

ÜBELKEIT

Premiere geglückt:

1. Gesundheitstag in Langendreer

Seiten 19 und 20

Im EN-Kreis:

Influenza weiter auf hohem Niveau

Seite 17

UW/H-Studie:

Hilfsmittelreform verfehlt

Seite 29



Hartnäckiger Husten?



Husten, der länger als drei Wochen anhält, Atemnot, Brustschmerzen oder blutiger Auswurf können auf eine ernsthafte Erkrankung der Lunge hinweisen. Da Lungenkrebs im frühen Stadium häufig keine eindeutigen Beschwerden verursacht, ist eine sorgfältige medizinische Abklärung wichtig.

Das Team der Klinik für Innere Medizin, Gastroenterologie, Pneumologie des Marien Hospital Witten untersucht auffällige Veränderungen der Lunge mit modernen diagnostischen Verfahren. Dazu gehören die Lungenspiegelung, der endobronchiale Ultraschall (EBUS) und die Navigationsbronchoskopie. Die weitere Behandlung wird individuell geplant und bei Bedarf gemeinsam mit Spezialisten verschiedener Fachrichtungen abgestimmt.

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

Fon 02302 - 173 - 1371
innere-medizin@marien-hospital-witten.de
www.marien-hospital-witten.de

Übelkeit – ein Symptom mit vielen Ursachen, manche davon liegen im politischen Leben

Sie gehört zu den ältesten Schutzreflexen der Menschheit: Die Übelkeit warnt uns vor Verdorbenem, bevor wir es hinunterschlucken. Evolutionär war das sinnvoll, wenn es zum Beispiel um den Verzehr fauler Beeren ging.

Bei der aktuellen Gesundheitspolitik und der Betrachtung des Wahlverhaltens der Wählerinnen und Wähler in Sachsen Anhalt hilft der Reflex leider auch nicht mehr weiter – man hat es schon geschluckt, bevor man merkt, dass einem schlecht wird.

Aber jetzt mal „Spaß ohne“ – Was medizinisch hinter Übelkeit steckt:

Übelkeit ist kein eigenständiges Krankheitsbild, sondern ein Alarmsignal des Brechzentrums im Hirnstamm, das aus ganz unterschiedlichen Richtungen aktiviert werden kann. Die Ursachenpalette reicht von banal bis bedrohlich: Magen-Darm-Infekte, Medikamentennebenwirkungen (klassisch u. a. bei starken Schmerzmitteln, Rheumamitteln und Antibiotika), Störungen des Gleichgewichtsorgans, erhöhter Hirndruck, Herzinfarkt, Stoffwechselentgleisungen wie bei Blutzuckerschwankungen, einem Nierenversagen und – gerade bei jungen Frauen im gebärfähigen Alter, ganz vorne mit dabei – die Frühschwangerschaft.

Für die Praxis gilt: Die Dauer ist oft wegweisend. Akute, plötzliche Beschwerden sprechen für Infekt, Medikamente oder Toxine (Giftstoffe). Chronische, länger dauernde Übelkeit lenkt den Verdacht eher auf eine Schwangerschaft, eine Bewegungsstörung des Magen-Darm-Traktes oder zum Beispiel auf eine Art von Migräne. Therapeutisch behandeln wir kausal, also zielorientiert auf die Ursache, wo immer möglich.

Wenn das nicht möglich ist, behandelt man symptomatisch, kurzfristig eher nur oberflächlich mit Antiemetika (Medikamente direkt gegen das Symptom und dessen vermuteten Mechanismus).

Wichtig für Patienten: Wer länger als 24 bis 48 Stunden nichts bei sich behält oder Blut erbricht, gehört nicht ins Wartezimmer der Selbstmedikation, sondern in die Praxis oder Klinik.

