

Wenn aus der Mücke ein Elefant wird...

LEICHTE SYMPTOME

—

SCHWERE ERKRANKUNG

**Krankenschwester
aus dem
EvK Witten
hilft in
Afrika**

Seite 26

**Gicht im EN-Kreis
—
Männer sind
deutlich häufiger
betroffen**

Seite 30

**Annener
Hallenbad
wird mit
6 Mio. Euro vom
Bund gefördert**

Seite 27



Myome & Endometriose



Online-
Patientinnen-
veranstaltung am
18.03.2025

Krampfartige Unterleibsschmerzen vor oder während der Regelblutung oder sogar beim Geschlechtsverkehr? – Myome oder Endometriose können die Ursache sein! Wir sind ein anerkanntes Myomzentrum und zertifiziertes Endometriosezentrum und stehen Ihnen mit umfassender Diagnose und schonenden Behandlungsmöglichkeiten zur Seite.

Anmeldung und Information zur Patientinnenveranstaltung:
www.marien-hospital-witten.de/pv-endometriose-myome



Zentrum für Frauenheilkunde und
Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe
Standort: Marien Hospital Witten
Marienplatz 2 | 58452 Witten

Fon 0 23 02 - 173 - 13 23
frauenklinik@marien-hospital-witten.de
www.marien-hospital-witten.de/myome
www.marien-hospital-witten.de/endometriose



Die Verbesserung der Eigenwahrnehmung ist zukünftig wichtiger als KI-gesteuerte Diagnostik

Den schmalen Grat zwischen unterschätzen und überbewerten von geringen körperlichen und psychischen Beschwerden beschreiben die medizinischen lateinischen Begriffe Dissimulation und Aggravation.

„Aus einer Mücke wird ein Elefant“ beschreibt die Angst davor, dass ein vermeintlich unbedeutendes Krankheitszeichen am Ende zu einer schwerwiegenden Diagnose führt.

Männer neigen eher dazu, geringe Zeichen von Krankheiten nicht wahrzunehmen zu wollen. Dieser Umstand ist u. a. auch ein Grund dafür, warum ihre Lebenserwartung geringer als die der Frauen ist. Häufig werden sie aber glücklicherweise von ihren Partnerinnen in die Hausarztsprechstunde geschickt, obschon sie es eigentlich gar nicht wollen.

Das Ernstnehmen von sogenannten Allgemeinsymptomen wie Übelkeit, Schwindel, Kopfschmerzen, Juckreiz, Beeinträchtigungen der Sinne wie Seh-, Gefühls-, Geruchs-, Geschmackssinn und Hörstörungen ist ein wesentliches Ziel jeglicher präventivmedizinischer Handlung. Häufig haben sie gut erklärbare, unkomplizierte Ursachen und keine Auswirkungen auf die zukünftige Gesundheit.

Aber leider können sie auch Zeichen einer schwerwiegenden, beginnenden Erkrankungen sein, die bei frühzeitiger exakter Behandlung gestoppt und geheilt werden könnte.

Nehmen wir als Beispiel die Borreliose, die erst spät nach der Übertragung durch z. B. durch einen nicht bemerkten Zeckenbiss mit verschiedensten Krankheitszeichen in Erscheinung treten kann. Mal schmerzen plötzlich die Kniegelenke, mal kommt es zu Gefühlsstörungen an der Haut, mal fallen Sehstörungen oder anderes auf.

Wer auf seinen Körper achtet, erkennt vielleicht eine Zecke, merkt sich dieses Ereignis, spürt die späteren Veränderungen und hilft damit der / dem Hausärztin/ Hausarzt die Diagnose früh stellen zu können.

Eine entsprechende Antibiotika Therapie ist dann – je früher dies passiert – um so erfolgreicher.

Eine aktuelle wissenschaftliche Studie ergab, dass in den nächsten 20 Jahren Infektionskrankheiten einen steigenden Anteil an den Todesursachen einnehmen werden – infolge steigender Resistenzentwicklungen von Krankheitserregern gegenüber Antibiotika.

Nur Prävention hilft dagegen: am besten sind die Gesundheitsförderung durch gesunden Lebensstil, das Impfen als Krankheitsvorsorge und eine gute frühzeitige Wahrnehmung von Krankheitszeichen.

Fazit:

Entscheidend ist die konsequente Klärung bei auch geringen Beschwerden zusammen mit zuerst der/dem Hausärztin/ Hausarzt und dann der /dem Fachärztin/ Facharzt.

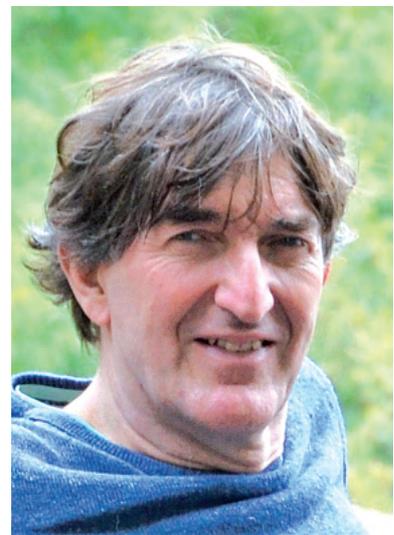
Wenn sich keine Besserung einstellt, ist entweder die Diagnose oder die Therapie nicht richtig. Ein intensiver Austausch zwischen allen Beteiligten ist auch nach erfolgreicher Therapie für später wichtig und sollte gut dokumentiert werden, auch in Hinblick auf spätere Erkrankungen.

An erster Stelle der Ziele einer vorausschauenden, effektiven, Ressourcen schonenden Medizin stehen die Gesundheitsförderung, wie gesunder Lebensstil, an zweiter die Krankheitsvorsorge, wie Impfungen und an dritter Stelle die Krankheitsfrüherkennung, die leider von den Krankenkassen nur halbherzig angeboten und finanziert werden.

Im Bereich der Diagnostik werden inzwischen KI gesteuerte Massnahmen angeboten. Wichtiger jedoch ist es, dass jeder Mensch Veränderungen frühzeitig wahrnimmt und sie dann stufendiagnostisch von der/dem Hausärztin/Hausarzt konsequent abklären lässt.

Um diese vermeintlich geringen Frühzeichen geht es in unserer neuen Ausgabe von Witten transparent.

Viel Spaß beim Lesen



Dr. Kurt-Martin Schmelzer

Wer hätte gedacht, dass aus dem Sonnenbrand mal Hautkrebs wird?...

„Die Haut vergisst nichts!“ Diese grundlegende Erkenntnis mag mit dazu beitragen, zu verstehen, warum ein Sonnenbrand in der Kindheit zu Hautkrebs im Alter führen kann. Dies ist zweifelsohne eines der besten Beispiele dafür, wie aus einer scheinbaren Lapalie eine lebensbedrohliche Krankheit erwachsen kann. Dass die Sonneneinstrahlung die häufigste Ursache für Hautkrebs ist, ist mittlerweile bekannt und anerkannt. So wird Hautkrebs z. B. bei verschiedenen Berufen, in denen ein langes Arbeiten unter Sonneneinstrahlung unumgänglich ist, als Berufskrankheit gewertet. Jedes Jahr erkranken in Deutschland rund 250.000 Menschen an Hautkrebs und 500.000 an Hautkrebsvorstufen, 23.000 davon an einem malignen Melanom. Viele Menschen sterben jährlich – oft in jungen Jahren – an den Folgen der Erkrankung. Im Jahr 2022 waren es mehr als 4.400. Und das, obwohl Hautkrebs, wenn er früh erkannt wird, zu 100% heilbar ist! Also: Was genau hat es mit dem „harmlosen“ Sonnenbrand und dem gefährlichen Hautkrebs auf sich?

Aus Vorgenanntem ist ersichtlich, dass erwiesenermaßen das UV-Licht (Sonneneinstrahlung) Hauptursache für den Weißen wie auch für den Schwarzen Hautkrebs ist. Aber nicht nur das UV-Licht der Sonne, auch die UV-Bestrahlung im Solarium kann diese häufigen Formen des Hautkrebses verursachen. Als weitere Ursachen kommen – allerdings deutlich seltener – genetische Dispositionen wie auch ein Kontakte mit Chemikalien infrage. Bei dem seltenen Kaposi-Sarkom hingegen sind eine Virusinfektion bzw. eine Immunschwäche Auslöser für die Krebserkrankung.

Formen von Hautkrebs – Die verschiedenen Formen des bösartigen Hautkrebses (schwarzer Hautkrebs: Melanom, weißer Hautkrebs: Basalzellkarzinom/Plattenepithelkarzinom) und seiner Vorstufen nehmen in den letzten Jahren rapide zu. Gleichzeitig kommt es zu einem immer früheren Auftreten von Hautkrebs. Der sicherste Schutz vor der Entstehung von Hautkrebs ist das richtige Verhalten im Hinblick auf Sonne und Solarium. Daher muss die Prävention im frühen Kinder- und Jugendalter beginnen.

Das A-B-C-D der Muttermale – Für die Beurteilung eines Muttermals gilt die ABCD-Regel. Allen Muttermalen, die einen oder mehrere Punkte dieser Regel erfüllen, sollten Sie Ihre erhöhte Aufmerksamkeit widmen!
Asymmetrie des Muttermals
Begrenzung ist unregelmäßig (unscharf, bogig, zackig)
Coloration ist ungleich (dunkelbraun/ schwarzbraun/ rötlich/ grauweißliche Aufhellung)
Durchmesser ist größer als fünf Millimeter
Veränderungen können sein:

- Farbveränderungen (z. B. heller, dunkler, neue Farbtöne)
- Zu- oder Abnahme von Größe und/ oder Dicke
- Änderung der Umgebung von Muttermalen (z. B. Rötung, Weißfärbung, Schwellung)
- Missempfindungen (z. B. Juckreiz, Brennen, Fremdkörpergefühl)
- Neuentstehende Muttermale

Hautkrebsvorsorge rettet Leben – Neben der Inspektion der Haut mit dem Auge und der Speziallupe (Dermatoskop) durch den erfahrenen Arzt, gibt es zwei weitere Untersuchungstechniken:

1. Videodokumentation – Behalten Sie Ihre Haut im Auge! Die Videodokumentation von Muttermalen dient der zuverlässigen Hautkrebsvorsorge. Per Videokamera wird von der Haut ein genauer Muttermalkatalog angefertigt. Er umfasst Übersichtsaufnahmen, die auf elektronischen Speichermedien konserviert werden. Muttermale, die aus hautärztlicher Sicht beobachtet werden müssen, werden zusätzlich mikroskopisch aufgenommen und vermessen. Die elektronische Speicherung Ihres Hautbildes ermöglicht bei den jährlichen Kontrolluntersuchungen den objektiven und detailgetreuen Vergleich früherer und aktueller Hautbefunde. Bis in den mikroskopischen Bereich!

Die Vorteile dieser Methode sind offensichtlich: Jede optische Veränderung der Muttermale lässt sich eindeutig erkennen und kann vom Arzt beurteilt werden. Auch bei Patienten, die eine Vielzahl von Muttermalen aufweisen, wird das Übersehen einer Veränderung durch die elektronische Speicherung ausgeschlossen. Durch die kontinuierliche Beobachtung und Speicherung des Hautbildes



Sonne – Lebensquell und Gefahrenherd zugleich...

werden unnötige Operationen von harmlosen Muttermalen, die sich nicht verändert haben, vermieden.

2. Elektrische Impedanz Spektroskopie (EIS) – Hierbei handelt es sich um eine Messung hautkrebsverdächtiger Stellen, die eine Wahrscheinlichkeit für hellen oder schwarzen Hautkrebs angibt.

3. Künstliche Intelligenz – Mit Hilfe der KI können verdächtige Stellen analysiert und so eine genauere Entscheidung bei der Diagnose getroffen werden.

Therapie – Vorbeugung ist die beste Therapie. Grundsätzlich am besten die Mittagssonne und lange Sonnenbäder meiden, einen dem Hauttyp angepassten Lichtschutzfaktor (UVA- und UVB!) verwenden, bei Kindern Sonnenschutz mit Kleidung / Kappe vornehmen, Solarien meiden sowie die Hautkrebsvorsorge regelmäßig in Anspruch nehmen. Etwa 90% der Hautkrebserkrankungen könnten durch korrekten Sonnenschutz verhindert werden. Sollte dennoch Hautkrebs oder einer seiner Vorstufen vorliegen, gibt es in den frühen Stadien viele Behandlungsmöglichkeiten:

- Chirurgische Entfernung (am besten!)
- Lasertherapie (nicht immer gut!)
- Bestrahlung (besonders weißer Hautkrebs)
- Vereisung mit flüssigem Stickstoff (Vorstufen weißer Hautkrebs)
- Chemotherapeutika (z. B. bei Lichtschwielen)
- Kombination verschiedener Verfahren

Neueste Forschungen haben gezielt gegen Hautkrebszellen und seine Ablagerung verschiedene zu injizierende Antikörper-Thearapien entwickelt, die selbst in früher hoffnungslosen Fällen bis zu 40% Heilung ermöglichen.



Dr. Ulrich Klein

Hautarzt
 dermaticon privat
 Bochum u. Wetter-Volmarstein

Aus gutartigen Veränderungen der Darmschleimhaut – sogenannten Polypen – kann im Verlauf mehrerer Jahre Darmkrebs entstehen. Foto: Christoph Burgstedt – stock.adobe.com

Darmpolypen als Vorstufe von Darmkrebs

Darmpolypen sind meist gutartige Veränderungen der Darmschleimhaut. Sie können unterschiedliche Formen haben: Manche sehen pilz- oder polsterartig aus, andere wiederum sind flach oder eingesenkt. Sie sind meist im Dick- und Mastdarm zu finden und können spontan auftreten oder genetische Ursachen haben. Nur selten gehen sie mit Symptomen einher. Darmpolypen können sich im Laufe der Zeit bösartig verändern und zu Darmkrebs führen. Eine Darmspiegelung hilft zuverlässig dabei, Polypen sowie Krebsvorstufen zu erkennen.

Es wird ab dem 50. Lebensjahr empfohlen, eine Darmspiegelung – auch Koloskopie genannt – durchzuführen, um Darmkrebs gegebenenfalls frühzeitig zu erkennen. Im Rahmen dieser Darmspiegelung können Polypen nicht nur erkannt, sondern auch direkt entfernt werden. Somit ist die Vorsorge-Darmspiegelung ein wichtiger Schritt zur Verringerung des Darmkrebsrisikos. Sollte im Rahmen der Darmspiegelung kein Polyp festgestellt worden sein, reicht es aus, eine Kontrolldarmspiegelung in 10 Jahren durchführen zu lassen. Liegen während der Darmspiegelung 1 – 3 Polypen vor, sollten Patienten eine Kontrolluntersuchung nach 3 Jahren durchführen lassen, bei mehreren Polypen als auch bei einem großen Polypen mit einem Durchmesser von > 3 cm empfiehlt sich eine Kontrolle nach einem Jahr.

Untersuchung des Polyps in der Pathologie

Sämtliche bei der Darmspiegelung entfernten Polypen werden durch einen Pathologen untersucht. Im Anschluss kann genau gesagt werden, ob ein gutartiger Tumor oder schon Darmkrebs vorliegt. Selbst bei

kleinen, aber bösartigen Tumoren kann es sein, dass die Therapie mit dem Entfernen der Polypen abgeschlossen ist. Die weiteren Kontrolluntersuchungen sollten dann in engeren Zeitabständen erfolgen.

Polypen entfernen, Darmkrebs verhindern

Eine vollständige Entfernung des Polypen ist zwingende Voraussetzung, um eine Heilung von Darmkrebs zu erzielen bzw. einen drohenden Darmkrebs zu verhindern.

Der Darmkrebs entsteht auf der Schleimhaut des Dickdarmes. Hieraus entsteht über einen Zeitraum von circa 10 Jahren ausgehend vom Polypen ein Darmkrebs. Um den Darmkrebs zu verhindern, ist es zwingend notwendig den Polypen frühzeitig vollständig zu entfernen.

Wann eine Operation nötig ist

Bei großen, nicht abtragbaren Polypen oder bösartigen Polypen ist eine Operation notwendig. Liegen diese Polypen im Dickdarm, werden sie während der Darmspiegelung mit Tusche und Clips markiert, sodass die Chirurgen sie im Rahmen einer minimal-invasiven Operation gut auffinden und somit ent-

fernen können. Bei Polypen, die sich im Mastdarm befinden, können die Chirurgen die Operation häufig über den After durchführen. In diesem Fall sind keine Schnitte nötig. Zusatzuntersuchungen wie Ultraschall, CT-Untersuchungen oder sogar Ultraschall über den Mastdarm werden abhängig vom Stadium einer möglichen Darmkrebskrankung durchgeführt.

Frühzeitige Darmspiegelung bei familiärer Veranlagung und Vorerkrankungen

Liegen in der Familie schon ver-

mehrte Darmkrebskrankungen vor, ist davon auszugehen, dass Patienten schon vor dem fünfzigsten Lebensjahr unter Polypen leiden. In diesen Fällen ist es zwingend notwendig, die Darmspiegelung schon deutlich früher durchzuführen.

Außerdem ist bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn das Risiko für die Entwicklung von Darmkrebs erhöht. Auch diese Patienten sollten frühzeitig eine Darmspiegelung durchführen lassen.



Prof. Dr. Metin Senkal
Chefarzt
Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie
Marien Hospital Herne



Dr. Thomas Deska
Leitender Oberarzt
Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie
Marien Hospital Witten

Ärzte als „Detektive in weiss“:

Allgemeinsymptome – Hinweise auf leichte oder schwerwiegende Erkrankungen?

„Man muss ja nicht immer gleich vom schlimmsten ausgehen...“ – so die gut- und beruhigend gemeinte Einlassung von dem Patienten nahestehenden Personen, wenn sie sich veranlasst fühlen, die Allgemeinsymptome des Patienten zu kommentieren, bevor dieser seine Beschwerden noch dem Arzt vorgestellt hat. Oft geht das Ganze noch in Hilfsbereitschaft über und die nahestehenden Personen fangen gleich damit an, die unspezifischen Symptome zu therapieren. „Du bist abgeschlafft und müde? Da hast Du bestimmt Eisenmangel. Nimm mal dies hier...(Brausetabletten mit Eisen und Vitaminen)“. Vielleicht liegt der selbsternannte hilfsbereite Laientherapeut ja sogar richtig mit seiner Vermutung, aber das wäre schon ein außergewöhnlicher Glückstreffer. Es sind gerade diese unspezifischen Symptome wie Schwäche, Gewichtsverlust, Müdigkeit, Konzentrationsstörungen und Schwindelgefühle, um nur einige zu nennen, die auf alle möglichen Erkrankungen hindeuten können. Das sind natürlich nicht immer die schlimmsten Erkrankungen. Aber manchmal eben doch. Und hier beginnt die Arbeit der Mediziner, die – um es mal mit Worten aus dem sonntäglichen Tatort zu sagen – „ergebnisoffen in alle Richtungen ermitteln“. Prof. Dr. Mario Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Ev. Krankenhaus Witten, erklärt im Gespräch mit Witten transparent die Vorgehensweise, die dann zur Diagnose führt.

