian Frumolt

Probleme habe diese Erkrankung bis dahin aber nicht gemacht. „Ich war hier in Behandlung und habe etwa einmal im Jahr bei einer Computertomographie Spritzen dagegen bekommen.“ Das habe ihr auch recht gut geholfen – bis das Problem mit ihrem Bein begann. „Neurologische Ausfälle wie das Wegklappen des Beins sind charakteristische Symptome einer lumbalen Spinalkanalstenose“, sagt Dr. Stefan Röhrer.

Die Stenose an der Lendenwirbelsäule verschlechterte sich bei Martina Munz immer weiter. „Ich dachte schon, das mit dem Urlaub wird nichts“, erzählt sie. Immer öfters trat das Symptom auf. „Es war, als würde ich mit meinem Bein ins Leere treten.“ Einmal stürzte sie deswegen beim Aussteigen aus dem Auto, ein anderes Mal fiel sie die Treppe nach oben. Mit diesen erneuten Einschränkungen konfrontiert, war schnell klar, dass sie sich auch an dieser Stelle operieren

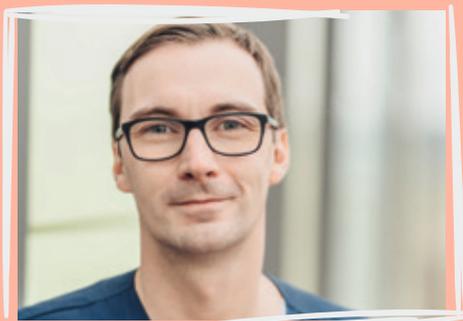
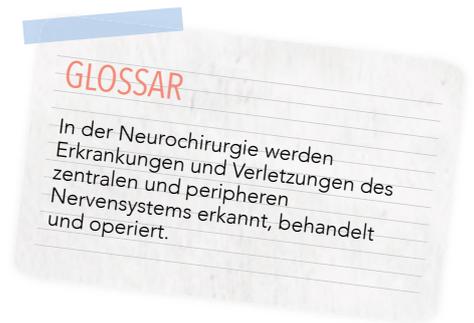
lassen musste. „Mit meinem Mann bin ich trotzdem in den Urlaub gefahren“, sagt sie. Und das sei auch gut gewesen, weil sie gemeinsam so viel Neues gesehen und erlebt hätten. „Das hat mich auf andere Gedanken gebracht und abgelenkt.“

Am 10. Januar 2019 ließ sich Martina Munz dann am Ostalb-Klinikum zum zweiten Mal operieren. „Angst hatte ich diesmal nicht mehr“, sagt sie und betont: „Einfach, weil ich bei der ersten Operation schon gute Erfahrungen gemacht habe und hier im Klinikum alle so nett sind.“

**Gesundheit als größtes Geschenk**  
Und auch diesmal ging alles gut. Martina Munz konnte bereits am nächsten Tag nach dem Eingriff aufstehen und die ersten Schritte gehen. „Das ist eine richtige Aufwertung des Lebens“, freut sie sich. Mit ihrem Mann möchte sie nun erst einmal

etwas reisen. „Wir fahren dieses Jahr nach Südtirol und eine Zyperrundreise haben wir auch geplant.“ Endlich einmal wieder Wandern gehen, Freunde, Veranstaltungen und Konzerte besuchen, den Alltag problemlos meistern. „Das ist wie Weihnachten und Geburtstag zusammen“, freut sich Martina Munz und betont: „Es ist für mich das größte Geschenk: ein Stück Gesundheit zurück zu bekommen.“

Nadja Kienle



Dr. Stefan Röhrer

## ZUR PERSON

Dr. Stefan Röhrer ist Chefarzt der Neurochirurgie und stammt gebürtig aus Aalen. Seine Facharztausbildung absolvierte er am Universitätsklinikum Ulm und am Bezirkskrankenhaus in Günzburg. Die Schwerpunkte seiner Arbeit sind Verletzungen des Gehirns und des Rückenmarks, die allgemeine Wirbelsäulenchirurgie sowie die neurochirurgische Notfallversorgung (Neurotraumatologie).

Bevor er seine Stelle am Ostalb-Klinikum antrat, arbeitet Dr. Stefan Röhrer als Facharzt für Neurochirurgie am Universitätsklinikum in Ulm.

Anzeige

# Auch 2019: „DIE WELT“-beste Bank im Ostalbkreis.



[ksk-ostalbk.de/beratung](http://ksk-ostalbk.de/beratung)



# Blutwerte – ein Spiegel der Gesundheit

Für Laien sind Blutwerte und deren kryptische Abkürzungen häufig böhmische Dörfer.

Kirsten Aichele ist leitende MTA (Medizinisch-technische Assistentin) des Zentrallabors am Ostalb-Klinikum in Aalen. Im Folgenden erklärt sie, was hinter den Laborwerten steckt und was die Werte über die Gesundheit verraten.

Was viele Patienten aus dem Ostalbkreis vermutlich nicht wissen: Ihr Blut, das sie sich in der Praxis eines niedergelassenen Allgemeinmediziners abnehmen lassen, wird häufig im Zentrallabor des Ostalb-Klinikums in Aalen analysiert. Hintergrund ist, dass sich knapp über 70 Hausärzte aus der Region zu der Laborgemeinschaft Ostalb zusammengeschlossen haben. Diese ist dem MVZ Labor in Ravensburg angegliedert, hat ihren Sitz am Ostalb-Klinikum und dort werden die eingesandten Blutproben sehr zeitnah analysiert. „Wir machen hier im Zentrallabor zu 99 Prozent Blutdiagnostik – sowohl für niedergelassene Hausärzte, als auch für die Klinik“, sagt Kirsten Aichele. So werden jedes Jahr insgesamt etwa 1,8 bis 1,9 Millionen Blutproben im Labor des Klinikums ausgewertet. Ausgenommen hiervon sind in der Regel Blutanalysen für Fachärzte. Diese werden im Labor in Ravensburg mit Geräten für Spezialdiagnostik untersucht.

„Bei der Blutdiagnostik unterscheiden wir vier Bereiche“, erklärt die Laborleiterin und zählt dabei die Hämatologie, die Gerinnungsdiagnostik, die Immunhämatologie und die klinische Chemie auf. Die Analyse von kleinen und großen Blutbildern fällt in die Hämatologie. „Hier werden die Blutzellen untersucht,

die im Blutplasma schwimmen“, erläutert Kirsten Aichele. Ein kleines Blutbild gibt Aufschluss über die Anzahl der roten und weißen Blutkörperchen, die der Blutblättchen und über das Verhältnis der Blutzellen zum Blutplasma. „Erst wenn das kleine Blutbild eine Unregelmäßigkeit bei den weißen Blutkörperchen zeigt, wird ein großes Blutbild gemacht“, sagt die Laborleiterin. Dieses umfasse ein kleines Blutbild plus ein sogenanntes „Differentialblutbild“, bei dem die Typen der weißen Blutkörperchen nochmals genau untersucht werden. Über dieses sind dann zum Beispiel chronische oder akute Infektionen erkennbar.

Blutwerte wie Kreatinin (Nierenfunktion), Ferritin (Eisenkonzentration) oder Cholesterin (Blutfette) werden dagegen über den flüssigen Anteil des Blutes (Serum) bestimmt. „Da gibt es über 100 Werte, die bei Verdacht auf eine bestimmte Erkrankung getestet werden können“, sagt Kirsten Aichele. Ein weiterer wichtiger Bereich der Blutdiagnostik sei zudem die Bestimmung der Gerinnungswerte. Über diese könne eine Störung der Blutgerinnung festgestellt werden. Wichtig seien hier der Quick-Wert (Gerinnungsfähigkeit des Blutes), die PTT (Dauer der Blutgerinnung), das Fibrinogen (Eiweiß für die Gerinnung) und die Zahl der Throm-

bozyten (Blutblättchen). Diese Werte werden auch regelmäßig bei Patienten bestimmt, die Gerinnungshemmer wie Heparin einnehmen, um die richtige Medikamentendosis einzustellen.



Kirsten Aichele  
Leitende MTA  
des Zentrallabors

Foto: Peter Hageneder

Im Zentrallabor des Klinikums spielt allerdings auch die Immunhämatologie eine große Rolle. „Bevor ein Patient des Krankenhauses eine Bluttransfusion erhält, bestimmen wir im Labor die Blutgruppe, die Blutgruppenantikörper und den Rhesusfaktor“, sagt Kirsten Aichele. Sie betont: „Das Spender- und Empfängerblut müssen verträglich sein. Andernfalls kann es beim Patienten zum Tod führen.“

## UMFRAGE

Verstehen Sie Ihren Laborbefund? Unser Autor Markus Lehmann hat nachgefragt.



HORST WELLER,  
56 JAHRE, LAUCHHEIM-HÜLEN

Mit den Werten, die ich erst vor kurzem bekam, konnte ich nichts anfangen. Mir sagen diese Werte nichts. Also habe ich bei meinem Arzt nachgefragt. „

Horst Weller findet, es sollte auf dem Befund schon besser herauskommen, um was es sich handelt. Schließlich habe nicht jeder studiert. So fände sich zum Beispiel der Cholesterinspiegel unter einer ganz anderen Bezeichnung. Aber er sei ein Mensch, der „gerne nachhakt“. Deshalb habe er sich die Werte von seinem Arzt erklären lassen.

