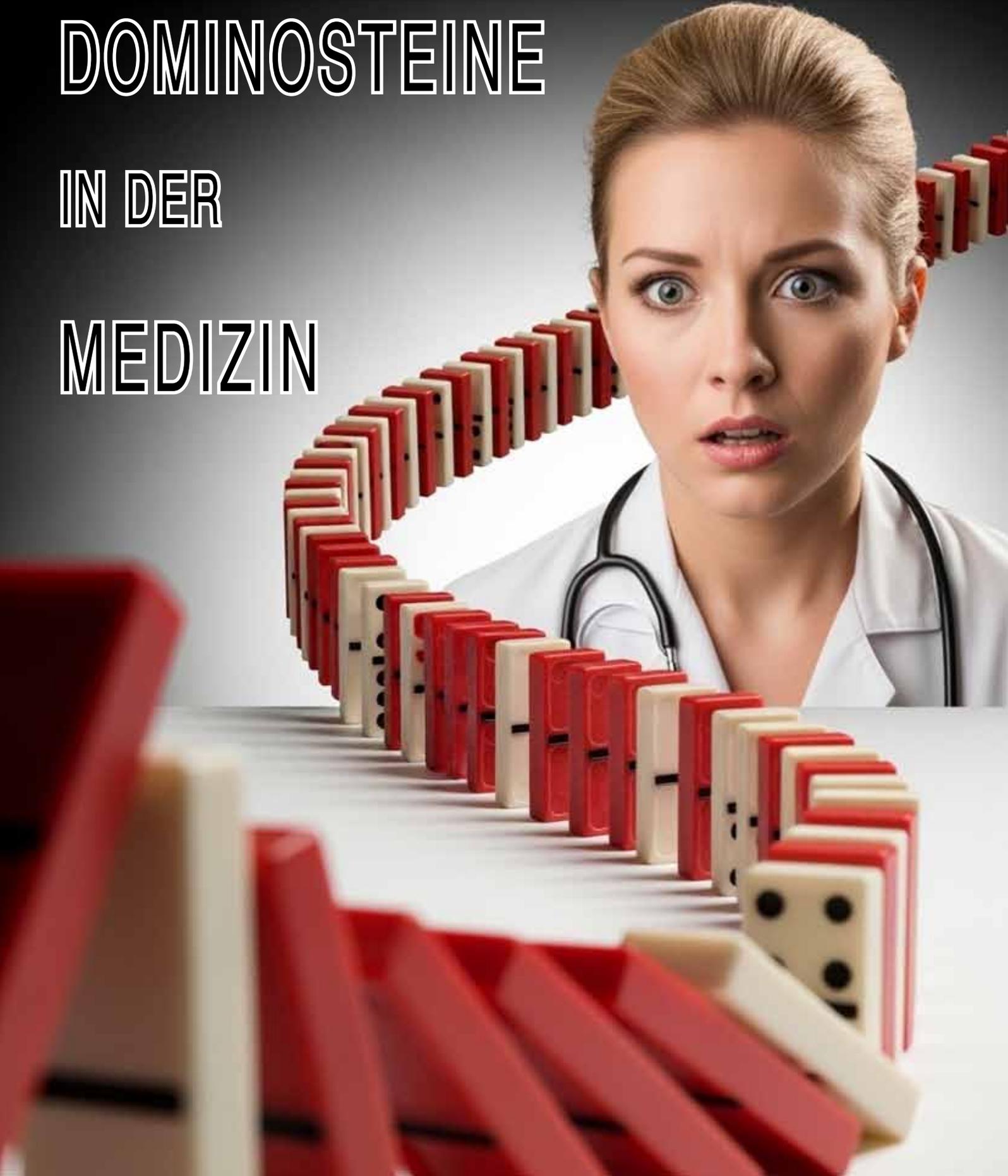
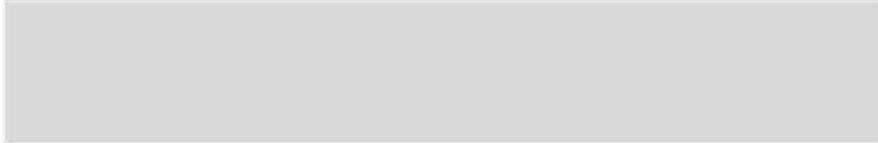


DOMINOSTEINE

IN DER

MEDIZIN





Ihre Gesundheit? Eine Herzensangelegenheit!



Die Kardiologische Klinik des Marien Hospital Witten versorgt Patienten mit einem breiten Spektrum an Herzerkrankungen. In modernen Räumen und unter Einsatz neuester Technik behandeln die Experten unter anderem:

- Herzrhythmusstörungen
- Vorhofflimmern
- Herzmuskelentzündung
- Herzinfarkte
- Koronare Herzkrankheit
- Herzmuskelschwäche
- Herzklappenerkrankungen
- Mitralklappen-Clipping
- TAVI-Klappenersatz

Marien Hospital Witten | Kardiologische Klinik

Marienplatz 2 | 58452 Witten | Fon 0 23 02 - 173 - 13 03 | Fax 0 23 02 - 173 - 13 79

kardiologie@marien-hospital-witten.de | www.marien-hospital-witten.de



EDITORIAL

Wir befinden uns in den Sommerferien. Den vielen Schülern sei die freie Zeit gegönnt. Als jemand, der die Schule schon so weit hinter sich hat, dass die Erinnerung verblasst, frage ich mich doch manchmal, was da heutzutage im Deutschunterricht gelehrt wird. Wer die Posts in den sozialen Medien verfolgt, kann leicht zu dem Schluss kommen, dass dort entweder nicht so viel gelehrt wird oder aber dem Lehrstoff wenig Bedeutung oder – sagen wir mal – keine Alltagstauglichkeit beigemessen wird. Das würde die Unmengen an Fehlern erklären. Aber: Es kommt noch etwas hinzu, das nicht unter die Rubrik „Fehler“ fällt, sondern unter „Umgangssprache“. Es gibt Radiomoderatoren, die die neuen Worte der modernen Umgangssprache nahezu penetrant zelebrieren. Dass man etwas Positives anerkennt, indem man es „liked“ ist ja schon nicht mehr wegzudenken aus unserem Sprachgebrauch. Dass aber im umgekehrten Fall „gehätet“ wird, stimmt schon nachdenklich. Wer etwas „gehätet“ hat, kann schon ganz schön als „agro“ rüberkommen. Dabei soll uns das Internet doch im positiven Sinne „connecten“. Was ich davon halte, lässt sich bestimmt zwischen den Zeilen herauslesen. Oh je, ich glaube nicht, dass ich für diesen Post geliked werde...

Ist aber auch nicht so wichtig. Wichtiger ist, den Titel dieser Ausgabe „Dominosteine in der Medizin“ zu erklären. Mit dem „Dominoeffekt“, dass ein Stein den anderen zu Fall bringt und der wiederum den nächsten usw., soll dargestellt werden, dass es auch vielfach Erkrankungen gibt, die den Anstoß für weitere Erkrankungen geben. Das ist mitunter eine erschreckende Erkenntnis. So z. B. das auch in dieser Ausgabe angesprochene Thema der chronischen Darmentzündung. Für sich genommen schon schlimm genug, kann sie über komplizierte körperinterne Vorgänge zu einer Erkrankung der Leber führen, welche sogar im Krebs enden kann. Und das ist nur ein Beispiel. Das Sprichwort „Ein Unglück kommt selten allein“, kann im medizinischen Bereich vielfach zur Anwendung kommen.

Gut ist es, zu wissen, dass die Medizin darum weiß. „Problem erkannt, Problem gebannt“ heißt es so schön, doch so einfach ist es nicht. Es bedarf nicht selten hoher medizinischer Kompetenz und oft auch der medizinischen Interdisziplinarität, um derartige Krankheitsprobleme in den Griff zu bekommen.

Heimische Mediziner haben dankenswerterweise in dieser Ausgabe viele Facetten dieses hochinteressanten Themas aus der Perspektive ihrer jeweiligen Disziplin beleuchtet. Schauen Sie selbst.

Diese Ausgabe ist die jährliche Doppelausgabe Juli / August von Witten transparent. Im August gibt es keine separate Ausgabe. Weiter geht es erst im September.

Darum sei an dieser Stelle auf einiges hingewiesen, was uns die nächste Zeit beschert. So findet am 7. September im Rahmen der Zwiebelkirmes die 17. Wittener Seniorenmesse statt; am 21. September öffnet die 13. Gesundheitsmesse Bochum im RuhrCongress ihre Pforten von 11 bis 17 Uhr. Und am Sonntag, 14. September, steht die nächste Kreistags- und Kommunalwahl an. Da geht es u. a. darum, wer in Witten Bürgermeister wird und wie sich der Rat der Stadt künftig zusammensetzen wird. Näheres hierzu an anderer Stelle in dieser Ausgabe. Es sei appelliert an alle Wahlberechtigten: Gehen Sie zur Wahl, nehmen Sie Ihr demokratisches Wahlrecht wahr! Einen schönen Sommer wünscht Ihnen Ihr



Olaf Gellisch

WITTEN transparent

Impressum

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

www.verlag-gellisch.de

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

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Prof. Dr. Seven Schiermeier
Prof. Dr. Sebastian Rütten
PD Dr. Hans-Jörg Hippe
Prof. Dr. Philipp Sewerin
Dr. Bahman Gharavi

Anzeigen: Verlag Olaf Gellisch (verantwortlich)

Satz und Gestaltung: Verlag Olaf Gellisch

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

Es gilt die Anzeigenpreisliste von Nr. 2 von Januar 2021. Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider, sondern grundsätzlich die der namentlich genannten Autoren. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial sowie für Datenträger wird keine Haftung übernommen. Witten transparent erscheint jeweils monatlich (Ausnahme Doppelausgabe Juli / August) in Witten und in Bochum-Langendreer.

Witten transparent verzichtet weitgehend auf das Gendern, um eine größtmögliche Leserlichkeit zu erhalten. Dies möge nicht als diskriminierend gewertet werden, da alle Darstellungen geschlechterumfassend gemeint sind. Sofern gegenderte Fremdbeiträge zur Veröffentlichung kommen, bei denen die gegenderte Form beibehalten werden soll, so wird dies entsprechend respektiert und umgesetzt.

Der Internet-Auftritt von Witten transparent ist in die neue Website des Verlages Olaf Gellisch eingebettet. Sie ist online zu finden unter:
www.verlag-gellisch.de

WITTEN transparent

Diese Ausgabe von Witten transparent ist die Doppelausgabe Juli / August 2025. Im August gibt es keine separate Ausgabe. Die nächste Ausgabe erscheint im September.

Anzeigen und Redaktionsschluss für die September-Ausgabe 2025 ist am Freitag, 12. September.

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

www.verlag-gellisch.de

Harninkontinenz...

Rückzug – Depression – Autonomieverlust

Dominostein Nr. 1: Die Selbstversorgung

Sie kommt schleichend und bei beiden Geschlechtern, manchmal mit 40, manchmal mit 60 oder 80. Sie kommt nach Geburten, stellt sich bei Prostatavergrößerung ein oder bleibt nach großen Operationen oder schweren Erkrankungen. Sie kommt anfangs selten, dann immer häufiger, sie ist anfangs kein Problem, muss aber dann mit immer mehr Hilfsmitteln versorgt werden: Gemeint ist die Harninkontinenz. Rund 40 % der 80jährigen sind betroffen – Mann und Frau. Nicht alle suchen ärztliche Hilfe, viele organisieren erst einmal eine Versorgung im Discounter. Gerade Frauen, die den Umgang mit Vorlagen gewöhnt sind, versorgen sich so über Jahre. Und Männern wird mit einer „Bau-marktsprache“, einem „technischen Layout“ der Verpackungen und Begriffen, die jenseits des Problems Harninkontinenz gewählt wurden, suggeriert, dass es gar keine anderen Lösungen als die Vorlage gibt: „Protector level one“ – farblich nicht wie bei Frauen rosa-hellblaue Blümchen, sondern an Dübel oder Motoren erinnernde Farbgebung in grau, silber und

dunkelblau... Die Botschaft, die transportiert wird, ist, dass es sich nicht um eine Krankheit handelt, sondern um eine „normale“ Alterserscheinung, die gar kein Problem darstellt und gut versorgt werden kann. Viele Betroffene zahlen ihre Versorgung lieber aus eigener Tasche, als sich bei einem Arztbesuch beraten und behandeln zu lassen und ein Hilfsmittelrezept ausstellen zu lassen. Dies führt häufig dazu, dass auch nicht die richtige Versorgung gewählt wird: zu kleine Vorlagen mit zu geringer Saugkraft übereinander oder eine riesige Schutz-hose mit enormer Saugkraft für eine eher gering ausgeprägte Harninkontinenz werden häufig gesehen. Leider wird in dieser Phase der Selbstversorgung und des ersten Dominosteines bereits eine Chance verpasst und der erste Schritt in eine Abwärtsspirale begangen.

Dominostein Nr. 2: Rückzug

Irgendwann einmal passiert es dann: die äußere Hose ist sichtbar nass, die Gartenstuhlaufgabe bei Freunden hat einen Fleck oder bei der Seniorengymnastik passiert bei der Kniebeuge ein „Malheur“. Das Tabu ist plötzlich kein Tabu mehr, sondern

wird offensichtlich. Wenn auch jetzt nicht der Schritt zu einer medizinischen Behandlung getan wird, bleibt dem Betroffenen nur der Dominostein Nr. 2: Der Rückzug aus den Aktivitäten, die er als risikobehaftet erlebt. Also keine Seniorengymnastik mehr, kein Besuch bei Freunden zum Gartenfest, keine Ausflüge, Feiern, Gottesdienste, Partys... Der soziale Rückzug greift um sich. Dies hat langfristig wiederum Folgen für die Psyche und die Harninkontinenz selbst. Inaktivität und gerade auch der Verzicht auf sportliche Betätigung führen zu einer Verschlimmerung der Harninkontinenz. Sozialer Rückzug bedeutet auch eine Vereinsamung: Kontakte werden nicht mehr gepflegt, es finden keine anregenden Gespräche und Unternehmungen in der Gruppe statt, „die Kreise werden kleiner“.... Der Betroffene erlebt das als gedämpfte Stimmung, er hat nichts mehr, auf das er sich freuen kann und es besteht die Gefahr, dass er den 3. Dominostein auslöst.

Dominostein Nr. 3: depressives Verhalten

Wir wissen heute, dass ein soziales Netzwerk, ein Famili-

enverbund, eine Partnerschaft oder ein Freundeskreis vor der Auslösung einer Depression schützt. Andersherum haben Menschen, die allein leben, das höchste Risiko, eine Depression zu erleiden. Neben (psychosomatischen) Beschwerden des Körpers macht sich das Gefühl der Nutzlosigkeit, der Freudlosigkeit und Ausweglosigkeit breit. Hier sind insbesondere Männer suizidgefährdet: Bei einer unbehandelten Depression greifen sie – männertypisch – zu einer scheinbaren Lösung und begehen Suizid. Hier ist es noch schwerer, einen Antrieb zu finden, zum Arzt zu gehen, weil ja die Antriebslosigkeit zum Krankheitsbild gehört. Es kann zu Vernachlässigung von Haushalt und Person führen, die Schrulligkeit kann in eine „Messi hafte“ Wohnsituation und vernachlässigte Körperpflege führen. Der 4. Dominostein wird ausgelöst.

Dominostein Nr. 4: Pflegebedürftigkeit

Wir wissen heute, dass eine Harn- oder auch Stuhlinkontinenz häufig Auslöser von Pflegebedürftigkeit sind. Immer dann, wenn das Problem etwa durch eine akute Erkrankung



Abb.: Unterschiedliches „gentrifiziertes“ Layout für Inkontinenzeinlagen bei Mann und Frau: Blumenmotive, warme, rosa-violette Farbgebung und mit „diskret“ zartes Wording für die Frau, graue, metallische Farben und martialische „protector shield“ Waffensprache für den Mann (Quelle: Tena webshop).

„aktenkundig“ wird, löst es eine entsprechende Reaktion aus. Wenn z. B. ein alter, alleinlebender Mensch, der „gerade noch so“ in der eigenen Wohnung klargekommen ist, weil vielleicht die Nachbarin eingekauft, der Nachbar die Flurwoche übernommen und die Kirchengemeinde den Seniorenbus zum Arzt geschickt hat, plötzlich akut erkrankt und ins Krankenhaus kommt, bricht das ganze Kartenhaus zusammen. Eine längere Bettlägerigkeit, eine Operation mit langer Vollnarkose, ein Intensivaufenthalt oder eine schwere Infektion führen zu einem Verlust von Autonomie, mehr Bettlägerigkeit oder Hilfebedürftigkeit. Nun wird mit „strukturierten Assessments“ die Situation des Menschen erfasst – Harninkontinenz, Immobilität, geistiger

Abbau... Am Ende der Abwärts-spirale steht die Notwendigkeit der professionellen Pflege – häufig nicht mehr in den eigenen 4 Wänden. Die Kurzzeitpflege ist als Übergangslösung gedacht; dann häufig der Einstieg in eine definitive und dauerhafte Heimunterbringung. An eine Behandlung der Harninkontinenz wird jetzt oft nicht mehr gedacht – es stehen andere Probleme im Vordergrund und das „Rehabilitationspotenzial“ des Pflegebedürftigen wird als gering eingeschätzt. Oftmals stehen auch organisatorische Probleme einer Inkontinenztherapie entgegen: allein eine Urinuntersuchung wird zu einem Glücksspiel, wenn der Betroffene nicht in eine Arztpraxis kommen kann. Auch weitergehende Untersuchungen wie Ultraschall oder eine vaginale Un-

tersuchung in einem gyn. Stuhl sind in weite Ferne gerückt. Es bleibt wiederum die Versorgung der Harninkontinenz – und die Spirale hat mit dem ersten Dominostein wieder ihren Anfang erreicht...

Was bleibt, ist die Erkenntnis, dass Harninkontinenz oftmals der Auslöser für vielfältige Prozesse jenseits von Blase und Beckenboden ist. Die Behandlungsaussichten sind umso besser, je früher begonnen und je besser die körperlichen und geistigen Ressourcen des Patienten sind. Betroffene und Angehörige bzw. Betreuungspersonen sollten vor diesem Hintergrund die Tabuisierung des Problems verlassen und frühzeitig qualifizierte Hilfe in Anspruch nehmen – ehe es zu spät ist.



