

# MARIE NEWS

07.2024

**HERZLICH WILLKOMMEN,  
HERR SCHNEIDER**

Neuer Geschäftsführer startete im Juni

**EINSEGNUNG UND FEIER ZUR  
(WIEDER-) ERÖFFNUNG**

Hospiz zurück an der Malzfabrik

**20 JAHRE  
PALLIATIVMEDIZIN**

Miteinander sprechen hilft



# TRADITION IM RÜCKEN. ZUKUNFT IM BLICK.

Marien-Hospital Euskirchen

[www.marien-hospital.com](http://www.marien-hospital.com)



## INHALT

HERZLICH WILLKOMMEN,  
HERR SCHNEIDER  
Seite 02

VERLÄNGERUNG DER  
KOOPERATION MIT MARIENSCHULE  
Seite 04

EINSEGNUNG UND FEIER ZUR  
HOSPIZ-WIEDERERÖFFNUNG  
Seite 06

20 JAHRE  
PALLIATIVMEDIZIN  
Seite 08

MEHR ALS EIN SPIEL –  
NOTALL-SIMULATIONSTRAINING  
Seite 10

BERUFUNG, DIE VERBINDET –  
VON KERALA BIS EUSKIRCHEN  
Seite 13

TAG DER FAMILIE –  
GEMEINSAM ERLEBEN  
Seite 14

INTERVIEW MIT  
PJ-KOORDINATORIN  
Seite 16

GARTENTAG AM  
RESI STEMMLER HAUS  
Seite 18

MEHR ALS EIN MODETREND:  
ZÖLIAKIE  
Seite 20

### IMPRESSUM

STIFTUNG  
MARIEN-HOSPITAL EUSKIRCHEN  
Gottfried-Disse-Str. 40 53879 Euskirchen  
[www.marien-hospital.com](http://www.marien-hospital.com)

Verantwortlich für den Inhalt:  
Johannes Hartmann | Wolfgang Schneider

Redaktion:  
Unternehmenskommunikation und Marketing  
[kommunikation@marien-hospital.com](mailto:kommunikation@marien-hospital.com)

Bildmaterial:  
Stiftung Marien-Hospital Euskirchen  
Adobe Stock  
Tom Steinicke

Druck:  
Berk Druck GmbH - Medienproduktion  
Oderstraße 5-7 53879 Euskirchen



Wolfgang Schneider und Johannes Hartmann

## VORWORT

### OPTIMISTISCHER BLICK IN DIE ZUKUNFT

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

wir begrüßen Sie herzlich zur Juliausgabe unseres Gesundheitsmagazins mit einer Premiere: Erstmals werden Sie im Vorwort von einer Doppelspitze als Geschäftsführung begrüßt.

Anfang Juni habe ich, Wolfgang Schneider, als Geschäftsführer die Leitung der Stiftungsfamilie übernommen. Als waschechter Schwabe hat es mich damit ins Rheinland verschlagen und ich kann nach meinen ersten Wochen vor Ort nur die sprichwörtliche rheinische Freundlichkeit und Herzlichkeit bestätigen: In zahlreichen Gesprächen konnte ich bereits viele der Menschen kennenlernen, die für die Stiftung Marien-Hospital und ihre Einrichtungen tätig sind, und ebenso viele positive Eindrücke gewinnen. Ich freue mich sehr auf die Zusammenarbeit und darauf, die Stiftungsfamilie auf ihrem Weg in die Zukunft begleiten zu dürfen. Mein Kollege, Johannes Hartmann, der die Stiftungsfamilie im vergangenen Jahr als Interims-Geschäftsführer leitete, wird mir in den nächsten Wochen zur geordneten Übergabe zur Seite stehen. Für seine Kollegialität und seinen engagierten Einsatz im vergangenen Jahr danke ich ihm herzlich.

Wir freuen uns, Ihnen auch in dieser Ausgabe wieder Einblicke in verschiedene Kliniken und Einrichtungen unserer Stiftungsfamilie gewähren zu können sowie Mitarbeitende und Teams vorzustellen, die mit ihren Ideen, ihrem Engagement und viel Herz tagtäglich Großes leisten – für Sie und Ihre Gesundheit!

Genießen Sie den Sommer und bleiben Sie gesund!

**JOHANNES HARTMANN | WOLFGANG SCHNEIDER**  
Geschäftsführung  
Stiftung Marien-Hospital Euskirchen

# HERZLICH WILLKOMMEN, HERR SCHNEIDER

Neuer Geschäftsführer zum 01. Juni 2024



v.l.n.r. Johannes Hartmann, Wolfgang Schneider und Pfr. Tobias Hopmann

”

Hier stimmt beides:  
die fachliche Expertise  
und das gute  
Bauchgefühl!

Pfarrer Tobias Hopmann,  
Vorsitzender des Verwaltungsrates  
der Stiftung Marien-Hospital Euskirchen



Wolfgang Schneider

## Vorstellung des neuen Geschäftsführers im Rahmen mehrerer Mitarbeiterveranstaltungen

Zum 01. Juni hat Wolfgang Schneider als neuer Geschäftsführer der Stiftung Marien-Hospital Euskirchen und all ihrer Einrichtungen seinen Dienst angetreten. Bereits in den ersten Tagen nutzten Pfarrer Tobias Hopmann und Geschäftsführer Johannes Hartmann die Gelegenheit, ihn den Mitarbeitenden im Rahmen mehrerer Veranstaltungen vorzustellen und herzlich in unserer Stiftungsfamilie willkommen zu heißen.

Mehr als 38 Jahre war er bei der Unternehmensgruppe ADK GmbH für Gesundheit und Soziales in Ehingen (Alb-Donau-Kreis) tätig – davon über 25 Jahre in verschiedenen Leitungsebenen sowie -funktionen. Zuletzt verantwortete er die Geschäftsführung der Unternehmensgruppe sowie all ihrer Tochterunternehmen. Hierdurch blickt der gelernte Krankenpfleger und Diplom-Betriebs-

wirt auf eine umfassende und vielschichtige Expertise:

Im Klinikbereich schärfte er die medizinischen Schwerpunkte des Alb-Donau Klinikums sowie einer Geriatrischen Rehaklinik und positionierte sie erfolgreich für die Zukunft. Schneider stieß zahlreiche Um- sowie Neubauvorhaben an und tätigte Investitionen in innovative Medizintechnik, eine medizintechnische Infrastruktur sowie in umfangreiche Digitalisierungsprojekte. Ebenso wurden die Medizinischen Versorgungszentren unter seiner Führung deutlich weiterentwickelt.

Bereits vor 20 Jahren baute er den Pflegeheimbereich im Alb-Donau-Kreis als neuen Geschäftsbereich auf. Heute verfügen die sieben Seniorenzentren, fünf Tagespflegeeinrichtungen und die dazu-

gehörenden ambulanten Dienste über innovative Konzepte und sind wirtschaftlich erfolgreich aufgestellt.

Pfarrer Tobias Hopmann betonte in den Veranstaltungen, dass für die Entscheidung des Verwaltungsrates zwei Dinge maßgeblich waren: Die fachliche Expertise sowie das gute Bauchgefühl. Dies gelte ebenso für die zweite Person, die über einen medizinischen Hintergrund verfügen und die Geschäftsführung spätestens zum 01. Januar 2025 komplettieren wird. Näheres wird mitgeteilt, sobald sämtliche Details geklärt sind. Herr Johannes Hartmann, der vor fast exakt einem Jahr seinen Dienst als Interims-Geschäftsführer antrat, wird unserer Stiftungsfamilie noch einige Monate erhalten bleiben, um einen geordneten Übergang sowie eine bestmögliche Einarbeitung zu gewährleisten.