MANFRED WETTEMANN  
51 JAHRE, STÖDTLEN-BIRKENZELL

Mit meinen Laborwerten habe ich mich noch nie so richtig befasst. Ich kann mit ihnen nichts anfangen. Ich vertraue meinem Arzt. „



Sein Arzt werde ihm schon sagen, wenn ein Wert „aus der Reihe“ tanze und ihm dann mitteilen, was genau los sei, sagt Manfred Wettemann. Jedes Jahr lässt er einen Bluttest machen und fragt beispielsweise, ob mit den Schilddrüsen alles in Ordnung oder ob etwas auffällig sei. Er vertraue da ganz seinem Arzt. „Und wenn die Cholesterin-Werte zu hoch sind, muss ich halt fasten.“



WERNER HERBST  
71 JAHRE, AALEN

Klar sagen mir die Werte etwas. Weil ich mich mit ihnen zwangsläufig beschäftigen muss und wissen will, ob Zuckerwerte und der Blutfettwert im grünen Bereich sind. Ich vergleiche zum Beispiel meine Cholesterinwerte HDL und LDL. „

Werner Herbst lässt alle vier Wochen seine Blutwerte und jedes ¼ Jahr die auf ihn zugeschnittenen Werte bestimmen. Mit den für ihn wichtigen Werten beschäftigt er sich genauer. Dabei hilft oft auch ein Blick ins Internet. „Die Referenzwerte sind ja im Laborbericht angegeben.“

## GUT ZU WISSEN

**Wie oft sollte ein kleines Blutbild gemacht werden?**  
Ein kleines Blutbild kann 1 x jährlich bei einem Check-up gemacht werden. Das entscheidet der jeweilige Hausarzt.

### Zahlt das die Krankenkasse?

Soweit ein Arzt ein kleines Blutbild für erforderlich hält, wird dieses von der Krankenkasse bezahlt. Ab dem 35. Lebensjahr können alle zwei Jahre bei einem Gesundheitscheck auch die Cholesterin- und Blutzuckerwerte kostenlos bestimmt werden.

### Müssen Patienten zur Blutabnahme immer nüchtern erscheinen?

Im Gegensatz zu einem kleinen Blutbild ist es für einige Blutwerte wie Blutzucker, Cholesterin oder Leberenzyme zwingend erforderlich, dass der Patient bei der Blutabnahme nüchtern ist. In der Regel weist die Praxis ihre Patienten daraufhin.

### Ist Cholesterin immer schlecht?

Nein, Cholesterin ist an vielen Stoffwechselfvorgängen beteiligt und lebenswichtig. Unterschieden wird dabei der HDL-Wert („gutes Cholesterin“) und der LDL-Wert („schlechtes Cholesterin“). Ein erhöhter LDL-Wert kann zu Gefäßablagerungen führen.

### Deutet die Farbe des Blutes automatisch auf Erkrankungen hin?

Nein, denn die Blutfarbe variiert einfach auch von Mensch zu Mensch.

### Sind Abweichungen von den Normwerten schlimm?

Kleinere Abweichungen sind zunächst einmal nicht dramatisch. Beim nächsten Blutbild können sie sich auch wieder relativiert haben. In einigen Fällen kann trotz hochpräziser Geräte zum Beispiel auch einmal eine Messungenauigkeit vorliegen. Größere und dauerhafte Abweichungen sollten jedoch näher untersucht werden.

Anzeige

### 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





# Hilfe und Tipps von Pflegeexperten: für Stomapatienten wichtig



Die Pflegeexperten Claudia Feil und Sabrina Kaminski. Fotos: Christian Frumolt

Egal, ob ein Stoma geplant oder im Rahmen eines Notfalls neu angelegt wird: Es ist ein tiefer Einschnitt in das Leben der Betroffenen. Pflegeexperten der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen unterstützen Patienten durch Rat, Hilfe und gezielte Anleitung dabei, mit der neuen Situation gut umzugehen.

Laut der bundesweiten Solidargemeinschaft von Stomaträgern und Menschen mit Darmkrebs – der Deutschen ILCO e. V. – leben in Deutschland weit über 100.000 Menschen mit einem Stoma. In vielen Fällen sind es Tumorerkrankungen oder schwere, chronisch-entzündliche Erkrankungen der Harnblase oder des Darms, die bei Patienten ein Stoma erforderlich machen. Mit dem Begriff „Stoma“ werden operativ geschaffene „künstliche Ausgänge“ des Darms oder der Blase bezeichnet. Diese werden dauerhaft oder vorübergehend angelegt. Unabhängig von der Art des Stomas bringt eine Operation meistens eines mit sich: Ängste und Unsicherheiten.

## Gute Beratung wichtig

Um den Betroffenen diese Ängste zu nehmen, ist eine gute Beratung rund um das Thema entscheidend. Eine wesentliche Rolle spielen hierbei geschulte Pflegeexperten wie Sabrina Kaminski. Sie ist Stationsleitung für Allgemein- und Visceralchirurgie (spezielle Chirurgie des Bauchraums, der Bauchwand, der endokrinen Drüsen und der Weichteile) der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen. Zudem besitzt sie aufgrund einer Weiterbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin für die Pflege in der Onkologie

und Palliativcare mit Stomatherapie sowie jahrelanger Berufserfahrung ein breites Fachwissen im Hinblick auf Stomata. Gemeinsam mit dem Pflorgeteam ihrer Station, von dem fast alle Kurse zur Stomaversorgung absolviert haben, berät und begleitet sie Patienten und leitet diese im Umgang mit dem Stoma an. „Natürlich immer in Rücksprache mit dem Arzt“, wie sie betont.

Die pflegerische Begleitung beginnt bereits vor der Operation. Patienten, bei denen ein Stoma neu angelegt wird, werden einen Tag vor dem Eingriff stationär aufgenommen. Nach dem ärztlichen Aufklärungsgespräch beantwortet Sabrina Kaminski dem Patienten erste Fragen und hat ein offenes Ohr für dessen Ängste. Sie und ihr Pflorgeteam können die Patienten meist etwas beruhigen: „Mit etwas Übung kommen die Patienten in der Regel gut mit ihrem Stoma im Alltag zurecht“, versichert Sabrina Kaminski.

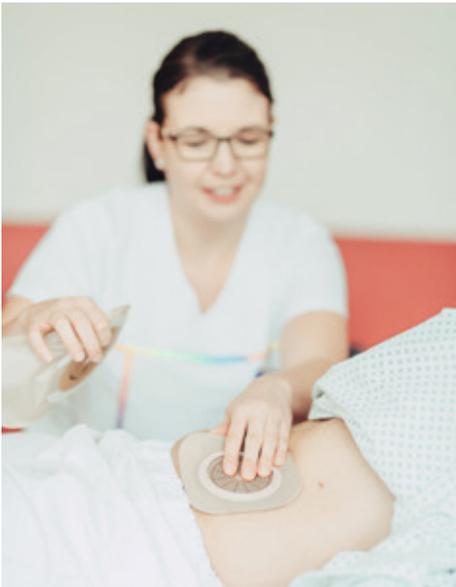
## Professionelle Hilfe zur Selbsthilfe

Nach der Operation werden die Patienten noch einige Tage stationär in der Klinik behandelt – und währenddessen schon in die Versorgung des Stomas mit einbezogen. „Wir vermitteln ihnen das Basiswissen, damit sie schnell lernen, ihr

Stoma selbst zu versorgen“, erklärt Sabrina Kaminski und ihre Kollegin und stellvertretende Stationsleiterin Claudia Feil ergänzt: „Auf Wunsch des Patienten beziehen wir die Angehörigen mit ein oder organisieren bei Bedarf einen ambulanten Pflegedienst für die Zeit nach dem Klinikbeziehungswise Rehaaufenthalt.“ Vom Pflorgeteam bekommen die Patienten zudem erste Tipps für die Ernährung, erhalten Infos zu Selbsthilfegruppen und werden individuell zu Material und Ausführung der Stomaversorgung beraten.



Stomatherapeut Gebhard Heckmann und seine Nachfolgerin Sonja Eigenmann haben immer ein offenes Ohr für die Patienten. Foto: Peter Hageneder



Sabrina Kaminski bezieht die Patienten frühzeitig in die Stomaversorgung ein.

in Ruhestand geht, wird diese Aufgabe künftig Sonja Eigenmann übernehmen. Die examinierte Krankenschwester und Stomatherapeutin freut sich schon darauf, hier Hand in Hand mit dem stationären Pflegeteam eine lückenlose Versorgung für die Patienten zu bieten.

**Heilung oft problemlos**

In der Regel verlaufe die Heilung nach einer Stomaoperation relativ problemlos, versichert Sabrina Kaminski. Natürlich seien Komplikationen nicht völlig ausgeschlossen, räumt sie ein. Auch Allergien könnten durch die Stomaversorgung auftreten. „Die Palette an Materialien ist aber groß, so dass man problemlos auf eine andere Versorgung umsteigen kann.“ Kommt es dagegen zu einer Wundheilungsstörung, wird einer der fünf zertifizierten Wundexperten der St.

Anna-Virngrund-Klinik zu Rate gezogen. Zu ihnen gehört Claudia Feil, die diese Weiterbildung absolviert hat. „Wir haben stationsübergreifend eine Art beratende Funktion und vermitteln bei der Behandlung der Wunden zwischen Pflege und Arzt“, erläutert sie.

