

meine GESUNDHEIT **3**

DAS KLINIKMAGAZIN FÜR DEN OSTALBKREIS

KOSTENLOS
ZUM
MITNEHMEN

**PROFESSOR DR.
PETER SEIZER
IST NEUER CHEFARZT
AM OSTALB-KLINIKUM
IN AALEN** Seite 4



08 | **DIE RADIOLOGIE:
KLINISCHER BILDERDIENST**
Medizin verständlich erklärt



12 | **ZURÜCK ZU MEHR
LEBENSQUALITÄT**
Hilfe dank Schmerztherapie



16 | **EIN BESUCH IN DER
ZENTRALAPOTHEKE**
Medikamente für alle Stationen

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

Ostalbkl. 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



GESUNDNAH

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

aok-bw.de



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

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

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

Ein Thema in dieser Ausgabe ist die Kardiologie. Dieses Gebiet umfasst ein großes Spektrum verschiedenster Krankheitsbilder. Unser Herz ist das wichtigste Organ im menschlichen Körper. Treten hier Erkrankungen auf, möchten wir es in besten Händen wissen. Prof. Dr. Peter Seizer hat die Leitung der Medizinischen Klinik II am Ostalb-Klinikum Aalen seit dem 1. Oktober 2019 übernommen und gibt Ihnen Einblicke in seine Arbeit.

Chronische Schmerzen haben tiefgreifende Auswirkungen auf alle Bereiche des Lebens: körperliche Einschränkungen, Stimmung, Rückzug von vorher geliebten Hobbies und Menschen – aber auch enorme Auswirkungen auf die Umgebung. Dr. Christine Göpfert, Leiterin der Schmerztherapie am Standort Ellwangen, berichtet über Ziele und Möglichkeiten der Behandlung.

Auch in dieser Ausgabe stellt eine Mitarbeiterin wieder ihre tägliche Arbeit vor. Susanne Hörsch-Milwich aus dem Pflegedienst am Stauferklinikum erläutert die Einsatzmöglichkeiten aus der Aromatherapie. Lesen Sie mehr auf den Seiten 10 bis 11.

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 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. med. Ulrich Solzbach
Vorstandsvorsitzender

Thomas Schneider
Vorstand

Sylvia Pansow
Vorständin

Inhalt

- | 04 Neuer Chefarzt hat stets das Herz im Blick
- | 08 Radiologie: Bilderdienst der Kliniken
- | 10 Ganzheitliche Pflege als Aufgabe
- | 12 Mehr Lebensqualität dank Schmerztherapie
- | 16 Ein Besuch in der Zentralapotheke am Stauferklinikum
- | 19 Kliniken kompakt
- | 22 Klinikseelsorge
- | 24 Mitarbeitersteckbrief
- | 26 Erfolgreiche Absolventen
- | 28 Neues aus den Kliniken
- | 31 Veranstaltungskalender
- | 32 Rätselseite/Impressum
- | 33 Baby-Galerie
- | 34 Rezepte: Kaiserschmarren mit fruchtigem Beerenragout und Meerrettichsuppe

Das Herz als „Motor“ des Menschen

Seit Oktober ist Professor Dr. Peter Seizer Chefarzt der Inneren Medizin II (Kardiologie, Rhythmologie, Angiologie und Intensivmedizin) am Ostalb-Klinikum in Aalen. Er möchte diese wichtige Abteilung neu strukturieren und hat sich auf modernste Behandlungsmethoden spezialisiert.



Professor Dr. Peter Seizer führt eine Echokardiografie durch.

In seiner Abteilung bietet Professor Dr. Peter Seizer den Patienten das komplette Spektrum der Diagnostik und Therapie einer modernen Kardiologie an. Sehr wichtig sind ihm dabei auch das Gespräch und der vertrauensvolle Umgang mit den Patienten. Ein wichtiger Aspekt der modernen Kardiologie ist, zu erkennen, welche Patienten von einem Therapieverfahren profitieren.

Eine wichtige Basisdiagnostik des Kardiologen ist die Echokardiologie, bei der mittels Ultraschall gemessen wird, wie die Herzleistung ist, ob die Klappen schließen und wie dick die Herzwände sind. Letztere haben ein „Langzeitgedächtnis“, erklärt der Spezialist. An ihnen könne man etwa die Auswirkungen eines bisher unerkannten Bluthochdrucks erkennen. Die Echokardiografie, oft auch Herzecho genannt, ist eine der wichtigsten Routineuntersuchungen am Herzen. Diese

Für den neuen Chefarzt Professor Dr. Peter Seizer ist das menschliche Herz stets Herzenssache.

Fotos: Jan Walford

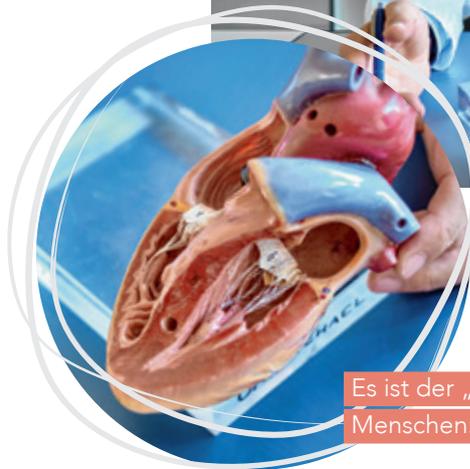
Ultraschalluntersuchung kann über verschiedene Herzerkrankungen Aufschluss geben. Während der Untersuchung hält die Ärztin oder der Arzt einen Ultraschallkopf von außen an den Brustkorb.

Alternativ kann für bestimmte Fragestellungen auch – wie bei der Magenspiegelung – eine Ultraschallsonde über die Speiseröhre eingeführt und dabei das Herz in einer besseren Auflösung dargestellt werden, da sich die Speiseröhre direkt hinter dem Herzen befindet. Die Geräte senden Schallwellen aus, die von den verschiedenen Geweben des Herzens und von den blutgefüllten Herzkammern unterschiedlich stark zurückgeworfen werden. Das Echo dieser Schallwellen erzeugt auf einem Monitor ein bewegtes Schwarz-Weiß-Bild.

Das „nichtinvasive Arbeitspferd“

Das so erzeugte Ultraschallbild zeigt die Struktur des Herzens und ermöglicht es zum Beispiel, die Größe der Herzkammern, die Funktion der Herzklappen oder die Dicke des Herzmuskels zu beurteilen. Außerdem lässt sich das Herz in Echtzeit bei seiner Arbeit beobachten und die Fließrichtung verschiedener Blutströme oder die Pumpleistung des Herzens bestimmen. Was der Chefarzt an diesem „Arbeitspferd“ der Kardiologie sehr schätzt: Es ist nichtinvasiv, es ist also kein Eingriff nötig – keine Nebenwirkungen bei maximalem diagnostischem Wert.

 Lesen Sie weiter auf Seite 6



An einem anatomischen Herzmodell erläutert der Chefarzt die Strukturen und Funktionen dieses Organs.

Es ist der „Motor“ des Menschen: das Herz.



Bei einer Koronarangiografie werden die Herzkranzgefäße genau untersucht.



Ultraschallbilder aus dem Koronargefäß erlauben eine exakte Diagnose und Therapie.



KARDIOLOGIE IST RICHTIGE HANDARBEIT.

PROFESSOR DR. PETER SEIZER,
CHEFARZT DER KARDIOLOGIE
AM OSTALB-KLINIKUM

Eine weitere Diagnose-Möglichkeit bietet das Ruhe-EKG sowie bei bestimmten Fragestellungen das Langzeit-EKG, mit dem die elektrische Herzaktivität aufgezeichnet wird. Als Besonderheit bietet das Ostalb-Klinikum ein 12-Kanal-Langzeit-EKG an, mit dessen Hilfe beispielsweise Extraschläge aus der Kammer ihrem Ursprungsort zugeordnet werden können.

Zur Diagnostik und Therapie der koronaren Herzerkrankung sind am Ostalb-Klinikum in Aalen zwei Linksherzkathetermessplätze vorhanden. Damit können behandlungsbedürftige Verengungen oder auch komplette Verschlüsse der Herzkranzgefäße wiedereröffnet und mittels Stentimplantation versorgt werden. Auch strukturelle Herzerkrankungen wie ein Persistierendes Foramen Ovale (ein Loch in der Vorhofscheidewand) werden in der Kardiologie des Ostalb-Klinikums mittels Occluder verschlossen. Dies findet bei Patienten nach einem Schlaganfall Anwendung.

Rhythmologie als Schwerpunkt

Ein Schwerpunkt der Kardiologie am Ostalb-Klinikum Aalen ist die Rhythmologie. Im zertifizierten Devicetherapie-Zentrum können hier Herzschrittmacherimplantationen und Defibrillatormimplantationen durchgeführt werden. Eine besondere Expertise hat der neue Chefarzt im Bereich der Verödung von Herzrhythmusstörungen (Elektrophysiologie mit Ablationstherapie) mit nach Aalen gebracht: Mit den in Aalen neu installierten 3D-Mapping-Systemen ist eine effektive und sichere Therapie von komplexen Herzrhythmusstörungen wie Vorhofflimmern oder ventrikulären Tachykardien möglich. Zudem können mit diesen 3D-Mapping-Systemen Patienten ohne Röntgenstrahlen untersucht werden, was gerade jungen Patienten und Patientinnen zugute kommt.

Prof. Seizer war in den vergangenen Jahren Geschäftsführender Oberarzt am Universitätsklinikum Tübingen und leitete



Über die Kontrollmonitore hat das Team um Prof. Dr. Seizer die Herzfunktion im Blick.

Mit Hilfe der Röntgenröhre lassen sich ebenfalls krankhafte Veränderungen des Herzens diagnostizieren.

3D-Mapping-Systeme ermöglichen Untersuchungen ohne Röntgenstrahlen.

dort die Herzkatheter- und EPU-Labore sowie die kardiologische Überwachungsstation mit integrierter Chest-Pain-Unit (Brustschmerz-Einheit). Diese ist eine Diagnostik- und Therapieeinheit im Krankenhaus zur Versorgung von Patienten mit akuten Brustschmerzen. Durch standardisierte diagnostische Abläufe wird mit minimaler zeitlicher Verzögerung überprüft, ob beispielsweise eine Angina Pectoris (Herzenge, Brustenge) oder aber ein Herzinfarkt vorliegt. Hier ist der Faktor Zeit entscheidend. Bei einem Patienten mit akutem Herzinfarkt, erklärt Professor Seizer, müsse das Gefäß nach einer Stunde wieder offen sein. Das Ostalb-Klinikum hat eine zertifizierte Chest-Pain-Unit.

Patienten immer im Fokus

Herzrhythmusstörungen sind eine Spezialität des hochqualifizierten Chefarztes. Sie können, erklärt er, manchmal völlig harmlos, manchmal sehr gefährlich sein. Was ihm an seiner Arbeit so gefällt, macht er bildlich deutlich: „Ein Patient wird schwerkrank herein gefahren und ist nach einer halben Stunde wieder auf den Beinen.“ Bei seiner Arbeit ziehe es ihn zu den Patienten. Das merkt man übrigens auch deutlich, wenn man ihn auf Visite begleitet. Und noch etwas gefällt ihm an seiner Arbeit: „Kardiologie ist richtige Handarbeit.“

Warum hat sich der Herzspezialist für das Klinikum in Aalen entschieden? Am Ostalb-Klinikum könne man viel bewirken für eine sehr gute Versorgung der Patienten, sagt Professor Dr. Seizer. Er will die bereits sehr guten internen Strukturen und die Konzeption noch weiter optimieren. Insbesondere ist ihm zum Wohle der Bevölkerung auf der Ostalb eine gute Zusammenarbeit mit den niedergelassenen Kollegen und Kolleginnen wichtig.