Prof. Dr. Iasevoli: „Um es verständlicher zu machen, gehe ich die Sache generalistisch vom allgemeinmedizinischen internistischen Standpunkt her an. Also: Ein Patient kommt zu mir und schildert mir seine Beschwerden. Da ich nicht so fachspezifisch unterwegs bin wie z. B. ein Augenarzt, ist das Spektrum der Allgemeinsymptome sehr groß und ebenso das der infrage kommenden Erkrankungen. Es folgt die Anamnese, die Patientenbefragung. Die Studenten lehren wir, dass sie während der Anamnese schon gewisse Assoziationen aufbauen, was die Beschwerden ausgelöst haben könnte, um dann einerseits gezielt weiterzuzufragen, andererseits aber auch, um weitergehende Diagnostik zu planen. Zunächst denken wir an die Erkrankungen, die bei geschilderten Symptomen bekanntermaßen am häufigsten vorkommen. Damit folgen wir dem alten Medizinerspruch: Wenn Du Hufgetrappel hörst, denke zunächst an ein Pferd, nicht an ein Zebra. Und so ist es auch in der Medizin. Wenn jetzt ein Patient kommt und schildert, dass er unter Muskelschmerzen leidet, morgens schlecht aus dem Bett kommt und abends früh müde ist, so hat man als behandelnder Arzt schon ein paar Assoziationen im Kopf. So z. B. Schilddrüsenerkrankungen oder auch rheumatische Erkrankungen. Dann fragt man gezielt weiter, um der Krankheit auf die Spur zu kommen. Man hinterfragt alles, was irgendwie in der Bereich der assoziierten Erkrankung passen würde. Aber es

geht noch weiter. Es wird auch die Lebenssituation des Patienten hinterfragt. Man überlegt in dem Zusammenhang auch, ob evtl. psychosomatische Ursachen vorliegen. Und es wird auch geschaut, ob es Alarmsignale gibt, die auf bösartige Erkrankungen hindeuten.“

Wie sieht es mit der körperlichen Untersuchung aus?

Prof. Dr. Iasevoli: „Hier sind ebenso die ergebnisoffene generalistische Vorgehensweise und die Gründlichkeit von Bedeutung. Wenn z. B. der Patient über Muskelschmerzen klagt, reicht es natürlich nicht, wenn ich mir nur das betroffene Bein anschau. Man muss schon den ganzen Patienten untersuchen. Dazu gehört auch, sich die Augen anzuschauen, sich die Haut anzuschauen mal in den Hals zu schauen und einmal groß das Nervensystem (Reflexe) testen.“

Auf welche Krankheiten können die unspezifischen Symptome hinweisen?

Prof. Dr. Iasevoli: „Es sind oft Systemerkrankungen. Systemisch ist beispielsweise eine Immunerkrankung, die die Muskulatur angreift. Oder es ist eine Bluterkrankung, die das ganze Körpersystem betrifft. Wie wichtig dabei die Untersuchung ist, zeigt folgendes Beispiel: Es gibt auch Hauterscheinungen, z. B. das sogenannte Erythema nodosum. Hierbei handelt es sich um bläuliche Flecken, die an der Schienbeinvorderkante auftreten. Sie können z. B. als Begleiterscheinung einer rheu-

matischen Systemerkrankung auftreten. Dafür kommen verschiedene Krankheitsbilder infrage. So kann es sich dabei um eine Sarkoidose handeln, eine Krankheit, die die Lunge – aber auch andere Organe – angreift. Hier zeigt sich, wie wichtig die Entdeckung der Hauterscheinung ist, denn nur anhand der unspezifischen Symptome, mit denen die Sarkoidose-Patienten kommen, käme man vielleicht nicht auf diese Diagnose. Rechtzeitig erkannt, ist diese Erkrankung gut therapierbar. Wird sie nicht rechtzeitig erkannt und kann untherapiert fortschreiten, so kann dies bis zur Lungenfibrose und zu schwerer chronischer Atemnot führen.“

Können Sie ein weiteres Beispiel dafür nennen, wie unspezifische Symptome letztlich Folge einer schweren Erkrankung sind?

Prof. Dr. Iasevoli: „Ja. Bleiben wir bei den Menschen mit unspezifischen Allgemeinsymptomen. Zum Beispiel der ältere Patient, der über allgemeine Schwäche, Unwohlsein und Kraftlosigkeit klagt. Und da muss man auch sagen, dass bei älteren Menschen Tumorerkrankungen nicht so selten sind. Und Krebserkrankungen können paraneoplastische Syndrome bedingen. Es sind Veränderungen, Symptome und unspezifische Dinge, die auftreten, weil jemand Krebs hat. Da gibt es zum Beispiel auch Hautveränderungen, die bei Karzinomen häufig vorkommen. Es sind bräunliche, flächige Hautveränderungen, die aber

anders aussehen als die natürlichen Altersflecken. Wenn man als behandelnder Arzt dies sieht, sollte man die Assoziation einer zugrundeliegenden Tumorerkrankung haben und eben auch in die Richtung weiterdenken, -befragen und -untersuchen. Weitere Hinweise auf eine Tumorerkrankung können auch andere körperliche Veränderungen sein, wie z. B. starke Schweißneigung oder starker Gewichtsverlust und andere körperliche Veränderungen. Dies hängt damit zusammen, dass bekanntermaßen die Krebszellen verschiedene Stoffe produzieren, auf die der Körper dann mit unterschiedlichen Symptomen reagiert. Das sind zum Teil auch kleine Dinge, die von der Norm abweichen, dabei aber die wichtigen Hinweise auf die Erkrankung geben. Dies zeigt einmal mehr, wie wichtig die gründliche Untersuchung und die Anamnese sind.“



Prof. Dr. Mario Iasevoli
Chefarzt
Klinik für Innere Medizin
Ev. Krankenhaus Witten

Wie aus einem Harnwegsinfekt eine Blutvergiftung wird

„Harnwegsinfekt“ – da denkt jeder an Brennen beim Wasserlassen, das sich häufig bei Frauen mit ihrer kurzen Harnröhre nach dem Geschlechtsverkehr einstellt. In 50 % der Fälle verschwindet er ohne besondere Behandlung – manchmal unterstützt von Hausmitteln wie Nieren-Blasen-Tee, Wärmflasche oder einem pflanzlichen Extrakt wie Bärentraubenblätter aus der Apotheke. Diese „Mücke“ kann jedoch unter bestimmten Umständen sehr wohl zu einem „Elefant“ werden.

Während ambulant erworbene Harnwegsinfekte bei ansonsten gesunden, nicht schwangeren, jüngeren Frauen vor den Wechseljahren in aller Regel harmlos sind und – wenn überhaupt – mit einer kurzfristigen Einmal- oder 3-Tages-Antibiotikatherapie behandelt werden, ist eine solche Infektion bei anderen Risikogruppen durchaus ernst zu nehmen. Männer gehören dazu, Frauen nach den Wechseljahren, geriatrische (Hochbetagte mit vielen Erkrankungen) Patienten und Schwangere. Männer haben wegen ihrer längeren Harnröhre zumeist keine Harnwegsinfekte; kommt es doch

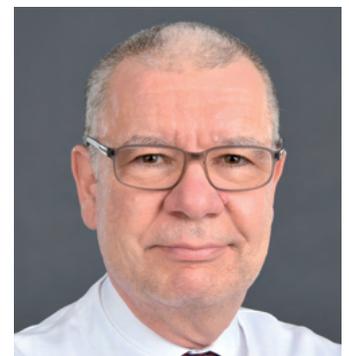
zu einem solchen, sind fast nie die „Harnwege“ mit der Blasen-schleimhaut betroffen, sondern immer die Prostata und die Nieren. Hohes Fieber, Schüttelfrost und bei zu später Behandlung von resistenten Bakterien gern auch Kreislaufzusammenbruch durch eine Blutvergiftung („Sepsis“) können die Folge sein. Auch können die Bakterien über den Samenleiter weiter in die Nebenhoden wandern und den Hoden befallen. Also ist ein Harnwegsinfekt des Mannes immer ernst zu nehmen. Er unterliegt anderen Gesetzmäßigkeiten als der Harnwegsinfekt der Frau: Es ist

eine Antibiotikagabe von Breitbandantibiotika über die Vene zu bevorzugen, diese sollte mindestens 1 Woche andauern und nach Austestung der Bakterien gezielt vorgenommen werden. Gleiches gilt für den Harnwegsinfekt der älteren Frau nach den Wechseljahren. Bei ihr hat sich das Vaginalmilieu verändert; unter den Bedingungen des sinkenden Östrogenspiegels siedeln sich im Scheidenvorhof manchmal Problemkeime an, die dann einen heftigen und hartnäckigen Harnwegsinfekt verursachen. Auch hier gilt: Keine Kurzzeittherapie; wenn Therapie dann nach Urindiagnostik mit einer Urinkultur. Bei Schwangeren sind Harnwegsinfekte mit Frühgeburtlichkeit assoziiert – schon alleine deswegen muss jeder Harnwegsinfekt sorgfältig therapiert und sein Verschwinden dokumentiert werden. Glücklicherweise gibt es eine Reihe von Antibiotika, die während der ganzen Schwangerschaft eingenommen werden dürfen, in den letzten drei Monaten vor der Geburt ist die Organ-Bildung des Kindes abgeschlossen und die Auswahl der Antibiotika wird größer. Bei geriatrischen Patienten gilt es zu berücksichtigen, dass die Nierenleistung nachgelassen hat, ein geschwächtes Immunsystem vorliegt und häufig Fremdkörper im Harntrakt vorhanden sind (wie z. B. Katheter). Auch ist der Harntrakt bei Hochbetagten häufig von Bakterien besiedelt, die aber keine Infektion verursachen. Flackert dennoch eine solche auf, kommt es nicht selten zu dramatischen Verläufen. Ein Harnwegsinfekt ist nicht immer das gleiche; schon anhand der Charakteristika des betroffenen Patienten (alt/jung, männlich/weiblich, schwanger/nicht schwanger) nimmt der behandelnde Arzt eine Risikostratifizierung vor und unterscheidet, ob es sich um einen



Schmerzhaft und nicht immer harmlos – der Harnwegsinfekt

„einfachen“ oder „komplizierten“ Harnwegsinfekt handelt und ob dieser die unteren (Blase) oder oberen (Niere, Nierenbecken) Harnwege befallen hat. Je nachdem wird die Therapie festgelegt.



Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Chefarzt Klinik für Urologie
1. Vorsitzender der Deutschen Kontinenz Gesellschaft e. V.,
Facharzt für Urologie, Andrologie,
spezielle Chirurgie und
medikamentöse Tumorthherapie
EvK Witten

Privat- und Selbstzahlerpraxis für Dermatologie und Allergologie

HAUTFACHÄRZTLICHE PARTNERSCHAFT
dermaticon
PRIVAT

HAUTKREBSVORSORGE

Modernste + schnelle Diagnostik durch erfahrene Dermatologen gibt Ihnen Sicherheit!

ZENTRAL IN STIEPEL



Dr. Walter Heyden



Dr. Volker Harff



Dr. Peter Wenzel



Dr. Ulrich Klein

dermaticon privat
Kemnaderstraße 316
44797 Bochum

Tel.: (0234) 91 58 05 00

www.dermaticon-privat.de
praxis@dermaticon-privat.de

24 Stunden Termingarantie!
Online-Terminvergabe

Filialpraxis Volmarstein
Hauptstraße 50
58300 Wetter/Volmarstein

Tel.: (02335) 68 38 18

Ursache kann eine Jahrzehnte lang zurückliegende Vorschädigung sein:

Wenn es plötzlich knallt – Achillessehnenriss

Ein lauter Knall, gefolgt von einem plötzlichen Schmerz in der Ferse – die Achillessehne ist gerissen. Die Sehne, die das Fersenbein mit dem Wadenmuskel verbindet und so das Laufen ermöglicht, ist mit 20 – 25 cm Länge und 5 cm Breite die stärkste Sehne im menschlichen Körper. Dennoch reißt sie recht häufig: Mehr als 10 von 100.000 Menschen sind jährlich davon betroffen, Männer zehnmal häufiger als Frauen. Die Ursachen sind vielfältig. Häufig gehen dem Riss jedoch kleinere Verletzungen infolge von Überbelastung beim Sport voraus.

Ihren Namen hat die Sehne dem Helden Achilles zu verdanken. Laut griechischer Mythologie war dieser nur an seiner Ferse verwundbar, wo sich die Sehne befindet. Am häufigsten reißt die Achillessehne beim Sport mit akuten Richtungswechseln, Sprints oder Stopps, wie z. B. bei Ballsportarten oder Leichtathletik. Begünstigt wird der Riss durch höheres Lebensalter, bestimmte Medikamente, Muskelfehlfunktionen, Diabetes und vorangegangene Mikroverletzungen. Zu letzteren gehören beispielsweise Schädigungen durch Fußfehlstellungen oder ungeeignetes Schuhwerk, aber auch frühere Bänder- und Sehnenverletzungen. Es können mehrere Jahre oder gar Jahrzehnte vergehen bis aus einer Mikroverletzung ein Achillessehnenriss wird.



Ein Achillessehnenriss tritt häufig beim Sport mit abrupten Bewegungen auf, zum Beispiel beim Fußball. Foto: karaboux – stock.adobe.com

So äußert sich ein Achillessehnenriss

Reißt die Achillessehne, knallt es häufig laut, ähnlich einem Peitschenhieb. Hinzu kommt ein plötzlich einsetzender stechender Schmerz in der Wade, meistens direkt oberhalb der Ferse. An der Rückseite des Sprunggelenks oder im unteren Teil der Wade können Schwellungen auftreten. Oft treten durch den Bluterguss eine Verfärbung oder punktförmige Einblutungen in der Haut auf. Als Folge des Achillessehnenrisses kann der Betroffene meist den Fuß beim Gehen nicht mehr richtig

abrollen und nicht mehr auf den Zehenspitzen stehen.

Diagnose und konservative Therapie

Zur Diagnose eines Achillessehnenrisses wird die Wade abgetastet und überprüft, ob der Patient auf den Zehenspitzen stehen kann. Durch eine Ultraschalluntersuchung ist der Riss bildlich darstellbar. Eine Röntgen-Untersuchung kann ausschließen, dass auch Bestandteile des Knochens verletzt sind. Wenn der Orthopäde beim Absenken des Fußes feststellt, dass sich die Sehnenstümpfe berühren, so ist

das Zusammenwachsen der Sehnenenden möglich. In diesem Fall benötigt der Patient keine Operation. Stattdessen können Spezialschuhe helfen. Mit diesen wird der Fuß – ähnlich wie bei einem Absatzschuh – in eine Spitzfußstellung gebracht. So können die Sehnenenden einen Kontakt herstellen. Dies ist möglich, da die Achillessehne ungefähr bis zu ihrer doppelten Größe gedehnt werden kann.

Oft hilft nur eine Operation

Sind die Sehnenstümpfe zu weit auseinander, muss operiert werden. Dabei werden

die Sehnenstümpfe miteinander vernäht. Die OP kann offen oder minimal-invasiv erfolgen.

Im Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr mit den Standorten: St. Anna Hospital Herne, Marien Hospital Herne – Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum und Marien Hospital Witten erfolgt die Operation standardmäßig minimal-invasiv – also mit nur sehr kleinen Schnitten – da diese Methode schonender für den Patienten ist und nur eine sehr kleine Narbe zurückbleibt. Nach der Operation darf der Fuß für mehrere Wochen nicht belastet werden.



Dr. Oliver Meyer

Chefarzt
Zentrum für Becken-, Hüft-,
Knie- und Fußchirurgie
des Zentrum für Orthopädie
und
Unfallchirurgie
der St. Elisabeth Gruppe –
Katholische Kliniken Rhein-Ruhr



Eine Entzündung des Herzmuskels kann verschiedene Ursachen haben, oft ist es eine einfache Erkältung, die nicht auskuriert wurde.
Foto: Anut21ng – 1251325754 - istockphoto.com

Von der Erkältung zur Herzmuskelentzündung – Ein unterschätztes Risiko

Eine Entzündung des Herzmuskels kann verschiedene Ursachen haben. Diese Erkrankung kann Menschen jeden Alters treffen, tritt aber häufiger bei jungen, ansonsten gesunden Erwachsenen auf. Die Schwere kann von mild bis lebensbedrohlich variieren. Ein nicht zu unterschätzender Auslöser: eine einfache Erkältung, die nicht richtig auskuriert wurde.

Was ist eine postinfektiöse Myokarditis?

Die Myokarditis ist eine Entzündung des Herzmuskels, die durch Viren, Bakterien oder andere Faktoren ausgelöst werden kann. Besonders häufig tritt sie nach einer Atemwegserkrankung auf, insbesondere durch Viren wie Coxsackie-Viren, Adenoviren oder auch das COVID-19-Virus. Das Risiko einer Myokarditis steigt vor allem dann, wenn die Erkältung nicht vollständig auskuriert wird und der Körper während der Erkrankung weiterhin physischer Belastung ausgesetzt wird. Zwar führt nicht jede Erkältung zu einer Herzmuskelentzündung, jedoch bleibt die genaue Häufigkeit der Erkrankung schwer zu ermitteln, da viele Fälle mild verlaufen oder sogar unbemerkt bleiben.

Zu den häufigsten Symptomen gehören Leistungsminderung, Kurzatmigkeit schon bei geringer Anstrengung, Brustschmerzen und Herzrhythmusstörungen. Die Diagnose wird mit Hilfe des EKGs, der Laborwerte

sowie des Herzultraschalls und des Herz-MRTs mit Kontrastmittel gestellt. Die Behandlung einer postinfektiösen Myokarditis besteht in der Regel aus Ruhe, Schonung und der Gabe von anti-entzündlichen Medikamenten, wie Ibuprofen. In seltenen Fällen bei eingeschränkter Pumpfunktion sind zusätzlich Herzinsuffizienz-Medikamente wie Betablocker und ACE-Hemmer erforderlich. Regelmäßige Nachuntersuchungen sind wichtig, um die Erholung des Herzens zu überwachen.