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

Urologische Themen in verständlicher Form

„Das geht unter die Gürtellinie“, so ein geflügeltes Wort, das besagt: Hier ist eine Grenze erreicht, die nicht überschritten werden sollte. Dies bezieht sich zumeist auf Witze, die drohen, ins Vulgäre abzudriften. Da, wo dem Anstand mittels Gürtellinie eine Grenze gesetzt ist, fangen die Themen für die Urologen erst an. Doch wird es da nicht vulgär, sondern medizinisch. Und segensreich – für die, die urologische Hilfen benötigen und bekommen.

Dass urologische Erkrankungen unangenehm sind, darüber braucht man nicht zu sprechen. Dass aber der Gedanke an urologische Behandlungen ebenfalls für viele mit unangenehmen Gefühlen behaftet ist, darüber sollte man schon sprechen. Und genau das tun Prof. Dr. Andreas Wiedemann, Chefarzt der Klinik für Urologie am Ev. Krankenhaus Witten, und sein Team im Rahmen der öffentlichen Führungen durch die Urologische Ambulanz.

Und dies aus gutem Grund: Während dieser alle zwei Monate stattfindenden Führungen werden die modernen Verfahrensweisen der heutigen Urologie vorgestellt und laienverständlich erörtert. Dies geht sogar soweit, dass Besucher sich selbst als Operateure (am Modell) versuchen können um z. B. einen „Nierenstein“ mit einem sehr flexiblen und feinem Instrument zu entfernen. Und auch die Therapie der gutartigen Prostatavergrößerung mittels grünem Laser-Licht wird

sehr anschaulich dargestellt und ist für Laien sogar an einem eigens dafür geschaffenen Greenlight-Laser-Simulator selbst auszuprobieren.

Und diese beiden Beispiele zeigen, dass die moderne Urologie in vielen Punkten gigantische Fortschritte gemacht hat gegenüber den altbekannten (mitunter gefürchteten) Methoden von früher. Die moderneren Methoden – möglich dank neuester HighTech-Instrumente – erleichtern einerseits den Operateuren ihre Arbeit, aber sie sind dazu auch sehr patientenschonend. Die Greenlight-Laser-Methode ist zwar nicht mehr ganz neu, sie gilt aber heute noch als die schonendste Methode zur Behandlung dieses Männerleidens.

Die nächste Führung durch die Urologische Ambulanz ist am Donnerstag, 11. September. Treffpunkt ist um 17 Uhr im 1. OG des Ev. Krankenhauses an der Pferdebachstraße in Witten. Die Teilnahme ist kostenlos; Voranmeldung nicht nötig.



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

www.familien-krankenpflege.com



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

Kontakt:

Geschäftsstelle

Wullener Feld 34 - 58454 Witten

info@familien-krankenpflege.com

02302 - 9 40 40 0

www.familien-krankenpflege.com

Monatlich lädt die Tagespflege Am Mühlengraben der Familien- und Krankenpflege 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. Die nächsten Treffen sind am 7. August und am 4. September.

Endometriose:

Wenn die Periode zur Belastung wird

Die Endometriose ist eine weit verbreitete, aber oft lange unerkannte chronische Erkrankung, die Frauen betrifft. Das Hauptsymptom sind starke Unterleibsschmerzen rund um die Menstruation – medizinisch spricht man von sogenannter Dysmenorrhoe. Das bedeutet: Viele betroffene Frauen haben bereits in den Tagen vor ihrer Periode sowie während der ersten Menstruationstage sehr starke, oft krampfartige Schmerzen. Diese können so belastend sein, dass der Alltag kaum noch zu bewältigen ist – Schule, Beruf oder Freizeitaktivitäten werden zur Herausforderung. Dennoch dauert es häufig Jahre, bis die richtige Diagnose gestellt wird.

Bei Endometriose wächst Gewebe, das der Gebärmutter-schleimhaut ähnelt, außerhalb der Gebärmutterhöhle. Diese sogenannten Endometrioseherde können entzündungsähnliche Reaktionen und Verwachsungen im Körper auslösen. Da das Endometriosegewebe hormonabhängig ist, unterliegen die Schmerzen dem weiblichen Zyklus.

Auswirkungen auf Alltag und Beruf

Die Schmerzen können bei Betroffenen so stark ausgeprägt sein, dass die Teilnahme am Schulunterricht oder am Beruf nicht möglich ist. In einer Studie gaben 70 % der Patientinnen mit einer Endometriosediagnose an, dass sie im letzten halben Jahr aufgrund der Endometriose krankgeschrieben waren. Die Beeinträchtigung kann



Sind die Unterleibsschmerzen vor und während der ersten Menstruationstage so belastend, dass der Alltag kaum noch zu bewältigen ist, kann es sich um eine Endometriose handeln.

Foto: Photoboyko – stock.adobe.com

so stark sein, dass sogar ein Grad der Behinderung von 10 % bis 60 % anerkannt werden kann.

Eine Anlaufstelle für Endometriose-Patientinnen

Ein großes Problem ist die Zeitspanne zwischen dem Auftreten der ersten Symptome der Endometriose bis zur Diagnose und der damit anschließenden Therapie. Studien zeigen, dass die durchschnittliche Zeit bis zur Diagnose der Endometriose 7 bis 10 Jahre beträgt. Um Betroffenen während dieser Zeit eine Anlaufstelle anzubieten, gibt es spezielle Endometriosesprechstunden. Auch die Frauenklinik des Marien Hospital Witten bietet als eine der größten Fachkliniken in der Region mit einem großen Schwerpunkt auf der Diagnostik und Behandlung der Endometriose eine solche Sprechstunde an.

Individuelle Therapie für mehr Lebensqualität

Oberstes Ziel ist es, den erkrankten Patientinnen alle

modernen konservativen und operativen Therapieoptionen anzubieten. Um die Lebensqualität der von Endometriose Betroffenen wieder zu steigern, ist es wichtig, ein individuelles Therapiekonzept zu erstellen. Dieses Konzept kann von der Einnahme von Tabletten bis hin zu interdisziplinären operativen Eingriffen zusammen mit Chirurgen und Urologen reichen. In komplexen Situationen kommt in der Frauenklinik des Marien Hospital Witten auch ein hochmoderner Operationsroboter zum Einsatz, mit dem der Chirurg besonders präzise operieren kann. Die Patientin profitiert von einer kürzeren Genesung von dem Eingriff, da das roboterassistierte Operieren mit nur wenigen kleinen Schnitten auskommt.

Damit die Rückkehr in das normale schmerzfreie Leben bestmöglich funktioniert, arbeitet im Marien Hospital Witten ein Team aus verschiedenen Disziplinen täglich zusammen. Ziel von Ärzten, Pflegefachpersonal

und Therapeuten ist stets die Beschwerdefreiheit der betroffenen Patientinnen und die Ermöglichung eines unbeschwerteren Lebens ohne Schmerzen.



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

Wie ein Beckenschiefstand zu Rückenschmerzen führen kann

Manchmal beginnt alles mit einem kleinen Ungleichgewicht – und zieht eine ganze Kette an Beschwerden nach sich. So wie beim sogenannten Beckenschiefstand. Auf den ersten Blick scheint er harmlos zu sein, doch über Jahre hinweg kann er die Wirbelsäule überlasten und zu chronischen Rückenschmerzen führen – ein typisches Beispiel dafür, wie in der Medizin ein Symptom den nächsten „Dominostein“ ins Wanken bringen kann.

Was genau ist ein Beckenschiefstand?

Das Becken verbindet Beine und Oberkörper und bildet zugleich das stabile Fundament für die Wirbelsäule. Gerät es aus dem Lot, etwa weil ein Bein etwas kürzer ist oder weil die umliegende Muskulatur unterschiedlich stark beansprucht wird, neigt sich eine Seite des Beckens nach oben oder unten. Diese Verschiebung nennt man Beckenschiefstand. Betroffene merken das oft gar nicht, weil der Unterschied in den meisten Fällen nur wenige Millimeter beträgt – zumindest nicht sofort. Ein Beckenschiefstand kann angeboren oder im Laufe des Lebens erworben sein. Letzteres geschieht häufig durch Fehlhaltungen, Bewegungsmangel oder einseitige Belastung im Alltag oder beim Sport. Auch nach Verletzungen oder Unfällen kann es zu einer Schiefstellung des Beckens kommen.



Bei einem Beckenschiefstand neigt sich eine Seite des Beckens nach oben oder unten. Oft betrifft dies nur weniger Millimeter, doch diese Schiefelage kann dauerhaft zu einer Fehlbelastung der Wirbelsäule und damit zu Rückenschmerzen führen. Foto: dream@do – stock.adobe.com

Die stille Überlastung der Wirbelsäule

Das Problem bei einem Beckenschiefstand: Die Wirbelsäule versucht, das Ungleichgewicht auszugleichen. Dafür verbiegt sie sich leicht, um trotzdem eine gerade Haltung des Oberkörpers zu ermöglichen. Diese Kompensation kann zu einer dauerhaften Fehlstellung führen – mit Folgen für die Bandscheiben, Gelenke und Muskulatur. Je größer der Beinlängenunterschied und die Dysbalancen sind, desto negativer können die Folgen sein. Ist das Becken sehr schief, muss sich die Wirbelsäule stark verkrümmen. Dann kommt zu einer seitlichen Biegung der Wirbelsäule, die als Skoliose bezeichnet wird. Durch die ungleichmäßige Belastung nutzt sich die Wirbelsäule schneller ab. Es entstehen Verspannungen, Schmerzen oder sogar Schäden

an den Bandscheiben. Besonders betroffen ist der untere Rücken, aber auch Nacken und Schultern können schmerzen.

Moderne Diagnostik und gezielte Therapie

Erfahrene Orthopäden erkennen einen Beckenschiefstand oft schon durch genaue Beobachtung und einfache Tests. Ergänzend können bildgebende Verfahren helfen, die genaue Ursache und Ausprägung zu bestimmen.

Die Behandlung richtet sich nach der Ursache. Bei funktionellen Schiefständen – also wenn Muskeln oder Haltung die Schiefelage verursachen – helfen gezielte physiotherapeutische Übungen, um die Balance wiederherzustellen. Bei anatomisch

bedingten Unterschieden kann eine individuell angepasste Einlage helfen, das Becken zu stabilisieren. Wichtig ist dabei die regelmäßige Kontrolle, um eine langfristige Verbesserung zu sichern.

Chirurgische Eingriffe als letzte Option

Wenn konservative Maßnahmen nicht ausreichen und der Beckenschiefstand zu schweren Beschwerden oder Folgeerkrankungen führt, kann in seltenen Fällen auch eine Operation notwendig sein. Dabei kommen verschiedene Verfahren infrage – zum Beispiel die operative Beinverlängerung oder auch Beinverkürzung bei einem ausgeprägten Längenunterschied von mehreren Zentimetern.



Prof. Dr. Sebastian Rütten

Direktor
Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie
St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr
Chefarzt
Zentrum für Wirbelsäulenchirurgie und Schmerztherapie
St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr

Wenn die Darmerkrankung die Leber in Mitleidenschaft zieht...

Als ob eine chronische Darmerkrankung, wie z. B. Colitis Ulcerosa und Morbus Crohn, nicht schon übel genug wäre, kann diese noch zusätzlich schwerwiegende Folgen für die Leber haben. Den Domino-Effekt, dass eine Krankheit eine weitere anstößt bzw. bedingt, gibt es natürlich auch in der Inneren Medizin. Prof. Dr. Mario Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Ev. Krankenhaus Witten, fällt zu diesem Thema als erstes das Beispiel der Darmerkrankung mit Lebererkrankung als Folge ein. Jedoch: „Wir sehen dies nicht als Dominoeffekt, sondern eher als zueinandergehörig“, so Prof. Dr. Iasevoli. Er erklärte im Gespräch mit Witten transparent, was es damit auf sich hat.

Prof. Dr. Iasevoli: „Wie es zu diesem Domino-Effekt oder besser zur Duplizität zweier Erkrankungen kommen kann, zeigt das eingangs erwähnte Beispiel, bei dem ich mal bleiben möchte. Der Patient hat also eine chronisch entzündliche Darmerkrankung, also eine Autoimmunerkrankung. Und dabei ist es relativ häufig, dass es – wahrscheinlich – durch die gleichen Immunprozesse, die die chronische Darmerkrankung bedingen, zu einer Lebererkrankung kommt. Genauer gesagt: Es kommt zu einer Veränderung an den Gallenwegen. Und diese Veränderung wiederum kann die Leberfunktion deutlich behindern. Bis hin zur Zirrhose. Und diese kann weiterführen zu malignen Erkrankungen bis hin zum Leberkarzinom. Also so gesehen ist es eine Kaskade von der Darmentzündung, über die Gallenwegsveränderung zur Leberzirrhose bis zum Tumor.“

Was genau passiert bei der autoimmunen Darmentzündung, dass die Leber in Mitleidenschaft gezogen wird?

Prof. Dr. Iasevoli: „Man weiß ja heute noch nicht ganz genau, wie die Entzündungsabläufe bei Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa sind. Fakt aber ist, dass sich hier das Immunsystem gegen körpereigene Zellen wehrt und somit die eigenen Organe angreift. Und diese Entzündungsmechanismen finden dann im Körper eine zweite Lokalität, wo sie wirken können. In diesem Fall sind es die Gallenwege. Warum das so ist, weiß man noch nicht.“

Und so kann es vorkommen, dass die Autoimmunreaktionen des Darms sekundär auch die Gallenwege betreffen. Dabei muss man sich das nicht so vor-

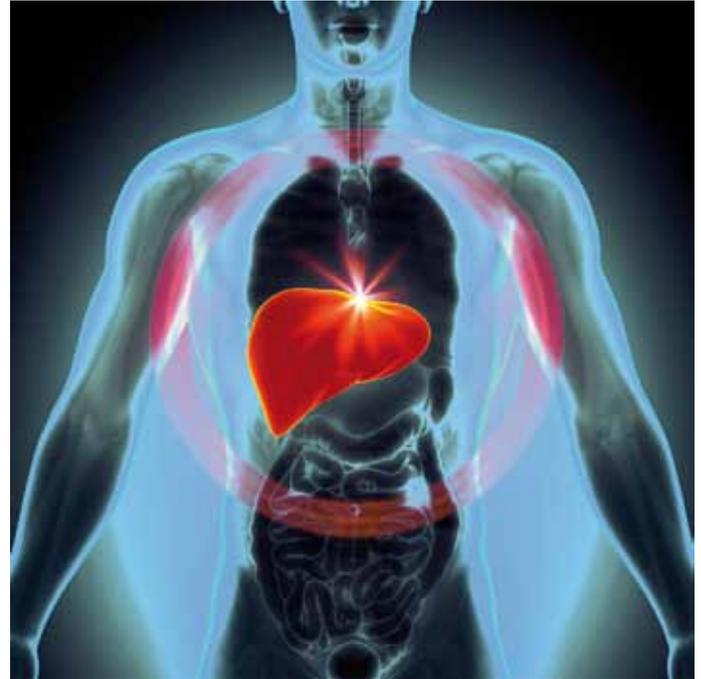
stellen, dass sich die Autoimmunzellen ihren Weg vom Darm durch den Körper zur Leber bahnen, sondern es ist vielmehr ein paralleles Geschehen.“

Gibt es Patientengruppen, die besonders prädestiniert dafür sind, an den sekundären Lebererkrankungen infolge der entzündlichen Darmerkrankung zu erkranken?

Prof. Dr. Iasevoli: „Das Verrückte bei diesen Autoimmunerkrankungen ist, dass wir gar nicht so genau wissen, warum dies bei manchen Menschen passiert und bei anderen nicht. Es ist natürlich nicht so – und das ist mir wichtig zu unterstreichen –, dass jeder, der unter einer chronischen Darmerkrankung leidet, auch eine Lebererkrankung bekommen wird. Nur manche werden davon betroffen. Es gibt auch Patienten, die haben sehr wenig Darmbefall, aber ausgeprägt starken Leberbefall. Und es gibt das Gegenteil: Patienten mit massivem Darmbefall aber mit gar keinem Leberbefall. Es gibt auch Patienten, die haben diese primär sklerosierende Cholangitis, so der Fachbegriff für die Veränderung der Gallenwege, und sie wissen gar nicht, dass sie Colitis Ulcerosa oder Morbus Crohn haben. Das wird dann häufig erst bei weiteren Nachfragen und Untersuchungen offenkundig.“

Kann man die Betroffenheit Darm-/Leberbefall in Zahlen fassen?

Prof. Dr. Iasevoli: „Ja, z. B. 60 bis 80 Prozent der Patienten, die diese Lebererkrankung haben, haben auch eine chronische entzündliche Darmerkrankung. Aber: Unter 5 Prozent der Patienten mit einer chronischen Darmentzündung entwickeln



Die Leber – unser größtes Stoffwechselorgan. Erkrankungen dieses Organs bis hin zum Karzinom können ihre Ursache in einer anderen Erkrankung haben, die ihre Wirkung autoimmunologisch im Darm entfaltet, wie z. B. Colitis Ulcerosa und Morbus Crohn.

auch eine primär sklerosierende Cholangitis. Noch viel, viel seltener gibt in der Folge davon das Karzinom.“

Problematik der Therapie

Prof. Dr. Iasevoli: „Wir haben für die chronisch entzündlichen Darmerkrankungen heutzutage sehr gute Medikamente, auch Biologika (wir berichteten). Das Tragische ist nur: Sind funktionieren im Darm, aber in der Leber leider nicht. Also wenn ich nun einen Patienten habe, dessen Darm und auch seine Leber betroffen sind, so kann ich die Darmentzündung therapieren. Für die Leber muss dann ein eigenes Konzept gefunden werden. Hier stehen ebenfalls sehr gute moderne Medikamente zur Verfügung, um ein Fortschreiten der primär sklerosierenden Cho-

langitis möglichst zu verhindern oder hinauszuzögern, denn sonst führt es unweigerlich zu Leberzirrhose. Wenn allerdings schon ein Tumor vorliegt, dann kommt die Onkologie komplett mit hinzu.“

Gibt es weitere Beispiele für „Dominoeffekte“ in Ihrem Fachbereich?“

Prof. Dr. Iasevoli: „Ja. Z. B. die Refluxerkrankung. Da hat man primär einen schlechten Verschluss am Mageneingang. Dieser muskuläre Verschluss hat die Aufgabe, die Magensäure bzw. überhaupt Mageninhalt daran zu hindern, wieder zurück in die Speiseröhre zu gelangen. Wenn man schluckt, öffnet sich dieser Verschluss kurz. Danach schließt er sofort wieder. Wenn also dieser Verschluss

erkrankt und seiner angedachten Funktion nicht mehr gerecht wird, so dringen Mageninhalt, vor allem auch Säure, in die Speiseröhre. Und wenn dies über einen längeren Zeitraum geschieht, wird auch eine „Domino-Reihe“ in Gang gesetzt: Es kommt also infolge der Muskelerkrankung zuerst zu einer Entzündung in der Speiseröhre, der Refluxösophagitis. Und die wiederum verändert bei manchen Menschen nach vielen Jahren die Schleimhaut Barrett-Ösophagus. Und dies ist nun wiederum ein Schritt in Richtung Krebserkrankung, dem Barrett-Karzinom. Wichtig zu erwähnen ist aber, dass sehr viele Menschen an dem o.g. Reflux leiden, aber nur sehr wenige an dieser schwerwiegenden Veränderung erkranken.“

Wie kann die Medizin da helfen?