„Fantastisches Team vorgefunden“

Wie der Chefarzt sagt, habe er im Ostalb-Klinikum ein „fantastisches Team vorgefunden“, das ihn von Anfang an mit vollem Engagement unterstützt habe. Auch die enge Zusammenarbeit mit den Pflorgeteams auf der kardiologischen Station, der Intensivstation, in der Ambulanz oder im Herzkatheterlabor funktioniere hervorragend. Wichtig ist ihm, dass auch der Spaß und die Freude an der Arbeit in der Abteilung nicht zu kurz kommen. Der Chefarzt ist im September mit seiner Familie von Tübingen nach Aalen umgezogen und lebt sehr gerne hier. Die Landschaft sei reizvoll, es gebe viele Angebote und eine gute Infrastruktur. Privat fährt er gerne Fahrrad und schwimmt. Beides ist gut fürs Herz. Und er will ja auch ein Vorbild sein: „Das liegt mir am Herzen.“

Markus Lehmann



KLEINE VITA DES NEUEN CHEFARZTES



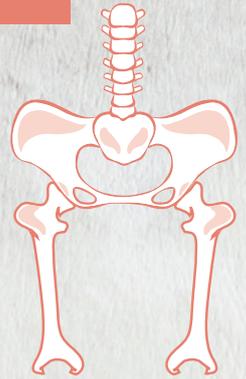
Professor Dr. Peter Seizer
Chefarzt der Inneren Medizin II
am Ostalb-Klinikum.

Professor Dr. Peter Seizer wurde 1978 in Ulm geboren. Er studierte an der Universität Ulm und war danach als Assistenzarzt und in Folge als Oberarzt, zuletzt in leitender Funktion, am Universitätsklinikum in Tübingen tätig. Dort erlangte er eine herausragende Expertise in allen Bereichen der nicht-invasiven und der invasiven Kardiologie. Wissenschaftlich hat sich der neue Chefarzt des Ostalb-Klinikums mit Herzrhythmusstörungen und Herzinsuffizienz auseinandergesetzt. Zudem hat er die röntgenstrahlenfreie Katheterablation und neue Ablationstechniken beschrieben. Professor Dr. Peter Seizer ist verheiratet und Vater zweier Kinder.

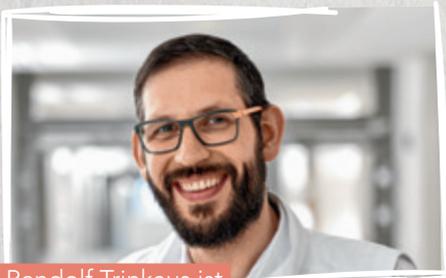
Sehr wichtig sind Professor Dr. Peter Seizer
auch das Gespräch und der vertrauensvolle
Umgang mit den Patienten.



Die Radiologie: Bilderdienst der Kliniken



Die Radiologie liefert den Ärzten Bilder aus dem Inneren des Patienten. Der leitende Medizinisch-technische Radiologie-Assistent (MTRA) **Randolf Trinkaus** aus der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen erläutert im Gespräch mit Redakteurin **Anja Deininger**, was in der Radiologie gemacht wird und wo die Unterschiede zwischen Röntgen, CT und MRT liegen.



Randolf Trinkaus ist
Leitender Medizinisch-technischer
Radiologieassistent in Ellwangen.

Randolf Trinkaus ist seit 2015 in der Radiologie im Klinikum beschäftigt. Ihn fasziniert an seinem Job, dass der Menschen und Technik gleichermaßen umfasst. „Menschen sind nicht gleich, und in manchen Fällen ist es für mich immer noch spannend, wie ich zu einer guten Aufnahme komme. Ich muss also, was meine Geräte und das Erreichen eines Bildes für einen Befund angeht, oft auch sehr kreativ sein. Zum Beispiel, wenn der Patient sich nicht selbst bewegen kann oder die Bewegung aufgrund eines Unfalls eingeschränkt ist.“ Insgesamt 6,7 Mitarbeiter sind 24 Stunden an sieben Tagen die Woche in Ellwangen tätig. Da in der St. Anna-Virngrund-Klinik der Schwerpunkt vor allem in der Notfallradiologie und der Versorgung der stationären Patienten liegt, stehen auch nachts, am Wochenende und an Feiertagen die Radiologie-Mitarbeiter bereit, um Bilder vom Skelett, Thorax oder Abdomen eines Patienten machen zu können. Und auch für die Urologie in Ellwangen ist die Radiologie tätig. Und es gibt viel zu tun. Vom Anfang des Jahres bis Ende Oktober 2019 wurden allein in Ellwangen 25.000 radiologische Untersuchungen vorgenommen, im Klinikverbund waren es ganze 103.000 innerhalb von 10 Monaten.

Was ist die Radiologie?

Randolf Trinkaus beschreibt das Fach als bildgebende Abteilung für die anderen Bereiche. Ein Arzt fordert mit einer Indikation Bilder aus dem Inneren eines Patienten an und die Radiologie liefert diese. Radiologie, ein Teilgebiet der Strahlenheilkunde, setzt also Strahlen und elektromagnetische Wellen ein, um Bilder aus dem Inneren des Körpers zu erzeugen. Am längsten eingesetzt wird das konventionelle Röntgen, aber auch das spezielle Röntgenverfahren der Computertomographie (CT) als auch die Magnetresonanztomographie (MRT), auch Kernspintomographie genannt, zählen dazu. War eine Untersuchung mittels Ultraschall früher noch üblich, so führen vor allem Internisten diese Art der Untersuchung

mittlerweile selbst aus, und Ultraschall ist aus der Radiologie so gut wie verschwunden. In der Radiologie arbeiten mehrere Berufsgruppen Hand in Hand. Zum einen ist da der Radiologe selbst, der sich als Arzt für Strahlenheilkunde mit der bildgebenden Diagnostik befasst. Dazu kommen die MTRAs, die Medizinisch-technischen Radiologie-Assistenten, die eine 3-jährige Ausbildung hinter sich haben und sowohl mit den Verfahren als auch mit den einzelnen Geräten vertraut sind und diese bedienen können. Die MFAs, die Medizinischen Fachangestellten, runden mit der Verwaltung und Organisation die Radiologie ab.



Das Röntgengerät wird als erstes eingesetzt, um Bilder einer Verletzung, z. B. eines Knochenbruchs zu erstellen.
Fotos: Jan Walford

Das Röntgen

„Das Erzeugen von Bildern mittels des Röntgenverfahrens ist immer das erste, was man macht – aber auch erst dann, wenn eine Indikation vorliegt, die das Röntgen nötig macht“, erläutert Randolph Trinkaus. Vor allem bei Lunge und Frakturen hat das Röntgen einen sehr hohen Stellenwert.

Beim konventionelle Röntgen wird der Körper bzw. die entsprechende Körperregion für sehr kurze Zeit mit Röntgenstrahlen durchleuchtet, hierzu kommt eine Röntgenröhre zum Einsatz. Die verschiedenen Gewebearten lassen dabei eine unterschiedliche Menge an Strahlung durch. So zeichnen sich Knochen als eher hell, weiche Gewebeteile und Hohlräume eher dunkel ab, da sie viel Strahlung passieren lassen. Durch die unterschiedliche Aufnahme der Strahlung wird also das Innere sichtbar gemacht. Das Bild, das früher noch auf einem klassischen Film abgezeichnet wurde, wird mittlerweile in digitaler Form abgespeichert und ist so jederzeit auf einem PC wieder abrufbar. Die so erzeugten Bilder sind zweidimensional. Meist werden deswegen Aufnahmen aus verschiedenen Perspektiven gemacht, um ein gesamtes Bild der Körperstelle zu erhalten und zum Beispiel einen Knochenbruch sehen zu können.

Eine Röntgenuntersuchung dauert je nach Fall etwa 5 bis 10 Minuten. Randolph Trinkaus rät Patienten, neben der Kleidung auch Schmuck oder andere Fremdkörper abzunehmen, da diese ansonsten Einfluss auf die Bildqualität haben und sich auf dem Bild abzeichnen und eventuell betroffene Stellen überlagern können. Und auch wenn moderne Röntgengeräte sehr viel weniger Strahlung abgeben als noch vor einigen Jahren, werden Schwangere nicht geröntgt, um den Fötus keiner zusätzlichen Strahlung auszusetzen.



Bei der Computertomographie rotiert die Röntgenröhre ringförmig. Der Patient liegt bei der Untersuchung.

Die Computertomographie (CT)

Das CT ist eine Form des Röntgens, bei der die Röntgenröhre ringförmig gebaut ist und rotieren kann, sodass dreidimensionale Aufnahmen entstehen. Da das Gerät offen und genug Platz vorhanden ist, muss ein Patient keine Enge fürchten. „Ruhig liegen und Luftanhalten ist wichtig, um scharfe Bilder zu erhalten. Deswegen geben wir den Patienten auch Atemkommandos, die als Hilfe dienen“, erklärt Randolph Trinkaus. Der Einsatz des CTs ist dann von Vorteil, wenn genauere

„BEI EINEM MRT KÖNNEN AUCH TÄTOWIERUNGEN EVENTUELL ZU VERBRENNUNGEN FÜHREN.“

RANDOLF TRINKAUS,
LEITENDER MTRA IN ELLWANGEN

Bilder, vor allem auch von Weichteilen, angefertigt werden sollen. Aufgrund von Dichteunterschieden können auf diese Weise zum Beispiel Lunge, aber auch Schädelinneres oder das Herz (über ein Volumen-CT) sehr viel deutlicher dargestellt werden. Auch hier dauert die Untersuchung in der Regel zwischen 5 und 10 Minuten, die zu durchleuchtende Körperregion sollte ebenfalls frei von Kleidung oder Fremdkörpern sein.

Um eine noch genauere Bildqualität zu erhalten, werden – wie auch beim Konventionellen Röntgen – unter Umständen Kontrastmittel zum Einsatz gebracht. Ganz wichtig ist vor der Verabreichung des Mittels, über eventuelle Allergien des Patienten Bescheid zu wissen.

Magnetresonanztomographie (MRT oder auch Kernspintomographie)

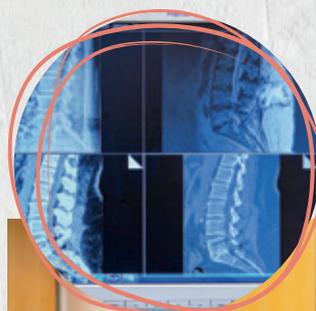
Im Gegensatz zum CT mit der Röntgenstrahlung setzt das MRT ein Magnetfeld ein, das die 30.000-fache Kraft des Erdmagnetfelds hat. Durch das Magnetfeld werden Atomkerne im Körper in eine Richtung gezogen und gehen wieder in ihre Ursprungsposition zurück. Dieser Moment wird im Bild festgehalten. So entstehen Schichtaufnahmen des Körpers oder einer Körperregion, vor allem innere Organe, Blutgefäße, Gehirn und Rückenmark, aber auch Muskeln und Gelenke lassen sich so im Bild festhalten.