Der Fall eines 33-jährigen Patienten

Ein 33-jähriger Patient suchte vor kurzem das Marien Hospital Witten auf, nachdem er seit drei Wochen unter ständiger Erschöpfung und einer deutlich verringerten Leistungsfähigkeit litt. Besonders abends klagte er über ein „ziehendes Gefühl“ im Brustbereich. Er berichtete von einer Erkältung, die er etwa einen Monat zuvor durchgemacht hatte. Nach eigener Einschätzung war er vollständig genesen – er hatte schnell wieder Sport

getrieben und war sogar schon gejojgt. Durch die Kombination aus den anhaltenden Symptomen, der vorangegangenen Erkältung und dem „ziehendem Gefühl“ im Brustbereich wurde schnell eine Herzmuskelentzündung als mögliche Diagnose in Betracht gezogen. Das durchgeführte EKG zeigte keine Auffälligkeiten, jedoch ließen die Blutwerte auf eine Schädigung des Herzmuskels schließen. Ein Herz-MRT bestätigte den Verdacht und zeigte typische Anzeichen einer Herzmuskelentzündung.

Die Behandlung bestand aus telemetrischer Überwachung (Überwachung der Herzfrequenz), Ruhe und Schonung. Eine Therapie mit Ibuprofen wurde eingeleitet und für die nächsten zehn Tage fortgesetzt. Bereits nach einer Woche zeigte sich eine deutliche Erholung des Herzmuskels. Die Pumpfunktion des Herzens und die Herzenzyme normalisierten sich und waren wieder auf normalem Niveau. Mit der Verbesserung der Symptome wurde dem

Patienten für die folgenden drei Monate weiterhin Ruhe und Schonung ohne intensive sportliche Aktivität empfohlen, um die Genesung des Herzmuskels zu unterstützen.

Es ist wichtig zu betonen, dass nicht jede Erkältung zu einer Myokarditis führt und dass die meisten Fälle gutartig verlaufen und erfolgreich behandelt werden können.



PD Dr. Hans-Jörg Hippe
Chefarzt
Kardiologische Klinik
Marien Hospital Witten

Regelschmerzen ernst nehmen:

Myome und Endometriose

Regelschmerzen, auch Dysmenorrhoe genannt, betreffen viele Frauen. Besonders im Alter zwischen 17 und 24 Jahren klagen bis zu 90 % der Frauen über eine schmerzhafteste Regelblutung. Die Ursachen für eine Periode mit starken Regelschmerzen können sehr vielfältig sein und sind nicht immer harmlos. Deshalb ist es wichtig, diese Beschwerden mit einer Frauenärztin oder einem Frauenarzt zu besprechen.

Endometriose als Ursache für Regelschmerzen

Eine häufige Ursache für starke Regelschmerzen ist Endometriose. Diese chronisch-entzündliche Erkrankung tritt auf, wenn Gewebe, das der Gebärmutter-schleimhaut ähnelt, außerhalb der Gebärmutter wächst. Dies führt zu einer erhöhten Ausschüttung von Hormonen, die Schmerzen verursachen können. Wird Endometriose nicht behandelt, kann sie auch die Fruchtbarkeit beeinträchtigen. Im zertifizierten Endometriosezentrum des Marien Hospital Witten werden während der Endometriosesprechstunde individuell abgestimmte Behandlungsoptionen mit den Frauen besprochen. Das Spektrum reicht von Hormontherapien bis hin zu minimal-invasiven Eingriffen wie einer Bauchspiegelung oder dem Einsatz eines OP-Roboters zur Gewebeentfernung. Für komplexe Endometriosefälle steht ein interdisziplinäres Behandlungsteam bereit.

Myome können für Krämpfe sorgen

Eine andere häufige Ursache für Unterbauchschmerzen können Myome sein. Bei Myomen handelt es sich um gutartige



Die Ursachen für eine Periode mit starken Regelschmerzen können sehr vielfältig sein oft stecken Krankheiten wie Endometriose oder Myome dahinter.

Foto: Jakob Wackerhausen – 1717095902- istockphoto.com

Knoten in der Muskulatur der Gebärmutter. Durch diese Knoten kommt es zu einem Zusammenziehen der Gebärmutter. Durch dieses Zusammenziehen ist die Abstoßung der Gebärmutter-schleimhaut während der Periode oft erschwert und es können Blutungsstörungen auftreten. Unbehandelt gibt es sowohl unauffällige Verläufe als

auch Verläufe mit einem enormen Wachstum dieser Knoten bis zu einem Gewicht von über 2kg. In der Myomsprechstunde im zertifizierten Myomzentrum des Marien Hospital Witten wird individuell mit den betroffenen Frauen besprochen, welche Therapie geeignet ist. Durch eine Ultraschalluntersuchung kann ein Myom gut diagnostiziert werden. In der Frauenklinik des Marien Hospital Witten stehen hierzu modernste Ultraschallgeräte zur Verfügung, die mit modernster KI-Technik die Größe und Position des Myoms bestimmen (Abbildung 1). Im operativen Bereich kann ohne äußerliche Narben in einem Eingriff das Myom ultraschallgesteuert auf 105 Grad erhitzt und damit verödet werden. In anderen Situationen ist der Einsatz eines OP-Roboters möglich. Hierbei kann auch bei großen Myomen durch wenige kleine Einschnitte am Bauch das Myom minimal-invasiv entfernt werden.

Es ist wichtig zu wissen, dass

Menstruationsschmerzen nicht normal sein müssen. Ein Gespräch mit einer Frauenärztin oder einem Frauenarzt kann dabei helfen, die richtige Behandlung zu finden und so die Lebensqualität zu verbessern.



Abbildung 3D-Myomdarstellung durch KI im Myomzentrum Marien Hospital Witten (rot=Myom, blau=Gebärmutter)



Prof. Dr. Sven Schiermeier

Direktor
Zentrum für Frauenheilkunde und
Geburtshilfe der St. Elisabeth
Gruppe
Standorte: Marien Hospital Witten
und St. Anna Hospital Herne
Chefarzt
Frauenklinik und Geburtshilfe
Marien Hospital Witten

Experten der St. Elisabeth Gruppe informieren digital zur Behandlung von Endometriose und Myomen – Aktuelle Therapien im Fokus

Frauen mit Endometriose oder Myomen erleben häufig eine eingeschränkte Lebensqualität. Experten des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten sowie weitere Spezialisten laden zu einer Online-Veranstaltung am 18. März 2025 ein, um aktuelle Behandlungsmöglichkeiten vorzustellen.

Endometriose und Myome gehören zu den gutartigen Gebärmuttererkrankungen, verursachen jedoch häufig schmerzhafte Symptome, die das Leben der Betroffenen beeinträchtigen können. Mithilfe gezielter Therapien lässt sich die Lebensqualität wie-

der verbessern. Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrums für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne sowie Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hos-

pital Witten, wird zusammen mit weiteren Fachleuten in der digitalen Veranstaltung die Diagnose und Behandlung von Myomen und Endometriose erläutern. Neben konservativen Therapieansätzen werden auch moderne operative Therapien vorgestellt.

Die Veranstaltung beginnt um 16.00 Uhr auf der Online-Plattform Zoom.

Interessierte können sich bis zum 17. März 2025 unter www.marien-hospital-witten.de/pv-endometriose-myome anmelden und erhalten weitere Details per E-Mail.

Spende der Stadtwerke Witten kommt dem Kindermedizinischen Zentrum des Marien Hospital Witten zugute

Der Förderverein des Kindermedizinischen Zentrum Witten freut sich über eine Spende über 5.500 Euro. Mit der Spende der Stadtwerke Witten kann nun der Schulunterricht für Kinder, die länger im Marien Hospital Witten behandelt werden, ausgebaut werden.

Die Spende der Stadtwerke ermöglichen es der Klinik für Kinderchirurgie und der Kinder- und Jugendklinik des Marien Hospital Witten nun Lernavatare für ihre kleinen Patienten anzuschaffen. „Manche unserer Patienten sind recht lange in unserer Klinik in Behandlung. Damit sie trotzdem möglichst gut am Schulunterricht teilnehmen können, kommen Lernavatare in unserer Klinik zum Einsatz“, erklärt Volker Sander, Leitender Oberarzt der Klinik für Kinderchirurgie des Marien Hospital Witten. Er hat die Spende zusammen mit Laura Lang, Familienbezugspflegerin der Klinik für Kinderchirurgie des Marien Hospital Witten, stellvertretend für den Förderverein des Kindermedizinischen Zentrum Witten in Empfang genommen.

ge Vereine verteilt wird. Dieses Jahr ermöglicht die Aktion der Stadtwerke also die Anschaffung eines Lernavatars mit

dem die kleinen Patienten in der Klinik weiterhin am Schulunterricht teilnehmen können. Die Lernavatare sind kleine Ro-

boter, die statt des Kindes im Klassenzimmer sitzen und Ton und Bild an das Kind mit Tablets ins Krankenhaus übertragen.



Volker Sander, Leitender Oberarzt der Klinik für Kinderchirurgie des Marien Hospital Witten, und **Laura Lang**, Familienbezugspflegerin der Klinik für Kinderchirurgie des Marien Hospital Witten, freuen sich über die Spende der Stadtwerke Witten an den Förderverein des Kindermedizinischen Zentrum Witten.

Erwachsene lesen Stromzähler selbst ab, Kinder bekommen Schulbildung

Die Spendensumme kommt jedes Jahr bei einer Aktion der Stadtwerke Witten zusammen, bei der die Kunden ihre Stromzählerstände selbst ablesen und an die Stadtwerke übermitteln. So sparen die Stadtwerke Geld. Für jeden online übermittelten Zählerstand gehen 50 Cent in die Spendendose, die einmal pro Jahr auf drei gemeinnützi-

Der besondere HNO Fall – unerwarteter und tragischer Verlauf

In der Folge berichte ich über einen 45-jährigen Patienten, der sich wegen eines ausgeprägten einseitigen Hörverlustes seit circa zwei Jahren nach auswertigen Vorbehandlungen in unserer Praxis vorstellte. Seit rund zwei Jahren habe er zeitweilig Ohrenscherzen links sowie ein ständiges Druckgefühl mit Hörminderung. Diverse Vorbehandlungen mit Antibiotika und Kortison-Tabletten haben keine Besserung erbracht, ebenso nicht intensive Bemühungen, das linke Mittelohr wieder zu belüften.

Weitere Symptome fehlten, so zum Beispiel Gleichgewichtsstörungen bzw. eine Lähmung des Gesichtsnervs oder Kopfschmerzen. Bei der Erstuntersuchung war das Trommelfell entdifferenziert und gerötet, teilweise mit Einziehungen, es wirkte wie eine akute Mittelohrentzündung bzw. ein Paukenerguss.

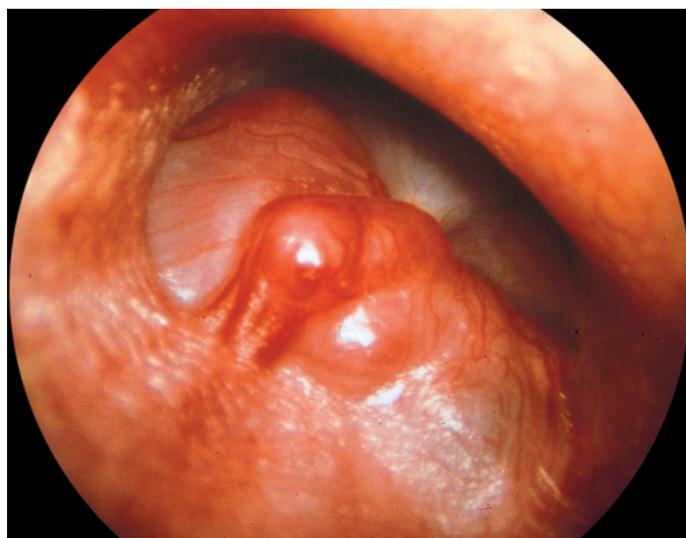
Das Valsalvamanöver gelang nicht. Tonaudiometrisch zeichnete sich bei normalem Hörvermögen rechts, linksseitig eine kombinierte Schwerhörigkeit mit ausgeprägter Schalleitungsstörung ab, das heißt die Übertragung des Schalls zum Innenohr fand praktisch nicht mehr statt.

Aufgrund der langen Vorgeschichte vereinbarten wir direkt einen Termin zur operativen Mittelohrinspektion mit Trommelfellschnitt und ggf. Einlage eines Paukenröhrchens. Überraschenderweise zeigte sich bei der Operation überhaupt kein Paukenerguss, sondern eine solide Raumforderung in der gesamten Pauke, was zunächst im nächsten Sinne eines Cholesteatoms (Perlgeschwulst im Mittelohr) interpretiert wurde. Operativ wurden mehrere Probeeexzisionen entnommen. Histologisch ergab sich der Befund eines meningotheelialen Meningeoms. Meningeome sind die

häufigsten gutartigen intrakranielle Tumore. Vermehrt treten sie ab dem 50. Lebensjahr auf. Das MRT des Neurokraniums zeigte ein großes, sich im Kleinhirnbrückenwinkel befindliches und die meisten Hirnnerven der linken Seite ummauerndes Meningeom, welches über den inneren Gehörgang bis ins Innenohr gewachsen war. Zudem bestand bereits eine deutliche Verlagerung des Hirnstamms durch den Tumor. Auch bei der neurochirurgischen Voruntersuchung ergab sich nur die deutliche linksseitige Schwerhörigkeit, alle übrigen Gehirnnerven waren intakt.

Es wurde die Indikation zur mikrochirurgischen Resektion des linksseitigen Kleinhirnbrückenwinkel-Meningeoms gestellt. Der operative Eingriff verlief primär komplikationslos. Kurzfristig kam es nach der Operation zu einer Bewusstseinsabnahme, welche eine Beatmung erforderlich machte. Ein Kontroll-CT des Neurokraniums zeigte eine deutliche globale Hirnschwellung im Mittelhirn, Hirnstamm und Kleinhirn. Im MRT zeigte sich ein Infarkt im Bereich der linken Kleinhirnhemisphäre.

Eine nochmalige notfallmäßige Eröffnung des Schädels mit Teilkraniektomie der hinteren Schädelgrube zur De-



Paragangliom – Der Tumor verlagert das Trommelfell in Richtung des äußeren Gehörgangs. Man beachte die rote Farbe aufgrund der starken Durchblutung. (Quelle: Strutz, Mann, Praxis der HNO-Heilkunde, Kopf- und Halschirurgie, Thieme, 2017)

kompression war erforderlich. Hier war der Verlauf zunächst komplikationslos. Wenige Tage später erlitt der Patient einen schweren Herzinfarkt, und es kam trotz aller intensivmedizinischen Maßnahmen zu einem letalen Ausgang. Dieser tragische Verlauf zeigt, dass bei anhaltenden unklaren Mittelohrbeschwerden immer auch ein seltener Mittelohrtumor (Meningeom) in Betracht gezogen und durch bildgebende Diagnostik ausgeschlossen werden sollte.



Dr. Klaus-Peter Tillmann
HNO
Witten und Bochum

Das Gehör versorgen und schützen

Obwohl Schall für uns unsichtbar ist, kann er großen Schaden anrichten, insbesondere wenn er zu laut ist. Jeder von uns war wahrscheinlich schon einmal zu viel Lärm ausgesetzt, sei es bei einem Konzert, einem Besuch im Sportstadion oder sogar beim Rasenmähen.

Was jedoch viele nicht wissen, ist, dass einmal geschädigte Funktionen des Gehörs nur schwer oder manchmal sogar gar nicht ersetzt werden können, um die entstandenen Höreinbußen auszugleichen. Um Ihre Ohren zu schützen, empfehlen wir Ihnen daher, einen hochwertigen Gehörschutz von Paul Rybarsch Hörgeräte zu tragen, egal ob bei der Arbeit, beim Heimwerken oder beim Schlafen. Wir unterstützen Sie gerne bei der Wahl des richtigen Hörsystems oder Gehörschutzes.



PAUL RYBARSCH
HÖRSYSTEME



JETZT kostenlos & unverbindlich testen!

Paul Rybarsch in Witten

Johannisstr. 17, 58452 Witten, Tel.: 02302-18071

Fax/AB: 02302-18074

E-Mail: info@witten.rybarsch.com

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 9.00 – 18.00 Uhr

Weitere Standorte und Infos finden Sie unter:

www.rybarsch.com

Gesundheit im Dialog im Marienviertel:

„Schau mal, was aus der Idee geworden ist..“

...nicht wenig Stolz klingt aus der Bemerkung von Dr. Bettina Berger zu ihrem Kollegen Jürgen Drebes von der Universität Witten | Herdecke mit. Beide stellen seit über zwei Jahren gemeinsam mit der Caritas im Marienviertel das Projekt „Gesundheit im Dialog“ auf die Beine.

Ende Januar trafen sich die jetzt Beteiligten zum Abschlusstreffen im Uni-Neubau. Die eine Hälfte der Teilnehmenden sind Studierende der Fakultät Gesundheit (also Medizin, Zahnmedizin und Psychologie) – die andere Hälfte sind chronisch kranke Menschen aus dem Witterner Marienviertel.

Im jetzt beendeten Wintersemester lernten die Studierenden das Marienviertel mit seinen Le-

bensbedingungen kennen. Im nächsten Schritt ermöglichte die Caritas den Kontakt der Studierenden zu chronisch Kranken bei einem gemeinsamen Mittagessen: „When you eat together, you stick together“ – das funktionierte schon mal prima. Die Gesprächspare fanden sich und fünf Gesundheitsgespräche folgten. Dabei ging es nicht um medizinische Beratung, sondern um Zuhören und um Offenheit. Die Patien-

Innen waren eingeladen, ihre chronische Erkrankung in ihre Biographie, die sozialen Beziehungen, das lokale Umfeld und ihre Lebensrhythmen einzubetten. Die PatientInnen wurden zu GesprächspartnerInnen, die den Studierenden näher brachten, sich auf das Zuhören und die Gespräche einzulassen und wahrzunehmen, dass Menschen mehr sind als ein Symptom, sondern oft eine Leidensgeschichte dahinter steckt, die erfragt und erzählt werden will. Hier ein Auszug aus dem Abschlussgespräch zwischen Gerda, die stark unter Überforderung und Druck leidet, und Henriette, der angehenden Psychologin.

Gerda: „Ich habe ganz viel Input von Henriette bekommen. Nun habe ich eine Idee, wie ich mich mit mehr Selbstfürsorge schützen kann. ... die Henri hat mich durch ihre geschickte Fra-

gestellung dahin gebracht... das ist ein gutes Gefühl für mich...“
Henriette: „Das war kaum nötig, Gerda hat sich schnell ganz viele Schubser selbst gegeben“.
Gerda: In den Gesprächen habe ich gemerkt: Ich muss gar nichts in Wirklichkeit ... dieses Projekt ist einmalig... danke“.