Die andere Übelkeit: hausgemacht in Berlin

Es gibt allerdings eine zweite Form von Übelkeit, für die kein Antiemetikum zugelassen ist: das mulmige Gefühl, das sich einstellt, wenn man den Kassenbescheid öffnet. Der Bundestag hat im Juli das GKV-Beitragsatzstabilisierungsgesetz verabschiedet – benannt nach dem hehren Ziel, die Beiträge zu „stabilisieren“, was sich in der Praxis so liest:

Die Zuzahlung fürs Rezept in der Apotheke steigt von 5 – 10 Euro auf 7,50 – 15 Euro, der Festzuschuss für Zahnersatz sinkt von 60 auf 50 Prozent.

Man nennt das „Entlastung der Versicherten“ – eine Formulierung, bei der selbst hartgesottene KollegInnen aus der Palliativmedizin, die sonst nur von Übelkeit durch Krankheit oder Schmerzmittel sprechen, kurz schlucken müssen.

Die frühere Bundesgesundheitsministerin Nina Warken begründete das Ganze mit der Gefahr eines „Systemkollapses“, weil die Ausgaben der Kassen im vergangenen Jahr auf über 336 Milliarden Euro gestiegen seien und für 2027 bereits eine Deckungslücke von rund 19 Milliarden Euro klappe. Man mag ihr die Redlichkeit der Diagnose nicht bestreiten – nur bei der Therapie fällt auf: Wieder einmal wird symptomatisch am Patienten herumkuriert, statt die Grunderkrankung des Systems anzugehen. Das ist ungefähr so, als würde man einer Lähmung der Magenmuskulatur mit einem Brechbeutel begegnen, statt ein gut wirksames Medikament zu geben: Es lindert kurzfristig den Anblick, ändert aber nichts an der Ursache.

Bezeichnend auch der parlamentarische Verlauf selbst: eine „von Schuldzuweisungen geprägte Aussprache“, in der die Opposition dem Entwurf Unausgewogenheit vorwirft, während die Koalition ihn als unerlässlich verteidigt – ein Ritual, das sich alle paar Jahre wiederholt wie ein zyklisches Erbrechenssyndrom, nur ohne den Vorteil, dass danach wenigstens vorübergehend Ruhe einkehrt.

Rezept für Patienten und Wähler

Für echte Übelkeit gilt: kleine Mahlzeiten, viel Flüssigkeit, Ruhe, und bei Alarmzeichen – anhaltendes Erbrechen, Blut, starke Schmerzen, Verwirrtheit – umgehend ärztliche Abklärung, nicht erst nach dem dritten Tag eines Selbstversuchs mit Cola und Salzstangen.

Für die politische Übelkeit gibt es leider kein Rezept, das ich Ihnen in der Praxis ausstellen könnte – außer dem Rat, sich die Beitragsbescheide, Wahlprogramme und Gesundheitsausschuss-Protokolle in derselben Dosis zuzumuten wie bittere Medizin: in kleinen Schlucken, mit klarem Kopf, und mit der Gewissheit, dass auch dieser Zustand vorübergeht – irgendwann, mit der nächsten Reform der Reform.

Aber Vorsicht: wenn Quer-Nicht-Denker, Leugner der Klimakrise, des Holocaust, der COVID Pandemie, sprich Realitätsleugner und Freunde von Trump, Putin und Xi Jinping die politische Mehrheit werden, können wir jegliche zukünftige Lösungen vor uns stehender Problemen abschreiben.

Es bedarf mehr aktiven politischen Einsatzes jedes einzelnen für unsere Demokratie und gegen rechte, hirnlöse, menschen- und zukunftsfeindliche Machtstreber ohne Angst, ohne Angst.

In dieser Ausgabe haben heimische Mediziner das facettenreiche Thema der „Übelkeit“ und ihrer möglichen Ursachen aufgenommen und berichten exemplarisch aus dem Blickwinkel ihrer jeweiligen Disziplin.