Pfarrer Tobias Hopmann

## Erster Eindruck: offene Menschen und eine hohe Identifikation

Dass man in unserer Stiftungsfamilie auf offene und freundliche Mitarbeitende trifft, wusste bereits Johannes Hartmann – trotz seines überraschenden Dienstantrittes im Juni vergangenen Jahres – zu berichten. Dass nun auch Wolfgang Schneider diesen Eindruck bereits in seinen ersten Tagen gewinnen konnte, freut uns umso mehr. Auch, dass aus den ersten geführten Gesprächen eine hohe Identifikation mit der Stiftungsfamilie sowie die Begeisterung und das Engagement für die Arbeit in dieser deutlich hervorgehen.

Neben seiner Person und seinem beruflichen Werdegang bot Wolfgang Schneider im Rahmen der Mitarbeiterveranstaltungen auch einen Einblick in seine Arbeitsweise, einen Ausblick auf die gemeinsame Zusammenarbeit und die bevorstehenden Herausforderungen, die dem Gesundheitswesen im allgemeinen bevorstehen.

Die wichtigste Erkenntnis der ersten Tage ist jedoch: Alle Beteiligten freuen sich auf eine gute Zusammenarbeit, verbunden mit einer erfolgreichen Zukunft der Stiftung Marien-Hospital Euskirchen und ihren Einrichtungen.

# MEHR ALS MEDIZIN: BERUFLICHE VIELFALT AM MARIEN-HOSPITAL

## Kooperation mit der Marienschule geht in die Verlängerung

Über eine sogenannte KURS-Lernpartnerschaft stehen das Marien-Hospital und die Euskirchener Marienschule bereits seit 2019 in einer besonderen Verbindung – die Mitte Juni von den Beteiligten verlängert wurde. Ziel der KURS-Lernpartnerschaften ist es, Arbeitswelt und Schule einander näher zu bringen. Sie bieten SchülerInnen die Möglichkeit, in Branchen hinein zu schnuppern und sich so mit verschiedenen Berufen auseinanderzusetzen.

So erleichtern die KURS-Lernpartnerschaften den Jugendlichen vor allem den Übergang von der Schule ins Berufsleben. Das Angebot von KURS richtet sich dabei an Unternehmen aller Branchen und beliebiger Größe. Auf der anderen Seite sind Schulen der Sekundarstufe I und II beteiligt – Schülerinnen und Schüler aller Altersstufen machen sich auf, die Arbeitswelt zu entdecken.

Im Rahmen dieser Lernpartnerschaft arbeiten wir Hand in Hand mit der Marienschule, um den SchülerInnen Einblicke in die oft unterschätzte berufliche Vielfalt im Gesundheitswesen zu verschaffen: In Form von Praktika machen wir unseren Berufsalltag für die Jugendlichen erlebbar.

Doch wie kam es überhaupt zu dieser Partnerschaft? Die Verbindung zur Marienschule existiert bereits seit rund 10 Jahren. Den Startpunkt einer damals noch inoffiziellen Partnerschaft bildete die „Woche der Wiederbelebung“ für Schüler der Jahrgangsstufe 9. Initiiert wurde diese durch Prof. Heinz Michael Loick, Chefarzt unserer Klinik für Anästhesie und operative Intensivmedizin, Schmerz- und Palliativmedizin, sowie Jürgen Antwerpen, dem ehemaligen Schulleiter des Gymnasiums. Seitdem bieten Prof. Loick und unsere PJ-Stu-

denten den Jugendlichen Einblicke in Erste Hilfe-Maßnahmen zur Wiederbelebung nach dem System „Prüfen-Rufen-Drücken“: Hier lernen die Marienschüler im wahrsten Sinne des Wortes fürs Leben.

Die KURS-Lernpartnerschaft war die logische Schlussfolgerung und für Jürgen Antwerpen eine Herzensangelegenheit, bevor er seine Pensionierung antrat. Seinem Nachfolger, Michael Mombaur, ist es – ebenso wie unserer Geschäftsführung – ein Anliegen, diese langjährige Partnerschaft fortzuführen und den Marienschülern den Eintritt in die Arbeitswelt eines der größten Arbeitgeber der Region zu ermöglichen. Ob „Woche der Wiederbelebung“, der Berufsinformationsabend „Quo vadis?“ oder Praktika in unserem Haus: Gemeinsam ebnen wir die Entscheidung für den Beruf fürs Leben – auch in den kommenden Jahren!



# WIR BIETEN VIELFÄLTIGE EINSTIEGSCHANCEN

## Pflegefachschule am Marien-Hospital Euskirchen

[www.marien-hospital.com/karriere](http://www.marien-hospital.com/karriere)



# EINSEGNUNG UND FEIER ZUR (WIEDER-) ERÖFFNUNG

Hospiz in Räumlichkeiten an der alten Malzfabrik zurückgekehrt



”

Wir wünschen den KollegInnen unseres Hospizes alles erdenklich Gute in ihrem neuen “alten” Zuhause!



**Grund zur Freude: Team des Hospizes ist dankbar, wieder „zu Hause“ zu sein. Vertreter aus Kirche und Politik betonen Bedeutung der Hospizarbeit.**

Seit 2011 zählt das Hospiz an der ehemaligen Malzfabrik in Euskirchen zu unserer Stiftungsfamilie. Im Juli 2021 wurde es durch die verheerende Unwetterkatastrophe unbewohnbar. Damals konnte glücklicherweise in Kooperation mit den Gesundheitsbehörden und Krankenkassen eine schnelle und optimale Lösung zur Schließung der durch die Flut entstandenen Versorgungslücke für Hospiz-Gäste im Kreis Euskirchen gefunden werden.

So wurde ab Ende August 2021 der Betrieb unseres Hospizes sowie die damit verbundene spezifische Versorgung von bis zu zehn Hospiz-Gästen Übergangsweise auf die Station P1 unseres Krankenhauses verlegt. Zweieinhalb Jahre später konnte unser Hospiz nach vollständiger Sanierung Mitte Januar 2024

endlich „nach Hause“ zurückkehren und den Betrieb an der ehemaligen Malzfabrik wieder aufnehmen.

Nach einer angemessenen Zeit des Ankommens und Einlebens fand Anfang Juni die Einsegnung der Räumlichkeiten des sanierten Hospizes durch Pfarrer Tobias Hopmann, Vorsitzender unseres Verwaltungsrates, im kleinsten Kreis statt. Im direkten Anschluss begrüßten Geschäftsführung und Einrichtungsleitung des Hospizes die geladenen Gäste, darunter auch Vertreter aus Kirche und Politik, im großen Konferenzraum des Marien-Hospitals zur (Wieder-) Eröffnungsfeier des Hospizes.

Neben der Geschäftsführung fanden Tobias Hopmann, Landrat Markus Ramers sowie Sacha Reichelt, Bürgermeister

der Stadt Euskirchen, sehr treffende und berührende Worte, die die Bedeutung und den Stellenwert der Hospizarbeit betonten. Sie dankten dem Hospiz-Team sowie der Architektin Sylvia Leydecker, die mit großem Einsatz bei der Wiederherstellung der Räumlichkeiten unterstützt und den Rückzug möglich gemacht haben.

