



# BLUTUNGEN

**Neuer Chefarzt  
für die  
Innere am  
Marien Hospital**

Seite 20

**Expertin gibt  
Tips zum  
Schutz  
der Nieren**

Seite 29

**Adipositas –  
Möglichkeiten  
moderner  
Behandlungen**

Seite 27



# Verdauungsprobleme?



Liegt das Essen wie ein Stein im Magen? Wer unter anhaltender Verstopfung leidet, sollte einen Arzt aufsuchen – es können auch ernstere Erkrankungen dahinterstecken.

Das erfahrene Team der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie des Marien Hospital Witten steht Patienten mit einem breiten Spektrum an Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts jederzeit zur Seite. Gemeinsam wird die passende Behandlung gefunden.

Marien Hospital Witten  
Klinik für Innere Medizin,  
Gastroenterologie, Pneumologie  
Marienplatz 2 | 58452 Witten

Fon 0 23 02 - 173 - 13 71  
Fax 0 23 02 - 173 - 13 19  
innere-medizin@marien-hospital-witten.de  
www.marien-hospital-witten.de



## Blutungen: Wenn Sekunden zählen – Zeit für bessere Prävention und Versorgung

Blutungen zählen zu den häufigsten und lebensbedrohlichsten Notfällen in der Medizin – sei es nach Unfällen, Operationen oder bei chronischen Erkrankungen mit Blutungsneigung. Jede Minute Verzögerung kann fatale Folgen haben: In Deutschland sterben jährlich Tausende an Schocks durch Blutverlust, und die Dunkelziffer versteckter Blutungen ist alarmierend hoch. Trotzdem fehlt es an einer kohärenten gesundheitspolitischen Strategie, die Prävention und schnelle Intervention priorisiert. Es ist höchste Zeit, dass Politik und Gesundheitssystem handeln.

Die Zahlen sprechen eine klare Sprache. Circa 20 % der tödlichen Unfälle sind durch Blutungen verursacht.

In der Notfallmedizin sinkt die Überlebenschance bei unkontrollierten Blutungen exponentiell – nach 30 Minuten ohne Intervention liegt sie bei nur noch etwa 50 Prozent. Statistisch besonders betroffen sind junge Männer durch Verkehrsunfälle sowie ältere Menschen, die durch notwendige Medikamente gegen Herzrhythmusstörungen zur Senkung von Schlaganfallrisiken künstlich zu Blutern werden.

Unter anderem hat die Corona-Pandemie das Problem verschärft: Wartezeiten in Kliniken sind gestiegen, und der Zugang zu Gerinnungsfaktoren ist vor allem in ländlichen Regionen prekär. Auch müssten die Bereitschaft zur Organspende und Blutspende in der Bevölkerung deutlich steigen.

Leider mangelt es an flächendeckender Schulung: Während Skandinaviern verpflichtende Erste-Hilfe-Kurse mit Fokus auf Blutstillung (z. B. Tourniquets) für Autofahrer einführt, ist die Information über den Umgang mit Blutungen in deutschen Laienbefragungen bestenfalls rudimentär.

Hinzu kommt eine fehlende einheitliche Versorgungsstruktur: Zentrale Traumazentren sind überlastet, periphere Kliniken oft nicht mit modernen Gerinnungsdiagnostika ausgestattet.

Drittens ignoriert die Politik Prävention – bessere Screening-Programme für Gerinnungsstörungen könnten Tausende Leben retten.

Die Politik sollte jetzt agieren. Ein nationales „Blutungspräventionsprogramm“ sollte Schulungen in Schulen und Betrieben verankern, Tourniquets in jedem Auto und Rettungswagen standardisieren und Telemedizin für schnelle Gerinnungskontrollen ausbauen. Finanziert durch eine Umverteilung im GKV-Budget würden sich nur 1 Prozent der Ausgaben für Notfallprävention mehrmals rentieren.

Die Kosten eines hämorrhagischen Schlaganfalls belaufen sich allein auf mindestens 10.000 Euro und übersteigen bei Weitem Investitionen in Vorbeugung.

Genauso wie die Einführung einer Zuckersteuer oder die geforderte „Mobile Retter“-App, die Helfer in der Nähe eines Notfalls koordiniert, erfordern solche Maßnahmen dringende politische Entscheidungen.

Blutungen sind das Thema dieser Ausgabe von Witten transparent. Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

Ihr



**Dr. Kurt-Martin Schmelzer**

*PS: Zum Nachdenken: Zum Gedenktag der nuklearen Katastrophen von Tschernobyl und Fukushima warnte die Deutsche Sektion der IPPNW (Internationale Ärzte gegen den Atomkrieg), dass staatliche Investitionen in die militärische Abwehrkraft und medizinische Versorgung von Angehörigen der Bundeswehr nicht zu Lasten der medizinischen Versorgung der Zivilbevölkerung im Kriegsfall gehen dürfen. Auch hier erwarten wir von der Politik kritischen Sachverstand.*



**Der Verdauungstrakt** besteht aus mehreren Abschnitten – Blutungen können grundsätzlich in jedem Bereich davon auftreten.

Bild: ag visuell – stock.adobe.com

## Blutung im Verdauungstrakt: ein Warnsignal, das ernst genommen werden sollte

**Blutungen im Verdauungssystem gehören zu den häufigsten akuten Problemen in der Gastroenterologie. Viele Menschen erschrecken verständlicherweise, wenn sie Blut im Stuhl bemerken oder Blut erbrechen. Tatsächlich können solche Symptome ein medizinischer Notfall sein. Gleichzeitig ist die Prognose heute deutlich besser als früher, denn moderne diagnostische Verfahren und endoskopische Behandlungsmöglichkeiten erlauben es in den meisten Fällen, die Ursache rasch zu erkennen und gezielt zu behandeln.**

Der Verdauungstrakt umfasst mehrere Abschnitte – von der Speiseröhre über Magen und Dünndarm bis hin zum Dickdarm und dem After. Blutungen können grundsätzlich in jedem dieser Bereiche auftreten. Deshalb wird zwischen Blutungen des oberen Verdauungstrakts (Speiseröhre, Magen und Zwölffingerdarm) und solchen des unteren Verdauungstrakts (Dünndarm, Dickdarm und Enddarm) unterschieden.

Eine der häufigsten Ursachen im oberen Verdauungstrakt sind Magengeschwüre oder Zwölffingerdarmgeschwüre, sogenannte gastroduodenale Ulzera. Ebenfalls eine wichtige Rolle spielen Krampfadern der Speiseröhre oder des Magens (Varizen), die häufig bei fortgeschrittenen Lebererkrankungen entstehen. Deutlich seltener können kleine Schleimhautrisse im Übergangsbereich zwischen Speiseröhre und Magen auftreten,

etwa nach heftigem Erbrechen.

Im unteren Verdauungstrakt sieht das Bild etwas anders aus: Hier werden Blutungen insbesondere bei älteren Menschen häufiger beobachtet. Eine häufige Ursache sind Divertikel, kleine Ausstülpungen der Darmwand, die vor allem im Dickdarm vorkommen. Auch Gefäßveränderungen der Darmschleimhaut, Polypen, Tumoren

oder Hämorrhoiden können Blutungen verursachen. Zudem spielt die Einnahme bestimmter Schmerzmittel, vor allem aus der Gruppe der sog. NSAR (Nicht-steroidale Antirheumatika), eine Rolle, da sie die Schleimhaut des Verdauungstraktes empfindlicher machen können.

In seltenen Fällen liegt die Blutungsquelle im Dünndarm, also im Abschnitt zwischen Magen

und Dickdarm. Solche Blutungen sind vergleichsweise selten und können beispielsweise bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn, bei Gefäßveränderungen oder bei Polypen auftreten.

### Woran erkennt man eine Magen-Darm-Blutung?

Die Beschwerden können sehr unterschiedlich sein. Manchmal fallen sie sofort auf, in anderen Fällen werden sie erst im Rahmen einer Untersuchung entdeckt. Typische Warnzeichen sind schwarz gefärbter, teerartiger Stuhl, der auf eine Blutung im oberen Verdauungstrakt hinweisen kann. Frisches rotes Blut im Stuhl spricht dagegen eher für eine Blutungsquelle im unteren Darm. Auch blutiges oder dunkelbraunes, kaffeesatzartiges Erbrechen kann ein Hinweis auf eine Blutung im Magen oder in der Speiseröhre sein. Begleitend können Schwindel, Schwäche, Blässe oder Kreislaufprobleme auftreten, insbesondere bei stärkerem Blutverlust. In manchen Fällen entwickelt sich auch eine Blutarmut, die sich durch Müdigkeit, Atembeschwerden und Leistungsabfall bemerkbar macht. Grundsätzlich gilt: Bei Blut im Stuhl oder im Erbrochenen sollte immer ein Arzt aufgesucht werden.

### Wie wird die Ursache von Blutungen festgestellt?

Der Arztbesuch beginnt in der Regel mit einem ausführlichen Gespräch über die Beschwerden, Vorerkrankungen und eingenommene Medikamente sowie mit einer körperlichen Untersuchung und Laboranalysen. In vielen Fällen folgt an-

schließend eine endoskopische Untersuchung, also eine Spiegelung des Verdauungstrakts mit einer dünnen Kamera. So kann die Schleimhaut direkt betrachtet und die Blutungsquelle genau lokalisiert werden.

Je nach Situation kann die Diagnostik durch weitere moderne Verfahren ergänzt werden. Dazu gehört beispielsweise die Kapselendoskopie, bei der eine kleine Kamerakapsel geschluckt wird und während ihres Weges durch den Darm Bilder aufzeichnet. Auch spezielle Computertomografie (CT)- oder Magnetresonanztomographie (MRT)-Untersuchungen können helfen, die Ursache einer Blutung genauer einzugrenzen. Wenn die Blutungsquelle im Dünndarm vermutet wird, ist zudem eine Dünndarmspiegelung mit speziellen Endoskopsystemen möglich, mit der auch tiefer gelegene Abschnitte des Darms untersucht werden können.

### Moderne Behandlungsmöglichkeiten

Ein großer Vorteil der modernen Endoskopie ist, dass sie nicht nur der Diagnose dient, sondern häufig gleichzeitig eine Behandlung ermöglicht. Blutende Gefäße können beispielsweise mit kleinen Clips verschlossen, durch gezielte Injektionen gestillt oder durch kontrollierte Hitzeinwirkung versiegelt werden. Mit solchen minimal-invasiven Methoden lassen sich heute die meisten Blutungen direkt während der Untersuchung stoppen, ohne dass eine Operation notwendig ist.

In vielen Fällen kommt es sogar innerhalb kurzer Zeit spontan zum Stillstand der Blutung.

Wenn dies nicht geschieht, steht die endoskopische Therapie im Mittelpunkt der Behandlung. Erst wenn diese Maßnahmen nicht ausreichen oder die Blutung erneut auftritt, kommen zusätzliche Verfahren zum Einsatz, etwa radiologische Behandlungsverfahren, bei denen Diagnose und Therapie verbunden werden (radiologische Interventionen) oder in seltenen Fällen eine Operation.

Ergänzend zur endoskopischen Behandlung spielt in vielen Fällen auch eine medikamentöse Therapie eine wichtige Rolle. Je nach Ursache der Blutung kommen beispielsweise Medikamente zum Einsatz, die die Magensäureproduktion reduzieren, Entzündungen im Darm behandeln oder den Druck im Gefäßsystem der Leber senken. Diese begleitende Therapie trägt wesentlich dazu bei, die Heilung zu unterstützen und das Risiko erneuter Blutungen zu verringern.

### Vorsorge und Früherkennung

Nicht alle Blutungen lassen sich verhindern. Dennoch kann jeder selbst dazu beitragen, das Risiko zu reduzieren. Schmerzmittel sollten möglichst nur nach ärztlicher Empfehlung eingenommen werden, insbesondere wenn sie regelmäßig benötigt werden. Wichtig sind außerdem regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen, vor allem die Darmkrebsvorsorge.

Bei der Darmspiegelung können Polypen frühzeitig entdeckt und entfernt werden, bevor sie Beschwerden oder Blutungen verursachen. Auch anhaltende Magenbeschwerden sollten frühzeitig mit einem Arzt besprochen werden. Ein bewuss-

ter Umgang mit Alkohol und Nikotin sowie die konsequente Behandlung chronischer Erkrankungen tragen ebenfalls dazu bei, das Risiko zu senken.

### Gute Behandlungschancen dank moderner Medizin

Die Gastroenterologie hat in den vergangenen Jahren große Fortschritte gemacht. Heute können die meisten Blutungen im Verdauungstrakt mit schonenden endoskopischen Verfahren erfolgreich behandelt werden, ohne dass eine größere Operation erforderlich ist.

Entscheidend ist jedoch, Warnzeichen ernst zu nehmen und frühzeitig medizinische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Denn wie so oft in der Medizin gilt: Je früher eine Ursache erkannt wird, desto besser sind die Behandlungsmöglichkeiten.



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

## WITTEN transparent

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

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

**Experten dieser Ausgabe:** Dr. Kurt-Martin Schmelzer  
Obai Abdelkader Abed Abu Hassan  
Prof. Dr. Andreas Wiedemann  
Fanar Othmann  
Prof. Dr. Mario Iasevoli  
Prof. Dr. Sven Schiermeier  
Dr. Klaus-Peter Tillmann



## Impressum

**Anzeigen:** Verlag Olaf Gellisch (verantwortlich)

**Satz und Gestaltung:** Verlag Olaf Gellisch

**Druck:** Schürmann und Klagges  
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. Dies ist nicht dispektierlich gemeint, sondern soll der bessern Lesbarkeit dienen. Den Autoren bleibt es überlassen, wie sie dies handhaben mögen.

**Blut im Urin:****Rot** heißt reden

**Blut im Urin ist für jeden sichtbar und bedarf keiner Interpretation. Es ist ein Alarmsignal, das abgeklärt werden muss. Vielleicht ist es der Umstand, dass gerade die Blutverfärbung des Urins, die nicht schmerzhaft ist, die gefährliche ist.**

„Was nicht weh tut, ist nicht krankhaft“ gilt hier nicht. Es ist kein „Äderchen geplatzt“ und auch kein Farbstoff aus der Ernährung („Rote Beete“), der so etwas macht. Jede Blutung aus den Harnwegen ist so lange tumorverdächtig, bis das Gegenteil bewiesen ist. Diese Lehrbuchweisheit gilt auch heute noch – besonders auch bei Patienten unter Blutverdünnern. 10 % der über 70jährigen bekommen eine besondere Form der Herzrhythmusstörung, die mit Blutverdünnern wie Marcumar oder Eliquis behandelt werden. Davon geht das sog. Vorhofflimmern nicht weg, aber die Bildung von Blutgerinnseln mit nachfolgendem Schlaganfall wird verhindert.

Leider führen die Blutverdünner nicht nur im Verletzungsfall mit dem Brotmesser zu Blutungen. Auch Nasenbluten, Magenbluten oder auch Blut im Urin können die Folge sein. Blutverdünner führen dazu, dass Veränderungen der Blase oder der Prostata früher und intensiver bluten, ein gesunder Harntrakt tut das nicht. Solche Veränderungen können z. B. Blasen-tumore (s. Abb.), Blasensteine (s. Abb.) oder auch sog. „Prostatavarizen“ – krankhafte Blutgefäße auf der Prostata (s. Abb.) – sein.

Aber muss jede Blutung mit dem Urin abgeklärt werden? Oder kann man (auch als Hausarzt) erst einmal abwarten? Welche Rolle spielen Blutverdünner und Bakterien oder ein einliegender Katheter? Prof. Wiedemann und eine Doktorandin gingen dieser Frage nach. Über 100 Patienten wurden verfolgt, die über 80jährig und „multimorbid“, also mit vielen Krankheiten in die Urologie am EvK Witten

eingeliefert wurden. Abklären oder „beide Augen zudrücken“ nach dem Motto – „es wird schon der Blutverdünner oder der Katheter sein“?

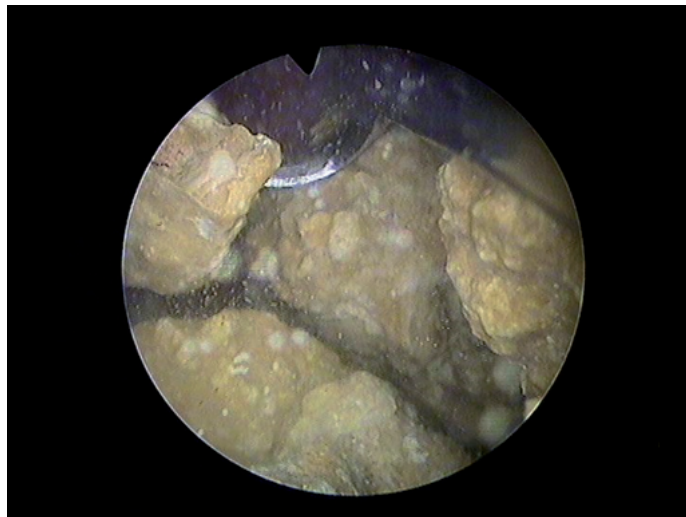
In der Urologie des Diakonissenhauses wurden alle diese Patienten untersucht. Der Ultraschall, das Röntgen, die Blasenspiegelung zeigte bei jedem Patienten eine krankhafte Ursache. Am häufigsten waren (chronische) Blasenentzündungen, bei jedem 4. Patient wurde ein Tumor der Blase, des Harnleiters oder der Prostata gefunden. Es war keine Häufung von Blutungen bei den Patienten mit oder ohne Blutverdünner mit oder ohne Katheter zu sehen. Das Fazit dieser wissenschaftlichen Untersuchung: Man kann eine Blutung mit dem Urin nicht einfach auf harmlose Ursachen schieben und sollte diese abklären – es sei denn, der Patient ist „moribund“ – also mit unmittelbar bevorstehendem Tod.

Umso mehr gilt für gesunde Patienten: Rot heißt reden...