In der großen Runde der Beteiligten klingt an diesem Tag überall Zufriedenheit über den gemeinsamen Weg der letzten Monate. Beide Seiten profitieren, wenn Offenheit ihre Wirkung entfalten kann. Und wenn die Patienten und Ärzte sich genauer ansehen, wie Gesundheit ausgeweitet werden kann, welche „Türen“ können geöffnet werden können, um über die akute Erkrankung hinaus Gesundheit zu fördern. Also den Bereich im Leben, der nicht krank ist, zu vergrößern und mehr Bedeutung zu geben.

*Rolf Kappel
Caritatsverband Witten*

Seitens der Universität Witten | Herdecke begleiten das Projekt die Gesundheitswissenschaftlerin Dr. Bettina Berger und PD Dr. Christian Scheffer, Oberarzt und Leiter einer Ausbildungsstation am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke. Ebenso gehören Jürgen Drebes als Pflegeexperte und die Psychologiestudierende Sarah Morhenne zum Team.

Interessierte Menschen mit chronischen Erkrankungen können sich gerne für den nächsten Durchgang im Sommersemester bei Gudrun Schlue melden:
Tel.: 02302 3986395 oder
E-Mail: leogudi123@gmx.de



Die Teilnehmer des Projektes „Gesundheit im Dialog“ stellten sich anlässlich des Abschlusstreffens für ein Gruppenfoto zur Verfügung.

seit 1913

Bestattungen Bohnet

Universitätsstraße 2 · 58455 Witten
Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847

Erledigung aller Formalitäten ● Überführung In- und Ausland Tag und Nacht ● Erd-, Feuer- und Seebestattungen

Vorsorge für die Bestattung

Jeder Mensch muss für seine eigene oder die Bestattung seiner Angehörigen finanziell selber aufkommen. Wie die Finanzen im Todesfall aussehen, ist angesichts eventuell anfallender Pflege- und Heimkosten kaum vorherzusehen. Wer vorsorgt, entlastet seine Angehörigen. Eine Bestattungsvorsorge bedeutet aber auch, die eigenen Wünsche für die zukünftige Bestattung inhaltlich und finanziell abzusichern.

Zum Thema Bestattungsvorsorge (Finanzierung) lädt der Caritas-Betreuungsverein alle interessierten Bürger/innen ein.

Benjamin Vanags vom Bestattungshaus Bohnet referiert am Dienstag, 25.02.2025, von 18 bis 20 Uhr im Ardeyhotel in Witten, Ardeystraße 11. Die Teilnahme ist kostenlos.

Zur besseren Planung wird um Anmeldung gebeten unter Tel.: 02302-910 90-11.

Hilfen in schweren Stunden

Wissen zur Sterbebegleitung

Auch das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke bietet einen neuen Letzte-Hilfe-Kurs an. Im Rahmen des vierstündigen Letzte-Hilfe-Kurses vermitteln Martina Birke und Manuela Herrmann theoretisches und praktisches Wissen zur Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende und ermutigen dazu, sich ihnen zuzuwenden. Der nächste Termin ist am Freitag, 28. Februar von 16 bis 20 Uhr. Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldungen für den Kurs sind ab sofort unter 02330 62-3037 (Sekretariat der Psychosomatik, Sandra Kuhle) möglich. Die Teilnahme ist kostenlos, die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.

„Letzte Hilfe-Kurse“ – Neuanfang im Mai

Dass man nach Unfällen erste Hilfe leistet ist selbstverständlich. Doch wie können wir Menschen am Lebensende und im Sterben begleiten? Das Lebensende und Sterben macht uns als Mitmenschen oft hilflos. Altes Wissen zur Sterbebegleitung ist in unserer Kultur schleichend verloren gegangen. Hier setzen die sogenannten Letzte-Hilfe-Kurse an. Ein entsprechendes Projekt in Witten wurde durch Corona ausgebremst. Nun soll es einen Neustart geben.

Die Initiatlzündung hierfür geht von Andrea Glaremin, Koordinatorin aus dem Ambulanten Hospizdienst Witten-Hattingen e. V., und von Christin Gellesch, Mitarbeiterin aus dem St. Elisabeth Hospiz in Witten, aus. Sie informieren wie folgt:

Im Letzte Hilfe Kurs lernen interessierte Bürgerinnen und Bürger, was sie für ihre nahestehenden Menschen am Ende des Lebens tun können. Denn Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft für Experten, sondern eine Angebot von Mensch zu Mensch. Der Kurs soll ermutigen, einem sterbenden oder trauernden Nachbarn, Freund oder Angehörigen offen und anteilnehmend zu begegnen. In diesem vierstündigen Letzte Hilfe Kurs wird das Grundwissen zu folgenden Themen vermittelt:

- Sterben ist eine Teil des Lebens
- Vorsorgen und Begleiten
- Leiden lindern

- Abschied nehmen

Dabei wollen sie mit den Menschen ins Gespräch kommen, Informationen austauschen und kleine praktische Übungen anbieten. Die Kurse werden kostenlos angeboten, eine Spende für die Arberte wäre aber willkommen.

Mittlerweile werden diese zertifizierten Kurse in ganz Deutschland und in vielen Teilen der Welt angeboten. Entwickelt wurde der Kurs vom Palliativarzt Dr. med. Georg Bollig.

In diesem Jahr sind erst einmal drei Kurse geplant. Am 4. Mai, am 20. August und am 5. November, jeweils in der Zeit von 16.00 – 20.00 Uhr. Um verbindliche Anmeldung wird gebeten, da die Plätze begrenzt sind. Der Veranstaltungsort in Witten, wird bei der Anmeldung mitgeteilt.

Informationen und Anmeldung über den ambulanten Hospizdienst Witten-Hattingen e. V., Andrea Glaremin, mobil 01749726265, ahd@dwr.de.



Bestattermeister
Qualifizierter Fachbetrieb
im Bestattungsgewerbe



Grüne Linie
Ökologische Bestattung



Rumberg
BESTATTUNGEN
Haus des Abschieds

Kattenjagd 37 - 58456 Witten
02302 - 97040
www.bestattungen-rumberg.de

ZEIT für den
Blüten RAUM

Hochzeitsfloristik
Trauerfloristik
Raumdekoration

Vormholzer Str. 9a - 58456 Witten
02302 - 97042
www.zeitraum.nrw

Feierabendhäuser:**Mit Rock'n'Roll ins Jubiläumsjahr**

Sie gehören seit mehr als zehn Jahren zu den Stammgästen und ihre Auftritte zu den Höhepunkten des vielseitigen Kulturprogramms im Quartier der Wittener Feierabendhäuser: Nun haben die 78Twins mit einem Neujahrskonzert das Programm zum 100-jährigen Bestehen der Einrichtung eröffnet. Wie bei den meisten Auftritten zuvor wurden die Zwillinge Bastian (Piano) und Benny Korn (Schlagzeug) von Michael Minholz an der Gitarre unterstützt.

Das Trio servierte im gut gefüllten Café „Am Schwesternpark“ eine abwechslungsreiche Mischung aus Swing, Jazz, gefühlvollen Balladen und schnellen Rock'n'Roll-Nummern. Dabei ging mächtig die Post ab: Bewohnerinnen und Bewohner aus den Feierabendhäusern, Mieterinnen und Mieter aus dem ServiceWohnen, Mitarbeitende und Gäste klatschten, wippten und schunkelten begeistert mit. Auch die Musiker hatten sichtlich Spaß. Das Publikum bedankte sich für den tollen Auftritt mit stehenden Ovationen und lauten „Zugabe“-Rufen.



Die 78Twins – Bastian (Piano) und Benny Korn (Schlagzeug) und Gitarrist Michael Minholz rocken im Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser. Foto: Jens-Martin Gorny

Haushalt 2025/2026 ff: HSK, Satzung und Anlagen stehen online

Der Wittener Stadtrat hat am Montagabend, 3. Februar, dem Haushaltsplan 2025/2026 ff. zugestimmt.

Die finale Version des Haushaltsplans mit allen Änderungen, die infolge der politischen Beratungen noch eingearbeitet werden mussten, steht ab sofort online: Unter www.witten.de/haushalt finden sich auch die Haushaltssicherungskonzept (HSK)-Fortschreibung, die Haushaltssatzung, der Vorbericht, der Ergebnis- und Finanzplan, der Investitionsplan und alle Anlagen zum Haushaltsplan.

Der Wittener Haushalt liegt zur erhofften Genehmigung bei der Kommunalaufsicht.

WITTEN transparent

Kennen Sie schon die neue Website des Verlages Olaf Gellisch? Wenn nicht, schauen Sie mal unter www.verlag-gellisch.de

Hier finden Sie jeweils die aktuelle Ausgabe wie auch die des Vormonats in digitaler Form.

Medizin – Pflege – Therapie
Klinik für Urologie

Ev. Krankenhaus Witten
Lehrkrankenhaus der Universität Witten/Herdecke

Ambulanz-Führung

Nächster Termin: **Donnerstag, 03. April 2025, 17 Uhr**
Treffpunkt: Urologische Ambulanz, 1. Obergeschoss

- Prostata-Probleme? • Interesse am GreenLight-Laser?
- Einmal durch die 3D-Operationsbrille blicken?

Dann besuchen Sie unsere Führung durch die Urologische Ambulanz im EvK Witten mit Prof. Dr. Andreas Wiedemann.

Keine Anmeldung erforderlich.

Ev. Krankenhaus Witten
Klinik für Urologie
Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann
Pferdebachstr. 27
58455 Witten
Fon 02302.175-2521
www.facebook.com/evkwitten

Boston Scientific
Advancing science for life™

BECKENBODEN ZENTRUM RUHRGEBIET
Zentrum für chronische Zystitis und Beckenschmerz

KONTINENZ- UND HAGEN-WITTEN
BECKENBODENZENTRUM Kompetenz in Kontinenz

 Familien- und Krankenpflege e.V.
Herdecke - Witten - Wetter

www.familien-krankenpflege.com

- Ausbildungsbetrieb in der Pflege & Verwaltung
- Ambulante Alten- und Krankenpflege in Herdecke - Witten - Wetter
- Essen auf Rädern
- Hauswirtschaft
- Tagespflege
- Wohngemeinschaften für an Demenz erkrankte Menschen

Kontakt:
Geschäftsstelle
Wullener Feld 34 - 58454 Witten
info@familien-krankenpflege.com ☎ 02302 - 9 40 40 0

www.familien-krankenpflege.com

Monatlich lädt die Tagespflege Am Mühlengraben der Familien- und Krankenpflege Witten (FuK) zu einem Frühstückstreff / Brunch für pflegende Angehörige ein. Das zwanglose Treffen findet an jedem ersten Donnerstag im Monat, jeweils in der Zeit von 10.30 bis 12 Uhr, statt. Treffpunkt ist im Café Atempause in der Tagespflege am Mühlengraben, Wetterstraße 8, in Witten. Das nächste Treffen ist am 6. März.



Mit den „Ballons der Zuversicht“ setzte der Kinderhospizdienst Ruhrgebiet e. V. anlässlich des Tages der Kinderhospizarbeit am 10. Februar ein weithin sichtbares Zeichen.

Tag der Kinderhospizarbeit:

Kinderhospizdienst Ruhrgebiet begeht denkwürdigen Tag mit Freunden und betroffenen Familien

Mit dem „Tag der Kinderhospizarbeit“ wird jedes Jahr am 10. Februar dieses wichtige Thema in den Fokus der Öffentlichkeit gerückt. Und es gibt mehrere gute Gründe dafür. Einer ist, dass der Bedarf an dieser Arbeit größer geworden ist. Ein anderer Grund ist damit eng verstrickt, nämlich dass sich auch genügend Personen finden, die sich dieser ehrenamtlichen Arbeit widmen. Ebenso ist es wichtig, dass die Arbeit mit Spenden unterstützt wird, denn gerade die Spenden sind es, mittels derer der Betrieb aufrechterhalten werden kann und u. a. auch Herzenswünsche von Kindern, die an einer Lebenszeit verkürzenden Erkrankung leiden, erfüllt werden können.

Birgit Schyball, Vorsitzende des Kinderhospizdienstes Ruhrgebiet, und einige ihrer ehrenamtlichen Mitstreiter empfingen zur Feierstunde am Standort in Herbede traditionsgemäß viele Gäste. Darunter auch Familien, die die Hilfen des Kinderhospizdienstes in Anspruch nehmen. Ebenso kamen Freunde und die „Botschafter“ des Kinder-

hospizdienstes, die jedes Jahr dabei sind: Politikerin Carina Gödecke und Michael Wurst, der auch als Stadionsprecher des VfL Bochum 1848 bekannt ist. Und es waren auch Vertreter der Vereine dabei, die mit besonderen Aktionen Spendengelder für den Kinderhospizdienst gesammelt haben. Die Vorsitzende nutzte natür-

lich die Gelegenheit, allen für ihr Engagement zu danken. Und sie erklärte, warum diese Arbeit so wichtig ist: Der Kinderhospizdienst Ruhrgebiet wurde vor fast genau 24 Jahren gegründet. Es war die Zeit, wo der Kinderhospizgedanke überhaupt erst aufkam. Dazu sollte man wissen, dass sich die Kinderhospizarbeit grundlegend

von der normalen Hospizarbeit unterscheidet. Im Kinderbereich fängt die Hospizarbeit schon mit der Diagnosestellung an, also wenn bekannt wird, dass das Kind unter einer die Lebenszeit verkürzenden Erkrankung leidet. „Und in den Anfängen“, so berichtete Birgit Schyball, „ging man von rund 23.000 betroffenen Kindern bundesweit aus.

Heute weiß man, dass es über 100.000 sind. Diese Erkenntnis resultiert daraus, dass heutzutage die Kinder mit lebensverkürzenden Erkrankungen statistisch besser erfasst werden.“ Diesen Zahlen trägt auch das kontinuierliche Wachstum des entsprechenden Kinderhospizangebotes Rechnung. So gibt es mittlerweile bundesweit 18 stationäre Einrichtungen und über 160 ambulante Dienste, wozu eben auch der Kinderhospizdienst Ruhrgebiet gehört. Birgit Schyboll gab anlässlich der Feierstunde auch einen Rückblick auf die Aktivitäten des zurückliegenden Jahres. Dazu gehörten eine Freizeit mit den betroffenen Familien auf Norderney, Besuche von zahlreichen Veranstaltungen wie Varieté, Party im RuhrCongress, Besuch der Sternwarte, Skifreizeit in der Skihalle Bottrop, Wellnessstag für die Mütter der erkrankten Kinder im Jammerthal, ein Tag für die Geschwister der Kinder im Tierpark, ein Sommerfest auf Haus Kemnade und, und, und... Und immer wieder taucht der VfL Bochum auf, der z. B. für die fußballbegeisterten unter den kranken Kindern Besuche ihrer Fußballidole arrangiert. Birgit Schyboll: „Das hat sogar mit Lukas Podolski geklappt.“ „Der hat aber nicht bei uns gespielt“, meinte der VfL-Stadionsprecher. Aber:

Auch hier hat der Bundesligist, der Kooperationspartner des Kinderhospizdienstes Ruhrgebiet ist, den Kontakt hergestellt. Zudem wurden einige der Aktionen von Vereinen vorgestellt, die die Einnahmen ihre Sonderaktivitäten z. B. zu Festen und Weihnachtsmärkten dem Kinderhospiz spendeten. So hat die TSG Sprockhövel, die schon länger dem Kinderhospizdienst Ruhrgebiet zugetan ist, einen Sponsorenlauf veranstaltet, der 8.612 Euro an Spendengeldern einbrachte.

Was sich manchmal nach „Freizeitvergnügen“ anhört, ist in der Realität verantwortungsvolle Arbeit der Mitarbeiter und Entlastung der betroffenen Familien. Eine junge Mutter berichtete darüber, wie gut ihr die Hilfe während des Aufenthaltes an der Nordsee tat, als sich die Mitarbeiter um das kranke Kind kümmerten und somit die Eltern zeitweilig entlasteten. „Normaler Urlaub, so wie es andere kennen“, so die Mutter sinngemäß, „ist ja bei uns gar nicht möglich.“

Den Abschluss der „offiziellen“ Feierstunde bildete das traditionelle Luftballonsteigenlassen. „Ballons der Zuversicht“ wurden auf der Terrasse des Kinderhospizdienstes Ruhrgebiet gen Himmel fliegen gelassen – ein weithin sichtbares Zeichen am Tag der Kinderhospizarbeit.



Ein Ehrenamt, das viele Lächeln schenkt!

Sie möchten die Arbeit des
Kinderhospizdienst Ruhrgebiet e.V.
unterstützen und / oder sich ehrenamtlich engagieren?

Bitte sprechen Sie uns an:

Ansprechpartnerin / Anmeldung: Birgit Schyboll
Am Herbeder Sportplatz 17, 58456 Witten
Tel. (02302) 27 77 19 Fax (02302) 27 77 21
E-Mail: webmaster@kinderhospizdienst-ruhrgebiet.de

www.kinderhospizdienst-ruhrgebiet.de

Für Ihre Unterstützung danken wir herzlich!



Volkbank Sprockhövel eG: DE83 4526 1547 0019 1919 19

Praxis für Ergotherapie & Familientherapie Silke Beyer:

Weiterentwickelt zur Schwerpunktpraxis Psychisch funktionelle Ergotherapie

Es hat sich einiges getan in der Praxis für Ergotherapie und Familientherapie Silke Beyer in Witten-Annen. Der schon seit längerer Zeit augenfälligen Vergrößerung des Praxisbereiches durch die Eröffnung eines weiteren Standortes an der Bebelstraße, also in unmittelbarer Nachbarschaft zum Hauptstandort an der Annenstraße, folgte nun auch eine „innere“ Vergrößerung und eine weitere neue schwerpunktmäßige Orientierung.

Silke Beyer, Praxisinhaberin und -leiterin: „Wir haben uns vergrößert und spezialisiert. Mittlerweile gehören elf Therapeuten zum Team. Wir haben uns zudem zu einer Schwerpunktpraxis für den Bereich Psychiatrie, genauer gesagt: Psychisch funktionelle Ergotherapie, weiterentwickelt. Aber auch im Bereich Neurologie haben wir unser Angebot ausgebaut, wo wir z. B. auch Schmerztherapie anbieten.“ Wie die Praxisleiterin weiter ausführte, stellt die Spezialisierung auf den Bereich Psychiatrie auch ein Alleinstellungsmerkmal im weiteren Umkreis dar, da es eher selten ist, dass Ergotherapiepraxen auch diese Richtung einschlagen. So sind zwei Therapeutinnen in der systemischen Psychotherapie ausgebildet und zwei Teammitglieder sind Trauma-Fachtherapeutinnen.