Eine interessante Lektüre wünscht Ihnen Ihr



Dr. Kurt-Martin Schmelzer

Übelkeit – Wenn der Körper signalisiert, dass etwas nicht stimmt

Übelkeit – dieses Gefühl kennt jeder. Auch die Fortsetzung der Übelkeit, das Erbrechen, dürfte jedem bekannt sein. Die Übelkeit ist ein häufiges und auch wichtiges Symptom für vielerlei Erkrankungen. In den allermeisten Fällen, denn: Übelkeit mit Erbrechen kann auch auftreten, ohne dass eine zugrundeliegende Erkrankung Auslöser dafür ist. So z. B. bei starkem Ekel. Aber was genau passiert bei der Übelkeit? Witten transparent sprach mit Prof. Dr. Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Ev. Krankenhaus Witten.

Wann und warum tritt Übelkeit auf?

Prof. Dr. Iasevoli: „Ganz grob gesagt, ist die Übelkeit zunächst ein Gefühl, mit dem der Körper signalisiert, dass irgend etwas nicht in Ordnung ist. Insofern sind Übelkeit und das damit häufig verbundene Erbrechen auch durchaus als positiv anzusehen, denn es sind auch Warnzeichen. So will der Körper sich mit dem Erbrechen oft von Dingen (Gifte, verdorbene Lebensmittel etc.) befreien, bevor diese im Körper größeren Schaden anrichten. Es kann aber auch eine Reaktion auf andere Vorkommnisse im Körper sein, z. B. hormonelle Umstellungen. Ebenso können äußere Umstände zur Übelkeit führen wie beispielsweise ekelhervorrufende Gerüche. Oder auch der Klassiker „Seekrankheit“ – Wenn Augen und das Gleichgewichtsorgan unterschiedliche Signale ans Gehirn senden und somit Schwindel entsteht, der wiederum in Übelkeit und – häufig – im Erbrechen gipfelt. Die große Bandbreite an möglichen Übelkeitsauslösern wird in vier übergeordnete Gruppen aufgeteilt, was der Medizin bei der Suche nach der jeweils vorliegenden Ursache hilft.“

Die vier Hauptgruppen der Übelkeitserreger

Prof. Dr. Iasevoli: „Die vier großen Bereiche, die die Ursachen für das Aufkommen von Übelkeit unterteilen, sind 1. Der Magen-/Darmtrakt, 2. das Gehirn / Nervensystem, 3. Veränderungen im Hormonhaushalt und im Stoffwechsel und 4. (im weitesten Sinne) giftige Stoffe, Genussmittel (Alkohol, Nikotin, Coffein) sowie bestimmte Medi-

kamenten-Nebenwirkungen. Auch Gifte wie z. B. Pilzgifte gehören dazu.

Beispiele

Prof. Dr. Iasevoli: „Der erste der vier Bereiche ist der Magen-Darm-Trakt, also jener Bereich, in dem wir häufig die Ursachen für Übelkeit sehen. Am häufigsten haben wir auf unserer Infektionsstation die Magen-Darm-Infekte – gerade jetzt auch im Zusammenhang mit den Urlaubskrankheiten. Übelkeit kann auch in der Aufnahme verdorbener Speisen ihren Ursprung haben. Aber auch Bakterien, die in den Lebensmitteln Giftstoffe bilden, können zu entsprechenden Symptomen führen (sogenannte Lebensmittelvergiftung).

Viele Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes gehen mit Übelkeit als Symptom einher. Eine Blinddarmentzündung kann neben Schmerzen auch Übelkeit verursachen, ebenso kann es bei Erkrankungen der Galle, der Gallenwege und auch der Nieren sein.