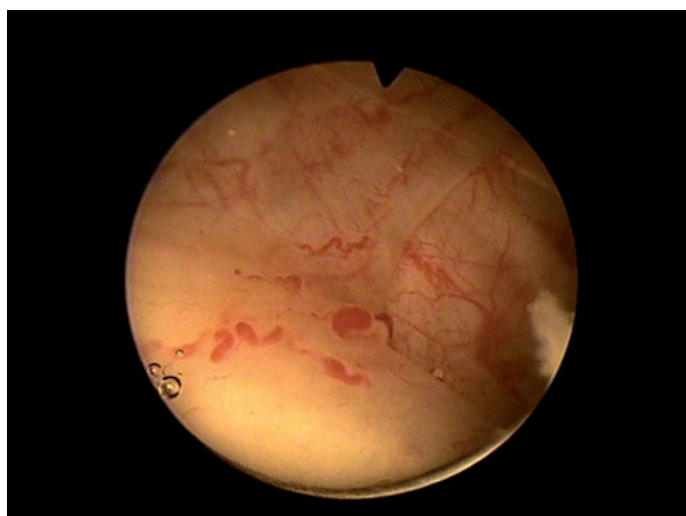


**Prof. Dr. Andreas Wiedemann**  
Chefarzt Klinik für Urologie  
EvK Witten

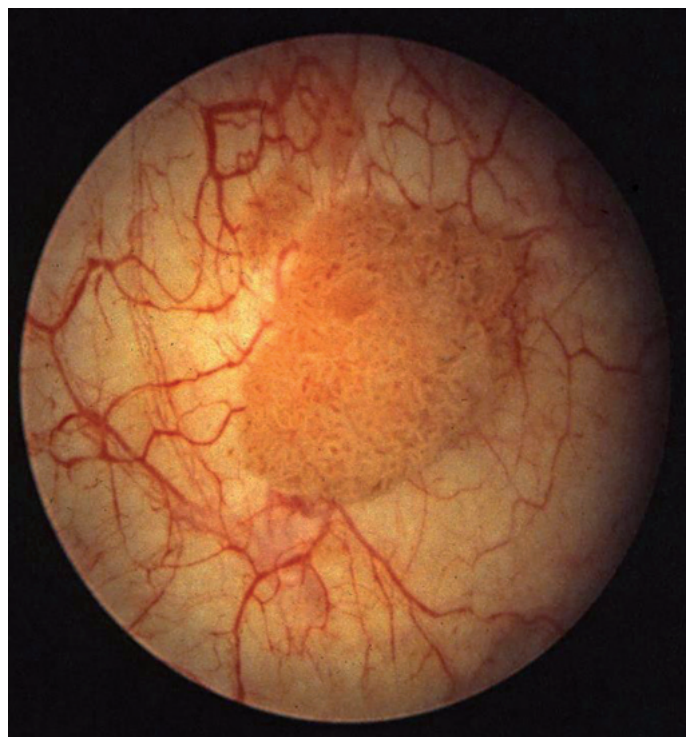
1. Vorsitzender der Deutschen Kontinenz Gesellschaft e. V.,  
Facharzt für Urologie, Andrologie,  
spezielle Chirurgie und  
medikamentöse Tumorthherapie



**Abb. Blasensteine:** Massive Blasensteine (hier schon mit einem zangenartigen Instrument teilweise zerknackt)



**Abb. Prostatavarizen:** „krampfaderartige“, geschlängelte und erweiterte Schleimhautgefäße auf der Prostata



**Abb. Blasentumor:** „Seeanemonenartiges“ Gewächs auf gesunder Schleimhaut – ein vermutlich bösartiger Blasentumor

# Bluthusten – ein Symptom, viele mögliche Ursachen



Foto: Thitiporn – stock.adobe.com

**Bluthusten, medizinisch auch als Hämoptyse bekannt, ist das Husten von Blut aus den Atemwegen. Bei größeren Mengen spricht man von Hämoptoe. Dies ist ein ernstes Symptom, das in vielen Fällen auf eine zugrunde liegende Erkrankung hinweist und eine sofortige ärztliche Untersuchung erfordert.**

## **Infektionen der Atemwege**

Bluthusten ist ein häufiges Symptom bei viraler oder bakterieller Bronchitis und Lungenentzündung. Besonders bei Menschen, die Blutverdünner einnehmen oder eine Gerinnungsstörung haben, können Infektionen der Atemwege zu Bluthusten führen. Auch die Tuberkulose, eine bakterielle Infektion der Lunge, ist eine mögliche Ursache. Typischerweise geht sie auch mit Symptomen wie Nachtschweiß, Gewichtsverlust und anhaltendem Husten einher.

## **Tumore der Lunge**

Sowohl gutartige als auch bösartige Tumore können Bluthusten verursachen. Dies ist ein ernstzunehmendes Symptom, das abgeklärt werden muss. Besonders, wenn es von anderen Symptomen wie Husten mit Auswurf, Atemnot oder Brustschmerzen begleitet wird.

## **Bronchiektasen**

Bei Bronchiektasen handelt es sich um eine chronische Erweiterung der Atemwege, die durch

wiederkehrende Infektionen oder andere Ursachen auftreten kann. Dies führt häufig auch zu Schleimansammlungen und Schwierigkeiten, diese abzu husten.

## **Lungenembolie**

Eine Lungenembolie tritt auf, wenn ein Blutgerinnsel die Lungengefäße blockiert. Diese Erkrankung kann zu einer akuten Atemnot und auch zu Bluthusten führen.

## **Gefäßfehlbildungen und seltene Ursachen**

Auch Gefäßfehlbildungen in der Lunge oder seltene Erkrankungen wie Herzklappenfehler oder Autoimmunerkrankungen der Lunge können Bluthusten verursachen.

## **Bluthusten ärztlich abklären**

Die ärztliche Abklärung bei Bluthusten beginnt in der Regel mit einer Anamnese (Befragung des Patienten) und einer körperlichen Untersuchung, um sicherzustellen, dass das Blut nicht aus dem Nasen- oder Rachenbereich stammt oder aus dem

Magen aufgestoßen wurde. Auch der Ursache der Blutung wird auf den Grund gegangen. Mögliche Untersuchungen sind:

- Blutuntersuchungen: Sie helfen, mögliche Infektionen, Entzündungen oder Gerinnungsstörungen zu erkennen.

- Radiologische Diagnostik: Eine Röntgenaufnahme der Lunge oder eine CT-Untersuchung des Brustkorbs (Thorax-CT) hilft, Tumore, Infektionen oder andere Veränderungen in der Lunge zu erkennen.

- Spiegelung der Atemwege (Bronchoskopie): Oft wird eine Bronchoskopie – in der Regel unter einer Sedierung (ähnlich wie bei der Magenspiegelung) – durchgeführt, um die Atemwege direkt zu untersuchen. So lässt sich die Blutungsquelle identifizieren und evtl. behandeln, zum Beispiel durch eine Verödung des blutenden Gefäßes.

## **Behandlung der Ursache**

Die Behandlung von Bluthusten richtet sich nach der zugrunde liegenden Ursache. Bei einer In-

fektion kann eine antibiotische oder antivirale Therapie durch Medikamente notwendig sein. Bei Bronchiektasen können Atem- und Physiotherapie und Medikamente zur Schleimlösung helfen. Bei Tumoren oder einer Lungenembolie sind meist spezielle therapeutische Maßnahmen erforderlich. Dazu kann auch eine Operation gehören.



**Fanar Othman**

Chefarzt

Klinik für Innere Medizin,

Gastroenterologie,

Pneumologie

Marien Hospital Witten

# Notfälle Magen- und Darmblutungen

**Ein häufiger Notfall: Das Erbrechen von Blut infolge von Magenblutungen; das Ausscheiden von Blut mit dem Stuhlgang infolge von Darmblutungen. Damit haben es Gastroenterologen häufig zu tun. „Das ist eines unserer Hauptthemen im Bereich der Notfälle“, sagt Prof. Dr. Mario Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Ev. Krankenhaus Witten. Mehrfach in der Woche werden Patienten mit diesen Beschwerden vorstellig. Und sie machen sich große Sorgen, denn derartige Blutungen lassen natürlich sofort an schlimme Dinge denken. Aber was hat es damit auf sich und wie kann ggf. die Medizin helfen? Prof. Dr. Iasevoli schildert, wie es zu diesen Blutungen kommen kann.**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Um dies verstehen zu können, muss man einmal betrachten, woraus der Magen-/Darmtrakt besteht und wie er funktioniert. Wie haben im Magen-/Darmtrakt vom Mund bis zum Analkanal eine Schleimhaut. Die Schleimhaut hat eine Schutzfunktion. Sie ist – bildlich gesprochen – der Übergang zwischen der Außen- und der Innenwelt des Körpers. Quasi auch die Grenze zwischen Nahrung und Körper bzw. Stuhlgang und Körper. Die Schleimhaut heißt so, da sie auch Schleim absondert, der dafür sorgt, dass der Verdauungstrakt geschmeidig und weich bleibt und dass dieser Bereich nicht austrocknet. Außerdem sorgt sie dafür, dass alles, was durch diesen Trakt von oben nach unten `durchgeschickt` wird, keine Schäden verursacht. Die Schutzfunktion der Schleimhaut wird auch von darunter angesiedelten Immunzellen unterstützt, die dafür sorgen, dass körperfremde und schädliche Stoffe nicht den Weg in den Körper finden. Sie ist also ein immunologischer Schutzschild. Der Aufbau und die Funktion der Schleimhaut erfordern einen zellulären Aufwand. Darum ist die Schleimhaut auch gut durchblutet, weitaus stärker, als manch andere Regionen des Körpers. Wo viel Blut ist, kann viel Blut austreten. Dies erklärt die beunruhigend wirkenden Blutmengen, die infolge von Schleimhautverletzungen im Magen-/Darmtrakt ausgeschieden werden.“

## Wie kann es zu Verletzungen der Schleimhaut im Magen-/Darmtrakt kommen?

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Das kann z. B. ein Defekt der Schleimhaut sein. Wenn es an irgendeiner Stelle zu Funktionsstörungen,

aus welchen Gründen auch immer, kommt, ist sie gefährdet. Das kann der Fall sein, wenn die Schutzfunktion infolge von mangelnder Schleimbildung mehr oder weniger ausfällt. An einer solchen Stelle kann die Schleimhaut trocken und damit anfällig werden. Auch der Darminhalt kann an solchen Stellen die Schleimhaut schädigen. Entzündungen und kleinere Verletzungen folgen – die sogenannten Erosionen. Dabei handelt es sich um oberflächliche Verletzungen. Die tieferen Verletzungen des Schleimhautgewebes nennt man Ulzerationen oder auch Geschwüre. Bei den Ulzerationen ist schon eine große Blutungsgefahr gegeben. Wenn es dazu kommt, ist die Blutung meist heftig. Wir müssen dann sehen, dass wir diese Blutung zum Stoppen bekommen. Manchmal hört die Blutung auch von selbst auf, wenn nicht zu große Adern betroffen sind. Aber wenn es nicht dieser eher günstige Fall ist, ist eben ärztliche Hilfe gefragt.“

## Ein Sonderfall des Magens

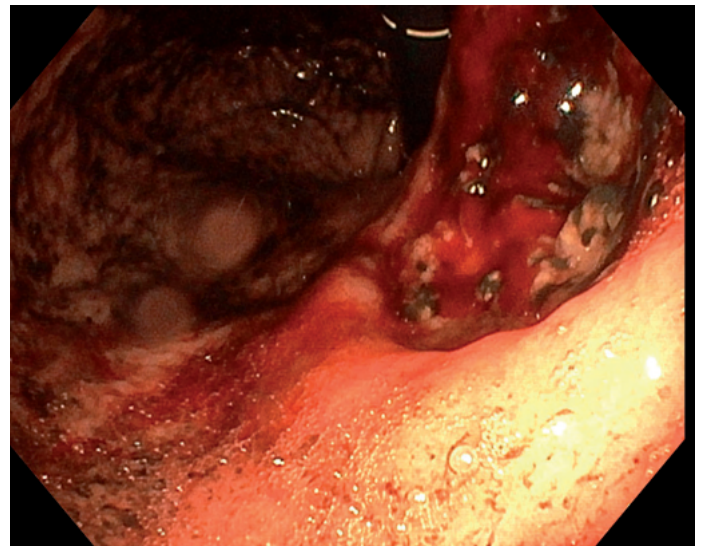
**Prof. Dr. Iasevoli:** „Im Magen kann ein besonders Bakterium ursächlich für die genannten Beschwerden infrage kommen: Der vielseitig bekannte Helicobacter. Diese Bakterien verbreiten Unheil im Magen. Sie sorgen mitunter dafür, dass die Schutzfunktion der Schleimhaut zu Erliegen gebracht wird und es infolgedessen zu Entzündungen kommt. Im weiteren Verlauf stehen auch hier Geschwüre und Blutungen an. Man muss aber auch erwähnen, dass es Menschen gibt, die Träger des Helicobacters sind, aber keinerlei Beschwerden haben. Das Hauptproblem ist wohl, dass der protektive Faktor der Schleimhaut nicht funktioniert

und somit genau das zulässt, was er verhindern soll.“

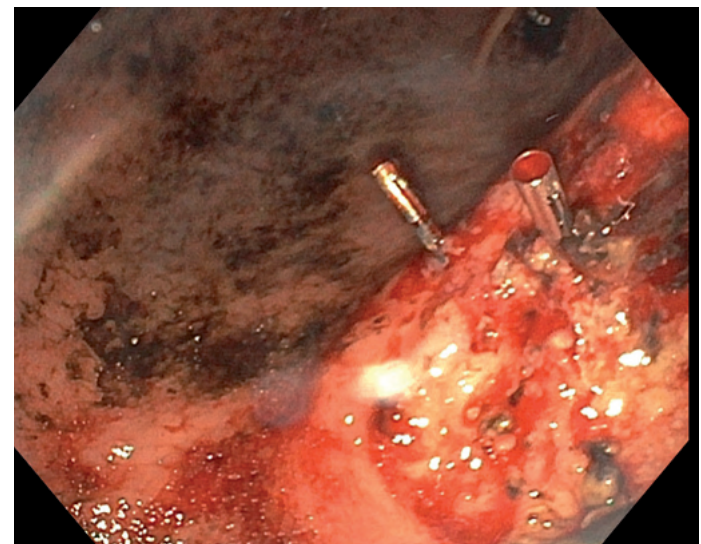
## Wie werden Blutungen im Magen-/Darmtrakt behandelt?

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Es ist zunächst die Frage, ob wir mit unseren endoskopischen Geräten an die Stelle der Blutung heranziehen können. Wir kommen ja

von oben mit unseren Geräten bis zum tiefen Zwölffingerdarm, um eine Blutstillung vorzunehmen. Über den analen Zugang kommen wir bis zum letzten Ende des Dünndarms. Dazwischen liegt ein Bereich, der ist nicht so gut zu erreichen. Da bedarf es aufwändiger Methoden.



**Beispiel für eine innere Blutung** – das Bild oben zeigt ein blutendes Magengeschwür. Das Bild unten zeigt dasselbe Magengeschwür, nachdem die Stelle, an der das Blut austrat, mit Metall-Clipsen verschlossen wurde. Diese Clips werden – nach Erfüllung ihrer Aufgabe – auf natürlichem Wege wieder ausgeschieden.



Wenn die Blutung in einem der Bereiche lokalisiert ist, die wir mit unseren endoskopischen Geräten erreichen können, so stehen uns verschiedene Methoden zur Blutstillung zur Verfügung. Eine Methode ist das sogenannte Clipping. Dabei wird die blutende Schleimhaut mit einem kleinen Metallclip verschlossen. Dieser wird nach wenigen Tagen, wenn er seine Aufgabe erfüllt hat, automatisch mit dem Stuhl wieder ausgeschieden. Eine andere Methode ist das Einspritzen von Stoffen in die Wunde, die wie eine Art Gewebe-Kleber funktionieren. Neuerdings gibt es auch ein Blutungs-Gel. Die Wirksamkeit ist, dass dieses Gel die Blutgerinnung anregt. Die Blutgerinnung verschließt dann die Blutung. Das Gel leistet dem Körper gewissermaßen Hilfe zur Selbsthilfe. Das ist eine tolle Methode. Sie ist ziemlich neu und als HighTec-Produkt auch entsprechend teuer.

Ein weiteres Blutstillungsprodukt hat mittelbar die 'Kriegsmedizin' entwickelt: Das sogenannte Hämospray. Es handelt sich um ein Pulver, dessen Wirkung mit der des Zements zu vergleichen ist. Das Pulver wird auf die blutende Wunde aufgebracht. Es vermischt sich mit dem Blut und bildet eine feste Masse, die die Wunde verschließt.

Es gibt also viele verschiedene Möglichkeiten zur Stillung dieser Wunden. Die o. g. Techniken funktionieren auch meist. Aber wenn einer der sehr seltenen Fälle eintritt, in denen wir mit den genannten Methoden nicht weiterkommen, muss der Chirurg eingreifen und mit

seinen Methoden die Blutung stillen.“

#### **Welche Symptome treten mit den Blutungen auf?**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Es kommt darauf an, an welcher Stelle im Magen-/Darmtrakt sich die Blutung befindet. Liegt sie oberhalb des Zwölffingerdarms, führt dies in der Regel zum Bluterbrechen. Das Blut vermischt sich dabei mit der Magensäure und verfärbt sich dunkel. Es sieht dann aus wie Kaffeesatz. Bei dem, was nicht erbrochen wird, geht es nach unten durch den Darm. Wenn es dort austritt, können wir anhand der Farbe Rückschlüsse auf die Lokalisierung der Blutung ziehen. Wenn es dunkel wie Teer ist, kommt das Blut meistens von oben, aus dem Magenbereich. Das Blut hat dann schon den Einfluss der Magensäure hinter sich und ist zudem infolge der Fermentation durch die Darmbakterien noch dunkler geworden. Ist die Blutung aber weit unten, z. B. im unteren Dickdarm, dann kann anal sogar direkt frisches Blut herauskommen.“

#### **Blut aus dem Darm – nicht wenige denken da zunächst an Darmkrebs.**

##### **Wie naheliegend ist dies?**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Darmkrebs ist sicherlich auch ein Grund, der zu Blutungen führen kann. Aber dazu muss man sagen: Die meisten Krebsblutungen sind okkult. Es handelt sich dabei um geringe Blutmengen, die chronisch austreten und zu meist nicht zu erkennen sind. Zur Abklärung werden hierbei beim Hausarzt die Stuhlunter-

suchungen durchgeführt, mittels derer abgeklärt wird, ob es diese geringen Blutungen gibt. Die stärkeren (und unübersehbaren) Blutungen, sind in der Regel eher entzündlicher Natur (z.B.: Geschwüre).“

#### **Ursachen für Geschwüre**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Geschwüre entstehen im Magen und auch im Darm in Deutschland hauptsächlich durch Medikamente. Und hierbei sind es wiederum hauptsächlich die Schmerzmedikamente wie Ibuprofen oder Diclofenac. Diese ganze Gruppe der nicht-steroidalen Antirheumatika begünstigt bei einigen Patienten – längst nicht bei allen – die Entstehung von Geschwüren. Man darf die Medikamente deswegen aber nicht verteufeln. Sie sind für uns sehr wichtig für die Therapie von Verschleiß- und rheumatischen Erkrankungen. Und die Zahl derer, die nach Einnahme über Blutungen klagen, ist sehr gering.“

#### **Weitere Ursachen für Blutungen im Magen-/Darmtrakt**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Durchblutungsstörungen sind gerade bei älteren Menschen ein Auslöser für die genannten Beschwerden. Arteriosklerose kann dies bedingen, neben den anderen Gefährdungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall. Da kann also auch der Verdauungsbereich in Mitleidenschaft gezogen werden.