Prof. Dr. Iasevoli: „Man kann da an verschiedenen Stellen anset-

zen. Wenn der Patient diese Muskelschwäche hat, kann man das Ganze operieren und den Durchgang wieder verengen. Das kommt allerdings nur für bestimmte Patienten infrage. Es ist schon ein operativer Eingriff und es gibt eine recht hohe Rezidivrate. Außerdem funktioniert es leider bei vielen Patienten nicht dauerhaft. Kommt es allerdings immer wieder zum sogenannten Massereflux, d.h. die gerade gegessenen Speisen kommen immer wieder hoch in die Speiseröhre, so bleibt meist nur ein operativer Eingriff.

In der Regel wird oft lieber zu einer anderen Methode gegriffen: Man gibt den Patienten Säureblocker. Dann ist keine Säure mehr da, die in die Speiseröhre gelangen könnte. Wenn allerdings schon eine veränderte Schleimhaut zu erkennen ist, so kann man diese theoretisch abtragen und hoffen, dass sich darunter wieder normale Schleimhaut bildet. Oder

aber – und das ist das weitaus häufigste – ich beobachte die Schleimhaut sorgfältig endoskopisch alle ein bis zwei Jahre (Leitlinienfehlung). Und erst wenn die Schleimhautveränderung in Richtung Dysplasie (veränderte Zellen) verändert, muss sie abgetragen werden. Dafür stehen heute verschiedene endoskopische Methoden zur Verfügung.

Aber es gibt noch eine andere Kaskade oder – wenn man so will – „Reihe von Dominosteinen, bei den der eine den nächsten zu Fall bringt“: Wenn die durch den Reflux bedingte aufsteigende Magensäure – etwa im Schlaf des Patienten – in den Rachenraum gelangt. Dort kann sie einerseits eine Entzündung der Stimmbänder auslösen und dann kann sie auch in die Bronchien laufen und dort Bronchialerkrankungen auslösen. Es ist gar nicht so selten, dass uns der HNO-Arzt Patienten schickt, die ihn

wegen ihrer Heiserkeit aufgesucht haben. Anhand der Form der Entzündung an den Stimmbändern kann der HNO-Arzt darauf schließen, ob die Ursache die Magensäure ist. Das gleiche kann bei rezidivierendem Husten eine Ursache sein“



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

Beste Stimmung beim Jubiläums-Sommerfest

Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser feiert 100-jähriges Bestehen mit buntem Programm

Mit Herzhaftem vom Grill, kühlen Getränken, Kaffee, Kuchen und frischen Waffeln hat das Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser sein Sommerfest zum 100-jährigen Bestehen der Einrichtung gefeiert.

Bei strahlendem Sonnenschein genossen zahlreiche Gäste die entspannte Atmosphäre. Die „Maschinen Buntbesetzung“ sorgte mit Klassikern von Rock'n'Roll über Pop bis Schlager für Stimmung. Bei einer Modenschau präsentierte das Team der Einrichtung witzige und elegante Kleidung aus vergangenen Jahrzehnten. Beim Sommertrödel am Mutterhaus kamen Schnäppchenjägerinnen und -jäger auf ihre Kosten.

Das erste Feierabendhaus wurde 1925 als Altersruhesitz für die Diakonissen errichtet. Seitdem haben sich die Feierabendhäuser zu einem modernen Quartier mit vernetzten Strukturen und einem differenzierten Angebot unterschiedlicher Versorgungsformen im Bereich Leben und Wohnen im Alter entwickelt.



Das Team der Feierabendhäuser um Einrichtungsleiter Andreas Vincke (4.v.l.) präsentiert bei einer Modenschau Kleidung aus vergangenen Jahrzehnten. Foto: Jens-Martin Gorny

Vorhofflimmern:

Wenn das Herz aus dem Takt gerät – Risiken, Folgen und moderne Behandlungsmöglichkeiten

Wenn das Herz nicht mehr im gewohnten Rhythmus, sondern unregelmäßig und oft zu schnell schlägt, spricht man von Vorhofflimmern. Diese Form der Herzrhythmusstörung betrifft Millionen von Menschen weltweit und ist besonders im höheren Lebensalter verbreitet. Auch wenn es oft zunächst harmlos erscheint, kann Vorhofflimmern schwerwiegende Folgen haben – insbesondere die Bildung von Blutgerinnseln (Thromben), die zu einem Schlaganfall führen können.

Wenn das Herz nicht mehr im gewohnten Rhythmus, sondern unregelmäßig und oft zu schnell schlägt, spricht man von Vorhofflimmern. Diese Form der Herzrhythmusstörung betrifft Millionen von Menschen weltweit und ist besonders im höheren Lebensalter verbreitet. Auch wenn es oft zunächst harmlos erscheint, kann Vorhofflimmern schwerwiegende Folgen haben – insbesondere die Bildung von Blutgerinnseln (Thromben), die zu einem Schlaganfall führen können.

Was ist Vorhofflimmern?

Bei Vorhofflimmern gerät die elektrische Erregung in den Vorhöfen des Herzens durcheinander. Statt in einem koordinierten Rhythmus zu schlagen, flimmern die Vorhöfe – damit ist das Zusammenziehen der Herzvorhöfe und des gesamten Herzens beeinträchtigt. Durch das unkoordinierte Zusammenziehen wird die Pumpleistung des Herzens gehemmt. So staut sich das Blut in bestimmten Bereichen des Herzens, besonders im linken Vorhofohr. Dieses auch Herzohr genannte Vorhofohr ist eine sackförmige Ausstülpung des Vorhofes mit einer besonderen Binnenstruktur und verlangsamt Blutfluss.

Warum ist das gefährlich?

Das gestaute Blut neigt dazu, in diesen Bereichen Gerinnsel zu bilden. Diese Thromben können sich lösen, damit in den Kreislauf gelangen und über die Blutbahn in das Gehirn transportiert werden. Dort können sie ein Hirngefäß verschließen – in der Folge kommt es zum Schlaganfall.

Tatsächlich geht etwa jeder vierte Schlaganfall auf Vorhofflimmern zurück. Die Folgen eines Schlaganfalls können gravierend sein: von Lähmungen über Sprachstörungen bis hin zum Tod.



Mithilfe einer typischen Ultraschallaufnahme (TEE – transösophageale Echokardiografie) kann man einen linken Vorhof mit einem Vorhofohr, dem sogenannten linken Herzohr, das einen großen runden Thrombus beherbergt, erkennen. Genau hier setzt der Vorhofohrverschluss an, indem eine Art Deckel oder Stöpsel auf das Herzohr gesetzt wird.

Blutverdünnung – ein Schutz vor Schlaganfall

Um das Risiko für Thromben und damit für Schlaganfälle zu senken, werden Betroffene meist mit sogenannten oralen Antikoagulanzen behandelt – einem Blutverdünner. Diese Medikamente verhindern auch bei verlangsamt bis stehendem Blut, dass sich Gerinnsel bilden. Moderne Medikamente wie neue orale Antikoagulanzen (sogenannte NOAKs) sind dabei effektiv und im Vergleich zu älteren, die zum Beispiel den Wirkstoff Phenprocoumon enthalten, einfacher in der Handhabung. Doch nicht jeder Patient verträgt diese Medikamente – insbesondere bei Blutungsereignissen, erhöhtem Blutungsrisiko oder Sturzgefahr müssen Alternativen in Betracht gezogen werden.

Die Alternative: Vorhofohrverschluss

Eine moderne und innovative Methode zur Schlaganfallprävention bei Vorhofflimmern ist der sogenannte Vorhofohrverschluss. Dabei wird das linke Vorhofohr – die Hauptentstehungsstelle für Thromben – mit einem kleinen Schirmchen (Okkluder) verschlossen. Der Eingriff erfolgt minimal-invasiv über die Leistenvene und wird in einem Herzkatheterlabor durchgeführt. Ziel ist es, das Vorhofohr dauerhaft vom Blutkreislauf auszuschließen und somit die Gerinnselbildung nachweislich zu verhindern.

Für wen ist der Vorhofohrverschluss geeignet?

Die Methode eignet sich insbesondere für Patienten mit erhöhtem Schlaganfallrisiko,

bei denen eine dauerhafte Blutverdünnung nicht möglich oder nicht gewünscht ist. Die Entscheidung wird individuell in enger Abstimmung mit dem behandelnden Kardiologen getroffen.



PD Dr. Hans-Jörg Hippe

Chefarzt
Kardiologische Klinik
Marien Hospital Witten

Psoriasis – mehr als Haut:

Wie eine Entzündung Gelenke und Herz gefährden kann

Psoriasis, auch Schuppenflechte genannt, ist weit mehr als eine reine Hauterkrankung. Die typischen roten, schuppigen Hautstellen an Ellenbogen, Knien oder der Kopfhaut sind nur die äußerlich sichtbaren Zeichen einer tieferliegenden systemischen Entzündung.

Lange Zeit galt Psoriasis als lokal begrenztes Hautleiden, doch mittlerweile weiß man, dass die Erkrankung den gesamten Körper betreffen kann. Ursache der Psoriasis ist eine fehlgesteuerte Immunreaktion, bei der entzündliche Botenstoffe eine Überaktivierung der Hauterneuerung und eine chronische Entzündung hervorrufen. Diese Entzündungsprozesse sind jedoch nicht auf die Haut beschränkt: Die entzündlichen Signale gelangen über das Blut in andere Organe und Gewebe. Man spricht deshalb von einer systemischen Inflammation, also einer Entzündung, die den gesamten Körper betreffen kann.

Auswirkungen auf den Bewegungsapparat

Ein besonders betroffenes Ziel dieser Entzündung ist der Bewegungsapparat, also Gelenke, Muskeln, Knochen, Sehnen und Bänder. Etwa 30 % der Psoriasis-Betroffenen entwickeln im Laufe ihres Lebens eine sogenannte Psoriasis-Arthritis (PSA) – eine chronisch-entzündliche Gelenkerkrankung, die sich durch Schmerzen, Schwellungen und Bewegungseinschränkungen äußern kann. Besonders tückisch: Die Entzündung an den Gelenken kann schleichend beginnen und zunächst nur unspezifische Beschwerden verursachen. Zudem kann sie auch die Wirbelsäule betreffen und Grund teils stärkster Rückenschmerzen sein. Wird sie nicht frühzeitig erkannt und behandelt, kann es zu dauerhaften Schäden kommen.

Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöht

Noch weniger bekannt, aber genauso relevant ist das erhöhte Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Menschen mit Psoriasis oder Psoriasis-Arthritis haben eine deutlich höhere Wahrscheinlichkeit, an Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoff-



Psoriasis (Schuppenflechte) kennen viele als Hauterkrankung. Doch es steckt noch viel mehr dahinter.
Foto: NAS – stock.adobe.com

wechselstörungen oder sogar einem Herzinfarkt zu erkranken. Das gilt insbesondere bei mittelschwerer bis schwerer Verlaufsform. Ursache ist auch hier die systemische Entzündung, die langfristig die Blutgefäße schädigen und die Entstehung von Gefäßverkalkungen begünstigen kann.

Ganzheitliche Behandlung im Fokus

Diese Erkenntnisse wirken sich direkt auf die Behandlung aus: Die moderne Psoriasis- und Psoriasis-Arthritis-Therapie zielt heute nicht nur auf die Hautveränderungen ab, sondern auch auf die systemische Entzündung. Insbesondere sogenannte Biologika, die gezielt gegen die entzündlichen Botenstoffe wirken, können die Entzün-

dungsprozesse eindämmen und so nicht nur die Haut, sondern auch Gelenke und möglicherweise das Herz schützen. Zusätzlich ist ein gesunder Lebensstil wichtig, um das Risiko zu reduzieren. Das heißt: ohne Rauchen, dafür mit ausgewogener Ernährung, Bewegung und regelmäßiger ärztlicher Kontrolle.

Fazit: Mehr als nur eine Hauterkrankung

Psoriasis und Psoriasis-Arthritis sind ernstzunehmende, chronisch-entzündliche Systemerkrankungen. Eine frühzeitige und gezielte Behandlung kann nicht nur die Hautsymptome lindern, sondern auch das Risiko für Gelenkbeschwerden und Herz-Kreislauf-Komplikationen deutlich reduzieren. Wer die

Warnsignale ernst nimmt und interdisziplinär betreut wird, idealerweise durch Hautärzte, Rheumatologen und Hausärzte gemeinsam, kann viel für seine langfristige Gesundheit tun.



Prof. Dr. Philipp Sewerin
Oberarzt
Rheumazentrum Ruhrgebiet



Bei etwa 10% aller Paare mit unerfülltem Kinderwunsch liegt die Ursache in einer Störung der Schilddrüse. Die Einnahme von Schilddrüsentabletten kann in vielen Fällen Abhilfe verschaffen. Foto: Louis-Photo – stock.adobe.com

Wenn die Schilddrüse mitentscheidet:

Hormone, Fruchtbarkeit und kindliche Entwicklung

Wenn sich der Kinderwunsch nicht erfüllt, suchen viele Paare nach körperlichen Ursachen – und stoßen dabei nicht selten auf die Schilddrüse. Eine Schilddrüsenunterfunktion kann den weiblichen Zyklus aus dem Gleichgewicht bringen, die Eizellreifung stören und sogar die geistige Entwicklung des ungeborenen Kindes beeinflussen. Warum eine gut eingestellte Schilddrüse vor und während der Schwangerschaft so entscheidend ist – und worauf werdende Mütter unbedingt achten sollten.

Tritt die lang ersehnte Schwangerschaft nicht ein, gibt es eine Reihe von Gründen, die damit zusammenhängen können. Die Ursachen können sowohl beim Mann, wie beispielsweise bei einem eingeschränkten Spermogramm, als auch auf der Seite der Frau, wie beispielsweise bei einer Endometriose, liegen.

Unerfüllter Kinderwunsch: Wenn die Ursache im Hormonhaushalt liegt

Bei etwa 10% aller Paare mit unerfülltem Kinderwunsch liegt

die Ursache in einer Störung der Schilddrüse. Die Regelkreise zur Steuerung der Schilddrüsenhormone und zur Steuerung der Geschlechtshormone sind eng miteinander verbunden, so dass der weibliche Zyklus und damit auch die Reifung der Eizelle gestört werden kann.

Wenn der Körper zu wenig Schilddrüsenhormone bildet

Meist besteht bei einem unerfüllten Kinderwunsch und einer Störung der Schilddrüse eine Unterfunktion, eine sogenannte Hypothyreose. Diese Schilddrü-

senunterfunktion kann durch die Gabe von Schilddrüsentabletten ausgeglichen werden. Die Einstellung der Schilddrüsenwerte wird durch Laborwerte, die im Blut bestimmt werden, insbesondere dem TSH-Wert, durchgeführt.

Warum Schilddrüsenwerte für die Mutter und das ungeborene Kind so wichtig sind

Bei einer erfolgreich eingetretenen Schwangerschaft ist es von großer Bedeutung, eine mögliche Schilddrüsenunterfunktion zu erkennen, da die geistige

Entwicklung des Kindes beeinträchtigt werden kann. Circa 0,4 % aller Schwangerschaften sind von einer behandlungsbedürftigen Unterfunktion betroffen. Neben dem Risiko der geistigen Beeinträchtigung des Kindes gibt es auch ein erhöhtes Risiko für eine Fehl- oder Frühgeburt und einem geringeren Geburtsgewicht des Kindes.

Im Verlauf der Schwangerschaft steigt der Bedarf an Schilddrüsenhormonen. Daher ist es bei Frauen mit einer Unterfunktion der Schilddrüse häufig notwendig, innerhalb des Schwanger-

schaftsverlaufs in Abstimmung mit dem Arzt die Dosis an Schilddrüsenmedikamenten zu erhöhen. Für alle Schwangeren ist eine ausreichende Jodzufuhr wichtig. Die typischen Nahrungsergänzungsmittel für Schwangere enthalten daher meist eine entsprechende Jodkomponente.

Die gute Einstellung der mütterlichen Schilddrüsenwerte ist auch vor dem Hintergrund wichtig, dass die kindliche Schilddrüse erst ab der 19. / 20. Schwangerschaftswoche voll funktionstüchtig ist und das ungeborene Kind zuvor auf die Schilddrüsenhormone der Mutter angewiesen ist.

Wie ein einfacher Bluttest schwerwiegende Folgen verhindern kann

Eine Schilddrüsenfunktionsstörung der Mutter kann auch nach der Geburt die Schilddrüsenfunktion des Kindes – und somit die geistige Entwicklung – nachhaltig negativ beeinflussen.

Aus diesem Grund erfolgt bei dem Kind nach der Geburt im Alter von mindestens 36 Le-

bensstunden eine Schilddrüsenhormonkontrolle (TSH) im Rahmen der deutschlandweiten Untersuchung auf Stoffwechselerkrankungen. Hier zeigt sich gegebenenfalls der Bedarf einer längerfristigen Gabe von Schilddrüsenhormonen. Dies trifft insbesondere dann zu, wenn die Mutter an der Autoimmunerkrankung der Schilddrüse namens Morbus Basedow leidet.

Warnzeichen beim Neugeborenen frühzeitig erkennen

Betroffene Kinder können ein niedriges Geburtsgewicht, eine Schilddrüsenvergrößerung, eine Augenlidschwellung, eine zu hohe Körpertemperatur, andauerndes Schreien (Irritabilität), Durchfall, Fütterungsprobleme, mangelnde Gewichtszunahme, eine zu hohe Herzfrequenz, Herzinsuffizienz, erhöhten Blutdruck, Leber- und Milzvergrößerung, Gallenstau, eine zu niedrige Zahl an Blutplättchen und vieles mehr aufweisen. Die Sterblichkeitsrate ist mit bis zu 25% sehr hoch.

Bei Neugeborenen von Müt-

tern, die aufgrund von „heißen“ Schilddrüsenknoten behandelt werden, muss in jedem Fall unmittelbar nach der Geburt eine umfassende Schilddrüsendiagnostik erfolgen, da die Medikamente über die Plazenta auf das Kind übergehen und dort ebenfalls wirken. „Heiße“ Schilddrüsenknoten sind meist gutartigen Knoten, die zu viele Hormone produzieren.



