

DIE DRÜSEN



Schweißdrüsen

Bauchspeicheldrüse

Schilddrüse

Brustdrüsen

Speicheldrüse

Lymphknoten
(keine Drüsen)

Nebenschilddrüsen

Uni Witten / Herdecke

**Entlastung für
pflegende
Zugehörige**

Seiten 17

Ärztliche Regionalpräsenz

**Dr. Tillmann ist
neuer Leiter des
KVWL-Bezirks**

Seiten 19

Altenzentrum am Schwesternpark /
Feierabendhäuser

**Blick in die
100jährige
Geschichte**

Seiten 28 und 29



Wenn Männern Brüste wachsen...



...sind wir zur Stelle! Bei der Gynäkomastie sind die Brustdrüsen beim Mann vergrößert. Die Brust weicht von der gewöhnlichen Form der männlichen Brust ab, sondern erinnert eher an eine weibliche Brust. Sie geht teilweise mit Spannungsgefühl und Schmerzen sowie überempfindlichen Brustwarzen einher. Hinzu kommt für viele Betroffene eine große psychische Belastung aufgrund des veränderten Aussehens. Die Brust ist deutlich schlaffer und hängt herunter.

Gemeinsam finden wir die richtige Behandlung.

Jetzt informieren: www.marien-hospital-witten.de/gynaekomastie

Marien Hospital Witten

Klinik für Plastische, Rekonstruktive und
Ästhetische Chirurgie

Marienplatz 2 | 58452 Witten

Fon 023 02 - 173 - 30 40

who@marien-hospital-witten.de

www.marien-hospital-witten.de



Jodmangel in Deutschland - ein unterschätztes Gesundheitsrisiko mit politischer Parallele

In der Geschichte der Menschheit gab es viele berühmte Persönlichkeiten mit Erkrankungen der Drüsen. Frédéric Chopin soll an einer Erkrankung der Schilddrüse und der Nebennieren gelitten haben. John F. Kennedy litt an einer Erkrankung der Nebennierenrinde, einem Morbus Addison, bei der zuwenig Kortisol produziert wird. Diese Krankheit wurde lange geheim gehalten, da sie als politisches Risiko gesehen wurde.

Deutschland gilt laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) noch immer als Jodmangelgebiet

– eine Tatsache, die in ihrer Bedeutung für die öffentliche Gesundheit häufig unterschätzt wird. Dabei ist die ausreichende Versorgung mit Jod elementar für die Funktion der Schilddrüse und damit für die körperliche und geistige Entwicklung, besonders bei Kindern und Jugendlichen. Die Folgen eines chronischen Jodmangels reichen von Kropfbildung bis zu kognitiven Entwicklungsstörungen – ein vermeidbares Risiko in einem hoch-entwickelten Gesundheitssystem. Jodmangel ist kein neues Problem. Bereits seit Jahrzehnten ist seine Bedeutung bekannt, und verschiedene Präventionsstrategien – wie die Jodierung von Speisesalz – wurden eingeführt.

Dennoch zeigen aktuelle Studien: Die Jodaufnahme in Deutschland liegt bei vielen Bevölkerungsgruppen weiterhin unter den empfohlenen Werten.

Ursachen sind unter anderem veränderte Ernährungsgewohnheiten, mit Nord- / Süd- Zunahme jodarme Böden, unzureichende Aufklärung und fehlende gesetzliche Regelung (in Österreich und der Schweiz gibt es eine verpflichtende Jodierung von Speisesalz und Lebensmitteln).

Die beste Lösung wäre ein Schilddrüsen-Check mittels Ultraschall und Labordiagnostik mit folgender dementsprechender Jodzufuhr mittels Tabletten, damit nicht die wenigen, die kein Jod bekommen dürfen, nicht gefährdet werden.

Der Blick auf diese Entwicklung offenbart Parallelen zur politischen Landschaft: Auch hier beobachten wir, wie der Rückzug aus etablierten Strukturen – sei es aus gesundheitlicher Vorsorge oder gesellschaftlichem Konsens – langfristig destabilisierende Folgen haben kann. Der Jodmangel ist wie eine stille Fehlsteuerung: Er bleibt zunächst unbemerkt, entfaltet aber über Jahre hinweg erhebliche Auswirkungen.

So wie Demokratien politische Pflege brauchen – durch Bildung, Beteiligung und Transparenz – braucht auch die Bevölkerung gesundheitliche Aufklärung und strukturierte Prävention.

Es genügt nicht, auf Eigenverantwortung zu setzen; es braucht politische Programme, staatliche Anreize und ein aktives Monitoring, das in Deutschland zuletzt zu wenig Beachtung fand. Die WHO erinnert regelmäßig daran, dass Jodmangel zu den wichtigsten vermeidbaren Ursachen geistiger Entwicklungsstörungen weltweit gehört.

Es ist ein stilles Gesundheitsrisiko – vergleichbar mit einer unterschwelligen politischen Radikalisierung: Beide beginnen im Verborgenen, beide sind schwer reversibel, wenn sie einmal fortgeschritten sind. Und beide verlangen konsequente, evidenzbasierte Maßnahmen. Es ist Zeit, dem Thema Jodmangel die politische und medizinische Relevanz zu geben, die es verdient – als Teil einer vorausschauenden und verantwortungsvollen Gesundheitspolitik. Zudem ist es immens wichtig, auf den riesigen Einfluss des sich verändernden Klimas auf die Gesundheit der Bevölkerung in Zukunft hinzuweisen. Eine Politik, die dies berücksichtigt, ist Voraussetzung für jede weitere verantwortungsvolle Gesundheitspolitik.

Zum Beispiel gibt es auch neue Studien über die negativen gesundheitlichen Auswirkungen von Verkehrslärm. Da warten wir schon lange auf eine gesundheitsfördernde Gesetzgebung.

Oder wir warten immer noch auf eine Zuckersteuer!

Wir brauchen wirklich jetzt klare, schnelle politische Kante.

In dieser Ausgabe von Witten transparent beschäftigen sich die Autoren mit dem Thema „Drüsen des menschlichen Organismus“.

Ein funktionierendes System – sei es der menschliche Körper oder ein demokratischer Staat – braucht starke, unabhängige Steuerorgane, die im Hintergrund wirken, flexibel agieren und vor allem auf Langfristigkeit ausgelegt sind.

Die Politik kann davon lernen.

Viel Spaß bei der Lektüre wünscht Ihnen Ihr



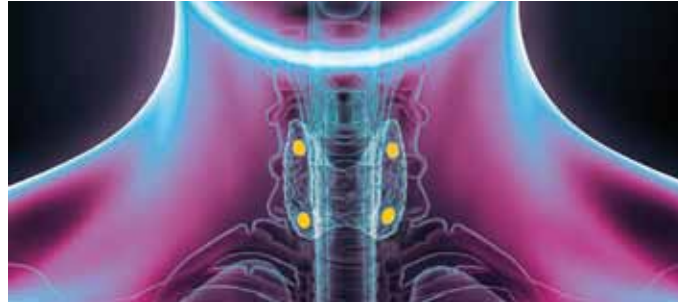
Dr. Kurt-Martin Schmelzer

Klein aber oho: Die Nebenschilddrüse

Manche Begriffe in der Medizin sind dazu angetan, Verwirrung zu stiften. Oft hat ein Zutun des Volksmundes den Ausschlag hierfür gegeben. So z. B. die Nebenschilddrüse. „Sie ist keine Ersatzschilddrüse und hat mit der Schilddrüse an sich nichts zu tun“, sagt Prof. Dr. Mario Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Ev. Krankenhaus Witten. Sie heißt nur so, da sie im Normalfall direkt an der richtigen Schilddrüse liegt. Zwei Stück auf beiden Seiten hat davon jeder Mensch im anatomischen Normalfall. Aber bei den hier erwähnten Drüsen ist eines gemeinsam: Sie können, wenn sie nicht richtig funktionieren, schwere Krankheitsbilder bedingen. Ein weiteres Beispiel in puncto „verwirrungstiftende Begriffe“ sind die fälschlicherweise sogenannten „Lymphdrüsen“. Diese sind im anatomischen und physiologischen Sinne keine Drüsen, sondern Knotenpunkte im weitverzweigten Netz der Lymphbahnen. Dennoch sagen die Fachärzte des Ev. Krankenhauses Witten, Prof. Dr. Iasevoli für die Innere Medizin und Matthias Blase für die Allgemein- und Viszeralchirurgie, auf Bitten von Witten transparent auch hierzu was.

Was sind Nebenschilddrüsen und welche Funktionen haben sie?

Prof. Dr. Iasevoli: „Vom Volumen her macht die Nebenschilddrüse ungefähr ein Zehntel von dem der normalen Schilddrüse aus. Sie sind also sehr klein, etwa erbsengroß. Anders als die Schilddrüse, die im gesamten Hormonstoffwechsel eine wichtige Rolle spielt, ist die Nebenschilddrüse nur für den Kalziumstoffwechsel im Körper zuständig. Kalzium brauchen wir für den Herzmuskel, für die Nerven und – wie man allgemein weiß – für den Knochenaufbau, damit wir kein Osteoporose bekommen. Diese Stoffwechselsteuerung ist sehr komplex, und es ist sicherlich nicht sinnvoll, dies hier en detail zu beschreiben. Aber, vereinfacht gesagt, macht die Nebenschilddrüse folgendes: Wenn der Kalziumgehalt im Blut abfällt, merkt dies die Nebenschilddrüse und setzt als Gegenmaßnahme ihr Hormon, das Parathormon ein. Dieses bewirkt, dass einerseits aus der Nahrung mehr Kalzium aufgenommen wird und andererseits über die Niere nicht so viel Kalzium ausgeschieden wird. Insofern kann die Nebenschilddrüse den Kalziumspiegel wieder hochregulieren. Umgekehrt geift die Nebenschilddrüse auch ein, wenn der Kalziumgehalt im Blut zu hoch ist. Dann sezerniert sie weniger Parathormon. Dann wird über den Darm weniger Kalzium aufgenommen und mehr Kalzium über die Niere ausgeschieden. Wir haben es hier also mit einer klassischen Drüsenregulation zu tun. Und es kommt hinzu, dass die Nebenschilddrüse auch für den Einbau des wichtigen Kalziums in die Knochen zuständig ist. Es ist also schon ein wichtiges Organ, wenn auch – vom Volumen her – ein kleines.“



Die Nebenschilddrüsen (gelb), wo sie im menschlichen Körper in der Regel verortet sind. Es gibt aber auch Abweichungen.

Erkrankungen der Nebenschilddrüse und die Folgen

Prof. Dr. Iasevoli: „Wie erwähnt, sind die paarigen Nebenschilddrüsen sehr klein im Normalzustand, so dass man sie bei den üblichen Untersuchungen, seien es Schichtaufnahmen, CT, Kernspin oder auch Ultraschall kaum sieht. Wenn sie aber krank sind und sich vergrößern, dann sieht man sie. Und bei der Erkrankung, die mit einer Vergrößerung einhergeht, gibt es eine Parallele zur Erkrankung der normalen Schilddrüse: Das krankhafte Wachstum und die Verlust der 'auftragsmäßigen' Funktion. Die Nebenschilddrüse produziert in diesem Fall unkontrolliert viel Parathormon, was dann in Konsequenz zu einer höheren Konzentration des Kalziums im Blut führt. Und ein Zuviel an Kalzium kann dem Körper enorme Probleme bereiten. Die betroffenen Patienten bekommen Magenschmerzen, da der hohen Kalziumgehalt die Säuresekretion des Magens erhöht. Sie bekommen mehr Steine in den Gallenwegen und in der Niere und die Nervenbahnen werden in Mitleidenschaft gezogen, da sie infolge des Zuviels an Kalzium nicht richtig arbeiten können. Diesen Patienten geht es richtig schlecht.“

Diagnose und Therapie

Prof. Dr. Iasevoli: „Wenn Patienten mit den genannten

Symptomen vorstellig werden, gibt die Blutuntersuchung Aufschluss darüber, ob die Nebenschilddrüse für das Krankheitsbild verantwortlich ist. Steinleiden und Magenschmerzen können natürlich auch andere Ursachen haben. Aber die Blutuntersuchung zeigt, ob ein Hyperparathyreoidismus vorliegt, also eine Überschussproduktion an Parathormon. Wenn dies nachgewiesen ist, machen wir uns auf die Suche nach der krankhaften Nebenschilddrüse. Ist sie gefunden und vermessend worden, kommt der Chirurg hinzu, der die betroffene Drüse entfernt. Dies ist aufgrund der Lage dieser kleinen Drüse eine komplexe Angelegenheit. Die Entfernung einer Nebenschilddrüse ist hinsichtlich der Funktion nichts Dramatisches, wenn eine gesunde Nebenschilddrüse verbleibt. Sofern aber auch diese nicht mehr funktionstüchtig ist, ggf. infolge einer Verletzung, müssen im individuellen Fall andere Wege gefunden werden. Auch das soll hier nicht näher dargestellt werden, da eine solche Situation äußerst selten ist.“

Gibt alternativ konservative Therapiemöglichkeiten?

Prof. Dr. Iasevoli: „Da es nahezu unmöglich ist, in den gegebenen Regelkreislauf der Nebenschilddrüsenfunktion einzugreifen, ist die Entfernung immer der beste Therapieansatz.“

Sollte aber die Nebenschilddrüse nicht dort liegen, wo sie bei 97 Prozent aller Menschen liegt, sondern – fehlentwicklungsbedingt im Embryonalalter – irgendwo im Thorax verortet sind, kann manchmal keine operative Entfernung nicht oder nur sehr schwer erfolgen. In solch seltenem Fall gibt es Medikamente, die die Nebenschilddrüsenfunktion unterdrücken.“

Wie geht eine Nebenschilddrüsenentfernung vonstatten?

Matthias Blase: „Das ist abhängig von der Erkrankung der Nebenschilddrüse: Liegt ein klassisches Adenom vor, das heißt eine gutartige Vergrößerung in der Regel eines der vier Nebenschilddrüsenkörperchen mit Überproduktion des Parathormons, so muss auch nur dieses eine entfernt werden. Hat uns die Lokalisationsdiagnostik (zunächst Ultraschall, ist dieser nicht erfolgreich kommen Schnittbildverfahren wie CT oder MRT zum Einsatz. Ist auch hier keine klare Lokalisation möglich, kann noch eine Szintigrafie oder in Einzelfällen auch eine PET/CT Untersuchung erfolgen) die genaue Lage gezeigt, wird ähnlich wie bei der Schilddrüsenoperation, allerdings über einen in der Regel kleineren Hautschnitt das betroffene Epithelkörperchen (Synonym der Nebenschilddrüse) entfernt. Bei dieser Operation können wir uns zwei medizinische „Hilfsverfahren“ zunutze machen. Zum einen kommt das sogenannte Neuromonitoring zum Einsatz: Wie bei der Schilddrüsenchirurgie sind auch bei der Operation der Nebenschilddrüse die Stimmbandnerven potenziell gefährdet. Mit einer feinen Sonde kann bei der Operation der Stimmbandnerv elektrisch gereizt und am Erfolgsorganen,

dem Stimmbandmuskel, ein Signal abgeleitet werden. Dies kann bei der Identifikation und dann Schonung des Nerven helfen. Zum anderen steht uns mit einem Parathormon-Schnelltest eine intraoperative Erfolgskontrolle zur Verfügung. Das Parathormon hatte eine recht kurze Halbwertszeit, sodass der entsprechende Wert im Blut des Patienten nach Entfernung des betroffenen Epithelkörperchens rasch abfällt. Nach der Operation ist der Patient damit sofort von seiner Erkrankung geheilt, die verbliebenen 3 Epithelkörperchen sorgen weiterhin für eine normale Kontrolle des Calcium- und Phosphathaushaltes. Liegt ein sogenannter sekundärer Hyperparathyreoidismus vor, ist nicht die Nebenschilddrüse (oder auch übergeordnete Hypophyse = Hirnanhangdrüse) primär erkrankt. Am häufigsten liegt eine Nierenfunktionsstörung zugrunde, die einen niedrigen Vitamin D und Calciumspiegel verursacht. Die dadurch bedingte anhaltende Stimulation der Nebenschilddrüsen kann dann im Verlauf zu einer Überfunktion der selben führen. Im Gegensatz zum Adenom sind dann aber häufig alle Epithelkörperchen

betroffen. Ist in einer solchen Situation die konservative d.h. medikamentöse Therapie ausgereizt, kann die Entfernung aller Epithelkörperchen notwendig sein. Das operative Verfahren unterscheidet sich dann nur darin, dass eben alle Nebenschilddrüsenkörperchen aufgesucht und entfernt werden müssen. Dies geschieht dann über einen klassischen „Kragenschnitt“, über den wie bei der Schilddrüse Chirurgie die betroffenen Bereiche erreicht werden können. Damit es nicht zu einem vollständigen Verlust des Parathormons kommt, kann in enger Absprache mit den behandelnden Fachärzten für Nierenerkrankungen abgesprochen werden, ob ein kleiner Teil der Nebenschilddrüse – zum Beispiel in die Unterarmmuskulatur – eingesetzt werden soll. Hier wächst das Gewebe dann an und kann eine Teilfunktion übernehmen.