Somit können nun zahlreiche Krankheitsbilder im Bereich der Psychiatrie behandelt werden. Da geht es z. B. viel um Angst- und Panikstörungen, posttraumatische Belastungsstörungen, aber auch Depressionen und Burnout und ADHS bei Erwachsenen, um nur einige zu nennen. Der Grund für den neuen Behandlungsschwerpunkt in der altansässigen Ergotherapie-Praxis liegt im Bedarf. Silke Beyer: „Die Zahl der Anfragen stieg dermaßen an, dass ich das nicht mehr alleine bewältigen konnte. So wurde das Team um die entsprechenden Fachkräfte erweitert. Zudem finden auch ständig Schulungen und Weiterbildungen statt, von denen das erworbene Wissen auch ins Team weitergetragen wird.“



Silke Beyer (hintere Reihe, Mitte) und ihr erweitertes und spezialisiertes Team stellten sich zum Gruppenfoto.

Medizin konkret im EvK Witten:

Schmerztherapie gegen Rückenschmerzen

Zum Jahresauftakt eröffnete Dr. Peter Koch, Facharzt für Orthopädie in der Praxis Centrovital in Witten, die Vortragsreihe „Medizin konkret“ im Evangelischen Krankenhaus Witten und informierte die Anwesenden über unterschiedliche Ansätze multimodaler Therapieverfahren bei Rückenschmerzen.

Chronische Schmerzen lassen sich in verschiedene Stadien einteilen. „Die höchste Stufe beschreibt einen über mehrere Monate währenden Dauerschmerz ohne spürbare Intensitätswechsel“, erklärt Dr. Peter Koch die Begrifflichkeit zu Beginn seines Vortrags. Der Facharzt für Orthopädie aus der Praxis Centrovital in Witten ergänzt, dass solche dauerhaften Schmerzreize häufig zu psychischen Problemen führen können. Reicht eine ambulante Therapie nicht mehr aus, stellt die multimodale Schmerztherapie eine wirksame Alternative dar, um einen operativen Eingriff hinauszuzögern oder gar zu vermeiden.

Diese Therapieform kombiniert medikamentöse Behandlungen, physiotherapeutische Maßnahmen und psychotherapeutische Ansätze während eines

etwa einwöchigen stationären Aufenthalts im EvK Witten. Ein wesentlicher Bestandteil der Behandlung sind gezielte Injektionen an der Wirbelsäule, wie beispielsweise die Gelenkinfiltration. An zuvor markierten Stellen injizieren Orthopäden gezielt Lokalanästhetika, um die Schmerzen zu lindern. „Die richtige Medikation wird oft schrittweise in Zusammenarbeit mit dem Patienten ermittelt“, informiert Dr. Peter Koch. Am Ende zielt diese Art der Therapie immer darauf ab, die Schmerzen zu lindern, Medikamente zu reduzieren und die Lebensqualität zu erhöhen.

„Diese Therapie kann wiederholt werden, denn eine chronische Erkrankung braucht eine chronische Therapie“, erklärt Dr. Koch. „Doch wenn die Gehstrecke nur noch fünf Minuten beträgt und weder Medikamen-



Dr. Peter Koch von der Praxis Centrovital in Witten referierte bei *Medizin konkret* im EvK Witten über Behandlungsmethoden bei Rückenschmerzen. (EvK Witten)

te noch Physiotherapie helfen, ist eine Operation oft die beste Option.“

Die nächste Veranstaltung im Rahmen der Vortragsreihe „Medizin konkret“ findet am 19.

März 2025 um 17 Uhr statt. Dabei spricht Matthias Blase, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Ev. Krankenhaus Witten zum Thema „Ernährungsmedizin IV“. Mitreferentin ist Katia José.

Virtuelle Realität in der Ausbildung am Campus der St. Elisabeth Gruppe

Die St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr setzt auf Virtuelle Realität, um die Ausbildung in den Pflegeberufen zukunftsorientiert und praxisnah zu gestalten. Die Auszubildenden können so realistische Szenarien erleben und werden optimal auf die tatsächliche Patientenversorgung vorbereitet. Diese innovative Methode verbindet theoretisches Wissen mit praktischen Erfahrungen und schafft eine ideale Grundlage für den zukünftigen Beruf.

„Die VR-Brillen bieten uns eine einzigartige Möglichkeit, den Auszubildenden praxisnahe Erfahrungen zu vermitteln, ohne dass sie auf echte Patienten angewiesen sind“, erklärt Michael Teerhöfer Praxiskoordinator am Campus der St. Elisabeth Gruppe. „Die Auszubildenden können in einer geschützten Umgebung Fehler machen, daraus lernen und ihre Reaktionen auf komplexe Pflegesituationen optimieren“, betont Michael Teerhöfer.

Eintauchen in eine virtuelle Pflegewelt

Die VR-Technologie wird im Rahmen des praxisorientierten Theorieunterrichts eingesetzt. Die Auszubildenden haben die Möglichkeit, in verschiedenen

Szenarien zu üben, die ihnen später in der realen Arbeitswelt begegnen werden. Durch den Einsatz der VR-Brillen im theoretischen Unterricht können sie ihre Kenntnisse und Fertigkeiten individuell erweitern. So können komplexe Aufgaben immer wieder trainiert und weiterentwickelt werden, ohne dass echte Patienten erforderlich sind. „Mit der VR-Brille bekommt man ein gutes räumliches Verständnis für die Arbeitsabläufe und bereitet sich so optimal auf zukünftige berufliche Situationen vor“, sagt eine Auszubildende als angehende Operationstechnische Assistentin am Campus der St. Elisabeth Gruppe. Die St. Elisabeth Gruppe setzt auf den innovativen Einsatz von virtueller Realität,



Zwei Auszubildende der St. Elisabeth Gruppe im praxisorientierten *Virtual-Reality-Unterricht*

um eine praxisnahe Ausbildung in den Pflegeberufen zu fördern. Dadurch wird nicht nur der theoretische Unterricht zukunftsgerichtet gestaltet, sondern auch

die Möglichkeit geschaffen, in realitätsnahen Szenarien zu lernen und wertvolle Erfahrungen zu sammeln, die optimal auf den Beruf vorbereiten.

Das Marien Hospital Witten ist die beliebteste Geburtsklinik im Ärztekammerbezirk Westfalen-Lippe

Grund zur Freude: Das Marien Hospital Witten verzeichnete im Jahr 2024 trotz sinkender Geburtenzahlen im Bundesland Nordrhein-Westfalen insgesamt 2.752 Geburten – 141 mehr als im Vorjahr. Mit diesem Wert ist die Geburtsklinik weiterhin die Beliebteste des Ärztekammerbezirks Westfalen-Lippe.

Die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten blickt erneut auf ein geburtenreiches Jahr zurück: „Im Jahr 2024 gab es im Marien Hospital Witten 2.752 Geburten,“ berichtet Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten. Mit dieser Zahl ist die Wittener Klinik laut Nestlé-Statistik die Beliebteste des Ärztekammerbezirks Westfalen-Lippe.

Zunahme der Geburten in Witten – entgegen des Negativtrends

Im Bundesland Nordrhein-Westfalen ist die Anzahl der geborenen Kinder im Jahr 2024 im Vergleich zu 2023 laut dem Statistischen Landesamt insgesamt um 1,1 % zurückgegangen. Die Wittener Geburtsklinik konnte sich jedoch gegen diesen negativen Trend durchsetzen und verzeichnete sogar 5,4 % Geburten mehr als im Vorjahr. Es freut mich sehr, dass so viele werdende Eltern unserem Team ihr Vertrauen schenken“, so Prof. Dr. Schiermeier.

Große Sicherheit für werdende Eltern durch Perinatalzentrum

Die Geburtshilfe ist gemeinsam mit der Kinder- und Jugendklinik des Marien Hospital Witten als Perinatalzentrum Level 1 zertifiziert. Das ist die höchstmögliche Versorgungsstufe in Deutschland. Mit dieser Zertifizierung bietet die Geburtshilfe nicht nur werdenden Eltern mit normal verlaufenden Schwangerschaften ein großes Sicherheitsnetz, sondern auch eine optimale Versorgung bei Risiko- und Mehrlingsschwangerschaften.

Gut informiert über die Wittener Geburtshilfe

Interessierte werdende Eltern können sich online einen Eindruck der Geburtshilfe machen und an einem der vielen Informationsabende teilnehmen. Neben den Präsenzterminen geht das Team der Geburtshilfen regelmäßig auf Instagram live, um einen Blick in den Kreißaal zu ermöglichen.



Prof. Dr. Sven Schiermeier (links), Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten, freut sich über das Vertrauen der Eltern in die Geburtsklinik des Marien Hospital Witten.

Interventionelle Kardiologie im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke:

Engmaschige Versorgung bei Herzerkrankungen

Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales hat das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke als Leistungserbringer für interventionelle Kardiologie bestätigt und stärkt damit die Bedeutung der Ender Klinik als Versorger der Notfallstufe II.

Zum Leistungsspektrum der Kardiologie als Fachabteilung der Inneren Medizin am GKH gehört neben Herzkatheteruntersuchungen auch eine 24/7-Notfallversorgung sowie ein hauseigenes, hochmodernes Herzkatheter-Labor. Durch diese engmaschige Versorgung können Untersuchungen ganzjährig, an sieben Tagen pro Woche, rund um die Uhr vorgenommen werden.

Der Rettungsdienst im Ennepetal-Kreis wird das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke auch künftig mit akuten Herzpatienten anfahren. „Bei einer akuten Herz-Kreislauf-Erkrankung ist eine schnellstmögliche intensivmedizinische

Versorgung überlebenswichtig, und dafür ist unser Krankenhaus mit unserer Fachabteilung, dem Zentrum für Notfallmedizin sowie der hochmodernen ausgestatteten Intensivstation mit Überwachungseinheit bestens aufgestellt“, betont Dr. med. Jakob Gruber, Chefarzt der Inneren Medizin am GKH. „Unser Team arbeitet interdisziplinär, so dass wir sowohl alle akuten Schlaganfälle als auch akut und chronisch erkrankte Herz-Kreislaufpatienten weiterhin hervorragend versorgen können, von der Ersten-Hilfe-Leistung über die Rehabilitation bis hin zu einer nachhaltigen Veränderung des Lebensstils“, so der Kardiologe.



„Mit unserer Fachabteilung, dem Zentrum für Notfallmedizin sowie der hochmodernen ausgestatteten Intensivstation mit Überwachungseinheit ist das GKH bestens aufgestellt“, betont Kardiologe Dr. med. Jakob Gruber, Chefarzt der Inneren Medizin am GKH.

Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke und Dörthe-Krause-Institut:

Einblicke in die Pflegeausbildung – Infotag am 5. März

Was lerne ich in der Ausbildung zur Pflegefachkraft? Welche Perspektiven bietet ein Pflegeberuf und wie lange dauert die Ausbildung? Auf Fragen wie diese finden Interessierte am Mittwoch, 5. März 2025 von 10 Uhr bis 13 Uhr kompetente Antworten. Dann laden das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke und das Dörthe-Krause-Institut (DöKI), die Pflegeschule der Ender Klinik, zum Infotag mit Workshops und Beratungsangeboten ein.

Neben einem Rundgang durch Schule und Krankenhaus vermitteln die Organisatoren alle relevanten Informationen zur Ausbildung als Pflegefachkraft. Beginn des Infotages ist um 10 Uhr, die Veranstaltung endet um 13 Uhr. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, sich – am besten mit Zeugnissen und Bewerbungsunterlagen – persönlich als Auszubildende* vorzustellen.

Das DöKI ist eine staatlich anerkannte Pflegeschule und bildet nach dem Pflegeberufegesetz zur Pflegefachfrau bzw. zum Pflegefachmann aus. Die Ausbildung wird nach drei Jahren mit der staatlich anerkannten Prüfung abgeschlossen. „Das Besondere im DöKI ist, dass die Auszubildenden fundiertes Fachwissen aus den Bereichen Pflegegrundlagen, erweiterte Pflege und Pflegewissenschaft erwerben“, betont Schulleiter Michael Knese. „Zugleich sind



Im Rahmen der Ausbildung wird fundiertes Fachwissen aus den Bereichen Pflegegrundlagen, erweiterte Pflege und Pflegewissenschaft vermittelt. Zugleich sind integrative Angebote der Anthroposophischen Medizin und Pflege fester Bestandteil des Lehrplans.

integrative Angebote der Anthroposophischen Medizin fester Bestandteil des Lehrplans - einer vom deutschen Gesetzgeber anerkannten Therapierichtung.“ Zusätzlich zur fachlichen Ausbildung werden die Auszubildenden nach den Bestimmun-

gen des Tarifvertrags für den öffentlichen Dienst der Länder (TVAöD) entlohnt. Bei Interesse besteht zudem die Möglichkeit, eine Wohnung auf dem Gelände des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke anzumieten. „Wer den Beruf und das Berufsum-

feld näher kennenlernen möchte, kann vorab auch ein Pflegepraktikum bei uns absolvieren“, bietet Michael Knese an.

Als größtes Krankenhaus im Ennepe-Ruhr-Kreis und einer der größten Arbeitgeber in Herdecke bildet das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke jährlich rund 40 Menschen in fünf verschiedenen Berufen aus. Wer sich für eine Ausbildung zur Pflegefachkraft interessiert, ist herzlich zum Infotag eingeladen. Schüler*innen erhalten vor Ort eine Teilnahmebescheinigung. Ausbildungsbeginn ist am 1. Oktober 2025.

Weitere Auskünfte und Anmeldung zum Infotag: 02330 62-3208, doeki@gemeinschaftskrankenhaus.de. Die nächsten Infotage finden am 21. Mai, 09. Juli und 27. August 2025 jeweils von 10 Uhr bis 13 Uhr statt. Treffpunkt: Dörthe-Krause-Institut, Gerhard-Kienle-Weg 10, 58313 Herdecke.

St. Elisabeth Gruppe verabschiedet neue Auszubildende:

13 Anästhesietechnische Assistenten starten in das Berufsleben

13 Anästhesietechnische Assistenten haben nach drei Jahren intensiver Ausbildung am Campus der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr ihr Examen überreicht bekommen. Zu Beginn des Jahres 2022 waren sie als erster Kurs in die damals neue staatlich anerkannte Ausbildung als Anästhesietechnischer Assistent gestartet. Ein großer Teil der Auszubildenden wird in die unterschiedlichen Einrichtungen in Herne und Witten übernommen.

Der Operationssaal ist der Haupteinsatzort für Anästhesietechnische Assistenten (ATA). Besonders eng arbeiten sie mit Ärzten zusammen und überwachen unter anderem die Narkose und die Werte der Patienten über die angeschlossenen Geräte.

Mit dem Ende ihrer Ausbildung stehen den Anästhesietechnischen Assistenten weitere Spezialisierungsmöglichkeiten, wie Weiterbildungen in den Bereichen Nephrologie, Onkologie oder im Operations-/Endoskopiendienst offen.

Am Campus der St. Elisabeth Gruppe stehen für die Auszu-

bildenden die grundlegenden Theorieinhalte auf dem Lehrplan. In den verschiedenen Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe und bei ihren Kooperationspartnern sammeln die angehenden Anästhesietechnischen Assistenten vielfältige Praxiserfahrungen. „Der Beruf ATA ist abwechslungsreich, anspruchsvoll und bringt gute Zukunftsaussichten mit sich. Wir bereiten mit unserem Ausbildungskonzept die Auszubildenden auf einen erfolgreichen Einstieg in den Beruf vor“, berichtet Sabine Dreßler, Schulleitung der Schule der Berufe im Operationsdienst der St. Elisabeth Gruppe. „Gerne über-

nehmen wir die Absolventen im Anschluss an ihre Ausbildung in

eine Einrichtung der St. Elisabeth Gruppe.“



13 Anästhesietechnische Assistenten erhielten nach dreijähriger Ausbildung ihr Examen.

Große Expertise bestätigt:

1.000. minimal-invasive Behandlung von Herzklappenerkrankungen im Marien Hospital Witten durchgeführt

Besonderes Jubiläum bei der Behandlung kardiologischer Patienten: Die Kardiologische Klinik des Marien Hospital Witten setzte den 1000. Clip zur Behandlung einer undichten Herzklappe ein. Damit unterstrich das Team der Kardiologischen Klinik seine große Erfahrung bei der minimal-invasiven Behandlung von Herzklappenerkrankungen.

Die Mitralklappe und die Trikuspidalklappe sind zwei der vier menschlichen Herzklappen und funktionieren gewissenmaßen wie ein Ventil für das Organ. Zu den Aufgaben der Herzklappen zählt es, den Blutfluss im Körper zu steuern. Beim Pumpen des Blutes wirken starke Kräfte auf die Klappen ein, da sich das Herz dabei zusammenzieht. Sind die Klappen gesund, bewältigen sie die Krafterwirkung ohne Probleme. Werden sie jedoch undicht und schließen nicht mehr vollständig, können sie den Blutfluss nicht mehr regulieren. In der Folge kann es zu einem Rückstau mit Wasseransammlungen in der Lunge, im Bauchraum oder den Beinen und weiteren Zeichen einer Herzschwäche, Herzrhythmusstörungen, verminderter Belastbarkeit und sogar Nierenversagen kommen.

Minimal-invasive Therapieverfahren: Mitralklappen- und Trikuspidalklappen-Clipping

Eine undichte Mitralklappe oder Trikuspidalklappe kann mittels des Mitralklappen- bzw. Trikuspidalklappen-Clipping-Verfahrens behandelt werden. Die Kardiologische Klinik des Marien Hospital Witten ist seit vielen Jahren auf diese Behandlung von Herzklappenerkrankungen spezialisiert. Die große Expertise zeigt sich nun auch durch



Das Team um PD Dr. Hans-Jörg Hippe (rechts), Chefarzt der Kardiologischen Klinik des Marien Hospital Witten, **Holger Priebe-Brämer** (2. v. r.), Leitender Oberarzt der Kardiologischen Klinik, und **Jadwiga Klajn** (links), Oberärztin der Kardiologischen Klinik, feierten ein besonderes Jubiläum der Kardiologischen Klinik: Bereits zum 1.000. Mal wurde ein Patient mit einer undichten Herzklappe mittels eines Mitralklappen- und Trikuspidalklappen-Clips behandelt.

einen besonderen Meilenstein: Experten führten nun bereits zum 1.000. Mal ein Clipping-Verfahren durch. Damit gehört die Kardiologische Klinik deutschlandweit zu den Kliniken mit der größten Erfahrung beim Einsetzen von Mitralklappen- und Trikuspidalklappen-Clips.