Wird ein MRT erstellt, kann der Patient bekleidet bleiben. Randolph Trinkaus rät dennoch, darauf zu achten, kein Metall

am Körper zu haben, da sich dieses stark erhitzen kann. Deswegen gibt es auch Einschränkungen beim MRT: Menschen mit Metallfremdkörpern wie Granatsplintern, mit älteren Herzklappen oder älteren Endoprothesen können eventuell nicht im MRT untersucht werden. Und auch Tätowierungen sind teilweise kritisch. „Ältere und heutzutage billige Tätowiertinte enthält, vor allem bei der Farbe Schwarz, einen hohen Anteil ferromagnetischer Substanzen. Es kann also sein, dass sich diese Stelle mit dem Tattoo während der Untersuchung erhitzt und es zu leichten Verbrennungen kommen kann. Man versucht zwar, solche Stellen im Vorfeld mittels einer Salbe zu kühlen, aber ganz ausschließen kann man ein Erhitzen nicht“, erzählt Randolph Trinkaus. Er erläutert auch, dass MRT vor allem wegen der Dauer von 15 bis 30 Minuten für Patienten etwas schierig ist. „Gegen den Lärm im MRT, der durch die Hochfrequenz entsteht, gibt es Kopfhörer, aber der Patient darf sich während der gesamten Zeit in der Röhre nicht bewegen, und es ist dazu sehr eng. Deswegen bleibt der MTRA auch per Bildschirm und Mikrofon mit dem Patienten in Kontakt.“

In der Radiologie in Ellwangen wird das neue MRT voraussichtlich Mitte 2020 in Betrieb gehen. Momentan ist der eigens dafür geplante Anbau mit großen Heliumtank auf dem Dach, der zum Kühlen des Magneten im MRT dient, noch im Entstehen. Ab nächstem Jahr erweitert die Radiologie ihr Leistungsspektrum dann um ein weiteres bildgebendes Verfahren, um Patienten schnell helfen zu können.

Anja Deininger



Randolf Trinkaus zeigt die unterschiedlichen Bildaufnahmen der Lendenwirbelsäule eines Patienten: (im Uhrzeigersinn von links oben) Röntgen, MRT, CT mit Anzeige der Knochen, CT mit Anzeige der Weichteile.

Mit ganzheitlicher Pflege Entspannung und Ruhe vermitteln

Ihre Ausbildung hat Susanne Hörsch-Milwich als Gesundheits- und Krankenpflegerin absolviert, und in diesem Beruf dann 18 Jahre am Stauferklinikum gearbeitet. Mit Zusatzausbildungen zur Heilpraktikerin Psychotherapie mit Schwerpunkten in Kunsttherapie und Entspannungstherapie sowie zur Aromaexpertin bietet sie mit Unterstützung zweier Kolleginnen den Patienten des Klinikums ein erweitertes Angebot.



Die Pflegeexpertin Susanne Hörsch-Milwich leitet die Patienten bei verschiedenen Techniken zur Entspannung an, beispielsweise bei der Kunsttherapie. Fotos: Peter Hageneder

Seit fast 25 Jahren ist Susanne Hörsch-Milwich jetzt am Stauferklinikum tätig. 2004 schloss sie an ihre ursprüngliche Ausbildung noch Zusatzausbildungen zur Heilpraktikerin Psychotherapie mit Schwerpunkt systemische Familientherapie und Kunsttherapie an. 2007 begann sie dann ihre Arbeit auf der Palliativstation. 2013 folgte die Ausbildung als Aromaexpertin, seit damals leitet sie den Bereich Aromapflege und naturheilkundliche Pflege am Stauferklinikum. Zusammen mit ihren Kolleginnen Gabriele Haberkern und Petra Buchstab begleitet sie besonders die Patienten der Palliativstation, der Onkologie im Bereich Gynäkologie und Innere, insbesondere der Umkehrstation bei ihrem

– teils langen – Aufenthalt in der Klinik und ergänzt das ganzheitliche Pflegekonzept des Klinikums. „Dies sind schwer kranke Menschen, die viel Zeit zum Nachdenken und Grübeln haben, und hier bieten wir eine vielseitige Unterstützung bei der Verarbeitung der Krankheitssituation, durch Entspannungstechniken, um die innere Ruhe und den Schlaf zu verbessern und Beschwerden verschiedenster Ursachen zu lindern“, beschreibt die Pflegeexpertin.

Mut und Kraft schöpfen

In ihrer Kunsttherapie schaffen die Patienten mit ihrer Anleitung beispielsweise erstaunliche Bilder, auch Menschen, die

„WIR HABEN DIE MÖGLICHKEIT, UNS SEHR INTENSIV MIT DEN MENSCHEN ZU BESCHÄFTIGEN.“

SUSANNE HÖRSCH-MILWICH,
PFLEGE-EXPERTIN

vorher nichts mit Malen zu tun hatten. „Im Malen und Gestalten kann man Gefühle, Wünsche, Hoffnungen in vielfältiger Weise ausdrücken und darstellen“, sagt Susanne Hörsch-Milwich. Die Therapie erfolgt mittels eines Wagens sowohl am Bett des Patienten als auch in einem speziellen Raum oder auf der Terrasse der Palliativstation. „Das Angebot wird den Patienten unverbindlich gemacht und ist freiwillig.“ Jedes Jahr entsteht übrigens ein Kalender mit einer Auswahl von Bildern der Patienten, viele davon hängen auch an den Wänden der Palliativstation. Mit der Kunst erzielt sie ebenso erstaunliche Erfolge wie mit den verschiedenen Formen der Entspannungstherapie, um den Patienten eine innere Ruhe zu vermitteln und belastende Gedanken zumindest zeitweise abzulegen. Die Expertin unterstützt Patienten dazu mit Gesprächen, mit psychologischem Beistand. Sie arbeitet auch mit Akupressur und Fussreflexzonenmassage.

Gabriele Haberkern, Entspannungstherapeutin, und Aromaexpertin Petra



Mit ihren Kolleginnen Gabriele Haberkern (l.) und Petra Buchstab (r.) ergänzt Susanne Hörsch-Milwich das Pflegekonzept.

Buchstab sind ebenfalls gelernte Krankenpflegerinnen. Gabriele Haberkern arbeitet unter anderem mit Klangschalen verschiedener Größe. „Wenn man sie schlägt und berührt oder auf verschiedene Körperregionen stellt, fühlt man Energie durch den Körper fließen, das entspannt und löst“, beschreibt sie. „Da schläft ein Patient auch schon mal ein“, ergänzt sie lachend. Petra Buchstab ist mit einem Wagen voll Düften und ätherischen Ölen und Ölmischungen in den Patientenzimmern unterwegs. Mit den Ölen werden die Patienten in den Regionen mit Beschwerden eingerieben und meist fühlen sie sich anschließend besser. „Bei einer Chemotherapie oder in der letzten Lebensphase werden oft die Lippen trocken und spröde, auch da können wir Abhilfe schaffen“, ergänzt Buchstab. In ihrem Wagen finden sich Riechdosen, die gegen Bauchschmerzen oder Übelkeit wirken, oder Duftkissen und Duftlampen, die auf Wunsch in den Zimmern verteilt werden. Viele Ölmischungen werden übrigens in der Apotheke des Klinikums hergestellt.

Zeit für die Patienten

Als sehr wichtig empfinden es die drei Frauen, dass sie sich etwas mehr Zeit nehmen können für die Patienten. „Das können die Pflegekräfte und die Ärzte häufig nur eingeschränkt, wir dagegen haben die Möglichkeit, uns recht intensiv mit dem Menschen zu beschäftigen, in der Kunsttherapie oft bis zu einer Stunde. Dafür sind viele sehr dankbar.“ Berührend sei es dann immer, wenn man vom Patienten freudig begrüßt werde, wie „da kommen die schönen hilfreichen Düfte“ oder „jetzt kann ich wieder besser schlafen“. Susanne Hörsch-Milwich erzählt von einer Krebspatientin, die bettlägrig war, durch den Aufenthalt und die Kunsttherapie wieder Kraft schöpfte und wieder mehr Mobilität erreichte, um wieder zu Hause leben zu können.

Alle drei werden inzwischen ob der Wirkung ihrer Therapien auch immer wieder konsiliarisch auf die anderen Stationen der Klinik von den Pflegekräften und den dortigen Ärzten angefordert. „Es hat sich

herum gesprochen, dass wir den Menschen etwas Gutes tun können mit Entspannungstherapie und Aromapflege.“ Und auch wenn ein Patient bei dem Aufenthalt in der Palliativstation verstirbt, bedanken sich viele Angehörige für ihre Pflege. „Das gibt Motivation, Kraft und Freude für unsere tägliche Arbeit.“

Jürgen Eschenhorn

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.

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
zu Hause.*

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



Mehr Lebensqualität trotz Schmerz



Dr. Christine Göpfert leitet die Schmerztherapieabteilung in der St. Anna-Virngrund-Klinik. Im Gespräch erläutert sie Details zur Multimodalen Schmerztherapie.

Fotos: Jan Walford

Dr. Christine Göpfert und ihr Team aus Therapeuten und Pflegekräften in der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen helfen Menschen mit chronischen Schmerzen durch eine sehr komplexe Therapie, trotz Schmerzen wieder aktiv und mit Freude am Leben teilzunehmen.

Wer in der stationären Multimodalen Schmerztherapie der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen behandelt wird, hat zumeist schon einen teilweise jahrelangen Leidensweg hinter sich. Und kommt oft, so Dr. Christine Göpfert, häufig viel zu spät. Sei es, weil die erkrankte Person lange die Schmerzen einfach ertragen hat, bis es nicht mehr geht, sei es, weil die herkömmlichen Behandlungen zu lange andauern, behandelnde Ärzte irgendwann am Ende ihres Wissens sind und der Weg über einen zertifizierten Schmerzarzt erst lange nach Beginn des Leidens eingeschlagen wurde.

Dass das medizinische Versorgungssystem hierzulande daran einen nicht unerheblichen Anteil hat, fügt sie hinzu. Dass es Therapien für an chronischen Schmer-

zen Erkrankte gibt, ist sowohl vielen Ärzten als auch Betroffenen oft nicht bewusst. Sie hofft, dass sich dies in der Region durch ihre Abteilung ändert und Patienten über einen zertifizierten Schmerzarzt zukünftig den Weg zu ihr und ihrem Team schneller finden.

Die Erkrankten kommen mit unterschiedlichen chronischen Schmerzerkrankungen zu ihr. Menschen mit Rückenschmerzen, Schmerzen durch Rheuma, Arthritis und Arthrose, Kopfschmerzen, Nervenschmerzen wie CRPS oder Phantomschmerzen, zentrale Schmerzen durch einen Schlaganfall oder Schmerzen, die nach einer Operation nicht mehr verschwinden, sind genauso zu finden wie diejenigen, die an somatoformen Schmerzen, also seelischen Schmerzen leiden. Die Liste

der möglichen chronischen Schmerzerkrankungen ist lang.

Realistische Ziele für unterschiedlichste Patienten

„Schmerzen heilen ist nicht unser oberstes Ziel, weil es meist nicht realistisch ist“, erläutert Dr. Göpfert den Therapieansatz. „Wer in der Erwartung die Therapie antreten möchte, schmerzfrei wieder nach Hause zu gehen, wird im Vorfeld schon erfahren, dass dies nicht das Ziel sein wird.“ Vielmehr sollen die Kranken durch die multimodale Schmerztherapie trotz ihrer Schmerzen wieder mehr Lebensqualität erhalten und selbst wieder aktiver werden. So sollen Einschränkungen im Alltag reduziert werden, die Person soll wieder mobiler werden, am sozialen Leben teilnehmen und gegebenenfalls auch wieder arbeits-

fähig sein. Schmerzbewältigung und -reduktion gehören ebenfalls zur Therapie.