Insgesamt kann man also sagen, dass die chirurgische Therapie sowohl bei der primären als auch bei der sekundären Form der Nebenschilddrüsen Überfunktion eine große Rolle spielt und in heutiger Zeit eine Operation mit geringem Risiko

aber großem Benefit für die Patienten und Patientinnen darstellt.“

Der andere Fall: Die Nebenschilddrüsenunterfunktion

Prof. Dr. Iasevoli: „Auch das gibt, wenngleich dies nicht so häufig vorkommt. Wir sprechen dann vom Hypoparathyreoidismus. Das ist eine durch Unterfunktion der Nebenschilddrüsen verursachte Erkrankung, bei der eine mangelnde Parathormon-Ausschüttung zu Kalziummangel führt. Ursache hierfür ist in den meisten Fällen eine Verletzung der Nebenschilddrüse im

Rahmen einer Schilddrüsen-Operation. In ganz seltenen Fällen kann auch eine Autoimmungstörung zu einer solchen Unterfunktion führen. Die Nebenschilddrüse kann dadurch zerstört werden, ähnlich, wie wir das von der Schilddrüsenerkrankung Hashimoto her kennen. Was da passiert, ist nicht weniger schlimm als das, was wir von der Überfunktion kennen: Wenn der Kalziumspiegel extrem absinkt, gibt es erhebliche Nerven- und Muskelstörungen. Auch Krämpfe bis hin zu Bewusstseinsstörungen können die Folgen sein.“



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



Matthias Blase
Chefarzt Klinik für Allgemeine
Viszeralchirurgie
Ev. Krankenhaus Witten

MVZ für Zahnheilkunde Witten GmbH



Bitte nutzen Sie unsere eigenen
kostenfreien Patientenparkplätze
im **1. UG im Parkdeck**.



mvz-zahnheilkunde.de

Jetzt Termin vereinbaren!

**MVZ für Zahnheilkunde
Witten GmbH**

Medizinzentrum 2
Pferdebachstraße 16a
58455 Witten

0 23 02 - 27 949 99

Ihre Zahngesundheit im Fokus.

Das Medizinische Versorgungszentrum für Zahnheilkunde bietet Ihnen das gesamte Spektrum der modernen Zahnmedizin unter einem Dach:

- + Narkose-Behandlungen für Kinder und Erwachsene**
- + Modernste 3D - Diagnostik**
- + Bio-Zahnmedizin und Eigenbluttherapie**
- + Neueste Prophylaxe-Techniken**
- + Eigenes Zahntechniklabor:**
Schauen Sie zu, wie Ihr Zahnersatz gefertigt wird.

Hyperhidrose – Wenn Schwitzen zur Belastung wird

Schwitzen ist eine natürliche Körperfunktion zur Temperaturregulierung. Doch bei manchen Menschen tritt eine übermäßige Schweißproduktion auf – unabhängig von Hitze oder körperlicher Anstrengung. Diese Erkrankung wird als Hyperhidrose bezeichnet und kann sowohl körperlich als auch psychisch sehr belastend sein.

Schwitzen ist ein lebenswichtiger Mechanismus des Körpers. Grundsätzlich unterscheidet man zwei Hauptformen des Schwitzens: das temperaturregulierende und das emotional bedingte Schwitzen, z. B. wenn man nervös ist. Der Großteil der Schweißdrüsen ist über den gesamten Körper verteilt, mit der höchsten Konzentration in den Achselhöhlen, an den Handflächen und Fußsohlen. Ihr dünnflüssiges Sekret hilft dabei, die Körpertemperatur zu regulieren.

Daneben gibt es Schweißdrüsen, die vor allem in den Achselhöhlen und im Genitalbereich vorkommen. Diese Drüsen werden erst mit Beginn der Pubertät aktiv und produzieren ein dickflüssiges Sekret, das durch bakterielle Zersetzung den individuellen Körpergeruch beeinflusst.

Die Regulation der Körpertemperatur durch Schwitzen ist essenziell, um die innere Balance des Körpers zu erhalten. Eine übermäßige Schweißproduktion – die Hyperhidrose – kann jedoch erhebliche Einschränkun-

gen im alltäglichen Leben mit sich bringen. Viele Betroffene leiden unter starken sozialen und beruflichen Belastungen, die zu einem hohen Leidensdruck führen können.

Ursachen und Formen der Hyperhidrose

Hyperhidrose kann primär oder sekundär auftreten. Die primäre Hyperhidrose beginnt meist in der Kindheit oder Jugend und betrifft oft bestimmte Körperregionen wie Hände, Füße, Achseln oder das Gesicht. Sie wird durch eine übermäßige Aktivität des sympathischen Nervensystems verursacht.

Die sekundäre Hyperhidrose tritt als Folge anderer Erkrankungen auf, z. B. bei einer Schilddrüsenüberfunktion, neurologischen Störungen oder durch Medikamente. In diesen Fällen muss die zugrunde liegende Ursache behandelt werden.

Behandlungsmöglichkeiten

Die Therapie hängt von der Schwere der Erkrankung ab und umfasst:

- **Topische Behandlungen:** aluminiumchloridhaltige Lösungen zur Schweißreduktion

- **Medikamente (Anticholinergika):** hemmen die Schweißbildung

- **Botox-Injektionen:** blockieren die Schweißdrüsen vorübergehend

- **Iontophorese:** ein Verfahren mit schwachem elektrischem Strom zur Reduktion der Schweißproduktion

- **Operative Verfahren:** Schweißdrüsenentfernung oder Sympathektomie (Durchtrennung von Nervenbahnen) in schweren Fällen

Wann Betroffene eine Behandlung erwägen sollten

Betroffene sollten eine Therapie in Betracht ziehen, wenn sie sich in ihrer Lebensqualität eingeschränkt fühlen. Das ist insbesondere der Fall, wenn das starke Schwitzen mit Hautausschlägen einhergeht, das Selbstwertgefühl beeinträchtigt und Betroffene sich stän-

dig Sorgen machen, dass ihr Schwitzen für andere auffällig ist. Um Betroffene bestmöglich behandeln zu können, ist eine ausführliche Diagnostik und eine individuelle Beratung wichtig. Die Experten der Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie des Marien Hospital Witten bieten Patienten moderne und individuell angepasste Therapien zur Behandlung der Hyperhidrose.



Prof. Dr. Dr. Heiko Sorg
Chefarzt

Klinik für Plastische,
Rekonstruktive und Ästhetische
Chirurgie
Marien Hospital Witten

Pfeiffersches Drüsenfieber – die „Kusskrankheit“

Wenn Halsschmerzen, Fieber und extreme Müdigkeit plötzlich zusammenkommen, kann das Epstein-Barr-Virus – auch bekannt als Pfeiffersches Drüsenfieber – dahinterstecken. Die „Kusskrankheit“ trifft vor allem Jugendliche und braucht vor allem eines: viel Geduld beim Auskurieren.

So leicht steckt man sich an

Das Epstein-Barr-Virus, welches das Pfeiffersche Drüsenfieber auslöst, wird hauptsächlich über Speichel weitergegeben – zum Beispiel beim Küssen, Husten oder Niesen. Deshalb nennt man das Pfeiffersche Drüsenfieber auch die „Kusskrankheit“. Eine Ansteckung ist oft kaum zu bemerken: Schon ein gemeinsames Trinken aus derselben Flasche oder das Teilen von Besteck kann ausreichen, um das Virus zu übertragen. Die meisten Menschen infizieren sich bis zum 30. Lebensjahr – viele schon als Jugendliche. Bei kleinen Kindern verläuft die Ansteckung meist unbemerkt oder mit sehr milden Beschwerden.

Wie Ärzte die Krankheit erkennen

Typische Beschwerden wie Fieber, Müdigkeit, geschwollene Lymphknoten und Halsschmerzen geben dem Arzt erste Hinweise auf Pfeiffersches Drüsenfieber. Bei der körperlichen Untersuchung achtet der Arzt auf typische Veränderungen im Hals- und Bauchraum, die auf eine Infektion mit dem Virus hinweisen könnten. Zur Bestätigung der Diagnose kann eine Blutuntersuchung gemacht werden. Dabei zeigt sich oft eine erhöhte Zahl bestimmter weißer Blutkörperchen. Ein spezieller Antikörpertest kann zusätzlich nachweisen, ob das Epstein-Barr-Virus im Körper aktiv ist. Dieser Test braucht manchmal ein paar Tage, bis das Ergebnis feststeht. Gerade bei kleinen Kindern kann die Diagnose schwieriger sein, da die Symptome oft weniger deutlich ausgeprägt sind.

Anzeichen, auf die man achten sollte

Pfeiffersches Drüsenfieber fühlt sich anfangs oft wie eine normale Erkältung oder Grippe an. Die Betroffenen sind müde, haben Kopf- und Gliederschmerzen



Das Epstein-Barr-Virus wird häufig durch Speichel übertragen – etwa beim Küssen.

Foto: David Steele – stock.adobe.com

zen und Fieber. Typisch für die Krankheit sind außerdem schmerzhafte, geschwollene Lymphknoten am Hals sowie Halsschmerzen, bei denen sich ein grau-weißer Belag auf den Mandeln bilden kann. Manche Betroffene klagen auch über Bauchschmerzen.

Wenn die Krankheit nicht spurlos vorübergeht

Meistens geht Pfeiffersches Drüsenfieber glimpflich aus. Doch manchmal kann es zu Komplikationen kommen, etwa einem Hautausschlag nach Antibiotika oder einer gefährlichen Milzverletzung. Besonders Menschen mit schwachem Immunsystem müssen vorsichtig sein.

Was wirklich hilft

Eine gezielte Behandlung gegen das Epstein-Barr-Virus gibt es bislang nicht – zum Glück ist das auch in den meisten Fällen

gar nicht nötig. Entscheidend ist, dem Körper ausreichend Zeit zur Erholung zu geben. Viel Ruhe, am besten im Bett, hilft dabei, die akute Krankheitsphase gut zu überstehen. Wichtig ist auch, viel zu trinken – am besten Wasser oder warme Tees, die gleichzeitig den Hals beruhigen. Leichte, gut verdauliche Mahlzeiten schonen den Körper zusätzlich. Bei Fieber oder Schmerzen können Medikamente wie Paracetamol oder Ibuprofen eingesetzt werden. Sport und körperliche Anstrengung sollten unbedingt vermieden werden, solange die Müdigkeit anhält – manchmal über mehrere Wochen. Wer sich zu früh belastet, riskiert Rückfälle oder sogar Komplikationen wie einen Milzriss.

Gute Chancen auf vollständige Heilung

In den meisten Fällen heilt

Pfeiffersches Drüsenfieber vollständig aus. Wer die Krankheit einmal hatte, ist danach lebenslang immun. Das Virus bleibt zwar im Körper, wird aber nur selten wieder aktiv.



Dr. Bahman Gharavi
Chefarzt
Kinder und Jugendklinik
Marien Hospital Witten

Wenn die Speicheldrüsen Probleme bereiten...

Die Speicheldrüsen im Hals-, Nasen-, Rachenraum können krankheitsbedingt anschwellen und für Schmerzen und Probleme sorgen, sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern. Was hat es damit auf sich und wie kann dem entgegengewirkt werden? Witten transparent sprach mit Dr. Klaus-Peter Tillmann, HNO-Arzt in Witten und Bochum.

Was sind die Ursachen für Erkrankungen der Speicheldrüsen?

Dr. Tillmann: „Es gibt zahlreiche unterschiedliche Ursachen, die Erkrankungen der Speicheldrüsen auslösen können. Diese machen sich in erster Linie durch ein Anschwellen bemerkbar. Dies geht häufig mit Schmerzen einher, insbesondere auch beim Kauen. Es gibt aber auch schmerzfreie Schwellungen der Speicheldrüsen. Man muss bei der Schwellung darauf achten, ob es sich um ein abwechselndes An- und Abschwellen handelt oder um eine dauerhafte Vergrößerung, die vielleicht sogar noch zunimmt. Wenn ein Tumor als Ursache ausgeschlossen werden kann, kommen unterschiedliche Erkrankungen der Speicheldrüse als Auslöser des Symptoms 'Schwellung' in Betracht.“

Speichelsteine

Dr. Tillmann: „Hierbei handelt es sich um feste Ablagerungen mineralischen Ursprungs. Sie lagern sich an den Ausführungsgängen der Speicheldrüsen an und blockieren den Speichelfluss. Schmerzhafte Schwellungen und Kaubeschwerden sind typische Symptome dafür. Meistens sind die Unterkieferspeicheldrüse und die Ohrspeicheldrüse betroffen.“

Noch vor Jahren war die komplette Entfernung der betroffenen Speicheldrüse die einzige Behandlungsmöglichkeit. Aber das war gestern. Mittlerweile gibt es ein endoskopisches Verfahren, das sehr schonend ist und mit dem die Speichelsteine entfernt werden können.“

Infektionen durch Viren

Dr. Tillmann: „Der Klassiker ist hierbei der Mumps, medizinisch: Parotitis epidemica. Viele werden den Mumps noch aus der eigenen Kindheit in Erinnerung haben. Er gehört zu den häufigen Speicheldrüsenerkrankungen. Es handelt sich dabei um eine generalisierte, akute Infektion mit neurotrophen Viren. Die schmerzhafte Vergrößerung fast aller Speicheldrüsen ist dabei üblich. Besonders betroffen sind meist die Ohrspeicheldrüsen. Dank der Mumpsimpfung ist diese Krankheit aber deutlich seltener geworden.“

Infektionen durch Bakterien

Dr. Tillmann: „Bakterielle Infektionen der Speicheldrüsen treten meist im Zusammenhang mit anderen Erkrankungen der Parotis auf. Bei Speichelsteinen etwa oder bei veränderter Speichelzusammensetzung (Dyschylie) können sich Bakterien ansiedeln. Einmal über die Blutbahn oder den Ausführungsgang eingewandert, lösen sie dort Entzündungen aus. Da dies in einer chronischen Erkrankung münden kann, ist eine konsequente Antibiotika-Behandlung angezeigt. Auch die Anregung des Speichelflusses, z. B. durch das Lutschen saurer Drops, ist hilfreich.“

Nicht-entzündliche Speicheldrüsenschwellung

Dr. Tillmann: „Meist schmerzlos und nicht-entzündlich ist die als Sialadenose oder Sialose bezeichnete Speicheldrüsenschwellung. Als Verursacher kommen hierfür Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mel-

litus oder eine Schilddrüsenüberfunktion infrage. Aber auch Medikamente (Beta-Blocker) und Mangelernährung sowie Alkoholismus können Auslöser hierfür sein. Soweit diese Schwellungen keine Funktionsbeeinträchtigungen oder Schmerzen nach sich ziehen, sind sie eher als weitgehend harmlose Nebenwirkungen einzustufen.“

Automimmunologische Erkrankungen

Dr. Tillmann: „Das Sjögren-Syndrom ist eine Systemerkrankung zu der gehören: Mangelnde Sekretproduktion mit Mundtrockenheit (Xerostomie), Horn- und Bindehautentzündung am Auge (Keratoconjunctivitis sicca) und die Entzündung der Tränendrüsen (Dakryoadenitis). Zudem kommt es zu einer chronischen Polyarthrit. Meistens sind Frauen in der Menopause betroffen. Dabei kommt es anfänglich zu einer Schwellung der Parotis (Ohrspeicheldrüse), die anschließend in eine Verkleinerung (Atrophie) übergeht. Zur Diagnose ist eine Biopsie der Parotis erforderlich.“

Speicheldrüsenschwellungen bei Kindern

Dr. Tillmann: „Bei der chronisch rezidivierenden juvenilen Parotis (CRJP) kommt es bei Kindern zu meist einseitigen Schwellungen der betroffenen Speicheldrüse. Die Schwellungen dauern zwischen 24 und 48 Stunden, nur in seltenen Fällen länger. Sie sind zum Teil sehr schmerzhaft. Zwischen den Schwellungen können symptomfreie Phasen von mehreren Tagen bis

zu Jahren liegen. Heutzutage kennt man die Ursache dieser Erkrankung noch nicht genau. Betroffen sind Kleinkinder bis ins junge Erwachsenenalter. Im Erwachsenenalter 'wächst' sich die Krankheit oft aus. Jedoch können die immerwiederkehrenden Schwellungen und Entzündungen zu dem Zeitpunkt schon bleibende Schäden des Speicheldrüsengewebes hinterlassen haben.

Jahrzehntelang wurde diese Erkrankung ausschließlich mit Antibiotika behandelt. Mittlerweile findet hier häufiger die Sialendoskopie (Speichelgangesdoskopie) mit Spülung des Gangsystems mit Medikamenten gute Ergebnisse. Bei 85 bis 95% der Kinder haben die Anfallshäufigkeit und die Intensität der Schwellungen und Schmerzen nach einer einmaligen Sialendoskopie deutlich nachgelassen. Viele Kinder waren nach einer einmaligen Behandlung sogar komplett beschwerdefrei.



Dr. Klaus-Peter Tillmann
HNO-Arzt
Witten und Bochum

WITTEN transparent

Redaktionsschluss

für die Ausgabe Juni 2025 ist am Dienstag, 17. Juni 2025.