Der zweite Bereich, der Übelkeit auslösen kann, ist das Gehirn mit dem Nervensystem. Es handelt sich um einen sehr komplexen Bereich, dem auch die psy-



Zu den häufigen Urlaubskrankheiten gehören Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, die sich nicht selten auch mit dem Symptom „Übelkeit“ zu erkennen geben.

chischen Faktoren zuzordnen sind. Wir haben das bewusste Nervensystem und dann auch noch das unbewusste, das sogenannte vegetative Nervensystem. Und letzteres steuert auch die Wahrnehmungen wie Hunger, Übelkeit, Brechreiz, aber auch die motorischen Bewegungen im Magen-Darm-Trakt. Es sind sehr viele Prozesse im Körper, die vom vegetativen Nervensystem, das wir selbst gar nicht beeinflussen können, geregelt werden. So können Erkrankungen im Nervensystem von Übelkeit als Symp-

tom begleitet werden. Aber auch das Gehirn selbst kann bei bestimmten Erkrankungen für Übelkeit als Begleiterscheinung sorgen: Das können z. B. Druckerhöhungen im Gehirn sein, aber auch Tumorerkrankungen sowie Durchblutungsstörungen und Entzündungen im Nervensystem. Ebenso kann die Psyche zum Brechreiz mit führen: Durch Stress, Ekel, Aufregung und Emotionen. In diesen Bereich gehört auch die Migräne. Betroffene klagen oft nicht nur über Schmerzen, sondern auch eben über Übelkeit.

Auch Augenerkrankungen, so etwa Druckerhöhungen im Auge (Glaukom), können das Symptom auslösen.

Der dritte Bereich 'Stoffwechsel und Hormone'. Das kennt auch jeder. Klassisches Beispiel ist die Übelkeit in der Schwangerschaft, der durch die Umstellung des Hormonhaushaltes verursacht wird. Ein zweites klassisches Beispiel hierfür ist die Unterzuckerung bei Diabetikern.

Die vierte Hauptgruppe der Übelkeitsverursacher ist jene, mit der wohl auch die meisten schon Erfahrungen gemacht haben. Es ist die Einnahme von Stoffen, die unser Körper nicht verträgt und die er über dem Weg der Übelkeit mit Erbrechen wieder loswerden will. Paradebeispiel ist der Alkohol. Zu viel davon und – man weiß, was dann kommen kann. Dies belegt auch den gängigen Spruch 'Die Dosis macht das Gift', denn in geringen Mengen eingenom-

men, ist Alkohol ja meistens bekömmlich. Ähnliches gilt für Nikotin im Übermaß. Wie viel Nikotin zum starken Unwohlsein führt, ist individuell unterschiedlich. Der eine benötigt zig Schachteln, bis es ihm schlecht wird; der zehnjährige Junge, der heimlich eine von Opas Zigarren geklaut hat, braucht vielleicht nur zwei Züge...

Natürlich gehören in diese Gruppe auch andere Gifte (z. B. Pilze) und Medikamente, die als Nebenwirkung Übelkeit verursachen können. Verschiedene Medikamente wie Schmerzmittel und Antibiotika können eben auch zur Übelkeit führen.

Also: Fast alle Ursachen für Übelkeit lassen sich zu diesen vier großen Gruppen zuordnen.

Ein Symptom – viele mögliche Ursachen

Prof. Dr. Iasevoli: „Wir haben es bei uns – wie erwähnt – am häufigsten mit Magen-Darm-

Infekten zu tun. Aber man muss schon genauer untersuchen, um die Übelkeit abzuklären. Die Übelkeit ist auch ein Symptom für viele systemische Erkrankungen. Wir untersuchen natürlich den Magen-Darm-Bereich, die Leber und die Gallenwege und auch die Nieren. Wir denken aber auch an das Nervensystem, also auch an Druckerhöhung in den Augen oder Krankheiten im Gehirn. Da sind auch zur genauen Abklärung möglicherweise Schichtaufnahmen vom Gehirn erforderlich. Wir denken aber ebenso auch an endokrine Krankheiten (Schilddrüse; Nebennieren). Ebenso wird abgeklärt, ob Medikamentennebenwirkungen des Übels Ursache sein können. Gifte sind auch ein großes Thema. Gar nicht so selten sind die Fälle, in den Hobbygärtner bei sich im Garten mit giftigen Substanzen hantieren, ohne sich dessen bewusst zu sein, dass einige der Gifte auch über

die Haut aufgenommen werden können. Da müssen wir als Ärzte manchmal Detektivarbeit leisten, um der Ursache auf die Spur zu kommen.“



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

Patientenseminar am 1. Oktober im Marien Hospital Witten:

Gefäßkrankungen – tückisch und oft gefährlich

Durchblutungsstörungen, verengte Halsschlagadern oder eine Erweiterung der Bauchaortader können lange unbemerkt bleiben. Experten des Marien Hospital Witten informieren am Donnerstag, 1. Oktober, über Warnzeichen, Risiken und moderne Behandlungsmöglichkeiten.