Christine Poensgen, Einrichtungs- und Pflegedienstleitung des Hospizes, richtete ihren Dank vor allem auch an die Teams der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie sowie der Klinik für Anästhesie für die langjährige Bereitstellung ihrer Räumlichkeiten. Sie betonte, dass die „Übergangslösung“ eine echte Bereicherung für sie und ihr Hospiz-Team gewesen sei und hoffte, dass dies auch die Kollegen so wahrgenommen haben.



**Räume zum Wohlfühlen: Sanierung optimiert Aufenthaltsqualität**

Nachhaltig wurde das in Mitleidenschaft gezogene Gebäude im Bestand saniert, statt abgerissen und ersetzt. Mit der Innenarchitektur wurde die Atmosphäre des ursprünglichen Entwurfs von Sylvia Leydecker weiterentwickelt und an die laufende Modernisierung angepasst. Räume zum Wohlfühlen sind schließlich sowohl für die Gäste, die Angehörigen als auch die Mitarbeitenden entstanden und das Hospiz zu neuem Leben erweckt:

Die Innenarchitektur schafft eine Aufenthaltsqualität, die sich über sämtliche Bereiche zieht – für verschiedene Stimmungen wurde ein passender und angenehmer Rahmen geschaffen. Sei es der Rückzug im eigenen Zimmer, vertrauliches Miteinander im öffentlichen Bereich, das Beisammensein in großer Runde oder Wellness im Pflegebad.

Die Symbiose aus Ausblick, Einblick, Rückzug, Farben, Materialien, Tageslicht und dekorativem Kunstlicht sowie wohltuendem Naturbezug ist hier in Balance und prägt ein ausgewogenes Miteinander an jedem einzelnen Tag. Damit ist auch bei der Wiedereröffnung ein positives räumliches Umfeld entstanden, das gut tut.

# 20 JAHRE PALLIATIVSTATION

Palliativ Care: Der verbleibenden Zeit mehr Lebensqualität geben

Das Palliativteam des Marien-Hospitals blickte im Mai und Juni mit einer Veranstaltungsreihe auf erfolgreiche Jahre zurück – und in die Zukunft.

Vor 20 Jahren wurde unsere Palliativstation eröffnet. Über zwei Jahrzehnte hinweg entwickelte sich die Station stetig weiter und wurde zu einem festen Bestandteil der medizinischen Versorgung am Marien-Hospital Euskirchen. Unter Leitung von Prof. Dr. med. H. M. Loick, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und operative Intensivmedizin, Schmerz- und Palliativmedizin, arbeitet ein spezialisiertes Team aus Pflegekräften, Ärzten, Physiotherapeuten, Psychologen, Seelsorgern, Sozialarbeitern, Aroma- und Klang-Therapeuten.

Das interdisziplinäre Team unserer Palliativstation umorgt Patienten mit nicht

heilbaren, fortgeschrittenen Erkrankungen. Im Vordergrund der Arbeit des Palliativteams steht die Linderung von Symptomen und Beschwerden, die unter pflegerischen, medizinischen und psychosozialen Aspekten einer umfassenden stationären Betreuung und Behandlung bedürfen. Die Verbesserung der Lebensqualität und eine Entlastung der Angehörigen haben dabei höchste Priorität. Bei einer möglichen Stabilisierung wird eine Entlassung in die häusliche Umgebung angestrebt. Ambulante palliativmedizinische Versorgungsmöglichkeiten oder eine stationäre Hospizversorgung werden bei Bedarf eingeleitet. Gelingt dies nicht, erfolgt eine Begleitung der letzten Lebensphase.

Zu den häufigsten behandelten Krankheitsbildern zählen fortgeschrittene Tumorerkrankungen, weit fortgeschrittene

chronische Erkrankungen von Herz, Lunge, Leber, Niere sowie Erkrankungen des zentralen Nervensystems und des rheumatologischen Formenkreises. Darüber hinaus werden neurologische Erkrankungen mit fortschreitenden Lähmungserscheinungen, vor allem der Atemmuskulatur, behandelt.

„Wir freuen uns und sind dankbar, auf 20 erfolgreiche Jahre zurückblicken zu können. Vor allem richten wir unseren Blick aber nach vorn und auf eine stetige Optimierung unserer Arbeit“, erklärt Prof. Dr. Loick. Die Geschäftsführung dankt dem gesamten Palliativteam für ihr unermüdliches Engagement sowie die physisch und auch psychisch anspruchsvolle Arbeit. Was die Tätigkeit und das Miteinander auf einer Palliativstation besonders macht, erfahren Sie im nächsten Beitrag.

”

Jeder Mensch erbringt eine Lebensleistung, die es zu würdigen gilt!



## MITEINANDER SPRECHEN HILFT

Palliativteam gewährt Einblicke

Die Kolleginnen und Kollegen unserer Palliativstation kommen ihren Patienten auf deren letzten Lebensweg sehr nah – körperlich, aber auch emotional. Denn am Ende ihres Lebens gewähren viele von ihnen ganz persönliche Einblicke und Momente: in ihre Gefühlswelt und ihre Erinnerungen. Die glücklichsten Augenblicke eines Lebens, Erfolge, erfüllte Träume, aber auch traurige Momente, Verluste und verpasste Chancen finden häufig den Weg an die Oberfläche.

Erinnerungen werden wach, greifbar und lassen die Lebensleistung eines jeden Einzelnen erlebbar werden. Dass die Patienten und Angehörigen das Palliativteam so nah an sich lassen, geht ans Herz. So erinnert man sich gemeinsam, vergießt Tränen des Glücks, der Trauer, des Schmerzes und – man mag es im ersten Moment kaum glauben – lacht! Und genau dies ist es, was die Arbeit auf einer Palliativstation ausmacht: Es geht darum, Schmerzen und andere Symptome der Krankheit zu lindern, Sorgen zu nehmen und der verbleibenden Zeit mehr Lebensqualität zu geben.

Dass die Tätigkeit auf der Palliativstation, das Miterleben ganz unterschiedlicher Lebensgeschichten und Schicksale, oft nicht spurlos an den KollegInnen vorübergeht, ist selbsterklärend. Viele Erlebnisse sind selbst für unsere erfahrenen Fachkräfte nicht leicht zu verarbeiten. Sie gehen ans Gemüt und sind allein nur schwer zu schultern. In diesen Fällen kommt das Team der Palliativstation zum Tragen: Die KollegInnen unterstützen sich gegenseitig und sprechen sehr viel miteinander – das hilft.

Und genau hierin, im miteinander Sprechen, liegt der Schlüssel im Bereich Palliativ Care. Miteinander sprechen hilft – den Patienten, Angehörigen und dem Palliativteam. Bei Planungen und allen Herausforderungen, die der Alltag auf einer Palliativstation mit sich bringt.



Prof. Dr. med. H. M. Loick



# ALLES ANDERE ALS EIN SPIEL – NOTFALL-SIMULATIONSTRAINING

Hochmodernes Simulationstraining am Marien-Hospital



## Regelmäßige Trainingssituationen sind auch in einer Zentralen Notaufnahme der Schlüssel zum Erfolg

Im Notfall zählt jede Sekunde – das ist allgemein bekannt. Vom Ersthelfer über den Rettungsdienst bis hin zum interdisziplinären Team in der Klinik sollte jeder wissen, was im Fall der Fälle zu tun ist. Hierfür bilden Dr. Jesko Priewe, Chefarzt unserer Klinik für Akut- und Notfallmedizin, und sein Instruktor-Team unsere medizinisch und pflegerisch tätigen Kolleginnen und Kollegen in monatlichen Stationstrainings sowie Immediate-Life-Support Kursen und halbjährlichen Notfall-Simulationstrainings aus. Wie in vielen anderen Lebensbereichen ist auch hier Regelmäßigkeit der Schlüssel zum Erfolg – so bleiben alle fokussiert und vor allem auf dem aktuellen Stand.