Hinzu kommen gut- und bösartige Raumforderungen im Magen und Darm, wie z. B. Polypen. Auch die können bluten, wenn auch in der Regel nicht so stark.

Die Colitis Ulcerosa, eine Autoimmunentzündung des Dickdarms, ist ebenfalls mit Blutungen verbunden, da die Autoimmunreaktion die Schleimhaut schädigt. Dann gibt es noch die etwas anders gearteten Blutungen wie z. B. die, die ihre Ursache in den Krampfadern der Speiseröhre haben, und natürlich die Hämorrhoiden.“

#### **Sind Blutungen im Magen und Darm auch mit Schmerzen verbunden?**

**Prof. Dr. Iasevoli:** „Die obere Schicht der Schleimhaut ist nicht mit Nerven ausgestattet. Das heißt: Was da passiert, bleibt – was Schmerzen anbelangt – zunächst unentdeckt. Ein Beispiel: Man kann mit einer Metallzange aus dem Magen des Patienten eine Probe entnehmen, während er wach ist, weil er es nicht spürt. Allerdings: Wenn es tiefer durch die Schleimhaut geht, bis hin zu den mit Nerven verbundenen Muskeln – dann merkt der Patient schon einen Schmerz.“



**Prof. Dr. Mario Iasevoli**

Chefarzt

Klinik für Innere Medizin  
Ev. Krankenhaus Witten

## Luftaufnahmen sind keine Hexerei!

Hochauflösende Drohnenfotos oder Videoaufnahmen von Ihren Grundstücken und Immobilien nach Ihren Vorstellungen.\*

**Verlag Olaf Gellisch**

Tel. 0234 / 43 86 85 45

E-Mail: wittenttransparent@online.de

\* Nur im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für die Verwendung von Drohnen.



Beispiel Witten Innenstadt

## Kleine Blutung, große Fragen:

# Was hinter Schmierblutungen stecken kann



**Schmierblutungen** können viele Ursachen haben – von harmlosen hormonellen Veränderungen bis hin zu ernsthaften Erkrankungen.

Foto: lavrenkova – stock.adobe.com

Ein paar Tropfen Blut außerhalb der normalen Regelblutung oder nach den Wechseljahren wirken zunächst harmlos. Doch sogenannte Schmierblutungen können viele Ursachen haben – von harmlosen hormonellen Veränderungen bis hin zu ernsthaften Erkrankungen. Ein genauer Blick lohnt sich deshalb immer. Wer die Hintergründe kennt, kann Warnsignale besser einordnen und rechtzeitig medizinischen Rat einholen.

### **Wenn der Zyklus aus dem Gleichgewicht gerät**

Als Schmierblutung bezeichnet man eine leichte vaginale Blutung, die außerhalb der normalen Monatsblutung auftritt. Meist ist diese Blutung schwach und zeigt sich bräunlich oder leicht rötlich. Häufig dauert sie nur wenige Stunden oder Tage. Solche Blutungen können in verschiedenen Lebensphasen auftreten: bei jungen Frauen nach der ersten Regelblutung, während der fruchtbaren Jahre oder in der Zeit rund um die Wechseljahre. Die Ursachen reichen von hormonellen Veränderungen bis zu Erkrankungen der Gebärmutter oder des Gebärmutterhalses.

### **Hormonelle Schwankungen als häufiger Auslöser**

In vielen Fällen steckt hinter

einer Schmierblutung eine gutartige Veränderung. Besonders häufig sind hormonelle Schwankungen dafür verantwortlich. So kann beispielsweise zum Zeitpunkt des Eisprungs eine kurze, leichte Blutung auftreten (Ovulationsblutung). Sie entsteht etwa zwei Wochen nach der letzten Monatsblutung und dauert meist nur ein bis zwei Tage. Auch hormonelle Verhütungsmittel können Schmierblutungen auslösen – vor allem zu Beginn der Einnahme der Pille oder in den ersten Monaten nach dem Einsetzen einer Hormonspirale.

### **Endometriose und Adenomyose als mögliche Ursache für Schmierblutungen**

Außerdem können Veränderungen der Gebärmutter-schleimhaut Schmierblutungen

auslösen. Die Schleimhaut, medizinisch Endometrium genannt, reagiert sehr empfindlich auf hormonelle Veränderungen. Sinkt beispielsweise der Östrogenspiegel, kann sie dünner und empfindlicher werden, wodurch leichte Schmierblutungen auftreten können. Eine weitere mögliche Ursache sind Erkrankungen wie Endometriose oder Adenomyose. Dabei befindet sich gebärmutterschleimhautähnliches Gewebe außerhalb der Gebärmutterhöhle oder wächst in die Gebärmutterwand hinein. Dieses Gewebe reagiert ebenfalls auf hormonelle Schwankungen und kann Blutungsstörungen verursachen. Häufig lässt sich bereits bei einer Ultraschalluntersuchung beim niedergelassenen Frauenarzt ein entsprechender Verdacht äußern. In der spezi-

alisierten Endometriosesprechstunde der Frauenklinik des Marien Hospital Witten kann dieser Verdacht anschließend weiter abgeklärt und eine passende Behandlung eingeleitet werden.

### **Wenn gutartige Veränderungen Blutungsstörungen verursachen**

Auch gutartige Veränderungen wie Polypen oder Myome spielen eine Rolle. Polypen sind kleine Wucherungen der Gebärmutter-schleimhaut. Myome sind gutartige Muskelknoten in der Gebärmutterwand. Beide können kleine Blutgefäße reizen oder verletzen und dadurch Schmierblutungen auslösen. Myome können häufig minimalinvasiv behandelt werden. Bereits seit 2017 wird im Marien Hospital Witten zudem die so-

Was Sie schon immer über Medizin wissen wollten und nie zu fragen wagten:...

# WITTEN transparent

...bringt's!

genannte Radiofrequenzablation eingesetzt. Dabei wird das Myom gezielt erhitzt, sodass sich das Gewebe anschließend zurückbildet. Studien zeigen, dass besonders Patientinnen mit Blutungsstörungen von dieser Methode profitieren können.

Auch Infektionen im Bereich der Scheide oder des Gebärmutterhalses, etwa durch Bakterien oder Pilze, können Schmierblutungen auslösen.

#### **Blutungen als frühes Schwangerschaftszeichen**

In manchen Fällen tritt eine leichte Blutung kurz nach der Befruchtung auf. Diese sogenannte Nidationsblutung entsteht, wenn sich die befruchtete Eizelle in der Gebärmutter schleimhaut einnistet. Sie tritt meist sechs bis zwölf Tage nach der Empfängnis auf und ist in der Regel schwach.

#### **Medikamente und hormonelle Veränderungen**

Auch bestimmte Medikamente

können Schmierblutungen begünstigen. Dazu gehören vor allem sogenannte Blutverdünner wie Acetylsalicylsäure oder Marcumar. Sie beeinflussen die Blutgerinnung, was zu leichten Blutungen führen kann.

Darüber hinaus treten Schmierblutungen auch in bestimmten Lebensphasen, die mit besonderen hormonellen Veränderungen einhergehen, häufiger auf: Bei Jugendlichen kann der Zyklus in den ersten Jahren nach der ersten Regelblutung noch unregelmäßig sein. Auch in der Zeit vor den Wechseljahren, der sogenannten Perimenopause, führen hormonelle Veränderungen oft zu unregelmäßigen Blutungen oder Schmierblutungen zwischen den Perioden.

#### **Wenn ernsthafte Ursachen ausgeschlossen werden müssen**

Schmierblutungen können in seltenen Fällen auch auf bösartige Erkrankungen hinweisen. Dazu gehören Krebs des Gebärmutterkörpers (Endometrium-

karzinom), des Gebärmutterhalses (Gebärmutterhalskrebs), der Scheide (Vaginalkarzinom) oder des äußeren Genitalbereichs am Scheideneingang (Vulvakarzinom).

Aufgrund der vielfältigen und zum Teil bösartigen Ursachen ist es empfehlenswert, dass Schmierblutungen, die über einen längeren Zeitraum andauern bei dem behandelnden Frauenarzt abgeklärt werden.

#### **Blutungen nach den Wechseljahren sollten immer ernst genommen werden**

Sollten Blutungen nach den Wechseljahren auftreten, ist eine sofortige Abklärung wichtig, um bösartige Ursachen auszuschließen. Hierbei erfolgt eine Überweisung durch den niedergelassenen Frauenarzt an ein zertifiziertes gynäkologisches Krebszentrum wie die Frauenklinik des Marien Hospital Witten. Durch einen kleinen Eingriff, die sogenannte Hysteroskopie, wird die Gebärmutter gespiegelt.

So können Proben entnommen und anschließend im Labor unter dem Mikroskop genau untersucht werden.



**Prof. Dr. Sven Schiermeier**

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

## **Moderne Frauenheilkunde im Fokus:**

# **Neue Impulse für die gynäkologische Versorgung in Herne und Witten**

**Welche neuen Therapieoptionen gibt es bei Myomen? Wie lässt sich Endometriose heute wirksam und zugleich möglichst schonend behandeln? Und welche Fortschritte prägen die gynäkologische Onkologie und die moderne Perinatalmedizin? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigten sich die Herner und Wittener Experten im Rahmen der Fachveranstaltung „Update Gynäkologische Zentren – Neue Entwicklungen für die Praxis“, die am 11. März 2026 im Marien Hospital Witten stattfand.**

Die Veranstaltung des Zentrums für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne bot einen kompakten Überblick über zentrale Themen der Frauenheilkunde. Im Mittelpunkt standen moderne, möglichst schonende Therapiekonzepte bei Myomen und Endometriose, innovative Behandlungswege bei Beckenbodenschwäche sowie aktuelle Strategien im Umgang mit Dysplasien. Deutlich wurde, wie differenziert und individualisiert die Frauenheilkunde heute vorgeht – mit dem Ziel, Beschwerden wirksam zu lindern und zugleich Lebensqualität und Organfunktion zu erhalten.

Auch die gynäkologische Krebstherapie zeigte sich im Wandel: Von präzise geplanten operati-

ven Verfahren bis hin zu maßgeschneiderten medikamentösen Therapien eröffnen neue wissenschaftliche Erkenntnisse zunehmend eine immer weiter personalisierte Behandlung. Ergänzt wurde das Programm durch Einblicke in die moderne Ultraschalldiagnostik im Perinatalzentrum Level 1, die insbesondere bei Risikoschwangerschaften eine frühzeitige Einschätzung und gezielte Steuerung der weiteren Betreuung ermöglicht.

„Die Frauenheilkunde entwickelt sich kontinuierlich weiter – sowohl in der Diagnostik als auch in der Therapie“, erklärte Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik des Marien Hospital Witten. „Mit unserer

Veranstaltung möchten wir praxisrelevantes Wissen bündeln und den fachlichen Austausch

fördern – zum Nutzen der Patientinnen in Herne, Witten und der gesamten Region.



**Prof. Dr. Sven Schiermeier** (links), Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik des Marien Hospital Witten informierte gemeinsam mit Valentin Menke (rechts), Chefarzt der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe des St. Anna Hospital Herne, und weiteren Fachexperten zu Neuerungen aus den gynäkologischen Zentren.

**Hals-Nasen-Ohren:****Nasenbluten (Epistaxis) – häufigste Blutung im HNO-Bereich**

**Nasenbluten – in der Medizin als Epistaxis bezeichnet – gehört zu den häufigsten HNO-medicinischen Notfällen. Schätzungsweise 60% der Menschen haben mindestens einmal im Leben Nasenbluten. In den meisten Fällen ist die Ursache harmlos und die Blutung kommt von selbst zum Stehen, in einigen Situationen kann es jedoch Ausdruck einer zugrunde liegenden Erkrankung sein und eine gezielte medizinische Behandlung erfordern.**

Die Nase bildet im Inneren eine besonders dichte Gefäßversorgung. Eine wichtige Rolle spielt hierbei der sogenannte Locus Kiesselbachi; dies ist ein Gefäßgeflecht im vorderen Teil der Nasenscheidewand und ist für den überwiegenden Teil aller Nasenblutungen verantwortlich.

**Nasenblutungsquellen werden grundsätzlich nach zwei Lokalisation eingeteilt:**

Das vordere Nasenbluten aus dem Bereich der Nasenscheidewand ist das Häufigste und in der Regel leicht zu stoppen. Die hintere Nasenblutung aus den tieferen Gefäßen der Nasenhauptkammern ist seltener, aber oft wesentlich stärker ausgeprägt und in jedem Fall behandlungsbedürftig. Die Auslöser vom Nasenbluten sind mannigfaltig und lassen sich in lokale und systemische Ursachen unterteilen. Lokale Ursachen sind sehr trockene Schleimhäute, insbesondere im Winter durch Heizungsluft; zudem Schleimhautverletzungen durch Manipulationen in der Nase, Nasenscheidewandverkrümmungen, Infektionen der oberen Atemwege sowie Polypen oder seltene Tumore.

An systemischen Ursachen kommen vor allem ein Bluthochdruck, Gerinnungsstörungen sowie Medikamente mit gerinnungshemmender Wirkung (z.B. Acetylsalicylsäure) oder sehr seltene Gefäßerkrankungen (wie der Morbus Osler) infrage.

Die diagnostische Abklärung beginnt in der Regel mit einer sorgfältigen Anamnese, wobei die Häufigkeit und Dauer der Blutungen, vorausgehende Verletzungen oder Infekte, insbesondere Medikamenteneinnahme sowie mögliche Begleiterkrankungen abgefragt werden. Zur genauen Lokalisati-



on der Blutungsquelle wird eine Nasenspiegelung (sogenannte Rhinoskopie) durchgeführt. Unter Umständen sind zusätzliche Laboruntersuchungen zur Beurteilung der Blutgerinnung sowie in seltenen Fällen bildgebende Verfahren erforderlich.

**Die Therapiemaßnahme richtet sich jeweils nach Ursache und Schwere der Blutung.**

Als eine Erste-Hilfe-Maßnahmen, die der Patient selbst durchführen kann, ist eine aufrechte Sitzposition sinnvoll. Dabei sollte der Kopf leicht nach vorne gebeugt und beide Nasenflügel für etwa zehn Minuten zusammengedrückt werden. Parallel dazu sollte eine Kühlung im Nackenbereich erfolgen. Wenn die Blutung hierdurch nicht zu stoppen ist, kommen weitere Therapiemaßnahmen zum Einsatz: chemische oder elektrische Verödung der Blutungsquelle (sogenannte Kauterisation), Nasentamponaden, medikamentöse Therapie bei Gerinnungsstörung sowie in seltenen Fällen die Einweisung in eine HNO-Klinik zur operativen Gefäßligatur oder Embolisierung.

Insgesamt ist die Prognose bei Nasenbluten in den meisten Fällen sehr gut. Als Präventivmaßnahmen kann folgendes empfohlen werden: ausreichende Luftbefeuchtung in Innenräumen, regelmäßige Pflege der Nasenschleimhaut mit Salben oder Sprays insbesondere in den Wintermonaten, vorsichtiger Umgang mit der Nasenschleimhaut und generell eine gute Einstellung des Bluthochdrucks.

Als Fazit lässt sich festhalten, dass Nasenbluten ein häufiges Symptom mit meist harmloser Ursache ist, gelegentlich jedoch auf ernsthafte Erkrankungen hinweisen kann. Insbesondere bei wiederholtem und starkem Nasenbluten sollte unbedingt ein HNO-Facharzt aufgesucht werden.

**Weitere Blutungen im HNO-Bereich**

Weitere Blutungsquellen können im Rachenbereich liegen, hier bei Mandel- oder Rachenentzündungen, Verletzungen oder – seltener – Tumoren im Rachenbereich.

Ohrblutungen können bei Gehörgangs- oder Trommelfellverletzungen, Mittelohrentzündungen sowie Schädeltraumata auftreten.

Bluthusten (Hämoptyse) tritt häufig bei Entzündungen der unteren Atemwege, chronischen Lungenerkrankungen oder bei seltenen Lungentumoren auf. Generell sollten alle Blutungen einer fachärztlichen Untersuchung unterzogen werden.



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

# Tourniquets retten Leben bei Blutungen

Hilfsmittel wie Tourniquets sind entscheidend, um lebensbedrohliche äußere Blutungen an Extremitäten zu stoppen, besonders wenn direkter Druck nicht ausreicht. Sie binden die arterielle Blutzufuhr temporär ab und verbessern so die Überlebenschancen in Notfällen.

## Wichtige Vorteile sind:

- Schnelle und effektive Blutstillung bei schweren Verletzungen
- Einfache Anwendung auch unter Zeitdruck oder in Gefahrensituationen, z. B. bei mehreren Verletzten.
- Erhöhung der Überlebensrate, da sie Blutverlust verhindern, bis Profis eintreffen. Diese Vorteile machen Tourniquets zu einem Standard in der prähospitalen Versorgung und Ersten Hilfe.

## Korrekte Anwendungsschritte

Ein Tourniquet wird nur eingesetzt, wenn die erste Massnahme nämlich Kompression oder Druckverband versagen.