Für die beiden Pflegefachkräfte Sabrina Kaminski und Claudia Feil ist es jedes Mal ein Erfolgserlebnis, wenn sie Patienten helfen konnten. Sabrina Kaminski betont: „Viele Patienten kommen nach einiger Zeit wieder, um ihr Stoma zurückverlegen zu lassen. Wenn sie uns dann sagen, dass wir ihnen die anfänglichen Sorgen nehmen konnten, ist das ein schönes Feedback, das uns in der täglichen Arbeit bestärkt.“

Nadja Kienle

**Eine lückenlose Versorgung**

Große Unterstützung bot hier in den vergangenen 35 Jahren auch Gebhard Heckmann, Lehrer und Praxisanleiter für Pflegeberufe sowie Stomatherapeut an der St. Anna-Virngrund-Klinik. Er besuchte die Patienten während des stationären Aufenthalts und betreute sie mit viel Engagement und Einfühlungsvermögen nach der Entlassung zu Hause weiter, wo er jederzeit für die Patienten ansprechbar war. Jedes Jahr stand er 30 bis 40 Patienten mit Rat und Tat zur Seite. „Diese Tätigkeit ist mir sehr ans Herz gewachsen und für die Betroffenen ist es wichtig, auch nach ihrem stationären Aufenthalt noch Hilfe und Unterstützung zu bekommen“, betont er. Da Gebhard Heckmann nun

## DIE PFLEGEKAMPAGNE DES OSTALBKREISES

Um dem demografischen Wandel und dem Fachkräftemangel gerecht zu werden, startete der Ostalbkreis mit den stationären Pflegeeinrichtungen und den ambulanten Pflegediensten 2002 die Kampagne „Mit Herz, Hand und Verstand“. 2018 ging die Kampagne mit neuem Konzept und unter dem Motto „Herz Plus Ostalb“ in die Verlängerung. Das Ziel: Es sollen Nachwuchskräfte für die Pflegeberufe gewonnen werden – vor allem in der Altenpflege. Ein starkes Signal setzte der Landkreis zudem durch den Erhalt der drei Gesundheits- und Krankenpflegeschulen an den Kliniken. Eine Ausbildung als Pflegefachkraft bietet – wie auch der Beitrag zeigt – im Anschluss viele Optionen und Möglichkeiten der Weiterbildung.

Anzeigen



**JAST ERGO**  
Ergotherapie und Logopädie

info@jast-ergo.de [www.jast-ergo.de](http://www.jast-ergo.de)



**Praxis Bopfingen**  
Tel. 07362 920696

**Praxis Dinkelsbühl**  
Tel. 09851 553100

**Im MDZ am Ostalb-Klinikum Aalen**  
Tel. 07361 889460



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

**(07171) 6 20 03**

Schwäbisch Gmünd · Heubach · Lorch

**CONCORDIA**  
BESTATTUNGSINSTITUT  
[www.concordia-bestattungen.de](http://www.concordia-bestattungen.de)



Das Palliativteam des Stauferklinikums um Prof. Dr. Holger Hebart (hinten links) wurde im Sommer 2018 erneut für die hochwertige Versorgung in der Krebsbehandlung ausgezeichnet. Foto: Kliniken Ostalb

# Stabilisieren und gut versorgt entlassen



Schwerkranken Menschen unnötiges Leid ersparen und ein gutes Leben bis zum Schluss ermöglichen: Das ist das Ziel der Palliativmedizin. Vor elf Jahren wurde am Stauferklinikum die Palliativstation eingerichtet. Seitdem ist ein interdisziplinäres Team aus Ärzten und Krankenpflegern rund um die Uhr im Einsatz.



## WAS IST PALLIATIVMEDIZIN ?

Palliativmedizin ist eine ganzheitliche Behandlung für Patienten mit einer unheilbaren, fortschreitenden Erkrankung. Es geht um die Linderung von Beschwerden, Schmerzen sowie sozialen und psychischen Belastungen. Die Palliativmedizin arbeitet interdisziplinär und deckt zusammen mit anderen Fachrichtungen die medizinische Versorgung ab. Im Mittelpunkt steht der Erhalt der Lebensqualität bis zum Tod.

Auch die Visiten und Behandlungen orientieren sich an den individuellen Bedürfnissen und Wünschen. So kann es sein, dass die leitende Ärztin Dr. Heidrun Stumme mit dem Patienten auf der Terrasse spricht. „Wenn der Patient bei schönem Wetter dort sitzt, setze ich mich einfach dazu“, sagt die Onkologin.

### Die Lebensqualität verbessern.

Insgesamt stehen zwölf Betten auf der Palliativstation zur Verfügung. Für die Betreuung sind stets ein Assistenzarzt und ein Palliativarzt in 24-Stunden-Rufbereitschaft. Hinzu kommen drei spezialisierte Krankenpflegekräfte pro Schicht. „Die Arbeit auf der Station erfordert Teamwork und einen Austausch auf Augenhöhe“, sagt Dr. Heidrun Stumme. Zu 80 Prozent werden Menschen mit einer Krebserkrankung versorgt. Aber auch Patienten, die zum Beispiel unter Multipler Sklerose,

einer Herzmuskel-, Lungen- oder neurologischen Erkrankungen leiden, werden hier betreut.

Auf der Palliativstation am Stauferklinikum steht aber nicht nur die Erkrankung, sondern der ganze Mensch im Vordergrund. Es geht darum, die Lebensqualität zu verbessern – auch wenn die Krankheiten unheilbar sind. „Viele haben Angst, dass bei uns ihre Krankheit nicht mehr behandelt wird. Das stimmt nicht. Die Erkrankung wird mit medizinisch sinnvollen Maßnahmen weiter therapiert, beispielsweise mit einer palliativen Chemotherapie“, sagt die Ärztin und betont: „Das Sterben kann zwar nicht verhindert werden, aber bis dahin soll das Leben so lebenswert wie möglich sein.“

 Lesen Sie weiter auf Seite 14

Auf den ersten Blick ist es eine Station wie jede andere. Doch die Palliativstation des Stauferklinikums besitzt Besonderheiten. So gibt es neben den klassischen Krankenzimmern noch eine Küche, ein Wohnzimmer und eine Terrasse, die von den Patienten und Angehörigen genutzt werden können. Der Tagesablauf ist nicht starr durchstrukturiert, sondern orientiert sich an den Patienten. „Hier gibt es beispielsweise kein tägliches Wecken um 7 Uhr morgens und fast nichts ist verboten“, sagt Krankenpflegerin Cornelia Becker. So besteht die Möglichkeit, dass die Kinder über Nacht bleiben können oder die Angehörigen mit Haustieren zu Besuch kommen.



Für Dr. Heidrun Stumme (hinten links) und Krankenpflegerin Cornelia Becker (hinten rechts) steht immer der ganze Mensch im Mittelpunkt. Foto: Peter Hagedener



Krankenpflegerin Cornelia Becker (links) und Dr. Heidrun Stumme (rechts) haben immer ein offenes Ohr für die Patienten der Palliativstation. Foto: Peter Hageneder

Die meisten Patienten bekommen eine Schmerztherapie, aber auf der Station werden unter anderem auch Physio- oder Aromatherapien angeboten. „Wir haben zahlreiche Öle, die bei verschiedenen Beschwerden zum Einsatz kommen“, erklärt die leitende Krankenpflegerin Cornelia Becker. Die Patienten können zudem an der Kunsttherapie teilnehmen, um sich auf schöne Dinge zu konzentrieren, Spaß zu haben oder um die Erkrankung zu verarbeiten. Einige der entstandenen Bilder zieren die Wände

es sei kein Hospiz. Im besten Fall können die Ärzte und Krankenpfleger die Entlassung sorgfältig planen, aber das ist nicht immer möglich.

Auch den Angehörigen wird geholfen. Auf der Station lernen sie, dass die Betreuung nicht gefährlich ist und bis zum Schluss die Lebensqualität verbessert werden kann. „Viele Angehörige halten es nicht aus, nichts zu tun. Wir zeigen ihnen, wie sie helfen können. Manchmal sind das nur Kleinigkeiten, aber dadurch fühlen sich die Angehörigen nicht mehr so hilflos“, weiß Cornelia Becker. Die ausgebildete Krankenpflegerin und

Trauerbegleiterin meldet sich immer noch einmal bei den Angehörigen und erkundigt sich nach deren Befinden. Die Betreuung hört nach dem Tod der Patienten nicht abrupt auf.

Das Team der Palliativstation pflegt einen besonderen Umgang, der intensiver als woanders möglich ist. Das wird auch beim Betreten der Station spürbar. Hier herrscht keine schwere, traurige Stimmung, sondern eine herzliche und fröhliche. „Es wird auch sehr viel gelacht“, sagt Cornelia Becker. So verwundert es nicht, dass die Station für viele Patienten „ein Stück Zuhause ist“.

Annika Grunert

„Das Leben soll noch so lebenswert wie möglich sein.“

DR. HEIDRUN STUMME,  
ONKOLOGIN AM  
STAUFERKLINIKUM

der Station oder den jährlich erscheinenden Kalender. Es gibt ein breites Angebot, um die Patienten bestmöglich zu unterstützen. „Alles kann, aber nichts muss gemacht werden“, lautet dabei das Motto der Palliativstation.

#### Hilfe für die Angehörigen

„Die Palliativstation ist keine Sterbestation. Unser oberstes Ziel ist es, den Patienten zu stabilisieren und ihn gut versorgt nach Hause, ins Pflegeheim oder Hospiz zu entlassen“, sagt Dr. Heidrun Stumme. Natürlich komme es vor, dass Patienten auf der Station sterben, aber

## STAUFERKLINIKUM AUSGEZEICHNET

„Designated Centre of Integrated Oncology and Palliative Care“ lautet der Name für eine Zertifizierung, die das Stauferklinikum erneut erlangt hat. Dahinter steckt eine Auszeichnung der Europäischen Krebsgesellschaft ESMO (European Society for Medical Oncology) für die hochwertige Versorgung im Bereich der Krebsbehandlung und die enge Zusammenarbeit von Krebstherapeuten mit Palliativmedizinern.

Die Palliativmedizin am Stauferklinikum fiel der ESMO besonders positiv ins Auge: Mit Palliativstation, Brückenpflege und SAPV (Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung) stehen alle Versorgungsangebote zur Verfügung. Patienten mit unheilbaren Erkrankungen können damit sowohl in der Klinik als auch zu Hause optimal betreut werden.