Im Mai hieß es dann wieder: Drei Durchgänge, drei Teams – drei Notfall-Simulationstrainings. Bis zu 10 Kolleginnen und Kollegen unterschiedlichster Professionen arbeiten in diesen Fällen am Patienten – da muss jeder Handgriff sitzen. Dabei gilt es, einen klaren Kopf zu

bewahren, fokussiert zu bleiben und flexibel auf das jeweilige Team und vor allem den Patienten einzugehen. Letzgenanntes ist mit die größte Herausforderung – trotz vorheriger Anmeldung durch die Leitstelle weiß das Team nie genau, was auf es zukommt. Zudem ist auch die Konstellation eines Notfall-Teams stets verschieden.

Umso wichtiger sind Notfall-Simulationstrainings: Sie ermöglichen eine hochmoderne und besonders effektive Form des Lernens. Hierbei wird das Notfallmanagement verschiedener Erkrankungen in einer interdisziplinären Notaufnahme vermittelt. In diesem geschützten Rahmen kann das erlernte Wissen unter möglichst realistischen Bedingungen angewendet und aufgefrischt werden. Dabei ist das Notfallsimulationstraining weit mehr als ein inszeniertes „Puppenspiel“. Hochmoderne Patientensimulatoren lassen differenzierte Fallsimulationen so realistisch wie möglich erschei-

nen und die Teilnehmenden vergessen, dass es sich um ein Training handelt:

Treffen Notarzt und Notfallsanitäter mit dem Patienten im Schockraum ein, beginnt nicht nur eine realistische Patientenübergabe, sondern es wird auch die Schockraum-Uhr ausgelöst, die unerbitlich läuft. Ab sofort gelten definierte Vorgaben, Vorschriften und Zeitfenster, die es einzuhalten gilt. In diesem Training handelt es sich um einen schwerstverletzten Patienten (Polytrauma), der nun im Fokus des Teams steht. Objektive Informationen sind zu Beginn nicht bekannt und das versorgende Team arbeitet unter maximaler Anspannung.

Somit wird neben fachlichen Schwerpunkten vor allem das gemeinsame Arbeiten unter extremen Bedingungen trainiert. Innerhalb kürzester Zeit müssen für den Patienten lebensrettende Maßnahmen ergriffen und somit wichtige Entscheidungen getroffen werden.



Und das in einem Team von 5 bis 10 Personen verschiedener Professionen und in stets unterschiedlicher personeller Zusammensetzung.

Die simulationsbasierten Teamtrainings bieten vielfältige Vorteile: Innerhalb kürzester Zeit werden die Interaktion und Kommunikation der teilnehmenden Ärzte und Pflegekräfte verbessert. Gleichzeitig bieten sie die Möglichkeit zur Reflexion sowie zur bestmöglichen persönlichen Optimierung. Zudem erhöhen die verschiedenen Notfall-Szenarien die Patientensicherheit – also eine Win-win-Situation für alle Parteien. Somit stellen die Notfall-Simulationstrainings einen wichtigen Baustein für die Fortbildung einer interdisziplinären Zentralen Notaufnahme dar.

Bei dem diesjährigen Notfall-Simulationstraining waren neben Ärzten und Pflegekräften erstmalig auch zwei Notfallsanitäter in Ausbildung – also Mitarbeitende an einer der zentralen Schnittstellen in der Versorgung schwerstverletzter Patienten – Teil des Simulationstrainings. Bedeutet: Bevor es für unseren Patienten in die Zentrale Notaufnahme ging und für unser Team ernst wurde, waren die Notfallsanitäter des Kreises Euskirchen an der Reihe.

Auch für die beiden Auszubildenden galt es, in Zusammenarbeit mit einem unserer Notärzte ein möglichst realitätsnahes Szenario auf dem Campus des Marien-

Hospitals zu trainieren. Inbegriffen waren hierbei die initiale Patientenversorgung, Immobilisierung sowie Verlegung des Patienten in den RTW und die anschließende Übergabe im traumatologischen Schockraum unserer Zentralen Notaufnahme.

Eine enge und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit dem Rettungsdienst ist für unsere Zentrale Notaufnahme selbstverständlich. Trotzdem war die diesjährige Kombination für alle Beteiligten besonders wertvoll. Die Teams konnten nochmals einen realistischen Eindruck der Arbeit der anderen Partei gewinnen. Auf diese Weise ließ sich das Bewusstsein für deren organisatorische sowie strukturelle Abläufe aber auch Herausforderungen schärfen.

Gleichzeitig bot das Notfall-Simulationstraining für ein weiteres Projekt die perfekte Grundlage zur Nachbetreuung und Kontrolle: Ende Juni des vergangenen Jahres erfolgte der Startschuss zu einem – für ein Krankenhaus – bis dahin einzigartigen Projekt. „ZNA – Bewegung in die Zukunft“, so der Arbeitstitel, wurde durch das Team unserer Zentralen Notaufnahme in enger Kooperation mit unserer Personalentwicklung sowie den Experten von Spine Base ins Leben gerufen. Im Fokus stand hierbei in erster Linie die Gesundheit unserer Kolleginnen und Kollegen. Nach gründlichen Gesundheitschecks und ersten Beobachtungen im laufenden Betrieb wurde es

dann im August richtig spannend: Die Mitarbeitenden wurden von Kopf bis Fuß mit insgesamt 17 Sensoren ausgestattet und mit einem persönlichen Avatar verlinkt. Die hieraus gewonnenen Daten zur Körperhaltung und Gelenkbelastung wurden grafisch animiert, mit realen Bewegungsabläufen synchronisiert und dienten anschließend zur Videoanalyse. Nachfolgend wurden verschiedene Maßnahmen zur Förderung der physisch und psychisch optimalen Arbeitsplatzgestaltung ergriffen.

Mit dem Simulationstraining kam nun ein realitätsnaher Stresstest auf unser Team zu: Wie erfolgreich wirken sich die getroffenen Maßnahmen aus? In jedem der Trainings wurde erneut ein Teammitglied mit den Sensoren ausgestattet – das Ergebnis ist eindeutig: Selbst in Arbeitssituationen mit maximaler Anspannung greifen die in den vergangenen Monaten etablierten Maßnahmen und Trainings – sie sind sprichwörtlich in Fleisch und Blut übergegangen. Dies zeigt uns, dass wir mit diesem Projekt auf dem richtigen Weg sind und unseren Mitarbeitenden ein möglichst gesundes Arbeiten ermöglichen können.

Chefarzt Dr. Priewe und sein Organisatoren-Team freuen sich über ein rundum gelungenes Simulationstraining und blicken optimistisch in die Zukunft.

# BERUFUNG, DIE VERBINDET – VON KERALA BIS EUSKIRCHEN

## Pflegedirektion freut sich auf erste indische Pflegekräfte

Bundesweit steigt seit vielen Jahren der Personalbedarf im Gesundheitswesen kontinuierlich an – dies betrifft auch die Einrichtungen im Kreis Euskirchen. Somit stehen Krankenhäuser, Seniorenheime oder auch die ambulante Pflege vor einer gewaltigen Herausforderung. Eine Herausforderung, die so groß ist, dass sich der Kreis – ungeachtet seiner Zuständigkeiten – dazu entschieden hat, sich dem Thema anzunehmen und den ansässigen Pflegeeinrichtungen zu helfen. Die Idee: Der Kreis Euskirchen unterstützt die beteiligten Arbeitgeber bei dem Prozess des Fachkräfte-Recruitings aus Drittstaaten und schafft hierdurch ein Netzwerk, von dem alle beteiligten Arbeitgeber im besten Fall profitieren.