Dann legt man das Tourniquet stammnah (ca. 5–10 cm von der Wunde) an einer Stel-

le mit ausreichend Weichgewebe an – nie über Gelenke oder offene Frakturen.

Ziehen Sie es fest an, bis die Blutung stoppt und kein Puls distal tastbar ist; notieren Sie die Uhrzeit der Anlage.

Bei unkontrollierbarer Blutung kann ein zweites Tourniquet noch näher zum Körperstamm angelegt werden. Lassen Sie es nicht länger als zwei Stunden wirken, ohne ärztliche Hilfe.

## Risiken und Schulung

Unsachgemäße Nutzung kann Gewebeschäden oder Nervenverletzungen verursachen. Daher ist eine Schulung unerlässlich – empfohlen werden Kurse der DGU oder DRK. „Alle RTW sind bei uns damit ausgerüstet“,

erklärt Wilm Ossenberg Franzes vom DRK Kreisverband Witten. Auch werden die Mitarbeiter des DRKs jährlich im Umgang mit Tourniquets geschult.

Öffentlich zugängliche Trauma-Boxen, die derartige Erst-Hilfsmittel schnell zugänglich machen, gibt es seines Wissens in Witten nicht. Bei Defibrillatoren gibt es das verschiedentlich durchaus schon. Wie oben dargestellt, kann ein unsachgemäßer Umgang mit den Tourniquets aber zu schweren Schäden führen. Bei den Defibrillatoren ist dies nicht möglich, da diese den Anwender durch den Nutzungsprozess führen. Sobald etwas nicht richtig gemacht wird, weisen die Geräte selbst darauf hin und verweigern den Dienst, bis der Fehler korrigiert ist.



**Neue Ausstattung für die F1-Jugend des SV Bommern 05** – Große Freude bei der F1-Jugend des SV Bommern 05: Dank der großzügigen Unterstützung der Boecker Stiftung konnten sich die jungen Fußballerinnen und Fußballer über neue, einheitliche Trainingsjacken und Rucksäcke freuen. Die Übergabe fand direkt am Sportplatz statt – ein besonderer Moment für die Nachwuchskicker. Stolz präsentierten die Kinder ihre neuen grauen Jacken mit dem Logo der Boecker Stiftung auf dem Rücken. Damit sind sie nicht nur bestens für Training und Spieltage ausgestattet, sondern treten auch als echtes Team auf. Gerade im Jugendbereich ist Unterstützung besonders wichtig. Neue Ausstattung motiviert die Kinder, stärkt den Teamgeist und sorgt dafür, dass sich alle als Teil der Mannschaft fühlen. Die Freude war den jungen Spielerinnen und Spielern deutlich anzusehen, als sie ihre neuen Jacken entgegennahmen. Die Übergabe erfolgte durch den Geschäftsführer der Boecker Stiftung, Stefan Gropengießer-Aßmann, und Mitarbeiterin Christina Krol.

**Amts-Apotheke hat bewährtes Rabattsystem deutlich erweitert:**

# AmtsTaler-Gutscheine jetzt auch für Aldi, Lidl, Kaufland und Co.

Schulterschluss mit dem örtlichen Einzelhandel sendet starkes Signal an die online-Konkurrenz

Was „AmtsTaler“ sind, braucht man heute eigentlich in Langendreerer niemandem erklären. Trotzdem, ganz kurz: AmtsTaler sind wesentlicher Bestandteil des Rabattsystems der Amts-Apotheke Bochum-Langendreer. Pro Einkaufswert von 10 Euro für freiverkäufliche Präparate (Arzneien, Nahrungsergänzungsmittel, Kosmetika) gibt es einen AmtsTaler. Und gewisse Mengen gesammelter AmtsTaler können in der Apotheke z. B. in praktische Haushaltsgegenstände und Ähnliches eingetauscht werden. Doch das jetzt erneuerte Konzept geht da deutlich weiter. So können nunmehr 50 AmtsTaler für einen 10-Euro-Einkaufsgutschein bei den heimischen Discountern Lidl und Aldi und auch im Dennis Bio- und auch im Rewe Weihnacht den Geschäften, in denen eingetauscht werden können.

„Doch das ist nicht die einzige Neuerung im AmtsTaler-Bonus-Modell“, erklärt Dr. Sabrina Schröder-Hickery, Inhaberin der Amts-Apotheke. Es gibt auch Neuerungen, die darauf abzielen, dass Kunden im Rahmen verschiedener Aktionen mehr AmtsTaler erhalten, als dies ansonsten üblich ist. Dr. Schröder-Hickery: „Dies soll dazu beitragen, dass Kunden schneller die Menge AmtsTaler sammeln können, die es braucht, um z. B. einen dieser Gutscheine zu erhalten.“

**Sonderaktionen** – Ein Mehr an AmtsTalern gibt es z. B. für Kunden, die die Amts-Apotheke als ihre Stammapotheke auswählen und dies mit dem Ausfüllen eines entsprechenden Datenschutzformulars bekunden. Dies wird mit drei Talern honoriert. Auch Stammkunden, die in ihrem jeweiligen Geburtsmonat in der Apotheke vorbeischauen, erhalten drei AmtsTaler. Einen zusätzlichen Taler, den sogenannten Umwelttaler, gibt es, wenn Kunden beim Abholen ihrer Präparate auf eine Tüte verzichten. „Für Stammkunden haben wir jetzt auch ein neues Couponheft entwickelt. Das beinhaltet, dass es in der ersten Hälfte eines Monats ab einem Einkaufswert von 40 Euro fünf Euro Rabatt gibt. Und in der zweiten Hälfte des Monats gibt es jeweils drei AmtsTaler

extra, wenn man den Coupon abgibt. Was es aktuell jeweils für Sonderaktionen gibt, darüber informiert die Apotheke mit einem Taler-Flyer und auf der website [amtsapotheke.de](http://amtsapotheke.de).

## Die neuen Talerpartner nach Kundenwünschen ausgewählt –

Wie kam es zu dem Hinzuziehen der neuen Talerpartner? Dr. Schröder-Hickery: „Wir haben in Kundenbefragungen ermittelt, welche neuen Talerpartner die Kunden der Amts-Apotheke am liebsten hätten. Und dabei standen die Lebensmittler und Discounter an erster Stelle.“ Doch nicht nur bei den Kunden. Auch der Amts-Apotheke selbst war sehr daran gelegen, weitere Partner vor Ort zu finden – im Einzelhandel. Dazu gehören aber ebensogut u. a. Einzelunternehmen wie der Wein- und Spirituosenhandel Vinaglobo, die Bäckerei Schmidmeier und eine Tankstelle. Dahinter steckt der Netzwerkgedanke, denn: Wie die Apotheken, so bekommen auch die Einzelhändler vor Ort Konkurrenz durch online-Anbieter. Und hier gilt es natürlich für die Protagonisten der örtlichen Versorgung, tatkräftig gegenzusteuern.



Arde gumente, die nahelegen, dass das Einkaufen vor Ort besser ist als das Bestellen im Internet, gibt es zur Genüge und sie sind auch schon vielfach genannt worden. Der Schulterschluss der Amts-Apotheke mit Teilen des lokalen Einzelhandels geht aber deutlich weiter. Hier gibt es gleich auf mehreren Ebenen eine Kundenbindung über ein Rabattsystem, von dem alle profitieren: Die beteiligten Geschäfte, die Apotheke und vor allem die Kunden.

**Verfahrensänderung** – Wer das Gutscheinanangebot in Anspruch nehmen möchte, muss eine wichtige Änderung beachten. Das von früher bekannte System, dass AmtsTaler in teilnehmenden Geschäften quasi als „Zahlungsmittel“ eingesetzt werden konnten, gibt es heute nicht mehr. Die AmtsTaler sind zur Apotheke zurückzubringen. Dort erhält man dann für 50 AmtsTaler einen 10-Euro-Einkaufsgutschein für eines der teilnehmenden Geschäfte ausgestellt. Welche Geschäfte alle

(neben den bereits genannten) in diese Aktion eingebunden sind, erfährt man ebenfalls auf genannter website.

**Die ersten Reaktionen** – Das erweiterte Bonus-Konzept mit den neuen Taler-Partnern ist vor nicht allzu langer Zeit angelauten. Gab es schon Resonanzen? Dr. Schröder-Hickery: „Ja, und zwar nur positive. Dass es nun für AmtsTaler auch Gutscheine für Lebensmittelgeschäfte gibt, wird durchweg gut bewertet. Gerade in der jetzigen Zeit, wo wir Kostenanstiege in so vielen Bereichen erleben, z. B. Energie, kommt vielen diese kleine Entlastung der Haushaltskasse sehr gelegen.“



**Dr. Sabrina Schröder-Hickery**  
(Inh. Amts-Apotheke Bochum)

Unterstützung für Bedürftige:

# boni-Center spendet mehr als 200 Konservendosen an Caritas Witten e.V.

Das boni-Center hat mehr als 200 Konservendosen an die Caritas Witten e.V. übergeben, um bedürftige und sozial benachteiligte Menschen in der Stadt zu unterstützen.

Die Spende wird dazu beitragen, Menschen zu helfen, die sich in schwierigen Lebenssituationen befinden und auf Unterstützung angewiesen sind. Gerade in Zeiten steigender Lebenshaltungskosten sind solche Initiativen ein wichtiges Zeichen der Solidarität und des gesellschaftlichen Zusammenhalts. Die Caritas Witten e.V. bedankt sich herzlich beim gesamten Team des Supermarktes boni-Center für diese großzügige Unterstützung. Ein besonderer Dank gilt Kevin Evers, Marktleiter, der die Organisation und Übergabe der Spende ermöglicht hat.

„Solche Gesten zeigen, wie wichtig das Engagement lokaler Unternehmen für unsere Gemeinschaft ist“, betonen Vertreter der Caritas.

Die Caritas Witten e.V. hofft zudem auf eine weitere Unterstützung sozialer Initiativen für Menschen in schwierigen Lebenslagen.



**Kevin Evers vom boni-Center** überreicht die Spende an **Alla Poklad** (links) und **Heike Völpert** von der Caritas im Marienviertel.

Aus gegebenem Anlass:

## Reime von erlesener Schönheit

„Wann fällt dieses Jahr eigentlich Ostern?“ Diese Frage stellt sich oft am Jahresanfang oder danach, denn: Anders als z. B. Weihnachten und Neujahr sind die Ostertage nicht an ein festes Datum gebunden, wohl aber an einen festgelegten zeitlichen Bereich. Das hängt mit Karneval und Aschermittwoch zusammen. Mit Aschermittwoch beginnt jeweils die Fastenzeit, die genau 46 Tage dauert. Danach, am Abend vor Ostersonntag, also am Karsamstag, endet sie. Wer also keinen Kalender hat, kann das Oster-Datum selbst ausrechnen.

Aber es gibt auch andere Hinweise auf das nahende Osterfest ebenso wie auf das folgende Pfingstfest. Und diese sind sogar in Reimform festgehalten worden. Der hier folgende erste Reim nimmt auch Bezug auf die Fastenzeit als Vorbote für das Osterfest. Er lautet:

„Wenn die Nonnen schmachten in den Klöstern,  
dann ist bald Ostern.“

Der nächste Reim zu Pfingsten nimmt Bezug auf den Frühling und die „Frühlingsgefühle“ von denen häufig auch die älteren Semester unter uns betroffen sind. Er lautet:

„Wenn die Alten toller sind als die Jüngsten,  
dann ist bald Pfingsten.“

Ihnen allen frohe Ostern!

*Ihr Witten transparent*

**10 €** NUR BEI UNS

**EINKAUFS-  
GUTSCHEIN**

sichern für viele attraktive  
Talerpartner wie z. B.






**Für 50 AmtsTaler.  
Nur in Ihrer  
Amts-Apotheke.**



Gesundheit. Wohlbefinden. Nähe.

Alte Bahnhofstraße 82 · 44892 Bochum (Langendreer) · Tel. 0234 280717  
Besuchen Sie unsere Webseite: [amtsapotheke.de](https://www.amtsapotheke.de)

AMTS-qualifizierte Apotheke 

# 20 Jahre Chirurgische Praxis Dr. med. Torsten Schäfer und Praxis für Physiotherapie Volker Lorkowski

Seit 20 Jahren arbeiten Sie gewissermaßen „unter einem Dach“: Die Chirurgische Praxis Dr. med. Torsten Schäfer und die Praxis für Physiotherapie Volker Lorkowski. Der gemeinsame Standort ist an der Annenstraße 87 – 89. Es ist nicht nur ein Nebeneinander, sondern in vielen Fällen auch ein Miteinander. Seit zwei Jahrzehnten findet die erfolgreiche Zusammenarbeit der beiden Praxen ihren visuellen Ausdruck in der langen Fensterfront des Gebäudes, die werbemäßig auf den Praxenstandort hinweist. An der Annenstraße gelegen ist der Eingang zur chirurgischen Praxis. Der Eingang zur Physiotherapie befindet sich auf dem durch eine Zufahrt zu erreichenden Hof. Dort stehen auch

Pkw-Stellplätze für Patienten zur Verfügung. Diese besondere Gebäudesituation hat ihren Ursprung in den Anfängen der Praxengründung:

Bevor die Praxen im April 2006 ihren Betrieb aufnehmen konnten, waren erhebliche Umbaumaßnahmen erforderlich. Am Standort Annenstraße 87 war der Praxis-Sitz von Dr. Brinkmann. Er, dessen Praxissitz von Dr. Torsten Schäfer übernommen wurde, praktizierte indes nur in kleinen Räumlichkeiten. Dort, wo sich im erweiterten Bereich (postalisch Annenstr. 89) die beiden Praxen befinden, war früher ein Autohaus. Gut nachvollziehbar, welcher baulicher Aufwand erforderlich war, um hier Praxisräume zu etablieren. Yvonne Schäfer erinnert sich: In den ersten drei Monaten des Jahres 2006 erfolgte der Umbau. Eine anstrengende Zeit, arbeitete ihr Mann doch noch als Chirurg in einer Gelenkchirurgischen Klinik, bevor es dann in die Selbständigkeit der niedergelassenen chirurgischen Praxis ging. Und hier bietet die Praxis seither ein sehr breites Angebot an medizinisch-chirurgischen Leistungen

an, von der Allgemein Chirurgie über die Handchirurgie bis zur Unfallchirurgie. Dr. Torsten Schäfer ist zudem einer der wenigen Durchgangsärzte Wittens. Das ist insbesondere wichtig zu wissen für diejenigen, die es mit Arbeits-, Schul- und Wegeunfällen zu tun haben.

Durch die erwähnten Umbaumaßnahmen gab es auch einen Überschuss an Fläche, den es sinnvoll zu belegen galt. Auf ein Inserat, in dem die Praxis Schäfer die vakanten Räumlichkeiten für eine Physiotherapie-Praxis anbot, meldet sich der Physiotherapeut Volker Lorkowski. Auch für ihn war es ein Neuanfang, war er doch zuvor freiberuflich in Hagen engagiert, aber noch nicht selbständig, erklärt seine Frau, Ulla Lorkowski. Die für die Physiotherapie zur Verfügung stehenden Räumlichkeiten wurden genau nach den Vorstellungen des Praxisbetreibers gestaltet.

Die unmittelbare Nachbarschaft von Chirurgischer Praxis und Physiotherapie bringt für die Patienten wie auch für den Arzt und die Physiotherapeuten viele Vorteile mit sich. Dr.



Dr. Torsten Schäfer und Frau Yvonne Schäfer

Schäfer: „Es ist naheliegend, dass Chirurgen und Physiotherapeuten zusammenarbeiten, so z. B. bei Knochenbrüchen, Prothesen, Nachbehandlungen u.s.w.“ Und Yvonne Schäfer ergänzt: „Es sind die buchstäblich kurzen Wege und der ständige Austausch zwischen Arzt und Therapeut, von denen alle profitieren.“

Und dass sich dies bewährt hat liegt auf der Hand: Es gibt eine sehr starke Patientenbindung. Übereinstimmend erklären beide Praxen: „Wir haben Patienten, die kamen schon als Jugendliche zu uns, und jetzt behandeln wir auch ihre Kinder.“



Volker Lorkowski mit (von links) Frau Ulla Lorkowski und Viona Lorkowski (Physiotherapeutin und Manualtherapeutin)

Wir danken alle Patienten für das Vertrauen, das sie uns während des 20jährigen Bestehens unserer Praxen entgegengebracht haben.

Wir freuen uns, Ihnen auch weiterhin mit unserer medizinischen und therapeutischen Kompetenz zur Verfügung stehen zu können.

Dr. Torsten Schäfer

Volker Lorkowski



**Praxis für  
Physiotherapie**  
alle Kassen und Privat

**Volker Lorkowski**  
Sportphysiotherapeut / Fußpfleger  
Dorn-Breuß-Therapeut

Krankengymnastik · Massagen · Physiotherapie

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

**Chirurgische Praxis Dr. med. Torsten Schäfer**

Facharzt für Chirurgie, Sportmedizin, Durchgangsarzt und ambulante Operationen



**Leistungsspektrum**

- Gutachterfähigkeit  
\* z. B. Arbeitsunfälle  
\* Berufskrankheiten
- Durchgangsarzt
- Unfallchirurgie  
\* z. B. Knochenbruchbehandlungen
- Handchirurgie  
\* z. B. Karpaltunnel-Syndrom

- Allgemein-Chirurgie  
\* z. B. Abszess-Exzisionen, Entfernung von Haut- u. Weichteiltumoren, Korrektur behinderender Narben, Proktologische Eingriffe, OP des Tennis-Ellelbogens
- IGeL (Individuelle Gesundheitsleistungen)  
\* z. B. Sportuntersuchungen, Impfungen, Reisemedizin

**Praxiszeiten**  
Montag u. Dienstag  
8 - 12 Uhr u. 15 - 18 Uhr  
Mittwoch  
8 - 13 Uhr  
Donnerstag  
8 - 12 Uhr u. 15 - 18 Uhr  
Freitag  
8 - 13 Uhr

Annenstr. 87 - 89  
58453 Witten  
Tel. 02302 60879

[www.chirurgie-schaefer.de](http://www.chirurgie-schaefer.de)

**Wechsel in der niedergelassenen Wittener Urologie / Neueröffnung am 1. April:**

## Ahmad Mourad tritt die Nachfolge von Dr. Ralf Ostermann in der Urologischen Praxis im Centrovital an

**Es ist schon längst kein Geheimnis mehr: Am 1. April tritt der niedergelassene Urologe Dr. Ralf Ostermann (73) in den Ruhestand. Seine Urologische Praxis im Centrovital in Witten-Annen übernimmt der Urologe Ahmad Mourad (50). Dieser ist manch einem Wittener Urologie-Patienten vielleicht bekannt als Oberarzt der Klinik für Urologie am Ev. Krankenhaus Witten.**

Seit über 40 Jahren ist Dr. Ostermann Urologe; seit mehr als 30 Jahren ist er als solcher im niedergelassenen Bereich tätig. Seine erste Praxis befand sich an der Stockumer Straße. Mit dem Bau des Ärztezentrum Centrovital im Jahre 2007 wurde dieses auch der neue Standort für die Urologische Praxis. Seinem Nachfolger, mit dem er schon länger bezüglich der Praxisübergabe im Gespräch ist, gibt er mit auf den Weg: „Nett zu den Patienten sein und immer beachten: Die niedergelassenen Urologen sind Betreuer und Bewahrer, die Krankenhausärzte sind diejenigen, die die Messer führen. Es läuft ein wenig anders im niedergelassenen Bereich.“

Für Ahmad Mourad geht mit der Übernahme dieser Praxis ein beruflicher Lebenswunsch in Erfüllung. Und dieser Schritt in die Selbständigkeit ist auch von langer Hand vorbereitet worden. Seit 2024 ist er schon mit Dr. Ostermann im Gespräch, was diesen Inhaberwechsel in der Urologischen Praxis angeht, die Idee ist aber schon älter.