Die Behandlung von Krebs spielt am Stauferklinikum aber auch ansonsten eine wichtige Rolle. Seit 2015 ist die Klinik als Onkologisches Zentrum ausgezeichnet. Ein Zertifikat, das ansonsten meist Universitätskliniken vorbehalten bleibt.

# Palliativversorgung für Zuhause

Immer mehr Palliativpatienten haben den Wunsch daheim zu sterben. Die Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung Ostalb (kurz: SAPV) am Stauferklinikum hilft, dies zu ermöglichen.

Seit 2011 sind spezialisierte Ärzte und Pflegekräfte für die SAPV im Einsatz, damit Menschen im Ostalbkreis, die an einer unheilbaren Erkrankung mit schweren Symptomen leiden, auch daheim gut versorgt sind. „Wir können den Tod nicht verhindern. Aber wir helfen, dass die Patienten möglichst in Frieden zu Hause oder in einer Pflegeeinrichtung sterben können“, sagt Olga Marra-Hillberger, Koordinatorin der SAPV Ostalb.

## Der Patient steht im Vordergrund

Zu den Aufgaben des Teams gehören die Symptomlinderung, die Sicherstellung notwendiger Hilfsmittel und der Arzneimittelversorgung sowie die Beratung und Koordination von Maßnahmen, die die Versorgung unterstützen und entlasten.

Hilfe für die Patienten und ihre Angehörigen gibt es an sieben Tagen die Woche rund um die Uhr. Dafür sind stets ein Arzt und eine Pflegekraft der SAPV in Rufbereitschaft. Um eine optimale Betreuung zu gewährleisten, arbeitet die SAPV sehr eng mit dem jeweiligen Hausarzt zusammen. Aber nicht nur die medizi-



Pflegekräfte der SAPV im Einsatz.  
Foto: Peter Hageneder

nische Versorgung spielt eine Rolle. „Wir sehen nicht nur die Krankheit oder die Symptome, sondern den gesamten Menschen mit seinen individuellen Bedürfnissen“, sagt Andrea Krieger, Koordinatorin und Pflegekraft der SAPV. Die individuellen Bedürfnisse jedes Einzelnen stehen dabei im Vordergrund und bestimmen das Betreuungsangebot. Manchmal reicht bereits ein Telefongespräch mit einer vertrauten und kompetenten Fachkraft, um den Patienten oder den Angehörigen zu helfen. Die Patienten und ihre Ange-

hörigen werden begleitet, beraten und geschult, um Ängste zu minimieren und Kräfte zu mobilisieren, damit sie sich den Herausforderungen stellen können.

Die SAPV hilft nicht nur Krebspatienten, sondern allen, die an einer nicht heilbaren, fortgeschrittenen Erkrankung leiden. Allerdings muss die Betreuung der SAPV durch einen Vertragsarzt verordnet und von der Krankenkasse genehmigt werden, die die Kosten im Anschluss übernimmt.

Annika Grunert



Olga Marra-Hillberger  
Koordinatorin der SAPV Ostalb  
Foto: Kliniken Ostalb

Anzeige



www.haus-lindenhof.de/aalen

Stiftung  
**Haus Lindenhof**  
selbst. bestimmt. leben.

**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. Elisabeth**

73431 Aalen  
Telefon 07361 9391-0

**St. Lukas**

73453 Abtsgmünd  
Telefon 07366 96973-0

**St. Agnes**

73463 Westhausen  
Telefon 07363 954547-0

# Ein Tag auf der Intensivstation: ganz nah dran am Menschen

Das Wort „Intensivstation“ weckt meist gemischte Gefühle. Denn hier geht es oft um Leben und Tod. Die Menschen werden dort intensivmedizinisch versorgt und überwacht. Hier sind die Pflegekräfte besonders nah dran am Patienten. Für die Pflegerinnen und Pfleger ist es ein abwechslungsreicher und verantwortungsvoller Beruf. Das zeigt ein „ganz normaler“ Tag auf der interdisziplinären Intensivstation an der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen.

Der stellvertretende Stationsleiter Davey Galajda arbeitet mit seinen 22 Kollegen und Kolleginnen auf der Intensivstation der St. Anna-Virngrund-Klinik in Voll- und Teilzeit im Dreischichtbetrieb an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr. Unser Autor, Markus Lehmann, hat ihn und sein Team einen Tag lang begleitet.

Text und Fotos: Markus Lehmann

## 6:00 UHR

Es beginnt die Übergabe bezüglich der Patienten (bis 6.30 Uhr) und es wird abgesprochen, wer für welchen Patienten in dieser Schicht zuständig ist. Der 33-jährige Davey Galajda verschafft sich einen Überblick. Er überprüft die Vitalwerte wie Blutdruck und Puls, Drainagen- und Katheterableitungen, Alarminstellungen der Medizingeräte, die Beatmung und dokumentiert wichtige Laborparameter wie die Blutgasanalyse. Diese zeigt, wie gut die Lungenatmung funktioniert. Dieser „Check“ der lebenswichtigen Funktionen ist aufwendig und kann bis zu einer Stunde pro Patient dauern.

## 7:30 UHR

Die Visite beginnt. Das kann schon Mal stressig werden, vor allem dann, wenn bis zu (maximal) acht Patienten auf der Station liegen und optimal versorgt werden müssen.

## 8:00 UHR

Das Pflorgeteam widmet sich nun der Grundpflege, mit Prophylaxen und Mobilisation sowie Verbandswechsel, wenn nötig. Die ersten Patienten hatten schon vor anderthalb Stunden ihr Frühstück. Frisch Operierte oder Patienten vor einer OP müssen sich damit gedulden, da sie nüchtern sein müssen. Die Grundpflege aller Patienten dauert in der Regel bis halb elf.

## 10:32 UHR

Pause für Davey Galajda, der seit Oktober 2018 stellvertretender Stationsleiter ist. „Eigentlich eine halbe Stunde“, sagt er lächelnd. Aber nur, wenn nicht ganz so viel los ist. Gerade schaut Bernd Ziegler vorbei. Der jetzige Pflegedienstleiter arbeitete schon seit über 20 Jahren auf der Intensivstation. Er hat dort viel erlebt und gesehen. Die 95-jährige Mutter am Ende ihres Lebenswegs, den 18-jährigen Motorradfahrer, der mit einem schweren Unfall auf die Intensiv kam und den er einige Jahre später wieder völlig fit in der Stadt getroffen hat. Natürlich hat er auch Schicksale erlebt, die man „mit nach Hause“ nimmt. Viel wird aber im Team besprochen. In diesem Beruf, sagt Ziegler, bekomme man eine andere Sicht auf das Leben. „Man bekommt Respekt vor dem Leben, aber auch vor einer Krankheit.“ Auf jeden Fall erlebt man auf der Intensivstation auch Menschen ganz intensiv. Man pflegt sie nicht nur, man spendet Trost, gibt den Angehörigen Halt. Und man lacht auch zusammen. Einen anderen Beruf kann sich der 44-Jährige nicht vorstellen und betont: „Die Pflege war schon immer mein Traumberuf.“

## 11:25 UHR

Die ersten Operierten kommen zurück und werden versorgt. Da klingelt es auf der Station. Ein Patient, der vor einiger Zeit eine schwere OP hatte, bringt ein Geschenk für das Team vorbei und bedankt sich. Die Pflegekräfte und Ärzte bekommen auch oft Dankeskarten. Das wird natürlich nicht erwartet, freut die Mitarbeiter aber natürlich sehr. Bernd Ziegler weiß: „Wenn ein Mensch einige Wochen auf der Intensivstation lag, vergisst er das sein Leben lang nicht.“ Man ist hier nahe dran am Menschen. Manchmal gibt es auch traurige und schwere Momente, und es geht dann um Sterbebegleitung. Im Aufenthaltsraum spricht man darüber, manches geht den Mitarbeitern trotz Routine sehr nahe. „Wir sind ja keine Pflege-roboter“, sagt Davey Galajda. Was ihm sehr gefällt: „Die sehr gute Zusammenarbeit in einem tollen Team, das macht richtig Spaß.“ Und der Schichtbetrieb? Jeder, erklärt er, könne hier seine flexible Zeit finden, auch die Mitarbeiter in Teilzeit mit Familie. Und: „Man hat immer wieder frei, wenn andere arbeiten müssen.“



Davey Galajda ist seit Oktober 2018 stellvertretender Stationsleiter. Die Arbeit auf der Intensivstation macht ihm viel Spaß.



Mit den Monitoren werden wichtige Körperfunktionen der Patienten überwacht.

## 13:30 UHR

Übergabe an die Spätschicht. Davey Galajda verabschiedet sich von den Kollegen und wünscht ihnen eine stressfreie Schicht. Die Arbeit ähnelt der Frühschicht: Kreislaufüberwachung, Medikamente verabreichen und deren Wirkung im Auge behalten, Lagerung und viele weitere pflegerische und medizinische Tätigkeiten. Wie auch auf den anderen Stationen wird auf der Intensivstation besonders großer Wert auf individuelle Behandlung und persönliche Zuwendung gelegt.

## 15:32 UHR

Sechs Patienten sind derzeit vom Pflorgeteam zu versorgen. Auf die Intensivstation kommen beispielsweise Menschen nach großen OPs, nach einem Herz- und Kreislaufstillstand, mit einer schweren Lungenentzündung oder mit schweren Verletzungen. Um nur einen kleinen Teil des Patienten-Spektrums zu nennen. Es geht um Menschen, die häufig akut lebensgefährdet sind und einer besonderen intensivmedizinischen und intensivpflegerischen Behandlung bedürfen.