Die hieraus entstandene Projektgruppe bildet einen Schulterschluss auf der Suche nach geeigneten Pflegekräften. Zu Beginn des Projektstarts einigten sich alle beteiligten Arbeitgeber auf CWC Recruitment als Recruiting Partner sowie auf die Deutsche Fachkräfteagentur für Gesundheits- und Pflegeberufe als Berater. Bei der Premiere dabei sind von Arbeitgeberseite das Marienheim Bad Münstereifel, das Evangelische Alten- und Pflegeheim Gemünd, Marienborn Zülpich, das Kreis Krankenhaus Mechenich und das Marien-Hospital Euskirchen.

Im Oktober 2023 kam die Projektgruppe ihrem Ziel einen bedeutenden Schritt näher, als sie die Verträge mit CWC Recruitment, einer renommierten Agentur, die Gesundheitseinrichtungen bei der Vermittlung von Pflegekräften aus dem internationalen Umfeld begleitet, unterzeichnete. Schnell einigte man sich auf indische Pflegekräfte: Hier gibt es nämlich – im Gegensatz zu unserem Gesundheitssystem – einen deutlichen Überschuss an voll ausgebildeten Pflegekräften, die in ihrer Heimat oftmals händelnd nach einem sicheren Arbeitsplatz suchen, jedoch keinen finden können. Ende 2024 sollen nun die ersten indischen Kolleginnen zu uns in den Kreis Euskirchen kommen – dann regelmäßig in den Folgejahren. Die sukzessive Vorgehensweise soll eine optimale Einarbeitung sowie ein bestmögliches Ankommen gewährleisten. Denn ein sicherer Arbeitsplatz fernab der Heimat ist für die indischen Pflegekräfte mit ei-

nigen Veränderungen sowie Herausforderungen verknüpft und verlangt ihnen mit Sicherheit auch menschlich einiges ab:

Ein gewisses Sprachniveau ist – neben dem Examen als Pflegefachkraft – eine Grundvoraussetzung, damit sie sich im Berufsalltag mit Patienten, Angehörigen und den Kollegen verständigen können. Hierbei unterstützten die Arbeitgeber im Kreis Euskirchen natürlich ebenso, wie bei der Bereitstellung von Unterkünften und dem Ankommen und Wohlfühlen in der Eifel. Für den Erfolg des Projektes ist der Wohlfühlfaktor nämlich von entscheidender Bedeutung: Die InderInnen lassen in der ersten Zeit ihre Familien – häufig mit jungen Kindern – in der Heimat zurück. Und das, um uns oder unsere Liebsten bei Bedarf zu pflegen.

Welch schöne Geschichten eine solche Tätigkeit fernab der Heimat schreiben kann, zeigt sich bei uns am Marien-Hospital: In den 70er-Jahren kamen beim damaligen Pflegenotstand Pflegekräfte von den Philippinen zu uns in den Kreis und sind geblieben. So auch die Mutter von Prenalyn Pfeifer: Hierdurch ist die heutige Leitung unserer Intensivstation

im wahrsten Sinne des Wortes ein geborenes MHE-Gewächs!

Anfang der 70er-Jahre nahm Percy Torres bei uns ihre Tätigkeit als Pflegefachkraft auf, wohnte auf unserem Campus im sogenannten Schwesternwohnheim und arbeitete bis zu ihrem Rentenantritt auf Station 4A im Nachtdienst. Ihre Tochter Prenalyn erblickte in den 70er-Jahren in unserer Klinik für Geburtshilfe das Licht der Welt, wuchs unmittelbar am Marien-Hospital auf und beschloss nach ihrem Schulabschluss in die Fußstapfen ihrer Mutter zu treten: Ihre Ausbildung zur Krankenschwester absolvierte sie in unserer Pflegefachschule und bildete sich kontinuierlich fort – heute ist sie die Leitung unserer Intensivstation.

Wir finden: Ein schönes Beispiel einer gelungenen Integration, die uns veranschaulicht, wie sich die Gegenwart in vielfacher Hinsicht auf die Zukunft auswirken kann. In diesem Sinne heißen wir Ende des Jahres die ersten InderInnen bei uns am Marien-Hospital herzlich willkommen und freuen uns auf eine gemeinsame sowie erfolgreiche Zukunft.



Kerstin Beissel und Dezső Polgari mit Prenalyn Pfeifer

# TAG DER FAMILIE – GEMEINSAM ERLEBEN

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe lädt junge Familien ein

Bunt und fröhlich – so lässt sich der erste Tag der Familie wohl am besten zusammenfassen. Mitte April lud unsere Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe zur Premiere der Veranstaltung ein, die sich vor allem an junge Familien richtete – aber natürlich auch an alle Omas, Opas, Tanten und Onkel.

Bei – wie bestellt – schönstem Frühlingswetter konnten wir zahlreiche Familien auf unserem Campus begrüßen, die das vielfältige Informationsangebot und die zahlreichen Aktionsstände nutzten oder an einem der Flohmarktstände mit Kindersachen stöberten. Neben der Möglichkeit, sich rund um das Thema Gesundheit für (werdende) Mütter (Beckenboden, Diabetes u. a.) zu informieren oder diese in einem Yoga-Kurs gleich aktiv zu stärken, stellten sich zum Beispiel unsere Stillambulanz, das Stillcafé und die

Elternschule vor. Die Polizei informierte an einem Stand zum Thema Kindersicherheit im Straßenverkehr und die Aktion „KinderHelden“ präsentierte unter anderem ihr Mentoring Programm, welches Kindern mit erschwerten Startbedingungen bessere Bildungschancen eröffnen möchte.

Damit nicht nur die Erwachsenen auf ihre Kosten kamen, gab es natürlich auch für die Kleinsten ein buntes Mitmach-Programm: Eine Tombola mit zahlreichen tollen Preisen, viele bunte Luftballons, Kinderschminken und die Teddy-Klinik ließen Kinderaugen strahlen.

„Unsere Idee war es, ein Event zu veranstalten, das werdenden Eltern und jungen Familien die Möglichkeit bietet, sich gebündelt zu verschiedenen Themen zu informieren, die während der

Schwangerschaft oder in der ersten Zeit als Familie von großer Bedeutung sind – und dies in einem ungezwungenen und geselligen Rahmen. Mit dem „Tag der Familie“ ist es uns gelungen, ein solches Event auf die Beine zu stellen“, erklärt Miriam Rossa, Chefärztin der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, die Idee hinter der Veranstaltung.

Wir freuen uns sehr, dass der erste „Tag der Familie“ ein voller Erfolg war und danken den Kolleginnen und Kollegen unserer Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe für ihre Initiative sowie das tolle Engagement. Ein weiterer Dank gilt allen anderen Beteiligten, ob Unterstützer, Aussteller oder Sponsoren, die diesen Tag ermöglicht und zu dem gemacht haben, was er war: Ein bunter, fröhlicher und informativer Tag – den wir mit Sicherheit gern wiederholen!

”  
Teddy-Klinik  
gewährt Einblicke und  
nimmt Ängste!