Dabei wird ein kleiner Clip mithilfe eines Katheters über die Leistervene zum Herzen geführt. „Mithilfe modernster Bildgebungsverfahren können wir den Clip millimetergenau und räumlich korrekt positionieren, um die undichten Klappenränder

miteinander zu verbinden“, berichtet PD Dr. Hans-Jörg Hippe, Chefarzt der Kardiologischen Klinik des Marien Hospital Witten. Durch eine Röntgen- und 3D-Herz-Ultraschallkontrolle kann der Arzt während der Operation in Echtzeit jeden einzelnen Behandlungsschritt sehen.

Vorteile für Patienten

Als minimal-invasive Operation, die durch einen kleinen Leistenchnitt durchgeführt wird, ist die Clip-Therapie für Patienten besonders schonend. In vielen Fällen kann das Clipping eine

offene Operation ersetzen: „Der Vorteil ist, dass beim Clipping kein großer Brustkorb-Schnitt erforderlich ist, ebenso keine Herz-Lungen-Maschine und keine anschließende Reha“, erklärt PD Dr. Hans-Jörg Hippe. Patienten erholen sich in der Regel schneller als bei einer klassischen Operation. Auch Patienten, denen keine Herzoperation zuzumuten wäre, können mit dem Clipping-Verfahren bei einer undichten Mitralklappe oder Trikuspidalklappe sicher und effektiv behandelt werden.

Klinik für Urologie am Ev. Krankenhaus Witten:

Nächste Uro-Führung am 3. April

„Einblicke in die Verfahrensweisen der modernen Urologie“ - Diese gibt es regelmäßig im Ev. Krankenhaus Witten bei den im zweimonatlichen Rhythmus stattfindenden Führungen durch die Urologische Ambulanz.

Das Interesse an dieser informativen Veranstaltung ist ungebrochen. Darum halten Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann und sein Team auch daran fest. Interessenten erfahren dabei z. B. einige über die OP im 3-D-Verfahren, über die schonende Entfernung von Nierensteinen und warum die gutartige

Prostatavergrößerung am schonendsten mit dem Greenlight-Laser, also mit grünem Laserlicht, zu therapieren ist. Ein besonderer Pluspunkt ist auch, dass die Besucher den urologischen Experten auch ihre persönlichen Fragen stellen können. Und hiervon wird stets guter Gebrauch gemacht.

Die nächste Führung findet am 3. April statt. Treffpunkt ist wiederum an der Urologischen Ambulanz im 1. OG des Ev. Krankenhauses an der Pferdebachstraße. Alle Interessenten sind willkommen. Die Teilnahme an der Führung ist kostenlos, ein Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kostenlose Veranstaltungsreihe für alle Interessierten:

Zehnmal „Medizin konkret“ im EvK Witten

Das Evangelische Krankenhaus Witten setzt seine beliebte Vortragsreihe „Medizin konkret“ fort. Bei den kostenlosen Veranstaltungen informiert das EvK mit Ausnahme der Sommerpause jeden Monat über ein aktuelles Thema aus dem Bereich Medizin, Pflege und Therapie.

Nach dem Auftakt im Januar mit Dr. Peter Koch von der Orthopädischen Gemeinschaftspraxis Centrovital zum Thema Rückenschmerz folgte im Februar Prof. Dr. Andreas Wiedemann, Chefarzt der Klinik für Urologie. Er informierte über Erektionsstörungen. „Kein Tabuthema, sondern ein häufiges Krankheitsbild“, betont der Chef-Urologe des EvK Witten. Fast jeder fünfte Mann in Deutschland leidet im Laufe seines Lebens unter einer behandlungsbedürftigen erektilen Dysfunktion. In seiner gewohnt lockeren Art hat Prof. Dr. Wiedemann das häufig schambehaftete Thema aus der Tabuzone geholt und neben der Diagnostik verschiedene Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt.

Im März setzen Matthias Blase und Katia José ihren ernährungsmedizinischen Themenschwerpunkt fort. Bei ihrem Vortrag am Mittwoch, **19. März**, informieren der Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie, der gleichzeitig auch Ernährungsmediziner ist, und die Ernährungsberaterin über Vitamine. Sie erklären, was **Vitamine** lebensnotwendig macht, welche Folgen Vitaminmangel hat, welche Nahrungsmittel regelrechte Vitaminbomben sind und was bei der Nahrungsmittelzubereitung wichtig ist.

„**Kraftlos, aber nicht chancenlos – Geriatrie als Weg zu mehr Lebensqualität**“ ist der Vortrag von Dr. Maria Marques, Leitende Oberärztin der Klinik für Geriatrie, am Mittwoch, **9. April**, überschrieben. Ältere Men-

schen sind nicht einfach alte Erwachsene, sie bedürfen einer speziellen Behandlung. Sie sind nach Eingriffen oder Erkrankungen vulnerabler und kommen schwerer wieder auf die Beine. Aber auch der normale Alterungsprozess bringt Einschränkungen der Mobilität und Kraft mit sich. Ernährung, Mobilität und Bewegung sind Schlüsselaspekte, um die Selbstständigkeit älterer Patienten zu erhalten und die Lebensqualität zu fördern. Das gelingt in der Geriatrie mit vereinten Kräften von Ärzten, Pflegekräften und Therapeuten.

Bis vor Kurzem hat zu Hause alles allein geklappt, doch seit dem Oberschenkelhalsbruch ist alles anders: Wenn Patienten plötzlich pflegebedürftig werden, stehen Betroffene und Angehörige vor vielen Fragen. Antworten gibt Bettina Luka vom Sozialdienst des EvK. „**Pflegebedürftig nach dem Krankenhausaufenthalt – Was nun?**“ lautet das Thema am Mittwoch, **21. Mai**. Die Diplom-Sozialarbeiterin informiert über Themen wie den Eilantrag Pflegegrad, die Versorgung mit Hilfsmitteln oder die Beratung zu ambulanter und stationärer sowie zur Kurzzeitpflege.

Um das obstruktive **Schlafapnoesyndrom** geht es am Mittwoch, **25. Juni**. Christoph Brüggel, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, erläutert zunächst Ursachen, Diagnostik und Therapie der schlafbezogenen Atemstörung. Außerdem erklärt er, worauf der bereits behandelte Patient, der nicht operativ ver-

sorgt wird, bei einem Aufenthalt im Krankenhaus achten sollte. Im Anschluss informiert Kerstin Freyhoff, Oberärztin der Klinik für Anästhesie, über Risiken für Schlafapnoe-Patienten hinsichtlich der Narkose. Sie erklärt unter anderem, welche Narkoseformen am besten für sie infrage kommen. Zudem stellt sie vor, wie der stationäre Aufenthalt eines Patienten mit Schlafapnoesyndrom nach einem operativen Eingriff im EVK Witten verläuft.

Dorian Zequiri, Leitender Notarzt und Oberarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, sowie Kai Pohl, ärztlicher Leiter Rettungsdienst EN-Kreis, stellen am Mittwoch, **17. September**, unter dem Titel „**Vom häuslichen Notfall in die Notaufnahme**“ die Abläufe der Notfallversorgung vor.

Alternative Krebstherapien beleuchtet Dr. Christoph Hackmann am Mittwoch, **8. Oktober**. Der Chefarzt der Klinik für Onkologie und Hämatologie klärt unter dem Titel „**Methadon, Mistel & Co.**“ über Mythen und Fakten onkologischer Alternativmedizin auf. Der Status von Methadon und Mistel zum Beispiel ist wissenschaftlich oft unklar oder umstritten, bei einigen Schulmedizinern aber sehr gebräuchlich.

Schätzungsweise hat jeder 4. Mensch in Deutschland einen oder mehrere **Schilddrüsenknoten**. In den meisten Fällen sind sie harmlos. Nur wenige Knoten entsprechen bösartigen Veränderungen, sind also Schilddrü-

senkrebs. Wie ist die Diagnostik und Differenzierung der Knoten, welche Knoten können beobachtet, welche müssen operiert oder alternativ behandelt werden? Gibt es eine Prophylaxe, die ein (Wieder-)Aufreten von Schilddrüsenknoten verhindern kann? Und was haben die Hormone mit den Knoten zu tun? Antworten auf diese und andere Fragen gibt Matthias Blase, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Mittwoch, **19. November**.

Im Rahmen einer **Anästhesiologischen Fragestunde** steht Dr. Thomas Meister, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, Interessierten am Mittwoch, **17. Dezember**, Rede und Antwort. Der Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin weiß, dass viele Patientinnen und Patienten vor der Narkose oftmals mehr Angst haben als vor dem Eingriff. „Ihre Angst ist aber vollkommen unbegründet. In der Anästhesie ist das Risiko für Komplikationen in fast allen Fällen niedriger als in der Chirurgie“, betont der Chefarzt, der mit seiner Fragestunde Ängste abbauen will.

Info

Alle Vorträge im Rahmen der Reihe „Medizin konkret“ finden im Erdgeschoss des EvK Witten, Pferdebachstraße 27, statt. Beginn ist jeweils um 17 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Besucher*innen der Veranstaltung können kostenlos im EvK-Parkhaus parken. Sie erhalten am Ende eine Ausfahrkarte.

WITTEN transparent

Redaktionsschluss

für die Ausgabe Mittwoch 2025 ist am Mittwoch, 12. März, 2025.

Evangelische Krankenhausgemeinschaft Herne | Castrop-Rauxel:

Neuer Integrationsmanager mit Doppelrolle

Als Adnan Causevic über eine Agentur nach Deutschland kam, da war er 22 Jahre alt. In seiner Heimat Bosnien-Herzegowina gab es keine Arbeit, keine Zukunftsaussichten für den jungen Mann, der den Beruf der Pflegefachkraft erlernt hatte. Heute, auf den Tag genau vier Jahr später, ist er es, der den Menschen hilft, die in Witten, Herne und Castrop-Rauxel im Pflegebereich Fuß fassen wollen.

Als Adnan Causevic über eine Agentur nach Deutschland kam, da war er 22 Jahre alt. In seiner Heimat Bosnien-Herzegowina gab es keine Arbeit, keine Zukunftsaussichten für den jungen Mann, der den Beruf der Pflegefachkraft erlernt hatte. Heute, auf den Tag genau vier Jahr später, ist er es, der den Menschen hilft, die in Witten, Herne und Castrop-Rauxel im Pflegebereich Fuß fassen wollen. Der 26-jährige Pflegefachmann ist Integrationsmanager in der Evangelischen Krankenhausgemeinschaft Herne | Castrop-Rauxel (EvKHG) und kümmert sich um die Rekrutierung der angehenden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus dem Ausland. Somit arbeitet er Hand in Hand mit seiner Kollegin Gül-Nihal Cam, die seit drei Jahren als erste Integrationsmanagerin zur Ev. Krankenhausgemeinschaft kam. Diesen Posten rief damals Pflegedirektorin Beate Schlüter ins Leben, die um die logistischen Herausforderungen dieses Jobs wusste. Sie sagt: „Ausländische Pflegekräfte ins Land holen, sie im Alltag unterstützen und sich so um sie kümmern, dass sie auch bleiben können, ist keine Aufgabe, die man nebenher tun sollte.“ Es bedeutet Arbeit genug, um nun noch eine zweite Person

als Integrationsmanager mit ins Boot zu holen. So wie eben Adnan Causevic. Er berichtet: „Die Bewerberinnen und Bewerber kommen aus aller Herren Länder: Aus Tunesien, Thailand, Serbien, Marokko oder Indien.“ Heute hat er bereits drei Gespräche hinter sich, diese verlaufen via Zoom-Meetings. Erst wenn sich die Anwärtinnen und Anwärter als qualifiziert erweisen, gibt es eine zweite Runde, erneut per Videomeeting, gemeinsam mit der Pflegedirektorin Beate Schlüter, oder einer der Pflegedienstleitungen. Selbst hat sich Adnan Causevic in nur kurzer Zeit ein perfektes Deutsch angeeignet hat. „Ich war sehr streng zu mir selbst“, sagt er. Der Erfolg gibt ihm offensichtlich Recht. Streng ist er auch bei den Auswahlverfahren. Denn erst wenn alle Voraussetzungen stimmen, kümmert sich der Integrationsmanager, gemeinsam mit seiner Kollegin Gül-Nihal Cam, um alle Formalitäten. Dazu gehören neben der Einreise und der Unterbringung in Herne, Witten, Castrop-Rauxel und Gelsenkirchen auch die zahlreichen Behördengänge. Adnan Causevic lächelt, zuckt die Schultern und sagt: „Bürokratie in Deutschland ist nicht immer einfach. Aber meist klappt es ja dann doch.“ Er ist



Der neue Integrationsmanager der Ev. Krankenhausgemeinschaft Herne | Castrop-Rauxel, zu der auch das Ev. Krankenhaus Witten gehört: Adnan Causevic

sich sicher: „Wir können alle nur von den ausländischen Pflegekräften profitieren“, und nennt es eine „Triple-Win-Situation“ für das Land, den Arbeitgeber sowie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Was bei ihm gut funktioniert hat, möchte er als Integrationsmanager weiterführen. Die andere Hälfte seiner Arbeitszeit ist Adnan Causevic als Pflegefachmann am EvK Castrop-Rauxel angestellt und erfüllt somit gleich eine Doppelrolle.

Bis hierher war es kein leichter Weg für den jungen Mann, musste er trotz seiner vierjähri-

gen Ausbildung in seiner Heimat Bosnien-Herzegowina zusätzlich 900 Stunden am EvK Castrop-Rauxel sowie 120 Stunden am Canisus-Campus in Dortmund absolvieren. So wollten es die Statuen, um am Ende als Pflegefachmann in Deutschland arbeiten zu dürfen. Bereut hat er den Aufwand bis heute nicht. „Ich würde die Wahl jederzeit wieder genauso treffen“, sagt er und lacht herzlich. Doch nun muss er wieder los, die Pflicht ruft, heute als Pflegefachmann in Castrop-Rauxel, bevor es dann morgen als Integrationsmanager weitergeht.



WITTEN transparent

Verlag:

Verlag Olaf Gellisch - Somborner Str. 2a
44894 Bochum - Tel. 0234 / 43 86 85 45
E-Mail: wittentransparent@online.de

Redaktion:

Olaf Gellisch (verantwortlich)
In Kooperation mit dem Ärzteverein Witten e.V.

Mitarbeiter dieser Ausgabe:

Dr. Kurt-Martin Schmelzer
Dr. Ulrich Klein
Prof. Dr. Metin Senkal
Dr. Thomas Deska
Prof. Dr. Mario Iasevoli
Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Dr. Oliver Meyer
PD Dr. Hans-Jörg Hippe
Prof. Dr. Sven Schiermeier
Dr. Klaus-Peter Tillmann

Anzeigen:

Verlag Olaf Gellisch (verantwortlich)

Satz und Gestaltung:

Verlag Olaf Gellisch



Druck:

Strube Druck- und Medien GmbH, Felsberg

Impressum

Es gilt die Anzeigenpreisliste von Nr. 2 von Januar 2021. Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider, sondern grundsätzlich die der namentlich genannten Autoren. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial sowie für Datenträger wird keine Haftung übernommen. Witten transparent erscheint jeweils monatlich (Ausnahme Doppelausgabe Juli/August) in Witten und in Bochum-Langendreer. Witten transparent verzichtet weitgehend auf das Gendern. Dies ist nicht dispektierlich gemeint, sondern soll der bessern Lesbarkeit dienen. Den Autoren bleibt es überlassen, wie sie das handhaben mögen.

Stadtwerke Witten:

Spendenaktion erfreut Vereine

16.500 Euro sind das stolze Ergebnis der Spendenaktion, welche die Stadtwerke Witten traditionell zur Jahresverbrauchsablesung starten. Das Geld geht in gleichen Teilen an die Wittener Tafel e. V., die WG FLOW Bommern und den Förderverein Kinderchirurgie e. V. des Marienhospitals Witten.

Erneut haben sich die Wittener:innen selbst übertroffen: Rund 30.700 Zählerstände – 3.700 mehr als vergangenes Jahr – haben sie selbst abgelesen und somit an der Spendenaktion teilgenommen. Für jeden online eingereichten Zählerstand gingen 50 Cent in die Spendendose. Den finalen Betrag von etwa 15.350 Euro haben die Stadtwerke Witten anschließend auf 16.500 Euro aufgerundet.

„Dass die Spendenaktion sich in Witten etabliert hat, zeigt sich an diesem tollen Ergebnis,“ freut sich Markus Borgiel, Vertriebsleiter der Stadtwerke Witten, „Unser Dank geht an die Wittener:innen, die so fleißig ihre Zählerstände übermitteln haben. Mit dem Geld unterstützen wir gern die Vereine dieser Stadt bei ihrer wichtigen Arbeit.“

Jeweils 5.500 Euro kommen dabei drei Wittener Vereinen zu Gute. Die Wittener Tafel e. V. benötigt das Geld für ihr Essensangebot für Bedürftige und ihre Aufklärung zu den Themen Lebensmittelverschwendung und Nachhaltigkeit in Schu-

len und Unternehmen. Die WG FLOW Bommern möchte für ihre Arbeit mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen ein Musikstudio einrichten, damit sie

mithilfe ihrer musikalischen Fähigkeiten belastende Ereignisse unter pädagogischer Betreuung verarbeiten können. Der Förderverein Kinderchirurgie e. V.

des Marienhospitals Witten unterstützt mit dem Spendengeld die Arbeit der Kinderchirurgie und hilft, das Angebot der Klinik künftig weiter auszubauen.



Feierlicher Augenblick – Markus Borgiel / Vertriebsleiter Stadtwerke Witten (hinten rechts) und Salvatore Labbate / Betriebsratsmitglied Stadtwerke Witten (vorn links) übergeben die Spendensumme an Vertreter von der Wittener Tafel, dem WG FLOW Bommern und dem Förderverein Kinderchirurgie e.V. des Marien Hospitals Witten.

Stadtwerke verleihen Nachhaltigkeitspreis zum vierten Mal

Die Stadtwerke Witten verleihen auch in diesem Jahr den Nachhaltigkeitspreis, um nachhaltige und soziale Projekte zu fördern, die einen gesellschaftlichen Nutzen haben. Die bisherigen Gewinner, darunter die Nachhaltigkeits-AG des AMG, die Fahrradwerkstatt „Radgeberin“ und die „Grüne Ecke“ der Ev. Kirchengemeinde Herbede, zeigen die Vielfalt der ausgezeichneten Initiativen. Insgesamt werden 10.000 Euro unter den Gewinner:innen verteilt. Der Bewerbungszeitraum beginnt am 15. Februar und endet am 31. März 2025. Interessierte können sich unter nachhaltigkeitspreis.stadtwerke-witten.de bewerben.