## 18:48 UHR

Draußen ist es längst dunkel geworden. Die Nachtbeleuchtung ist eingeschaltet. Friedlich schläft ein Patient, neben ihm verströmt ein Diffusor beruhigenden Lavendel-Duft. Über die Körperfunktionen wachen modernste Monitore. Und vor allem aber die beiden Stationsmitarbeiterinnen der Nachtschicht. Dieser Beruf sei kein leichter, erklärt eine von ihnen. Er könne ziemlich stressig sein und persönlich ziemlich nahegehen: Aber es sei ein ganz besonderer Beruf mit viel Verantwortung, flexiblen Arbeitszeiten, Glücksmomenten und wie geschaffen für Teamplayer.

### NÄCHSTER TAG

## 6:00 UHR

Für die Frühschicht beginnt ein neuer Tag auf der Intensivstation. Mit vielen gleichen, aber auch ganz neuen Aufgaben, Herausforderungen und Begegnungen. Und das alles ganz „nah“ am Patienten.

## 14:15 UHR

Viele OPs sind nun durchgeführt. Sie sind planbar und die Betten sind entsprechend gerichtet. Nicht planbar ist der Rettungsdienst. Gerade fährt der Notarztwagen vor. Ein schwerverletzter Autofahrer wird am frühen Abend auf die Intensivstation verlegt.



Draußen ist es dunkel geworden, auf der Intensivstation der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen ist die Nachtbeleuchtung eingeschaltet.

## 20:00 UHR

Die Übergabe an die Nachtschicht findet bis 20.30 Uhr statt. Es wird ruhiger. Zumindest heute. Kein Unfall, keine Notoperation. Weniger Anrufe, keine Visite. Obwohl es nachts oft ruhiger ist, arbeitet Davey Galajda lieber tagsüber. Aber das ist Geschmackssache und mancher Kollege arbeitet ausschließlich nachts.



Nachts geht es auf der Intensivstation in der Regel ruhiger zu.



# KLINIK KOMPAKT *aalen*

## OSTALB-KLINIKUM AALEN

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



### ANREISE MIT DEM PKW

Bei einer Anreise mit dem PKW halten wir für unsere Patienten und deren Besucher in unserem Parkhaus 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 €

Den Kassenautomat finden Sie direkt am Eingang des Parkhauses.

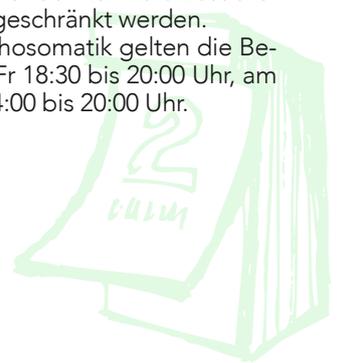
Direkt vor dem Haupteingang befinden sich einige spezielle Kurzzeit- und behindertengerechte Stellplätze. Diese stehen Ihnen zur kurzfristigen Nutzung (15 Min.) zur Verfügung, und sind gebührenfrei.

Bei einem längeren Aufenthalt im Klinikum bitten wir Sie jedoch, die Parkplätze im Parkhaus 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:

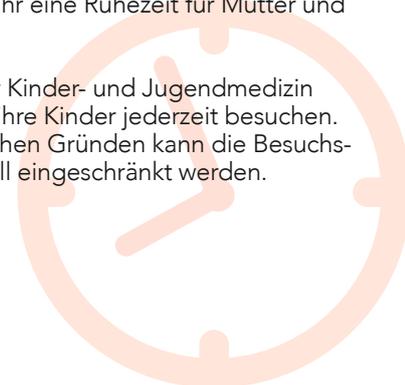
bis 3 Tage: 10,00 €  
bis 10 Tage: 20,00 €

### 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.





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)

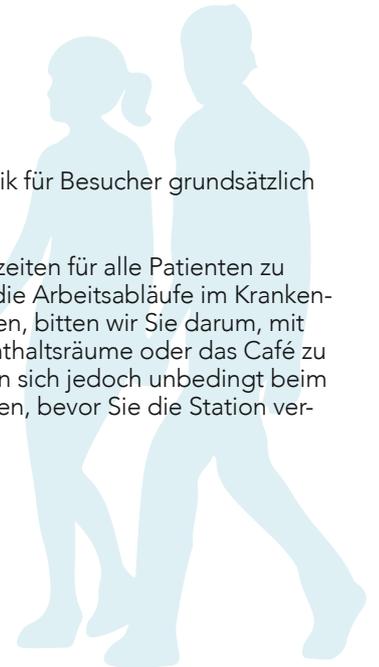
pauschal: 1,00 €

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 Krankensegens und der Krankensalbung ist jederzeit möglich.

# VERANSTALTUNGEN

## Ellwangen

### April 2019

7. April, 18:00 Uhr

#### **Infoabend mit Kreißsaalführung**

Ort: Konferenzraum, Gebäude C, Ebene 5

Zielgruppe: Werdende Eltern

Veranstalter: Geburtshilfe der St. Anna-Virngrund-Klinik

ab 30. April, Dienstag von 9:00 bis 10:30 Uhr

#### **Neu: AbenteuerKinderWelt**

Der Kurs bietet den ganz kleinen Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, langsam in die AbenteuerKinderWelt einzusteigen. In den ersten 5 Kursstunden lernen die Kinder die einzelnen Stundenelemente kennen, die Stunde wird Schritt für Schritt gefüllt, wiederkehrende Elemente können erkundet werden. Eltern und Kinder haben Raum die Gruppe in Ruhe zu erleben.

**Anmeldung erforderlich!**

### Mai 2019

8. Mai, 10:30 – 11:30 Uhr (5 Termine bis 5. Juni)

#### **Babyschwimmen**

Ort: Wellenbad Ellwangen

Veranstalter: Elternschule

Anmeldung: [www.elternschule-ellwangen.de](http://www.elternschule-ellwangen.de)

### Juni 2019

27. Juni, 10:00 Uhr (6 Termine bis 1. August)

#### **Babymassage**

St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen

Ort: Station 5, Raum 1

Veranstalter: Elternschule

Anmeldung: [www.elternschule-ellwangen.de](http://www.elternschule-ellwangen.de)

## Aalen

### April 2019

4. April, 19:00 bis 20:15 Uhr

#### **Informationsabend Geburt**

Referenten: Dr. Karsten Gnauert, Frau Caroline Kurz, Frau Monica Bühler

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Frauenklinik+ Elternschule

7. April, 11:00 Uhr

#### **Sonntagovorlesung „Burnout – Depression – Anzeichen, Ursachen, Behandlung“**

Referent: Dr. Michael Fritzsch, Chefarzt Psychosomatik

Ort: VHS Aalen, Torhaus, Paul-Ulmschneider Saal

10. April, 20:15 bis 21:00 Uhr

#### **Kreißsaalführung**

Kreißsaal, Frauenklinik, Ebene 3

Veranstalter: Frauenklinik

### Mai 2019

7. Mai, 11:00 Uhr

#### **Sonntagovorlesung „Epilepsie – die heilige Krankheit“**

Referent: Priv. Doz. Dr. Eric Jüttler, Chefarzt Neurologie

Ort: VHS Aalen, Torhaus, Paul-Ulmschneider Saal

Jeden Dienstag 14:00 bis 17:00 Uhr

#### **Still- und Babycafé**

14.00 – 16.00 Uhr

Essensraum Frauenklinik,

Station 39, Ebene 3

Veranstalter: Frauenklinik

15. Mai, 19:00 bis 21:00 Uhr

#### **Informationsabend Säuglingspflege**

Referentin: Susanne Hoffmann

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Elternschule

### Juni 2019

2. Juni, 11:00 Uhr

#### **Sonntagovorlesung „Kugelrund – Na und? Auswirkungen von krankhaftem Übergewicht und die Behandlungsmöglichkeiten“**

Referent: Dr. Laurentiu Greco, Facharzt Chirurgische Klinik I

Ort: VHS Aalen, Torhaus, Paul-Ulmschneider Saal

26. Juni, 20:00 bis 21:30 Uhr

#### **Informationsabend Zahngesundheit für Schwangere und Babys**

Referent: Dirk Häcker, Zahnarzt

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Elternschule

## Mutlangen

### April 2019

24. April, 16:00 - 17:30 Uhr

#### **Informationsveranstaltung Endoprothetik**

Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd

Ort: Konferenzsaal

### Mai 2019

7. Mai, 9:30 - 11:00 Uhr

#### **Babymassagekurs für Eltern**

Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd

Ort: Familienschule (Medicenter)

### Juni 2019

4. Juni, 20:00 Uhr

#### **Kreißsaalführung / Plus 1 Treff**

(findet alle 2 Wochen statt)

Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd

Ort: Konferenzsaal



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



# Mit der Kraft der Hoffnung schwere Zeiten bewältigen

Foto: Adobe Stock/Stillfx

Der evangelische Pfarrer Peter Palm arbeitet als Klinikseelsorger am Stauferklinikum in Schwäbisch Gmünd und hat immer ein offenes Ohr für die Patienten und deren Angehörige. Für ihn ist der Begriff Hoffnung mit weit mehr verknüpft, als allein dem Glauben, dass alles gut wird.

Hoffnung beflügelt und setzt Kräfte frei. Sie ist der Motor des Lebens, der Antrieb unserer Existenz: Hoffentlich ist diese Liebe von langer Dauer. Hoffentlich ist der Schmerz im Bauch nichts Ernstes. Hoffentlich finde ich einen Job. Hoffentlich regnet es heute nicht. Hoffentlich. Jedes Aufstehen am Morgen beginnt mit einer Hoffnung. Sei es nur auf gutes Wetter oder einen netten Abend. Da ist der Einsame, der sich auf einer Online Partnerbörse anmeldet. Der Flüchtling, der in ein Boot steigt. Der Krebspatient, der sich abermals in Therapie begibt. Hoffnung weist ihnen den Weg.