Dr. Bahman Gharavi
Chefarzt
Kinder- und Jugendklinik
Marien Hospital Witten



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

Erfolgreiche äußere Wendung im Marien Hospital Witten:

Natürlich geboren trotz Beckenendlage

Am 26. Juni 2025 kam im Marien Hospital Witten ein kleines Mädchen auf besonderem Weg zur Welt. Zwei Wochen zuvor lag das Kind noch in Beckenendlage. Mithilfe einer sogenannten äußeren Wendung konnte es in Schädellage gedreht werden – eine schonende Methode, die einen natürlichen Geburtsverlauf ermöglichen kann.

„Die äußere Wendung ist ein spezielles Verfahren, bei dem das Baby durch sanften Druck auf den Bauch der Mutter von außen gedreht wird“, erklärt Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe im Marien Hospital Witten. „Unser Ziel ist es, möglichst vielen Frauen mit einem Kind in Beckenendlage die Chance auf eine natürliche Geburt zu ermöglichen – sofern keine medizinischen Gründe dagegen sprechen.“

Das Verfahren wird unter sorgfältiger Überwachung der kindlichen Herzöne und mit Unterstützung durch erfahrene Geburtshelfer durchgeführt. Die erfolgreiche Wendung ist ein

Beispiel für das breite geburts- hilffliche Spektrum und die medizinische Expertise im Marien Hospital Witten.

Kompetenz und Sicherheit im Perinatalzentrum Level I

Die Geburtshilfe im Marien Hospital Witten bietet gemeinsam mit der Kinder- und Jugendklinik höchste medizinische Sicherheit – vor, während und nach der Geburt. Als zertifiziertes Perinatalzentrum Level I verfügt die Klinik über die höchste Versorgungsstufe in Deutschland und ist damit bestens auf natürliche Geburten, Risikoschwangerschaften, Mehrlingsgeburten oder Frühgeburten vorbereitet.

„Die Geburt eines Kindes ist ein prägendes Erlebnis – wir tun alles dafür, dass sich Eltern bei uns sicher und gut betreut fühlen“, so Prof. Dr. Schiermeier.



Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe im Marien Hospital Witten, begrüßte die kleine Amalia Danai auf der Welt, die im Bauch der Mutter mithilfe der äußeren Wendung in eine Schädellage gedreht werden konnte.

Gefährliche Atempausen in der Nacht

Worauf bei Atemaussetzern während des Schlafs zu achten ist und welche Hinweise Betroffene bei einem Krankenhausaufenthalt berücksichtigen sollten, erläuterten Christoph Brüggelolte, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, und Kerstin Freyhoff, Oberärztin der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, bei „Medizin konkret“, der Patientenveranstaltung im Ev. Krankenhaus Witten.

Das obstruktive Schlafapnoesyndrom (SAS) ist eine schlafbezogene Atemstörung, bei der es wiederholt zu Atemaussetzern kommt. Christoph Brüggelolte, Oberarzt der Klinik für Innere Medizin, erläutert: „Ursache ist meist die Erschlaffung der Rachenmuskulatur, die die Atemwege verengt. So gelangt zu wenig Luft in die Lunge, was zu kurzzeitigen Atemaussetzern führen kann.“ Symptome sind Schnarchen mit Atempausen, Tagesmüdigkeit und Durchschlafstörungen. „Besonders betroffen sind Menschen, die eine Nasenscheidewandkrümmung haben oder vergrößerte Rachenmandeln. Adipositas und ein hoher Alkohol- bzw. Nikotinkonsum können ebenfalls dazu führen“, so der Schlafmediziner.

Besteht ein ernster Verdacht, erfolgt die Diagnose zunächst durch eine Polygrafie zu Hause, bei der Werte wie Sauerstoffsättigung und Atemfluss während des Schlafs gemessen werden. Bei einem positiven Befund folgt die Untersuchung in einem

Schlaflabor, beispielsweise im EvK, um die genauen Parameter der Aussetzer zu bestimmen. Die anschließende Behandlung kann von Lebensstiländerungen über operative Eingriffe bis hin zu einer Schlafmaske reichen.

„Betroffene sollten ihre Erkrankung bei jedem Krankenhausaufenthalt unbedingt angeben, damit wir die bestmögliche Versorgung sicherstellen können“, erinnert Kerstin Freyhoff. Das ist wichtig, um Komplikationen zu vermeiden, etwa durch den Verzicht auf Beruhigungsmittel oder eine alternative rückenmarksnahe Narkose. Während des Eingriffs und auch danach wird die Atmung genau überwacht, um Atemaussetzer frühzeitig zu erkennen. Wer auf ein eigenes CPAP-Gerät zur regelmäßigen Beatmung während des Schlafs angewiesen ist, sollte dies für den Krankenhausaufenthalt mitbringen.

Im Anschluss an ihre Vorträge nahmen sich beide viel Zeit, um die Fragen der Anwesenden ausführlich und individuell zu beantworten.

Die nächste Veranstaltung im Rahmen der Vortragsreihe „Medizin konkret“ findet am 27. August 2025 um 17 Uhr statt. Dann stellt sich Dr. Guido Rölle-

ke, der neue Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie im EvK Witten, mit dem Thema „Wann brauche ich eine Prothese“ vor.



Christoph Brüggelolte und Kerstin Freyhoff informierten die Besucherinnen und Besucher bei „Medizin konkret“ über das Schlafapnoesyndrom und worauf Betroffene bei einem Krankenhausaufenthalt achten sollten. Foto: EvK Witten

Förderpreisvergabe an zwei Absolventinnen des Berufskollegs beim SI Club Witten-Herdecke

#Frauen können Handwerk – Das ist der aktuelle deutschlandweite President's Appeal der Soroptimistinnen (SI). Der Club Witten-Herdecke setzt mit seinem jährlichen Förderpreis für erfolgreiche Auszubildende des Berufskollegs Witten dieses Jahresmotto in die Tat um.

Gemeinsam mit Olaf Schmiemann, dem Leiter des Berufskollegs, zeichnete Monika Kriens als Präsidentin des SI Clubs zwei engagierte, erfolgreiche Auszubildende aus, die „ihre Frau“ im Handwerk stehen:

Dolora-Sophie Schäfer, Ausbildung zur Elektronikerin für Betriebstechnik und Theresa Bremshey, Ausbildung zur Anlagentechnikerin für Heizung-, Sanitär- und Klimatechnik.

Seit 2019 vergibt der SI Club Witten-Herdecke jährlich diesen mit jeweils 500 Euro dotierten Preis, um junge Frauen zu technischen Ausbildungsberufen zu ermutigen und auf die Bedeutung der dualen Ausbildung hinzuweisen. Die Soroptimistinnen sind überzeugt #Frauen können Handwerk.



Förderpreisübergabe beim SI-Club Witten: (von links) Dolora-Sophie Schäfer (Preisträgerin), Monika Kriens (Präsidentin SI Witten) und Theresa Bremshey (Preisträgerin).

Chirurgin mit Herz und handwerklichem Geschick

Dr. Thulasi Kirupanathan ist neue Oberärztin im EvK Witten

Das Problem buchstäblich in der Hand zu haben und mit handwerklichem Geschick zu lösen, den Tumor zu sehen und mit gezielten Schnitten zu entfernen – das ist es, was Dr. Thulasi Kirupanathan an der Chirurgie reizt. Schon im Jugendalter wusste die gebürtige Mülheimerin, dass ihr beruflicher Weg sie eines Tages in den OP führen würde. Der liegt nun in der 1. Etage des Evangelischen Krankenhauses Witten, ein Krankenhaus im Ev. Verbund Augusta Ruhr (EVA Ruhr). Die Fachärztin für Allgemeinchirurgie verstärkt dort seit Mai als Oberärztin das Team der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie um Chefarzt Matthias Blase.

Schon während ihres Studiums an der Universität Witten/Herdecke lernte Thulasi Kirupanathan das EvK kennen, nahm im Haus an diversen Kursen teil. Zuletzt im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke tätig, freut sich die chirurgische Oberärztin, nun im EvK Witten an der Weiterentwicklung der Abteilung mitwirken und damit Teil des EVA Ruhr sein zu können. Zum EVA Ruhr gehören sieben Krankenhäuser – neben dem EvK Witten auch Kliniken in Gelsenkirchen, Bochum, Hattingen, Herne und Castrop-Rauxel. Alle zusammen decken ein breites chirurgisches Spektrum ab.

„Während wir in Witten neben der chirurgischen Grundversorgung und Hernieeingriffen insbesondere auf die operative Behandlung von Erkrankungen der Bauchorgane spezialisiert sind, können wir verbundweit sämtliche großen viszeralchirurgischen Operationen abdecken“, sagt Matthias Blase,

Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie.

Die Schwerpunkte von Dr. Kirupanathan liegen in der Darm- und Hernienchirurgie. Hier bringt sie eine große Expertise in der für Patienten besonders schonenden Schlüsselloch-Chirurgie mit, beherrscht selbstverständlich aber auch die herkömmliche Operationsmethode, bei der „offen“ operiert wird. In jedem einzelnen Eingriff sieht sie nicht nur die medizinische Herausforderung, sondern auch die Verantwortung dem ganzen Menschen gegenüber. „Ich möchte moderne, sichere Chirurgie mit Menschlichkeit verbinden. Fachliche Präzision und persönliche Zuwendung dürfen sich nicht ausschließen – sie gehören zusammen“, sagt Dr. Kirupanathan.

Neben ihrer fachlichen Expertise bringt sie noch etwas mit: kulturelle Sensibilität. Selbst ein Kind des Ruhrgebiets, liegen ihre familiären Wurzeln in Sri

Lanka. Dr. Thulasi Kirupanathan sieht sich deshalb als wichtige Brückenbauerin für Patienten mit Migrationshintergrund. Sie spricht neben Deutsch auch fließend Englisch und Tamil.

In ihrem beruflichen Alltag hilft ihr außerdem ihre Rolle als Mutter einer sechsjährigen Tochter. „Chirurgin zu sein und Mutter

– das sind keine Gegensätze. Beides fordert Verantwortung, Organisation, Mitgefühl und klare Entscheidungen. Ich habe gelernt, dass beides sich nicht nur vereinbaren lässt, sondern sich gegenseitig stärkt“, sagt Dr. Thulasi Kirupanathan. Davon sollen künftig auch die Patientinnen und Patienten in Witten profitieren.



Dr. Thulasi Kirupanathan, neue Oberärztin am Ev. Krankenhaus Witten

Gynäkologisches Krebszentrum in Witten bietet umfassende Versorgung – Dysplasie-Einheit erneut zertifiziert

Das Marien Hospital Witten ist erneut für seine hohe medizinische Qualität ausgezeichnet worden: Die Deutsche Krebsgesellschaft hat die Dysplasie-Einheit der Frauenklinik und Geburtshilfe rezertifiziert. Die Spezialeinheit ist Teil des Gynäkologischen Krebszentrum am Standort – einer Anlaufstelle, die Patientinnen mit gut- und bösartigen Erkrankungen des weiblichen Genitals eine Versorgung aus einer Hand bietet.

Das Gynäkologische Krebszentrum in Witten vereint langjährige Erfahrung, modernste Technik und ein multiprofessionelles Team – mit dem Ziel, Frauen in allen Phasen der Erkrankung optimal zu begleiten.

Von der Vorsorge bis zur spezialisierten Therapie

Im Zentrum steht die frühe Erkennung sogenannter Dysplasien – also Zellveränderungen am Gebärmutterhals oder im äußeren Genitalbereich, die sich zu Krebs entwickeln können. Entdeckt werden sie meist bei der

Routine-Vorsorge beim niedergelassenen Frauenarzt. Besteht ein auffälliger Befund, erfolgt die weitere Abklärung in der zertifizierten Dysplasie-Einheit des Marien Hospital Witten – in enger Abstimmung mit dem niedergelassenen Kollegen.

Mithilfe der sogenannten Kolposkopie, einer speziellen Vergrößerungstechnik, sowie gezielter Gewebeprobe kann die Diagnose gesichert werden. Bei leichten Befunden reichen regelmäßige Kontrollen oft aus. Hochgradige Dysplasien werden

in einer schonenden Operation – der Konisation – entfernt. Der Eingriff erfolgt minimal-invasiv und gewebeschonend, sodass die Fruchtbarkeit in vielen Fällen erhalten bleibt.

Fachübergreifende Betreuung im Gynäkologischen Krebszentrum

Wird im Rahmen der Diagnostik eine Krebserkrankung festgestellt, ist das Gynäkologische Krebszentrum des Marien Hospital Witten direkt in die weitere Behandlung eingebunden. „Unsere Stärke liegt darin, dass

wir alle Schritte – von der Diagnose über die Operation bis zur Nachsorge – innerhalb eines zertifizierten Zentrums abbilden können“, betont Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrums für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten. Dazu gehören auch psychoonkologische Unterstützung, Beratung zur Familienplanung sowie individuelle Therapieentscheidungen im interdisziplinären Tumorboard.

14 Kinder an einem Tag geboren – Rekordsommer-Tag im Marien Hospital Witten

Der 25. Juni 2025 war ein außergewöhnlicher Tag in den Kreißsälen des Marien Hospital Witten: 14 Geburten innerhalb von 24 Stunden machten den Sommertag zu einem der geburtenreichsten Tage des Jahres. Insgesamt erblickten 10 Jungen und 4 Mädchen das Licht der Welt – bei strahlendem Wetter und bester Stimmung im geburtshilflichen Team.

„Tage mit so vielen Geburten sind auch für uns besonders. Unser gesamtes Team aus Hebammen, Pflegekräften und Ärzten hat Hand in Hand gearbeitet, um jeder werdenden Mutter eine sichere und individuelle Geburt zu ermöglichen“, erklärt Prof. Dr. Sven Schiermeier, Chefarzt der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe am Marien Hospital Witten.

„Wir freuen uns sehr, dass so viele Familien uns ihr Vertrauen schenken.“ Besonders erfreulich: Alle Mütter und Neugeborenen sind wohlauf.

Höchste Sicherheit dank Perinatalzentrum Level I – Das Marien Hospital Witten ist als Perinatalzentrum Level I zertifiziert – der höchsten Versorgungsstufe in Deutschland. In Zusammenarbeit mit der Kinder- und Jugendklinik bietet die Geburtshilfe werdenden Eltern höchste medizinische Sicherheit – sowohl bei normal verlaufenden Geburten als auch bei Frühgeburten, Risikoschwangerschaften oder Mehrlingsgeburten. „Ob natürliche Geburt, Kaiserschnitt oder Frühgeburt – unser Ziel ist es, jede Familie individuell zu begleiten und einen sicheren, liebevollen Start ins Leben zu ermöglichen“, so Prof. Dr. Schiermeier.



Prof. Dr. Sven Schiermeier, Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten, freut sich über die Geburt von Emir, einem von 14 Babys, die am 25.06.2025 im Marien Hospital Witten zur Welt gekommen sind.

Symposium der St. Elisabeth Gruppe brachte Experten zusammen:

Aktuelle Erkenntnisse in der Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Welche Fortschritte gibt es in der Geburtshilfe bei Frühgeburten? Wie verändert sich die Therapie bei gynäkologischen Krebserkrankungen? Und was können moderne Zentren bei Kinderwunsch oder Beckenbodenschwäche leisten? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigten sich Experten beim „Symposium des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe“. Die Veranstaltung fand am Samstag, 5. Juli 2025, im Kongresszentrum der St. Elisabeth Gruppe im St. Anna Hospital Herne statt.

Im Mittelpunkt der Veranstaltung standen aktuelle Entwicklungen aus den Bereichen Geburtshilfe, allgemeine Gynäkologie und gynäkologische Onkologie. In praxisnahen Vorträgen wurden unter anderem Strategien zur Versorgung von Frühgeborenen im Perinatalzentrum Level 1, moderne Diagnostik bei Endometriose sowie die neuesten Erkenntnisse zur Therapie von Brustkrebs vorgestellt. Auch Themen wie die Geburt nach Kaiserschnitt, die Behandlung einer Thrombozytopenie – eines Mangels an Blutplättchen – in der Schwangerschaft und der Umgang mit Plazentationsstörungen – pathologischen Anhaftungen der Plazenta an die Gebärmutterwand – wurden beleuchtet.

Austausch für bessere Versorgung

„Mit unserem Symposium

möchten wir eine Plattform schaffen, um die Versorgung unserer Patientinnen durch den interdisziplinären Austausch stetig zu verbessern“, erklärt Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten. „Neben bewährten Behandlungsverfahren geht es auch darum, neue wissenschaftliche Erkenntnisse schnell in den klinischen Alltag zu überführen – etwa im Bereich der robotisch-assistierten Chirurgie oder bei Therapieansätzen bei Descensus genitalis, also der Absenkung der inneren Genitalorgane, und Harninkontinenz.“

Versorgung auf höchstem Niveau

Das Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe bün-

delt zahlreiche spezialisierte Einheiten unter einem Dach – darunter etwa ein gynäkologisches Krebszentrum oder eine Dysplasie-Einheit. Diese und weitere Strukturen ermöglichen

eine umfassende Versorgung von Frauen in allen Lebensphasen – von der Betreuung in der Schwangerschaft bis zur Behandlung bei Krebserkrankungen.



Prof. Dr. Sven Schiermeier (3. v. l.), Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten, begrüßte gemeinsam mit Valentin Menke (r.), Chefarzt der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe des St. Anna Hospital Herne, und weiteren Experten die Teilnehmer des Symposiums im Kongresszentrum der St. Elisabeth Gruppe.

Benefiz-Fußballturnier mit Michael Wurst

Am 29. August auf der Sportanlage des TuS Witten-Stockum

Der Sommer steht in diesem Jahr ganz im Zeichen des Fußballs – da darf das Benefizturnier des Evangelischen Krankenhaus Witten zusammen mit dem Förderverein Palliativstation Witten e.V. nicht fehlen. Am Freitag, 29. August, rollt ab 17 Uhr das runde Leder.

Mit von der Partie sind neben dem EvK Witten auch Mannschaften aus den EvKs in Herne und Castrop-Rauxel sowie die Stockumer Platzkinder des TuS Stockum. Sie alle kicken nicht nur um den begehrten Pokal, sondern vor allem für die gute Sache: Der komplette Erlös des Turniers kommt der Arbeit auf der Palliativstation im EvK zugute.