Von Lymphbahnen und -knoten, die keine „Drüsen“ sind

„Die Lymphbahnen sind neben den Venen und Arterien das dritte System, das es Flüssigkeiten und Zellen ermöglicht, sich durch den Körper zu bewegen. Sie haben eine wichtige Funktion in der immunologischen Steuerung. Sie ermöglichen es, dem Immunsystem auf Störungen, Erkrankungen, Tumore und vieles mehr zu reagieren.“ Prof. Dr. Mario Iasevoli erklärt dies in diesem Zusammenhang, dass häufig von „Lymphdrüsen“ die Rede ist. Tatsächlich sind die Lymphe aber keine Drüsen, denn sie selbst produzieren keine Sekrete. Das, was im Krankheitsfall anschwillt, ist keine Drüse, sondern ein Knoten, ein Verbindungspunkt mehrerer Lymphbahnen. Und von diesen Lymphknoten gibt es im menschlichen Körper 600 bis 700. Das ist geschätzt, genau gezählt hat die wohl noch niemand. Sie sind aber nicht nur für die Immunabwehr des Körpers von Relevanz; sie helfen den behandelnden Ärzten auch bei der Diagnostik.

Prof. Dr. Iasevoli: „Jeder kennt das: Man hat Halsschmerzen oder Zahnschmerzen, die Lymphknoten am Hals schwellen an. Vom Kommunikationssystem des Körpers gehen Signale aus, die auf die Entzündung hindeuten. Es werden Abwehrzellen zum Kampf gegen die Entzündung angefordert und von anderen Stellen des Körpers über die Lymphbahnen zum Entzündungsherd hin transportiert. Dies bringt dann die Lymphknoten des betroffenen Bereichs zum Anschwellen. Die Knoten sind gewissermaßen Schnittstellen in einem großen Netzwerk. Man kann sich die Knoten auch als 'Schaltzentralen' vorstellen.“

Wie bereits erwähnt, gibt es sehr, sehr viele Lymphknoten im Körper. Von unserer Ausbildung her wissen wir, welche Lymphknotenbereiche für welche Organe im Körper zuständig sind. Nehmen wir z. B. den Hals. Wenn Zähne entzündet sind, kann es unterm Kiefergelenk zum Anschwellen der dortigen Lymphdrüsen kommen. Wenn man eine Halsentzündung hat, findet man die angeschwellenen Lymphknoten entlang der Luftröhre und an der Schilddrüse. Wenn es im Brustkorb eine Entzündung oder einen Tumor gibt, können die Lymphknoten oberhalb des Schlüsselbeins anschwellen. Bei Problemen an den Beinen und an den Füßen können die Lymphknoten in der Leiste anschwellen.“

Lymphknoten führen zur Identifikation der Erkrankung

Prof. Dr. Iasevoli: „Die Lymphknoten sind für unsere Arbeit sehr wichtig. Sie sagen im angeschwellenen Zustand viel über die zugrundeliegende Erkrankung aus. Wir machen das zunächst mit dem Ultraschall. Und da können wir schon an der Form des Lymphknotens erkennen, ob es ein entzündlich-reaktiver Knoten (also harmlos) oder ob es ein auffälliger Lymphknoten ist. Auffällig ist von der Form, wenn er z. B. rund und nicht bohnenförmig ist. Und wenn er dazu im Abflussgebiet eines Tumors liegt, bedarf es der weitergehenden Untersuchung. Hier besteht die naheliegende Gefahr, dass sich Tumorzellen über die Lymphbahnen weiter verbreitet haben. Landläufig hört man den Spruch 'Die Lymphe sind mit befallen'. Damit sind eben diese die Lymphknoten gemeint. Bei dem hier Geschilderten handelt es sich um Reaktionen der Lymphknoten auf Erkrankungen. Erwähnt werden muss aber noch, dass es auch primäre Lymphknotenerkrankungen gibt. Das sind Lymphome, bösartige Erkrankungen, um die sich der Hämatonkologe zu tun.“

Matthias Blase: „Bei der Diagnosestellung ist dann häufig auch der Chirurg gefragt: 'Lymphknotenentfernung bei unklarer Lymphknotenschwellung' ist etwas, das relativ häufig vorkommt. Der entnommene Lymphknoten wird in die Pathologie geschickt. Mit dem Ergebnis lässt sich dann in aller Regel eine gesicherte Diagnose stellen.“

Mit welchem Krankheitsbild hat es der Chirurg im Zusammenhang mit dem Lymphsystem am häufigsten zu tun?

Matthias Blase: „Von der Fallhäufigkeit muss man hier an erster Stelle den Dickdarmkrebs nennen. Man hört ja häufiger von der 'Streuung des Krebses'. Damit ist die Verbreitung von Tumorzellen über die Lymphbahnen gemeint. Und die Lymphknoten sind da eben die Knotenpunkte. Wie man weiß, neigen bösartige Tumore dazu, sich zwecks Metastasenbildung zu vermehren, indem sie eigene Zellen ins Lymphsystem schicken.“

Von dort aus 'springen' die Zellen quasi von Lymphknoten zu Lymphknoten und können letztendlich über diesen Wege auch andere Organe befallen. Das Prinzip des erforderlichen chirurgischen Einsatzes ist: Durch Radikalität die bestmögliche

Prognose zu erzielen. In der Praxis sieht dies so aus, dass das betroffene Stück des Dickdarms entfernt wird. Doch nicht nur das betroffene Darmstück wird entfernt, sondern auch das ihn umgebende Gekröse, also das Gewebe, das die Blutbahnen und eben auch die Lymphbahnen und -knoten enthält. Im gewünschten Idealfall werden somit die Lymphknoten aus dem Umfeld des Tumors entfernt, die möglicherweise schon mit Tumorzellen kontaminiert waren. Die Entfernung des Gekröses verursacht keine 'Versorgungslücke', denn es wird ja nur der Bereich entfernt, der für den entsprechend entfernten Darmabschnitt Ver- und Entsorgungsfunktion hatte. Da in dem Fall das Darmstück nicht mehr vorhanden ist, kommt auch dem Gekröse keine Funktion mehr zu, so dass ein Entnahme dieses Gewebes unbedenklich ist.“



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



Matthias Blase
Chefarzt Klinik für Allgemein und
Viszeralchirurgie
Ev. Krankenhaus Witten

Gynäkomastie – Die vergrößerte männliche Brust

Eine vergrößerte Brust beim Mann kann eine erhebliche körperliche und psychische Belastung darstellen. Die sogenannte Gynäkomastie beschreibt eine gutartige Vermehrung des Brustdrüsengewebes, die durch hormonelle Ungleichgewichte oder andere Faktoren bedingt sein kann. Sie tritt häufig in der Pubertät, nach Gewichtsverlust oder im höheren Alter auf und kann ein- oder beidseitig vorkommen.



Foto: MikeSaran – istockphoto.com

Ursachen und Formen der Gynäkomastie

Man unterscheidet zwei Hauptformen:

● **Echte Gynäkomastie:** Hierbei kommt es zu einer Vermehrung des Brustdrüsengewebes, oft bedingt durch eine Störung des Hormonhaushalts. Ursachen können hormonelle Schwankungen in der Pubertät oder im Alter, Leber- oder Nierenerkrankungen, die Einnahme bestimmter Medikamente (z. B. Anabolika, Psychopharmaka) oder hormonproduzierende Tumore sein.

● **Pseudogynäkomastie:** Diese entsteht durch eine vermehrte

Fetteinlagerung im Brustbereich, häufig im Zusammenhang mit Übergewicht. In vielen Fällen liegt eine Mischform aus beiden vor.

Symptome und Diagnose

Die Gynäkomastie äußert sich durch eine weiche oder drüsenartige Vergrößerung der Brust, die manchmal mit Spannungsgefühlen oder Druckempfindlichkeit einhergeht. Die sorgfältige Untersuchung mittels Ultraschall und Hormonanalysen helfen, die genaue Ursache zu bestimmen und die geeignete Behandlung einzuleiten. In manchen Fällen sind weiterführende Untersuchungen durch

Endokrinologen oder Urologen erforderlich, um hormonelle Störungen oder andere zugrunde liegende Erkrankungen auszuschließen. Zudem kann eine gezielte Adipositas-therapie hilfreich sein, insbesondere wenn eine Pseudogynäkomastie durch vermehrte Fetteinlagerung vorliegt.

Behandlungsmöglichkeiten der Gynäkomastie

Die Behandlung der Gynäkomastie hängt von der zugrunde liegenden Ursache ab. Wenn eine Krankheit oder Medikamente dafür verantwortlich sind, sollte diese Ursache zuerst behandelt werden. Bei der Pseudogynäkomastie kann eine Gewichtsreduktion durch gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung helfen, das überschüssige Fettgewebe in der Brust zu verringern.

wird je nach Situation entweder das überschüssige Drüsengewebe entfernt oder eine Fettab-saugung durchgeführt, um eine flachere und maskulinere Brustform zu erreichen.

In der Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie des Marien Hospital Witten sprechen die Experten mit den Patienten individuelle Behandlungsmöglichkeiten zur Therapie der Gynäkomastie ab.



Prof. Dr. Dr. Heiko Sorg
Chefarzt
Klinik für Plastische,
Rekonstruktive und Ästhetische
Chirurgie
Marien Hospital Witten

Frage an Prof. Dr. Dr. Heiko Sorg:

Liegt es am Bier?

Laut verbreiteter Auffassung besteht ein Zusammenhang zwischen einem erhöhten Bierkonsum und der Entstehung von Gynäkomastie. Handelt es sich dabei um ein Gerücht oder einen Versuch, Männer vom vermehrten Biertrinken abzuhalten? Wir fragten Prof. Dr. Dr. Sorg nach seiner Einschätzung. Seine Antwort lautete: „Es ist nicht ganz eindeutig. Einerseits enthält Bier eine beträchtliche Menge an Kalorien, was mit Übergewicht in Verbindung steht und somit die (Pseudo-) Gynäkomastie begünstigen kann. Andererseits enthält Bier Phytoöstrogene, die das Brustwachstum durch ein mögliches hormonelles Ungleichgewicht fördern könnten.“

In einigen Fällen könnte auch eine medikamentöse Behandlung in Betracht gezogen werden, besonders wenn ein hormonelles Ungleichgewicht vorliegt. Falls die Brustvergrößerung weiterhin besteht oder zu starken Beschwerden führt, kann eine Operation in Erwägung gezogen werden. Dabei

Das Pendred-Syndrom:

Taubheit mit Kropf

Wenn der Hörverlust seine Ursache in der Schilddrüse hat - Genetischer Defekt

Kann eine Fehlfunktion der Schilddrüse zu einem Hörverlust führen? „Ja“, sagt der Wittener HNO-Arzt Klaus-Peter Tillmann, „hierbei handelt es sich um das Pendred-Syndrom, einen seltenen genetischen Defekt, der als Hauptsymptome eine ausgeprägte Innenohrschwerhörigkeit sowie eine Missbildung bestimmter Knochen im Innenohr ausweist.“

Das Pendred-Syndrom ist eine vererbliche Krankheit. Oft liegt die Innenohrschwerhörigkeit schon kurz nach der Geburt vor und betrifft beide Ohren. Sie kann aber auch erst im Laufe des Wachstums auftreten, denn: Die Ursache des Pendred-Syndroms liegt in einem Defekt des Schilddrüsenhormons, das den Stoffwechsel kontrolliert und an der Regulierung des Körperwachstums beteiligt ist. In diesem Zusammenhang kann es zur Missbildung bestimmter Knochen im Innenohr führen. „Neben den genannten Symptomen des Hörverlustes und der Schilddrüsenvergrößerung können auch Gleichgewichts-



Das Hörgerät ist angezeigtes Mittel zur Behandlung des Symptoms Hörverlust infolge der vererblichen Krankheit Pendred-Syndrom, die an sich nicht therapierbar ist.

störungen durch veränderte vestibuläre Funktion auftreten“, so Dr. Tillmann.

Kann das Pendred-Syndrom erfolgreich behandelt werden?

Dr. Tillmann: „Das Pendred-Syndrom als solches und der dadurch verursachte Hörverlust können nicht behandelt wer-

den, wohl aber lassen sich einige Symptome behandeln. So sollten sich Betroffene regelmäßig von einem HNO-Arzt und von einem Audiologen (Hörspezialisten) auf Veränderungen ihrer Hörfähigkeit untersuchen lassen. Der Hörverlust lässt sich mit einem Hörgerät ausgleichen. Erst in besonders starken

Fällen sollte über ein Cochlear Implantat nachgedacht werden. Da die Verläufe der Erkrankung individuell sehr verschieden sind, kann man diesbezüglich keine allgemein zutreffenden Aussagen tätigen. Man sollte aber, solange es geht, dem Hörverlust mit einem Hörgerät entgegenwirken.“

Wie sieht es mit den Schilddrüsenproblemen im Zusammenhang mit dem Pendred-Syndrom aus?

Dr. Tillmann: „Zur Behandlung der komplexen Funktionsstörung der Schilddrüse sollte ein Endokrinologe – Spezialist für Krankheiten des Hormonsystems – zu Rate gezogen werden.“



Dr. Klaus-Peter Tillmann
HNO-Arzt
Witten und Bochum

Ihr verlässlicher Partner für besseres Hören – Seit 1969 an Ihrer Seite

Gutes Hören ist Lebensqualität. Seit 1969 steht Ihnen Paul Rybarsch Hörgeräte als erfahrener Fachbetrieb für Hörakustik zur Verfügung. Unser qualifiziertes Team berät Sie individuell, erarbeitet mit Ihnen Ihre Bedürfnisse und bietet Ihnen hochwertige, passgenaue Hörlösungen – stets mit modernster Technik und persönlichem Service.

Vertrauen Sie auf unsere langjährige Erfahrung für ein Hörerlebnis, das höchsten Ansprüchen gerecht wird.



PAUL RYBARSCH

Ihr Fachgeschäft für gutes Hören seit 1969

- Unverbindliche und kostenlose Höranalyse
- Hörsysteme aller Marken
- Kundenorientierte Beratung und Anpassung
- Maßgefertigter Gehörschutz

Tel./☎: 02302 18071
E-Mail: info@witten.rybarsch.com

Johannisstr. 17
58452 Witten

Mo. - Fr. 9.00 - 18.00 Uhr

Schilddrüse – Erkrankungen, Symptome, Auswirkungen, Therapien

Die Schilddrüse ist eine schmetterlingsförmige Drüse, die sich im vorderen Halsbereich befindet. Trotz ihrer kleinen Größe (etwa 15 – 20 Gramm) hat sie eine große Bedeutung für den menschlichen Körper, indem sie mehrere Schilddrüsenhormone, u. a. Trijodthyronin (T₃), Thyroxin (T₄) und Calcitonin, produziert. Die Schilddrüsenhormone Trijodthyronin T₃ und Thyroxin T₄ sind jodhaltig und wirken in fast allen Körperzellen und regen dort den Energiestoffwechsel an.

Erkrankungen der Schilddrüse mit funktionellen Störungen:

Schilddrüsenüberfunktion (Hyperthyreose): Bei dieser Erkrankung produziert die Drüse zu viel Hormone. Das kann zu Herzrasen, Nervosität, Gewichtsverlust, Schwitzen und Schlafstörungen führen. Meist sind die Symptome und Beschwerden nicht so offensichtlich, sodass erst bei einer Untersuchung durch einen spezialisierten Arzt eine Diagnose gestellt wird. Häufig ist die Ursache für eine Schilddrüsenfunktionsstörung ein gutartiger Knoten in der Schilddrüse (autonomes Adenom) oder eine generalisierte Überfunktion ohne Knotenbildung, bei der sich die Schilddrüse gleichmäßig vergrößert.

Das gilt auch für die

Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose): Bei dieser Erkrankung ist die Hormonproduktion allerdings zu niedrig. Betroffene klagen über Müdigkeit, Gewichtszunahme, Kälteempfindlichkeit und depressive Verstimmungen.

Entzündungen: Eine sogenannte Thyreoiditis kann Schmerzen und Schwellungen verursachen und manchmal auch die Hormonproduktion beeinträchtigen. Eine besondere Form der Schilddrüsenentzündung ist die Hashimoto-Thyreoiditis, bei der sich das Immunsystem durch eine Autoimmunreaktion gegen den eigenen Körper richtet und das Schilddrüsen Gewebe angreift.

Erkrankungen der Schilddrüse mit Veränderung des Gewebes:

Knoten und Zysten: Die meisten Knoten in der Schilddrüse sind gutartig, können aber in manchen Fällen wachsen oder



Sie ähnelt der Form eines Schmetterlings: die Schilddrüse – Sie spielt eine zentrale Rolle für die menschliche Gesundheit: In der Schilddrüse produzierte Hormone wirken in fast allen Körperzellen und regen dort den Energiestoffwechsel an. Foto: andrejprosicky – stock.adobe.com

bösartig sein. Sie verursachen oft keine Beschwerden, werden aber bei einer Untersuchung, wie einer Ultraschalluntersuchung und Szintigraphie, entdeckt.

Bösartige Veränderungen der Schilddrüse: Je nachdem, von welchen Zellen des Organs der bösartige Tumor ausgeht, können Schilddrüsenkarzinome in verschiedene Formen unterteilt werden. Anders als bei bösartigen Tumoren in anderen Körperregionen ist die Heilungsaussicht dieser Tumore sehr gut.