Für jeden Erkrankten gibt es dabei eine individuell auf seine Erkrankung abgestimmte Therapie. Dabei betont Frau Dr. Göpfert, dass es in der Regel nicht die eine Ursache gibt, die es zu behandeln gilt, sondern, dass vor allem bei bereits hochchronifizierten Personen zahlreiche Faktoren zusammenkommen. „Dieses Ursachendenken führt hier nicht weiter,“ betont Dr. Göpfert. „Bei chronischen Schmerzen reichen die Dinge viel tiefer, da ist nicht nur eine einzige Ursache zu suchen. Wir müssen hier neue Wege gehen und anders behandeln.“

Der Schmerz greift überall ein

Um zu verstehen, weshalb die MMST so viele verschiedene Therapieformen integriert, ist es wichtig zu verstehen, wie tief chronischer Schmerz in das Leben des Betroffenen eingreift. Zunächst ist er durch den Schmerz schon eingeschränkt. Das kann unter Umständen so weit führen, dass er ständig krank ist und seiner Arbeit nicht nachkommen kann. Dies hat wiederum zur Folge, dass irgendwann auch die verständnisvollsten Kollegen und Vorgesetzten durchaus nicht mehr so viel Verständnis aufbringen, wenn sie die Aufgaben des Kranken immer wieder mit übernehmen müssen. Dadurch fühlt sich der Betroffene, der durch den körperlichen Schmerz schon belastet und im Alltag eingeschränkt ist,

akutmedizinische Versorgung nicht langfristig genug nachwirkt.

Hier setzt die multimodale Schmerztherapie ein. Neben Medikamenten kommen auch psychologische Hilfestellung sowie Physio- und Ergotherapie zum Einsatz. Der Erkrankte erfährt also auf allen Ebenen eine Hilfestellung. Körperlich versucht das Team um Dr. Göpfert, dem Betroffenen Linderung zu verschaffen und ihm auch Methoden zu zeigen, die er selbst im Alltag einsetzen kann, um eine Schmerzreduktion zu erreichen. Im psychologischen Part geht es vor allem um das Verstehen des Schmerzkreislaufs und um Verhaltensweisen und deren Änderung im Umgang mit Schmerzen.

Es gibt allerdings auch Betroffene, die nicht für die MMST geeignet sind, etwa Menschen mit schweren psychiatrischen Erkrankungen, Suchtkranke, Personen mit schwersten Einschränkungen der körperlichen Belastbarkeit zum Beispiel bei schwersten Herzerkrankungen. Auch Menschen, deren Aufmerksamkeit, Lern- und Merkfähigkeit stark beeinträchtigt ist, wie es etwa bei Demenzzkranken der Fall ist, scheiden für die MMST aus. „Unsere Patientinnen und Patienten müssen sich auf die Therapie einlassen können und die Inhalte der Therapie verstehen können.“ So gibt es auch Menschen, bei denen Schmerz eine Überlebensfunktion hat.

Drei Wochen voller wertvoller Inhalte

Bevor ein Erkrankter die MMST antritt, muss er zunächst einen Schmerzfragebogen ausfüllen, den Dr. Göpfert sehr genau auswertet. Anschließend findet ein so genannter Assessment-Termin statt, in dem der Betroffene eine Art Voruntersuchung hat. Dazu gehört auch ein Gespräch mit der Psychologischen Psychotherapeutin Anne-Katrin Stegmann ebenso wie ein Besuch bei der Physio- und Ergotherapie. Auf diese Weise kann sich das interdisziplinäre Team ein Bild von der Person machen. Diese wiederum erfährt mehr über die Therapie und die realistischen Ziele. Oftmals muss hier auch die Erwartungshaltung des Betroffenen nach unten korrigiert werden. „Es geht um das Erreichen realistischer Ziele. Wenn jemand sehr starke körperliche Einschränkungen hat, sind diese normalerweise nicht mehr rückgängig zu machen. Es kann so viel sinnvoller sein, sich realistische Ziele zu setzen, also noch machen zu können, was möglich ist, auch wenn dies weniger ist, als Erkrankte sich wünschen,“ erläutert Dr. Göpfert dieses Richtigstellen der Erwartungen. Dies kann zunächst zu Enttäuschung führen. Auch kämen Menschen mit dem großen



PORTRÄT

DR. CHRISTINE GÖPFERT DESA

Dr. Christine Göpfert, die seit 2017 die Schmerztherapie in der St. Anna-Virngrund-Klinik für den Ostalbkreis leitet, hat sich auf die Behandlung von chronischen Schmerzpatienten spezialisiert und eine umfassende Ausbildung absolviert. Die Fachärztin für Neurologie und Anästhesiologie ist unter anderem in der Notfallmedizin, Palliativmedizin, Naturheilkunde, Suchtmedizin und der Speziellen Schmerztherapie ausgebildet. Schmerz und chronischer Schmerz waren Themen, die sie schon immer interessierten. Über die Notfall- und Palliativmedizin war sie mit der Behandlung von Schmerz beschäftigt und entschloss sich, die Behandlung chronischer Schmerzen zu ihrem Fachgebiet zu machen. Und das mit Leidenschaft. „Ich habe in diesem Fach meine berufliche Heimat gefunden. Den Schmerz nicht nur zu lindern, sondern unter einem Ganzheitsaspekt die Betroffenen wieder zu aktivieren und ihnen im Rahmen des Möglichen wieder zu mehr Lebensqualität zu verhelfen und die Menschen wieder in Balance zu bringen, das ist es, was mir wichtig ist,“ beschreibt sie ihre Motivation. Im Gespräch ist ihre Passion für die Multimodale Schmerztherapie und deren positive Auswirkungen auf die Erkrankten fast greifbar. Sie will Erkrankte wieder aktivieren und erreichen, dass diese von selbst aktiv sind. Sie will aber auch, dass jeder Einzelne seine Grenzen erkennt, akzeptiert und lernt, mit diesen zu leben. Und zwar so gut wie möglich.

BEI CHRONISCHEN
SCHMERZEN GIBT ES
MEHR ALS EINE
EINZIGE URSACHE.

DR. CHRISTINE GÖPFERT,
ST. ANNA-VIRNGRUND-KLINIK

noch mehr angegriffen. Die Frustration steigt und wird vielleicht sogar zur Depression, und irgendwann zieht sich der Betroffene völlig aus dem sozialen Leben zurück und ist mit sich und dem Schmerz allein, der so quasi das Leben des Erkrankten bestimmt, so dass sich irgendwann alles nur noch um die Erkrankung dreht. Die Person wird passiv, sie leidet und kommt aus der durch die Auswirkungen des Schmerzes herbeigeführte Situation nicht mehr heraus.

Der Schmerz beeinflusst also nicht nur den Körper, sondern auch die Psyche und die soziale Ebene des Betroffenen. Diese Ebenen werden in der Multimodalen Schmerztherapie berücksichtigt, da eine

Wunsch, es gäbe Medikamente, die alles bessern würden. Dies reicht allerdings nicht aus. „‘Spritzenkuren‘ gibt es in der Multimodalen Schmerztherapie in der Regel nicht.“

Nach einem Assessment-Termin treffen sich die Mitglieder des Teams zu einer internen Nachbesprechung. Neben den körperlichen Faktoren wird hier auch ganz klar festgestellt, ob der potentielle Therapieteilnehmer motiviert ist, aktiv an der Therapie teilzunehmen. Diese Motivation, auch neue Wege zu gehen und sich auf die Therapie einzulassen und mitzumachen, muss vorhanden sein. Ist hier alles in Ordnung, dann kann der Betroffene die Therapie antreten. Jeweils acht Patienten sind in einem Therapieblock auf der Station. In der Regel dauert der Aufenthalt drei Wochen. Und in denen erhalten die Patienten zwischen 75 und 100 Therapieeinheiten, einzeln und in Gruppensitzungen. Drei Wochen ist eine optimale Dauer: Der Patient hat Zeit, sich zu gewöhnen, dann erfährt er schon erste Veränderungen und schließlich lernt er in der Therapie, danach gut selbst zurechtzukommen.

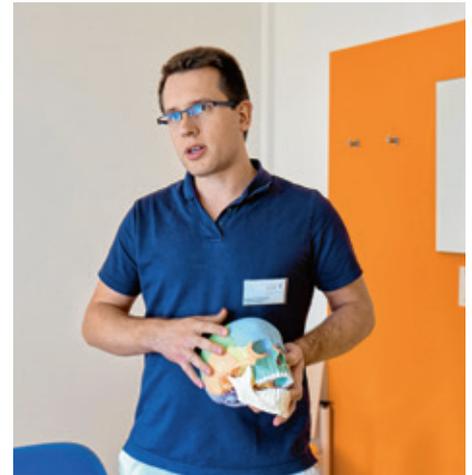
Die Entwicklung, die die Patienten in der Zeit der Therapie durchlaufen, bespricht das Team in regelmäßigen Teammeetings. Der Austausch unter den einzelnen Fachbereichen ist dabei extrem wichtig. Erkenntnisse, was dem Kranken gut tut, aber auch ein umfassendes Bild seiner Vorgeschichte können alle daraus mitnehmen und in ihren Therapieeinheiten berücksichtigen. Auch die Pflegekräfte sind in der Runde vertreten und berichten über ihre zu betreuenden Personen. Für Schwester Natalie Rosin, stellvertretende Stationslei-



Die psychologische Psychotherapeutin Anne-Katrin Stegmann führt vor Beginn der Therapie mit jedem Patienten ein Einzelgespräch.

terin, eine wichtige Sache. Die erfahrene Pflegekraft nimmt aus der Sitzung mit, was dem Einzelnen hilft. Ist dieser nachts schlaflos wegen des Schmerzes, kann sie Maßnahmen aus der Naturheilkunde anwenden.

Auch Christopher Kowol, der als Physiotherapeut den Schmerzkranken betreut, sieht den Austausch mit den Kollegen als sehr wichtig an. „Man bekommt vom Menschen durch das Teamwissen ein ganz anderes Bild. Es ist wie ein Puzzle aus vielen Teilen, das zusammen ein Ganzes ergibt.“ Nicht nur die eigentliche Behandlung ist bei ihm wichtig, oft sprechen Erkrankte währenddessen über heikle Themen, die sie psychisch belasten. Auch dies kommt im Teammeeting zum



Physiotherapeut Christopher Kowol erläutert, wie die Kaumuskulatur permanente Kopfschmerzen auslösen kann.

Wohl jedes Einzelnen zur Sprache. Auch er betont, wie wichtig es ist, in seiner und der übergreifenden Therapie realistische Ziele zu setzen und den Betroffenen so wieder zu einem gewissen Grad Normalität zu verhelfen. „Wieder stricken können, wieder das eigene Kind auf den Arm nehmen können, wieder etwas länger oder weiter gehen können: Wenn ein Erkrankter solche Ziele hat, dann erfährt er Lebensqualität, wenn er diese durch unsere Behandlung erreicht.“

Verstehen, akzeptieren und umdenken

Dr. Göpfert betont, wie wichtig auch Verstehen und das Sich-Einlassen des Erkrankten bei allen Therapiesitzungen, auch den psychologischen, ist. Die psychologische Psychotherapeutin Anne-



Das Team aus Ärzten und Therapeuten unterstützt die Patienten während der dreiwöchigen Therapie.
Foto: Kliniken Ostalb

INFO

WAS IST DIE SMMST?