## TEDDY FRED IN NOT

Teddy-Klinik nimmt Ängste

Fred ist ein richtiger Zappelphilipp. Ständig kippelt er mit dem Stuhl oder klettert über Tische und Bänke. Und diesmal ist es tatsächlich schief gegangen – Fred ist gestürzt, hat schlimme Schmerzen und sein Arm scheint gebrochen zu sein. Schnell kommt ein RTW und bringt ihn in die Klinik. Und dann? Welche Untersuchungen stehen jetzt an? Wie sind die Abläufe? Was machen die Ärzte? Und vor allem: Tut das weh?

Fragen über Fragen. Am „Tag der Familie“ haben wir zusammen mit Teddy Fred und unserem Team aus Medizinstudentinnen, Auszubildender und Sanitäterin die Teddy-Klinik wieder aufleben lassen, um diesen Fragen auf den Grund zu gehen. Ziel der Teddy-Klinik ist es, Kindern im Kindergartenalter die Ängste vor dem Krankenhaus und den Abläufen zu nehmen. Sie soll den Kindern zeigen, dass ein Besuch im Krankenhaus auch spannend sein kann und nicht schlimm sein muss. Mit Teddy Fred hat das Team unserer Teddy-Klinik die Möglichkeit, den Kindern den Ablauf einer Untersuchung nicht an sich selbst, sondern am Teddy zu erklären und zu zeigen, sodass die Kinder die Situation ohne Angst betrachten können.

Dieses Konzept ging am „Tag der Familie“ voll auf und wurde von den Kindern begeistert angenommen: Nachdem der Rettungswagen mit Teddy Fred und lautem Tatü-Tata angebraust kam, hatten die Kinder zunächst die Möglichkeit, den RTW von innen anzuschauen. Sanitäterin Simone erklärte die Geräte und wer wollte, konnte seine Pulsfrequenz und Sauerstoffsättigung mittels Fingerclip messen lassen. In der „Klink“ übernahmen dann unsere Pflegefachkraft und ÄrztInnen in spe Freds Versorgung. Die Kleinen hatten die Möglichkeit, die Untersuchung, das Anlegen einer Infusion, das Spritze setzen, Röntgen und das Bandagieren von Freds Arm zu erleben und selbst mit Hand anzulegen. Am Ende verließen alle Kinder die Teddy-Klinik mit einer Mini-Version von Teddy Fred.



# WOHLFÜHLFAKTOR? HOCH! PJ AM MARIEN-HOSPITAL

PJ-Koordinatorin – optimale Betreuung ist ihre Passion



## Arbenita Uka ist PJ-Koordinatorin und berichtet über die Arbeit für und mit der neuen Generation von Medizern

Arbenita Uka arbeitet als PJ-Koordinatorin im Marien-Hospital Euskirchen, außerdem ist sie für die organisatorische Betreuung von Praktikanten und Famulanten verantwortlich. Im Interview verrät sie, welche Aufgaben dieser Job umfasst und was ihr beim Start der Studierenden ins Praktische Jahr wichtig ist.

### Stellen Sie sich zu Beginn bitte kurz vor: Wer sind Sie und welche Aufgabe übernehmen Sie im Marien-Hospital?

Mein Name ist Arbenita Uka und ich arbeite als PJ-Koordinatorin. Das bedeutet, ich kümmere mich um die Studierenden, die ihr Praktisches Jahr bei uns im Haus absolvieren. Als ich mich auf die Stelle bewarb, musste ich mich zunächst selbst erst einmal über die Details und Besonderheiten informieren – denn ich komme ursprünglich nicht aus dem medizinischen Bereich, zuvor war ich in einer internationalen Hotelkette tätig. Mit-

terweile bin ich seit gut zwei Jahren hier und kenne mich bestens mit allen Fragen aus, die rund um das PJ anfallen.

### Wie genau können wir uns Ihre Tätigkeit vorstellen?

Zu meinen Hauptaufgaben gehören das Onboarding, Offboarding sowie das Organisieren von Examen. Da die Studenten während ihres Praktischen Jahres alle 16 Wochen das Tertial wechseln, gibt es zu Beginn und am Ende eines jeden Zeitraums einiges zu organisieren. Außerdem bin ich für die Betreuung der Famulanten und der Praktikanten zuständig. Zu meinen Aufgaben gehört es, einen monatlichen PJ-Fortbildungskalender zu erstellen und das tägliche Fortbildungsprogramm zu bewerben. Ich erstelle außerdem Monatsabrechnungen, Vereinbarungen für Praktikanten und Famulanten, checke Fehltag und kümmere mich um die Bescheinigung,

„  
Es ist etwas ganz Besonderes, all die jungen Menschen zu begleiten!

Arbenita Uka,  
PJ-Koordinatorin

die die PJ-ler nach jedem Tertial von uns erhalten.

### Das ist eine ganze Menge. Wie sieht das Onboarding bei Ihnen aus, wenn Studierende in ihr PJ starten?

Ich empfangen die PJ-Studenten am ersten Tag am Empfang, dann gehen wir gemeinsam in unseren Konferenzraum, wo wir bei Kaffee, Saft, Obst und PJ-Kuchen (Kirschstreuselkuchen) die ersten Fragen zum PJ besprechen. Als kleines Welcome-Paket erhalten all unsere PJ-Studenten unsere Willkommenstasche. Anschließend werden sie von unserem Ärztlichen Direktor und unseren Chefärzten begrüßt. Sie stellen sich und ihre Klinik kurz vor und dann drehen wir den Spieß um und die Studierenden stellen sich vor. Im Anschluss gehen die PJ-Studenten gemeinsam zur Einkleidung: wir statten die PJ-Studenten mit ihren eigenen Dienstkleidungen, Schlüs-

seln, IT-Zugang, Dosimetern und Parkausweisen aus – sie bekommen alles, was sie für einen reibungslosen Start benötigen. Zum Schluss machen wir einen kompletten Rundgang durch das Krankenhaus und schauen uns gemeinsam die wichtigsten Gebäude an, die zur Stiftung Marien-Hospital Euskirchen gehören. Rundum gute Betreuung von Anfang bis Ende ist unsere Passion.

### Was ist Ihnen außerdem wichtig, wenn Sie PJ-ler begleiten?

Ich möchte, dass sie sich wirklich wohl bei uns fühlen. Idealerweise absolvieren sie dann nicht nur ihr PJ hier im Haus, sondern bleiben im Anschluss und entwickeln sich im Marien-Hospital weiter. Auch bei Praktikanten ist es unser Ziel, dass junge Talente eine gute Arbeitserfahrung erleben und zu einem späteren Zeitpunkt zurückkehren. Da kann eine gute Betreuung natürlich ein entscheidender Faktor sein – genau wie die Erfahrung, dass jeder sich hier wirklich einbringen und mitwirken kann.