Symptome – Wann sollte man zum Arzt?

Bei Verdacht auf eine Schilddrüsenerkrankung sollte ein Arzt (Hausarzt, Endokrinologe oder die Sprechstunde einer spezia-

lisierten Klinik) aufgesucht werden: Typische Symptome sind dabei anhaltende Müdigkeit, plötzlicher Gewichtsverlust oder -zunahme, Herzrasen, Nervosität oder Kloßgefühl im Hals.

Untersuchungsverfahren für Schilddrüsenerkrankungen

Mögliche Untersuchungsverfahren zum Nachweis von Schilddrüsenerkrankungen reichen von Blut- und Ultraschalluntersuchung (Sonographie) über eine Szintigraphie – eine nuklearmedizinische Methode zur Darstellung kalter und heißer Knoten im Gewebe – bis hin zur Magnetresonanztomographie (MRT) oder Computertomographie (CT).

Durch diese Untersuchungen können alle Erkrankungen der Schilddrüse sicher erkannt werden.

Therapiemöglichkeiten für Schilddrüsenerkrankungen

Medikamente: Bei einer Über- oder Unterfunktion werden meist eine Hormonersatztherapie oder Hormonblocker eingesetzt. Das bedeutet, dass bei einer Unterfunktion der Schilddrüse eine Hormonersatztherapie mit bspw. L-Thyroxin Anwendung findet, wohingegen bei einer Überfunktion mit einem Hormonblocker wie Thiamazol behandelt wird. In den meisten Fällen der Schilddrüsenüberfunktion kommt eine Schilddrüsenoperation durch eine spezialisierte Klinik in Frage. Der Eingriff wird interdisziplinär und individuell diskutiert.

Radiojodtherapie: Diese Behandlung ist eine nuklearmedizinische Therapie, bei der radioaktive Isotope (in Tablet-

tenform) zur Behandlung von gutartigen Erkrankungen eingesetzt werden. Bei bösartigen Erkrankungen (Karzinomen) kommt sie nach einer Schilddrüsenoperation aufgrund von Tumoren der Schilddrüse zum Einsatz.

Operativer Eingriff: In vielen Fällen ist eine Operation erforderlich – hier wird je nach Befund entschieden, ob eine komplette Entfernung der Schilddrüse oder eine Teilentfernung (Hemithyreoidektomie) notwendig ist. Die Operation wird von hierfür spezialisierten und trainierten Chirurgen durchgeführt. Bei den eher „kleineren“ Eingriffen werden die Nerven für die Stimm lippenbewegung und die sogenannten Nebenschilddrüsen geschont.

Die Schilddrüse spielt eine zentrale Rolle für den Energiestoffwechsel im Körper und für die Gesundheit. Eine frühe Diagno-

se von Erkrankungen und eine rechtzeitige Behandlung sind entscheidend, um Komplikationen zu vermeiden. Bei Unsi-

cherheiten oder Beschwerden kann ein Besuch beim Facharzt oder in Sprechstunden von spezialisierten Kliniken Aufklärung

geben – denn je früher eine Erkrankung erkannt wird, desto besser sind die Heilungschancen.



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



Endri Ramadani
Oberarzt
Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie
Marien Hospital Witten



Sarah Nieleßen
Arztassistentin
Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie
Marien Hospital Witten

100 Herzkissen für das Brustzentrum Witten

Eine Brustkrebsdiagnose ist für viele Patientinnen oft mit einer Brustoperation verbunden. Um den betroffenen Frauen im Brustzentrum Witten des Marien Hospital Witten etwas Gutes zu tun, hat eine ehrenamtliche Nähgruppe eine besondere Aktion gestartet: Die Frauen aus dem „Nähcafe im Holschentor“ aus Hattingen übergaben eine Spende von 100 selbstgenähten Herzkissen.

Die Herzkissen sind ein ganz besonderes Nähprojekt, denn sie geben den Brustkrebspatientinnen nicht nur eine emotionale Unterstützung. Die herzförmigen Kissen helfen nach einer Brust-OP auch den Wundschmerz zu lindern, indem sie den Druck von der OP-Narbe nehmen. Unter den Arm geklemmt helfen sie also in doppelter Weise, einmal um diese schwere Zeit emotional durchzustehen und gleichzeitig die Schmerzen und Druckbeschwerden der Narbe zu lindern.

Die Gruppe „Nähcafe im Holschentor“ aus Hattingen ist eng an das Bürgerzentrum Hattingen geknüpft und trifft sich an drei bis vier Montagen im Monat, um gemeinsam in geselliger Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee oder Tee für soziale Projekte zu nähen. Aus teilweise gespendeten und vorrangig selbstgekauften Stoffen entstehen hier Taschen, Kissen oder Kleidung. Dabei ist es ganz egal, ob die Teilnehmerinnen über Vorkenntnisse an der Nähmaschine verfügen. Vielmehr ist Spaß an der Ge-

sellschaft und kreative Begeisterung gefragt. Die Frauen aus dem Nähcafe freuen sich über jede Unterstützung in Form von Materialspenden oder finanziellen Zuwendungen, die es den Ehrenamtlichen ermöglichen, weiterhin an sozialen Projekten zu nähen und Betroffenen zu helfen.

Die Leiterinnen des „Nähcafe im Holschentor“ Ursula Wüst-Redecker, Katrin Bartels und Brigitte Rose haben zusammen mit den fleißigen Näherinnen zuletzt 100 Kissen für das Brustzentrum Witten des Marien Hospital Witten genäht und gespendet. „Es ist ein schönes Gefühl, mit unserer Arbeit anderen Men-

schen zu helfen und ihnen in einer schwierigen Zeit ein kleines Stück Trost zu schenken“, erklärt Brigitte Rose, Leitung des „Nähcafe im Holschentor“ aus Hattingen. Im Brustzentrum Witten bekommt jede Patientin eines dieser besonderen Kissen nach einer Brust-OP auf das Bett gelegt.



Dr. Aloysia-Bernadette Thale (l.), Leitende Oberärztin des Brustzentrum Witten nehmen die genähten Herzkissen von den Frauen aus dem Nähcafe im Holschentor entgegen.

Die Bauchspeicheldrüse – Ein verborgenes Organ im Fokus:

Wie moderne Endoskopie hilft, frühzeitig zu erkennen und gezielt zu behandeln

Die Bauchspeicheldrüse (Pankreas) liegt gut versteckt im Oberbauch hinter dem Magen. Trotz ihrer unauffälligen Lage erfüllt sie lebenswichtige Aufgaben: Sie produziert Verdauungsenzyme, die unsere Nahrung verwertbar machen, sowie Hormone wie Insulin, die den Blutzuckerspiegel regulieren. Gerät die Bauchspeicheldrüse aus dem Gleichgewicht, kann das erhebliche Folgen für die Gesundheit haben.

Erkrankungen erkennen – nicht immer einfach

Zu den häufigsten Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse zählen akute oder chronische Entzündungen (Pankreatitis) und zystische Veränderungen und Tumoren – sowohl gutartige als auch bösartige. Während eine akute Pankreatitis plötzlich und mit starken Schmerzen auftreten kann, entwickelt sich die chronische Form oft schleichend und kann zu Verdauungsproblemen oder Diabetes führen. Auch Tumoren des Pankreas – etwa klassische Bauchspeicheldrüsenkarzinome, zystische Neoplasien oder seltene neuroendokrine Tumoren (NET) – entwickeln sich häufig lange unbemerkt. Genau deshalb ist eine gute und umfassende Diagnostik so wichtig.

Welche Beschwerden können auftreten?

Typische Zeichen für Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse sind Oberbauchschmerzen, Appetitlosigkeit, Völlegefühl, Blähungen oder unerklärlicher Gewichtsverlust. In einigen Fällen wird eine Erkrankung erst bemerkt, wenn sich der Zuckerstoffwechsel verändert – etwa durch einen neu auftretenden Diabetes. Auch völlig zufällig entdeckte Veränderungen bei einer Routineuntersuchung können dem Arzt Hinweise liefern.

Moderne Diagnostik – präzise und schonend

Zur Abklärung stehen heute verschiedene, sich ergänzende Methoden zur Verfügung. Ein erster Schritt ist meist die Sonographie (Ultraschall). Zusätzlich helfen Laborwerte dabei, eine Entzündung oder Störung der Funktion zu erkennen.

Eine besonders präzise Methode ist die Endosonographie (EUS) – ein Ultraschall „von innen“, der über ein spezielles



Diabetes und unerklärlicher Gewichtsverlust können Zeichen für Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse sein. Foto: LiliGraphie – stock.adobe.com

Endoskop durchgeführt wird. Diese Untersuchung erlaubt eine sehr detaillierte Darstellung der Bauchspeicheldrüse und ihrer Umgebung. Verdächtige Bereiche können gezielt punktiert und damit Gewebeproben für eine verlässliche Diagnose entnommen werden. In bestimmten Fällen kann die Aussagekraft der Untersuchung durch die Gabe eines Ultraschall-Kontrastmittels zusätzlich verbessert werden. So lassen sich Unterschiede in der Durchblutung besser erkennen – zum Beispiel um zwischen gut- und bösartigen Veränderungen des Organs zu unterscheiden. Gerade bei zystischen Veränderungen ist es wichtig, deren Ursprung und Entwicklung frühzeitig einzuordnen. Eine regelmäßige Kontrolle per EUS ermöglicht es, Risiken früh zu erkennen und unnötige Operationen zu vermeiden.

Therapie: Gezielte Eingriffe ohne Operation

Wenn eine Erkrankung der Bauchspeicheldrüse festgestellt

wird, stehen heute vielfältige Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung – oft ganz ohne Operation.

Bei chronischer Pankreatitis können verengte Gänge mithilfe einer Spiegelung der Gallen- und Pankreaswege – einer sogenannten ERCP – erweitert und mit Gefäßstützen – sogenannten Stents – offengehalten werden. Bei Schmerzen durch Steine in den Gallengängen oder den Gängen der Bauchspeicheldrüse ist in ausgewählten Fällen sogar eine gezielte Stoßwellenbehandlung (Lithotripsie) oder eine Spiegelung mit Mini-Instrumenten (Pankreatikoskopie) möglich, um diese zu entfernen.

Bei schweren akuten Entzündungen mit Gewebeuntergang (nekrotisierende Pankreatitis) lassen sich Flüssigkeitsansammlungen und abgestorbenes Gewebe heute oft endoskopisch über den Magen oder Zwölffingerdarm entfernen – schonend und ohne Bauchschnitt.

Ganzheitliche Betreuung ist entscheidend

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse betreffen oft nicht nur das Organ selbst. Daher ist eine enge Zusammenarbeit mit Ernährungsberatung und Diabetesberatung ein wichtiger Teil der Behandlung. Gemeinsam mit den Betroffenen werden individuelle Strategien entwickelt, um Beschwerden zu lindern, Mangelernährung vorzubeugen und die Lebensqualität zu verbessern.



Obai Abdelkader Abed Abu Hassan
Leitender Oberarzt
Klinik für Innere Medizin,
Gastroenterologie und
Pneumologie
Marien Hospital Witten

Testosteron –

vom Wohl und Wehe des männlichen Geschlechtshormons

Die Hoden sind Drüsen. Sie produzieren das männliche Geschlechtshormon Testosteron. Und dieses ist für eine Vielzahl von Effekten verantwortlich. Natürlich ist das in den Hoden produzierte Hormon primär für die Libido und die Erektionsfähigkeit des Penis verantwortlich. Männer mit Hormonmangel bemerkten zuerst einen Verlust des sexuellen Interesses, abgeschwächte oder sogar fehlende Erektionen.

Die Ursachen dafür können vielfältig sein, angefangen von Störungen des Hodengewebes sind es aber auch häufig nachlassende Steuerungshormone im Hormon, die die Testosteronproduktion versiegen lassen. Aber auch Stress, schwere Allgemeinerkrankungen und Übergewicht können zu Testosteronmangelerscheinungen führen. Dieser überraschende Effekt ist Folge der Fähigkeit von Fettgewebe, das männliche Geschlechtshormon in weibliche Hormone umzuwandeln. Es entsteht Östrogen – das weibliche Geschlechtshormon.

Zu warnen ist vor einer unkontrollierten und ärztlich nicht überwachten Testosteron-Therapie, wie sie manchmal im Body-Building-Bereich zum „Muskelaufbau“ teilweise mit chemisch nicht definierten Hormonpräparaten durchgeführt wird. Dauerhafte Schäden, ein auch nach Absetzen der Medikamente irritierter Hormonhaushalt, Thrombosen oder Embolien können die Folge sein.

che Geschlechtshormon. Aber die Libido und Potenz sind bei Weitem nicht die einzigen Testosteron-Effekte: So ist der Knochenstoffwechsel abhängig von Testosteron. Männer mit Testosteronmangel entwickeln nach Jahrzehnten eine Osteoporose, einen Verlust von Knochenmasse, die in eine erhöhte Frakturneigung mündet. Dieses Krankheitsbild ist dem entsprechenden Krankheitsbild der Frau nach den Wechseljahren absolut vergleichbar. Knochen verlieren an Stabilität; die Gefahr, einen Knochenbruch nach Stürzen (besonders am Schenkelhals) zu erleiden, steigt; ja sogar spontan können Wirbelkörper einbrechen und zu Schmerzen und Verlust an Körpergröße führen.

Testosteron hat ebenfalls Wirkungen auf das Knochenmark. So ist die Bildung von rotem Blutfarbstoff von ausreichenden Testosteron-Spiegeln im Blut abhängig. Liegt ein Testosteron-Mangel vor, kommt es zur Blutarmut, einer „Anämie“. Umgekehrt wissen Ausdauersportler um diesen Zusammenhang und betreiben mit Testosteron „Blutdoping“. Die Vermehrung von rotem Blutfarbstoff durch überhöhte Testosteron-Spiegel erlaubt es ihnen während des Marathon-Laufes, des Radrennens oder Triathlons, mehr Sauerstoff aufzunehmen und zu ihren Muskeln zu transportieren. Dieses Doping – und übrigens auch eine ärztlich nicht überwachte Testosteron-Einnahme ohne Mangelzustand – führt zu erheblichen Gefahren. Die Vermehrung von roten Blutkörperchen „verdickt“ das Blut – Blutgerinnselbildungen in den Beinen (Thrombosen) oder in der Lunge (Embolie) können die Folge sein.

Auch der Muskelstoffwechsel unterliegt Einflüssen des Testosterons: Dieser „anabole“, muskelaufbauende Effekt ist der Grund für die Einnahme von synthetischem Testosteron in Fitness-Studios, bei Bodybuild-

ern und Kraftsportlern. Der Einsatz von Testosteron als Doping beleuchtet einen anderen Effekt des Testosterons: Auch die Psyche des Mannes ist in gewissem Maße von Testosteron beeinflusst: Aggression, körperliche und psychische Aktivität sind testosteronabhängig. Dies ist der häufigste Grund für eine Testosteron-Ersatz-Therapie im Alter:

Betagte Patienten klagen häufig über eine Müdigkeit, Lustlosigkeit und Interesslosigkeit, die sie sich nicht erklären können. Testosteronmangel kann hierfür eine Ursache sein. Wird das durch einen Labortest bestätigt, kann eine Testosterontherapie abhelfen.

Testosteron ist ein komplexer Eiweißstoff, der vom Magen abgebaut wird, wenn das reine Hormon als Tablette eingenommen wird. Die war jahrelang der Grund dafür, dass Testosteron als Depotspritze alle 3 Wochen intramuskulär gespritzt werden musste. Seit ein paar Jahren stehen dem behandelnden Arzt und damit auch seinem Patienten andere Darreichungsformen zur Verfügung: Testosteron-Pflaster, -Gele, Depotspritzen für Monate und auch Tabletten können verschrieben werden und ermöglichen es dem Patienten, seine Vorlieben für eine Darreichungsform umzusetzen. Zusätzlich ist eine genauere Dosierung möglich.

Bei den „alten“ 3-Wochen-Spritzen bestand das Problem, dass in der ersten Woche nach der Gabe die Testosteron-Spiegel zu hoch und in der letzten Woche zu niedrig waren. Diese ungesunden Schwankungen sind mit den modernen Darreichungsformen ausgeschlossen.



Wann kann ein Testosteron-Mangel vorliegen?

- Leiden Sie unter Erektionschwäche?
- Klagen Sie über sexuelle Unlust?
- Besteht ungewöhnliche Müdigkeit und Aktivitätsmangel trotz ausreichenden Nachschlafs?
- Fühlen Sie sich abgeschlagen, körperlich nicht mehr belastbar?

Wenn Sie eine oder mehr Fragen mit „ja“ beantworten, äußern Sie sich Ihrem behandelnden Arzt gegenüber. Er wird Ihnen Blut abnehmen und einen eventuellen Testosteronmangel ausgleichen.



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

24 Auszeichnungen als Top-Mediziner in der St. Elisabeth Gruppe

Auch in diesem Jahr wurden mehrere Ärzte der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr durch das Focus-Magazin als Top-Mediziner ausgezeichnet. Insgesamt 24 Auszeichnungen wurden an die Experten aus den verschiedenen Fachgebieten vergeben. Die Auszeichnungen werden basierend auf verschiedenen Kriterien verliehen, darunter fachliche Kompetenz, Empfehlungen durch Fachkollegen und Patienten sowie das Behandlungsspektrum und die Forschungstätigkeit.