Die stationäre Multimodale Schmerztherapie, der Goldstandard der Therapie chronischer Schmerzpatienten, ist eine komplexe Therapieform, die verschiedene Fachdisziplinen kombiniert. Neben medizinischen Behandlungen, zu denen auch Physio- und Ergotherapie zählen, kommen unter anderem auch psychologische und – in der St. Anna-Virngrund-Klinik – naturheilkundliche Komponenten hinzu. Die aufeinander abgestimmten Behandlungen sind dabei speziell auf die Menschen mit chronischen Schmerzen angepasst.



Schwester Natalie Rosin hält auch ätherische Öle und Kirschkernkissen für die Patienten bereit.

Katrin Stegmann setzt hier auf die Vermittlung von Hintergrundwissen. Wie entsteht Schmerz, welche Auswirkungen kann er haben, wie verhält sich ein chronisch Schmerzkranker? Sie hilft den Betroffenen dabei, sich selbst zu verstehen. Auch durch positive Beispiele. „Der Schmerz reduziert den Menschen oft auf sich selbst. Schmerzpatienten schlafen oft schlecht, liegen sie dann nachts wach, fühlen sie häufig noch mehr Schmerz und schlafen damit noch schlechter wieder ein. Das Wissen, dass alle Menschen nachts wach werden, kann sie entlasten. So wird der Teufelskreis von Schmerz und schlechtem Schlaf nicht weiter verstärkt. Das ist dann eine gute Erfahrung“, erläutert sie. Auch Achtsamkeit, Akzeptanz und das Betrachten der Lebensgeschichte und der Auswirkungen auf die jetzige Situation des Erkrankten sind wichtig. Die Zusammenhänge sollen den Betroffenen klar werden. Allerdings sei das Ziel nicht, komplexe Traumata zu bewältigen. „Wir therapieren hier keine schweren seelischen Traumata, das ist auch in der multimodalen Schmerztherapie nicht sinnvoll.“

Die Sichtweise und das eigene Verhalten ändern, eigene Grenzen kennen und verstehen und so wieder eine Harmonie ins Leben zu bringen, sind wichtig. Das betont auch Frau Dr. Göpfert. „Wir wollen die Kraftquellen der Betroffenen aktivieren, so dass sie ihre Balance zwischen Schmerz und allen Aspekten ihres Lebens innerhalb ihrer Möglichkeiten wieder finden. Wir wenden die Kunst der Medizin an, um die Kunst des Lebens zu vermitteln.“

Anja Deininger



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

Spannender Besuch in der Zentralapotheke am Stauferklinikum



**82.000
PACKUNGEN**

Im Lager der Zentralapotheke findet täglich ein reger Warenaustausch statt.

Fotos: Peter Hageneder

Die Zentralapotheke der Kliniken Ostalb am Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd ist die zentrale Medikamentenversorgung aller Stationen in den drei Betriebsstätten Stauferklinikum, Ostalb-Klinikum und St. Anna-Virngrund-Klinik. Außerdem werden von hier aus auch das Fachkrankenhaus Neresheim und die Rettungsdienste in der Region versorgt.

Täglich um **7.30 UHR**

... beginnt der Arbeitstag für die 32 Mitarbeiter – Voll- und Teilzeitkräfte – in den verschiedenen Bereichen der Zentralapotheke. Zum Team des Leitenden Apothekers Horst Friderich gehören neben sechs Apothekerinnen zwölf Pharmazeutisch-technische Assistentinnen (PTA), acht Pharmazeutisch-kaufmännische As-

sistentinnen (PKA), zwei Auszubildende PKA, zwei Lagerarbeiter und Fahrer und ein Bufdi.

Rege Betriebsamkeit herrscht in den beiden Geschossen. Im Untergeschoss sind Lager und Kommissionierung untergebracht. In einem Großraumbüro sitzen vier PKAs, die die eingehenden Aufträge der insgesamt 120 Anforderungsstellen bearbeiten. Denn jede Station der vier

versorgten Krankenhäuser und die Rettungsdienste schicken ihre Medikamentenanforderung direkt hierher. Adalina Lakkis und Claudia Wittek arbeiten hier mit viel Spaß: „Es ist ein gutes Team und die Arbeit ist abwechslungsreich.“

82.000 Packungen lagern hier
Nebenan befindet sich das Hauptlager mit Regalen, in denen die kleineren Medikamentenpackungen liegen, aus denen



Beim Wareneingang wird der Barcode jeder einzelnen Medikamentenpackung gescannt, kontrolliert und aus einer zentralen Datenbank ausgebucht, um mögliche Fälschungen auszuschließen.

mit Hilfe eines Kommissionierautomaten die Bestellungen zusammen gestellt werden. In einem Nebenraum stehen Kühlschränke mit Medikamenten, die niedrig temperiert gelagert werden müssen, wie zum Beispiel Krebstherapeutika. Und gleich daneben ist der Raum für Betäubungsmittel, gesichert mit einer Stahltüre, wie ein Tresor. Insgesamt werden hier in allen Lagerbereichen rund 82.000 Packungen mit hohen Werten bevorratet, etwa 2.200 Packungen gehen hier täglich aus und ein.

Gleichzeitig kommen im Wareneingang die ersten Lieferungen für die Apotheke an. Hier ist eine Person damit beschäftigt, im Rahmen der vorgeschriebenen Arzneimittelrechtsprüfung den Barcode jeder einzelnen Medikamentenpackung zu scannen, zu kontrollieren und aus einer zentralen Datenbank auszubuchen, um Fälschungen auszuschließen. „Wir erhalten 95 Prozent unserer Lieferungen direkt vom Hersteller, der Rest kommt vom Großhändler“, sagt Horst Friderich. Außerdem betreuen die Mitarbeiter nebenan eine Personalapotheke. Hier können die Klinikmitarbeiter, zusätzlich zum Versandweg, ihren Medikamentenbedarf vor Ort einkaufen. Der Apotheker kommt dann auf ein aktuelles Problem zu sprechen: „Auch wir haben hier ständig und immer

mehr mit Lieferengpässen bei verschiedenen Medikamenten zu kämpfen. Es gibt in Europa immer weniger Hersteller und immer mehr Medikamente und Wirkstoffe werden in Asien hergestellt. Gleichzeitig werden die Absatzmärkte immer größer und in anderen Ländern können die Hersteller teilweise höhere Preise erzielen.“

Abwechslungsreiche und anspruchsvolle Arbeit

Im oberen Geschoss sind die Büros der Apothekenleitung und der anderen Apothekerinnen sowie das Rechnungswesen. Und vor allem drei wichtige Laborbereiche, in denen Medikamente in individuellen Zusammenstellungen auf Anforderung der Klinikärzte hergestellt und Arzneimittel geprüft werden. Hier stellen

PTAs unter anderem Kapseln, Salben, Lösungen oder Aromatherapeutika her, die in dieser Zusammensetzung oder Dosierung nicht am Markt erhältlich sind. „Beispielsweise werden für Kinder individuell dosierte Präparate angefertigt, die wir zuvor mit den Ärzten besprochen haben“,

erklärt Horst Friderich. Nebenan befindet sich ein Reinraumlabor, in dem vier Mitarbeiter sogenannte Zytostatika und Antikörperzubereitungen herstellen, das sind Krebstherapeutika, die ebenfalls individuell gemischt werden. „18.000 anwendungsfertige, individuell dosierte

parenterale Zubereitungen stellen wir im Jahr für die ambulante oder stationäre Onkologie der drei Kliniken her“, so der Apotheker. Und in einem dritten Bereich werden Infusionen und Nährlösungen für Kinder und Frühchen gefertigt, auch sie individuell für jeden kleinen Patienten. Alle Bereiche werden von erfahrenen Apothekerinnen geleitet und verantwortet.

Um 9.40 UHR

... findet jeden Tag eine gemeinsame Besprechung im Aufenthaltsraum statt. Es werden besondere Dinge des Arbeitstages und Probleme erörtert. Und jeden Freitag wird hier der Personalplan für die nächste Woche ausgehängt. Vor allem

Lesen Sie weiter auf Seite 18

„FÜR KINDER FERTIGEN WIR INDIVIDUELL DOSIERTE PRÄPARATE AN.“

HORST FRIDERICH,
LEITENDER APOTHEKER



Leitender Apotheker:
Horst Friderich



Die Zentralapotheke verfügt auch über drei Laborbereiche, in denen Medikamente auf Anforderung der Klinikärzte hergestellt und Arzneimittel geprüft werden.



die PTAs rollieren in den verschiedenen Bereichen. „Das macht die Arbeit hier so interessant und vielfältig“, erzählt beispielsweise Annika Schuhmacher. „Wir machen immer wieder andere Dinge.“

Nach der Besprechung werden die Lieferungen für die Kliniken und die Rettungsdienste mit dem LKW ausgeliefert. Dreimal wöchentlich wird das Ostalb-Klinikum

versorgt, je zweimal die drei anderen Kliniken. Wobei das Stauferklinikum natürlich direkt an der Quelle sitzt. Immer wieder treffen am Vormittag noch Lieferungen von Herstellern ein.

Aber nicht nur die Herstellung, Prüfung und Lieferung von Medikamenten sind Aufgabe der Mitarbeiter der Zentralapotheke. Horst Friderich selbst ist beispielsweise Geschäftsführer der Arzneimittelkommission (AMK) der Kliniken Ostalb. Hier wird festgelegt, welche Medikamente aus dem riesigen Angebotsspektrum aus fachlichen und ökonomischen Gründen bevorratet werden.

Laufende Information der Ärzte und Pfleger

Wichtig für Horst Friderich und seine Mitarbeiter ist das Thema Arzneimittelinformation. Oft sind Patienten auf Medikamente eingestellt, die nicht im Kliniksortiment enthalten sind. Dann müssen die Apotheker gelistete Alternativen in der entsprechenden Dosierung empfehlen. Sie prüfen auch Arzneimittel auf deren Zusammensetzung, Qualität und auf mögliche Nebenwirkungen. „Aufgabe der Apotheker ist es auch, die Ärzte und Pfleger vor Ort auf den Stationen hinsichtlich Medikation und Dosierung zu beraten, diese zu überprüfen und eventuelle Alternativen zu empfehlen, und das Personal regelmäßig zu schulen“, erzählt Horst Friderich. Übrigens hat am Wochenende und auch an Feiertagen immer ein Apotheker Rufbereitschaft für Notfälle.

Horst Friderich macht die Arbeit auch nach 35 Jahren in der Zentralapotheke noch richtig Spaß. „Als Klinikapotheker hat man einen hohen wissenschaftlichen Anspruch, kann fast das komplette pharmazeutische Leistungsspektrum anbieten und ist auch mit vielen fachübergreifenden Fragestellungen befasst“, beschreibt der 62-Jährige. Zwei Wünsche hat er aber noch: „Ich hätte gern, dass in den Kliniken Ostalb künftig Stationsapotheken flächendeckend installiert werden, die einen weiteren Beitrag zur Verbesserung der Arzneimittelsicherheit leisten könnten.“ Außerdem hält er mittelfristig einen „geschlossenen Medikationsprozess“ für notwendig: Heißt, der Arzt verordnet elektronisch, der Stationsapotheker begleitet das und die Krankenhausapotheke stellt die Medikamente für jeden Patienten individuell zusammen (Unit-Dose-Versorgung), um das Pflegepersonal zu entlasten und die Patientensicherheit zu erhöhen.

Während er das erzählt, fertigen seine Mitarbeiter weiter Kapseln und Lösungen, werden Lieferungen und Rechnungen kontrolliert und geschrieben. Im Lager werden derweil die letzten Medikamente einsortiert und Bestände überprüft, damit es morgen wieder los gehen kann.