### Was macht aus Ihrer Sicht das Marien-Hospital zu einem besonderen Arbeitgeber?

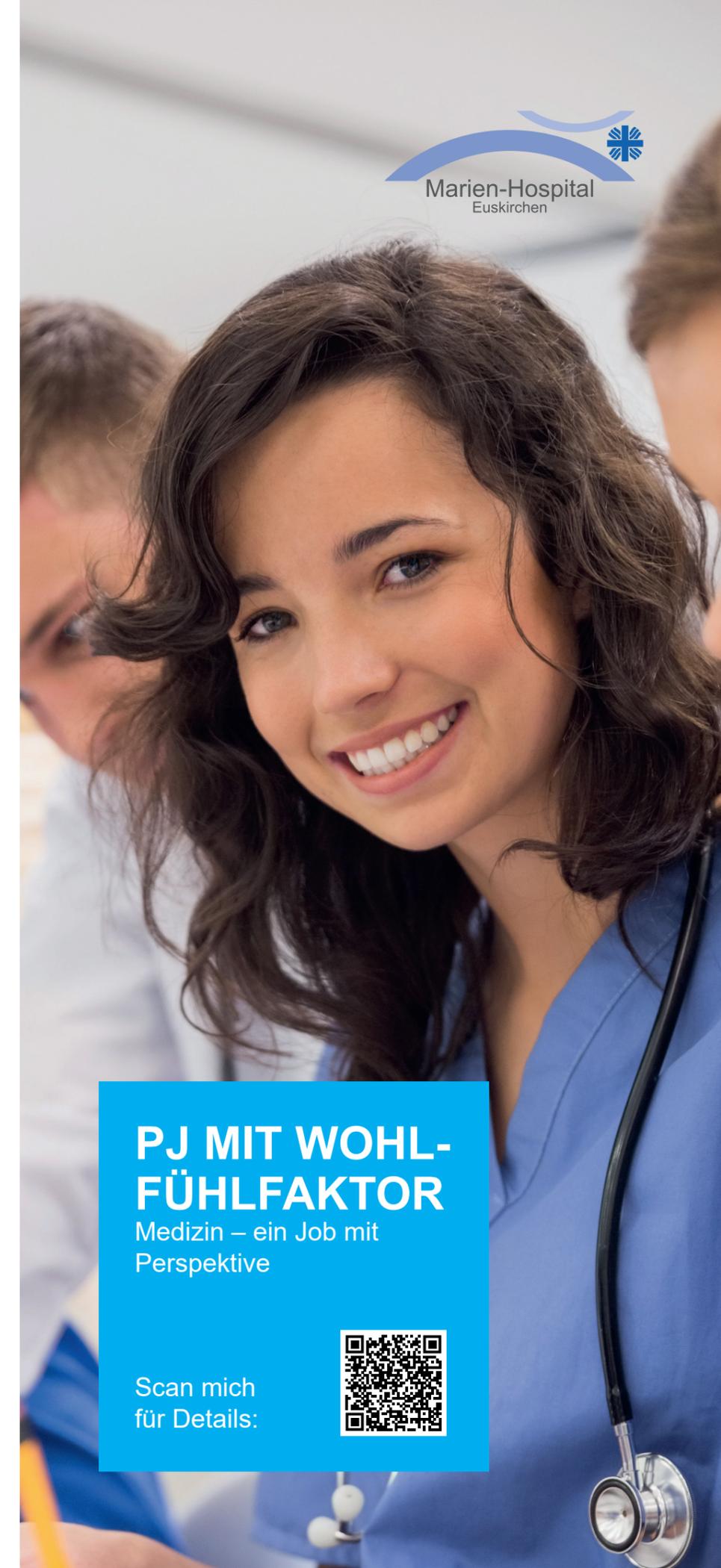
Die Atmosphäre hier ist sehr familiär. Das erlebe ich selbst so und das höre ich auch oft von den Studierenden. Hier wird niemand von oben herab behandelt, man kann immer jeden ansprechen, wenn man ein Anliegen hat – und zwar über alle Hierarchieebenen hinweg.

### Was würden Sie Studierenden raten, die sich für ein PJ im Marien-Hospital interessieren?

Am wichtigsten ist, dass man Leidenschaft und Freude an seinem Aufgabebereich hat. Und dass man den Mut hat, einfach mal was zu machen. Wie gesagt, hier ist niemand auf sich allein gestellt, und es ist allen Mitarbeitern wichtig, die jungen Studenten gut zu unterstützen. An den Universitäten, vor allem in Bonn, Köln, Aachen, Mainz und auch Gießen, hat es sich schon herumgesprochen, dass man hier im PJ viel lernen und sich selbst weiterentwickeln kann. Darüber freuen wir uns natürlich sehr.

### Und was schätzen Sie an Ihrer eigenen Rolle besonders?

Es ist etwas ganz Besonderes, all diese jungen Talente zu begleiten und ihre Entwicklung zu beobachten. Einige, die ich begleitet habe, standen später wieder vor mir – als Assistenzärzte. Einmal bekam ich sogar eine Trophäe mit der Aufschrift „Senior Managerin von medizinischem Nachwuchspersonal und Krankenhausgoldstück“ – das ist Glück pur.



**PJ MIT WOHL-  
FÜHLFAKTOR**

Medizin – ein Job mit  
Perspektive

Scan mich  
für Details:



# GÄRTNERN VERBINDET, IST GESUND UND MACHT GLÜCKLICH

Gartentag am Resi Stemmler Haus sorgt für viele schöne Momente



”

37 Grad berichtet am 06.08.2024 um 22.15 Uhr über den Gartentag im Resi Stemmler Haus!

Lydia Kassing,  
Einrichtungsleitung Resi Stemmler Haus



## Begegnungen schaffen – beim Gärtnern und in der neu gestalteten grünen Oase: Resi Stemmler Haus verschönert Garten für und mit Menschen mit Demenz

Wer gärt, hat etwas, um das er sich kümmern muss – und damit eine sinnvolle Aufgabe. Zudem macht Gärtnern glücklich, weil es dem Körper und der Psyche guttut. Die Outdoor-Aktivität setzt Glückshormone frei und spricht alle Sinne an: Hören, Riechen, Sehen, Tasten und manchmal sogar schmecken.

Das Resi Stemmler Haus bietet mobilen Menschen mit fortgeschrittener Demenz ein zu Hause – und verfügt dabei über einen schön angelegten, geschützten Garten. Eine sehr engagierte Angehörigengruppe kümmert sich vorrangig um seine Instandhaltung. Dies spornt die BewohnerInnen an: Auch sie helfen gerne mit – wenn sie einen Zugang zur Gartenarbeit haben.

In diesem Frühling stand nun ein besonderes Projekt auf dem Plan: Ulrike Kreuer ist Ingenieurin für Gartenbau und

beschäftigt sich schon lange mit der Anlage von Gärten für Menschen mit Demenz. Das Resi Stemmler Haus beauftragte Frau Kreuer zu planen, wie der Garten noch weiter optimiert werden kann, um einen Ort der Begegnung zu schaffen und Menschen mit Demenz bei der Gartenarbeit noch mehr einzubeziehen.

Das Ergebnis: Ein Gartentag voller Erlebnisse und schöner Momente! Bei bestem Frühsommer-Wetter erreichte Ulrike Kreuer das Resi Stemmler Haus mit einem großen Wagen voller Kräuter, Beerenhecken und Blumen. Gemeinsam packten Angehörige und BewohnerInnen einen ganzen Tag lang mit an: Es wurde gefühlt, geschnuppert, geplant und natürlich gepflanzt. Zudem wird eine eigenhändig gebaute Vogelscheuche fortan über eines der Beete wachen. Kuchen und Grillgut, der

Besuch einer Musiktherapeutin, die Gitarre spielte und mit den Teilnehmenden sang, sowie der Besuch von Mitgliedern des Fördervereins und ehemaliger Angehöriger rundeten den Tag ab.

Eine Besonderheit bestand zudem im Besuch einer Produktionsfirma, die für die ZDF-Reportagerihe „37 Grad“ eine Dokumentation zum Pflege- und Betreuungskonzept des Resi Stemmler Hauses produziert, und den Tag filmisch begleitete.