Die Universität Marburg hat ein Experiment mit Herzpatienten durchgeführt, denen eine Bypassoperation am geöffneten Brustkorb bevorsteht. Kann man sich auf so etwas innerlich vorbereiten? Ein Teil der Patienten schmiedete zusammen mit einem Psychologen Zukunftspläne, sie bauten an ihrer Hoffnung und stärkten sie. Eine Patientin nimmt sich vor, 4 Wochen nach der OP ihre Balkonkästen zu bepflanzen. Ein Patient hofft nach 3 Monaten seinen Lieblingsweg entlang zu flanieren, eine weitere Patientin malt sich eine Italienreise aus. Der andere Teil trifft keine Psychologen, macht keine Pläne, arbeitet nicht an der eigenen Vorstellung, wie das Leben nach der Operation besser werden kann. Ein halbes Jahr später stellen die Forscher einen messbaren Unterschied im Körper der Patienten fest. Die Patienten mit den Zukunftsplänen haben deutlich geringere Entzündungsmarker und Stresshormone im Blut, sind weniger

beeinträchtigt im Familienleben und bei der Arbeit. Es geht ihnen nachweislich besser. „Wenn man so will, haben wir da die Kraft der Hoffnung gemessen“, sagt der Versuchsleiter.

Hoffnung bedeutet, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.

VACLAV HAVEL  
EHEMALIGER PRÄSIDENT  
DER TSCHECHOSLOWAKEI

## Realität richtig wahrnehmen

Hoffnung beflügelt und setzt Kräfte frei, die sich entscheidend auf unser Wohlbefinden auswirken. Das lässt sich sogar wissenschaftlich nachweisen. Aber wird deshalb alles gut, wenn Du nur daran glaubst, fest darauf hoffst? Der kranken Menschen oft gegebene und auch gut gemeinte Ratschlag: „Du musst nur genug positiv denken, dann geht es dir auch besser!“ ist nicht immer wirklich gut. Natürlich ist es wichtig positiv zu denken, aber alleine für sich reicht das nicht aus. Genauso wichtig ist es, die Realität so wahrzunehmen, wie sie ist und nicht wie ich sie gerne haben möchte. Es kann leider auch sein, dass sich meine Situation verschlechtert trotz allem, positivem Denken, um das ich mich bemühe.

Auch dazu gibt es eine wissenschaftliche Untersuchung. Dabei wurden Patienten, denen ein künstliches Hüftgelenk eingefügt wurde, vor dem Eingriff daraufhin befragt, wie sie über die OP und deren Folgen denken und welche Zukunft sie vor sich sehen. Und das spannende Ergebnis nach einer gewissen Zeit war: Diejenigen, die nur positive Phantasien über die OP-Resultate hegten, befanden sich in der Regel in einem schlechteren Zustand als diejenigen, die sich im Vorfeld bewusst auch mit den Schwierigkeiten, die auf sie zukommen könnten, beschäftigt hatten. „Wer sich auf seine Phantasien einer rosigen Zukunft verlässt, der investiert zu wenig in die Anstrengungen, die auf dem Weg dorthin notwendig sind“, so schlussfolgert die Versuchsleiterin.

Auch für die Bibel ist Hoffnung nicht nur darauf ausgerichtet, dass alles gut geht und es keine Schwierigkeiten mehr gibt. Sie

hat vielmehr damit zu tun, dass ich nicht alleine bin mit mir und meiner Welt, auch gerade dann, wenn mir das Leben schwer wird. Da ist Gott, der nicht unnahbar in einer himmlischen Welt schwebt, sondern wie Christen es jetzt an Weihnachten gefeiert haben, für mich da ist und teilnimmt an meinem Leben. Hoffnung hat für die Bibel damit zu tun, dass andere Menschen für mich da sind und mich gerade auch in schwierigen Zeiten unterstützen. Damit, dass ich, wenn es mir gut geht, meinerseits meinen Mitmenschen in dem, was ihnen das Leben schwer macht, zur Seite stehe. Damit, dass dies alles zusammen in mir innere Kräfte frei setzt, die mir dazu helfen auch in schwierigen Zeiten nicht unterzugehen.

Im Krankenhaus erlebe ich das immer wieder: wenn ein Mensch krank oder sogar schwer krank ist und unklar ist, wie es weiter geht, heißt das nicht automatisch, dass ihm dadurch die Hoffnung verloren geht. Nein, manchmal entsteht sie nach einer Zeit des inneren Kampfes gerade dann wieder neu: Nämlich wenn es gelingt, sich dem, was nun einmal leider nicht zu ändern ist, auch zu stellen, es als Teil des eigenen Lebens anzunehmen. In solch einer zerbrechlichen, unsicheren Situation wachsen Menschen manchmal neue Kräfte zu. Deutlicher als vielleicht zuvor spüren sie, wie wertvoll und kostbar es ist, lebendig zu sein und leben zu dürfen. Klarer als vielleicht sonst können sie sich auf das konzentrieren, was für sie wesentlich ist.

**Eine Form des Vertrauens**

„Hoffnung“, so sagt es der ehemalige Widerstandskämpfer und Präsident aus Tschechien, Vaclav Havel, „ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.“ Sie ist nicht nur auf ein bestimmtes Ziel ausgerichtet. Sie ist vielmehr ein Offensein für das, was kommen wird, und das Vertrauen darauf, es bewältigen zu können und wenn nicht das, so doch nicht daran zerbrechen zu müssen. Hoffnung hat für mich mit Gott zu tun, dem wir Menschen am Herzen liegen, der zu uns kommt und von dessen Liebe uns nichts, aber auch gar nichts, trennen kann.

*Ihr Pfarrer Peter Palm*



Pfarrer Peter Palm

Foto: Kliniken Ostalb



**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**

**Pfarrerinnen 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**

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

**Karin Fritscher**  
Katholische Seelsorge  
Tel.: (07361) 553155

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

Anzeige

# REHA-SPORT Für Sie 50 mal gratis!

**Was ist zu tun?**



- 1. Ärztliche Verordnung**  
Sprechen Sie Ihren Arzt auf die Verordnung für Reha-Sport (Muster 56) an.
- 2. Genehmigung durch die Krankenkasse**  
Zur Kostenübernahme reichen Sie die Verordnung bei Ihrer Krankenkasse ein.
- 3. Los geht's**  
Vereinbaren Sie Ihren ersten Termin bei uns.

**Zertifiziert für:**  
Orthopädie  
Herz & Lunge  
Diabetes  
Krebs



**Alte Heidenheimer Str. 98 - 73431 Aalen**  
Tel: 07361/931466 - [www.petro-fitness-reha.de](http://www.petro-fitness-reha.de)

MAN MUSS MANCHMAL AUCH  
MÜTIG SEIN, WEIL VERÄNDERUNGEN  
DAS ERFORDERN. ” ”

AXEL JANISCHOWSKI

Axel Janischowski prägte  
24 Jahre die Entwicklung des  
Aalener Klinikums.  
Foto: Christian Frumolt





Name: Axel Janischowski



Alter: 65 Jahre



Position: früherer Direktor des Aalener Klinikums und Vorstandsvorsitzender der Kliniken Ostalb

## EIN VISIONÄR VERABSCHIEDET SICH IN DEN RUHESTAND

**24 Jahre, fast ¼ Jahrhundert: Herr Janischowski, wie leicht fällt Ihnen der Abschied nach einer so langen Zeit?**

Ich habe meinen Beruf und meine Aufgaben gern und mit Leidenschaft ausgeübt. Da fällt dann der Abschied nicht ganz leicht. Andererseits bin ich natürlich auch froh, den Ruhestand als neuen Lebensabschnitt gesund erleben zu können. Das ist auch nicht immer selbstverständlich.

**Was werden Sie von Ihrem beruflichen Alltag besonders vermissen?**

In meiner Funktion konnte ich viel kreativ gestalten und eigene Vorschläge entwickeln. Ich bin auch jemand, der gerne mit anderen Menschen nach alter Methodik und mit Flipchart am Tisch diskutiert, dabei Ideen entwickelt und Neues entwirft. Das hat viel Spaß gemacht und das wird mir fehlen – einfach weil es bei mir in Leidenschaft übergegangen ist.

**In den vergangenen 24 Jahren hat sich sicher einiges an den Managementaufgaben geändert, oder?**

Das Krankenhaussystem hat sich grundlegend geändert. Während es früher traditionelle Einteilungen der Bereiche gab, kann man ein Klinikunternehmen heute entfernt mit einem Profifußballverein vergleichen. Dort werden Stars eingekauft, was im übertragenen Sinn die Chefsärzte sind. Es gibt jeweils eine Infrastruktur und was im Verein der Trainer ist, stellt das Krankenhausmanagement dar. Sowohl der Trainer, als auch das Management möchten ein bestmögliches Zusammenwirken aller Spieler, um

Erfolg zu haben. Das Management muss einerseits darauf achten, dass gute Mitarbeiter und Spezialisten in den einzelnen Bereichen eingesetzt sind, andererseits muss es bildlich gesprochen auch dafür sorgen, dass im Stadion das Licht brennt. Das Management ist viel komplexer geworden. Aber mir hat es Freude gemacht, diese Entwicklungen mitzugehen.

**Was war für Sie in den ganzen Jahren die größte Herausforderung?**

Die größte Herausforderung, aber inhaltlich auch die spannendste Aufgabe war das Projekt „Vom Krankenhaus zum Gesundheitszentrum“. Das Projekt wurde von mir 2001/2002 vorgestellt und es hat uns zehn Jahre beschäftigt. In dieser Zeit sind viele Disziplinen nach Aalen gekommen wie die Neurologie und die Psychosomatik. Unser Klinikum war auch in vielen Bereichen in der Region ein Vorreiter – zum Beispiel mit dem ambulanten OP-Zentrum. Medizinisch hat es in der Zeit einige Veränderungen gegeben, die in der Folge immer bauliche nach sich gezogen haben. Die Gründungsphase des Klinikverbundes war ebenfalls sehr spannend und lehrreich. Es war viel Juristerei, Gesellschaftsrecht und eine gewisse Sensibilität in Bezug auf die drei Standorte gefragt.