Für Kinder werden in der Zentralapotheke individuell dosierte Präparate angefertigt.

Um

16.30 UHR

...ist dann Feierabend für alle.

Jürgen Eschenhorn



KLINIK KOMPAKT *aalen*

OSTALB-KLINIKUM AALEN

Im Kälblesrain 1 • 73430 Aalen
Telefon: (07361) 550
www.ostalbklinikum.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 (7:30 Uhr – 19:00 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 (19:00 Uhr – 7:30 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 (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)

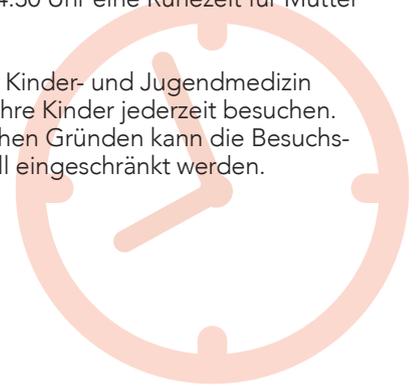
pauschal: 1,00 €

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

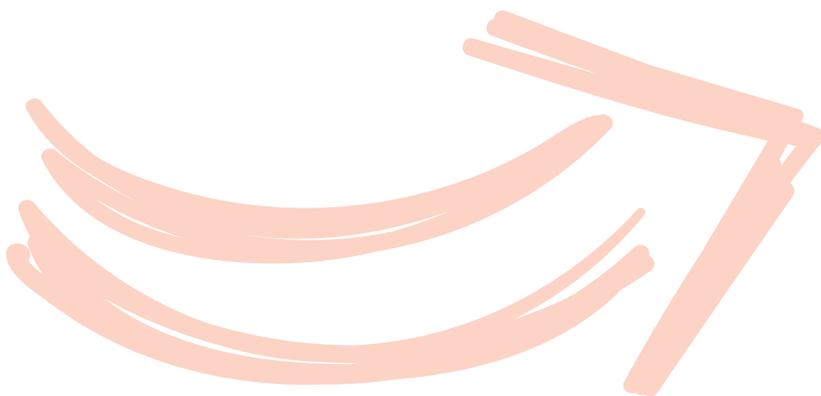
Im Stauferklinikum befindet sich im Erdgeschoss die Krankenhauskapelle. Sie ist die ganze Woche über geöffnet und lädt zur Ruhe und Besinnung ein. Dort finden auch die Gottesdienste statt, die als Zeichen der ökumenischen Verbundenheit und der seelsorgerischen Zusammenarbeit abwechselnd von evangelischen 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)

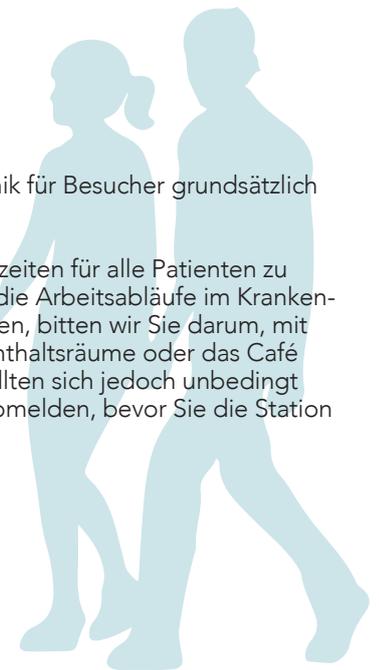
pauschal: 1,00 €

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).

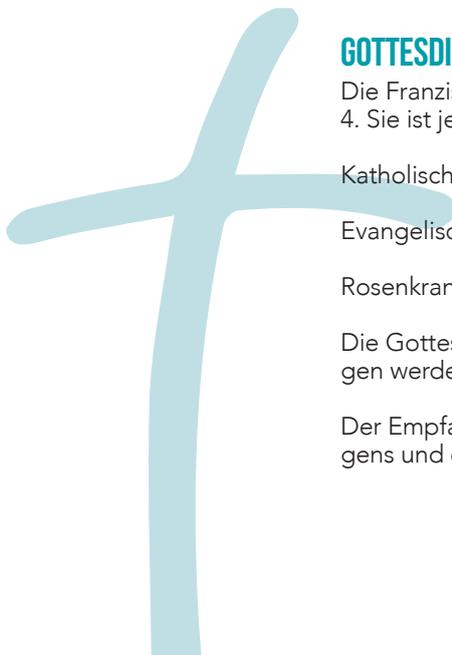
Katholische Eucharistiefeier: sonn- und feiertags um 8:15 Uhr

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.



Mit einem festlichen Gottesdienst wurde das zehnjährige Bestehen der Kapelle gefeiert.

Fotos: Kliniken Ostalb



10 Jahre Klinikkapelle

A bissle leichter oms Herz *Liebe Leserinnen, liebe Leser!*

Gleich hinter dem Gmünder Bahnhof führt bekanntlich ein traditionsreicher Kreuzweg mit Bildstöcken sowie Kapellen mit lebensgroßen Figuren hinauf auf den St. Salvator. Das dortige Heiligtum, die St.-Salvator-Kapelle, schuf der Kirchenbaumeister Caspar Vogt nach 1617. Er baute dabei vorhandene Höhlen zu einer Unter- und Oberkapelle aus. „Wenn i von do oba emmronder komm, na isch mir's wieder a bissle leichter oms Herz.“ Wenige Jahre vor ihrem Tod bin ich mit meiner hoch betagten Großmutter noch einmal den Prozessionsweg hinaufgepilgert, vorbei an den Kapellen und Bildstöcken bis zur St. Salvatorkapelle.

Kapelle kommt von Mantel

Vom Lateinischen cappa für „Mantel“ leitet sich unser Wort Kapelle ab. Ursprünglich wurde damit der Aufbewahrungsort des Mantels des Heiligen Martin von Tours bezeichnet, dessen Gedenktag wir alljährlich am 11. November mit Umzügen der Kinder, Martinsspielen und ähnlichem begehen. Wer von uns kennt sie nicht, die Szene von der berühmten Mantelteilung. Um 975 ist die älteste uns erhaltene Darstellung besagter Mantelteilung entstanden, eine Miniatur, die vermutlich nach einem Wandgemälde in der längst zerstörten Grabeskirche des Heiligen Martin in Tours gestaltet ist. Sie befindet sich in einem Fuldaer Sakramentar, das heute in der Universitätsbibliothek in Göttingen aufbewahrt wird.

Martin teilt seinen Mantel vor der Stadtmauer von Amiens mit dem Bettler, wobei auffällt, dass Martin nicht beritten dargestellt ist. Die Mantelteilung (wie jedes echte Teilen) hebt den Unterschied von „oben“ und „unten“, von reich und arm auf. Zum Teilen kann man sich nicht „aufs hohe Ross“ setzen...

In der Medizin hat der Mantel eine nicht minder große Bedeutung: Palliativmedizin. Das oft mit cappa gleichgesetzte ebenfalls lateinische Wort pallium war vermutlich die wärmere Mantelvariante, die bevorzugt draußen getragen wurde.

In einem einführenden Kapitel zu seiner Chirurgia (um 1363) nannte der französische Arzt und Chirurg Guy de Chauliac (1298-1368) drei Ausnahmesituationen, in denen der Arzt auf eine radikale, an den Ursachen ansetzende Behandlung verzichten und sich mit einer „cura larga (großzügig), praeservativa (vorbeugend), et palliativa (mit einem Mantel umhüllend)“ begnügen dürfe: Erstens, bei Krankheiten wie der Lepra, die ihrer Natur nach unheilbar seien. Zweitens, wenn der Patient eine grundsätzlich mögliche kausale, kurative Behandlung ablehne oder die ärztlichen Anweisungen nicht befolge. Und drittens, wenn die kurative Behandlung größeren Schaden anrichten würde als die Krankheit selbst.

Palliativpflege als ganzheitlicher Ansatz

In der Palliativpflege (Palliative Care) geht es bekanntlich vorrangig darum, belastende, die Lebensqualität des Patienten einschränkende Faktoren bestmöglich zu lindern. Sie berücksichtigt dabei nicht nur körperliche Beschwerden wie Schmerzen oder andere Symptome. Der ganzheitliche Ansatz erfasst auch psychosoziale Belastungen und spirituelle Bedürfnisse. Darüber hinaus bindet er das persönliche Umfeld des Patienten ein.

Ganz ähnlich möchte eine Kapelle wie die an unserem Stauferklinikum ein spiritueller Ort sein, an dem zumindest eine Linderung der Sorgen und Nöte derer, die sie aufsuchen, möglich sein kann. Der von Prof. Friedrich Spengelin (1925-2016) erarbeitete

Entwurf zum Neubau der Klinikkapelle vor zehn Jahren legte besonders viel Wert auf größtmöglichen Einfall von Tageslicht.

Beim monatlichen ökumenischen Taizégebet in unserer Klinikkapelle singen wir des Öfteren: Christus dein Licht, verklär unsre Schatten, lasse nicht zu, dass das Dunkel zu uns spricht. Christus dein Licht, erstrahlt auf der Erde, und er sagt uns auch ihr seid das Licht.

Ich wünsche allen Besuchern und Besucherinnen unserer Kapelle, dass sie durch dieses Licht, das Jesus Christus heißt, zumindest ein wenig gestärkter und getrösteter wieder hinausgehen dürfen. Oder anders ausgedrückt: Es ihnen wieder „a bissle leichter oms Herz isch.“

Ihre Seelsorger des Stauferklinikums,
Pastoralreferent Benedikt Maier und Pfarrer Peter Palm



Die Klinikkapelle des Stauferklinikums soll für alle Besucher ein spiritueller Ort der Hoffnung sein.



Pastoralreferent
Benedikt Maier



Pfarrer Peter Palm



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

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

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-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



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



ICH WOLLTE
SCHON IMMER ETWAS
MIT UND FÜR
MENSCHEN MACHEN.“

SIBILLE HOLZNER

Sibille Holzner arbeitet als Chefsekretärin
in der Kardiologie des Ostalb-Klinikums.

Fotos: Peter Hagedner



Name: Sibille Holzner



Alter: 60 Jahre



Position: Chefsekretärin in der Kardiologie



Hobbys: Nordic Walking, Aqua Fitness, Lesen, Theater, Konzerte



Ausbildung: Abitur, Medizinische Fachangestellte



Familie: verheiratet, eine Tochter



Sibille Holzner macht ihre Arbeit mit viel Engagement und vor allem mit großer Freude.

DEN UMGANG MIT MENSCHEN IM BLICK

„Unser Büro ist Dreh- und Angelpunkt, Anlaufstelle für Ärzte, Pfleger und Patienten der Medizinischen Klinik II, der Kardiologie, bei uns ist den ganzen Tag immer Betrieb“, lacht Sibille Holzner, Chefsekretärin dieser Abteilung. Und wirkt sehr zufrieden, denn sie macht ihren Job mit viel Engagement und vor allem Freude. „Dadurch gibt es aber bei aller Routine immer wieder etwas Neues zu bearbeiten.“ Die Arbeit macht Spaß, und der Umgang mit den Menschen ist ihr ganz wichtig.