Gefragt nach seinen Beweggründen knüpft er augenzwinkernd an den Ratschlag Dr. Ostermanns an: „Seit 2004 bin ich in der Urologie, 20 Jahre habe ich im Krankenhaus gearbeitet und dachte: Vielleicht komme ich vom `Messer in die Betreuung´...(lacht).“ Ahmad Mourad stammt aus Syrien, hat in Polen studiert und arbeitet seit 2014 in Deutschland.

Das medizinische Angebot seiner Praxis skizziert er wie folgt:

„Meine Praxis beschäftigt sich mit den Krankheiten der männlichen Geschlechtsorgane (Hoden, Penis und der Prostata) sowie mit den harnbildenden und harnableitenden Organen, also mit Niere, Harnblase, Harnleiter und der Harnröhre. Also werden diesbezüglich auch Kinder und Frauen behandelt.“

Zu den allgemeinen Leistungen der Praxis gehören:

Diagnostik und Therapie der

- Infektionskrankheiten (Blasenentzündung, Nierenbeckenentzündung, Prostatitis, Hoden- und Nebenhodenentzündung, Sexuell übertragbare Krankheiten),
- Harnsteine (Nieren, Harnleiter und Harnblasensteine)
- Vorsorge (Krebsfrüherkennungsuntersuchungen),
- Kinderurologische Erkrankungen (Phimose, Hodenkrankheiten, Einnässen)
- onkologische Erkrankungen der Prostata, der Harnblase, der Nieren, der Hoden, des Penis.
- Inkontinenz bei Männern und Frauen.

Ambulant können folgende Operationen durchgeführt werden (mit lokaler Betäubung oder Narkose):

- Harnröhrenspiegelung sowie Blasenpiegelung
- Zirkumzision (Beschneidung)
- Vasektomie (Sterilisation beim Mann)
- Hodenoperationen: (Hodenhochstand, Hydrozelle = Wasserbruch),
- Spermatozele (Nebenhodenzyste)
- Condylome (Feigwarzen)
- Atherome im Bereich der Geschlechtsorgane
- Harnröhrenenge (bei Männern und Frauen)



**Wechsel in der Urologie im Centrovital: Dr. Ralf Ostermann (rechts) übergibt seine Urologische Praxis an Ahmad Mourad.**

### Urologische Praxis Ahmad Mourad



Facharzt für Urologie  
FEBU-Diploma

im  
Centrovital Witten-Annen



- \* Diagnostik und Therapie sämtlicher urologischer Infektionskrankheiten

- \* Behandlung von Harnsteinen und onkologischen Erkrankungen im Urogenitaltrakt

- \* Krebsvorsorge

- \* Inkontinenzbehandlungen

- \* Ambulante Operationen

- \* Kinderurologische Erkrankungen

#### SPRECHSTUNDE:

**Mo:** 07:30 - 12:45 u. 15:00 - 18:00

**Di:** 07:30 - 12:45 u. 15:00 - 17:30

**Mi:** 07:30 - 12:45

**Do:** 07:30 - 12:45 u. 15:00 - 18:00

**Fr:** 07:30 - 12:45

#### KONTAKT:

Annenstr. 151, 58453 Witten

Tel. 02302 – 6 91 65

Fax. 02302 – 6 92 73

E-Mail:

urologiewitten@gmail.com

- ✓ Langfristig niedrigere Stromrechnung
- ✓ Unabhängigkeit vom Strommarkt
- ✓ Keine Investitionskosten dank Pachtmodell
- ✓ Rundum-Service für Planung, Installation und Wartung
- ✓ Kein Risiko dank Funktionsgarantie

FÜR  
PRIVAT UND  
GEWERBE!

# IHR ÖKOSTROM VOM DACH

## **SONNIGE AUSSICHTEN** für die Umwelt und Ihren Geldbeutel!

Haben Sie auch schon einmal darüber nachgedacht, Ihren Strom selber zu erzeugen? Aus Sonnenenergie? Umweltfreundlich und dazu noch zu günstigen und langfristig stabilen Kosten? Dann haben wir mit unserem Solar Paket die Lösung für Sie. Sprechen Sie uns an! Wir beraten Sie, erstellen Ihnen ein individuelles Angebot und kümmern uns – von der Planung über die Installation bis zur Wartung der Photovoltaik-Anlage.

[www.stadtwerke-witten.de/solar](http://www.stadtwerke-witten.de/solar)

Zum Welttag des Hörens am 3. März:

# Hörproblemen vorbeugen

Im Alter schlechter zu hören, ist nicht ungewöhnlich. Untersuchungen zeigen, dass etwa ein Drittel der über 65-Jährigen eine Altersschwerhörigkeit aufweist. Im Ennepe-Ruhr-Kreis leben allein 1.203 AOK-Versicherte, die im Jahr 2024 mit einer Hörhilfe versorgt worden sind. Das geht aus einer aktuellen Auswertung der AOK NordWest hervor. „Neben dem Alter ist Lärm ein wesentlicher Risikofaktor bei der Entwicklung einer Schwerhörigkeit. Wer beispielsweise ständig laute Musik über Kopfhörer hört, gefährdet damit seine Hörfähigkeit. Die beste Maßnahme zur Vorbeugung besteht darin, das Gehör vor lauten, permanenten Geräuschquellen zu schützen“, sagt AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock zum Welttag des Hörens am 3. März. Insgesamt gab die AOK NordWest im Jahr 2024 im Ennepe-Ruhr-Kreis mehr als 1.485.000 Euro für Hörhilfen aus.

## Wenn die Hörkraft nachlässt

Im Alter schlechter zu hören, ist nicht ungewöhnlich. Untersuchungen zeigen, dass etwa ein Drittel der über 65-Jährigen eine Altersschwerhörigkeit (Presbyakusis) aufweist. Dabei kann das Gehör leicht eingeschränkt sein bis zur kompletten Gehörlosigkeit. Die Altersschwerhörigkeit entsteht häufig durch eine Kombination verschiedener Ursachen. Mit zunehmendem Alter kommt es zu einem Verschleiß der Sinneszellen im Innenohr, den sogenannten Haarzellen. Aber auch der Hörnerv und das Hörzentrum werden durch den Alterungsprozess beeinträchtigt. Negative Einflussfaktoren sind neben der erblichen Veranlagung vor allem anhaltender Lärm, der die Ohren belastet, oder Medikamente, die sich schädlich auf das Ohr auswirken können. „Die nachlassende Hörkraft im Alter fällt den Betroffenen zu Anfang häufig gar nicht auf, da die Veränderungen in der Regel langsam erfolgen“, so Kock. Zunächst ist ein hoher Frequenzbereich betroffen. Mit der Zeit breitet sich die fehlende Wahrnehmung auf immer mehr Frequenzbereiche aus. Betroffenen fällt es dann immer schwerer, einem Gespräch zu folgen, da

sie nur noch ‚Wortfetzen‘ mitbekommen. Weitere Anzeichen für einen beginnenden Hörverlust: Betroffene sprechen selbst lauter und haben insbesondere bei lauten Umgebungsgeräuschen Probleme, Worte klar und deutlich zu verstehen.

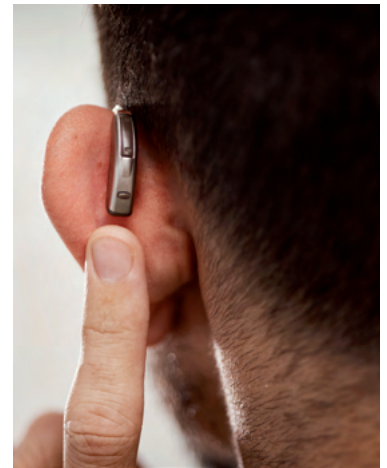
## Was tun bei Schwerhörigkeit im Alter?

Eine Altersschwerhörigkeit kann eine große Belastung sein. Nicht selten ziehen sich Betroffene aus dem sozialen Leben zurück, weil es ihnen unangenehm ist, dass sie Gesprächen nicht mehr folgen können. Eine Praxis für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde (HNO) ist die richtige Anlaufstelle. „Wird eine Altersschwerhörigkeit diagnostiziert, ist es wichtig, die Ohren frühzeitig mit Hörhilfen zu unterstützen, denn sie erfüllen viele wichtige Aufgaben - sei es im sozialen Miteinander, bei der Orientierung im Straßenverkehr oder auch beim Erhalt der mentalen Fähigkeiten“, so Kock. Einige Studien deuten sogar darauf hin, dass sich die geistige Leistungsfähigkeit bei unbehandelter Schwerhörigkeit langfristig verschlechtern kann. Ein Hörgerät erleichtert den Alltag und verbessert die Lebensqualität. Es sorgt dafür,

dass Schallwellen, die auf Ihr Ohr treffen, ins Innenohr befördert werden. Wichtig ist auch, offen mit der Schwerhörigkeit umzugehen. Wenn Angehörige und Freunde das Problem kennen, können sie mit einfachen Gesprächsregeln (Abstand verkleinern, langsam und deutlich sprechen) besser darauf eingehen, so dass der Betroffene dem Gesprächsverlauf besser folgen kann. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen die Kosten für medizinisch notwendige Hörgeräte bis zu einem Festbetrag. Diese müssen durch einen Arzt verordnet werden. Verträge mit vielen qualifizierten Anbietern garantieren eine schnelle, zuverlässige, wohnortnahe und qualitativ hochwertige Versorgung.

## Hörproblemen vorbeugen

Eine Altersschwerhörigkeit kann nicht in jedem Fall verhindert werden. Allerdings können die Risikofaktoren minimiert werden. Das Gehör ist 24 Stunden am Tag auf Empfang - im Gegensatz zu den Augen können die Ohren nicht geschlossen werden. Umso wichtiger ist es, sie insbesondere vor Lärm zu schützen. Wer in seiner beruflichen Tätigkeit starkem Lärm



**Einige Studien** deuten darauf hin, dass sich die geistige Leistungsfähigkeit bei unbehandelter Schwerhörigkeit langfristig verschlechtern kann. Ein Hörgerät erleichtert den Alltag und verbessert die Lebensqualität. Foto: AOK/colourbox/hfr.

ausgesetzt ist, sollte einen guten Gehörschutz tragen. Auch in der Freizeit ist ein schonender Umgang mit dem Gehör wichtig. Die Lautstärke am Fernseher oder der Musikanlage sollte nicht zu laut aufgedreht werden, vor allem nicht mit Kopfhörern. Lärm bei Konzerten oder bei handwerklichen Tätigkeiten im Haushalt kann mit Ohrstöpseln abgedämpft werden.

## 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

# Fanar Othman ist neuer Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie im Marien Hospital Witten

Seit dem 01. Januar 2026 leitet Fanar Othman die Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie im Marien Hospital Witten. Der erfahrene Pneumologe und Internist bringt umfassende Fachkenntnisse in der Diagnostik und Behandlung von Lungenerkrankungen mit, insbesondere im Bereich Lungenkrebs. Als neuer Chefarzt möchte er die Klinik mit innovativen Diagnoseverfahren und modernen Behandlungskonzepten weiterentwickeln.

„Unter der Leitung von Fanar Othman wird die Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie und Pneumologie wie gewohnt die gesamte Bandbreite der Inneren Medizin abdecken. Das bestehende hochqualifizierte Team ist bereits sehr gut aufgestellt“, sagt Sebastian Schulz, Mitglied der Geschäftsleitung der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr und ergänzt: „Durch die Erweiterung um Fanar Othmans Expertise wird das bestehende Leistungsangebot nun optimal abgerundet.“

Der neue Chefarzt möchte die sehr guten Voraussetzungen nutzen, um die Versorgungsqualität der Klinik weiter zu optimieren. Dabei hat er nicht nur die Lungenheilkunde im Blick. „Die Innere Medizin ist besonders vielfältig und wir wollen sicherstellen, dass wir in allen Bereichen, sei es in der Pneumologie, Gastroenterologie oder allgemeinen Inneren, auf höchstem Niveau arbeiten. Dabei wird die Patientenversorgung stets im Mittelpunkt stehen“, betont Fanar Othman, der zuletzt Chefarzt in einer spezialisierten Lungenfachklinik war und sich nun wieder breiter aufstellen möchte.

## Schwerpunkt: Bronchialkarzinom und innovative Diagnostik in der Pneumologie

Luftnot ist ein Symptom unter dem fast alle Patienten mit Lungenerkrankungen leiden. Diesen Menschen zu helfen, ist das zentrale Anliegen des 40-jährigen. Das Spektrum der Erkrankungen, die der Pneumologe behandelt reicht dabei von Asthma, über Lungenentzündungen und COPD bis zu Lungenkrebs.

Der zentrale Schwerpunkt seiner Arbeit liegt in der Diagnostik und Therapie des Bronchialkarzinoms (Lungenkrebs). Dabei setzt der Lungenspezialist auf moderne, hochspezialisierte Verfahren wie die endobron-



**Willkommen im Marien Hospital** – Sebastian Schulz (r.), Mitglied der Geschäftsleitung der St. Elisabeth Gruppe, begrüßt Fanar Othman, den neuen Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie des Marien Hospital Witten.

chiale Ultraschalluntersuchung (EBUS), die eine genaue Diagnostik ermöglicht und hilft, das Stadium von Lungenkrebs zuverlässig festzustellen. Darüber hinaus kommt unter seiner Leitung die Navigationsbronchoskopie zum Einsatz. Mit dieser Methode können auch schwer erreichbare krankhaft veränderte Bereiche in der Lunge genau untersucht und diagnostiziert werden. Ein weiteres wichtiges Verfahren ist die starre Bronchoskopie. Sie ist besonders dann von großer Bedeutung, wenn minimal-invasive Diagnose- oder Therapieverfahren bei komplexen Befunden, wie etwa bei besonders schwer zugänglichen Lungentumoren, eingesetzt werden. Sie ermöglicht eine exakte Diagnose im Rahmen derer Tumore schnelle sowie präzise erkannt und im Anschluss rasch behandelt werden können.

„Wir werden unseren Patienten moderne, leitliniengerechte und individuell abgestimmte Behandlungskonzepte anbieten. Dabei werden sowohl vollständig heilende als auch palliativmedizinische Ansätze berücksichtigt. Ziel ist es, für jeden Patienten eine passende

und ganzheitliche Therapie zu ermöglichen“, sagt der neue Chefarzt.

Wenn ab Frühjahr 2026 deutschlandweit ein allgemeines Lungenkrebs-Screening eingeführt wird, um die Erkrankung frühzeitig zu erkennen, ist die Klinik gut aufgestellt, um die zu erwartende steigende Zahl von Patienten optimal zu betreuen.

## Raucherentwöhnung und Weaning

Neben der Behandlung spielt für den Vater von zwei Kindern auch die Vorsorge eine wichtige Rolle. So plant er die Einführung eines umfassenden Raucherentwöhnungsprogramms, das sich sowohl an COPD-Patienten als auch an Raucher ohne bestehende Erkrankung richtet. „Prävention und Unterstützung bei der Raucherentwöhnung sind entscheidend, um langfristige Lungenerkrankungen zu vermeiden und die Lebensqualität der Patienten nachhaltig zu steigern“, erklärt der gebürtige Syrer.

Zusätzlich wird in der Klinik das sogenannte Weaning angeboten. Darunter versteht man ein

spezialisiertes medizinisches Verfahren zur schrittweisen Entwöhnung von Patienten von der künstlichen Beatmung, insbesondere nach einer längeren intensivmedizinischen Behandlung. Ziel ist es, die selbstständige Atmung sicher wiederherzustellen und die Lebensqualität der Betroffenen nachhaltig zu verbessern.

## Interdisziplinäre Zusammenarbeit

Der neue Chefarzt setzt zudem auf eine verstärkte interdisziplinäre Zusammenarbeit. Bei Patienten mit einer Lungenerkrankung sind oft auch andere Organe geschädigt. Daher ist bei der Behandlung von Lungenerkrankungen zum Beispiel der enge Austausch zwischen Pneumologen und Kardiologen wichtig. Bei Lungenkrebs zählen neben den Pneumologen u. a. Onkologen und Radiologen zum behandelnden Team, um eine individuelle ganzheitliche Versorgung der Patienten zu ermöglichen.

„Im Marien Hospital Witten möchte ich diese Zusammenarbeit weiter intensivieren, um unseren Patienten die bestmögliche Betreuung zu bieten“, erklärt der Castrop-Rauxeler.