**Was liegt Ihnen im Hinblick auf die weitere Entwicklung des Klinikverbundes am Herzen?**

Die Fusion in Form eines Unternehmens war aus meiner Sicht absolut richtig. Bedenken muss man nur, dass ein Zusam-

menwachsen nicht auf Knopfdruck oder nach irgendwelchen Plänen von Unternehmensberatern geht. Das braucht einfach Zeit. Der eingeschlagene Weg ist aber gut und sollte weiter gegangen werden. Dabei muss man manchmal auch mutig sein, weil Veränderungen das erfordern. Und was ganz wichtig ist: Das Wesentliche ist gute und moderne Medizin. Diese sollte weiterhin immer im Mittelpunkt stehen.

**Sie haben sich neben Ihrem Beruf viele Jahre noch als Stadtrat für Ihre Heimatgemeinde Weißenhorn und als Mitglied des Kreistags Neu-Ulm engagiert. Hatten Sie da überhaupt noch Freizeit?**

Ich muss zugeben, dass ich eine eingeschränkte Freizeit hatte. Das geht alles nur mit einem extremen Zeitmanagement und ist irgendwo auch eine Belastung für die Familie. Meine Frau, mit der ich 45 Jahre verheiratet bin, hat mich in der ganzen Zeit aber als treue und verlässliche Wegbegleiterin unterstützt.

**Haben Sie schon konkrete Pläne für Ihren Ruhestand geschmiedet?**

Die ersten Wochen mache ich schlichtweg einmal Urlaub. Ich möchte einfach Zeit haben, ohne dass mir ein Kalender die Zeit diktiert. Danach werde ich mich aber nicht nur auf die Gartenbank setzen. Ich möchte auf jeden Fall auch noch in irgendeiner Form tätig sein. Was ich machen werde, steht aber noch nicht fest. Das lasse ich in Ruhe auf mich zukommen.

Nadja Kienle

# Durchstarten mit einer Pflegeausbildung

„Pflege hat Zukunft“ – dieser Slogan hat seit einigen Jahren Programm. Und qualifizierte Pflegefachkräfte werden auf dem Arbeitsmarkt nach wie vor händierend gesucht. Um für die Zukunft genügend Nachwuchskräfte für das spannende Tätigkeitsfeld zu begeistern, gewinnt das Thema „Ausbildung“ daher immer mehr an Bedeutung – auch im Ostalbkreis. An den Gesundheits- und Krankenpflegeschulen der Kliniken Ostalb werden folgende Aus-

bildungswege angeboten: Gesundheits- und Krankenpflege (3 Jahre), Gesundheits- und Kinderkrankenpflege (3 Jahre), Gesundheits- und Krankenpflegehilfe (1 Jahr) sowie ein dualer Studiengang der Gesundheits- und Pflegewissenschaft (4 Jahre). Eine Ausbildung im Pflegebereich bietet jungen Leuten im Anschluss jedoch nicht „nur“ einen relativ sicheren Arbeitsplatz. Denn Pflege ist weit mehr, als ein Beruf:



## Pflegen heißt ...

Freude erleben  
und Trauer begegnen.

## Pflegende sind ...

Experten, Zuhörer,  
Künstler und  
oft auch Helden.



## Pflegende können ...

Leben retten  
und Leiden lindern.



## Pflegende stehen für ...

Respekt, Empathie,  
Menschenwürde,  
Humanität und Vielfalt.



## Pflegen bedeutet ...

auf jeden Pulsschlag  
und jeden Atemzug  
zu achten.

## Pflege ist ...

nicht Zauberei,  
Pflege ist  
Wissenschaft.



## WIR BILDEN EUCH AUS!

### KONTAKT!

#### GESUNDHEITS- UND KRANKENPFLEGESCHULEN



St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen  
Ansprechpartnerin: Joana Ruf  
Telefon: 07961/881-3400  
joana.ruf@kliniken-ostalb.de



Ostalb-Klinikum Aalen  
Ansprechpartnerin: Bettina Seidel  
Telefon: 07361/55-3760  
bettina.seidel@kliniken-ostalb.de



Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd  
Ansprechpartnerin: Ulrike Schleich  
Telefon: 07171/701-3302  
pflegeschule@stauferklinikum.de

# Neues von unseren Azubis

## „A KÄPSELE“ BEENDET KAUFMÄNNISCHE AUSBILDUNG IM STAUFERKLINIKUM

Mit einem hervorragenden Ergebnis hat die kaufmännische Auszubildende Theresa Brand ihre 3-jährige Ausbildung zur Kauffrau für Büromanagement im Stauferklinikum abgeschlossen. Aufgrund ihres Notendurchschnittes von 1,6 erhielt sie bereits bei der Zeugnisübergabe und Abschiedsfeier der Kaufmännischen Berufsschule Schwäbisch Gmünd einen Preis für ihre herausragende Leistung. Da Theresa Brand eine der besten Prüfungsteilnehmer 2018 war, wurde sie zusätzlich von der IHK Ostwürttemberg bei der Bestenehrung im CongressCentrum Heidenheim

für ihre Spitzenleistung mit einem Preis ausgezeichnet. Erreicht hat sie 92 von 100 Punkten.

Seit Beendigung ihrer Ausbildung im Stauferklinikum arbeitet Theresa Brand im Landratsamt Aalen im Bereich Jugend und Familie. Als Zeichen der Anerkennung überreichen die Leiterin des Betrieblichen Gesundheitsmanagements Teresa Kacinski (rechts) und Ilona Herzig (links) der ehemaligen Auszubildenden ein kleines Dankeschön.



Fotos: Kliniken Ostalb

## NEUES EINHEITLICHES OUTFIT FÜR DIE AUSZUBILDENDEN DER KLINIKEN OSTALB

Seit einigen Tagen sind die Azubis der Kliniken Ostalb auch an ihrem einheitlichen Look zu erkennen - zumindest bei Außenterminen. Alle Azubis haben nämlich, unabhängig von ihrem Ausbildungsgang, neue T-Shirts der Kliniken Ostalb bekommen. Für die Ausbildungsmesse in Aalen schlüpften die jungen Leute erstmals in ihr neues Outfit. Hierfür an alle Azubis: Vielen Dank für's „Präsentieren“ der neuen T-Shirts. Ihr seht super aus!



Anzeigen

### Die Johanniter in Aalen



**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

**Jetzt anrufen  
 07361 96300**

**DIE JOHANNITER**  
 Aus Liebe zum Leben



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

# Neues aus den Kliniken

Auf den folgenden vier Seiten finden Sie Neuigkeiten und kurze Berichte aus unseren drei Kliniken.



Fotos: Kliniken Ostalb

## VIA: WINTERSPORTTAG DER KLINIKEN OSTALB 2019

Die großen Schneemassen zu Beginn des Jahres, verbunden mit einer dadurch bedingten Straßensperrung in den Allgäuer Alpen, zwang die Organisatoren am 12.01.2019 den Wintersporttag der ViA (Vital im Arbeitsalltag)-Betriebs-sportgruppe sehr kurzfristig zu verschieben. Am 02.02.2019 ging es dann letztendlich nach Lermoos zu den Grubigsteinbahnen. Bei einem Sonne-Wolken-Mix, Neuschnee und besten Bedingungen verbrachten eine Vielzahl von Abfahrtsskifahrern, Langläufern und Wanderern der Kliniken Ostalb mit Verbundunternehmen und Familien einen herrlichen Wintersporttag. Der Apres-Ski in der „Lahmen Ente“ an der Talstation sowie das gemeinsame Abendessen im Gasthof „Juchhof“ – ebenfalls direkt an der Talstation – trug zu einer entspannten Stimmung, freundlichen Gesprächen und einem gemütlichen Beisammensein bei. Gegen 19 Uhr traten alle zufrieden, gesund und glücklich den Heimweg an. Das größte Geschenk an die Organisatoren ist der Wunsch und die Vorfreude der Teilnehmer auf den nächsten Wintersporttag 2020.



# schwäbisch gmünd

## NETZWERK GESUNDE KLINIKEN

Das Stauferklinikum initiierte ein Netzwerk für Kliniken zum Austausch rund um das Thema Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM). „Wer Leistung fordert, muss Gesundheit fördern“, betonte Alexander Kuhn, kaufmännischer Standortleiter am Stauferklinikum. Die Leiterin des BGM am Stauferklinikum Theresa Kacinski freute sich sehr, dass das Netzwerk auf so großes Interesse gestoßen war und konnte zur Auftaktveranstaltung BGM-Mitarbeiter von 16 Kliniken aus dem mittleren Neckarraum am Stauferklinikum begrüßen. „Ein gezielter Austausch unter Kliniken ist sehr wichtig, schließlich haben wir alle dieselben Ressourcen und Hürden und können durch den regelmäßigen Austausch von Erfahrungen profitieren und gemeinsame Potentiale ermitteln“, so Theresa Kacinski (Foto ganz links).



Fotos: Kliniken Ostalb



## AKTIVER KRANKENHAUSHILFSDIENST

Im Dezember besuchte der Krankenhaushilfsdienst des Stauferklinikums die Alzheimergesellschaft Baden-Württemberg in Stuttgart. Rund 1,7 Millionen Menschen in Deutschland sind an Demenz erkrankt, ca. 200.000 davon leben in Baden-Württemberg. Beim Besuch in Stuttgart gab es wertvolle Tipps zu Umgang und individueller Kommunikation von Betroffenen.