Gefäßkrankungen können unterschiedliche Bereiche des Körpers betreffen und zunächst nur geringe oder gar keine Beschwerden verursachen. Werden sie jedoch nicht rechtzeitig erkannt und behandelt, können schwerwiegende Folgen entstehen. Dazu zählen beispielsweise schlecht heilende Wunden, Durchblutungsstörungen der Beine oder ein erhöhtes Schlaganfallrisiko. „Gerade bei Gefäßkrankungen ist es wichtig, mögliche Risiken frühzeitig zu erkennen und die Behandlung individuell auf den Patienten abzustimmen“, erklärt Dr. Stephan Langer, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie der St. Elisabeth Gruppe.

Welche Warnzeichen ernst genommen werden sollten und welche Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten heute zur Verfügung stehen, erläutern die Experten des Marien Hospital Witten im Rahmen einer Patientenveranstaltung.

pAVK und diabetisches Fußsyndrom

Bei der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit, kurz pAVK, sind die Arterien verengt oder verschlossen. Dadurch wird das Gewebe nicht mehr ausreichend mit Blut versorgt. Besonders häufig sind die Beine betroffen. Beschwerden können sich unter

anderem durch Schmerzen beim Gehen bemerkbar machen.

Auch beim diabetischen Fußsyndrom spielen Durchblutungsstörungen eine wichtige Rolle. Verletzungen und Wunden am Fuß können insbesondere bei Menschen mit Diabetes schlechter heilen und im weiteren Verlauf zu ernsthaften Komplikationen führen. Dr. Claudia Olbrich, Leitende Oberärztin der Klinik für Gefäßchirurgie des Marien Hospital Witten, informiert bei der Veranstaltung über beide Krankheitsbilder sowie Möglichkeiten der Diagnostik und Behandlung.

Verengte Halsschlagader: Schlaganfallrisiko erkennen

Eine weitere Gefäßkrankung betrifft die Halsschlagader, die sogenannte Carotis. Ablagerungen können dazu führen, dass sich das Gefäß zunehmend verengt. Eine solche Carotisstenose kann das Risiko für einen Schlaganfall erhöhen.

Doch nicht jede Verengung muss unmittelbar behandelt werden. Entscheidend sind unter anderem das Ausmaß der Verengung, mögliche Beschwerden und das individuelle Risiko. Dr. Philipp Regeniter, Oberarzt der Klinik für Gefäßchirurgie des Marien Hospital Witten, erläutert, wann eine Caro-

tis-Behandlung erforderlich sein kann und welche Verfahren dafür infrage kommen.

Bauchaortenaneurysma – die stille Gefahr

Ein Bauchaortenaneurysma ist eine Erweiterung der Hauptschlagader im Bauchraum. Die Besonderheit: Häufig verursacht die Erkrankung über lange Zeit keine Beschwerden und bleibt deshalb zunächst unbemerkt. Mit zunehmender Größe steigt jedoch das Risiko für Komplikationen. Dr. Stephan Langer erklärt im Rahmen der Veranstaltung, wie ein Bauchaortenaneurysma erkannt und kontrolliert werden kann und wann eine Behandlung notwendig wird. „Mit der Veranstaltung möchten wir über typische Krankheitsbilder informieren und für Warnzeichen sensibilisieren“, so der Chefarzt.