Das Aufgabengebiet der 60-Jährigen und ihrer drei Kolleginnen ist breit gefächert. Der Arbeitstag im Büro in der Ebene 2 des Ostalb-Klinikums beginnt täglich um 7 Uhr. Dann werden die Tagesabläufe koordiniert und Pläne erstellt. Um 7.30 Uhr bespricht sie den Tagesablauf mit dem neuen Chefarzt der Kardiologie, Prof. Dr. Peter Seizer, der am 1. Oktober 2019 die Nachfolge von Prof. Dr. Ulrich Solzbach angetreten hat. „Wir pflegen und koordinieren hier alle Tagespläne der Abteilung, den Ablauf der Sprechstunde, Besprechungen und vieles mehr, teilweise auch für das Herzkatheterlabor – und das ist nur ein Teil unserer Aufgaben“, ergänzt Sibille Holzner. Hinzu kommt, dass der neue Chefarzt dabei ist, die bisherigen Abläufe kennen zu lernen und dabei manch zusätzliche Information von seiner Sekretärin benötigt. In der kommenden Zeit gilt es nun, seine Ideen zur Verbesserung der Abläufe in der Klinik umzusetzen,

hierfür ist Sibille Holzner häufig die erste Ansprechpartnerin.

Koordination ist das A + O

Ab 7.30 Uhr ist auch der Empfang für die Patienten geöffnet, die in die ambulante Sprechstunde der Abteilung kommen und die ersten Untersuchungen laufen an. Sie werden dort behandelt oder, wenn nötig, stationär aufgenommen. Das Sekretariat ist zudem auch erster Ansprechpartner für niedergelassene Ärzte, wenn sie Patienten zur stationären Aufnahme melden wollen und auch für externe Kliniken, um eine Rückverlegung zu organisieren. Zudem werden hier alle Befundbriefe an die überweisenden Ärzte der Patienten aus der Ambulanz geschrieben. „Das Koordinieren all dieser Aufgaben in unserem Team ist da A und O, da kann ich mich auch auf die Kolleginnen verlassen.“

So sorgen Sibille Holzner und ihre drei Kolleginnen für einen reibungslosen Ablauf der Versorgung der ambulanten und stationären Patienten der Medizinischen Klinik II. Trotz eines gut gefüllten Arbeitstages mit vielfältigen Aufgaben, häufig klingelnden Telefonen und zahlreichen Besuchern kommt die gute Stimmung im Team nicht zu kurz. Im Büro von Sibille Holzner gibt es eine integrierte Kaffeebar. Diese hat Prof. Solzbach vor einigen Jahren als Kommunikationspunkt eingeführt, als Möglichkeit, Informationen auszutauschen und Kontakte mit den Kollegen zu pflegen. Täglich von 12 bis 14 Uhr kom-

men also die Kollegen der Kardiologie vorbei, trinken einen Kaffee oder nehmen sich eine Süßigkeit – Nervennahrung –, die die Chefsekretärin dort deponiert hat. „Man lernt sich besser kennen, löst ein kleineres Problem, unterhält sich, das wird von allen geschätzt“, sagt Holzner.

Ausbildung in internistischer Praxis

Ein Vorteil in ihrem Job ist für Sibille Holzner ihre Ausbildung zur Medizinischen Fachangestellten, die sie nach dem Abitur in einer internistischen Praxis in Bopfingen absolviert hat. „Ich wollte nicht studieren, ich wollte etwas mit und für Menschen machen, ich hab schon immer das Bedürfnis, mich zu kümmern“, erzählt sie. 28 Jahre war sie in der Praxis dort tätig. Seit 13 Jahren ist sie nun am Ostalb-Klinikum, zehn Jahre schon als Chefsekretärin in der Kardiologie.

Die Bopfingerin ist verheiratet und hat eine Tochter. Gern ist sie mit ihrem Mann Karlheinz im Allgäu und im Bayerischen Wald unterwegs. Zudem betreibt sie in ihrer Freizeit Nordic Walking und Aqua Fitness, liest mal ein Buch, geht ins Theater oder besucht ein Konzert. Und sie kümmert sich um ihre Eltern und die Schwiegermutter. „Auch wenn ich meine Arbeit vermissen werde, freue ich mich schon auf den Ruhestand in zwei Jahren, ohne Stress und mit mehr Zeit für mich und die Familie“, sagt sie lachend und ergänzt: „und um mich zu kümmern.“

Jürgen Eschenhorn

Erfolgreicher Abschluss in der Pflege



Die Absolventen am Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd.

Fotos: Kliniken Ostalb

Herzlichen Glückwunsch
zum bestandenen Examen

„Gebüffelt, geprobt
auf Teufel komm raus,
immer aufs Neue,
tagein und tagaus.“

Geschwitzt, gebangt,
und das nicht zu knapp.
Launen recht schwankend,
bergauf und bergab.

Hektik und Drama
ein Ende nun fanden,
alles in Butter -
PRÜFUNG BESTANDEN!”

EURE SCHULTEAMS



Rund 60 junge Leute haben kürzlich erfolgreich ihren Abschluss in einer Pflegeausbildung an den drei Standorten der Kliniken Ostalb absolviert. Die frisch ausgelernten Gesundheits- und Krankenpfleger/-innen (42 Absolventen), Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger/-innen (9 Absolventen) sowie Operationstechnische Assistenten (9 Absolventen) können nun beruflich bei den Kliniken Ostalb mit ihrer weiteren Karriere durchstarten.



Auch am Ostalb-Klinikum in Aalen
war die Freude über den
gemeisterten Abschluss groß.

Freudestrahlende Gesichter über das bestandene Examen an der St. Anna-Virngrund-Klinik in Ellwangen.



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
ulrike.schleich@kliniken-ostalb.de

SUSANNE HARTENSTEIN GEHÖRT ZU DEN BESTEN



Die Leitende OP-Schwester am Stauferklinikum Susanne Hartenstein hat erfolgreich den Kontaktstudiengang Angewandte Pflegewissenschaften an der DHBW Stuttgart absolviert. Das Modul Gerontologie & Geriatrie konnte sie als Kursbeste abschließen. Sie verfasste eine Facharbeit darüber, wie eine Wundversorgung bei Menschen mit Demenz am besten gelingen kann. Die stellvertretende Pflegestandortleiterin Ursula Kurzendörfer (rechts) und Pflegedienstleiterin Patricia Klein (links) gratulierten mit einem Blumenstrauß.

Anzeige

**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.

STRAHLENTHERAPIE 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)



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

Neues aus den Kliniken

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



Fotos: Kliniken Ostalb



PROJEKTTAGE „GESUNDER START“ AM OSTALB-KLINIKUM AALEN

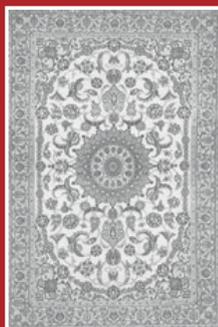
Die Projekttag „Gesunder Start“ waren mit dem Ziel verbunden, den Auszubildenden der Ausbildungskurse Gesundheits- und Krankenpflege, Gesundheits- und Kinderkrankenpflege sowie den Operationstechnischen Assistenten nützliches Rüstzeug für die anstehenden Herausforderungen in ihrem neuen Lebensabschnitt mit auf den Weg zu geben. Dabei erarbeiteten sich die Auszubildenden in reger Zusammenarbeit mit ihren Kollegen und dem Referenten Ideen und Methoden in den Themenfeldern Gesundheit, Selbst- und Stressmanagement. Zum Einstieg in den Tag lernten die Auszubildenden, welche Rolle Gesundheitsressourcen für ihr allgemeines Wohlbefinden, wie auch für ihre berufliche Leistungsfähigkeit spielen.

Es folgte eine Einführung in mehrere Instrumente, welche der eigenen Tages- und Arbeitsplanung, der Priorisierung von Aufgaben sowie der systematischen Formulierung von Zielen dienen. Nach einigen Anregungen bezüglich effektiven Lernens widmete sich die Gruppe dem Themenkomplex Stress und den damit assoziierenden Handlungsfeldern auf physiologischer und auch psychosozialer Ebene. Zum Abschluss des Tages konnten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen am eigenen Leib erfahren, dass man auch mit einfachen Mitteln ein sehr abwechslungsreiches, anspruchsvolles und kurzweiliges Trainingsprogramm für den ganzen Körper gestalten kann.

Anzeige

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

mitflangen

Zum „Mittags-Stammtisch“ kommen seit Jahren die unterschiedlichsten Abteilungen zusammen.



Fotos: Kliniken Ostalb

VON WEISSKITTELN, SCHLIPS-TRÄGERN UND BLAUEN DONEN

Wie gelebte Betriebskultur funktionieren kann, zeigt sich täglich am Stauferklinikum. Am „Mittags-Stammtisch“ kommen seit Jahren die unterschiedlichsten Abteilungen zusammen. Da sitzt der Chefarzt neben dem Haustechniker, der Verwaltungsleiter neben dem Labor-Mitarbeiter und der Klinik-Seelsorger neben dem Gärtner. Zur selben Zeit, am selben Platz.

Klinik bedeutet, nicht immer Zeit zu haben. Aber wer kann, der kommt. Und dann wird geredet. Über dienstliches. Und privates. Über die Besprechung des Vortags. Über den momentanen Personalengpass in Abteilung XY. Über die gestrige Fehlentscheidung des Schiedsrichters. Über Gott und die Welt. Und es wird manches häusliche Problem gelöst.

Am Stauferklinikum sitzen Patienten und Mitarbeiter in derselben Cafeteria. Denn gemeinsames Essen verbindet. Gemeinsamer Austausch sowieso. Das kann kein soziales Netzwerk. Das gibt's nur am Stauferklinikum. Jeden Mittag. Zwischen zwölf und eins.

LUNGENWANDERTAG FÜR COPD-PATIENTEN

COPD – chronisch obstruktive Lungenerkrankung – hinter diesem etwas sperrigen Begriff verbirgt sich eine Lungenerkrankung, unter der in Deutschland mittlerweile rund sieben Millionen Menschen leiden.

Auf Initiative des leitenden Arztes, Dr. Siegbert Herb, hat sich das Stauferklinikum gemeinsam mit den niedergelassenen Gmünder Lungenfacharztpraxen der Bewegungsinitiative „Mein Atem, mein Weg“ angeschlossen. Unter diesem Motto fand am 12. Oktober im Landschaftspark Wetzgau ein Lungenwandertag statt. Hintergrund war, auf die Krankheit COPD aufmerksam zu machen – vor allem aber, Betroffene zu mehr Bewegung im Alltag zu motivieren. Denn Bewegung ist nicht nur gesund, sondern hat auch einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden.

Nach einer Begrüßung und kurzen Impulsvorträgen ging es an Aufwärmübungen und einen gemeinsamen Spaziergang. Je nach körperlicher Verfassung standen zwei Geh-Strecken mit knapp einem Kilometer oder rund dreieinhalb Kilometer zur Auswahl. Der Aktionstag war gut besucht, über 40 Teilnehmer wanderten bei bestem Wetter durch den Landschaftspark Wetzgau.

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 17 62 96, Fax: 7 76 09

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

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



ELLWANGER KLINIK BEI DER REMSTALGARTENSCHAU

Bereits im August war die St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen bei der Remstalgartenschau in Essingen mit von der Partie. Am Forstwagen des Ostalbkreises stellte die Klinik ihr Angebot vor. Von der Messung der Vitalwerte über Aromapflege und der Vorstellung des Ausbildungsangebots gab es eine breite Angebotspalette, die von den Besuchern der Gartenschau sehr gut angenommen wurde. Auch die anderen Standorte der Kliniken Ostalb waren bei der Remstalgartenschau an einem Tag in Essingen (Ostalb-Klinikum) beziehungsweise an zwei Tagen in Schwäbisch Gmünd (Stauferklinikum) vertreten.