Bereits im November war Franka Zaneck, Leiterin der Projektstelle für Integration und für Flüchtlinge (PFIFF) zu Gast beim Krankenhaushilfsdienst. Sie stellte die Entstehungsgeschichte des „Gmünder Weges“ dar: Die dezentrale Unterbringung von Flüchtlingen, die eine Ghettoisierung verhinderte. Inzwischen gibt es einen ehrenamtlichen Dolmetscherpool, ein niederschwelliges Angebot, das auch für Patienten mit Migrationshintergrund und Flüchtlingen, die zur Behandlung ins Stauferklinikum kommen, interessant ist.

Den Krankenhaushilfsdienst unter Leitung von Brigitte Abele (Foto 2. v.r.) gibt es am Stauferklinikum schon seit vielen Jahren. Rund 20 Helferinnen unterstützen Patientinnen und Patienten, die auf Hilfe angewiesen sind. Interessierte können sich gerne bei Brigitte Abele unter der Telefonnummer 07171/701 – 2080 (vormittags) oder aber per Mail: [brigitte.abele@kliniken-ostalb.de](mailto:brigitte.abele@kliniken-ostalb.de) melden.

Anzeigen

## Medizinisches Versorgungszentrum

Ärzt Partnerschaft 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



## 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](mailto:info@handinhandbetreuung.de)

[www.handinhandbetreuung.de](http://www.handinhandbetreuung.de)

# effwangen

## TAG DER OFFENEN TÜR MIT BUNTEM PROGRAMM

**150 Jahre stationäre Krankenhausversorgung in Ellwangen:** Dieses runde Jubiläum ist am **9. Dezember 2018** bei einem **Tag der offenen Tür** mit vielen Ehrengästen und Besuchern in der **St. Anna-Virngrund-Klinik** gefeiert worden. Für die großen und kleinen Gäste war ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm geboten.

### Ökumenischer Gottesdienst



Pfarrerin  
Susanne Bischoff  
(Bild) und Pfarrvikar  
Alvin Miller  
gestalteten einen  
wunderschönen  
Gottesdienst...

...der musikalisch  
von „Dreiklang“  
umrahmt wurde.



### Offizielle Eröffnung



Eröffnung mit Landrat Klaus Pavel...



...dem kaufmännischen Standortleiter  
Berthold Vaas (l.), Oberbürgermeister  
Karl Hilsenbek und...



...Generaloberin Schwester Veronika Mätzler.  
Fotos: Kliniken Ostalb

### Anzeigen

## WundTherapieZentrum®

WIR MIT DEM STIER

Starke Hilfe bei:

- offenen Beinen
- Ulcus cruris
- Dekubitus
- Diabetischem Fußsyndrom
- Klinischer Nachsorge

WUNDNETZ  
WUNDMANAGEMENT SÜDDEUTSCHLAND

Wir kommen auch  
zu Ihnen  
nach Hause!

Unsere Servicenummer: 0800 2005222

Pflegestützpunkte:  
Heidenheim · Ulm · Aalen · Germering  
Mühldorf am Inn · Donauwörth

Ihren Stützpunkt finden Sie unter:  
[www.wundumstark.de](http://www.wundumstark.de)  
[info@wundumstark.de](mailto:info@wundumstark.de)

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](mailto:info@zar-aalen.de) · [zar-aalen.de](http://zar-aalen.de)

Buntes Programm für Jung und Alt



Endoskopie selbst gemacht:  
Landrat Pavel versucht sich als Internist.



Mit Liebe zum Detail hatte Chefärztin  
Dr. Maika Preiß eine Winterlandschaft aus  
Kekschen erstellt und wurde dafür  
vom Nikolaus persönlich gelobt.

Nicht so leicht aus dem  
Gleichgewicht zu bringen:  
Oberbürgermeister  
Karl Hilsenbek beim  
Gleichgewichtsparcours  
der Physikalischen Therapie.



Anzeige

Die Zweithaarspezialisten



Perücken  
Haarverdichtung  
Haarverlängerung  
Toupets



[www.haaraesthetik-baxmann.de](http://www.haaraesthetik-baxmann.de)

Tel. 07171 - 80 78 693

Weißensteiner Straße 33, 73525 Schwäbisch Gmünd



Auch die Klinikhygiene präsentierte sich beim  
Tag der offenen Tür. Fotos: Kliniken Ostalb



# Willkommen im Leben!

Ich habe kürzlich das Licht der Welt erblickt.

St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen

## SAMUEL

**GEBURTSDATUM** 30. DEZEMBER 2018

**GEWICHT** 3280 GRAMM

**GEBURTSZEIT** 12:48

**GRÖSSE** 48 CM



Ostalb-Klinikum Aalen

## ELIAS STEFFEN

**GEBURTSDATUM** 06. DEZEMBER 2018

**GEWICHT** 3910 GRAMM

**GEBURTSZEIT** 11:45

**GRÖSSE** 53 CM



Stauferklinikum Mutlangen

## ASYA MIRA

**GEBURTSDATUM** 14. DEZEMBER 2018

**GEWICHT** 2700 GRAMM

**GEBURTSZEIT** 03:11

**GRÖSSE** 48 CM

Anzeigen

Über 4500 Teppiche  
Klassisch bis modern

Fachmännische  
Teppich-Wäsche  
und  
-Reparatur



## Teppichhaus Isfahan

Bocksgasse 34 • Schwäbisch Gmünd

☎ 0 71 71 / 3 97 78

Seit 40 Jahren in Schwäbisch Gmünd

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!  
Ambulante Pflege  
**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



Rezept von Angelika Merz  
 Fachkrankenschwester für Hygiene und Infektionsprävention Hygieneabteilung,  
 St. Anna-Virngrund-Klinik

# Schlossgeheimnis

(Rezept für 4 Personen)

## Zutaten

Schweine-, Rinder- oder Kalbsfilet  
 (je nach gewünschter Menge),  
 Salz, Pfeffer, Mehl zum Wenden

## Soße

2 EL	Mehl
1 EL	Butter
1/8 l	Brühe
1/8 l	Milch
1/4 l	süße Sahne
1	Eigelb
	Weißwein, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Muskat, einige Dillspitzen
1 EL	gehackter Kerbel
2 EL	gehackte Petersilie
3 EL	Fett zum Braten
125 g	frische Pilze
1	Camembert (nicht zu reif)

## Wie geht's?

1.

Filet in 3-4 cm dicke Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen.

2.

In der zerlassenen Butter das Mehl verrühren und Brühe, Milch und Sahne nach und nach dazugießen. Die Soße kurz aufkochen und den Topf vom Herd nehmen. Die Soße mit Eigelb legieren und mit Weißwein, Zitronensaft, Salz, Pfeffer sowie Muskat abschmecken. Dann Kerbel, Petersilie und Dillspitzen unterziehen. Die Soße heiß stellen. Sie darf nicht mehr kochen!

3.

Filetscheiben leicht in Mehl wälzen und kurz von allen Seiten anbraten. Das Fleisch in eine eingebutterte Auflaufform mit Deckel geben und die in Butter angebratenen Pilze darüber geben. Käse in Stücke schneiden und darüber verteilen, mit heißer Soße übergießen, zudecken und im Backofen bei 200 Grad ca. 1/2 Std. leicht kochen lassen.

4.

Mit Reis oder Spätzle und Salat servieren.



## INTERNATIONALE ENDOSKOPIE-FORTBILDUNG

Am Ostalb-Klinikum Aalen fand kürzlich eine hochrangig besetzte Fortbildung in der Endoskopie statt. Fachärzte und Experten aus dem Bereich der Gastroenterologie hatten die Möglichkeit, sich einen Tag lang unter Beisein von international renommierten Medizinern Einblicke in die neuesten Techniken der Endoskopischen Submucosa-Dissektion zu erlangen. Es handelt sich dabei um eine moderne Methode der flexiblen Endoskopie zur Abtragung schwieriger Polypen und früher Krebsformen der Schleimhäute im Verdauungstrakt. Mit dieser Technik können frühe und noch kleine Tumore in Speiseröhre, Magen, Dünn- oder Dickdarm endoskopisch entfernt werden.

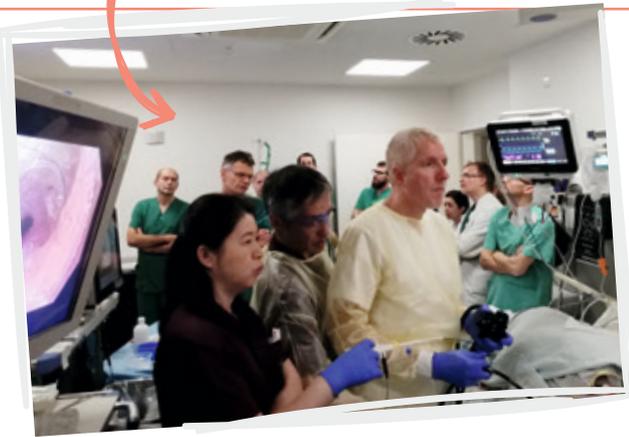


Foto: Kliniken Ostalb

- Perücken - Echthaar und Kunsthaar
- Oberkopfverdichtungen
- Haarverlängerungen
- Haarverdichtungen

Fragen Sie Ihren Spezialisten!  
Termine nach Vereinbarung  
kostenlose Parkplätze vor Ort

Ihr  
Zweithaar-  
spezialist  
in Aalen

**Hairstyle la vista**  
Carola Blessing & Team  
Weiterstr. 120 · 73434 Aalen  
☎ 07361/92 47 92  
www.hairstyle-la-vista.de  
info@hairstyle-la-vista.de



Fotolia.com – BillionPhotos.com

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](http://www.goa-online.de) bestellt werden.





*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

# 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 GmbH

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

**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.*



Fotolia.com – leowolfert