Patientenveranstaltung im Marien Hospital Witten

Die Patientenveranstaltung zu Gefäßkrankungen findet am Donnerstag, 1. Oktober, ab 16.00 Uhr im Konferenz- und Medienraum, Gebäude B, des Marien Hospital Witten statt. Die Veranstaltung endet gegen 18.00 Uhr. Interessierte können sich online unter www.marien-hospital-witten.de/pv-gefaesserkkrankungen anmelden.

Übelkeit bei Nierenkolik

„Oh heiliger Liborius, steh für uns ein, dass nicht Schmerz und Pein die Strafe für unsere Sünden sein“... So titelte das Paderborner Gesangbuch im Mittelalter. Zentrum der Liborius-Verehrung ist Paderborn, wo die Gebeine des ehemaligen Bischofs von Le Mans – per Schenkung nach Paderborn gelangt – im Dom aufbewahrt werden. Der heilige Liborius galt als Schutzheiliger der Stein-kranken. Hier wird es jetzt langsam medizinisch. Doch bevor wissenschaftsbasierte Medizinkenntnisse den Glauben an die Heilkraft des Schutzpatrons ersetzen, entstanden noch einige Legenden um den Heiligen, der von Steinleiden befreien sollte.

Der Glaube, dass der Schutzpatron aus Paderborn von z. B. Nierensteinleiden befreien konnte, ging so weit, dass die damaligen Päpste ihr Trinkwasser aus der Pader in Fässern über die Alpen schaffen ließen – in der Meinung, es sei bei Nierensteinleiden besonders gut (heute weiß man, dass das Gegenteil der Fall ist).

Um den Transfer der Gebeine des hlg. Liborius von Le Mans nach Paderborn ranken sich mehrere Legenden: Den ganzen, tausende Kilometer langen Prozessionszug hätte ein Pfau angeführt, der in Paderborn angekommen auf den Turm des Doms geflogen und tot heruntergefallen sei.... Die Seele des hlg. Liborius, die ihre Ruhe fand?

Und als man zum Transfer die Grabkammer in Le Mans öffnete, habe sich ein überirdischer Wohlgeruch verbreitet, den niemand erklären konnte... Noch heute zeugen besondere „Libori-Messen“ und der berühmte „Libori-Tusch“ in der Liturgie des Gottesdienstes am „Libori-Fest“, bei dem sich Bläser bis zum hohen „C“ hinaufschwingen, als Ausdruck der Verehrung für einen Nothelfer, der in der dunklen Zeit des Mittelalters bei einer medizinisch nicht zu behandelnden „Kolik“ helfen sollte (oder wenigstens der Glaube daran).

Das Besondere an einem Harnleiterstein ist der enorme, wellenförmige Schmerz, der vom Rücken, dem Nierenlager aus in den Unterbauch, den Hodensack des Mannes oder die Schamlippen der Frau zieht. Bei der „Nierenkolik“ sind nicht nur die Schmerzstärke, sondern auch die vegetativen Begleitsymptome besonders. „Stärker

als ein Geburtsschmerz“ verkünden viele betroffene Frauen. Dabei ist die Schmerzentstehung ähnlich, nur dass bei einer Geburt das Kind den Geburtskanal aus Gebärmutterhals und Scheide, bei einer Kolik der sich aufstauende Urin, der nicht am Stein vorbeifließen kann, den Harnleiter und das Nierenbecken dehnt. Die Dehnung des Hohlorgans mit dem Versuch des Körpers, den Stein auszutreiben und die Beweglichkeit des Harnleiters anzutreiben, bedingt den wellenförmigen, kolikhaften Schmerzcharakter, der den Geburtswehen nicht unähnlich ist.