# 17 TOP-Mediziner mit 34 Auszeichnungen

Das Nachrichtenmagazin FOCUS zeichnet jedes Jahr die besten Ärztinnen und Ärzte in ganz Deutschland aus. Die Ärzteliste 2026 unterstreicht einmal mehr: An allen sieben Krankenhausstandorten im EVA Ruhr erhalten Patientinnen und Patienten Spitzenmedizin von TOP-Medizinerinnen und -Medizinern. In den Augusta Kliniken in Bochum sowie in den Evangelischen Krankenhäusern in Castrop-Rauxel, Hattingen, Herne-Mitte, Herne-Eickel, Gelsenkirchen und Witten haben es insgesamt 17 Ärztinnen und Ärzte mit beachtlichen 34 Auszeichnungen in 28 Fachrichtungen auf die renommierte Empfehlungsliste geschafft.

„Wir sind sehr stolz darauf, dass Ärztinnen und Ärzte aus allen EVA Ruhr-Standorten zu den Besten in ganz Deutschland gehören“, sagt Olaf Walter, Konzerngeschäftsführer und Sprecher für den Bereich Gesundheitswirtschaft des EVA Ruhr. Dass die sieben Klinikstandorte für Spitzenmedizin im Ruhrgebiet stehen, zeige die wiederholte Auszeichnung vieler Kolleginnen und Kollegen in gleich mehreren Fachgebieten.

Mit seiner Ärzteliste gibt der FOCUS Patientinnen und Patienten eine erste Orientierung bei der Ärztwahl an die Hand. Die diesjährige Liste beinhaltet Empfehlungen für 126 Erkrankungen und Fachgebiete. Zur Erstellung der Ärzteliste des Jahres 2026 erhielten im Vorfeld rund 42.000 Mediziner Fragebögen zu medizinischen Qualifikationen und Behandlungsangebot, Engagement in der Wissenschaft, Lehre und Forschung. In die Bewertung flossen zudem Arzt- und Patientenempfehlungen ein. Datenerhebung und Auswertung erfolgten über ein unabhängiges Recherche-Institut.

*Diese Top-Mediziner stehen in der FOCUS-Ärzteliste 2026:*

Prof. Dr. Min-Suk Yoon (Diabetische Polyneuropathie | EvK Hattingen)

Prof. Dr. Juris J. Meier (Diabetische Polyneuropathie, Sexualstörungen bei Diabetes, Diabetologie, Gastroenterologie & CED | Augusta Kliniken Bochum und EvK Hattingen)

Prof. Dr. Burkhard Ubrig (Prostata-Syndrom, Blasenkrebs, Prostatakrebs | Augusta Kliniken Bochum)

Priv.-Doz. Dr. Benno Mann (Hernienchirurgie, Endokrine Chirurgie | Augusta Kliniken Bochum und EvK Hattingen)

Prof. Dr. Santiago Ewig (Infektiologie, COPD & Lungenemphysem, Asthma | Augusta Kliniken Bochum/Thoraxzentrum Ruhrgebiet)

Dr. Oliver Hagen (Akutgeriatrie | Augusta Kliniken Bochum und EvK Hattingen)

Prof. Dr. Udo Bonnet (Depressionen, Suchterkrankungen, Angst- und Zwangsstörungen | EvK Castrop-Rauxel)

Dr. Stephan Schmidt (Fußchirurgie, Unfallchirurgie | EVK Gelsenkirchen)

Prof. Dr. Chris Braumann (Bauchchirurgie, Gallenblase/Gallenwegschirurgie, Tumoren des Verdauungstrakts | EVK Gelsenkirchen und EvK Herne)

Dr. Jutta Schröder (Chronische Schmerzen | EVK Gelsenkirchen)

Dr. Abdallah Abdallah (Brustchirurgie | EVK Gelsenkirchen)

Dr. Ali Halboos (Diabetische Polyneuropathie, Angiologie, Diabetologie | EvK Herne)  
Priv.-Doz. Dr. Gabor Gäbel (Gefäßchirurgie, EvK Herne)

Priv.-Doz. Daniel Christian Christoph (Lungentumoren | EvK Herne)

Dr. Erich Hecker (Lungentumoren | EvK Herne/Thoraxzentrum Ruhrgebiet)

Dr. Jens Verbeek (Palliativmedizin, Gastrointestinale Endoskopie, Gastroenterologie & CED | EvK Herne)

Dr. Maria Marques (Akutgeriatrie | EvK Witten)

Schon bei den Klinikempfehlungen des FOCUS im Herbst 2025 erhielten die Standorte im EVA Ruhr 25 Qualitätssiegel. „All diese Auszeichnungen zeigen, dass unsere Teams an allen Standorten tagtäglich hervorragende Arbeit leisten – medizinisch wie menschlich. Dafür bin ich sehr dankbar. Zugleich verstehen wir die FOCUS-Empfehlungen als Ansporn, unseren Weg konsequent weiterzugehen: mit klaren Schwerpunkten, hoher fachlicher Qualität und starker regionaler Verantwortung“, so Olaf Walter.



**Konzerngeschäftsführer Olaf Walter** (8.v.r.) freut sich mit den Chefärzten im EVA Ruhr über die Auszeichnungen als TOP-Mediziner. (Foto: EVA Ruhr/Andreas Buck)



**Freuen sich über die besonderen Einblicke auf der PJ-Ausbildungsstation:** Die PJler Antonia Frei, Julius Tismer, Assistenzarzt Jan Bardelle, Hannah Mühlhauser, Prof. Dr. Mario Iasevoli, Dr. Christoph Brüggelolte und Henrike Jehn. (Foto: EVA Ruhr)

## Praktisches-Jahr-Station im EvK Witten:

# Besondere Einblicke für angehende Ärztinnen und Ärzte

**Das Praktische Jahr (PJ) ist für angehende Ärztinnen und Ärzte der letzte Abschnitt ihres Medizinstudiums. Aufgeteilt in drei Tertiale, sammeln sie in dieser Zeit praktische Erfahrungen in der Inneren Medizin, in der Chirurgie und in einem Wahlfach. Als Lehrkrankenhaus der Universität Witten/Herdecke bietet das Evangelische Krankenhaus Witten seinen Studierenden in dieser Zeit besondere Einblicke: Chefarzt Prof. Dr. Mario Iasevoli hat in seiner Klinik für Innere Medizin eine PJ-Ausbildungsstation eingerichtet.**

Seit Anfang des Jahres betreuen die Nachwuchsmediziner im EvK Witten, das Teil des EVA Ruhr (Evangelischer Verbund Augusta Ruhr) mit sieben Krankenhausstandorten in Bochum, Castrop-Rauxel, Gelsenkirchen, Hattingen, Herne und Witten ist, unter ärztlicher Supervision ihre eigenen Patienten: von der Aufnahme über die Visite bis zum Entlassungsbrief. Dabei schulen sie ihre Fähigkeiten in der Anamnese und Untersuchung sowie in der Gesprächsführung mit Patienten und Angehörigen. Sie machen Visiten, legen venöse Zugänge, nehmen Punktionen oder Sonografien vor, stellen Diagnosen, schreiben Befunde und ordnen Therapien an. Wertvolle Einblicke, von denen die Studierenden sehr profitieren:

Julius Tismer zum Beispiel hat auf der PJ-Station viel über organisatorische Abläufe im Stationsalltag gelernt. Antonia Frei gelingt es nun deutlich besser, zu priorisieren. „Am Anfang war alles wichtig, jetzt kann ich viel besser einschätzen, was akut ist und was noch aufgeschoben werden kann“, sagt die junge Frau rückblickend.

Auch wenn die Studierenden für ihre eigenen Patienten verantwortlich sind – allein sind sie auf der PJ-Ausbildungsstation nie. „Wir unterstützen natürlich im Hintergrund, stehen jederzeit für Gespräche zur Verfügung und betreuen die Studierenden sehr eng“, sagt Prof. Dr. Iasevoli. Die Lehre ist dem Ärztlichen Direktor des EvK eine

Herzensangelegenheit. Seit vielen Jahren engagiert er sich in der Fakultät für Gesundheit der Universität Witten/Herdecke und ist PJ-Verantwortlicher im EvK. Für seine wöchentliche Lehrvisite, mit der er die Studierenden auch auf ihr bevorstehendes Examen vorbereitet, nimmt er sich viel Zeit. Die PJ-Ausbildungsstation, ein langgehegter Wunsch Iasevolis, betreut er gemeinsam mit Oberarzt Dr. Christoph Brüggelolte und Assistenzarzt Jan Bardelle, der vor zwei Jahren selbst noch als Medizinstudent im Praktischen Jahr über den Wittener Stationsflur lief. „Wir machen hier ein ‚Training on the job‘. Die Studierenden üben hier genau das, was sie direkt nach dem Examen als Stationsärzte

machen müssen“, sagt Prof. Dr. Iasevoli. Er ist überzeugt: „Damit sind sie optimal auf die Zeit nach ihrer Ausbildung vorbereitet.“

Zum Ende des ersten Tertials ist der Chefarzt mit seinem neuen Ausbildungsangebot zufrieden: Die Premiere sei geglückt, die PJ-Ausbildungsstation in seinen Augen ein Gewinn für alle – auch für die Patienten. „Die sind begeistert, dass sich die Studierenden so viel Zeit für sie nehmen und sie viel Aufmerksamkeit bekommen“, berichtet Mario Iasevoli. Denn: Zusätzlich zur Visite der angehenden Mediziner werden sie natürlich bei Bedarf auch von den Stationsärzten in gewohnter Weise betreut.

# Myome und Endometriose: Moderne Therapien für mehr Lebensqualität

Starke Schmerzen, chronische Beschwerden und eine oft jahrelange Suche nach der richtigen Diagnose prägen den Alltag vieler Frauen mit Endometriose oder Myomen. Im Rahmen einer digitalen Patientenveranstaltung gab das Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne am 03. März 2026 einen kompakten Überblick über aktuelle medizinische Entwicklungen und Therapiekonzepte.

Die Online-Patientenveranstaltung des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe widmete sich den Herausforderungen und aktuellen Entwicklungen in der Behandlung von Endometriose und Myomen. Viele Frauen leiden unter diesen häufigen gynäkologischen Erkrankungen, die oftmals mit Schmerzen und erheblichen Einschränkungen im Alltag verbunden sind.

Ein zentrales Thema der Veranstaltung war die Bedeutung einer frühzeitigen Diagnose bei Endometriose. Experten erläuterten, warum diese Erkrankung häufig erst spät erkannt wird und wie eine individuelle Behandlung die Lebensqualität der betroffenen Frauen deutlich verbessern kann. Neben einer Behandlung mit Medikamenten umfasst diese Therapie unterschiedliche operative Behandlungsverfahren – je nachdem wo die Endometriose Herde im Körper liegen. Als erste Klinik in Deutschland wird im Marien Hospital Witten bereits seit

2025 auch die gezielte Verödung mit einem feinen Helium-Plasmastrahl eingesetzt. Dieses besondere Verfahren kommt bei nicht-tief infiltrierender Endometriose – also Endometriose, die nicht tief in Organe eindringt und somit oberflächlicher ist – zum Einsatz

Zudem wurde im Rahmen der Veranstaltung hervorgehoben, dass Myome – obwohl sie gutartig sind – vielfältige Beschwerden verursachen können. Im Mittelpunkt standen dabei moderne, möglichst schonende medikamentöse und operative Behandlungsmöglichkeiten, die je nach persönlicher Situation eingesetzt werden. Im Marien Hospital Witten und dem St. Anna Hospital Herne wird ein besonders schonendes, narbenfreies Verfahren zur Entfernung von Myomen eingesetzt. Dieses wird nur von wenigen Zentren bundesweit angeboten.

## Aufklärung und Perspektiven für Betroffene

„Es ist uns ein großes Anliegen,

verständlich und transparent über die verschiedenen Möglichkeiten in der Diagnostik und Behandlung aufzuklären, um betroffenen Frauen eine bessere Orientierung zu geben und Perspektiven für ein beschwer-

defreieres Leben aufzuzeigen“, betonte Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik des Marien Hospital Witten.



*Die Experten der Online-Patientenveranstaltung gaben einen umfassenden Einblick in moderne Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten bei Endometriose und Myomen.*

## Evangelischer Verbund Augusta Ruhr / Ev. Krankenhaus Witten AM am 15. April:

# Patientenveranstaltung zu Chronischen Schmerzen

**Chronische Schmerzen belasten Körper, Psyche und soziales Leben – und dennoch bleiben viele Betroffene unterversorgt. Häufig ist nicht bekannt, dass es spezialisierte Schmerztherapien gibt.**

Mit dem EVA Ruhr Patientenforum „Chronischer Schmerz“ informieren erfahrene Schmerzmedizinerinnen und Schmerzmediziner aus sechs Standorten im EVA Ruhr (Evangelischer Verbund Augusta Ruhr) über individuelle Therapiemöglichkeiten im Ruhrgebiet.

**So auch am 15. April um 17 Uhr im Seminarzentrum des EvK**

**Witten, Pferdebachstraße 27, 58455 Witten. Die Teilnahme ist kostenlos.**

Welche Möglichkeiten bietet die moderne Schmerztherapie? Wie lässt sich eine ganzheitliche, multimodale Schmerzbehandlung mit Berufstätigkeit vereinbaren? Gibt es Bewegungsübungen, die bei chronischen Rückenschmerzen helfen? Diese und weitere Fragen werden von Expertinnen und Experten beantwortet.

Der Evangelische Verbund Augusta Ruhr (EVA Ruhr) vereint sieben starke Krankenhäuser im Ruhrgebiet in Bochum, Castrop-Rauxel, Gelsenkirchen, Hat-

tingen, Herne und Witten mit einem umfassenden Angebot für Menschen mit chronischen Schmerzen. Beim Patientenforum stellen die Expertinnen und Experten aus den verschiedenen Schmerzkliniken Therapiemöglichkeiten vor und stehen zum Austausch bereit.

## Moderne Schmerzbehandlung im EVA Ruhr

Die Patientinnen und Patienten können in allen Krankenhäusern des EVA Ruhr eine moderne Schmerzbehandlung wahrnehmen und je nach vorliegender Erkrankung an den einzelnen Standorten spezia-

lisierte Therapien in Anspruch nehmen. Allen Angeboten liegt ein multimodaler Behandlungsansatz zugrunde, bei dem nicht nur körperliche, sondern auch psycho-soziale Faktoren behandelt werden. Denn die Ursachen von chronischem Schmerz sind ein Zusammenspiel vieler verschiedener Faktoren. Ärger in der Partnerschaft, Unzufriedenheit im Job, Mobbing und fehlende Selbstwirksamkeit können eine Auswirkung auf das Schmerzempfinden haben. Einen weiteren Termin hierzu gibt es am 17. Juni 2026, 17 Uhr, in der Augusta-Kranken-Anstalt Bochum.

## Weiterbildung erfolgreich abgeschlossen:

# 20 neue Pflegeexpertinnen für Stoma, Kontinenz und Wunde

Mit der feierlichen Zeugnisvergabe haben 20 Teilnehmer aus dem gesamten Bundesgebiet die zweijährige Weiterbildung „Pflegeexperte Stoma, Kontinenz, Wunde“ am Bildungswerk der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr erfolgreich abgeschlossen. Mit dem Abschluss der Weiterbildung haben die Teilnehmerinnen Qualifikationen erworben, die sie befähigen, Patienten mit Stoma, Kontinenzproblemen und Wunden zu begleiten. Damit verfügen sie über drei anerkannte Qualifikationen für die spezialisierte Pflegepraxis.

Die modular aufgebaute Weiterbildung vermittelte vertiefte Kenntnisse in den Bereichen Stomapflege, Kontinenzförderung sowie Wund- und Fistelversorgung. Neben pflegemäßigem Know-how standen insbesondere die Beratung und Informierung des Patienten über sein Krankheitsbild und dessen Behandlung im Mittelpunkt. Ziel ist es, Betroffene im Umgang mit den häufig einschneidenden Veränderungen ihres Alltags zu begleiten und sie zu größtmöglicher Selbstständigkeit zu befähigen. Auch die Anleitung von Angehörigen und Pflegenden anderer Fachdisziplinen gehört zum erweiterten Aufgabenprofil der Absolventen.

Ein besonderer Fokus lag auf unterschiedlichen Patientengruppen, etwa Kindern oder älteren Menschen, sowie auf dem sicheren Umgang mit möglichen Komplikationen. Ergänzt wurde die Weiterbildung durch praxisnahe Prüfungsformate und einer Abschlussarbeit mit Kolloquium, in der die Teilnehmer eigene Fragestellungen aus den Fachbereichen vertieften. „Die zunehmende Komplexität

in der Patientenversorgung erfordert hochqualifizierte Pflegefachpersonen, insbesondere in spezialisierten Bereichen wie der Stoma-, Kontinenz- und Wundversorgung“, sagt Daniel Donner, Leitung des Bildungszentrum Ruhr. „Als Bildungseinrichtung sehen wir es als unsere Verantwortung, Pflege kontinuierlich weiterzuentwickeln. Moderne Pflege bedeutet dabei

nicht nur fachliche Expertise, sondern ebenso eine professionelle Patientenbegleitung, qualifizierte Anleitung und die gezielte Stärkung der Selbstständigkeit von Patienten.“

Der Abschluss ist unter anderem Voraussetzung für die Mitarbeit in zertifizierten Darmkrebszentren, wie sie von der Deutschen Krebsgesellschaft

gefordert wird. Darüber hinaus eröffnen sich Tätigkeitsfelder in Krankenhäusern, Rehabilitationskliniken oder Homecare-Unternehmen.

Das Bildungswerk bietet die zweijährige Weiterbildung im zweijährigen Rhythmus an. Der nächste Kurs startet im Juni 2026. Weitere Informationen sind unter [www.elisabethgruppe.de](http://www.elisabethgruppe.de) abrufbar.



**Insgesamt 20 Teilnehmer** aus dem gesamten Bundesgebiet haben die zweijährige Weiterbildung „Pflegeexperte Stoma, Kontinenz, Wunde“ am Bildungswerk der St. Elisabeth Gruppe erfolgreich abgeschlossen.

## Patientenveranstaltung am 9. April im Marien Hospital:

# Straffungsoperation nach massivem Gewichtsverlust – welche Optionen gibt es?

**Ein massiver Gewichtsverlust ist für Adipositas-Patienten zunächst ein großer Erfolg und ein wichtiger Schritt zu einem gesünderen Leben. Allerdings bringt eine starke Gewichtsabnahme meist eine neue Herausforderung mit sich: schlaffe Haut. Diese ist nicht nur ein kosmetisches Problem, sondern führt oft zu schmerzhafter Wundreibung.**

Im Rahmen der Patientenveranstaltung „Straffungsoperation nach massivem Gewichtsverlust“, die am 09.04.2026 im

Marien Hospital Witten stattfindet, informieren Experten der Klinik für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie des Marien Hospital Witten über die Möglichkeiten für Betroffene.