Die ausgezeichneten Ärzte der St. Elisabeth Gruppe sind im St. Anna Hospital Herne, im Marien Hospital Herne – Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum, im Marien Hospital Witten und im Rheumazentrum Ruhrgebiet tätig.

Auszeichnungen im gruppenübergreifenden Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie

Die Experten des gruppenübergreifenden Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der St. Elisabeth Gruppe, mit Standorten im St. Anna Hospital Herne, Marien Hospital Herne und Marien Hospital Witten, gehören auch in diesem Jahr wieder zu den Top-Medizinern Deutschlands und wurden mehrfach ausgezeichnet.

Prof. Dr. Sebastian Rütten, Direktor des Zentrums sowie Chefarzt des Integrierten Zentrum für Wirbelsäulenchirurgie und Schmerztherapie, wurde erneut für seine Expertise in



Prof. Dr. Sebastian Rütten, Direktor, Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der St. Elisabeth Gruppe, Chefarzt, Zentrum für Wirbelsäulenchirurgie und Schmerztherapie, Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der St. Elisabeth Gruppe



Dr. Oliver Meyer, Chefarzt, Zentrum für Becken-, Hüft-, Knie- und Fußchirurgie, Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie der St. Elisabeth Gruppe

der Wirbelsäulenchirurgie und in der Behandlung chronischer Schmerzen ausgezeichnet. Dr. Oliver Meyer, Chefarzt des Zentrum für Becken-, Hüft-, Knie- und Fußchirurgie, erhielt gleich zwei Auszeichnungen – in den Bereichen Kniechirurgie und Sportorthopädie. Dr. Roderich Heikenfeld, Chefarzt des Zentrum für Schulter-, Ellenbogen- und Handchirurgie, wurde erneut für seine Expertise in der Ellenbogen- und Schulterchirurgie geehrt.

Auszeichnungen im St. Anna Hospital Herne

Dr. Nurettin Albayrak, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie, wurde in diesem Jahr erneut mit zwei Focus-Siegeln ausgezeichnet – für die Behandlungsschwerpunkte Hernienchirurgie sowie Gallenblasen- und Gallenwegschirurgie. Auch Dr. Viktor Rempel, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie, wurde für seine Expertise in der Behandlung von Tumoren des Verdauungstrakts ausgezeichnet.

Auszeichnungen im Marien



Prof. Dr. Rainer Wirth, Direktor, Klinik für Altersmedizin und Frührehabilitation, Marien Hospital Herne – Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

Hospital Herne – Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

Im Marien Hospital Herne wurde Prof. Dr. Rainer Wirth, Direktor der Klinik für Altersmedizin und Frührehabilitation, erneut in den Bereichen Ernährungsmedizin und Akutgeriatrie ausgezeichnet. Zudem erhielt er in diesem Jahr eine weitere Auszeichnung im Bereich Chronische Schmerzen. Prof. Dr. Joachim Noldus, Direktor der Klinik für Urologie, wurde dreifach geehrt, für seine Expertise in der Behandlung von Blasenkrebs, Prostatakrebs und Harnsteinen. Prof. Dr. Florian Roghmann, Leitender Oberarzt der Klinik für Urologie, wurde ebenfalls für seine Fachkenntnisse in Blasen- und Prostatakrebs ausgezeichnet. Prof. Dr. Timm H. Westhoff, Direktor der Medizinischen Klinik I, wurde für seine Arbeit in den Bereichen Bluthochdruck und Nephrologie genannt.

Auszeichnung im Marien Hospital Witten

Im Marien Hospital Witten wurde Prof. Dr. Dr. Heiko Sorg, Chefarzt der Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, Marien Hospital Witten

thetische Chirurgie, mit zwei Auszeichnungen geehrt, für seine Expertise in den Bereichen Bodylifting und Bauchstraffung.

Auszeichnungen im Rheumazentrum Ruhrgebiet

Im Rheumazentrum Ruhrgebiet erhielt Prof. Dr. Xenofon Baraliakos die Auszeichnung als Top-Mediziner in den Bereichen Rheumatologie, Psoriasis und Radiologie.

Kriterien für die Auszeichnung

Die Ärzteliste des Focus Spezialisten aus mehr als 100 Fachrichtungen. Bei der Erstellung des Rankings werden neben der fachlichen Kompetenz, dem Behandlungsspektrum und der Routine in der Durchführung von Behandlungen auch Empfehlungen von Fachkollegen und Patienten sowie öffentlich zugängliche Daten berücksichtigt. Zusätzlich fließt die Anzahl wissenschaftlicher Publikationen in die Bewertung ein. Dieses Kriterium zeigt, inwieweit der Mediziner sich mit den neuesten Entwicklungen in der medizinischen Behandlung und Diagnostik auseinandersetzt und seinen Patienten so Zugang zu aktuellen Therapieansätzen ermöglicht.



Prof. Dr. Dr. Heiko Sorg, Chefarzt, Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, Marien Hospital Witten

Pflege digital denken:

Neues Unterstützungsangebot für Zugehörige von Menschen mit Demenz passt sich ihrer Lebenswirklichkeit an

Forschende der Uni Witten/Herdecke bringen mit iDEM-Support ein internationales Trainingsprogramm erstmals in den deutschen Pflegealltag

Wer einen Menschen mit Demenz zu Hause pflegt, steht oft unter Dauerbelastung – körperlich, emotional, organisatorisch. Viele Informationen sind überfordernd und häufig schwer verständlich, digitale Angebote wirken unübersichtlich. Hier setzt ein neues Projekt unter Beteiligung des Lehrstuhls für Didaktik und Bildungsforschung im Gesundheitswesen und der Juniorprofessur für Digital Health der Universität Witten/Herdecke (UW/H) an: iDEM-Support will betreuenden und pflegenden Zugehörigen – also neben der Familie zum Beispiel auch Nachbar:innen und Freund:innen – genau die Unterstützung bieten, die sie wirklich brauchen.

Grundlage von iDEM-Support ist das Programm iSupport der Weltgesundheitsorganisation (WHO) – ein bewährtes digitales Trainingsangebot für betreuende und pflegende Zugehörige. Es wurde weltweit bereits erfolgreich eingesetzt. Doch: Was international funktioniert, passt nicht automatisch zu den komplexen Gegebenheiten in Deutschland. Deshalb passt das Forschungsteam die Plattform nun erstmals gezielt an die Bedingungen in Deutschland an – sprachlich und kulturell. Das bedeutet: Informationen zu Demenz und zur Rolle als betreuende:r und pflegende:r Zugehörige:r sowie zum Umgang mit Verhaltensänderungen werden berücksichtigt. Ziel ist es, Zugehörigen alltagstaugliches Wissen und interaktive Austauschmöglichkeiten an die Hand zu geben. Um die Ausgestaltung bestmöglich an die Bedarfe der Nutzenden anzupassen, erfolgt die Entwicklung

gemeinsam mit Expert:innen und Zugehörigen.

Digital verstehen und nutzen

Ein zusätzliches Modul macht das auf Deutschland angepasste Programm besonders: Es hilft, sich im Dschungel digitaler Gesundheitsinformationen besser zurechtzufinden. Viele Zugehörige wissen nicht, welche Quellen vertrauenswürdig sind oder wie sich Online-Informationen auf ihre persönliche Pflegesituation anwenden lassen. Deshalb bietet iDEM-Support ein Modul zum Aufbau digitaler Gesundheitskompetenz. Dieses thematisiert z. B., wie Informationen gezielt gesucht, kritisch bewertet und sinnvoll genutzt werden können. Bevor das Programm breit verfügbar wird, testet das Forschungsteam es mit rund 140 betreuenden und pflegenden Zugehörigen sowie Fachleuten und begleitet es wissenschaftlich. iDEM-Support soll barriere-

frei auf PC, Tablet und Smartphone nutzbar sein.

Ein Blick nach vorn

„Wenn betreuende und pflegende Zugehörige gut informiert und unterstützt werden, verbessert das nicht nur die Qualität der häuslichen Pflege – es kann auch Klinikaufenthalte vermeiden und die psychische Belastung deutlich reduzieren“, sagt Dr. Julia Nitsche, wissenschaftliche Mitarbeiterin im Projektteam. Das Projekt iDEM-Support zeige darüber hinaus, wie Digitalisierung im Gesundheitswesen konkret und wirksam umgesetzt werden könne. Ihre Kollegin aus dem Projektteam, Prof. Dr. Theresa Sophie Busse, ergänzt: „Wir sehen hier ein echtes Potenzial, die Pflegekultur in Deutschland langfristig zu verändern.“

Weitere Informationen:

Das Projekt iDEM-Support wird für drei Jahre durch den Inno-

ventionsfonds des Gemeinsamen Bundesausschusses gefördert. Konsortialführung dieses Projekts ist die Professur für Versorgungsforschung am Institut für Diversitätsmedizin der Ruhr-Universität Bochum. Weitere Konsortialpartner sind die Abteilung für Medizinische Informatik, Biometrie und Epidemiologie und die Abteilung für Allgemeinmedizin der Ruhr-Universität Bochum, der Lehrstuhl für Didaktik und Bildungsforschung im Gesundheitswesen und die Juniorprofessur für Digital Health der Universität Witten/Herdecke sowie Ergosign GmbH. Das Projekt arbeitet zusätzlich eng mit Praxispartner zusammen wie der Deutschen Alzheimer Gesellschaft, Wir pflegen - Interessenvertretung u. Selbsthilfe pflegender Angehöriger in Nordrhein-Westfalen e. V. und Letzte Hilfe Kurse GmbH, die auch bei der Verstärkung des Angebots unterstützen.



Das iDEM-Support-Team, das ein internationales Trainingsprogramm in den deutschen Pflegealltag bringt. Foto: UW/H

Stadtwerke verleihen den 4. Wittener Nachhaltigkeitspreis

Bienen, Klimawandel und Tischtennis – beim diesjährigen Nachhaltigkeitspreis der Stadtwerke Witten passen diese Themen hervorragend zusammen. 13 Projekte haben sich um den 4. Nachhaltigkeitspreis beworben. Obwohl die Projekte ganz unterschiedlich mit dem Thema Nachhaltigkeit umgehen, verfolgen sie alle ein gemeinsames Ziel: die Lebensqualität in Witten zu verbessern. Aus den eingereichten Projekten hat die Jury nun sechs Gewinner ausgewählt, die sich insgesamt über ein Preisgeld von 13.000 Euro freuen können.

„Die Jury-Entscheidung fiel uns nicht leicht. Viele Projekte leisten hervorragende Beiträge, um das soziale Miteinander und den Umweltschutz zu fördern. Daher haben wir uns entschieden, das Preisgeld zu erhöhen und nicht nur fünf, sondern sechs Projekte auszuzeichnen“, sagt Mathias Kukla von den Stadtwerken Witten im Namen der Jury.

Die Siegerpokale wurden von Lars König, Bürgermeister der Stadt Witten und Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke, sowie Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke, an folgende Institutionen, Schulen und Vereine überreicht:

1. Platz: Tanztheater Abrakadabra / Ev. Kirchenkreis Hattin-gen-Witten – 4.000 Euro

Kinder und Jugendliche setzen sich mit Tanz und Kreativität mit dem Klimawandel auseinander. Daraus entstehen unterschiedliche Projektbausteine: von Tanz-Performances über Videoclips bis zu Modenschauen mit recycelten Materialien oder Kunstaussstellungen. Dabei lernen die Kinder einen bewussten Umgang mit der Natur. „Wir waren nass und dreckig, aber egal, wir haben so viele Bäume gepflanzt“, sagt ein Kind nach einer Aktion des Tanztheaters.

2. Platz: Gemüseackerdemie / Ruhr-Gymnasium – 3.000 Euro

Schülerinnen und Schüler erfahren, wie aus einem Samenkorn eine knackige Möhre wird. Die Jugendlichen übernehmen gemeinsam Verantwortung für den Acker und lernen, welche Wirkung ihr Handeln hat. Das Projekt soll nicht nur auf das Schulleben begrenzt sein, sondern auch Anwohnerinnen und Anwohner miteinbeziehen und für den Acker begeistern.

2. Platz: Bienenhaus / Rudolf-Steiner-Schule – 3.000 Euro

Auf dem Schulgelände der Rudolf-Steiner-Schule wird ein Bienenhaus errichtet. Dadurch sollen Schülerinnen und Schüler die Bedeutung von Bienen



Strahlende Gewinner des 4. Wittener Nachhaltigkeitspreises fanden sich zur Gewinnübergabe auf dem Fahrgastschiff Schwalbe ein.

für das Ökosystem kennenlernen. Die zusätzlich erworbenen praktischen Kenntnisse in der Imkerei fördern gleichzeitig das Verständnis für Biodiversität. Ein erfahrener Imker wird die Kinder zu Bienen-Experten ausbilden.

3. Platz: Tischtennis für Menschen mit Parkinson / DJK Blau-Weiß Annen – 1.500 Euro

Der Sportverein hat seit Anfang des Jahres eine neue Gruppe gegründet, die Menschen mit Parkinson die Möglichkeit gibt, unter Anleitung von ausgebildeten Trainern Tischtennis zu spielen. Der Krankheitsverlauf kann durch die Bewegung verlangsamt werden und die Betroffenen können sich gegenseitig austauschen.

4. Platz: Insekten-Rückzugsort/

Wittener Turnverein 1877 – 1.000 Euro

Die Kinder des Vereins wollen einen geschützten Ort für Insekten schaffen. Dieses Insektenhotel soll auf dem vereinseigenen Gelände am Sonnenschein entstehen und wird von der Sportgruppe „Kids in Action“ gebaut.

5. Platz: Zukunft frei / Ensemble 180 Grad – 500 Euro

Die Senioren-Theatergruppe will ein Stück erarbeiten, das Altersarmut, Vereinsamung und den Verlust der körperlichen und psychischen Unbeschwertheit thematisiert. Im künstlerischen Prozess möchte das neu gegründete 11-köpfige Ensemble Probleme und Lösungen nicht nur formulieren, sondern sie auch emotional zugänglich machen.

Die Pokale wurden auf dem Fahrgastschiff der Stadtwerke, der MS Schwalbe II, an die Siegerinnen und Sieger übergeben.

Die dreiköpfige Jury, bestehend aus Kaja Fehren (Klimaschutzbeauftragte der Stadt Witten), Barbara Dieckheuer (VIADUKT e.V., dem Verein zur Förderung der psychosozialen Versorgung in Witten) und Mathias Kukla (Stadtwerke Witten), begründete ihre Entscheidungen:

„Wir bedanken uns bei allen, die sich beworben haben. Wir haben dieses Jahr den Schwerpunkt auf die Arbeit mit Jugendlichen und Kindern gelegt. Darüber hinaus haben wir erstmalig auch Projektanträge von Sportvereinen erhalten. Es ist spannend zu sehen, wie kreativ Vereine beim Umgang mit dem Thema sind“, so Kukla.

Dr. Klaus-Peter Tillmann leitet KVWL-Bezirksstelle Bochum/Hagen

Dr. Eckhard Kampe übergibt Leitung der ärztlichen Regionalrepräsentanz

Die niedergelassenen Ärzte und Psychotherapeuten in Bochum, Herne, Hagen und im Ennepe-Ruhr-Kreis haben einen neuen regionalen Repräsentanten. Dr. Eckhard Kampe, Allgemeinmediziner in Bochum, übergab nach rund 18 Jahren die Leitung der Bezirksstelle Bochum/Hagen der Kassenärztlichen Vereinigung WestfalenLippe (KVWL) an Dr. Klaus-Peter Tillmann, HNO-Facharzt in Witten.

Dr. Tillmann steht nun in den kommenden Jahren an der Spitze der rund 2.000 Ärztinnen und Ärzte sowie Psychotherapeutinnen und -therapeuten im Bereich der Bezirksstelle Bochum/Hagen. „Gerne will ich mich in den kommenden Jahren für die Belange der Kolleginnen und Kollegen und für das Wohl der Patientinnen und Patienten einsetzen, um so die medizinische Versorgung in der Region weiterhin zu sichern“, so Dr. Tillmann.

Dr. Dirk Spelmeyer, Vorstandsvorsitzender der KVWL: „Herzlich willkommen, lieber Klaus-Peter Tillmann, in Ihrer neuen Funktion als Bezirksstellenleiter. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und gutes Gelingen bei Ihren Aufgaben!“ Und an seinen Vorgänger gerichtet: „Herzlichen Dank, lieber Eckhard Kampe, für Ihre tolle Arbeit in dieser langen Zeit. Danke, dass Sie die Menschen in Ihrem Be-

zirk so gut zusammengebracht und damit einen wichtigen Teil zur Sicherstellung der ambulanten Versorgung beigetragen haben!“

Eckhard Kampe wird der Bezirksstelle als stellvertretender Leiter erhalten bleiben. Er bedankt sich bei allen Niedergelassenen des Bezirks: „Danke für die jahrelange Unterstützung und das Vertrauen, das mir während meiner Tätigkeit als Bezirksstellenleiter entgegengebracht wurde. Ich freue mich darauf, auch in meiner neuen Rolle weiterhin für die Bezirksstelle da zu sein.“

Die Kassenärztliche Vereinigung Westfalen-Lippe gliedert sich in zwölf Bezirksstellen, die jeweils durch ein ärztliches oder psychotherapeutisches Mitglied ehrenamtlich geleitet werden. Die Bezirksstellenleiter vertreten die KVWL ortsnah und sichern umgekehrt die Anbindung der Regionen. Sie sind wichtige



Dr. Klaus-Peter Tillmann (links) ist neuer Leiter der KVWL-Bezirksstelle Bochum/Hagen. Rechtes Bild: Sein Vorgänger und jetziger stellvertretender KVWL-Bezirksstellenleiter Dr. Eckhard Kampe.