Für die Moderation greift einmal mehr Michael Wurst, Stationsprecher des VfL Bochum, zum Mikrofon. Er wird wieder alle Begegnungen live kom-

mentieren und das eine oder andere Interview am Spielfeldrand führen. Vor der ersten Partie um 17 Uhr begrüßen Pfarrer Stephan Happel, Vorsitzender des Fördervereins Palliativstation Witten, und Dennis Kläebe, Klinikmanager des EvK Witten, die Gäste im Stadion. Zuschauer und Fans sind herzlich eingeladen, das Geschehen auf dem Platz zu verfolgen



und ihre Mannschaften lautstark anzufeuern. Die beiden Halbfinals werden ab 17 Uhr ausgetragen. In einer kurzen Pause gegen 18 Uhr zeigen zwei Tanzsportgruppen des TuS Stockum eine Performance, ehe um 18.20 Uhr das Spiel um Platz 3 angepfiffen wird. Das Finale ist schließlich für 19 Uhr angesetzt.

Für die Verpflegung ist den gesamten Tag über mit Getränken und Würstchen vom Grill gesorgt.

Ganzheitlich für ein gesundes Herz

Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke verhilft mit Herzschule zu mehr Lebensqualität

Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören zu den häufigsten Gesundheitsproblemen in Deutschland. Ein bewusster Lebensstil kann helfen, ihnen vorzubeugen, doch der Weg dorthin ist oft schwer allein zu bewältigen. Unterstützung bietet die Herzschule des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke, ein in der Region einzigartiges Angebot, das Betroffene seit mehr als zehn Jahren auf ihrem Weg zu mehr Herzgesundheit begleitet.

Initiiert wurde die Herzschule 2012 von Dr. med. Jakob Gruber, Chefarzt der Inneren Medizin am GKH. „Die Herzschule entstand aus der Überzeugung, dass Heilung nicht nur durch Medikamente oder Eingriffe geschieht, sondern durch die Stärkung der eigenen Gesundheitskompetenz. Menschen brauchen Raum, um zu verstehen, wie sie ihr Herz aktiv schützen können. Genau diesen Raum schaffen wir hier“, so der Kardiologe. In regelmäßigen Gruppentreffen vermitteln er und sein Team praxisnahes Wissen zu Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung und den eigenen Ressourcen, immer verbunden mit der Möglichkeit für persönliche Gespräche und einen intensiven Austausch unter den Teilnehmenden. Insbesondere das gemeinsame Kochen und die Hinführung zu einer gesünderen Ernährung stehen im Mittelpunkt der Treffen.

Dass dieses Kursangebot mehr als nur Wissensvermittlung ist,



Dr. med. Jakob Gruber, Chefarzt der Inneren Medizin am GKH, hat die Herzschule 2012 am Herdecker Krankenhaus initiiert.

zeigt das eindrückliche Feedback einer ehemaligen Teilnehmerin: „Ich war zutiefst verunsichert nach meinem stationären Aufenthalt mit Vorhofflimmern. Die Aufnahme in die Herzschule war eine große Erleichterung. Ein Jahr lang wurde ich fachlich kompetent und menschlich zugewandt begleitet. Ich durfte erleben, wie sich Menschen öffneten, Freundschaften entstanden und neue Lebenswege

sichtbar wurden – alles verbunden durch das gemeinsame Thema Herzgesundheit.“

Die Herzschule richtet sich an Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen oder nach einem Herzinfarkt. Das nächste Intensivwochenende findet vom 26. bis 27. September 2025 statt (Freitag 16 bis 20 Uhr, Samstag 9 bis 18

Uhr). Ergänzend gibt es monatliche Treffen an jedem ersten Mittwoch im Monat von 16 bis 19:30 Uhr im Dachgeschoss des Kinderhauses, die zusammen mit dem Intensivwochenende im Herbst das ‚Herzschuljahr‘ bilden.

Die Teilnahmegebühr für das Herzschuljahr beträgt 800 Euro inklusive Verpflegung und wird zum Teil von einigen Krankenkassen erstattet. Die Anmeldung ist telefonisch oder per E-Mail möglich: 02330 62-3045, innere@gemeinschaftskrankenhaus.de

Weitere Informationen zur Herzgesundheit sowie zum Angebot der Herzschule vermittelt Dr. med. Jakob Gruber im Rahmen eines Infoabends. Dieser findet am Mittwoch, 13. August 2025 ab 19 Uhr im Speisesaal des GKH statt. Der Zugang erfolgt über den Haupteingang, Gerhard-Kienle-Weg 4, 58313 Herdecke. Die Teilnahme ist kostenfrei und eine Anmeldung nicht erforderlich.

Magdalena Hellström Zimmermann kuratiert Ausstellungen im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke:

40 Jahre „Kunst im Foyer“

Im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke (GKH) zieht seit Anfang der 1980er-Jahre ein ungewöhnliches Kulturprojekt regelmäßig viele Menschen an: „Kunst im Foyer“. Die Initiative geht auf die bildende Künstlerin Magdalena Hellström Zimmermann zurück, die damals mit der farblichen Gestaltung des neu erweiterten Eingangsbereichs beauftragt wurde. Ihr Ziel war es, eine offene, freundliche Atmosphäre zu schaffen, fernab typischer Krankenhausarchitektur.

Im Laufe der Jahre entwickelte sich aus dieser Gestaltungsidee ein professioneller Ausstellungsraum für zeitgenössische Kunst. Diese verleiht dem Foyer des GKH eine besondere Atmosphäre: Die hellen Wände, die bequemen Sitzmöglichkeiten und die durchdachte Lichtgestaltung laden zum Verweilen ein und bieten Raum zum Innehalten – gerade an einem Ort, an dem viele Menschen mit Themen wie Krankheit, Geburt oder Abschied konfrontiert sind.

In den ersten zwanzig Jahren lag der Fokus der Ausstellungen im GKH fast ausschließlich im Bereich abstrakter Kunst, inzwischen sind vermehrt gegen-

ständliche Werke sowie Landschafts- und Naturthemen zum Gegenstand der Kunst geworden. Aktuell und noch bis zum 5. Januar 2026 ist die Ausstellung „Gesten und Gouachen“ von Jens Kilian zu sehen, einem freischaffenden Maler und Kunstpädagogen, der unter anderem die Freie Akademie für Malerei in Düsseldorf-Reisholz leitet.

Einige der Kunstschaaffenden, die über die Jahre in der Herdecker Klinik ausgestellt haben, waren, wie auch Jens Kilian, mehrfach dort zu Gast. Manche stammen aus der Region, andere aus Deutschland oder dem benachbarten Ausland. Ihnen allen ist gemein, dass es ihnen



Freuen sich über 40 Jahre „Kunst im Foyer“: Magdalena Hellström Zimmermann, die die Ausstellungen regelmäßig im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke kuratiert, und Jens Kilian, Maler und Kunstpädagoge aus Düsseldorf. Seine Werke zum Thema „Gesten und Gouachen“ sind noch bis Anfang 2026 im Foyer des Krankenhauses zu sehen.



Auch diese Skulptur hat kürzlich in der Cafeteria des GKH ihren Platz gefunden. Sie stammt von einem ehemaligen Patienten, der sich damit für seine Heilung nach einer Hirn-OP beim Team der Neurochirurgie bedankt hat. Im Hintergrund: ein Werk von Jens Kilian.

in erster Linie nicht darum geht, ihre Werke zu verkaufen. Sie verstehen die Ausstellungen im GKH als kulturelles Geschenk. Der Kauf ist möglich, jedoch steht die Wirkung der Kunst im Mittelpunkt.

„Die Kunst ist für mich Lebenselixier, und die Begegnungen mit so vielen ganz verschiedenen Künstlern haben mein Leben sehr bereichert“, betont Magdalena Hellström Zimmermann, die als freischaffende Künstlerin in Dortmund und Stora Skedvi (Schweden) lebt. „Aber man kann auch sagen, dass die Begegnung mit ‚Kunst im Foyer‘ für viele Künstler eine besondere Erfahrung war.“ Bekannte Namen sind u. a. Otto

Ritschl, Eva Niestrath-Berger und Setsuko Ikai.

Dass ein Krankenhaus zu einem Ort für Kunst werden kann, ist nicht selbstverständlich. Es ist das Ergebnis von gestalterischer Konsequenz, persönlichem Engagement und der Überzeugung, dass Kunst heilen, bilden und verbinden kann. Das zeigt auch eine ganz besondere Skulptur, die kürzlich in der Cafeteria des GKH ihren Platz gefunden hat – sie stammt von einem ehemaligen Patienten, der sich damit für seine Heilung nach einer Hirn-OP beim Team der Neurochirurgie um Chefarzt Prof. Dr. med. Dipl. Phys. Wolfram Scharbrodt bedankt hat.

Krebstherapie:

Männer und Frauen reagieren anders – eine neue Studie geht dem nach

Die Universität Witten/Herdecke und die Ruhr-Universität Bochum untersuchen, wie das Geschlecht die Wirksamkeit moderner Krebstherapien beeinflusst.

Moderne Immuntherapien gelten als Durchbruch in der Krebsbehandlung: hochwirksam, aber auch komplex und teuer. Erste Studien deuten darauf hin, dass Männer und Frauen unterschiedlich darauf ansprechen. Ein Forschungsteam der Universität Witten/Herdecke (UW/H) und der Ruhr-Universität Bochum (RUB) will diesen Zusammenhang seit dem 1. Juli 2025 systematisch untersuchen – gefördert vom Bundesministerium für Bildung und Forschung. Erstmals forschen dabei nicht nur Wissenschaftler:innen, sondern auch Betroffene selbst.

Gezielte Immuntherapien im Fokus: Wirkungsvoll, aber mit Risiken

Im Zentrum der Untersuchung stehen zwei moderne Therapieformen: die CAR-T-Zelltherapie und sogenannte T-Zell-Engager. Beide nutzen T-Zellen, also körpereigene weiße Blutkörperchen, um Krebszellen gezielt zu bekämpfen. Bei der CAR-T-Zelltherapie werden T-Zellen aus dem Blut entnommen, im Labor verändert und als gezielte „Krebsjäger“ wieder verabreicht; sie verbleiben im Körper und wirken langfristig. T-Zell-Engager hingegen sind Antikörper, die T-Zellen gezielt zu den Tumorzellen lenken, um sie zu zerstören. Ihre Wirkung ist meist zeitlich begrenzt.

„Diese Therapien haben großes Potenzial, sind aber kostenintensiv und gehen teils mit erheblichen Nebenwirkungen einher“, sagt Projektleiter Prof. Dr. Sven Schmiedl vom Lehrstuhl für Klinische Pharmakologie der UW/H. „Damit wir gezielter behandeln können, müssen wir verstehen, wie das biologische Geschlecht die Wirkung beeinflusst.“

Unterschiede bei Wirkung und Nebenwirkungen – aber das Gesamtbild fehlt

Einzelne Studien legen nahe, dass Männer zum Beispiel häufiger unter Nebenwirkungen leiden, aber teils auch stärker vom Behandlungserfolg profitieren. Frauen hingegen vertragen die Therapien häufig besser, schneiden in manchen Studien jedoch bei der Wirksamkeit schlechter ab. Eine systematische Auswertung aller verfügbaren Daten fehlt bisher – genau hier setzt das Forschungsvorhaben an, wie Dr. Blasius Liss erläutert, der als klinischer Experte

das Projekt unterstützt und als Onkologe am Helios Universitätsklinikum Wuppertal arbeitet.

Geplant ist eine umfassende systematische Suche bereits durchgeführter Studien und eine Meta-Analyse auf Basis individueller Patient:innendaten aus diesen Studien. Ziel ist es, geschlechtsspezifische Unterschiede bei Wirksamkeit, Nebenwirkungen und Lebensqualität sichtbar zu machen.

Forschung mit Betroffenen: Patient:innen bringen eigene Perspektive ein

Zwei Patient:innen – eine Frau und ein Mann – begleiten das Projekt als sogenannte Co-Forschende. Sie wirken mit bei der Entwicklung von Fragestellungen, der Bewertung der Studien, der Ergebnisdiskussion und der Entwicklung verständlicher Informationsmaterialien.

„Gerade bei Themen wie Lebensqualität, Erschöpfung oder langfristigen Belastungen ist es entscheidend, die Sicht der Betroffenen einzubeziehen“, erklärt Prof. Dr. Nina Timmesfeld, Leiterin der Abteilung für Medizinische Informatik, Biometrie und Epidemiologie an der RUB. „Sie können wertvolle Hinweise geben, was in der Versorgung tatsächlich zählt – über medizinische Kennzahlen hinaus.“

Macht die Dosierung einen Unterschied?

Auch Unterschiede in Körpergewicht, Körperzusammensetzung und Körperoberfläche könnten eine Rolle spielen. Denn manche Wirkstoffe werden unabhängig vom Körpergewicht verabreicht, andere gewichtsabhängig dosiert. Ob das in der Praxis zu geschlechtsspezifischen Effekten führt, ist bislang kaum erforscht.

„Uns geht es auch darum, potenzielle blinde Flecken aufzude-

cken – etwa wenn Dosierungsempfehlungen für alle gelten, obwohl sie nicht für Männer und Frauen gleichermaßen passen“, betont Prof. Dr. Petra Thürmann, Vizepräsidentin für Forschung der UW/H und Experte für geschlechts- und genderbezogene Arzneimitteltherapie. „Hier könnten sich Ansatzpunkte für eine individuellere und sicherere Therapie ergeben.“

Wissenschaft für die Praxis nutzbar machen

Die Ergebnisse sollen in Fachjournals veröffentlicht, auf Kongressen vorgestellt und für die Öffentlichkeit verständlich aufbereitet werden. Geplant sind eine Projektwebseite sowie Informationsmaterialien für Patient:innen.

Langfristig sollen die Erkenntnisse in medizinische Leitlinien einfließen – insbesondere sofern sich herausstellt, dass eine geschlechtsspezifisch angepasste Dosierung oder Überwachung sinnvoll ist.

„Wir wollen klinisch relevante Hinweise liefern, die Ärzt:innen und Patient:innen helfen, bessere Entscheidungen zu treffen“, so Schmiedl. „Denn das Ziel ist eine Krebstherapie, die so individuell ist wie die Menschen, die sie betrifft.“

Medizin – Pflege – Therapie

Klinik für Urologie



Ev. Krankenhaus
Witten
Lehrkrankenhaus der Universität
Witten/Herdecke

Ambulanz-Führung

Donnerstag, 11. September 2025, 17 Uhr

Treffpunkt: Urologische Ambulanz, 1. Obergeschoss

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

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

Keine Anmeldung erforderlich.



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



BECKENBODENZENTRUM
RUHRGEBIET



Boston Scientific
Advancing science for life™



Prostatazentrum
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001



KONTINENZ- UND HAGEN-WITTEN
BECKENBODENZENTRUM



UROLOGISCHES ZENTRUM
WITTEN/HERDECKE

100 Flaschen Wein zum 100. Geburtstag

Zum Jubiläum des Altenzentrums am Schwesternpark Feierabendhäuser der Diakonie Ruhr in Witten hat Markus Thiesen vom Weingut Thiesen-Feiden in Ediger-Eller an der Mosel einen besonderen Tropfen kreiert: den halbtrockenen „Ellerer Pfirsichgarten“.

Der exklusive Jubiläumswein ist zum 100-jährigen Bestehen der Feierabendhäuser in limitierter Auflage von 100 Flaschen erschienen.

Weinkennerinnen und -kenner können sich auf einen besonderen Hochgenuss freuen. Gewachsen in den sonnenverwöhnten Steillagen der Mosel, geprägt vom schieferreichen Boden, der ihm seine mineralische Frische verleiht, ist der Wein ein Tropfen mit echtem Lagencharakter. Markus Thiesen arbeitet seit vielen Jahren mit den Wittener Feierabendhäusern zusammen. Regelmäßig bietet er Weinproben für die Bewohnerinnen und Bewohner des Altenzentrums sowie die Mieterinnen und Mieter aus dem ServiceWohnen der Einrichtung an. Der Jubiläumswein

ist zum Preis von 10 Euro pro Flasche im Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser, Pferdebachstraße 43, 58455 Witten, erhältlich – solange der Vorrat reicht.



Markus Thiesen vom Weingut Thiesen-Feiden (z.v.r.) übergibt den Jubiläumswein an (v.l.) Manuela Söhnchen (Leitung Sozialer Dienst), Pflegebereichsleitung Gabriele Langenbach, Einrichtungsleiter Andreas Vincke und Silke Lagemann (Kordinatorin Hauswirtschaft) vom Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser. Foto: Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser

Physiotherapieverbände – gemeinsame Evaluation der Blankverordnung mit Hochschulen in Trier und Bochum

Der Bundesverband selbstständiger Physiotherapeuten (IFK), der VDB-Physiotherapieverband sowie der Verband für Physiotherapie (VPT) haben mit der Hochschule Bochum und der Hochschule Trier einen Kooperationsvertrag zur wissenschaftlichen Evaluation der Blankverordnung in der Physiotherapie geschlossen. Gemeinsam sollen Wirksamkeit und Umsetzung dieser neuen Versorgungsform untersucht werden.

Seit dem 1. November 2024 ist die Blankverordnung Teil der physiotherapeutischen Regelversorgung für Patienten mit unterschiedlichen Diagnosen rund um die Schulter. Diese erweiterte Versorgungsverantwortung bietet viel Potenzial. Physiotherapeuten können gezielter und flexibler auf den individuellen Rehabilitationsverlauf eingehen, indem sie autonom das Heilmittel sowie die Dauer und Frequenz der Behandlung bestimmen können. Darüber hinaus wird erstmalig die Diagnostik vergütet, wodurch Therapeuten ihre Kompetenzen gezielter einbringen können.

Nun sollen die Blankverordnung und ihre Besonderheiten für die physiotherapeutische Behandlung untersucht werden. Mit der Hochschule Bochum und der Hochschu-

le Trier haben sich die drei Physiotherapieverbände IFK, VDB und VPT starke wissenschaftliche Partner an die Seite geholt, um wissenschaftliche Erkenntnisse über die konkreten Gestaltungsmerkmale, den Therapieverlauf, Behandlungsergebnisse sowie Patientenerfahrungen und -zufriedenheit im Rahmen der Blankverordnung zu sammeln.

Zu diesem Zweck werden Daten zu Behandlungen, die im Rahmen einer Blankverordnung stattfanden, systematisch erhoben und analysiert. Dabei werden unter anderem Faktoren wie Patienteneigenschaften, Angaben zur Verordnung, Therapieinhalte sowie Prognose und Verlauf der Behandlung erfasst.