Themen der Veranstaltung sind: Therapiemöglichkeiten, mögliche Ergebnisse, die individuelle Planung einer Straffungsoperation, aber auch die Wichtigkeit der Vor- und Nachsorge. Zudem wird sich ein großer Teil der Veranstaltung um die Voraussetzungen und Verfahren zur Antrags-

stellung einer Straffungsoperation bei den Krankenkassen widmen. Darüber hinaus bietet die Veranstaltung viel Raum für Fragen, Diskussionen und den Austausch mit dem medizinischen Team.

Die Veranstaltung „Straffungsoperation nach massivem Gewichtsverlust“ findet am Donnerstag, den 09.04.2026, ab 18.00 Uhr im Konferenz- und Medienraum, Gebäude B des Marien Hospital Witten statt. Anmeldung unter: [www.marien-hospital-witten.de/pv-straffungsoperation](http://www.marien-hospital-witten.de/pv-straffungsoperation)

# Viel Expertise für ein mysteriöses Krankheitsbild

**Die Interstitielle Zystitis (IC), auch chronisches Beckenschmerzsyndrom genannt, ist eine chronische Erkrankung der Blase, die nichts mit Bakterien oder einer bakteriellen Entzündung zu tun hat.**

„Es ist eine mysteriöse Erkrankung der Blase, denn auch wenn es verschiedene Theorien gibt, ist die Entstehung letztlich ungeklärt“, weiß Prof. Dr. Andreas Wiedemann. Im Rahmen der Vortragsreihe „Medizin konkret“ informierte der Chefarzt der Klinik für Urologie im Evangelischen Krankenhaus Witten über diese äußerst seltene Erkrankung, unter der vor allem Frauen leiden, und die wegen der starken Schmerzen und bis zu 60 Toilettengängen am Tag für Betroffene mit einem enormen Leidensdruck verbunden ist. „Auch wenn der Blasen-schmerz führend ist, gibt es ganz unterschiedliche Sympto-

me, die oftmals denen anderer Erkrankungen ähneln. Deshalb dauert es meist lange, bis eine Diagnose gestellt und Erkrankten geholfen wird“, so Prof. Dr. Wiedemann. Die erforderliche Expertise bei der Behandlung der IC erhalten Betroffene im EVA Ruhr (Evangelischer Verbund Augusta Ruhr) mit seinen sieben Krankenhausstandorten: Die Klinik für Urologie im EvK Witten bildet zusammen mit der Klinik für Gynäkologie und der Klinik für Neurologie im EvK Herne eines von deutschlandweit nur zehn Zentren für Interstitielle Zystitis. Prof. Dr. Wiedemann und seine Kollegen im EVA Ruhr zählen damit zu den wenigen Experten in Deutschland, wenn es um die Interstitielle Zystitis geht. „Die IC ist zwar nicht heilbar, aber es gibt unterschiedliche Therapie-möglichkeiten. Wir haben einen großen Baukasten an Optionen, die abhängig von den Sympto-

men zum Einsatz kommen, und mit denen wir die Krankheit gut einstellen können“, verspricht Prof. Dr. Wiedemann. Im EvK

Witten gibt es eine spezielle IC-Sprechstunde für Betroffene. Eine Terminvereinbarung ist unter 02302.175-2521 möglich.



**Prof. Dr. Andreas Wiedemann** informierte im Rahmen der Vortragsreihe „Medizin konkret“ über eine seltene Erkrankung: die Interstitielle Zystitis. (Foto: Volker Beushausen/EVA Ruhr)



## Auf dem Weihnachtsmarkt 800 Euro für die Palliativstation gesammelt

**Das Osterfest steht fast vor der Tür, da werden im Evangelischen Krankenhaus Witten noch einmal Erinnerungen an Weihnachten wach:** Wenn sich die Mitglieder des Stammtisches und des Fördervereins der Feuerwehr Witten – Löscheinheit Hölzer in der Adventszeit regelmäßig auf dem Wittener Weihnachtsmarkt in der Gran Paradiso Mountain Lounge trafen, brachten sie immer auch eine Spendendose mit. Bei jedem Besuch sammelten sie fleißig Spenden für die Palliativstation

im EvK. Das EvK Witten ist Teil des EVA Ruhr (Evangelischer Verbund Augusta Ruhr), zu dem sieben Krankenhausstandorte in Bochum, Castrop-Rauxel, Gelsenkirchen, Hattingen, Herne und Witten gehören. Am Ende kamen stolze 800 Euro zusammen, die Jana Werner von SnL Event (2.v.l.) sowie Jan-Vincent Hampe (3.v.l.) und Stefan Knöller (4.v.l.) vom Förderverein der Feuerwehr nun bei einem Besuch im EvK überreichten. Die Freude darüber war groß bei Krankenhauspfarrer Stephan

Happel (r., Vorsitzender des Fördervereins Palliativstation Witten), Dr. Christoph Hackmann (3. v. r., 2. Vorsitzender des Fördervereins und Chefarzt der Klinik für Hämatologie und Onkologie) und den Pflegefachkräften Birgit Hampe (l.) und Fabian Bracht (2.v.r.), die die Spenden entgegennahmen. Unterstützung wie diese ist wichtig, um den Patientinnen und Patienten der Palliativstation zum Beispiel Aroma- oder Musiktherapien zu ermöglichen. Diese gehen über die Basisfi-

nanzierung der Krankenkassen hinaus, sind aber ein wichtiger Teil des ganzheitlichen Behandlungskonzepts, denn sie fördern das Wohlbefinden der unheilbar Erkrankten in ihrer letzten Lebensphase. Wer die Arbeit des Fördervereins Palliativstation Witten ebenfalls unterstützen möchte, kann dies mit einer Spende tun: Palliativstation Witten e.V. Sparkasse Witten IBAN: DE57 4525 0035 0006 6380 01 BIC: WELADED1WTN

## Neue Leitlinie zur Stilldauer:

# Chefarzt aus Herdecke an bundesweiter Empfehlung beteiligt

Mit der Veröffentlichung der AWMF-S3-Leitlinie „Stilldauer und Interventionen zur Stillförderung“ liegt in Deutschland erstmals eine evidenzbasierte Empfehlung zur optimalen Stilldauer von Säuglingen vor. An der Erstellung dieser Leitlinie hat Prof. Dr. med. Alfred Längler mitgearbeitet. Er ist Chefarzt der Kinder- und Jugendmedizin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke (GKH), Vorsitzender der WHO/Unicef-Initiative „Babyfreundliches Krankenhaus“ und Sprecher der Nationalen Stillkommission.

Zentraler Bestandteil der Leitlinie ist die Empfehlung, reifgeborene Säuglinge bis zum vollendeten sechsten Lebensmonat ausschließlich beziehungsweise überwiegend zu stillen. Darüber hinaus wird eine Gesamtstilldauer von mindestens zwölf Monaten empfohlen – ergänzend zur Einführung von Beikost. Diese wissenschaftliche Präzisierung entspricht den Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sowie der Mehrzahl internationaler Leitlinien.

iese Leitlinie markiert einen wichtigen Meilenstein für die Stillförderung in Deutschland“, sagt Prof. Dr. med. Alfred Längler. „Sie schafft erstmals eine wissenschaftlich fundierte und transparente Grundlage für Beratung, Versorgung und gesundheitspolitische Entscheidungen. Zugleich ist

uns bewusst, dass die neuen Empfehlungen bestehende Routinen verändern und ein Umdenken bei Fachpersonal, Institutionen und in der gesellschaftlichen Wahrnehmung erfordern.“

Der Leitlinie ging ein intensiver Arbeits- und Konsensprozess voraus, an dem zahlreiche wissenschaftliche Fachgesellschaften unterschiedlicher Disziplinen beteiligt waren. Mehrere hundert internationale Originalarbeiten wurden systematisch recherchiert, kritisch bewertet und methodisch ausgewertet. Die Empfehlungen bilden damit den aktuellen Stand der Wissenschaft ab und beruhen auf einem breit getragenen fachlichen Konsens. Die Auswertung der Evidenz zeigt, dass Muttermilch auch im zweiten Lebenshalbjahr einen relevanten Beitrag zur Ernährung von

Säuglingen leistet und mit überwiegend protektiven Effekten für die kindliche und auch die mütterliche Gesundheit verbunden ist.

Für die babyfreundlich zertifizierte Perinatklinik des GKH unterstreicht die neue Leitlinie die Bedeutung einer qualifizierten, evidenzbasierten Stillberatung. Eltern erhalten damit eine verlässliche Orientierung auf Grundlage aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse. „Stillen ist weit mehr als Nahrungsaufnahme“, betont Prof. Dr. med. Alfred Längler. „Es stärkt den Bindungsaufbau und ist zudem ein wertvoller Gesundheitsfaktor für Mutter und Kind. Deshalb ist es uns ein großes Anliegen, Eltern von Anfang an gut zu begleiten und ihnen Wissen an die Hand zu geben, das ihnen Sicherheit und Orientierung gibt.“



**Hat an der Erstellung der Leitlinie mitgearbeitet: Prof. Dr. med. Alfred Längler, Chefarzt der Kinderklinik am GKH, Vorsitzender der WHO/Unicef-Initiative „Babyfreundliches Krankenhaus“ und Sprecher der Nationalen Stillkommission.**

## Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke:

# Kinderklinik zum neunten Mal „Ausgezeichnet. FÜR KINDER“

Bereits zum neunten Mal in Folge wurde die Fachabteilung für Kinder- und Jugendmedizin des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke (GKH) mit dem renommierten Gütesiegel „Ausgezeichnet. FÜR KINDER 2026–2027“ geehrt. Die Auszeichnung gilt jeweils für zwei Jahre.

„Die erneute Auszeichnung erfüllt uns mit großer Dankbarkeit und Freude. Sie bestätigt uns in unserem Anspruch, unseren jungen Patienten medizinisch auf höchstem Niveau zu begegnen und sie und ihre Familien auch menschlich zu begleiten“, betont Prof. Dr. med. Alfred Längler, Chefarzt der Kinder- und Jugendmedizin am GKH. „Gerade für Eltern ist es wichtig zu wissen, dass ihr Kind in guten Händen ist. Das Gütesiegel ist dafür ein starkes und sichtbares Zeichen.“

In der aktuellen Bewertungsrunde zur Erlangung des Qualitätssiegels lag ein besonderer Fokus auf der Stärkung der Kinderkrankenpflege sowie auf klar definierten pädiatrischen Behandlungsschwerpunkten. Hier deckt die Kinderklinik am

GKH ein breites Spektrum ab, zu dem neben der allgemeinen Pädiatrie auch die Kinder- und Jugend-Hämatologie und -Onkologie, die Neonatologie, die Neuropädiatrie sowie die pä-

diatrische Psychosomatik und Sozialpädiatrie gehören.

Für den Erhalt des Siegels müssen Kinderkliniken ihre Strukturqualität freiwillig prüfen lassen und dabei hohe Anforderungen

erfüllen, die von einer unabhängigen Bewertungskommission aus Vertreter\*innen führender Fachverbände anhand klar definierter Kriterien kontrolliert werden.



**Zum neunten Mal „Ausgezeichnet. FÜR KINDER“: Das Team der Kinder- und Jugendmedizin am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke freut sich über den Erhalt des Qualitätssiegels.**

## Informative Patientenveranstaltung im Marien Hospital:

# Adipositas – moderne Behandlungsmöglichkeiten im Fokus

**Starkes Übergewicht ist ein zunehmendes gesellschaftliches Problem: Adipositas ist eine Erkrankung mit weitreichenden Folgen für die Gesundheit der Betroffenen. Welche Behandlungswege es gibt und wie Betroffene langfristig unterstützt werden können, stellten Experten des Marien Hospital Witten bei der Patientenveranstaltung „Adipositas im Fokus: Behandlung und Perspektiven“ der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie vor, die Ende Februar stattfand.**

Adipositas ist mehr als ein paar Kilo zu viel: Es handelt sich um chronische Erkrankung, bei der es zu einer krankhaften Vermehrung des Körperfetts kommt. Rund 20 Prozent der Erwachsenen in Deutschland gilt als stark übergewichtig (adipös). Unbehandelt kann Adipositas die Lebensqualität deutlich einschränken und schwerwiegende Folgeerkrankungen nach sich ziehen: Dazu zählen unter anderem Herz- und Kreislauferkrankungen, Diabetes mellitus sowie ein erhöhtes Risiko für bestimmte Krebserkrankungen. Ziel moderner Therapien ist daher nicht nur, Gewicht zu reduzieren, sondern die Gesundheit insgesamt nachhaltig zu verbessern.

### **Viefältige Therapiewege bei Adipositas**

„Adipositas ist eine komplexe und ernsthafte Erkrankung, für die es bislang keine weltweit wirksame Lösung gibt, um ihr dauerhaft entgegenzuwirken. Gerade deshalb kommt es auf eine individuell abgestimmte, fachübergreifende Behandlung an“, erklärte Prof. Metin Senkal, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie des Marien Hospital Witten. „Mit unserer Patientenveranstaltung möchten wir zeigen, welche modernen Therapieansätze es gibt und wie Betroffene durch eine



*Die Experten des Marien Hospital Witten rund um Prof. Dr. Metin Senkal (3. v. l.), Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie des Marien Hospital Witten, informierten Besucher umfassend über Behandlungsmöglichkeiten bei Adipositas.*

gezielte Begleitung im Adipositaszentrum neue Perspektiven für ihre Gesundheit entwickeln können.“

Vor diesem Hintergrund stellten die Experten des Marien Hospital Witten die Behandlungsmöglichkeiten bei Adipositas vor: Diese reichen von konservativen Ansätzen, wie medikamentösen Therapien, bis hin zu operativen Verfahren,

wenn andere Maßnahmen nicht den gewünschten Erfolg bringen. Ein besonderer Fokus der Veranstaltung lag auf den Adipositas-Operationen, wie die Bildung eines Schlauchmagens und die Magenbypass-Operation, mit denen effektiv das Gewicht reduziert werden kann. Experten stellten ebenfalls die Vorteile der minimal-invasiven und roboter-assistierten Eingriffe vor.

### **Der Weg nach der Adipositas-OP**

Ebenso wichtig wie der Eingriff selbst ist die Zeit danach: Teilnehmende erfuhren, wie plastisch-rekonstruktive Eingriffe helfen können, die Körperkontur nach starkem Gewichtsverlust wiederherzustellen. Zum Abschluss hatten Besucher die Gelegenheit, Fragen zu stellen und mit den Experten in Kontakt zu treten.

### **Infos zu Greenlight-Laser und Co.:**

## **Nächste Uro-Führung im EvK ist am 21. Mai**

**Die nächste Führung durch die Urologische Ambulanz am Ev. Krankenhaus Witten findet am Donnerstag, 21. Mai, statt. Damit wird der normale Rhythmus der Uro-Führungen unterbrochen. Der eigentliche Termin wäre (als zweiter Donnerstag des Monats) der 14. Mai gewesen. Dieser Donnerstag fällt aber auf den Feiertag Christi Himmelfahrt. Darum wurde der Termin um eine Woche auf den 21. Mai verschoben.**

Dann aber geht es um 17 Uhr im 1. OG der Klinik wieder nicht nur um Prostata, Nierensteine und Co., sondern um alle relevanten urologischen Themen und um die Arbeits- und Verfahrensweisen der modernen Urologie. Diese stellen sich dank modernster Technik als wesentlich sanfter und patientenschonender dar, als dies früher der Fall war, so werden es Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann und Teile seine Teams erklären. Eines der

besten Beispiele für moderne Technik und patientenschonende Behandlung: Die Therapie der gutartigen Prostatavergrößerung mit grünem Laserlicht (Greenlight-Laser). Schon seit Jahren gilt diese Methode als die patientenschonendste überhaupt.

Ähnlich verhält es sich mit der OP im 3-D-Verfahren, die auch sehr anschaulich dargestellt wird. Da können sich Teilneh-

mer der Uro-Führung sogar selbst als Operateure am Modell versuchen.

Interessenten mögen sich diesen Termin merken. Treffpunkt ist am angegebenen Ort, wo Chefarzt Prof. Dr. Andreas Wiedemann die Besucher empfangen.

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme an der Führung ist kostenlos.

## Jubiläum der Grünen Damen und Herren im EvK Witten:

# Christl Gebert schenkte 40 Jahre lang ihre Zeit

„Ich erinnere mich noch genau an meinen ersten Dienst, ich wusste zuerst gar nicht, was genau ich machen soll“, erinnert sich Christl Gebert mit einem Schmunzeln an den März 1976. Es war die Geburtsstunde der Grünen Damen und Herren im Evangelischen Krankenhaus Witten, das heute zum EVA Ruhr (Evangelischer Verbund Augusta Ruhr) mit sieben Klinikstandorten gehört. Das EvK ist damals das erst zweite Krankenhaus in NRW, in dem sich die Ehrenamtlichen engagierten. Jetzt feierten die Grünen Damen und Herren in Witten ihr 50-jähriges Bestehen. Christl Gebert zählt zu den Gründungsmitgliedern. Fast 40 Jahre lang hat sie den grünen Kittel getragen, das Markenzeichen der ehrenamtlichen Initiative.

Die junge Frau war damals einem Aufruf des Krankenhaus-Seelsorgers Dieter Pfarre und der Wittenerin Ingrid Kreuder gefolgt. 59 Damen und ein Herr hatten sich seinerzeit darauf gemeldet. Eben auch Christl Gebert. Sie war Anfang der 70er Jahre mit ihrem Mann aus Süddeutschland ins Ruhrgebiet gezogen; erst nach Bochum, später nach Witten. Der Aufruf kam für die Hausfrau und zweifache Mutter genau richtig, fiel er doch in eine Zeit, als der jüngste Sohn gerade in den Kindergarten gekommen war und sie damit wieder etwas mehr Kapazitäten hatten. „Das Ehrenamt im EvK hat mir unheimlich geholfen, in Witten Fuß zu fassen“, erinnert sich die heute 83-Jährige. Und: Es war eine willkommene Abwechslung zum Alltag, der damals von Haushalt und Familie geprägt war. Eine Abwechslung, die Christl Gebert allerdings sehr ernst nahm. Denn: Der Dienstag war in ihrem Kalender fortan für die Grünen Damen und Herren reserviert, das wussten alle. „Wenn man ein Ehrenamt übernimmt, muss man auch zuverlässig sein“, findet die Wittenerin. Und so konnte sie in ihrer fast 40-jährigen ehrenamtlichen Tätigkeit die Tage, an denen sie dienstags nicht im Dienst war, beinahe an einer Hand abzählen.