Ansprechpartner für die Mitglieder, aber auch für die lokale Presse.

Zu ihren Aufgaben gehören Information und Beratung. Außerdem pflegen die Bezirksstellenleiter den Dialog mit Ärztevereinen und Netzverbänden. Sie wirken mit an der Sicher-

stellung der vertragsärztlichen Versorgung und sind für die Organisation des ärztlichen Bereitschaftsdienstes in der Region verantwortlich. Die Bezirksstellenleiter werden nach Vorschlag durch den gewählten Beirat der Bezirksstelle vom KVWL-Vorstand ernannt.

Städtebauförderung NRW:

Witten erhält Förderzusage für das Ruhrfenster und den Park der Generationen in Annen

Das Heimat- und Kommunalministerium NRW hat am 25. April das Städtebauförderprogramm für 2025 veröffentlicht. Witten kann sich über die Förderung zweier wichtiger städtebaulicher Maßnahmen freuen: Mit einer Fördersumme in Höhe von insgesamt 1,770 Mio. Euro sind die Projekte „Park der Generationen“ sowie das IGA-Projekt „Ruhrfenster Mühlengraben“ durchfinanziert.

Park der Generationen am Bildungsquartier Annen – „Mit dem Park der Generationen im Stadtteil Annen werden Grünräume und Wegeverbindungen im Umfeld des neuen Bildungsquartiers erheblich aufgewertet“, freut sich Stadtbaurat Stefan Rommelfanger über die Förderzusage in einer Höhe von ca. einer Mio. Euro. Ein Teil davon fließt zudem in ein Quartiersmanagement rund um das Bildungsquartier sowie in einen Verfügungsfonds, mit dem von

Bürgerinnen und Bürgern ausgewählte sinnstiftende Projekte vor Ort finanziert werden können.

Ruhrfenster Mühlengraben – Die Ruhr liegt in Witten quasi vor der Haustür und ist für die Menschen dennoch nur an wenigen Stellen im Stadtgebiet direkt erreichbar. Eine neue Verbindung zwischen Stadt und Fluss soll dies ändern. Im Uferbereich nahe der Mühlengrabenmündung soll – im Ein-

klang mit Natur- und Wasserschutz – eine Aussichtsterrasse und eine Freitreppe entstehen und einen niedrigschwelligen, inklusiv gestalteten Erholungsraum schaffen. Von der Terrasse blickt man dann auf die Ruhr und die gegenüberliegende Auenfläche. Ein Teil der angrenzenden Grünfläche kann zudem als Liegewiese genutzt werden. „Durch das Ruhrfenster Mühlengraben schaffen wir eine verbesserte Verbindung zwischen der Innenstadt und dem Natur-

raum des Ruhrtals“, so Rommelfanger. Für die Umsetzung des Projektes erhält die Stadt nun rund 768.000 Euro aus der Städtebauförderung.

„Ich freue mich, dass das Land diese wichtigen städtebaulichen Projekte finanziell unterstützt. Beide unterstreichen den hohen Stellenwert der ökologischen Stadtentwicklung in Witten und sind durch die zugesagte Förderung nun vollständig finanziert“, so Rommelfanger.

Einfacher denn je:

Medikamentenbestellung und -verwaltung mit der lokalen Apotheken-App

In der heutigen digitalen Welt spielt Komfort eine entscheidende Rolle, insbesondere im Gesundheitswesen. Eine Apotheken-App bietet lokalen Kunden eine einfache und effiziente Möglichkeit, Medikamente zu bestellen und zu verwalten. Diese Apps revolutionieren den herkömmlichen Apothekenbesuch und bringen zahlreiche Vorteile mit sich. Und jetzt ist unsere AmtsApo App da!

Komfort und Zugänglichkeit

Eine der größten Stärken unserer AmtsApo App ist der hohe Komfort. Kunden können ihre Medikamente bequem von unterwegs oder zu Hause aus bestellen, ohne lange Wartezeiten in der Apotheke in Kauf nehmen zu müssen. Besonders für ältere Menschen, betreuende Angehörige, Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder Personen mit einem hektischen Alltag ist dies eine enorme Erleichterung. Über einen kostenlosen Lieferservice im Umkreis werden die Medikamente direkt an die Haustür oder den Arbeitsplatz gebracht. Die Ankunftszeit kann selbst gewählt werden. Bei einer Bestellung bis 16:00 Uhr erfolgt die Lieferung in der Regel noch am selben Tag.

Effizientes Rezeptmanagement Folgerezepte bestellen

Die AmtsApo App erleichtert die Verwaltung von Rezepten erheblich. Funktionen wie automatische Erinnerungen an Medikamenteneinnahmen, die digitale Speicherung von Rezepten und Nachverfolgung von Bestellungen helfen Kunden, ihre Arzneimittel zum richtigen Zeitpunkt einzunehmen und Rezepte rechtzeitig beim Arzt nachzubestellen. Dieser überträgt die Rezepte elektronisch auf die Gesundheitskarte. Mit der AmtsApo App können die Verordnungen direkt eingesehen, überprüft und von überall in der Amts-Apotheke eingelöst werden. Mit dieser komfortablen Funktion haben die Patienten alles selbst im Blick.

Sicherheit und Genauigkeit

Durch die digitale Übermittlung von Rezepten werden Fehler durch unleserliche Handschriften

oder Missverständnisse vermieden. Für Stammkunden und lokale Patienten, deren Gesundheitsdaten in der Amts-Apotheke vertraulich verwaltet und regelmäßig auf Verträglichkeit und Wechselwirkungen der Medikamente geprüft werden, wird dieselbe Therapiesicherheit gewährleistet wie auf herkömmlichem Wege. Diese kann sogar noch erhöht werden, wenn über die App die Medikamente regelmäßig eingelöst werden und somit keine Datenlücken – wie z.B. über Änderungen der Medikation – entstehen.

Diskretion und Datenschutz

Ein weiterer Vorteil ist die Diskretion, die unsere App bietet. Kunden können ihre Medikamente diskret bestellen, ohne persönliche oder sensible Gesundheitsdaten an anonyme Dritte weiterzugeben. Unsere App verfügt ebenso wie unsere Apothekensoftware über sichere Verschlüsselungstechnologien, um den Datenschutz zu gewährleisten und sensible Informationen zu schützen.

nologien, um den Datenschutz zu gewährleisten und sensible Informationen zu schützen.

Erhöhte Kundenzufriedenheit

Durch die Nutzung unserer App wird der gesamte Bestellprozess vereinfacht und transparenter gestaltet. Kunden erhalten schnelle Benachrichtigungen über den Bestellstatus via Chat, ohne auf den persönlichen Kontakt mit uns vor Ort verzichten zu müssen.

bietet lokalen Kunden eine moderne, sichere und effiziente Möglichkeit, ihre Medikamente zu bestellen und zu verwalten.

Sie vereinfacht den Bestellprozess, verbessert die Rezeptverwaltung, minimiert Fehlerquellen und hilft dabei, bei regelmäßiger Nutzung die Arzneimitteltherapiesicherheit durch pharmazeutische Prüfung über die Apotheke zu erhöhen.

Fazit

Die Nutzung der AmtsApo App



SBO lädt zu kostenlosem Schnuppertag in Langendreer ein:

Tagespflege entlastet Gäste und Angehörige

Donnerstag ist für Lore Wenzel der „Ute-Tag“. Die 90-jährige meint damit Ute Lehmann, die die Tagespflege in der SBO Senioreneinrichtung „Haus an der Dördelstraße“ leitet. Die Seniorin besucht die Einrichtung jeden Donnerstag, Ute Lehmann ist für sie eine feste Bezugsperson. Sie nimmt sich die Zeit, die jeder Gast benötigt, schaut hin und hört zu. Bei Lore Wenzel weiß sie, dass diese gern Gespräche führt, über Mittag „Mensch ärgere dich nicht“ spielt und hochmotiviert beim Geräusche-Memory dabei ist. „Das fördert die Konzentration“, berichtet die Pflegefachkraft.

Seit etwas mehr als zwei Jahren entlastet die Tagespflege im „Haus an der Dördelstraße“ sowohl Gäste als auch Angehörige. 19 Menschen bietet die Einrichtung täglich zwischen 8 und 16.30 Uhr Platz, die Resonanz auf das Angebot ist gut. Die Tagespflege richtet sich an Senioren, die tagsüber Hilfe benötigen oder die Zeit in Gesellschaft verbringen möchten, abends aber wieder daheim oder in ihren Familien sein wollen. Hierfür werden verschiedene Angebote miteinander verwoben: Eine Physiotherapiepraxis bietet in den Räumlichkeiten täglich Behandlungen an, ein Frisör kommt dienstags und donnerstags vorbei. Gut nachgefragt ist auch die Möglichkeit, barrierearm zu duschen. Die Betreuung orientiert sich ganz an den Bedürfnissen der Gäste und nimmt auf ihre individuellen Lebensgewohnheiten Rücksicht. „Menschen, die an einer Demenz erkrankt sind, bieten wir die Möglichkeit, Sicherheit und Geborgenheit zu empfinden“, berichtet Ute Lehmann – so wie bei Lore Wenzel. Lehmann ist deshalb auch

im intensiven Kontakt mit den Angehörigen, um herauszufinden, welche Angebote für den jeweiligen Gast passend sind. „Der eine hat früher viel Sport gemacht, der andere war ruhiger. Darauf gehen wir ein“, sagt sie. Bewegungs- und Balance-Trainings gehören ebenso zum Angebot wie Basteln, Spaziergänge oder Wellness. „Unsere Schwerpunkte sind die kognitive Arbeit und Bewegung“, berichtet Lehmann. Beispiele hierfür gibt es viele. Erst kürzlich war noch „Die Werkzeugkiste“ zu Besuch, Schreiner Tobias Marquardt hatte seine mobile Holzwerkstatt mitgebracht. Das Besondere dabei: Die fünf Teilnehmer waren auf voller Linie gefragt. Es wurde nicht nur etwas Vorgefertigtes zusammengebaut, sondern selbst gemessen, angezeichnet, gesägt, geleimt und geschliffen. Für den einen eine altbekannte Tätigkeit, bei der schöne Erinnerungen an früher aufkamen. Für manch einen aber auch eine völlig neue Erfahrung, die den Horizont noch einmal erweiterte. Am Ende des Tages konnte jeder Teilnehmer



Gemeinsam mit der 76-jährigen Hildegard Werner (l.) hat Lore Wenzel zum Frühstück in der Tagespflege im „Haus an der Dördelstraße“ Platz genommen. Tagespflege-Leiterin Ute Lehmann (z.v.l.) und Wenzels Tochter Gabriele Alexander schauen ihnen über die Schultern.

eine Buchstütze aus Holz mit nach Hause nehmen, die er wirklich selbst hergestellt hatte. Die Einrichtung kommt bei den Menschen in und um Langendreer gut an. Vor allem auch pflegende Angehörige, die Beruf und Pflege in Einklang bringen müssen oder einfach mal eine Auszeit benötigen, profitieren von dem Angebot. Wie Lore Wenzels Tochter Gabriele Alexander. Die nutzt den frei-

en Tag, um sich bei der Tafel ehrenamtlich zu engagieren, Besorgungen und Einkäufe zu erledigen oder sich mit einer Freundin zu treffen. „Die Tagespflege ist da schon eine große Entlastung für mich“, sagt die 67-Jährige, während ihre Mutter in guter Gesellschaft das Frühstück in Angriff nimmt.

Weitere Infos:

Wer sich über die Tagespflege informieren oder sich anmelden möchte, kann dies gern bei Ute Lehmann per E-Mail unter tagespflege@sbo-bochum.de oder telefonisch unter 0234 416086-410. Die Kosten richten sich nach dem Pflegegrad und der Anzahl der Besuchstage. Ein großer Teil wird von der Pflegekasse übernommen. Ein Fahrdienst steht zur Verfügung, um die Gäste abzuholen und sicher wieder nach Hause zu bringen. Termine für eine Besichtigung der Räumlichkeiten oder ein Kennenlernen vor Ort sind kurzfristig vereinbar. Interessenten sind zudem zu einem kostenlos Schnuppertag willkommen. Weitere Infos unter www.sbo-bochum.de

GUTSCHEIN

für einen kostenlosen
SCHNUPPERTAG
in der TAGESPFLEGE
in unserem Haus
an der Dördelstraße in
Bochum-Langendreer.

Anmeldung und Infos:
0234 416086-410



www.sbo-bochum.de



Senioreneinrichtungen
der Stadt Bochum gGmbH

Jetzt
einlösen!



Get together am MVZ für Zahnheilkunde Witten – Bei besten Witterungsbedingungen machte sich vor dem Eingang des Neubaus des Medizinischen Zentrums am Rheinischen Esel, Pferdebachstr. 16a, lockere Biergartenstimmung breit. Der Grund: Das Medizinische Versorgungszentrum für Zahnheilkunde Witten GmbH hatte anlässlich seines Umzuges vom Standort Marien Hospital in dieses moderne Ärztehaus zu diesem Umtrunk eingeladen. In geselliger Atmosphäre konnte MVZ-Leiter Torsten Schudlich (kleines Bild) Mitarbeiter, Ärzte-Kollegen und Mitarbeiter der anderen Praxen des Hauses begrüßen und mit ihnen auf den gelungenen Umzug und die Eröffnung am neuen Standort anstoßen. Dabei kam es zu vielen informativen und geselligen Gesprächen bei kühlen Getränken und Leckereien vom Foodtruck. Vor rund drei Monaten war das MVZ für Zahnheilkunde Witten (ehemals: Zahnklinik am Marien Hospital) an den Standort Pferdebachstraße umgezogen. Damit einher gingen u. a. eine Verdoppelung der Praxisfläche, eine umfangreiche Modernisierung der Praxisinstrumente (wie z. B. die modernste 3-D-Diagnostik) und eine deutliche Ausweitung des Behandlungsspektrums. Außerdem verfügt das MVZ auch über ein eigenes Labor, in dem Patienten – wenn sie mögen – bei der Herstellung ihres Zahnersatzes zuschauen können. Wesentlich sind dabei aber natürlich die bedeutend kürzeren Herstellungszeiten, da keine externen Labore mehr erforderlich sind. Torsten Schudlich zeigte sich mit der Entwicklung seit dem Umzug durchaus zufrieden: „Von allen Seiten wurde und wird die neue Praxis gelobt. Dabei geht es nicht nur ums Leistungsspektrum und die deutlich großzügigeren Räumlichkeiten, sondern auch um die Erreichbarkeit. Endlich stehen für unsere Patienten ausreichend Parkplätze zur Verfügung.“

Der Buchtip zur Sommerzeit:

Die Kandersteg Bande und ihre Abenteuer

„Die Kandersteg Bande und ihre Abenteuer“ ist nicht nur ein Roman für diejenigen, für die ein Krimi nicht unbedingt mit Mord und Totschlag verbunden sein muss. Mit Witz, Pffiffigkeit und innovativ krimineller Energie kommen die Abenteuer der Schweizer Bande daher.

Ihr „Vater“, der Autor Kai Olaf Arzinger, hat Hagener und Wittener Wurzeln. Heute lebt er in der Schweiz. Dort spielt auch die Handlung seines 168-seitigen Krimis. Eine Gruppe von Bänkern hat plötzlich viel Freizeit. Sie beschließen, es allen noch einmal zu beweisen. Ihr erster Streich nimmt seinen Lauf. Der Schweizer Bundesanwalt wird wenig später schreiben: Nie-

mand hatte geglaubt, dass so etwas geschehen könnte. Aber es geschah, mit einer unglaublichen Präzession, an drei verschiedenen Orten des Landes. Jahre später reizt sie ein weiterer spektakulärer Coup. Diesmal steht das teuerste Gemälde Europas im Fokus. Unerwarteterweise stossen sie dabei auf skrupellose Machenschaften im internationalen Kunsthandel. Neben diesen zwei glänzend geschriebenen Abenteuern rundet eine Anzahl Kurzgeschichten die Handlung ab. Durch sie erfährt der Leser, wie alles begann und die Kandersteg Bande endete. Das Buch ist flüssig geschrieben und die Spannung bleibt bis zum unerwarteten Schluss erhalten.