„Der Nachhaltigkeitspreis fördert Menschen und Natur in Witten. Kleine Projekte haben dabei genauso Chancen auf ein Preisgeld wie große Initiativen“, erklärt Mathias Kukla, Pressesprecher der Stadtwerke. „Wir legen uns nicht auf bestimmte Themen fest. Uns ist wichtig, dass sich das Projekt für soziale Belange oder die Natur einsetzt.“

Preisgeld von insgesamt 10.000 Euro

Das Preisgeld wird wie folgt aufgeteilt: 4.000 Euro für den ersten Platz, 3.000 Euro für den

zweiten, 1.500 Euro für den dritten, 1.000 Euro für den vierten und 500 Euro für den fünften Platz. Der erste Preisträger erhält zusätzlich einen speziell gestalteten Siegerpokal, der den Nachhaltigkeitsgedanken des Preises verkörpert.

Teilnahmebedingungen bewusst offengehalten

Die Teilnahmebedingungen sind bewusst offen gestaltet: Das Projekt muss von gesellschaftlichem Nutzen sein und in Witten stattfinden. Teilnahmeberechtigt sind alle Vereine, Institutionen, Organisationen oder

Schulklassen. Das Projekt kann bereits abgeschlossen sein oder sich in der Umsetzungsphase befinden – entscheidend ist, dass es zu einem nachhaltigeren Witten beiträgt.

Jury entscheidet

Eine dreiköpfige Jury entscheidet über die Gewinnerprojekte. Die Jury besteht aus Mathias Kukla von den Stadtwerken Witten, Kaja Fehren, der Klimaschutzbeauftragten der Stadt Witten, und Barbara Dieckheuer von VIADUKT e.V., dem Verein zur Förderung der psycho-sozialen Versorgung in Witten.



Markus Borgiel, Vertriebsleiter der Stadtwerke, und **Isabell Ordon** aus der Presseabteilung der Stadtwerke freuen sich auf die Projekte.

Rat der Stadt Witten beschließt Handlungskonzept Klimaschutz: Klimaneutralität bis 2040

Es ist offiziell: Der Rat der Stadt Witten hat am Montag, 3. Februar, ein zukunftsweisendes Handlungskonzept für den Klimaschutz bis 2030 auf den Weg gebracht. Damit betont die Stadt einmal mehr, dass es ihr mit dem Klimaschutz ernst ist und sie bereit ist, die nächsten großen Schritte in Richtung Klimaneutralität zu machen.

Das „Handlungskonzept Klimaschutz 2030“ (<https://www.witten.de/hk-klimaschutz>) wurde unter Einbeziehung von Verwaltung und Politik sowie der Klima-Allianz Witten durch das Gutachterbüro Gertec GmbH erarbeitet. Es dient als Zwischenbilanz und pragmatische Fortschreibung des Integrierten Klimaschutzkonzepts von 2013 und enthält neben einem Handlungskatalog mit fünfzehn Startermaßnahmen Szenarien zur Schärfung des Wittener Klimaneutralitätsziels. „Es setzt strategische Leitlinien für die kommunalen Klimaschutzaktivitäten der nächsten fünf Jahre und ebnet damit den Weg für die weitere Reduzierung der Treibhausgasemissionen in Witten“, hebt Stadtbaurat Stefan Rommelfanger hervor.

● **Startermaßnahmen im Fokus:** Die Verwaltung wird beauftragt, die ersten Maßnahmen aus dem Konzept umzusetzen. Das Ziel ist klar: Witten soll bis 2040 klimaneutral werden – fünf Jahre früher als die Bundesregierung es vorschreibt. Diese ambitionierte Frist orientiert sich am Klimaabkommen von Paris und

dem Ziel, den globalen Temperaturanstieg auf unter zwei Grad Celsius zu begrenzen.

● **Ein Klimabeirat wird ins Leben gerufen:** Damit der Klimaschutz auch wirklich von allen mitgetragen wird, soll zeitnah ein Klimabeirat eingerichtet werden. Hier kommen Ideen und Anregungen zusammen, um Witten noch klimafreundlicher zu machen. Ein Vorschlag zur Besetzung und Arbeitsweise des Beirats wird aktuell durch die Koordinierungsstelle Stadterneuerung und Klimaschutz vorbereitet.

● **Finanzielle Aspekte:** Um die Startermaßnahmen erfolgreich umzusetzen, werden zusätzlich zu den bisherigen Klimaschutzausgaben insgesamt etwa 615.000 Euro bis 2030 eingeplant. Davon entfallen auf die Haushaltsjahre 2025 und 2026 rund 280.000 Euro. Hinzu kommen Mittel für Startermaßnahmen, die bereits angefallen sind, wie z.B. die kommunale Wärmeplanung oder die schrittweise Umstellung des Fuhrparks aus E-Fahrzeuge. Die Stadtverwaltung hat die nötigen Mittel im Haushaltsplan be-

rücksichtigt.

„Das Handlungskonzept zielt darauf ab, Witten auf einen nachhaltigen Kurs zu bringen. Mit verschiedenen Maßnahmen in den Bereichen Wirtschaft, Gebäude, Energieversorgung und Mobilität soll die Stadt nicht nur umweltfreundlicher werden, sondern auch eine lebenswerte Heimat für alle bieten“, erklärt Kaja Fehren von Koordinierungsstelle Stadterneuerung und Klimaschutz. Die geplanten Startermaßnahmen sind so gestaltet, dass sie kurzfristig wirksam werden und schnell – innerhalb von zwei bis maximal drei Jahren – umgesetzt werden können.

Klimaschutz ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Der Rat ist sich bewusst, dass dieses Ziel nicht allein durch die Stadtverwaltung erreicht werden kann. Deswegen wird die Einbindung der gesamten Stadtgesellschaft gefördert – denn nur gemeinsam kann Witten die Herausforderungen des Klimawandels meistern.

Rückblick: Klimaschutz bisher
Seit dem Beschluss des Inte-

grierten Klimaschutzkonzepts (IKSK) im März 2013 wurden und werden zahlreiche Maßnahmen und Projekte umgesetzt. Dazu gehören konzeptionelle Arbeiten wie die Erstellung des Elektromobilitätskonzepts (2022) oder des Klimafolgenanpassungskonzepts (2022) ebenso wie die Bürger-Förderprogramme für Dach- und Balkonsolarmodule oder der Wittener Umweltpreis. So konnten wichtige Beiträge zur Reduzierung der Treibhausgasemissionen und zur Erreichung der Klimaszutzziele geleistet werden. Wichtig war auch die Implementierung des Klimaschutzes als Daueraufgabe: So wurde die Klimaschutzstelle (1 Stelle Klimaschutzmanagement und 1 Stelle Verwaltung) als Stabstelle des Stadtbaurats eingerichtet (2015) und mit dem Bereich Stadterneuerung zusammengeführt: zur Koordinierungsstelle Stadterneuerung und Klimaschutz (2020). Damit einher gingen personelle Erweiterungen: eine zweite Stelle Klimaschutzmanagement (2022) und eine neue Stelle Klimaanpassungsmanagement.

Wittener Sportvereine stellen Sportarten vor

Von Montag, 14. April, bis Donnerstag, 17. April, haben Kinder die Gelegenheit, am Wittener Jahnplatz und in der Jahn-Sporthalle verschiedene Sportarten kennenzulernen und auszuprobieren. Unter dem Motto „Bewegung, Spiel, Spaß und Neues ausprobieren!“ tauchen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in unterschiedliche Sportarten ein, die von verschiedenen Wittener Sportvereinen vorgestellt werden.

Das Camp ist aber nicht nur eine Gelegenheit für die Kinder, sich körperlich zu betätigen, sondern auch ein wichtiger Schritt, um die sozialen Fähigkeiten zu fördern und das Selbstvertrauen zu stärken.

Eine Woche voller sportlicher Abenteuer

Die Kinder erwartet eine Woche voller aufregender Entdeckungen und sportlicher Abenteuer.

Jeden Tag bekommen die Teilnehmenden die Möglichkeit, neue Fähigkeiten zu erlernen und ihre Begeisterung für Sport zu entdecken.

Das Sport-Entdecker-Camp beginnt täglich um 9 Uhr und endet um 15 Uhr. Die Bring- und Abholzeiten sind jeweils eine Stunde vorher bzw. nachher. Während der gesamten Woche werden die Kinder von Übungs-

leitungen der Sportvereine und festen Ansprechpartnern des SSV betreut.

Die Teilnahmegebühr beträgt 75 Euro und umfasst die Betreuung durch qualifizierte Übungsleitungen, ein Mittagessen, Getränke und Pausensnacks.

Eltern, die ihre Kinder anmelden möchten, können dafür den Anmeldebogen unter [\[witten.de\]\(http://www.witten.de\) nutzen oder sich telefonisch unter 02302 581-2350 oder -2352 melden. Für Fragen stehen Agnetha Egger und Thomas Schmidt vom StadtSportVerband zur Verfügung.](http://www.ssv-</p>
</div>
<div data-bbox=)

Der SSV freut sich auf eine Woche voller Spaß, Spiel und Bewegung und darauf, den Kindern die Freude am Sport näherzubringen, und hofft, viele junge Sportbegeisterte beim Camp begrüßen zu dürfen.

Krankenschwester aus dem EvK Witten hilft in Afrika

Was dem einen sein Mallorca Urlaub, ist für Grazyna Krzyczkowski die jährliche Reise nach Afrika. Der Krankenschwester aus Witten ist es eine Herzensangelegenheit, Menschen in Not zu helfen. Seit über 30 Jahren nun arbeitet die 63jährige am EvK Witten und wird nicht müde, sich auch in ihrer Freizeit für die Menschen einzusetzen, die dringend Hilfe benötigen. Vor sieben Jahren trat sie dem Verein „Alinafe Communities: Hilfe für Malawi“ bei, um den Ärmsten der Armen zu helfen, in einer Region Malawis, in der weder eine warme Mahlzeit noch fließendes Wasser eine Selbstverständlichkeit sind.

Zwei Mal im Monat treffen sich die Mitglieder von Alinafe in Bochum und besprechen, wie sie die Menschen im kleinen Ort Nkoma, so heißt das Dorf in Malawi, unterstützen können. „Wir kümmern uns um warme Decken, Kleidung oder auch Solarlampen für das Wasser, jeder hat hier sein eigenes Projekt“, weiß die gelernte Krankenschwester. Koordinatoren vor Ort gestalten die Umsetzung. Grazyna setzt sich mit Herzblut für das Ziegenprojekt ein. Dafür sammelt sie fleißig Spendengelder, auch bei den Kolleginnen und Kollegen am EvK Witten, jeder Euro kommt den Projekten zugute. „25 Euro kostet eine Ziege in Malawi“, weiß die 63-jährige und erinnert sich noch genau an die ersten beiden Tiere, die sie besorgt hat. „Frieda und Paula hießen sie“, sagt sie und lacht. Ziegen haben in Malawi einen hohen Stellenwert, sie werden wirtschaftlich genutzt, sorgen für gute proteinhaltige Nahrung, für Dünger auf dem Feld und liefern zudem Nachwuchs unter den Tieren.

Die Menschen in Nkoma danken es Grazyna Krzyczkowski und den Mitgliedern mit all ihrer Herzlichkeit. Trotz der schweren Umstände und der bitteren Armut vor Ort werden sie bei den Familien zum Essen eingeladen, die das Wenige, das sie

besitzen, mit den Gästen aus Deutschland teilen.

Grazyna zückt heute ihr Smartphone, zeigt beeindruckende Bilder von ihrer letzten Reise, von den Ziegen, die sie besorgt hat, von einem kleinen Mädchen, das sie ganz fest umarmt. Das Kind strahlt vor Freude und trägt voller Stolz ein blaues Kleid mit Rüschen, das eigens für sie mitgebracht wurde. Die Wittenerin wird wehmütig, wenn sie von Malawi erzählt, sehnt sich zurück nach den Menschen dort, ihrer Offenheit, ihrer Dankbarkeit.

„Wir nehmen immer einen Koffer mit 32 Kilo Gepäck mit“, so Grazyna Krzyczkowski. Dabei fällt der Inhalt für sich selbst eher spärlich aus, das meiste sind gesammelte Kleider von Bekannten und Freunden, die sie an die Menschen in Nkoma verteilen. Die Tage sind heiß, die Nächte kalt. Hilfe ist an allen Ecken und Enden nötig, wobei das Prinzip hier Hilfe zur Selbsthilfe lautet. „Wir versuchen, durch Gespräche mit den Dorfbewohnern die dringendsten Bedürfnisse vor Ort zu ermitteln, um dann von Deutschland aus gezielt bei der nachhaltigen Verbesserung mitzuwirken.“

Schon jetzt kann sie es kaum abwarten, dass es endlich wieder losgeht. Für die Kosten



Krankenschwester Grazyna Krzyczkowski (Mitte) vom Ev. Krankenhaus Witten in Nkoma, wo sie ein Ziegenprojekt betreut.

kommt sie dabei aus eigener Tasche auf, doch das stört die Frau mit dem „Helfersyndrom“, wie sie selbst über sich sagt, in keiner Weise. „Ich fühle mich in Malawi zu Hause.“

Rund 900 Menschen leben in

Nkohoma, sie alle warten schon jetzt sehnsüchtig auf die helfenden Hände, die so viel leisten, trotz aller Distanz, aller Sprachbarrieren oder kultureller Unterschiede, 11 300 Kilometer von Witten entfernt.

WITTEN transparent



Der online-Auftritt von Witten transparent ist nun eingebettet in die neue Website des Verlages Olaf Gellisch:

www.verlag-gellisch.de

Hier steht die jeweils aktuelle Ausgabe von Witten transparent zum Download zur Verfügung. Ältere Exemplare können beim Verlag angefragt werden.

Verlag Olaf Gellisch – Somborner Str. 2a – 44894 Bochum
wittentransparent@online.de



Kollektive Freude über den Förderbescheid zum Neubau des Annener Hallenbades: (von links) Lars König (Bürgermeister), Andreas Schumski (Geschäftsführer Stadtwerke Witten), Stefan Rommelfanger (Stadtbaurat), Ute Raue (Zentrales Zuschussmanagement der Stadt Witten), Markus Borgiel (Prokurist und Hauptabteilungsleiter Vertrieb/Beschaffung Stadtwerke Witten), Lars Glörfeld (Abteilungsleiter Bäder/Schifffahrt Stadtwerke Witten), Dennis Korte (Projektleiter Bau- und Infrastrukturprojekte Stadtwerke Witten) und Michael Blumberg (Fachberater Bäder/Schifffahrt Stadtwerke Witten)

Bau des Hallenbads Witten-Annen kann beginnen:

6 Mio. Euro Förderung durch den Bund

Die Stadt Witten hat den zugeteilten Förderbescheid des Bundes für den Neubau des Hallenbads Witten-Annen erhalten. Die Förderung in Höhe von 6 Mio. Euro fließt direkt in den Bau. Zusätzlich finanziert die Stadt Witten das Bad mit einem Zuschuss von 2 Mio. Euro. Die restliche Summe wird von den Stadtwerken Witten aufgebracht. Insgesamt geht man derzeit von Investitionen in Höhe von rund 25 Mio. Euro aus. Eine genauere Kalkulation wird erst nach Abschluss der Ausschreibungen möglich sein. Das Bundesinstitut für Bau-, Stadt- und Raumforschung hat den Förderbescheid im Rahmen des Bundesprogramms „Sanierung kommunaler Einrichtungen in den Bereichen Sport, Jugend und Kultur“ ausgestellt.

„Die Zuteilung des Förderbescheids ist eine sehr gute Nachricht für Witten. In Zeiten einer überaus schwierigen Haushaltslage hilft uns die Förderung immens, die erforderlichen Investitionen in die kommunale Infrastruktur zu tätigen. Der Kurswechsel hin zu Investitionen und weg vom Verzehr unserer Sachwerte sichert die Zukunft unserer Stadt als Wohn- und Unternehmensstandort. Ich bedanke mich beim Team der Verwaltung und den Stadtwerken, die viel Energie in den Antrag investiert haben“, so Lars König, Bürgermeister der Stadt Witten.

„Das neue Hallenbad entsteht unmittelbar neben dem Bildungsquartier Annen und dem Park der Generationen und ist somit eine ideale soziale und städtebauliche Ergänzung. Es bietet optimale Bedingungen für den Schwimmunterricht, die Gesundheits- und Sport-

förderung sowie die Freizeitgestaltung. Die Attraktivität und Lebensqualität des Stadtteils Annen wird sich mit dem neuen Hallenbad weiter erhöhen – ganz im Sinne des vom Rat der Stadt beschlossenen und vom Land NRW geförderten Stadterneuerungsprogramms für das Bildungsquartier Annen“, hebt Stefan Rommelfanger, Stadtbaurat der Stadt Witten, hervor.

„Die Förderung ist für uns auch eine Bestätigung unserer Pläne. Das neue Hallenbad in Annen wird für ganz Witten eine Bereicherung sein. Die drei Schwimmbecken werden für alle Gäste optimale Bedingungen bieten, egal ob jung oder alt“, sagt Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke Witten. „Die Stadtwerke können nun mit den Arbeiten beginnen. Die ersten Bagger werden voraussichtlich im März 2025 anrollen.“

Hallenbad wird drei Schwimmbecken haben

Neben dem 25-Meter-Sportbecken mit 6 Bahnen sowie 1-Meter-Sprungbrett und 3-Meter-Plattform wird es ein Multifunktionsbecken geben, das die Möglichkeit zum Schwimmenlernen und für Kursangebote bietet. Das 160 m² große Multifunktionsbecken ist mit einem Hubboden ausgestattet, sodass die Wasserhöhe je nach Angebot variiert werden kann. Das dritte Becken misst 40 m² und bietet nicht zuletzt wegen der Rutsche Eltern und Kindern einen großen Spaßfaktor. Der Bereich ist thematisch an das Maskottchen der Stadtwerke Witten, den Wal, angelehnt. Insgesamt wird der Neubau der Stadtwerke Witten mit rund 620 m² Wasserfläche mehr als doppelt so viel Platz zum Schwimmen bieten wie das bisherige Bad (bisher 250 m²). Das Bad wird komplett barri-

erefrei gebaut: Das Foyer, die Umkleidekabinen und natürlich auch die drei Schwimmbecken werden behindertengerecht gestaltet.

Abgerundet wird der Neubau durch ein nachhaltiges Energiekonzept aus der Verbindung zwischen Photovoltaikanlagen, Wärmepumpen und einem Blockheizkraftwerk, das mit Biomethangas betrieben wird.

Modelle sind ausgestellt

Die Fertigstellung des Bades ist für Ende 2027 geplant. Wer sich jetzt schon einen Eindruck vom neuen Hallenbad verschaffen möchte, kann im Foyer der Stadtwerke ein städtebauliches Modell sowie ein Modell aus Legosteinen ansehen. Auch der Bauplan wird in der Westfalenstraße 18-20 ausgestellt. Über den jeweiligen Baufortschritt kann man sich auf der Website: neubau-hallenbad.stadtwerke-witten.de informieren.