Der Gartentag war ein voller Erfolg und schuf zahlreiche schöne Begegnungen im miteinander Tun und im Betrachten. Wir bedanken uns bei allen Beteiligten für ihre Ideen sowie das Planen und Anpacken. Ein besonderer Dank gilt dem Förderverein der Stiftung Marien-Hospital, der durch Übernahme der Kosten dieses tolle Projekt ermöglichte.



## Grüne Oase: Ein besonderer Ort für Menschen mit Demenz

Dass Aufenthalte im Grünen – ob Wald oder Garten – Körper und Seele gut tun und einen besonderen Effekt auf unser Gehirn haben, ist wissenschaftlich erwiesen: Die Natur entspannt uns und baut Stress ab, mit den Händen in der Erde zu wühlen hat einen meditativen Charakter. Dazu können beruhigende Naturgeräusche den Blutdruck senken und Schmerzen lindern.

Insbesondere für Menschen mit Demenz wirken sich der Aufenthalt oder die Mitarbeit im Garten positiv auf die Lebensqualität und Lebensfreude aus. Für sie ist die sensorische Wahrnehmung oft die einzige Möglichkeit, Eindrücke zu sammeln – so werden sie sich der Welt um sie herum bewusst.

Durch die Schaffung einer sicheren, grünen Außenumgebung für Menschen mit Demenz lassen sich Hinlauftendenzen reduzieren, Erinnerungen wecken sowie Bewegung und Entspannung stimulieren. Der Garten kann ein Ort sein, in dem Selbständigkeit gefördert, Identität gefunden und Beziehungen geknüpft werden. Umso schöner ist es, dass wir mit dem Gartentag im Resi Stemmler Haus einen weiteren Schritt in Richtung „Sinnesgarten“ für die BewohnerInnen gehen konnten. Wir wünschen allen viel Freude in der neuen grünen Oase!

# ZÖLIAKIE – SELBST KLEINSTE MENGEN GLUTEN SIND ZUVIEL

Mehr als ein Modetrend: Autoimmunerkrankung Zöliakie

Durchfall, Verstopfung, Bauchschmerzen, Gewichtsverlust, Hautveränderungen, Gelenkschmerzen – die Liste typischer bis unspezifischer Symptome bei Zöliakie ist lang und die Beschwerden, soweit überhaupt vorhanden, sind individuell verschieden und unterschiedlich stark ausgeprägt:

Zöliakie ist dabei keine Lebensmittelallergie, sondern eine Autoimmunerkrankung, bei der die Darmschleimhaut chronisch entzündet ist und die Darmzotten beschädigt werden. Die Krankheit bleibt ein Leben lang bestehen. Sie beruht auf einer Unverträglichkeit von Gluten, ein Klebereiweiß, das unter anderem in Weizen, Roggen, Dinkel, Hafer und Gerste vorkommt. Betroffene müssen deshalb lebenslang auf Gluten verzichten, da in einer strikten Diät die einzig mögliche Therapie besteht.

Nehmen Betroffene trotz diagnostizierter Zöliakie nur kleinste Mengen Gluten zu sich, bilden sich die Darmzotten zurück oder verschwinden ganz – selbst bei völliger Symptomfreiheit. Dadurch wird die Oberfläche des Darmes immer geringer. Die Folge sind Mangelerscheinungen (zum Beispiel an Vitamin B12, Folsäure, Vitamin D, Kalzium oder Eisen), weil nicht mehr genügend Nährstoffe aufgenommen werden können. Auch eine Anämie, das Ausbleiben der Menstruation, Nervenschäden, Osteoporose oder Epilepsie können eine Folge sein, ebenso wie ein erhöhtes Risiko für Lymphome des Dünndarms.

Ungefähr 1% der Bevölkerung ist von Zöliakie betroffen. Allerdings ist die Dunkelziffer der nicht erkannten Zöliakie-Fälle sehr hoch. Dies liegt unter anderem daran, dass nur bei 10 - 20 % der Be-

troffenen das klassische Bild der Zöliakie vorliegt. 80 - 90 % haben untypische, wenige oder keine Symptome und wissen daher oft nichts von ihrer Erkrankung.

Beim ersten Verdacht auf eine Zöliakie sollten zunächst die Zöliakie-Antikörper aus dem Blut bestimmt werden. Ein Antikörpertest ist oftmals ausreichend, um nach einer Zöliakie zu suchen oder diese auszuschließen. Ist der Antikörpertest auffällig, erfolgt die endgültige Absicherung der Diagnose durch eine Dünndarmbiopsie.

Wichtig: Diese Untersuchungen müssen vor dem Beginn einer glutenfreien Ernährung erfolgen, da die Ergebnisse ansonsten – aufgrund einer raschen Regeneration des Darms unter glutenfreier Diät – nicht zu verwerten sind.

”

Keine glutenfreie Diät ohne eine gesicherte Diagnose!



## GLUTENFREI ERNÄHREN

Wann die Diät angezeigt ist

In den Geschäften nimmt die Auswahl an Produkten mit dem Hinweis „glutenfrei“ stetig zu – diese sind jedoch viel teurer als die herkömmlichen Artikel. Sollte man dennoch zugreifen, weil eine glutenfreie Ernährung gesünder ist? Und macht eine Diät aufgrund selbstdiagnostizierter Zöliakie Sinn?

Bei dem Verdacht auf eine Zöliakie sollte bis zur gesicherten Diagnose nicht auf eine glutenfreie Ernährung umgestellt werden, da die Ergebnisse nur unter glutenhaltiger Ernährung aussagekräftig sind. Zu einer sicheren Diagnose gehören dabei unbedingt die ärztliche Anamnese, ein Bluttest auf spezifische Antikörper sowie eine Biopsie aus dem Dünndarm. Von einer Selbstdiagnose und im Handel erhältlichen Zöliakie-Schnelltests ist dringend abzuraten: Menschen mit Zöliakie müssen dauerhaft ihre Ernährung umstellen und lebenslang eine strikte glutenfreie Diät einhalten. Dies bedeutet einen großen Einschnitt, der nicht ohne entsprechende Indikation, d. h. nie ohne eine medizinisch gesicherte Diagnose erfolgen sollte.

Entgegen einer landläufigen Ansicht sind glutenfreie Fertig- bzw. Ersatzprodukte nämlich nicht gesünder: In ihnen stecken oft deutlich höhere Mengen an Zucker und Fett als in vergleichbaren herkömmlichen Produkten. Die Hersteller versuchen so, den Geschmack des Originalprodukts zu imitieren. Zudem enthalten die gängigen glutenfreien Mehle und Fertigprodukte aus Mais und Reis weniger Ballaststoffe als Weizen- und Roggenprodukte. Ist eine glutenfreie Diät medizinisch indiziert, gelingt diese gesund mit einem hohen Anteil an Amaranth, Quinoa und Hirse: Diese sogenannten Pseudogetreide liefern wertvolle Mineral- und Ballaststoffe. Die gute Nachricht: Kartoffeln, Obst, Gemüse, Fleisch, Fisch, Meeresfrüchte, Öl, Eier, Nüsse und naturbelassene Milchprodukte sind beispielsweise von Natur aus glutenfrei. Einer gesunden, ausgewogenen – und leckeren – Ernährung steht also auch bei diagnostizierter Zöliakie nichts im Wege!



# TRADITION IM RÜCKEN. ZUKUNFT IM BLICK.

Marien-Hospital Euskirchen

[www.marien-hospital.com](http://www.marien-hospital.com)