Ein Muss für jeden Krimifreund! Der Roman Die Kandersteg Bande ist überall im Buchhandel und auch als E-Book erhältlich. Paperback, ISBN-13: 9783769378757



Marien Hospital Witten erneut als Perinatalzentrum Level I zertifiziert

Höchste Versorgungsqualität sowohl von normalverlaufenden Geburten als auch von Risiko- und Mehrlingsschwangerschaften – dafür steht das Perinatalzentrum des Marien Hospital Witten seit vielen Jahren. Die Ärztekammer Westfalen-Lippe bestätigte bereits Ende März erneut die Zertifizierung als Perinatalzentrum Level I.

Erneut überzeugte das Wittener Krankenhaus in allen Punkten und erhielt die Rezertifizierung als Perinatalzentrum Level I – die höchste Versorgungsstufe in Deutschland. Um die bestmögliche Versorgung zu ermöglichen, arbeiten Ärzte und Pflegekräfte abteilungsübergreifend Hand in Hand: In der Kinder- und Jugendklinik des Marien Hospital Witten werden kleinste Frühgeborene mit einem Gewicht unter 400 Gramm bis hin zu jungen Erwachsenen behandelt. Gemeinsam mit der geburtshilflichen Abteilung bildet die Klinik das Perinatalzentrum, in dem extrem Frühgeborene (ab der 23. Schwangerschaftswoche) sowie Risiko- und Mehrlingsgeburten optimal versorgt werden – von der pränatalen Betreuung bis zur Nachsorge. „Durch unsere enge Zusammenarbeit stellen wir sicher, dass Schwangere

und Babys auch in schwierigen Situationen die bestmögliche Behandlung bekommen“, erklärt Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten.

Kinderintensivstation, Kinderchirurgie und Kinderradiologie – Das alles steht für die jungen Patienten an einem Standort zur Verfügung. Darüber hinaus sorgt ein mobiler Kindernotarztwagen mit einer mobilen Intensivereinheit dafür, dass Neugeborene bei Bedarf sicher aus anderen Krankenhäusern in das Perinatalzentrum transportiert werden können.

Diakonie
Ruhr



100
JAHRE | Quartier
Feierabendhäuser

Quartier der Feierabendhäuser

- Stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- ServiceWohnen

📍 Pferdebachstr. 43, 58455 Witten
☎ 02302 589-5100
🌐 diakonie-ruhr.de/feierabendhäuser

WITTEN transparent





Amts Apotheke
Gesundheit. Wohlbefinden. Nähe.



Unsere AmtsApo App. Ihr Heimvorteil.

**Direkt unsere AmtsApo App
über den QR-Code herunterladen!**

**E-Rezepte jetzt noch schneller
einlösen und bestellen, wo man Sie kennt!**




Alte Bahnhofstraße 82,
44892 Bochum (Langendreer)
Tel: 0234 280717
amtsapotheke.de

AMTS-qualifizierte
Apotheke

Medizin – Pflege – Therapie
Klinik für Urologie

Ambulanz-Führung

Nächster Termin: **Donnerstag, 05. Juni 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™

Prostatazentrum
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

BECKENBODEN ZENTRUM HERDECKE

KONTINENZ- UND INKONTINENZ ZENTRUM

 **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 5. Juni.

Am Wochenende im Marien Hospital Witten:

Crashkurs zur Geburtsvorbereitung

Die Elternschule des Marien Hospital Witten bietet am Wochenende des **31. Mai 2025 bis 1. Juni** einen **Wochenend-Crashkurs zur Geburtsvorbereitung für Paare** an.

Der Kurs richtet sich an Paare ab der 28. Schwangerschaftswoche. Es werden zahlreiche Informationen zum gesamten Themenbereich Schwangerschaft, Geburt, Stillen und Wochenbett vermittelt. Ziel des Kurses ist die optimale Vorbereitung auf die Geburt. Der Kurs findet am Samstag und Sonntag jeweils von 10.00 bis 14.00 Uhr in den Räumlichkeiten der Phy-

siotherapie im Untergeschoss des Hauptgebäudes des Marien Hospital Witten (Marienplatz 2, 58452 Witten) statt.

Die Gebühr für die werdende Mutter wird von der Krankenkasse übernommen, die Kosten für den Partner betragen 85 Euro. Anmeldungen online unter www.marien-hospital-witten.de/elternschule oder unter Fon 0 23 02 - 173 - 1932.



Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der OGS während der DRK-Schulung in Herbede. Foto: DRK-Witten

Kinderschutz als Gemeinschaftsaufgabe:

DRK Witten bildet Mitarbeitende fort

Das Deutsche Rote Kreuz in Witten hat kürzlich den Startschuss für sein internes Fortbildungsprogramm im Bereich Kinderschutz gegeben. Die Auftaktveranstaltung hat sich dabei an die Mitarbeitenden der OGS an der Grundschule in Herbede gerichtet.

Diese erhielten einen ersten Überblick über die relevanten rechtlichen Grundlagen. Ziel der Maßnahme ist es, alle Beschäftigten des DRK, die in ihrer täglichen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen in Kontakt stehen, für das Thema Kinderschutz zu sensibilisieren. „Der Schutz von Kindern hat für uns oberste Priorität“, erklärt die Kinderschutzbeauftragte des DRK Witten, Désirée Nagel. Sie hat das neue Fortbildungsangebot konzipiert und leitet die Schulungen.

Ihr Ansinnen ist es, die teilweise komplizierten Inhalte, praxisnah und niederschwellig

zu vermitteln. Mit kreativen Arbeitsformen haben die Kolleginnen und Kollegen beispielsweise gemeinsam erarbeitet, mit welchen konkreten Schutzrechten der Staat Familien in ihrer Entwicklung fördern und mit welchen Hilfs- und Kontrollmaßnahmen, Jugendamt und Familiengericht ihrer Wächterrolle nachkämen. „Kinderschutz ist kein einmaliger Auftrag, sondern ein fortlaufender Prozess. Wir wollen mit unserem Fortbildungsprogramm Handlungssicherheit für diese Gemeinschaftsaufgabe schaffen.“, so Nagel.

Stadt Witten fördert Biodiversität:

Immer mehr Wildwiesen statt Rasenflächen

Insgesamt ca. 7.500 qm Wiesen zur Förderung der Biodiversität hat die Stadt inzwischen angelegt. Davon machen die Blumenwiesen, auf denen entsprechendes Saatgut ausgesät wird, ca. 4.000 qm aus. Größere findet man unter anderem im Stadtpark, im Lutherpark, an der Waldstraße oder am Bahnhof Annen. Erst in diesem Jahr kam auf dem Friedhof Heven eine weitere Blumenwiese hinzu. Auf den übrigen rund 3.500 qm Wiesenfläche wachsen Mischungen mit verschiedenen Kleearten, Gräsern und Kräutern. Diese blühen zwar eher dezent, sind aber ebenfalls wertvolle Lebensräume für Insekten und Wildtiere.

Auch verblühte Wiesen sind für die Biodiversität wichtig – Besonders nach der Blütezeit können die Flächen durchaus längere Zeit nicht sehr ansprechend oder eben ungepflegt aussehen. „Aber auch wenn die Optik vielleicht nicht durchgehend ‚schön‘ im Sinne des menschlichen Betrachters ist, für die Förderung der Biodiversität und die nachhaltige Entwicklung der Flächen ist diese Zeit notwendig“, sagt Fabian Nockemann, der bei der Stadt für die öffentlichen Grün- und Parkanlagen zuständig ist. Denn zum einen können sich

die Pflanzen so nach der Blüte durch Samen verbreiten. Zum anderen dienen aber auch verblühte Pflanzen als Nahrungsquelle für Vögel, Insekten finden dort ein geeignetes Winterquartier oder Wildbienen nutzen sie als Bruthöhle.

Blumenwiesen passen sich an und verändern sich Jahr für Jahr – Im Herbst werden die Wiesen gemäht, manchmal auch ein weiteres Mal nach der ersten Blüte. Dabei wird in der Regel auch das Mähgut abgeräumt, so dass die Blumen jetzt im Frühjahr langsam wieder

durchkommen. Denn alle ausgebrachten Mischungen sind mehrjährig. „Blumenwiesen passen sich der Umgebung an und verändern sich von Jahr zu Jahr, sodass diese Wiesen nicht immer gleich aussehen müssen“, weiß Nockemann. „Einjährige Mischungen haben zwar oft einen schöneren Blüheffekt, jedoch ist die Nahrung für Insekten und Kleintiere dabei sehr gering.“

Neben den Wiesen lässt die Stadt Flächen „wild“ wachsen – Damit aber nicht genug: Zusätzlich zu den 7.500 qm aktiv

angelegten Blumen- und Kräuterpflanzen lässt die Stadt ca. 25.000 qm Wiese „wild“ wachsen. Diese Fläche sind über das ganze Stadtgebiet verteilt. Manchmal sind es größere, zusammenhängende Flächen und an anderen Stellen nur Teile von Wiesen. Um die heimischen Pflanzen zu fördern, werden sie ebenfalls nur ein- bis zweimal im Jahr gemäht.

Das Beet rund um das Böckchen am Stadtpark ist übrigens mit blühenden, insektenfreundlichen Stauden bepflanzt. Auch diese sind mehrjährig und kommen jedes Jahr wieder.

Urologie-Wissen aus erster Hand:

Am 5. Juni ist die nächste Ambulanz-Führung

Das Interesse an urologischen Informationen aus erster Hand ist ungebrochen groß. Insofern ist die im zweimonatigen Turnus stattfindende Führung durch die Urologische Ambulanz am Ev. Krankenhaus Witten ein Dauerbrenner. Eine solche medizinische Infoveranstaltung sucht ihresgleichen. Am Donnerstag, 5. Juni, ist es wieder soweit. Dann laden Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann und sein Team zur nächsten Führung ein.

Die Themen wechseln nicht, außer wenn neue urologische Verfahrensweisen oder auch Hightech-Instrumente ihre Vorgänger ablösen. Was und wie die moderne Urologie die unterschiedlichsten Krankheitsbilder dieses Bereiches angeht, erfahren die Besucher aus erster Hand. Das geht es z. B. um die OP im 3-D-Verfahren. Mit den entsprechenden Gerätschaften können sich Besucher unter fachmännischer Anleitung selbst als Operateure versuchen, natürlich an einem Modell, was zumeist ein Pappkarton ist. Das tut dem beeindruckenden Effekt aber keinen Abbruch. Ähnlich ist es bei der Therapie der gutartigen Prostatavergrößerung mittel grü-

nem Laser-Licht, also mit dem Greenlight-Laser. Hierfür gibt es sogar ein Simulationsgerät, bei dem die Arbeit mit dem Grünlicht-Laser wie ein Videospiel anmutet. Es demonstriert zugleich eindrucksvoll, warum dieses Verfahren als das zurzeit schonendste bei der Behandlung dieser Krankheit gilt. Doch es werden natürlich noch viele weitere urologische Themen angesprochen, und die Besucher haben auch die Möglichkeit, ihre persönlichen Fragen an die Experten zu richten. Treffpunkt zur Führung ist am Donnerstag, 5. Juni, um 17 Uhr im 1. OG des Ev. Krankenhauses Witten. Die Teilnahme ist kostenlos, eine vorherige Anmeldung ist nicht nötig.

WITTEN transparent

Impressum

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

www.verlag-gellisch.de

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

Mitarbeiter dieser Ausgabe:

Dr. Kurt-Martin Schmelzer
Prof. Dr. Mario Iasevoli
Matthias Blase
Prof. Dr. Dr. Heiko Sorg
Dr. Bahmann Gharavi
Dr. Klaus-Peter Tillmann
Prof. Dr. Metin Senkal
Endri Ramadani
Sarah Nileßen
Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Abu Hassan

Anzeigen: Verlag Olaf Gellisch (verantwortlich)

Satz und Gestaltung: Verlag Olaf Gellisch

Druck: Schürmann +Klagges GmbH & Co. KG, Bochum

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, um eine größtmögliche Leserlichkeit zu erhalten. Dies möge nicht als diskriminierend gewertet werden, da alle Darstellungen geschlechterumfassend gemeint sind. Sofern gegenderte Fremdbeiträge zur Veröffentlichung kommen, bei denen die gegenderte Form beibehalten werden soll, so wird dies entsprechend respektiert und umgesetzt.
Der Internet-Auftritt von Witten transparent ist in die neue Website des Verlages Olaf Gellisch eingebettet. Sie ist online zu finden unter: www.verlag-gellisch.de



Treffen 45 Jahre nach dem Abitur – Der Jahrgang „Abi 80“ der Lessing-Schule Bochum-Langendreer hielt sein Jahrgangsstufentreffen unweit der ehemaligen „Wirkungsstätte“ in der Marktbörse am Langendreerer Markt ab. Zu den 42 von ehemals 88 Abiturienten gesellte sich auch eine der Klassenlehrerinnen, die ihre Ex-Schüler*innen mit Bildern von Klassenfahrten überraschte. Dieser Jahrgangsstufenverband pflegt einen guten Zusammenhalt, finden diese Treffen doch dank eines rührigen Organisators alle fünf Jahre statt. Einige Schüler*innen nehmen dafür lange Anreisen, sogar aus dem Ausland, in Kauf. Als nächstes steht dann das Treffen zu „50 Jahre Abi 80“ an. Eine zahlenmäßig vollständige Zusammenkunft wird es indes nicht geben können, denn schon fünf Personen dieses Abi-Jahrgangs der Lessing-Schule sind bereits verstorben.

Stadtwerke Witten:

120 Bewertungsbäume gepflanzt

Eine Bewertung, ein Baum – nach diesem Prinzip haben die Stadtwerke Witten in den vergangenen Monaten für Bewertungen auf Google geworben. Für jede dort abgegebene Meinung über die Stadtwerke versprach der lokale Energieversorger, einen Baum in Witten zu pflanzen. Die ersten 120 Gehölze wurden nun in den Ruhrauen angepflanzt.

Unterstützung bei der Auswahl der Gehölzarten sowie der richtigen Standorte bekamen die Stadtwerke dabei von der Naturschutzgruppe Witten - Biologische Station e. V. (NaWiT). Die drei Sorten Eingriffeliger Weißdorn, Schlehdorn und Hundsrose stammen aus gebietsheimischem Pflanzengut. Auf den Wiesen zwischen Muttental und Ruhr bereichern sie die dortige Pflanzenwelt und bieten mit ihren Blüten, Früchten und Samen ganzjährig Nahrung für Vögel und Insekten. Darüber hinaus bieten sie künftig mit ihrer Blütenpracht einen Hingucker für Radfahrer und Wanderer.

„Wir bedanken uns bei allen treuen Kundinnen und Kunden, die bereits eine Bewertung bei Google abgegeben und unsere Pflanzaktion unterstützt haben. So machen wir gemeinsam Witten noch lebenswerter und schützen unsere schöne Natur vor Ort“, freut sich Rune Riepshoff von den Stadtwerken Witten, der das Projekt ins Leben gerufen hat.

„Die Idee der Stadtwerke Witten, für jede Google-Bewertung einen Baum zu pflanzen, haben wir begeistert aufgenommen“, sagt Birgit Eheses von der NaWiT. „Indem wir die gebietsheimischen Gehölzarten in den

Ruhrauen anpflanzen können, helfen wir den hier lebenden Tieren und fördern die Artenvielfalt, mit dem Ziel, das Ökosystem zu schützen und zu erhalten.

Die Aufforstungsaktion bei

Google-Bewertungen läuft indes weiter. Interessierte können auf <https://g.page/r/CbLRO4SFyEfEBM/review> eine Rezension hinterlassen, sodass auch für sie ein Baum gepflanzt wird.



Pflanzaktion in den Ruhrauen mit Rune Riepshoff (Stadtwerke Witten), Birgit Eheses und Annette Schulte (Naturschutzgruppe Witten - Biologische Station e. V. (NaWiT)).

Foto: Sascha Kreklau/Stadtwerke Witten



Echter Hingucker sind die O'NEILL-Sportbrillen, die in puncto Funktionalität und Komfort nichts zu wünschen übrig lassen. Interessenten können sie bei Stockum Optik in Augenschein nehmen und sich selbst von der Qualität überzeugen.

Aktuell bei Stockum Optik:

Sportbrillen von O'NEILL – Symbiose aus Funktionalität, modischem Anspruch und Kombinationsmöglichkeiten

Augenoptikermeister Michael Schaefers, Inhaber der Stockum Optik GmbH, hat in seinem Berufsleben schon sehr viele gute Brillen gesehen. Doch was jetzt im Bereich der Sportbrillen angesagt ist, bringt auch ihn ins Schwärmen: Eine Brillenkollektion mit einer Vielfalt an Farben und Formen, wobei alles untereinander kombinierbar ist. Sie sind mit verspiegelten Gläsern zu haben, auch mit individueller Sehstärke, als Vollrandbrille oder rahmenlos, mit Einstärkenkorrektur oder als Gleitsichtbrille und, und, und... Der Augenoptikermeister ist sich sicher, dass dies alles in Kombination mit dem Preis-/Leistungsverhältnis zurzeit unschlagbar ist.