Umzug zur Pferdebachstraße 16a vollzogen:

MVZ für Zahnheilkunde Witten ist am neuen Standort angekommen – Praxisfläche verdoppelt

Wie angekündigt, hat das Medizinische Versorgungszentrum (MVZ) für Zahnheilkunde GmbH, das ehemals unter Zahnklinik am Marien Hospital firmierte, am 13. Februar seinen Betrieb in den neuen Räumlichkeiten im Neubau des Ärztehauses an der Pferdebachstraße 16a aufgenommen.

Für MVZ-Leiter Torsten Schudlich und sein Team ist damit der langgehegte Wunsch nach größeren Räumlichkeiten und mehr Komfort (auch hinsichtlich der Erreichbarkeit und der Parkmöglichkeiten) für die Patienten in Erfüllung gegangen. Die Praxisfläche ist doppelt so groß wie am alten Standort. Dies brachte auch die Möglichkeit mit sich, umfangreich zu modernisieren und sogar ein eigenes Labor ins Zentrum zu integrieren. Da können Patienten sogar beobachten, wie ihr Zahnersatz gefertigt wird. Wie vielfach bekannt, hat sich

die Praxis auf verschiedene Behandlungen spezialisiert. So z. B. auf die Behandlung von Kinderpatienten und Angstpatienten unter Narkose. Jetzt ist noch die Spezialisierung auf Adipositas-Patienten hinzugekommen. Neu ist auch die modernste 3D-Diagnostik. Doch soll das nicht heißen, dass das Leistungsspektrum sich auf diese speziellen Dinge beschränkt. Torsten Schudlich: „Wir machen alles, von der einfachen Füllung über die mikroskopgestützte Wurzelbehandlung bis hin zum High-End-Zahnersatz.“



Am neuen Standort: MVZ-Leiter Torsten Schudlich und ein Teil des Teams präsentieren sich zum ersten Gruppenfoto in den neuen Räumlichkeiten im Medizinischen Centrum am Rheinischen Esel, Pferdebachstr. 16a.

PhysioTeam Steinecke mit neuem Trainingsbereich

In der Physiotherapiepraxis PhysioTeam Steinecke wurde ein neuer spezieller Trainingsbereich eingerichtet. Dieser hat das erklärte Ziel, den Patienten auch nach Abschluss der physiotherapeutischen Behandlung die Möglichkeit zu bieten, ihre Gesundheit und Wohlbefinden langfristig zu erhalten. Dafür arbeitet das Team mit den Patienten in einem 3-Phasen Modell mit Akut-, Aufbau- und Erhaltungsphase. Während in der Akutphase, meist mit ärztlichem Rezept, die Schmerzreduktion, Mobilisation und die Verbesserung der aktiven und passiven Beweglichkeit im Vordergrund stehen, geht es in Aufbau- und Erhaltungsphase vor allem um Muskelaufbau und die langfristige Sicherung des Therapieerfolges.

Dieser Trainingsbereich ist darauf ausgelegt, seinen Nutzern eine individuelle und effektive Trainingsumgebung zu bieten, die auf die jeweiligen persönlichen Bedürfnisse abgestimmt ist. Dazu wurde dieser Bereich mit modernen Geräten ausgestattet, die helfen sollen, die gesetzten Trainings-Ziele effizient zu erreichen. Zu den Trainingsgeräten gehören u. a.:

- Kraftgeräte: Diese Geräte sind ideal, um gezielt Muskelgruppen zu trainieren und die Kraft zu steigern. Die Kraftgeräte sind benutzerfreundlich und ermöglichen es, das Training dem jeweils individuellen Fitnesslevel anzupassen.

- Kardiogeräte: Für das Ausdauertraining stehen verschiedene Kardiogeräte wie Ergometer und Rogue Echo Bike zur Verfügung. Diese Geräte helfen, die Ausdauer zu verbessern, Kalorien zu verbrennen und das Herz-Kreislauf-System zu stärken.
- Funktionelle Trainingsgeräte:

Neben klassischen Kraft- und Kardiogeräten bieten das PhysioTeam Steinecke auch funktionelle Trainingsgeräte an, die helfen, die Bewegungsabläufe im Alltag zu verbessern. Dazu gehören beispielsweise Kettlebells, Medizinbälle und Balance-Boards.

- Lanista Standup-Zirkel: Diese speziellen Geräte ermöglichen ein effektives Dehnprogramm und damit eine Verbesserung der Beweglichkeit mit einfachen, geführten Bewegungen.

Ein entscheidender Vorteil dieses Trainingsbereichs ist die individuelle Betreuung durch das qualifizierte Fachpersonal. Die Physiotherapeuten und Gesundheitscoaches stehen den Patienten / Nutzern während des Trainings mit Rat und Tat zur Seite. Sie erstellen gemeinsam mit ihnen einen persönlichen Trainingsplan. Dabei berücksichtigen die Trainer und Physiotherapeuten die jeweilige gesundheitliche Vorgeschichte,



Blick in den neuen Trainingsbereich beim PhysioTeam Steinecke

te, eventuelle Einschränkungen und das jeweils aktuelle Fitnesslevel. In regelmäßigen Abständen findet zudem eine individuelle Betreuung durch die Trainer statt, um die Trainingserfolge zu kontrollieren und den Trainingsplan gegebenenfalls anzupassen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt des Trainingsbereichs ist die Prävention. Das PhysioTeam möchte, dass der erfolgrei-

che Genesungsprozess auch nachhaltig bleibt. Daher wird die Möglichkeit geboten, nicht nur als Patient mit Rezept in die Physiotherapiepraxis zu kommen, sondern auch als Kunde den Trainingsbereich zu nutzen, um somit aktiv zur eigenen Gesundheitsvorsorge beizutragen. Hierzu werden vom Team auch unverbindliche kostenlose Gesundheitsberatungen angeboten.

Physiotherapie und mehr –

ausgewählte Standorte
in Witten





**Praxis für
Physiotherapie**
alle Kassen und Privat

Volker Lorkowski
Sportphysiotherapeut / Fußpfleger
Dorn-Breuß-Therapeut

Krankengymnastik · Massagen · Physiotherapie

Annenstraße 87 - 89 · 58453 Witten
Telefon 0 23 02/914 94 97
Telefax 0 23 02/914 94 98

**PhysioTeam
Steinecke** Ardeystraße 109 58452 Witten
physioteam-steinecke.de

Unser Praxis-Angebot:

● Krankengymnastik	● Eisenwendungen
● Therapie bei Funktionsstörungen im Becken	● Elektrotherapie
● Krankengymnastik am Gerät	● Medistream / Hydrojet
● CMD-Therapie	● T-Rena
● Manuelle Lymphdrainage	● Rückbildungsgymnastik
● Massagen	● Kinesio-Tape
● Wärmetherapie	● Hausbesuche

Tel.: 02302 - 933 48 01 | 0178-889 4673 (auch per Whatsapp)
pt-steinecke@gmx.de

NEU Jetzt mit großem Trainingsbereich! NEU

**Praxis am Ring
Dirk Langwald**

Bommerfelder Ring 39a
58452 Witten



- Osteopathie
- Chirotherapie
- INDIBA^R Radiofrequenz-Therapie
- Faszien-Behandlung nach Stephen Typaldos (lizensiert nach AIM)
- Naturheilverfahren

Tel.: 02302 2037950
E-Mail: langwalddirk@t-online.de Web: www.par-langwald.de

WITTEN transparent

Ihr Praxis-Magazin für Witten und Bochum-Langendreer
www.verlag-gellisch.de

Im EN-Kreis leiden Männer deutlich häufiger an Gicht als Frauen

Hoher Harnsäurespiegel macht 1.567 Menschen zu schaffen - davon 1043 Männer

Die chronische Stoffwechselerkrankung Gicht macht sich häufig mit heftigen Schmerzen in der Nacht, Rötung, Schwellungen und Wärmegefühlen, meist zuerst am Großzehengelenk, bemerkbar. Schuld ist zu viel Harnsäure im Blut, die zu einer Entzündungsreaktion im Gelenk führt. Im Ennepe-Ruhr-Kreis waren im vergangenen Jahr 1.567 AOK-Versicherte wegen Gicht-Beschwerden in ärztlicher Behandlung. Männer sind mit einem Anteil von 67 Prozent der Erkrankten (1043) deutlich häufiger betroffen als Frauen (524).

Die Krankheits-Symptome beginnen meistens ab einem Alter von 45 Jahren. Erkrankten Frauen, ist dies meist später als bei Männern der Fall, da die weiblichen Geschlechtshormone einen Schutz gegen diese Erkrankung bieten. „Gicht ist eine Erkrankung, bei der der Lebenswandel eine Rolle spielt. Schlechte Ernährungsgewohnheiten mit hohem Fleisch- und Alkoholkonsum verursachen dabei einen schädlich hohen Harnsäurespiegel, der die Gicht begünstigt“, sagt AOK-Service-Regionsleiter Jörg Kock.

Betroffene klagen nicht nur über schmerzende Gelenke und einen reduzierten Allgemeinzustand. Gicht führt auch zu starken Bewegungseinschränkungen, Nierensteinen und langfristig auch zu Gelenkdeformationen. Alles fängt mit einem erhöhten Harnsäurespiegel im Blut an (Hyperurikämie). Harnsäure kann im Körper nicht abgebaut, sondern muss über die Nieren wieder ausgeschieden werden. Gelingt dies nicht oder nur zum Teil, lagert sich die Säure in kristalliner Form an den Gelenken ab. In fortgeschrittenem Stadium finden sogar Ablagerungen in anderen Körpergeweben statt. Die Entzündungsreaktion betrifft häufig das Grundgelenk der Groß-



Ein akuter Gichtanfall ist äußerst schmerzhaft und macht sich häufig zuerst im Grundgelenk der Großzehe bemerkbar. Foto: AOK/colourbox/hfr.

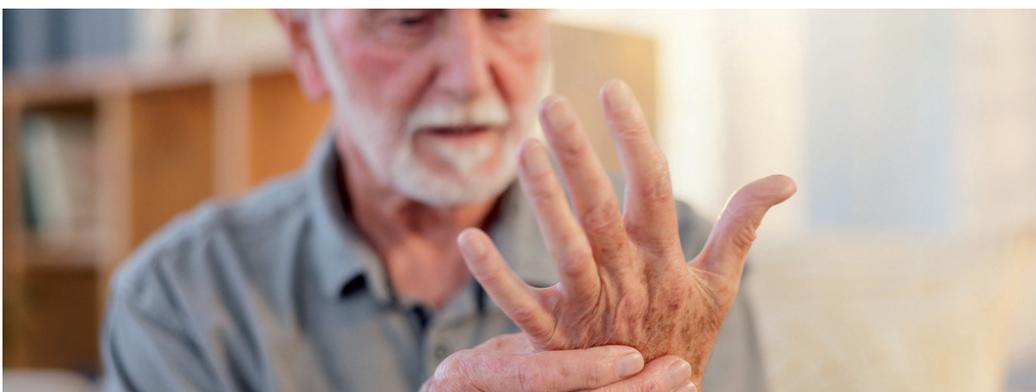
zehe, Ellenbogen, Handgelenke, Finger und Knie. Große Gelenke wie Schulter und Hüfte sind seltener betroffen.

Gicht verläuft in einer akuten Phase, in der plötzlich anfallsartig in Intervallen Symptome auftreten, wenn der Harnsäurespiegel einen bestimmten Wert übersteigt. Experten sprechen dann von einem ‚Gichtanfall‘. Damit Betroffene diesen Anfall in den Griff bekommen, wird eine sofortige konsequente Umstellung des Lebensstils

und der Ernährung angeraten. Dies auch, um zu vermeiden, dass die Gichtbeschwerden chronisch werden. Das Intervall zwischen zwei akuten Gichtanfällen verläuft in der Regel ohne Symptome. Dennoch schreiten die pathologischen Veränderungen an den Gelenken fort. Eine Behandlung ist schon deshalb wichtig, weil ein dauerhaft erhöhter Harnsäurewert zu bleibenden Schäden an Knochen und Gelenken führen kann. Die Folge: Die Gelenke sind nicht mehr nur während

eines Gichtanfalls angeschwollen und schmerzen, sondern bleiben dies dauerhaft. Bei der ärztlichen Therapie kommen harnsäuresenkende und schmerzstillende Medikamente zum Einsatz.

Doch nicht immer ist die Ernährung oder der Lebensstil ursächlich. Auch eine angeborene Störung der Harnsäureausscheidung über die Nieren oder sonstige Nierenerkrankungen sowie ein schlecht eingestellter Diabetes mellitus können den Harnsäurespiegel krankhaft ansteigen lassen. „Die gute Nachricht für Betroffene aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis: Auch wenn eine Heilung der Stoffwechselerkrankung nicht möglich ist, ist die Prognose bei konsequenter Therapie oft gut“, so Kock.



Im Ennepe-Ruhr-Kreis waren im vorletzten Jahr 1.567 AOK-Versicherte wegen Gicht-Beschwerden in ärztlicher Behandlung. Männer sind mit einem Anteil von 67 Prozent der Erkrankten (1043) deutlich häufiger betroffen als Frauen (524). Foto: AOK/colourbox/hfr.

Die AOK NordWest hilft interessierten Betroffenen mit Gesundheitskursen, Ernährungsschulungen und Einzelberatungen, eine gesunde und ausgewogene Ernährung umzusetzen. Weitere Information unter www.aok.de Stichwort ‚Ernährungsberatung‘.

Werke von 17 Künstlerinnen und Künstlern des WKB

Der Wittener Künstlerbund (WKB) hat sich über vier Jahrzehnte hinweg zu einem festen Bestandteil der lokalen Kunstszene entwickelt und bereichert das Kulturleben der Stadt nachhaltig. Um die enge Zusammenarbeit zwischen dem Künstlerbund und dem Märkischen Museum zu würdigen, werden die Werke der WKB-Mitglieder in einen spannenden Dialog mit ausgewählten Arbeiten aus der Museumssammlung gesetzt.

„Seit der letzten Überblicksschau 2020 hat der WKB neue Mitglieder hinzugewonnen und sich stark verjüngt. Dadurch sind wir noch breiter aufgestellt und auch neuen Techniken wie beispielsweise die Nutzung von Künstlicher Intelligenz haben Einzug in das künstlerische Schaffen gehalten“, freut sich Dr. Gert Buhren, 1. Vorsitzender des Künstlerbundes, der auch die einführenden Worte sprechen wird. Die Jubiläumsausstellung zeigt Arbeiten von 17 Künstlerinnen und Künstlern des WKB, die die gesamte Bandbreite der lokalen Kunstszene widerspiegeln: So treffen Skulpturen auf figurative und abstrakte Malereien und Assemblagen und Collagen stehen experimenteller Fotografie und Videokunst gegenüber.

Die teilnehmenden Künstlerinnen und Künstler: Lina Bormuth, Peter Dobbstein, Heike Fischer, Klaus Fröhlich, Petra Füh, Dima Geshengorin, Ralf Gregor, Badri Gubiani, Peter Hoffmann, Peter Kosch, Moritz

Maas, Annette Mansfield, Beate Sombetzki, Martin Sprave, Eugen Stoll, Gaby Tara und Dieter Ullich.

Parallel wurde am 21. Februar die Ausstellung „Angelika J. Trojarski: THINKING LIKE A MOUNTAIN“ eröffnet, die sich mit der Schönheit, der Kraft und der Fragilität von Natur befasst. Einführende Worte spricht Dr. Nico Anklam, Leiter der Kunsthalle Recklinghausen; die Künstlerin ist anwesend. Die Ausstellung zeigt die intensive Auseinandersetzung und die tiefe Verbundenheit von Angelika J. Trojarski mit der Natur. Ihre Arbeiten stehen dabei in der langen Tradition der Landschaftsmalerei, erweitern diese jedoch um aktuelle Perspektiven und ökologische Fragen. Mit einer Vielzahl von Materialien – darunter Ruß, Graphit, Metall und Pigment – erschafft sie Werke, die nicht nur visuell, sondern auch emotional tief berühren. In ihren Ge-

mälden, Collagen und Objekten befasst sie sich mit elementaren Kräften wie Stürmen, Polarlichtern oder elektromagnetischen Vorgängen. Die Werke der Künstlerin sind dabei mehr als bloße Abbildungen: Sie verwandeln die unbändige Energie der Natur in vibrierende und auf den ersten Blick abstrakt erscheinende Kompositionen, die die fragile Schönheit und immense Kraft der Umwelt gleichermaßen aufgreifen. Themen wie Luftverschmutzung, Gletscherschmelze oder Waldbrände machen die Zerstörung unseres Planeten dabei eindringlich sichtbar. Gleichzeitig laden Trojarskis Arbeiten dazu ein, den Platz des Menschen im Ökosystem zu hinterfragen und neue Wege zu einem respektvollen Umgang mit der Natur zu finden.

Beide Ausstellungen sind bis zum 7. Juni im Märkischen Museum an der Husemannstraße 12 zu sehen. Der Eintritt ist frei.

KULTUR-Highlights

im März und im April 2025 in Witten

Blow
Blasorchester Witten

HIGH SCORE

VIDEO GAMES IN CONCERT
mit Musik von WoW, Skyrim, Super Mario und vielem mehr

15. März 2025 | 18:00 Uhr
Saalbau Witten

Eintritt 16 € | Schüler:innen & Studierende 8 €
VVK: Central Apotheke Witten und Lehmkul Witten
oder online unter www.blow-witten.de

STADTWERKE WITTEN
Central Apotheke
Weitere Informationen finden Sie hier

Ruhrbühne Witten e.V.
Ihr Amateurtheater am Crengeldanz

Friday Night Live

04.04.2025
Einlass 19:00 Uhr

MTR
ALL STAR BAND

PETER
AND THE
BLUES
SCHOPPERS

Bochumer Straße 10a, 58455 Witten
EINTRITT FREI

Veranstaltungen im MÄRZ & APRIL

Medizin konkret: Vitamine – Ernährungsmedizin IV

Matthias Blase und Katia José

19. März 2025 | 17 Uhr

Führung durch die Urologische Ambulanz

Prof. Dr. Andreas Wiedemann

03. April 2025 | 17 Uhr

Medizin konkret: Kraftlos, aber nicht chancenlos – Mehr Lebensqualität im Alter

Dr. Maria Marques

09. April 2025 | 17 Uhr



Mehr Infos unter
www.evk-witten.de



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27

58455 Witten

02302.175-0


**Ev. Krankenhaus
Witten**
Lehrkrankenhaus der Universität
Witten/Herdecke