Anzeige

ANNETTE SCHAVAN IN ELLWANGEN

Über 200 Zuhörer waren am 7. Oktober in die Ellwanger Krankenpflegeschule zum Vortrag von Annette Schavan gekommen. Auf Einladung der Grünen Schwestern der St. Anna-Virngrund-Klinik und des Kolpingbezirksverbands Ostalb sprach sie über „Papst Franziskus und die Kunst des Politischen“. Die ehemalige Kultusministerin Baden-Württembergs war nach ihrer Ministerzeit als deutsche Botschafterin beim Heiligen Stuhl in Rom. Dort hatte sie auch engen Kontakt zum Papst und konnte die Abläufe im Vatikan hautnah miterleben. Ähnlich wie sein Vor-Vorgänger, Papst Johannes Paul II, sei auch Franziskus ein sehr politischer Papst, der vor allem die globale Welt im Blick hat und sich nicht scheue, den Finger auch in unliebsame Wunden der Kirche zu legen.

Begrüßt wurde Annette Schavan von Landrat Klaus Pavel sowie von Wolfgang Haas vom Kolpingverband. In der vollbesetzten Krankenpflegeschule trug sie sich zum Ende des Vortrags ins goldene Buch des Ostalbkreises ein.



Fotos: Kliniken Ostalb

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.



VERANSTALTUNGEN

Ellwangen

Dezember 2019

1. Dezember, 18:00 Uhr

Infoabend mit Kreißsaalführung

Ort: Konferenzraum, Gebäude C, Ebene 5

Veranstalter: Geburtshilfe

Januar 2020

5. Januar 2020, 18:00 Uhr

Infoabend mit Kreißsaalführung

Ort: Konferenzraum, Gebäude C, Ebene 5

Veranstalter: Geburtshilfe

Aalen

Dezember 2019

Jeden Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr

Still- und Babycafé

14.00 – 16.00 Uhr

Essensraum Frauenklinik,

Station 39, Ebene 3

Veranstalter: Frauenklinik

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

Informationsabend Säuglingspflege

Referentin: Susanne Hoffmann

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Elternschule

Januar 2020

2. Januar 2020, 20:15 Uhr bis 21:00 Uhr

Kreißsaalführung

Kreißsaal, Frauenklinik, Ebene 3

Veranstalter: Frauenklinik

2. Januar 2020, 19:00 bis 20:15 Uhr

Informationsabend Geburt

Referenten: Dr. Karsten Gnauert, Frau Caroline Kurz,

Frau Monica Bühler

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Frauenklinik+ Elternschule

Februar 2020

6. Februar 2020, 19:00 bis 20:15 Uhr

Informationsabend Geburt

Referenten: Dr. Karsten Gnauert, Frau Caroline Kurz,

Frau Monica Bühler

Konferenzraum 1 + 4

Veranstalter: Frauenklinik+ Elternschule

Mutlangen

Dezember 2019

3. Dezember, 20:00 Uhr

Kreißsaalführung / Plus 1 Treff

(findet alle 2 Wochen statt)

Ort: Konferenzsaal

Veranstalter: Frauenheilkunde/Geburtshilfe

19. Dezember, 14:30 – 15:30 Uhr

Frühchentreff

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

Ort: Medicenter

Veranstalter: Elternschule

Januar 2020

7. Januar, 10:00 bis 11:30 Uhr

Stilltreff

(findet dienstags statt)

Ort: Stauferklinikum, Station 23 (1. OG)

Veranstalter: Frauenheilkunde/Geburtshilfe

Februar 2020

5. Februar, 16:00 Uhr

Informationsveranstaltung Endoprothetik

(findet monatlich statt)

Ort: Konferenzsaal

Veranstalter: Klinik für Orthopädie, Unfall- und Wirbelsäulenchirurgie

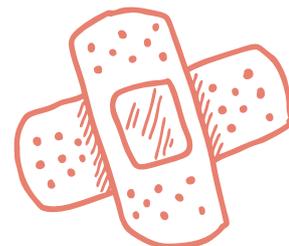
März 2020

7. März 2020, 9:00 bis 13:00 Uhr

Ethik-Symposium des Zentralen Ethikkomitees der Kliniken Ostalb gemeinnützige kAÖR

„Ethische Fragestellungen im Kontext künstlicher Ernährung“ mit Dr. Arnd T. May, Zentrum für angewandte Ethik, Erfurt

Ort: Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd, Konferenzraum 1



RÄTSEL

kaufm.: auf Rechnung	mündlich			Kosewort für Großmutter	Stadt in der europ. Türkei	Mannigfaltigkeit			Gabeldechsel	kurze Entfernung	Scharfsinn		schlechter Mensch		spanisch: Gebirgskette
Naturwissenschaft						leer									
		3		Gattin des Gottes Zeus		Nahrung aufnehmen					US-Schauspieler (Marlon) †		Backzutat		
Produkt aus Kokosnüssen	plastisches Bildwerk			gewitzt (ugs.)					fröhlich, vergnügt		leichter Wind				
geometrische Figur					Mutter von Salome	ganz junger Wein							9		
flüssiges Fett	6			niederl. Provinz an der Scheide	Knorpelfische				dän. Filmkomiker †		2		Spitze an Pflanzen		
Holzschutzmittel	sinnliche Liebe			künstlicher Erdtrabant			7		Leichtmetall (Kurzwort)			Glaslichtbild (Kw.)		5	
		10			Gewohnheit			Figur in 'Feuerwerk'	aus dem Stand (2 W.)						Umlaut
															8
Mittelmeerinsulaner				Fluss durch Aberdeen	Ort in der Oberlausitz		4			Passionsspielort in Tirol		Wasservogel			
Getränke mischen	gleichzeitig							Abk.: Sankt	süddeutsch: sowieso						
					ungute Leidenschaft										
		1		rostfreies Metall											
Zustimmung (Abk.)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11				

IMPRESSUM

Ausgabe Aalen

Herausgeber

Kliniken Ostalb
gemeinnützige kommunale
Anstalt des öffentlichen Rechts
Sitz der Kommunalanstalt:
Im Kälblesrain 1
73430 Aalen
Verwaltungsratsvorsitzender: Landrat Klaus Pavel
Vorstand: Prof. Dr. med. Ulrich Solzbach (Vorsitzender),
Thomas Schneider, Sylvia Pansow

Redaktion

Medienwerkstatt Ostalb
Schleifbrückenstraße 6
73430 Aalen
Anja Deininger (V.i.S.d.P.), Nadja Kienle

Texte und Fotos

Jürgen Eschenhorn, Markus Lehmann, Anja Deininger,
Katharina Vaas, Ralf Mergenthaler, Andreas Franzmann,
Peter Hageneder, Jan Walford, Christian Frumolt,
Kliniken Ostalb, Adobe Stock, freepik.com

Titelfoto:

Jan Walford

Datenschutzbeauftragter

datenschutz@sdz-medien.de

Grafik und Gestaltung

Younik GmbH – Grafikagentur
Ein Unternehmen der SDZ Druck und Medien GmbH
Bahnhofstraße 65
73430 Aalen
www.younik-design.de

Verlag und Anzeigenproduktion

SDZ Druck und Medien GmbH
Bahnhofstraße 65,
73430 Aalen

Verantwortlich für Anzeigen

Media Service Ostalb GmbH
Marc Haselbach (verantw.)
Bahnhofstraße 65
73430 Aalen



Willkommen im Leben!

Ich habe kürzlich das Licht der Welt erblickt.



Ostalb-Klinikum Aalen

FELIX

GEBURTSdatum 28. SEPTEMBER 2019
GEWICHT 3610 GRAMM
GEBURTSZEIT 20:07
GRÖSSE 53 CM



St. Anna-Virngrund-Klinik Ellwangen

LINA MARIA

GEBURTSdatum 18. SEPTEMBER 2019
GEWICHT 3340 GRAMM
GEBURTSZEIT 12:02
GRÖSSE 51 CM



Stauferklinikum Schwäbisch Gmünd

LILLY

GEBURTSdatum 17. OKTOBER 2019
GEWICHT 2830 GRAMM
GEBURTSZEIT 08:18
GRÖSSE 50 CM



Kaiserschmarren mit fruchtigem Beerenragout

(Rezept für 4 Personen)



Rezept von Ursula Schmid
Mitarbeiterin im Einkauf in der
St. Anna-Virngrund-Klinik



Foto: Kliniken Ostalb

Zutaten

2	Vanilleschoten
150 g	frische Beeren oder TK- Beeren (z. B. Himbeeren, Heidelbeeren)
10 EL	Zucker
8 EL	Rotwein
2 EL	Kartoffelstärke
130 g	Mehl
4 Eier	getrennt
1 Prise	Salz
200 ml	Milch
3 EL	Butter
	Puderzucker zum Bestäuben

Wie geht's?

1. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen.
2. Die Beeren mit 6 Esslöffel Zucker und dem Vanillemark aufkochen. Rotwein und Kartoffelstärke mischen und über die Beeren geben.
3. Das Mehl sieben, das Eiweiß mit der Prise Salz steif schlagen. Milch und Mehl glatt rühren, 1 Esslöffel Zucker und die Eigelbe zugeben, dann den Eischnee unterheben.
4. 2 Esslöffel Butter in 2 Pfannen schmelzen, je die Hälfte des Teiges hinein geben. Dann die Temperatur reduzieren, den Deckel aufsetzen. Nach ca. 6 Minuten wenden und erneut backen. Den Teig mit 2 Pfannenwendern in grobe Stücke zerteilen.
5. Restliche Butter und Zucker zum Teig geben und karamellisieren lassen.
6. Schmarren und Beerenragout auf 4 Tellern verteilen und mit Puderzucker bestreut servieren.

Tipp:
Den Teig nicht auf einmal in einer Pfanne braten. Lieber nacheinander oder auf zwei Pfannen (wie im Rezept beschrieben) verteilt arbeiten, dann bleibt er schön locker.



Extra-Tipp:
Scharfe Suppe
für die
kalte Jahreszeit

Meerrettichsuppe

(Rezept für 4 Personen)

Zutaten & Zubereitung

1 Apfel, 2 EL frischer Meerrettich oder 2 EL aus dem Glas (kein Sahnemeerrettich), 20 g Butter, 10 g Mehl, 400 ml Bouillon, 125 ml Sahne, Salz und weißer Pfeffer aus der Mühle, eine Prise Muskat

1. Den Apfel schälen, vom Kernhaus befreien und in kleine Würfel schneiden.
2. Den Meerrettich waschen, mit einem Kartoffelschäler schälen und fein reiben. Anschließend den Meerrettich mit den Apfelstückchen in zerlassener Butter anschwitzen. Mit Mehl bestäuben und die Bouillon aufgießen. Bei schwacher Hitze etwa 5 Minuten kochen.
3. Sahne zugeben, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mit dem Stabmixer evtl. fein pürieren.
4. Nimmt man Meerrettich aus dem Glas, gibt man diesen jetzt erst dazu.

Anzeigen



JAST ERGO
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



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

(07171) 6 20 03

Schwäbisch Gmünd · Heubach · Lorch

CONCORDIA
BESTATTUNGSINSTITUT
www.concordia-bestattungen.de

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 GGH

Unsere patentierte verstellbare Schuheinlage zur Behandlung des Hallux Valgus

halluXcorrect

➔ **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

KOSTENLOSES PROBETRAGEN



KOSTENLOSES PROBETRAGEN

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

- ausgezeichnete Hörqualität
- weicher Silikonauflaufsatz
- 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!

NOL 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



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