Das Projekt soll auf der einen Seite dazu

beitragen, den gesetzlichen Auftrag des § 125a SGB V zu erfüllen und die Ergebnisse für den gesetzlich vorgeschriebenen Bericht für das Bundesministerium für Gesundheit zu nutzen. Zum anderen erhoffen sich die Projektpartner Erkenntnisse, die in die Verhandlungen mit dem GKV-Spitzenverband zu weiteren Diagnosen eingebracht werden können.

Durch die gezielte Kooperation der drei Physiotherapieverbände IFK, VDB und VPT mit Unterstützung der Hochschule Bochum und der Hochschule Trier steht das Projekt zur Evaluation der Blankverordnung auf einem starken Fundament. Mit ersten Zwischenergebnissen des Projekts ist zum Jahresende 2025 zu rechnen.

Wittener „Hausmittel“ gesucht

Die gute alte „heiße Zitrone“ bei Erkältung – wer kennt sie noch? Oder das ostpreußische Hausmittel gegen Magenbeschwerden: Schnaps mit Pfeffer... Wir suchen und sammeln bis Anfang November Ihre Hausmittel – aus Witten und Bochum-Langendreer. Wir wollen sie dann auf den Prüfstand schicken, indem wir die Rezepte Ihrer Hausmittel heimischen Ärzten mit der Bitte um Stellungnahme vorlegen.

Die eingangs erwähnten Beispiele zeigen auch, dass nicht jedes Hausmittel gut sein muss. „Schnaps mit Pfeffer“ – und das bei Magenproblemen verabreicht? Ganz früher sogar bei Kindern... Na, da brauchen wir keinen Arzt, um hinter dieses Hausmittel ein dickes Fragezeichen zu setzen. Andere Hausmittel haben sich bewährt und werden heute noch von Generation zu Generation weitergegeben.

Darum wollen wir von Ihnen nicht nur das Rezept Ihres Hausmittels erfahren, sondern

auch, ob es sich bei Ihnen bewährt hat und wie Sie an dieses Rezept gekommen sind. Bis zum 1. November sammeln wir die Rezepte Ihrer Hausmittel. Danach werden wir unsere heimischen Ärzte befragen, was sie von den Rezepten halten; ob ihnen eine Wirksamkeit attestiert werden kann oder ob es sich eher um „Fake“-Rezept handelt. Die Ergebnisse werden wir in der Dezember-Ausgabe 2025 von Witten transparent veröffentlichen. Darum:

Schicken Sie uns bitte Ihre Rezept für Haus-

mittel und teilen Sie uns Ihre Erfahrungen damit mit. Sie können uns per E-Mail unter wittentransparen@online.de erreichen. Oder Sie schicken uns einen Brief an Verlag Olaf Gellisch, Somborner Str. 2a, 44894 Bochum. Vergessen Sie bitte Ihre Kontaktdaten nicht, falls es zu Ihrem Rezept noch Rückfragen gibt. Und bitte sagen Sie uns auch, ob wir bei der Veröffentlichung Ihres Hausmittels Ihren Namen erwähnen dürfen oder ob Sie lieber anonym bleiben möchten.



Freuen sich auf die nächste Seniorenmesse: Die Mitarbeiter des Wittener Seniorenbüros, die diese beliebte Messe immer im Rahmen der Zwiebelkirmes organisieren.

Am 7. September auf dem Rathausvorplatz:

17. Wittener Seniorenmesse

Das Seniorenbüro der Stadt Witten wird in diesem Jahr die 17. Seniorenmesse veranstalten, die am 7. September in der Zeit von 13.00 – 16.00 Uhr stattfindet. Veranstaltungsort ist in diesem Jahr wieder der Rathausvorplatz.

Auf der Messe bekommen Senioren und deren Angehörige nützliche Informationen, um den Alltag der Senioren bestmöglich in ihrer häuslichen Umgebung zu organisieren und um möglichst eine Heimüberwechslung zu vermeiden. Aber auch die Heimunterbringung ist ein Thema, denn bekanntermaßen gibt es Fälle, in denen das selbstbestimmte Leben in den eigenen vier Wänden aufgrund alters- oder auch krankheitsbedingter Einschränkungen nicht mehr möglich ist. Auch hierfür hält die Seniorenmesse die passenden Informationen bereit. Das Team des Wittener Seniorenbüros freut sich, dass die

Messe wieder am verkaufsoffenen Sonntag und parallel zur Zwiebelkirmes durchgeführt werden kann. Voraussichtlich werden sich, wie in den vergangenen Jahren, 40 – 50 Ausstellende (darunter Anbieter von ambulanten Hilfen, Altenzentren, die Wohnberatungstelle, Polizei Bochum, Vereine, Verbände und Firmen) präsentieren.

Anmeldungen sind noch möglich:

Ansprechpartner für Aussteller ist Norbert Koch, der unter der Telefonnummer: 02302 / 581-5077 oder über E-Mail: senioren@stadt-witten.de erreichbar ist.

Witten:

Standesamt-Statistik für den Monat Juni

Insgesamt 251 Geburten registrierte das Standesamt der Stadt Witten im Juni 2025: 109 Mädchen und 142 Jungen kamen auf die Welt. Im gleichen Zeitraum gab es 117 Sterbefälle: 62 Frauen und 56 Männer. Weitere Daten, die im Standesamt erfasst werden: 96 Paare haben im Juni geheiratet, 55 Ehen wurden geschieden bzw. durch Tod aufgelöst.

44 Namensänderungen (in der Ehe; nach Auflösung der Ehe; für Kinder) wurden registriert, bei 8 Kindern wurde die Abstammung geändert und festgestellt, drei Kinder wurden adoptiert.



Quartier der Feierabendhäuser

- Stationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- ServiceWohnen

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

Krankheit ist erstmals der häufigste Grund für Überschuldung – Universität Witten/Herdecke fordert stärkere Prävention

Neue Zahlen des Statistischen Bundesamtes zeigen: Erkrankungen, Sucht oder Unfall überholen Arbeitslosigkeit als Hauptauslöser von Überschuldung

Zum ersten Mal seit Beginn der amtlichen Erhebungen zu den Hauptursachen von Überschuldung ist „Krankheit, Sucht oder Unfall“ der häufigste Auslöser für private Überschuldung in Deutschland. Das zeigen aktuelle Daten des Statistischen Bundesamts (DESTATIS) für das Jahr 2024: Mit 18,1 % liegt der Anteil noch vor Arbeitslosigkeit (17,4 %). Prof. Dr. Eva Münster, Inhaberin der Professur für Allgemeinmedizinische Versorgungsforschung in vulnerablen Bevölkerungsgruppen am Institut für Allgemeinmedizin und Ambulante Gesundheitsversorgung (iamag) der Universität Witten/Herdecke (UW/H), sieht darin ein alarmierendes Signal – und eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe.

„Eine schwere Krankheit trifft viele Menschen doppelt: gesundheitlich und finanziell“, erklärt Prof. Münster. „Die damit verbundene finanzielle Belastung wird bisher viel zu wenig wahrgenommen – in der Forschung, in der Versorgung und in der Politik.“

Die Zahlen des Statistischen Bundesamts belegen, was Betroffene seit Jahren berichten: Wer ernsthaft erkrankt, rutscht schnell in finanzielle Not. Gründe sind unter anderem Einkommensausfälle, gekoppelt mit Kreditzahlungen während längerer Krankheitszeiten, und hohe Zuzahlungen bei Medikamenten oder Reha-Maßnahmen. Dabei deckt das Krankheitsspektrum der Betroffenen die gesamte Bandbreite medizinischer Diagnosen ab – von Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen (z. B. ein schwerer Bandscheibenvorfall) über psychische Erkrankungen (z. B. Depression) bis hin zu Krebs- und Kreislaufsystemerkrankungen (z. B. Herzinfarkt).

Forschung im Rückstand

„Wir wissen, dass Krankheit zur Überschuldung führen kann –



Der Campus der Uni Witten | Herdecke aus der Vogelperspektive.

aber wir wissen viel zu wenig darüber, wie genau das passiert“, betont Münster. Zwar werde die Kategorie „Krankheit, Sucht oder Unfall“ in der Überschuldungsstatistik erfasst, doch differenzierte wissenschaftliche Erkenntnisse zu den genauen Mechanismen, etwa zur Rolle bestimmter Diagnosen oder psychischer Erkrankungen, fehlten weitgehend. Auch die Auswirkungen von Scham, sozialen Brüchen oder digitalen Konsummustern würden kaum erforscht.

Besonders die Subgruppe der

Suchterkrankungen wird in der Statistik nicht getrennt ausgewiesen, weil hierzu keine Daten vorliegen – ein Umstand, der dazu führen kann, dass gesellschaftliche Stigmatisierung weiterbesteht.

Um dieser verzerrten Wahrnehmung zu begegnen, hat die UW/H Neele Kufeld, Nachwuchswissenschaftlerin mit psychologischer und medizinischer Expertise, damit beauftragt, den Zusammenhang zwischen Suchterkrankung und Überschuldung evidenzbasiert aufzuarbeiten.

Prof. Dr. Eva Münster fordert vor allem einen Strategiewechsel:

„Wir brauchen nicht mehr Reaktion, sondern zielgenauere Forschung und darauf aufbauende evidente Präventionsmaßnahmen. Wer eine schwerwiegende Diagnose erhält, muss frühzeitig auch über finanzielle Risiken aufgeklärt und unterstützt werden.“ Wie das genau erfolgen sollte, muss detailliert betrachtet werden, um den richtigen Zeitpunkt und die richtige Maßnahme bestimmen zu können.



Altenzentrum am Schwesternpark / Feierabendhäuser:

Jazz-Matinee zum 100jährigen Jubiläum

Ein weiteres Highlight im Rahmen der Feierlichkeiten zum 100. Jubiläum des Altenzentrums am Schwesternpark / Feierabendhäuser gibt es am Sonntag 27. Juli. Dann wird zu einer Open air Jazz-Matinee eingeladen.

Von 11.30 bis 13.30 Uhr kann auf den Außenanlagen zu den schmissigen Rhythmen von Hardy's Jazzband gefeiert werden. Die Band gehört zu den alten Bekannten dieser Senioreneinrichtung, hat sie dort doch schon mehrfach mit ihrem

musikalischen Können für Stimmung gesorgt. Dazu wird natürlich auch für das leibliche Wohl gesorgt, u. a. mit Leckereien im Grill und kühlen Getränken. Wie immer, sind Gäste herzlich willkommen, der Eintritt ist frei.

Konzert in der Marienkirche:

Faszination Bearbeitung

Am Sonntag, 14. September, findet um 16 Uhr in der Marienkirche zu Witten wieder ein besonderes Orgelkonzert statt:

Unter dem Motto „Faszination Bearbeitung! – Bekannte Werke der Klassik auf der Orgel“ wird Jürgen Sonnentheil aus Cuxhaven an der großen Marienorgel ein abwechslungsreiches musikalisches Programm darbieten.

Es erklingen unter anderem Werke von Claude Debussy,

Frederic Chopin und Richard Wagner. Dabei wird Jürgen Sonnentheil am Konzertspieltisch im vorderen Kirchenschiff musizieren: So können alle Interessierten den Interpreten nicht nur hören, sondern dessen Musizieren auch aus nächster Nähe optisch mitverfolgen. Herzliche Einladung an alle, die das Orgelkonzert „Faszination Bearbeitung!“ miterleben möchten!

Der Eintritt ist frei, am Ausgang wird um eine Spende gebeten.

Der 90jährige Werner Jacob und sein eigenes Denkmal

Wenn man das beachtliche Alter von 90 Jahren erreicht hat und so viel geleistet hat wie der Bommeraner Werner Jacob, dann müsste man sich doch eigentlich zurücklehnen können, um entspannt auf das Lebenswerk zurückzublicken. Nicht so Werner Jacob. Er feierte sein Wiegenfest mit 42 Personen auf seinem Anwesen auf Steinhausen, doch war er dabei nicht nur von Dankbarkeit für das Erreichen des Alters beseelt, sondern auch von einem Zorn auf Verantwortliche der Stadt und der heimischen Politik, die wohl offensichtlich kein Interesse daran hatten, ihm, dem bekannten Bommeraner, das schon vor 30 Jahren versprochene Denkmal zu setzen.

Dazu gibt es eine lange Geschichte: Vor 30 Jahren, als Werner Jacob 60 wurde, haben ihm Verwandte und Freunde eine auf ihn bezogene Sonderausgabe des Bommeraner Vorortanzeigers erstellt. Der Titel: „Der Bommeraner wird 60“. „Es war ein sehr gelungenes Werk“, erinnert sich Werner Jacob zurückblickend. Es beinhaltete viele Persiflagen und viel drum und dran von dem, was er in all den Jahren im „Bommeraner“ veröffentlicht hatte.

Denn schon zu dieser Zeit war er für seine Verdienste um diesen Stadtteil (und somit auch um Witten im Ganzen) bekannt. Nicht nur seine publizistischen Aktivitäten gilt es dabei zu erwähnen, sondern vor allem auch seine Verdienste um die Pflege der Bommeraner Geschichte. Zudem war er auch äußerst aktiv im Stadtteilleben, z. B. bei der Mitorganisation von Festen. Also: Schon damals bekannt, wie ein bunter Hund oder, anders gesagt, wer in Bommern wohnt und Werner Jacob nicht kennt, ist nicht wirklich ein Bommeraner.

Und bei dieser „Sonderausgabe“ gab es eine kleine Besonderheit: In einer Zeit, da von Künstlicher Intelligenz noch keine Rede war, ließen die damaligen Macher des Blattes sein Gesicht anhand vorliegender Fotos computertechnisch künstlich altern, bis zu seinem 90. Geburtstag. Dies wurde dann mit dem Hinweis versehen, dass diese Bilder der Stadt Wit-

ten als Vorlage dienen mögen, wenn sie gedenke, Werner Jacob für seine herausragenden Verdienste um das Bommeraner Gemeinwohl ein Denkmal zu setzen.

War es ernst gemeint oder war es eher augenzwinkernd?... Wie auch immer. Jedenfalls ist ein Exemplar der in kleiner Auflage gedruckten Sonderausgabe des „Bommeraners“ in die Hände des damaligen Wittener Stadtbaurates Dorsch geraten. Nachdem der damalige Stadtbaurat die Broschüre gelesen hatte, schickte er Werner Jacob einen offiziellen Brief der Stadt Witten, sinngemäß mit folgendem Inhalt: „Lieber Herr Jacob, ich habe mit Vergnügen Ihre kleine Zeitung gelesen und weiß nun eine ganze Menge über Sie und Ihre Verdienste. Darum bestätige ich Ihnen hiermit, dass wir das mit dem Denkmal realisieren werden.“

Nun, mit Erreichen des 90. Lebensjahres, wollte Werner Jacob die Erfüllung dieses Versprechens von der Stadt Witten einfordern. Daher wandte er sich mit eben jenem Brief und alle weiteren Informationen an den jetzigen Stadtbaurat Rommelfanger. Werner Jacob: „Ich habe ihm geschrieben, dass ich davon ausgehe, dass er die Zusage seine Vorgängers einhalten werde.“ Auch Wittenes Bürgermeister Lars König wurde mit eben diesen Infos versorgt. Ebenso wurde Bommerns SPD-



Das Werner-Jacob-Denkmal, ein Plastikstandbild, fungiert für Werner Jacob gewissermaßen als Ersatz für das vom ehemaligen Stadtbaurat Dorsch versprochene Denkmal, das ihm die Stadt Witten setzen sollte. Das Standbild wird auf seinem Privatgrundstück aufgestellt werden. Foto: Antje Dittrich

Vorsitzender und -Mandatsträger Christoph Malz von Werner Jacob gebeten, Schützenhilfe bei der Realisierung des Denkmals zu leisten, was dieser auch zusagte.

Was daraufhin passierte, lässt sich mit einem Wort umschreiben: nichts. Also alle angesprochenen und hier erwähnten Personen haben sich nicht weiter dazu geäußert geschweige denn

etwas in die Wege geleitet, was dem Setzen eines Denkmals für Werner Jacob nahekommt. So zumindest der Kenntnisstand Mitte Juli 2025.

Darum hat Werner Jacob es selbst in die Hand genommen. Die Feier zu seinem 90. Geburtstag bot des festlichen Rahmen für die Enthüllung seines eigenen Denkmals. Dabei muss man vorwegschicken: Das Ganze ist nicht augenzwinkernd gemeint, sondern es war und ist Werner Jacob sehr wohl ernst damit. Und auch sein Zorn auf diejenigen, die ihm die Erfüllung seines vor 30 Jahren versprochenen Denkmals verweigern, ist durchaus echt. Er wettet, ohne ein Blatt vor den Mund zu nehmen, merkt dabei aber an: „Mit 90 Jahren habe ich jetzt wohl so etwas wie Narrenfreiheit...“

Während seiner Geburtstagesfeier enthüllte Werner Jacob dann sein eigenes Denkmal, das wohl in Ermangelung städtischen Dazutuns auf seinem eigenen Grundstück verbleiben wird. Es handelt sich bei dem „Denkmal“ um ein Standbild, also eine Fotografie von ihm selbst, die auf Plastik aufgezogen wurde. Also kein „Pappkamerad“ sondern ein „Plastikkamerad“. Vorder- und Rückseite zeigen beide dasselbe Motiv: Werner Jacob in Lebensgröße. Gefertigt wurde dies von einer Bekannten Jacobs. In Kürze soll das Denkmal auf seinem Grundstück einen dauerhaften Ehrenplatz finden.

Offener Brief an Werner Jacob:

Lieber Werner,

an dieser Stelle gratuliere ich Dir nochmals ganz herzlich zum 90. Geburtstag und zum Erreichen des „Alters der Narrenfreiheit“. Leute in Deinem Alter werden mitunter ja etwas skurril (siehe „Der 90. Geburtstag – Dinner for one“). Um ehrlich zu sein, beschlich mich der Verdacht, dass Du vielleicht auch eine kleine Alterseigenart entwickelt hast, als ich von der Geschichte mit dem Denkmal erfuhr. Aber auf Anfrage wurde klar, wie ernst es Dir damit ist. Der Wunsch, dass Dein Lebenswerk gewürdigt wird und dass Du dies auch noch miterlebst, ist völlig legitim. Und ich gehöre zu den (sicherlich) vielen, die Dir das gönnen. Aber ein Denkmal? Hast Du Dir das nicht längst schon mit Deinem Wirken, Deinen Verdiensten um die Heimatgeschichtspflege, mit Deinen Büchern und mit vielem mehr selbst gesetzt? Bedarf es da noch eines Standbildes?

Und bedenke: Denkmäler werden in der Regel dann geschaffen und enthüllt, wenn diejenigen, die mit den Denkmälern gewürdigt werden sollen, nicht mehr unter uns weilen. Vor diesem Hintergrund ist es mir lieber, es gibt (noch) kein offizielles Denkmal von Dir und Du bleibst uns noch lange erhalten!