Sportbrillen sind Hilfsmittel, an die – je nach ausgeübter Sportart – unterschiedliche An-

sprüche gestellt werden. Der Surfer hat andere Ansprüche als z. B. der Radrennfahrer oder

überhaupt Radfahrer, z. B. auch E-Bike-Fahrer. Aber die neue Kollektion von O'NEILL hat für alle etwas zu bieten. Nimmt man einmal das Beispiel der E-Bike-Fahrer, die für gewöhnlich mit etwas höheren Geschwindigkeiten als die unmotorisierten Radfahrer unterwegs sind. Sie benötigen eine Brille, die gut zu den Seiten abdichtet, die möglichst einen Polfilter hat, der Spiegelungen z. B. bei tiefstehender Sonne ausblendet, oder die selbsttönend ist – und das Ganze vielleicht auch noch in der individuellen Sehstärke. Das alles bieten die neuen O'NEILL-Modelle, die bei Stockum Optik

zu sehen und auszuprobieren sind. Was hinzukommt ist der modische Anspruch: Natürlich liegen die O'NEILL-Brillen hier voll im Trend. Das fällt insbesondere an der farbigen Verspiegelung auf, die seit rund zwei Jahren wieder ein Thema ist und immer stärker nachgefragt wird.

Michael Schaefers stellt es so dar: „Das coole daran ist, dass man auf der Modeseite alles kombinieren kann: Man kann alle Farben kombinieren und die Wunschtönung realisieren. Aber es gibt das auch z. B. für Fahrradfahrer mit einer selbsttönenden Variante, wo man auch seine individuelle Korrektur einsetzen kann und das Licht angepasst bekommt. Polfilter sind möglich, Verspiegelungen sind möglich. Alles was man für seinen Sport realisieren möchte, kann man individuell da unterbringen. Hinzu kommen die Komplettpreise, die für Fassungen und Gläser im Rahmen bleiben. Selbst wenn man eine Gleitsichtvariante andenkt, sind durchgeboogene Sport-Gleitsichtgläser inklusive Fas-

sung mit allem drum und dran für maximal 579 Euro erhältlich; Einstärkengläser gibt es schon ab 289 Euro.

Doch selbst wenn man eine dieser O'NEILL-Brillen von der Stange, also ohne Korrektur haben möchte, die es schon ab 79 bzw. 89 Euro gibt, so haben diese Gläser schon die Polarisation, ohne dass sich dies im Preis niederschlagen würde.“

Auch was die Formgebung anbelangt, ist die Kollektion breit aufgestellt. Michael Schaefers: „Es gibt aber auch rahmenlose Brillen. Im Sportbereich werden diese z. B. von Bogenschützen gerne genommen.“

Thema „Sportbrille mit Korrektur“:

Das ist auch eine Frage der Sicherheit, sagt Michael Schaefers. Er berichtet von einem befreundeten Radfahrer, der nur auf Sportbrillen in seiner Sehstärke schwört. Als Gleitsichtversion hat er auch die Instrumente am Lenker im Blick und – noch wichtiger – er sieht den Flummi rechtzeitig, der da auf die Straße gerollt kommt...

STOCKUM
OPTIK

Stockum Optik GmbH
Pferdebachstr. 249
58454 Witten
www.stockum-optik.de

Ausstellung zum Jubiläumsjahr des Altenzentrums am Schwesternpark / Feierabendhäuser:

Fotos erwecken die 100jährige Geschichte zum Leben

Zum 100-jährigen Bestehen präsentiert das Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser der Diakonie Ruhr in Witten die Ausstellung „100 Jahre – 100 Fotos“. Sie zeigt die Entwicklung der Einrichtung, die 1925 als Altersruhesitz für die Diakonissen errichtet wurde, hin zu einem modernen Quartier mit vernetzten Strukturen und einem differenzierten Angebot unterschiedlicher Versorgungsformen im Bereich Leben und Wohnen im Alter. „Ein ganzes Jahrhundert liegt hinter uns – geprägt von Umbrüchen, von Notzeiten, vom Wiederaufbau, von gesellschaftlichem Wandel und wachsendem Miteinander“, sagte Einrichtungsleiter Andreas Vincke bei der Ausstellungseröffnung.

Das erste Feierabendhaus „Abendfrieden“ wurde am 16. September 1925 eingeweiht. Im Dezember 1944 wurde es bei einem Luftangriff schwer beschädigt, am 19. März 1945 dann gänzlich zerstört. Nach dem Krieg wurde das Haus wieder aufgebaut und vergrößert, 1951 wurde es eingeweiht. 1958 konnte ein weiteres Feierabendhaus bezogen werden.



Die Diakonissen haben die Feierabendhäuser begründet. Auch heute noch sind Führungskräfte im Haus Diakonissen. Daher ist es naheliegend, dass auch die traditionelle Tracht der Diakonissen zur Ausstellung im großen Veranstaltungssaal der Einrichtung gehört.



Volles Haus im Altenzentrum am Schwesternpark / Feierabendhäuser – Die Eröffnung der Fotoausstellung zum 100jährigen Bestehen der Einrichtung verfolgten deutlich mehr Interessenten als erwartet.

Während anfangs ausschließlich Diakonissen hier ihren Ruhestand verlebten, zogen ab den 1980er Jahren auch ältere Menschen aus Witten und Umgebung ins Feierabendhaus. Ende der 1990er Jahre öffnete sich die Einrichtung noch weiter für die Wittener Bevölkerung: 1999 erfolgte die Grundsteinlegung für ein neues Feierabendhaus, das 2001 eingeweiht wurde. 2009 wurde es erneut erweitert. 2020 wurde ein weiterer Neubau mit barrierefreien Wohnungen fertiggestellt. Heute stehen im Quartier der Feierabendhäuser 111 Plätze in der stationären Pflege, 24 Kurzzeit- und 12 Tagespflegeplätze sowie mehr als 100 seniorengerechte Wohnungen für das Service-Wohnen zur Verfügung.

Eindrucksvolle Fotos aus den letzten 100 Jahren sowie Exponate aus dem Museum des Diakoniewerks Ruhr Witten lassen diese Geschichte lebendig werden. Die Ausstellung zeigt auch, dass sich die Feierabendhäuser seit vielen Jahren als Ort

der Kultur etabliert haben. Mit Theater, Musik, Ausstellungen und Lesungen sind sie Teil des gesellschaftlichen Lebens, offen für Austausch und Begegnung. Viele Veranstaltungen richten sich nicht nur an Bewohnerinnen und Bewohner sowie Mieterinnen und Mieter, sondern an ein breites Publikum. „Kunst und Kultur können einen wichtigen Beitrag für aktives Altern leisten“, erklärt Andreas Vincke. „Über die emotionale Ebene können auch Menschen mit Demenz daran teilhaben.“

Ein einzigartiges Netzwerk besteht mit den übrigen Einrichtungen auf dem Gelände am Schwesternpark. Mit dem Ev. Krankenhaus Witten tauschen sich die Feierabendhäuser im Bereich der Altersmedizin aus und arbeiten darüber hinaus beim Aufnahme- und Entlassmanagement eng zusammen. Der Ambulante Hospizdienst hilft bei der Betreuung schwer kranker und sterbender Bewohnerinnen und Bewohner. Im Bereich Ausbildung kooperieren

die Feierabendhäuser eng mit den beiden Pflegeschulen auf dem Gelände.

Damit nimmt der Wittener Campus seit vielen Jahren eine Vorreiterrolle ein im Evangelischen Verbund Ruhr, der 2024 im Evangelischen Verbund Augusta Ruhr (EVA Ruhr) aufgegangen ist. Der Zusammenschluss aus Diakonie Ruhr, Ev. Krankenhausgemeinschaft Herne I Castrop-Rauxel, Ev. Stiftung Augusta und Diakoniewerk Gelsenkirchen und Wattenscheid ist einer der größten evangelischen Kompetenzverbünde in Deutschland und einer der größten Arbeitgeber in der Region mit knapp 10.000 Beschäftigten und einem Jahresumsatz von über 700 Millionen Euro. Er verbindet die Bereiche Gesundheits- und Sozialwirtschaft, die in abgestimmter Weise zusammenarbeiten. Der Zusammenschluss bietet die Gelegenheit, Leistungsangebote sinnvoll miteinander zu verzahnen und für die Menschen in der Region auszubauen.



Das Altenzentrum am Schwesternpark / Feierabendhäuser aus der Vogelperspektive. (Archivbild)

Nachgefragt:

Was bedeutet „Feierabendhäuser“?

Diakonissen haben einen Teil der Wittener Geschichte mitgeschrieben. Und mit ihnen in Verbindung gebracht wird auch der Begriff „Feierabendhäuser“. Aber wo kommt die Bezeichnung her?

Einrichtungsleiter Andreas Vincke erläutert dies in seiner gleichermaßen kurzweiligen wie informativen Rede anlässlich der Ausstellungseröffnung zum 100jährigen Bestehen der Diakonie-Einrichtung mit dem Doppelnamen Altenzentrum am Schwesternpark / Feierabendhäuser. Er sagte: „Mit dem Namen Feierabendhaus wurde damals ganz bewusst ein Begriff gewählt, der die Würde und den Wert der Diakonissenarbeit sichtbar macht: Denn Diakonissen gehen nicht einfach in den Ruhestand – sie gehen in den Feierabend.“

Im Jahr 1958 wurde das Feierabendhaus 2 ein erstes Altenheim eröffnet und kam den Anforderungen nach, das hier auch vermehrt Diakonissen lebten, die Pflegebedürftig waren. Die Zimmer waren von der Ausstattung mindestens 20 Jahre ihrer Zeit voraus. Ausgestattet mit einer kleinen Küche und nur Einzelzimmer mit Dusche. „Altenheim mit Einzelzimmer – „Da haben zum Teil heute noch Altenheime Probleme mit, dies zu realisieren. Und hier war das damals schon Standard.“

Die Einrichtung hat nie aufgehört, sich weiterzuentwickeln. Wie es sich heute darstellt, erklärte Andreas Vincke so: „Heute, im Jahr 2025, sind die Feierabendhäuser ein moder-



Einrichtungsleiter Andreas Vincke bei der Eröffnung der Jubiläums-Fotoausstellung. Flankiert wird er dabei von Frauke Gorontzi, Oberin im Diakoniewerk Ruhr Witten.

nes Quartier mit einem breiten Angebot: Service Wohnen, Tagespflege, Kurzzeit- und Vollzeitpflege – vernetzt, durchdacht und individuell auf die Bedürfnisse der Menschen abgestimmt.

Zudem haben wir uns als Ausbildungsort etabliert – in der Pflege, der Betreuung und darüber hinaus. Damit knüpfen wir an die Ursprünge der Diakonissenbewegung an, die von Anfang an Bildung und Qualifikati-

on großgeschrieben hat. Heute haben wir mit Mandy Heßelink und Marvin Goldau zwei Mitarbeitende, die sich ausschließlich um das Thema Ausbildung kümmern.

Und nicht zuletzt sind wir seit vielen Jahren ein Ort der Kultur: mit Theater, Musik, Ausstellungen und Lesungen – ein lebendiger Teil des gesellschaftlichen Lebens, offen für Austausch und Begegnung.“

Die Ausstellung „100 Jahre –

100 Fotos“ erzählt die Geschichte des Altenheims am Schwesternpark / Feierabendhäuser in eindrucksvollen Bildern – von damals bis heute. Jede Fotografie ist ein Ausschnitt aus der Zeit, ein stiller Zeitzeuge. Gemeinsam mit den historischen Objekten aus dem Mutterhaus entstand ein lebendiges Mosaik aus Erinnerungen, aus Momenten des Alltags, der Pflege, des Gebets, der Gemeinschaft und der Kultur.

Stadtwerke Witten eröffneten die Freibadsaison

Das Wittener Freibad hat im Mai seine Pforten geöffnet. Die Stadtwerke Witten als Betreiber nutzen diesen Anlass immer, um auf Neuerungen, Veränderungen und spezielle Programmpunkte im Zusammenhang mit dem Freibad bekanntzugeben. So auch in diesem Jahr, als vor dem offiziellen Eröffnungstermin eine wahrhaft zünftige Eröffnung stattfand: Wittens Bürgermeister Lars König und Stadtwerke-Chef Andreas Schumski eröffneten die Saison zusammen mit einem ebenso gemeinsamen wie waghalsigen Sprung vom Drei-Meter-Turm ins auf rund 24 Grad aufgeheizte Freibadwasser.

Auf dem Programm stehen viele Veranstaltungen für Groß und Klein. Zudem haben die Stadtwerke auf die Wünsche der Badegäste gehört und einige Neuerungen für die Saison 2025 in petto. Die Punkte im Einzelnen:

Schnellzugang & Ruhrtopcard

– Wer eine Geldwertkarte der Stadtwerke oder ein Online-Ticket im Webshop (webshop.stadtwerke-witten.de) gebucht hat, kommt von nun an auf der Überholspur ins Freibad: Neben der Tageskasse können diese eingescannt werden und die Besuchenden gelangen durch ein Drehkreuz ins Bad – ganz ohne Warterei vor der Kasse. In diesem Jahr ist das Freibad zudem Akzeptanzstelle der Ruhrtopcard. Jeder Gast kann mit seiner Ruhrtopkarte das Freibad einmal kostenfrei besuchen. Der Zutritt ist an der Kasse oder direkt mit der Ruhrtopcard über das Drehkreuz möglich. Ein Ticketkauf über den Webshop ist in diesem Fall nicht möglich/nötig.

Raucherzonen & Heizanlage

– Des Weiteren haben die Stadtwerke im Freibad Raucherzonen eingerichtet. Dieser erhöhen die Familienfreundlichkeit der Liegewiesen und beugen der Brandgefahr aufgrund trockener Sommertage vor.

Ob heiße Sommertage oder kühlere Brise: Das Wasser in den Becken an der Herdecker Straße wird selbstverständlich auf angenehme Temperaturen geheizt. Dafür sorgt die neue Heizungsanlage, welche über die Winterpause installiert wurde. Über ein Blockheizkraftwerk und eine Photovoltaikanlage wird die benötigte Energie direkt vor Ort produziert. Dabei haben die Stadtwerke natürlich auf eine sehr gute Energieeffizienz Wert gelegt.

Veranstaltungen im Freibad: Neues Hüpfburgfest & Open-Air-Kino

– In diesem Jahr kann erstmals nicht nur in familiärer Atmosphäre gebadet, sondern auch gehüpft werden: Vom 10. Juli bis 10. August 2025 veranstaltet die Firma SnL Events auf der oberen Wiese hinter dem Kinderspielplatz „Captain Hops“ Hüpfburgenwelt“ mit unter anderem 10 Hüpfburgen wie Piraten-, Unterwasser- und Dschungelwelt, Kleinkindbereich, einer Schatzsuche und vielem mehr. Rund 580 Quadratmeter reine Hüpffläche stehen dabei zur Verfügung. Der Eintritt kann einzeln oder als Kombiticket mit einem Freibadbesuch erfolgen. Für Snacks und Getränke ist ebenfalls gesorgt. Mehr Infos unter www.huepfen-in-witten.de.

Im Anschluss startet dann das beliebte Open-Air-Kino im Freibad in die vierte Runde. Drei Wochen lang (21. August bis 7. September 2025) flimmern dann ab 16 Uhr Kinderfilme und ab 19 Uhr Klassiker und Blockbuster für Erwachsene über die große Leinwand. Das Programm wird zu einem späteren Zeitpunkt bekannt gegeben.

Poolparty & Hundeschwimmen

– Zum Ferienabschluss steigt zudem am 24. August 2025 wieder eine große Poolparty im Nichtschwimmerbecken mit Animation, einem Kletterparcours und vielem mehr.

Die Freibadsaison endet voraussichtlich Mitte September. Im Anschluss dürfen dann endlich wieder die Hunde ran, der genaue Termin wird noch bekannt gegeben: Am 21. September 2025 können die Vierbeiner dann das erfrischende Nass an der Herdecker Straße beim Hundeschwimmen in vollen Zügen genießen, bevor es in die Winterpause geht.

Chronik der kühnen Freibaderöffnung



Bürgermeister Lars König (links) und Stadtwerke-Chef Andreas Schumski setzen zum Sprung vom Drei-Meter-Turm an...



...Sekundenbruchteile später sind beide in der Luft. Während Lars König den klassischen Körper wählt, bevorzugt Andreas Schumski die aufrechte Hüpfhaltung...



Mit unnachahmlicher Eleganz taucht Lars König in die Fluten ein, während Andreas Schumski armerudernderweise deutlich länger in der Luft bleibt, um dann – sanft wie eine Feder – hinabzugleiten.



WAS(S)ERLEBEN IM FREIBAD ANNEN!

Wir sorgen für Erfrischung.

Ob Wasserspaß, Familienzeit oder Entspannen auf unserer Liegewiese:

Unser Freibad bietet mit seinen Spiel- und Grünflächen sowie den großzügigen Wasserbereichen einen tollen Ort für eine Auszeit vom Alltag für Jung und Alt. Wir freuen uns, Sie wieder zu begrüßen und wünschen Ihnen viel Spaß!

Übrigens: Unsere Bäder werden mit 100 % Ökostrom und Ökogas betrieben. **Natürlich.**

Veranstaltungen im JUNI

Führung durch die Urologische Ambulanz

Prof. Dr. Andreas Wiedemann

05. Juni 2025 | 17 Uhr

Medizin konkret: Schlafapnoesyndrom

Christoph Brüggelolte und Kerstin Freyhoff

25. Juni 2025 | 17 Uhr

Mehr Infos unter
www.evk-witten.de



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27

58455 Witten

02302.175-0