Doch zurück zu den Anfängen, den ersten Diensten auf der chirurgischen Station, damals noch im alten Diakonissenhaus: „Es war von Beginn an festgelegt, dass wir keine pflegerischen Aufgaben übernehmen dürfen“, blickt Christl Gebert zurück. Obwohl sie als gelernte Arzthelferin dazu in der Lage gewesen wäre, hielt sie sich daran. Statt in der Pflege zu helfen, beschränkte sich Christl Gebert auf etwas, das mindestens genauso wichtig war: Zeit schenken. „Ich habe schnell

festgestellt, dass die Patienten von ganz allein zu erzählen beginnen, wenn man sich nur die nötige Zeit nimmt“, so die Wittenerin. Und so hat sie in den Jahrzehnten ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit den Sorgen vieler Kranken ein Ohr geschenkt. Sie hat viele Schicksale am Patientenbett begleitet, Leidensgeschichten mitunter auch mit nach Hause genommen. Etwa die eines jungen Mannes, der mehrere Wirbel gebrochen hatte und sechs Wochen lang ganz flach auf dem Rücken liegen musste. „Das hat mich damals unglaublich beeindruckt“, erinnert sich Christl Gebert.

Mit ihrer geschenkten Zeit hat Christl Gebert den Patienten viel gegeben – aber auch selbst viel mitgenommen: Als junge Mutter von zwei Söhnen bekam sie von älteren Patienten oft Ratschläge fürs Leben, die sie ihr Leben lang beherzigt hat. Was für sie aber noch viel prägender war: „Ich habe so viele Schicksale gesehen, dass ich unglaublich dankbar war, dass es uns so gut ging. Gesunde Kinder, keine finanziellen Sorgen – ich habe gelernt, all das viel mehr wertzuschätzen“, sagt Christl Gebert.

Als die Wittenerin wieder ihrem gelernten Beruf nachging, ließ sie das Ehrenamt zwischenzeit-



**Christl Gebert** stöbert in alten Zeitungsberichten aus ihrer Zeit als Grüne Dame. Bildunterschrift (Foto: EVA Ruhr)

lich ruhen. Doch lange hielt sie es ohne den grünen Kittel nicht aus. Mit ihrer Rückkehr ins EvK änderte sich allerdings ihre Tätigkeit. Statt Patienten auf den Stationen zu besuchen, half sie nun an der Information aus, packte in der Bücherei mit an oder backte im Wohnzimmer der Palliativstation Waffeln. Bis die Corona-Pandemie 2020 das Leben ausbremste und auch die Ehrenamtlichen zur Pause zwang.

Für Christl Gebert war es allerdings kein Abschied auf Zeit,

sondern das Ende ihrer Tätigkeit als Grüne Dame. Denn als sich die Lage eineinhalb Jahre später langsam entspannte, hängte sie ihren grünen Kittel an den Haken. „Das Ehrenamt fehlt mir schon sehr“, gesteht die 83-Jährige. „Aber alles hat eben seine Zeit“, sagt die Wittenerin und streicht mit der Hand den grünen Kittel glatt, den sie als Andenken zum Abschied bekam. Tief in ihrem Herzen ist sie auch heute noch eine von ihnen: eine der Grünen Damen und Herren im EvK Witten.

**Weltnerientag:**

# Expertin gibt Tipps zum Schutz der Nieren

Sie sind gerade einmal faustgroß und leisten täglich Schwerstarbeit für unseren Körper: die Nieren. „Diese beiden Organe sind zentral für unsere Gesundheit und sollten deshalb gut geschützt werden“, rät Dr. Maria Marques, Leitende Oberärztin der Klinik für Geriatrie im Evangelischen Krankenhaus Witten, das Teil des EVA Ruhr (Evangelischer Verbund Augusta Ruhr) mit insgesamt sieben Krankenhausstandorten ist. Anlässlich des Weltnerientages am 12. März gibt die erfahrene Nephrologin und Geriaterin Tipps, was insbesondere ältere Menschen für ihre Nierengesundheit tun können.

Nieren filtern das Blut, regulieren den Blutdruck, steuern den Salz- und Wasserhaushalt und beeinflussen die Bildung roter Blutkörperchen. „Ihre Bedeutung reicht weit über die Entgiftung hinaus“, sagt Maria Marques. Gerade deshalb hat eine eingeschränkte Nierenfunktion gravierende Folgen: „Schon leichte Funktionsverluste der Nieren erhöhen das Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall und Herzinsuffizienz deutlich“, weiß die Fachärztin für Innere Medizin und Nephrologie. Umgekehrt bedeutet das auch: Wer seine Nieren schützt, schützt zugleich Herz und Gefäße.

Besonders ältere Menschen sollten ihre Nierengesundheit im Blick haben, denn mit zunehmendem Alter verändert sich die Nierenfunktion: Die Zahl der funktionsfähigen Filtereinheiten nimmt ab, Blutgefäße verlieren an Elastizität und Erkrankungen wie Bluthochdruck oder Diabetes treten häufiger auf. Auch der Wasserhaushalt wird im Alter schwieriger zu regulieren, denn das Durstempfinden lässt nach. Gleichzeitig nehmen viele ältere Menschen Medikamente ein, die entwässernd wirken oder den Blutdruck senken. „Herz- und Nierenerkrankungen beeinflussen sich gegenseitig“, erklärt Dr. Maria Marques. „Deshalb ist es wichtig, bestehende Erkrankungen zu

kennen und sowohl die Medikamenteneinnahme als auch die Trinkmenge individuell anzupassen.“ Ein zentraler Vorsorgetest zur Erkennung von Nierenerkrankungen ist die Bestimmung von Albumin im Urin. „Die Untersuchung ist unkompliziert und kann in der Hausarztpraxis erfolgen“, weiß Maria Marques. Albumin im Urin weist früh auf eine Schädigung der Nierenfilter hin – oft bevor Beschwerden oder auffällige Blutwerte auftreten. „Gerade für ältere Menschen und Patientinnen und Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist diese Kontrolle von hoher Bedeutung“, betont die Nephrologin.

Auf Grundlage von Empfehlungen internationaler Fachgesellschaften hat die Leitende Oberärztin acht goldene Regeln zum Schutz der Nieren formuliert:

- 1. Körperlich aktiv bleiben**, denn Bewegung stabilisiert Blutdruck und Stoffwechsel.
- 2. Blutzucker kontrollieren**, denn eine gute Diabeseinstellung schützt die Nieren.
- 3. Blutdruck konsequent behandeln**, denn erhöhter Druck schädigt die feinen Filtergefäße.
- 4. Ausgewogen essen**, Salz reduzieren und frische Lebensmittel bevorzugen.
- 5. Bedarfsgerecht trinken** – das sind in den

meisten Fällen 1,5 bis 2 Liter täglich; bei Herz- oder Nierenerkrankungen muss die Trinkmenge individuell abgestimmt werden.

**6. Aufs Rauchen verzichten**, denn das schützt Gefäße und Durchblutung.

**7. Schmerzmittel zurückhaltend einsetzen** – eine Dauereinnahme sollte nicht ohne ärztliche Begleitung erfolgen.

**8. Nierenfunktion regelmäßig überprüfen lassen** – besonders im höheren Lebensalter und bei Risikofaktoren.



**Dr. Maria Marques**  
Leitende Oberärztin  
Klinik für Geriatrie  
EvK Witten

## Help-Kiosk ist seit März auch „Gesundheitskiosk“

Der Help-Kiosk an der Ecke Hauptstraße / Wideystraße ist für geflüchtete Menschen eine zentrale Anlaufstelle für vielfältige Lebenslagen. Seit dem 4. März wurde das bestehende Angebot dort erweitert: Jetzt kommen mittwochs und donnerstags verschiedene niedrigschwellige Beratungs- und Unterstützungsangebote rund um das wichtige Thema Gesundheit hinzu.

Das Angebot steht allen Menschen in Witten offen, unabhängig von Alter, Herkunft oder Versicherungsstatus. Besonders angesprochen sind ältere Menschen, chronisch Erkrankte, Pflegebedürftige und ihre Angehörigen, armutsbetroffene Familien sowie Menschen mit Zuwanderungsgeschichte und Sprachbarrieren.

Das sind die Beratungszeiten – kein Termin erforderlich:

● Mittwochs von 10 bis 13 Uhr ist die Soforthilfe der St. Elisa-

beth Gruppe vor Ort und bietet allgemeine Gesundheitsberatung sowie Unterstützung bei der Vermittlung weiterer Hilfen an.

● Donnerstags von 10 bis 13 Uhr berät der Caritasverband Witten im Wechsel zu Pflegefragen und zu Mutter-Kind-Kuren. Eine Terminvereinbarung ist nicht erforderlich. Interessierte können ohne Anmeldung vorbeikommen, Fragen klären, Informationen erhalten oder sich

bei Bedarf weitervermitteln lassen.

Das Projekt ist Teil der kommunalen Strategie zur Stärkung gesundheitsförderlicher Strukturen und trägt zur nachhaltigen Stärkung der sozialen und gesundheitlichen Chancengerechtigkeit in Witten bei. Das Angebot soll schrittweise mit weiteren gesundheitsfördernden Angeboten ausgebaut werden.

Gemeinsam umgesetzt wird der neue „Gesundheitskiosk“ vom

Projekt Gesunde Stadt Witten (GeWIT) mit starken regionalen Partnern: dem Caritasverband Witten, der St. Elisabeth Gruppe mit Marienhospital, Soforthilfe und MVZ, dem Paritätischen Ennepe-Ruhr-Kreis, der Universität Witten/Herdecke, der Hausarztpraxis Dr. Schmelzer sowie dem Team des Help-Kiosks. Mit dem neuen Angebot werden bestehende Angebote besser vernetzt, Zugangsbarrieren abgebaut und Menschen individuell unterstützt.

# Mit dem dritten Frühchen aus Norddeutschland zurück ins Marien Hospital Witten

**Eine ganz besondere Geschichte: Vor 16 Jahren kamen im Marien Hospital Witten Zwillinge als Frühchen zur Welt. Vor kurzem erlebte dieselbe Familie, mit ihrem dritten Kind, erneut das außergewöhnliche Ereignis einer Frühgeburt im selben Krankenhaus, obwohl sie inzwischen rund 250 km entfernt wohnt.**

Der kleine Talih, der als Frühchen das Licht der Welt erblickte, wurde in der vertrauten Umgebung der Frühgeborenen-Intensivstation des Marien Hospital Witten versorgt, genau wie es bei seinen älteren Geschwistern damals der Fall war. Was diese Geschichte noch einzigartig macht, ist die Tatsache, dass die Familie inzwischen nicht mehr in Witten lebt, sondern rund 250 km entfernt in Niedersachsen.

Die Eltern, die ihre Verbindung zum Marien Hospital Witten stets bewahrt haben, entschieden sich trotz der langen Entfernung, für die Geburt ihres dritten Kindes wieder in ihre ehemalige Heimatstadt zurück-

zukehren. Besonders herausfordernd für die Familie war die weite Strecke: Der Vater pendelte zwischen Niedersachsen und Witten, während die Mutter während der Zeit nach der Geburt in Witten blieb, um ihrem Sohn zur Seite zu stehen.

„Es war eine emotionale Entscheidung, aber wir wollten, dass unser Sohn die gleiche erstklassige Versorgung bekommt, wie damals auch unsere Zwillinge. Das Marien Hospital Witten hat uns immer sehr gut unterstützt, und das Team der Kinder- und Jugendklinik hat uns geholfen, die schwierige Zeit gut zu überstehen“, sagt Sue-Ane, die Mutter der Familie.

## **Vertrauen und Führsorge – trotz Entfernung**

Die Familie betont die Bedeutung der familiären Bindung zum Marien Hospital Witten, das sie auch nach Jahren noch als einen Ort der Sicherheit und des Vertrauens sehen. Die Ärzte und Pflegekräfte der Kinder- und Jugendklinik, die die Zwillingsgeschwister damals betreut hatten, erinnern sich ebenfalls an die ersten Momente der damaligen Frühchen und sind mit viel Empathie und Engagement für den kleinen Talih da.

„Es ist für mich ein ganz besonderer Moment, zu sehen, wie diese Familie bereits zum zweiten Mal unser Krankenhaus

in einer solch herausfordernden Zeit gewählt hat“, sagt Dr. Bahman Gharavi, Chefarzt der Kinder- und Jugendklinik des Marien Hospital Witten. „Es zeigt, wie tief das Vertrauen in uns gewachsen ist und wie stark die Bindung zwischen der Familie und dem Marien Hospital Witten ist“, so Dr. Bahman Gharavi weiter.

Der kleine Talih ist nach rund dreimonatigem Aufenthalt im Marien Hospital Witten mittlerweile nachhause entlassen worden und wird nun von seinen Eltern und seinen beiden großen Schwestern im heimischen Niedersachsen bestens umsorgt.



**Die Familie** zusammen mit Dr. Claudia Hirschhausen (3. v. r.), Leitende Oberärztin der Kinder- und Jugendklinik, sowie dem Team der Kinderintensivstation der Kinder- und Jugendklinik des Marien Hospital Witten.



**In Langendreer – Zug prallt gegen Baum** – Mitte März kam es zu einem Feuerwehreinsatz auf der Zugstrecke Witten – Dortmund. Die Deutschen Bahn hatte die Feuerwehr alarmiert. Auf Höhe der Oberstraße war ein Zug mit einem auf die Gleise gestürzten Baum kollidiert. Beim Eintreffen der Einsatzkräfte befanden sich noch rund 50 Fahrgäste sowie das Zugpersonal im Zug. Glücklicherweise wurde niemand verletzt. Alle Personen wurden vorsorglich durch den Rettungsdienst gesichtet. Da der beschädigte Zug seine Fahrt nicht fortsetzen konnte, musste er kontrolliert geräumt werden. Die Weiterreise der Fahrgäste wurde durch eingerichtete Ersatzbusverbindungen ermöglicht. Die Feuerwehr unterstützte bei der Evakuierung. Für die Dauer des Einsatzes kam es zu einer Streckensperrung der betroffenen Bahnverbindung.

### A448:

## Mehrmonatige Sperrung der Anschlussstelle Witten-Annen

Die Autobahn GmbH des Bundes teilt mit: Die Autobahn Westfalen verfüllt alte Bergbaustollen unter der A448 bei Witten, um die Verkehrsteilnehmer vor Absackungen der Fahrbahn zu schützen. Deswegen wurden Auffahrt und Abfahrt der Anschlussstelle Witten-Annen in Fahrtrichtung Dortmund seit Samstag (21.3.) für die Dauer von voraussichtlich drei bis vier Monaten gesperrt.

Umleitungen mit dem Roten Punkt sind eingerichtet. Die Umleitung für die Auffahrt führt über die A448 Fahrtrichtung Bochum bis zur Anschlussstelle Witten-Stockum, wo die Verkehrsteilnehmer zurück auf die Fahrtrichtung Dortmund geführt werden.

Die Umleitung für die Abfahrt führt über das Kreuz Dortmund/Witten und die A45 zur Anschlussstelle Dortmund-Eichlinghofen und von dort zurück über die A45 und A448 zur Abfahrt Witten-Annen Fahrtrichtung Bochum. Für die Dauer der Arbeiten wird an der Anschlussstelle Eichlinghofen eine Ampel-

anlage aufgestellt.

Die Dauer der Sicherungsarbeiten hängt auch davon ab, ob dabei weitere nicht verzeichnete Stollen (sogenannter „Wilder Bergbau“) gefunden werden. Diese müssten dann ebenfalls verfüllt werden, mit entsprechenden Auswirkungen auf die Bauzeit.

Im Anschluss an die Arbeiten auf der Richtungsfahrbahn Dortmund wird die Verfüllung auf der Richtungsfahrbahn Bochum fortgesetzt. Dafür wird die Auffahrt Witten-Annen in Fahrtrichtung Bochum gesperrt. Die entsprechenden Termine werden zeitnah bekannt geben.

Evangelischer Verbund  
Augusta Ruhr

Ev. Krankenhaus  
Witten

## Ambulanz-Führung

Nächster Termin: **Donnerstag, 21. Mai 2026, 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.evkwitten.de](http://www.evkwitten.de)

Boston  
Scientific  
Advancing science for life™

Prostatazentrum  
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

BECKENBODEN  
ZENTRUM  
RUHRGEBIET

Zentrum für  
Hämorrhoidale Zysten  
und Beckenschmerz

KONTINENZ- UND  
BECKENBODENZENTRUM  
HAGEN-WITTEN  
Kompetenz in Kontinenz

UROLOGISCHES ZENTRUM  
WITTEN  
ambulant nach dem  
Europäischen  
Standard



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

[www.familien-krankenpflege.com](http://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](mailto:info@familien-krankenpflege.com)

☎ 02302 - 9 40 40 0

[www.familien-krankenpflege.com](http://www.familien-krankenpflege.com)

Monatlich lädt die Tagespflege Am Mühlengraben der Familien- und Krankenpflege Herdecke-Witten-Wetter (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 2. April.



Evangelischer Verbund  
Augusta Ruhr



Ev. Krankenhaus  
Witten

# Veranstaltungen im APRIL 2026

## EVA Ruhr Patientenforum Chronischer Schmerz

Schmerz lass nach!

15. April 2026 | 17 Uhr

## Medizin konkret: Leben mit künstlichem Gelenk

Dr. Guido Rölleke

22. April 2026 | 17 Uhr

Mehr Infos unter  
[www.evk-witten.de](http://www.evk-witten.de)



**Evangelisches Krankenhaus Witten**

Pferdebachstr. 27

58455 Witten

02302.175-0