Olaf

Tagespflege Boecker-Stiftung an der Breite Straße nach einem Betriebsjahr:

Pflegekompetenz mit Rundum-Wohlfühlfaktor – Senioren fühlen sich bestens aufgehoben

Vor etwas mehr als einem Jahr eröffnete die Boecker-Stiftung eine Tagespflege innerhalb ihres Seniorenzentrums „Leben im Alter“ an der Breite Straße. Auf rund 225 Quadratmetern wurde hier eine Tagespflegeeinrichtung mit 15 Tagespflegeplätzen geschaffen, der es nicht an wohnlicher Gemütlichkeit mangelt, ebenso wenig aber auch an hohem Komfort. Ein Jahr nach der feierlichen Eröffnung, an der auch Wittens Bürgermeister Lars König mitwirkte, kann Geschäftsführer Stefan Gropengießer-Aßmann feststellen: „Die hohen Erwartungen an diese moderne Tagespflege sind noch übertroffen worden. Unsere Besucher attestieren uns hohe Qualität und Kompetenz.“

Dass es sich bei dieser Aussage nicht um Eigenlob handelt, bestätigt ein Gespräch mit Heidemarie Longo. Die 68jährige gehört seit einem halben Jahr zum Kreis der Besucher dieser Tagespflege. Auf die Frage, wie es ihr gefällt, sagt sie: „Die Einrichtung hier ist sehr sauber. Eigentlich ist alles sehr gut hier, angefangen bei den netten Betreuungskräften, dem sehr guten Essen und auch dem Unterhaltungs- und Betätigungsangebot. Zuerst bin ich nur zweimal in der Woche hierhin gekommen. Aber jetzt komme ich schon dreimal.“ Am besten gefällt ihr das regelmäßige Bingo-Spiel, das mittlerweile ein Klassiker im geselligen Unterhaltungsangebot für Senioren ist. „Sehr viel Spaß macht auch die Kegelbahn“, so die Seniorin. Ein Mitarbeiterin

ergänzt: „Es handelt sich um eine mobile Kegelbahn, die derart gestaltet ist, dass auch Rollstuhlfahrer am Spiel teilnehmen können.“

So sieht es das Konzept der Boecker Tagespflege auch vor: „Die Teilhabe ist uns wichtig. Menschen jeden Pflegegrades können zu uns kommen“, so der Geschäftsführer. So haben die Innenarchitekten die Räumlichkeiten derart gestaltet, dass auch Rollstuhlfahrer hier keine Probleme haben. Auch wenn es z. B. um gemeinsame Aktivitäten im Küchenbereich geht – selbst hier herrscht Barrierefreiheit.

Zum Angebot für die Tagespflegegäste gehören natürlich Spiel, Spaß und Bewegung. Dies zeigte auch ein Besuch von Witten transparent in der nun seit einem Jahr bestehenden Tagespflegeeinrichtung mit direkter Anbindung an die Innenstadt. Nach dem Frühstück (hier gibt es sogar ein reichhaltige Frühstücks-Buffett) und dem gemeinsamen Zeitungs-(vor-)lesen ging es zum Bewegungsteil über. Unter Anleitung wurden leichte Bewegungsübungen getätigt. Aber: Wer keine Lust dazu hatte, konnte sich auch ausklinken. Dann ging es in geselliger Runde mit Bingo weiter.

Das Angebot versteht sich auch als solches und nicht als „Pflichtbetätigung“. Die Einrichtung ist so großzügig gestaltet, dass auch jeder Besucher hier seine Ruhezone findet, falls er mal abschalten möchte – oder den Fernseher einschalten möchte, denn auch das ist möglich.

Und natürlich profitiert die Einrichtung von der Innenstadtlage: Wittens Haupteinkaufszone liegt in fußläufiger Entfernung, der Kaufland-Supermarkt direkt gegenüber. Neben gemeinsamen Ausflügen, z. B. den re-



Fertig gestaltet ist nun der Terrassenbereich, der von den Besuchern gerne genutzt wird. Wenn es die Wetterlage zulässt, wird hier auch gegrillt. Ebenso befinden sich dort kleine Hochbeete, wo die Besucher selbst gärtnern können.



Das Bingo-Spiel erfreut sich auch in der Boecker Tagespflege einer großen Beliebtheit.



Sehr zufrieden ist Besucherin Heidemarie Longo mit dem Angebot der Boecker Tagespflege. Sie hat deshalb ihre wöchentlichen Besuchstage von zwei auf drei erhöht.



Wittens Bürgermeister Lars König war vor gut einem Jahr mit bei der Eröffnung der Boecker Tagespflege an der Breite Straße. Mittlerweile ist diese Tagespflege gut angenommen und eingespielt.

gelmäßigen Wochenmarktbesuchen, können die Besucher auch individuell mit den Mitarbeitern der Boecker-Tagespflege einkaufen gehen oder andere Dinge in der Stadt erledigen.

Was alles möglich ist, hängt zu einem guten Teil natürlich mit von den individuellen Möglichkeiten der Besucher ab. Und auch die Pflege ist im Bedarfsfall möglich, z. B. Duschen. „Und das ist nicht mit einem Aufpreis verbunden“, so Stefan Gropengießer-Aßmann.

Und dies aus gutem Grund: Kosten sind bei der Inanspruchnahme eines Tagespflegeplatzes natürlich ein Thema. Was viele nicht wissen: Bei den Pflegekassen gibt es ein zweckgebundenes Budget nur für die Tagespflege. Personen, die über einen Pflegegrad verfügen, können

dies in Anspruch nehmen, so dass für sie selbst in der Regel keine Kosten anfallen. Das gilt auch für den Hol- und Bringdienst, der dafür sorgt, dass die Besucher sicher zur Tagespflege abgeholt und am Ende des Tages auch wieder nach Hause gebracht werden – ebenfalls kostenlos. Die vielfach verbreitete Annahme, dass die Inanspruchnahme der Tagespflege vom Pflegegeld abgeht, ist völlig falsch. Das Pflegegeld wird dabei nicht angetastet.

Die Angebotsvielfalt ist dermaßen groß, dass eine detaillierte Darstellung hier kaum möglich ist. Darum bietet die Boecker Tagespflege für Interessenten an, mal kostenlos hineinzuschnuppern. Da haben Interessenten die Möglichkeit, sich selbst ein Bild davon zu machen.

Kommunalwahl 2025:

Wahlhelfer gesucht

Bei der Kommunalwahl am 14. September können die wahlberechtigten Bürgerinnen und Bürger im Ennepe-Ruhr-Kreis gleich fünf Stimmen abgeben: Dann entscheiden sie, wer in Witten künftig als Bürgermeister die Geschicke der Stadt lenkt und wie sich der Rat der Stadt zusammensetzt, wer Landrat wird, wer Mitglied des Kreistags wird und nicht zuletzt wie die Verbandsversammlung des Regionalverbands Ruhr (Ruhrparlament) als einzige demokratisch legitimierte Kammer des Ruhrgebiets besetzt ist. Ebenfalls am 14. September wird in Witten der Integrationsrat als kommunale Vertretung aller Menschen mit internationaler Familiengeschichte gewählt.

Rund 150 Wahlhelfende werden noch gesucht – Wer sich ehrenamtlich als Wahlhelferin oder Wahlhelfer am 14. und/oder bei der eventuell stattfindenden Stichwahl am 28. September engagieren möchte, kann sich gerne bei der Stadt Witten melden. Insgesamt braucht es in Witten für jeden Wahltermin 656 ehrenamtliche Wahlhelfende, die in den Wahllokalen und Briefwahlvorständen für einen reibungslosen Ablauf sorgen und die Stimmen korrekt auszählen. Rund 590 Personen pro Wahltermin sind schon an Bord. Abhängig davon, ob sich jemand an einem oder an beiden Terminen engagieren möchte, fehlen derzeit also noch bis zu 150 Wahlhelfende. Dabei werden für die Wahlvorstände vor allem noch Wahlvorsteherinnen und Wahlvorsteher, deren Stellvertretungen, Schriftführerinnen und Schriftführer sowohl vereinzelt noch beisitzende Personen gesucht. In den Briefwahlbezirken

fehlen noch einige stellvertretende Wahlvorsteherinnen und -Wahlvorsteher sowie ebenfalls noch Beisitzende.

Allgemeine Informationen zu den Aufgaben und Voraussetzungen, stehen auf den Seiten der Stadt Witten unter der Dienstleistung „Wahlhelfer und Wahlhelferinnen“ (hier) bzw. unter dem Oberbegriff Kommunalwahlen. Melden kann man sich ganz einfach über ein Online-Formular oder per Mail an wahlamt@stadt-witten.de.

Ehrenamtlich tätige Wahlhelfer beziehungsweise Wahlhelferinnen erhalten für ihren Einsatz eine Aufwandsentschädigung (sogenanntes „Erfrischungsgeld“) in Höhe von 40 bis 70 Euro je nach Funktion im (Brief-)Wahlvorstand. Sollte es zu einer Stichwahl am 28. September kommen und sich jemand an beiden Terminen engagieren, so erhält der- oder diejenige einen zusätzlichen Bonus von 50,00 Euro.

15 Tonnen Asphalt illegal auf Wanderparkplatz abgekippt

Es ist leider kein Einzelfall, und doch sorgt dieser Fund für besonderes Kopfschütteln: Unbekannte haben am Wanderparkplatz am Honstein rund 15 Tonnen Asphalt illegal und mutmaßlich mit einem Lkw abgeladen – mitten im Grün des Waldes.

Kein Versehen. Kein kleiner Eimer. Kein Kavaliersdelikt. Solche illegale Müllentsorgung ist eine Straftat – und sie ist nicht nur schädlich für unsere Umwelt, sondern trifft auch uns alle. Schließlich kostete die Entsorgung am Dienstag nicht nur Nerven und Aufwand – sie kostet auch Geld, das an anderer Stelle besser investiert wäre. Ob Bauschutt, Elektroschrott, Sperrmüll, Grünschnitt oder schlicht Hausmüll, ob in den Wäldern, am Wegesrand, auf Parkplätzen oder an öffentlichen Orten: Illegale, wilde Müllkippen tauchen in Witten

leider regelmäßig auf. Eine eigene Statistik führen weder Ordnungsamt noch Betriebsamt (Entsorgung). Letztlich ist jeder Fall einer zu viel. Dazu gehört übrigens auch der zunehmende Trend, an Containerstellplätzen (Altpapier und Glas) sämtlichen Krempel daneben zu stellen.

Wer Abfälle illegal entsorgt, handelt dabei nicht nur rücksichtslos, sondern begeht eine Ordnungswidrigkeit – in besonders schweren Fällen sogar eine Straftat. Gleichzeitig bittet die Stadt um Mithilfe: Wer illegale Müllentsorgung beobachtet,



Boecker Stiftung
Tagespflege & Seniorentreff
im Herzen von Witten

1 Jahr Boeckers Tagespflege...

...an der Breite Straße 30 in Witten




Unter dem Motto „Sich wohlfühlen; sich geborgen fühlen“ bieten wir Ihnen unter anderem an:

- eine gemütliche stilvolle Einrichtung in vollklimatisierter Umgebung mit Raum für gemeinsame Aktivitäten;
- Abwechslungsreiche Beschäftigung in geselliger Runde sowie Pflege;
- ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, köstliche Speisen aus unserer Quartiersküche, am Nachmittag frisch gebackenen Kuchen und Kaffee;
- Friseurbesuche, Fußpflege und/oder Termine beim Physiotherapeuten bei uns im Haus;
- ...und vieles mehr!

Gerne stehen wir Ihnen für weitergehende persönliche Informationsgespräche zur Verfügung und/oder empfangen Sie ebenso gerne zu einem Besuch bzw. zu einem kostenlosen Probetag in unserer Tagespflege. Sprechen Sie uns an:

<p>Relana Bernsmann Leitung Boeckers Tagespflege Tel. 02302 207290 www.boecker-stiftung.de/boeckers-tagespflege/</p>	<p>Daniela Wulf Kommissarische Pflegeleitung Tel. 02302 207291</p>
--	---

WITTEN transparent

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

Wenn das Hören im Alter zum Problem wird

Etwa 25 Prozent der über 60jährigen leiden laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) unter einem Hörverlust. Vor allem ältere Menschen sind davon betroffen. Dabei kann das Gehör leicht eingeschränkt sein bis zur kompletten Gehörlosigkeit. Im Ennepe-Ruhr-Kreis leben allein 1.107 AOK-Versicherte, die im Jahr 2023 mit einem Hörgerät versorgt worden sind. „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.

Das Gehör ist 24 Stunden am Tag auf Empfang - im Gegensatz zu den Augen können wir die Ohren nicht schließen. Umso wichtiger ist es, sie insbesondere vor Lärm zu schützen. Untersuchungen zeigen, dass etwa ein Drittel der über 65jährigen eine Altersschwerhörigkeit (Presbyakusis) aufweist. Die Ursachen setzen sich aus genetischen Einflüssen, so genannten exo- und endogenen Faktoren zusammen. Negative exogene Faktoren sind Lärm, Rauchen, Übergewicht, ototoxische Medikamente, Infektionen und Chemikalien. Das Innenohr altert zum Beispiel durch Hypoxie, Ischämie, oxidativen Stress. Abnutzungsschwerhörigkeit wäre der treffendere Begriff, denn Menschen in Industrieländern hören im Alter schlechter als etwa gleichaltrige Ureinwohner Australiens.

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. „Die nachlassende Hörkraft im Alter fällt den Betroffenen zu Anfang häufig gar nicht auf, da die Veränderungen in der Regel langsam erfolgen. Zunächst ist ein hoher Frequenzbereich betroffen – Ältere Menschen verstehen Stimmen von Frauen



Im Ennepe-Ruhr-Kreis wurden im Jahr 2023 1.107 Menschen mit Hörhilfen versorgt.

Foto: AOK/Colourbox/hfr

und Kindern schlechter oder hören beispielsweise Vogelgezwitscher nicht mehr“, sagt Kock. 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 hören.

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. Helfen kann hier ein fachärztlicher Hörtest in einer Praxis für Hals- und Ohrenheilkunde mit einer eingehenden Untersuchung der Ohren. Im einfachsten Fall wird festgestellt, dass Ohrenschmalz den Gehörgang verstopft. Eine weitere behebbare Ursache könnte auch eine Mittelohrentzündung sein, die beispielsweise mit Antibiotika behoben werden kann. Wird jedoch 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. Prophylaktisch hilft es, Lärm zu vermeiden und bei Arbeiten mit Lärm persönliche Schutzausrüstung zu tragen.

H | J
HÖRTECHNIK JAKOBS

Kontakt:

Bahnhofstr. 57, 58452 Witten

Tel.: 02302-1 79 90 18

E-Mail: kontakt@hörtechnik-jakobs.de

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9.00 – 13.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr

- ▶ Hörgeräte
- ▶ Tinnitusberatung
- ▶ Gehörschutz
- ▶ Hausbesuche

und vieles mehr. . .

...AUS LIEBE
ZUM HANDWERK



Mit der gut ausgestatteten Reiseapotheke entspannt in den Urlaub:

Checkliste rechtzeitig vor Reiseantritt erstellen

Endlich Urlaub und die schönste Zeit des Jahres gesund genießen. Krank im Urlaub – das wünscht sich wirklich niemand. Noch schlimmer ist es, wenn der Krankheitsfall nicht vorbereitet ist. Eine gut sortierte Reiseapotheke ist deshalb unverzichtbar. Sie enthält alle Medikamente, die auch sonst regelmäßig eingenommen werden und ebenso in der Hausapotheke im Ennepe-Ruhr-Kreis zu finden sind. Darüber hinaus gilt: Egal, wohin die Reise auch geht, der Inhalt der Reiseapotheke sollte darauf abgestimmt sein. Die Zusammenstellung richtet sich aber auch nach dem persönlichen Gesundheitszustand der Reisenden. „Für chronisch kranke Reisende, die regelmäßig Medikamente einnehmen müssen, ist eine gute Reisevorbereitung besonders wichtig. So sollte bereits vor Reiseantritt sichergestellt sein, dass die benötigten Arzneimittel auch in ausreichender Menge vorrätig sind“, rät AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock.

Eine Wanderung in den bayrischen Bergen, ein Familienurlaub mit mehreren Generationen an der Algarve oder eine Radtour durch Italien erfordern eine jeweils andere Zusammenstellung der Reiseapotheke als eine Fernreise nach Kenia, Kambodscha oder Japan. Für Letztere stehen Medikamente gegen eine der häufigsten Reisekrankheiten schlechthin ganz oben auf der Liste: den Reisedurchfall. Hilfreich für unterwegs ist auch ein Desinfektionsmittel für die Hände zwischendurch – am besten immer griffbereit, auch problemlos im Handgepäck bei der Flugreise. Auch Schmerz- und Fiebermittel sollten immer dabei sein. Bei Reisen in Malariagebiete wie Länder Afrikas, Asiens und Lateinamerikas gehören Malariamedikamente in die Reiseapotheke. Für manche ist die Autofahrt, See- oder Flugreise schon das Problem: ein Mittel gegen Reiseübelkeit sollte griffbereit sein und frühzeitig eingenommen werden. Flugreisende sollten bei Bedarf aufgrund der trockenen Luft im Flieger, befeuchtendes Nasenspray und Augentropfen gegen die Trockenheit im Handgepäck mitführen. Säuglinge, Kleinkinder und Kinder brauchen im Krankheitsfall eine kindgerechte medizinische Versorgung.

Wenn es in die Sonne geht, ist neben einer ausreichenden Menge Sonnenschutzmittel je nach Hauttyp, auch eine kühlende Salbe gegen Sonnenbrand ein wichtiger Reisebegleiter. Insektenschutzmittel und juckreizstillendes Gel gegen Insektenstiche haben sich schon auf vielen Reisen



Auch unterwegs sollte die Reiseapotheke gut ausgestattet sein für die Urlauber dem Ennepe-Ruhr-Kreis. Foto: AOK/ colourbox/hfr.

bewährt. Wer sich viel in der freien Natur aufhält, sollte sich über Zecken-Risikogebiete informieren und vorsorglich eine Zeckenzange oder -karte einpacken. Vorsichtig und rechtzeitig entfernt, ist eine Infektion mit den gefährlichen Erregern, die von den Zecken übertragen werden, unwahrscheinlicher. Ergänzt wird die Reiseapotheke durch Verbandmaterial wie Schere, sterile Kompressen, Mullbinden, Pflaster, Einmalhandschuhe sowie Wund- und Heilsalben. Grundsätzlich ist zu beachten, dass die meisten Medikamente unter 25 Grad Celsius gelagert werden sollen. Insbesondere Arzneimittel, die im Kühlschrank aufzubewahren sind, wie beispielsweise Insuline, erfordern auf Reisen besondere Vorbereitungen und

können die Reiseplanung vor Herausforderungen stellen. Der gesamte Inhalt der Reiseapotheke - auch Verbandstoffe und Pflaster - sollte regelmäßig auf das Verfallsdatum hin überprüft werden.

„Wer seinen Urlaub lieber im Ausland verbringt, sollte bei aller Vorfreude den Krankenversicherungsschutz nicht vergessen. In den meisten Ländern Europas besteht ein weitgehender Krankenversicherungsschutz. Es genügt, die Europäische Krankenversicherungskarte vorzulegen, die sich auf der Rückseite der eGK befindet. Die medizinische Akutversorgung ist damit in vielen Fällen gesichert, allerdings nicht die medizinisch notwendigen Rücktransporte. „Auch mögliche höhere Be-

handlungskosten oder Eigenanteile müssen Versicherte aus eigener Tasche bezahlen“, so Kock. Deshalb empfiehlt die AOK den Abschluss einer ergänzenden Versicherung für die schönsten Tage im Jahr.

Wer in fernen Ländern Urlaub machen möchte, sollte sich über die von der Ständigen Impfkommission am Robert-Koch-Institut empfohlenen Reiseschutzimpfungen für das jeweilige Urlaubsland informieren. Die Impfungen schützen vor gefährlichen Krankheiten wie z.B. Cholera, FSME, Malaria (Tablettenprophylaxe), Tollwut, Gelbfieber oder Hepatitis A/B. Reiseimpfungen gehören jedoch nicht zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenkassen.

Freibad Witten-Annen zieht positive Halbzeitbilanz – Große Erwartung an die Sommerferien

Sonnenschein, Wasserspaß und viele gut gelaunte Gäste: Das Freibad Witten-Annen blickt auf eine erfolgreiche erste Hälfte der Badesaison zurück. Bislang konnten bereits mehr als 37.000 Besucher:innen begrüßt werden – das sind rund 19.000 mehr als im gleichen Zeitraum des Vorjahres.

„Unser Halbzeitfazit fällt durchweg positiv aus“, freut sich Markus Borgiel, Hauptabteilungsleiter bei den Stadtwerken Witten. „Zwar war der Mai noch wetterbedingt durchwachsen, dafür bescherte uns der Juni und auch der Juli bislang hochsommerliche Tage mit jeweils über 3.000 Badegästen.“

Rekordtag bei Hitze und Besucherandrang – Der bislang besucherstärkste Tag mit über 3.900 Gästen war der 2. Juli, an dem bei Temperaturen von 37°C Hochbetrieb herrschte. Vor allem an diesen Tagen wird von der neuen Möglichkeit Gebrauch ge-

macht Online-Tickets zu kaufen und damit einfach an der Kassen-Warteschlange vorbeizugehen. Bislang wurden knapp 4.000 Tickets online erworben. Die digitalen Eintrittskarten gibt es hier: <https://webshop.stadtwerke-witten.de/de/online-tickets>

40 Mitarbeitende für das Badevergnügen – Das Team am Beckenrand ist stets vor Ort: „Ohne unsere rund 40 Mitarbeitenden wäre ein reibungsloser Betrieb nicht möglich. Während in Nachbarstädten Freibäder teilweise schließen müssen, sind wir täglich von 6:30 bis 20:00 Uhr geöffnet – das ist keine Selbstverständlichkeit“, betont Borgiel. „Deshalb gilt mein besonderer Dank unseren Mitarbeitenden sowie den Sicherheitskräften vor Ort.“ Mit Blick auf die Sommerferien ist die Vorfreude groß – schließlich ist dies die wichtigste Zeit für das Freibad. In den vergangenen Jahren machten häufige Regentage

vielen Familien einen Strich durch die Rechnung. Borgiel zeigt sich für 2025 optimistisch: „Wenn das Wetter mitspielt, bin ich zuversichtlich, dass wir die Besucherzahlen aus dem vergangenen Jahr – insgesamt 65.000 Gäste – übertreffen können.“

Attraktives Ferienprogramm

Neben dem Badevergnügen erwartet die Gäste in den Sommerferien ein abwechslungsreiches Zusatzprogramm: Seit dem 10. Juli gibt es erstmalig das „Captain Hops“-Hüpfburgfestival. Ab Mitte August verwandelt sich das Freibad in ein Open-Air-Kino mit Filmen unter freiem Himmel. Am 24. August startet die große Poolparty mit Musik und Action auf dem Wasser für kleine und große Wasserfreunde. Der Abschluss der Saison wird Mitte/Ende September sein – eine Woche später dürfen dann noch die Vierbeiner beim Hundeschwimmen ins kühle Nass springen.

Rathaus-Eröffnung wurde mit Städtepartnern gefeiert

Vier offizielle Delegationen und zwei Bürgergruppen aus den Partnerstädten waren eigens zur Wiedereröffnung des Rathauses nach Witten gereist. Darunter eine 8-köpfige Radgruppe aus Beauvais, die in fünf Tagesetappen die 520 km lange Strecke nach Witten geradelt ist. Auch die extreme Hitze an den ersten drei Tagen der Tour konnte die Gruppe in den speziellen Partnerschafts-Radtrikots nicht stoppen. Umso größer war der Applaus, als sie in Witten eintrafen.

Die Gäste erwartete ein ebenso volles wie abwechslungsreiches Programm, wobei das sanierte Rathaus, aber auch einige Partnerschaftsjubiläen gewürdigt wurden. So konnten beim Partnerschaftsabend 50 Jahre „Witten – Beauvais“, 45 Jahre „Witten – Lev Hasharon“ sowie je 35 Jahre „Witten – Bitterfeld-Wolfen“ und „Witten – Tzew“ gefeiert werden.

„Ein besonderer Dank geht für diese jahrzehntelangen Freund-

schaften an die Wittener Partnerschaftsvereine, die durch ein herausragendes Engagement diese Beziehungen mit Leben füllen“, betont Nina Leuschner, bei der Stadt zuständig für Städtepartnerschaften. So wurde zum Jubiläum mit Beauvais eigens ein Buch gefertigt, das auf diese lange Geschichte zurückblickt.

Das sanierte Rathaus konnten die Gäste bei einer bei einer exklusiven besichtigten – und

warenvom Ergebnis sichtlich begeistert! Ein abendlicher Aufstieg auf den Rathaussturm gab den Blick auf das nächtliche Witten und das bunte Treiben beim Rathaus-Fest frei. Wer Lust hatte, konnte den sommerlichen Abend nach der Turmbesteigung noch beim Open Air-Kino auf dem Rathausplatz ausklingen lassen.

Am Samstag stand zunächst das Pflanzen eines weiteren

Städtepartnerschaftsbaums auf dem Programm. Nun zielt ein kanadischer Zierapfel den Rathausgarten. Anschließend nahmen die Gäste am feierlichen Festakt zur Rathausöffnung teil. Bevor dann thematisch zum Thema Klima/Wasser und Starkregen gearbeitet wurde, konnten die Gäste aber noch beim Rathausfest mitfeiern. Abgerundet wurde der Tag durch den Besuch des Benefizkonzertes auf Zeche Nachtigall.

Luftaufnahmen sind keine Hexerei!

Hochauflösende (20 Megapixel) Drohnenshots oder Videoaufnahmen von Ihren Grundstücken und Immobilien nach Ihren Vorstellungen.*

Verlag Olaf Gellisch

Tel. 0234 / 43 86 85 45

E-Mail: wittentransparent@online.de

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



Beispiel Langendreer-Wilhelmshöhe



www.awidea.de

WAS(S)ERLEBEN IM FREIBAD ANNEN!

Wir sorgen für Erfrischung.

Ob Wasserspaß, Familienzeit oder Entspannen auf unserer Liegewiese:

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

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

www.stadtwerke-witten.de/baeder

Bürgermeister-Kandidaten und Stadtrat-Wahl in Witten

Am 14. September 2025 werden die /der Landrätin/Landrat, die Wittener Mitglieder des Kreistags des Ennepe-Ruhr-Kreises, der Bürgermeister, der Rat der Stadt Witten und die Abgeordneten der Verbandsversammlung des Regionalverbands Ruhr gewählt. Jede wahlberechtigte Person kann bei den Kommunalwahlen also fünf Stimmen abgeben. Außerdem wird in Witten am gleichen Tag der Integrationsrat gewählt.

Auch in Witten sind die ersten Entscheidungen im Zusammenhang mit den Kommunalwahlen am Sonntag, 14. September, gefallen. Der Wahlausschuss der Stadt Witten hat in seiner Sitzung am Freitag, 11. Juli, alle eingereichten Vorschläge für das Amt des Bürgermeisters sowie für die Reservelisten der Parteien zugelassen.

Die vollständige Veröffentlichung der Kandidaten und Reservelisten erfolgte am Mittwoch, 16. Juli, im Amtsblatt Nr. 18 der Stadt Witten. Es ist ab als pdf-Datei auf den Seiten der Stadt Witten unter www.witten.de/ bekanntmachungen abrufbar.

Sieben Kandidaten für das Amt des Wittener Bürgermeisters

In Witten werden sieben Bürgermeister-Kandidaten auf dem Stimmzettel stehen: Dirk Leistner für die SPD, Lars König für die CDU, Christian Walker für Bündnis90/Die Grünen, Jan Pohl für die FDP, Tobias

Wulf für Die PARTEI, Michael Hasenkamp für StadtKlima Witten, und Hasan Günesli als Einzelbewerber.

Bürgermeister wird, wer mehr als die Hälfte der gültigen Stimmen bekommt. Gelingt dies am 14. September niemanden, folgt am Sonntag, 28. September, die Stichwahl zwischen den beiden bestplatzierten Kandidaten.

Der künftige Rat der Stadt Witten...

...hat gemäß den gesetzlichen Bestimmungen 50 Sitze. Um diese Sitze kandidieren 9 Parteien mit ihren Direktkandidaten und Reservelisten: SPD, CDU, Bündnis90/Die Grünen, FDP, bürgerforum, AfD, Die Linke, Die PARTEI und StadtKlima Witten.

Die Wahl des Rates erfolgt in Wittens 25 Kommunalwahlbezirken nach einem zweistufigen Mischsystem, bestehend aus vorgeschalteter Mehrheitswahl in den Wahlbezirken und ausgleichender Verhältniswahl

nach Reservelisten im ganzen Wahlgebiet. Weitere Infos dazu: [hier](#).

Landrat und Kreistag

Auch der Wahlausschuss des Ennepe-Ruhr-Kreises hat über die eingereichten Vorschläge für das Amt des Landrates sowie die Reservelisten der Parteien entschieden. Ebenfalls am 14. September: die Wahl des Wittener Integrationsrates.

Am Freitag, 11. Juli, hat der Wahlausschuss des Integrationsrates für die Wahl des Integrationsrates ebenfalls alle Vorschläge zugelassen.

Für den Integrationsrat kandidieren 22 Menschen von „Aktiv für Witten (AWIT)“, 15 Menschen von der Interkulturellen Menschenvertretung Witten (IMV) und 28 Menschen von Mosaik Witten (MOSA.W). Sie bewerben sich um insgesamt 19 Sitze im Integrationsrat.

Was man tun kann, wenn die Krankenkasse teurer wird?

Die Verbraucherzentrale NRW gibt Tipps, wann sich ein Wechsel lohnt

Mit dem 1. Juli haben sechs gesetzliche Krankenkassen den Zusatzbeitrag angehoben. Schon 2024 und Anfang 2025 hatten mehrere Kassen ihre Beitragssätze erhöht. Was also tun? Wer zu einer günstigeren Kasse wechseln möchte, kann das Sonderkündigungsrecht nutzen. „Immerhin gibt es noch Unterschiede zwischen den 95 gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland – beim Preis und bei den freiwilligen Leistungen“, sagt Sabine Wolter, Gesundheitsrechtsexpertin der Verbraucherzentrale NRW. „Ein Wechsel der Kasse kann durchaus angebracht sein.“ Sie erklärt, worauf Versicherte dabei achten sollten.

Wann ist ein Wechsel der Krankenkasse ratsam?

Für 2025 steigen die Zusatzbeiträge bei vielen Krankenkassen auf deutlich über drei Prozent, während andere Anbieter einen Zusatzbeitrag zwischen 2,5 und drei Prozent erheben. Auch die vier Prozent wurden bereits geknackt. Für 2026 sind Erhöhungen ebenfalls nicht unwahrscheinlich. Es gibt jedoch auch einige wenige Krankenkassen, deren Zusatzbeitrag unter dem durchschnittlichen Satz von 2,5 Prozent liegt. Zwar teilen sich Versicherte und Arbeitgeber den Krankenkassenbeitrag inklusive Zusatzbeitrag zu gleichen Teilen, aber manche Krankenkassen erhöhen ihren Beitrag stärker als andere.

Je nach Bruttoeinkommen kann das eine dreistellige Summe pro Jahr ausmachen. Und freiwillig versicherte Selbstständige zahlen den gesamten Beitrag alleine. Der Wechsel zu einer günstigeren Krankenkasse

ist die einzige Möglichkeit, diese Kosten zu senken.

Wie einfach ist der Wechsel zu einer anderen Krankenkasse?

Sehr einfach, denn eine Kündigung ist nicht mehr notwendig. Es reicht, eine neue Krankenkasse zu wählen. Diese übernimmt die Formalitäten mit der bisherigen Krankenkasse. Wer sein Sonderkündigungsrecht ausüben möchte, kann bis zum Ende des Monats kündigen, in dem der Zusatzbeitrag erhöht wird. Erhöht die Krankenkasse ihren Zusatzbeitrag beispielsweise ab dem 1. Juli 2025, gilt das Sonderkündigungsrecht bis zum Ende des Monats, also bis zum 31. Juli 2025. Allerdings endet die Mitgliedschaft bei der alten Krankenkasse nicht bereits Ende Juli. Mitglied bei der neuen Krankenkasse ist man erst ab dem 1. Oktober 2025, da die Kündigungsfrist zwei volle Monate zum Monatsende beträgt. Bis dahin muss auch der höhere

Zusatzbeitrag an die alte Krankenkasse gezahlt werden. Eine Ausnahme gilt für Versicherte, die einen speziellen Wahltarif zur Absicherung ihres Krankengeldes abgeschlossen haben. Sie können frühestens nach Ablauf der dreijährigen Bindungsfrist kündigen. Wer die Frist für das Sonderkündigungsrecht verpasst und mindestens zwölf Monate bei der alten Kasse versichert war, kann das normale Kündigungsrecht mit einer Kündigungsfrist von zwei Monaten zum Monatsende in Anspruch nehmen. In bestimmten Fällen, wie zum Beispiel bei einem Arbeitgeberwechsel, muss auch die Mindestbindungsfrist von zwölf Monaten nicht eingehalten werden.

Was ist vor einem Wechsel zu bedenken?

Die Höhe des Zusatzbeitrages spielt zwar eine wichtige Rolle bei der Wahl der Krankenkasse, ist jedoch nicht das einzige Kriterium. Zwar sind die Leis-

tungen der gesetzlichen Krankenkassen zu über 90 Prozent identisch. Unterschiede gibt es aber bei den freiwilligen Zusatzleistungen. Manche Zuschüsse können trotz Beitragserhöhung lohnenswert sein, etwa für künstliche Befruchtung, Osteopathie, Zahnreinigung, Reiseimpfungen, Haushaltshilfen oder häusliche Krankenpflege. Auch die Erreichbarkeit sollte man prüfen, also wie gut der Service ist und ob bei Bedarf eine örtliche Niederlassung verfügbar ist.

Weiterführende Infos und Links:

- Mehr zum Wechsel der Krankenkasse unter: www.verbraucherzentrale.nrw/node/10581

- Eine Liste aller Kassen mit den jeweiligen Zusatzbeiträgen bietet der Spitzenverband des Bundes der Krankenkassen unter: www.gkv-spitzenverband.de/krankenkassenliste.pdf



Wir alle für Witten.

Das bürgerforumwitten ist eine unabhängige Wählergemeinschaft, die sich seit 15 Jahren mit Leidenschaft für unsere Stadt und ihre Menschen einsetzt. Uns eint der Wunsch, Witten lebenswerter und zukunftsfähiger zu gestalten – fernab von parteipolitischen Zwängen und eingefahrenen Strukturen. Wir sehen uns als einen politischen Arm für Bürgerinitiativen, Vereine und Verbände sowie ehrenamtlich Tätige, die nicht in Stadtrat und Kreistag vertreten sind.

Wir arbeiten erfolgreich bei Wittener Bürgerinitiativen mit

- AK Herbeder Brücken mit fast 3500 Unterschriften
- Bürgerinitiative Waldstraße
- Initiative Hammerteich
- BürgerRat Initiative Witten
- Wittener Bündnis für Frauenrechte
- Wittener Versprechen – Bündnis gegen rechts
- Städtepartnerschaft mit Mekelle
- Freundschaftsverein Witten-Kursk

Wir arbeiten als Ratsfraktion und in den verschiedenen städtischen Gremien.

Wir brachten zahlreiche Anträge zu Verkehr, Stadtentwicklung und Umwelt ein – viele davon erfolgreich! Daran wollen wir weiter für Witten arbeiten. Als einzige Fraktion im Wittener Stadtrat haben wir den Haushalt abgelehnt. Damit machen wir unsere Kritik an der hohen Verschuldung und steigenden Abgabelasten öffentlich.

Für Demokratie und ein faires Miteinander.

Wir wollen Verantwortung übernehmen, uns einbringen und aktiv an der Gestaltung der Gemeinschaft und der Umwelt beteiligen. Wir stellen uns gegen den Rechtsruck, setzen uns für Bürgerräte ein und unterstützen entsprechende Initiativen.



Wählen Sie – uns am besten!

Wählergemeinschaft bürgerforumwitten
Gerichtsstr. 3, 58452 Witten
Telefon 02302 4019400
buergerforum@rat-witten.de

 @Bürgerforum Witten

<https://buergerforum-witten.de>



Veranstaltungen im AUGUST

Medizin konkret: Wann brauche ich eine Prothese?

Dr. Guido Rölleke

27. August 2025 | 17 Uhr

Benefiz-Fußball-Turnier beim TuS Witten-Stockum

Mit Michael Wurst zugunsten der Palliativstation im EvK

29. August 2025 | ab 17 Uhr

Mehr Infos unter
www.evk-witten.de



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27

58455 Witten

02302.175-0

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