Jede Schwester und jeder Arzt kennt das Erscheinungsbild eines Kolikpatienten, der schon auf den ersten Blick klar werden lässt: Dies ist eine Nierenkolik: Während sich ein Unfallopfer oder ein Blinddarmpatient ganz ruhig verhält, ist der Kolik-Patient unruhig und nicht zu bändigen. Er bleibt nicht auf der Untersuchungsfläche, krümmt und wälzt sich, versucht zu stehen, zu sitzen, zu hocken... Und ihm ist übel bis hin zum Erbrechen. All dies sind unterbewusste Vorgänge, die der Körper in Gang setzt, um den Stein loszuwerden. Durch die Bewegung und Unruhe soll die Steinpassage gefördert werden, die Beweglichkeit des Harnleiters, in dem der Stein steckt, wird angetrieben und dabei auch der Magen und der Darm. Es kommt zur „rückwärtigen“ Magenentleerung durch Übelkeit mit Erbrechen, was den bedauernswerten Zustand des Patienten noch bedauernswerter macht.

Hier ist schnelle Hilfe angesagt: Es bedarf starker Schmerzmedikamente, die schnell an den Ort des Geschehens kommen sollen. Hier ist mit Tabletten oder Zäpfchen allein nichts auszurichten. Daher ist eine Injektion oder eine Kurzinfusion mit Morphinen üblich. Diese Medikamentengruppe ist viel



ist heute also – Gott sei Dank – passé.

wirkstärker als übliche Schmerzmittel wie Paracetamol oder Ibuprofen. Nach wenigen Minuten ist hier jeder Patient schmerzfrei. Gelingt das in seltenen Fällen nicht der Fall und kommt die Kolik in immer kürzeren Abständen wieder, können Urologen aktiv werden und den gestauten Harnleiter „schielen“. In Narkose wird ein Spaghetti-artiger dünner Schlauch eingesetzt, der dem Urin Abfluss gewährt und den Harnleiter zur Abschwellung bringt, so dass dann nach ein paar Tagen der Stein entfernt werden kann. „Dass Schmerz und Pein nicht Strafe für unsere Sünden sein“



Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Chefarzt Klinik für Urologie,
Facharzt für Urologie, Andrologie, spezielle Chirurgie und medikamentöse Tumorthherapie
Ev. Krankenhaus Witten

Lagerungsschwindel, Drehschwindel, Innenohrentzündung:

Wenn das Gleichgewichtsorgan in Mitleidenschaft gezogen wird – Übelkeit im HNO-Bereich

Übelkeit kann im HNO-Fachgebiet insbesondere dann auftreten, wenn das Gleichgewichtsorgan im Innenohr betroffen ist. Das Gleichgewichtsorgan ist eng mit dem Brechzentrum im Gehirn verbunden. Am häufigsten ist hier der **benigne paroxysmale Lagerungsschwindel (BPLS)**, kurze Schwindelattacken für Sekunden bis maximal 1 Minute, anfangs häufig verbunden mit starkem Drehschwindel mit Übelkeit und Brechreiz.

Nicht selten ist auch starker Drehschwindel mit vegetativer Begleitsymptomatik (starke Übelkeit mit Erbrechen) beim sogenannten Morbus Meniere, eine Ohrerkrankung bei der zusätzlich Ohrdruck mit Ohrgeräuschen sowie schwankender Hörminderung im Bereich der tiefen Frequenzen auftritt. Diese Anfälle können immer wieder plötzlich ohne erkennbare Verursachung auftreten und für die Betroffenen einen erheblichen Leidensdruck und Minderung der Lebensqualität bedeuten.

Nahezu identisch ist die Symptomatik bei der Innenohrentzündung (Labyrinthitis) und der Vestibularisneuritis. Bei der Labyrinthitis gelangen häufig im Rahmen von Mittelohrentzündungen Bakterien oder Toxine aus dem Mittelohr in das angrenzende Labyrinth, das auch das Gleichgewichtsorgan beherbergt.



Schwindel ist eine klassische Ursache für Übelkeit mit Erbrechen. Und die Ursache wiederum für diesen Schwindel kann im Ohr liegen, wo sich das Gleichgewichtsorgan befindet.

Auch ein starker Entzündungsdruck kann bereits Strukturen im Innenohr vorübergehend reizen oder schädigen. Typische Begleitscheinigungen sind dann Drehschwindel, plötzliche Verschlechterung des Gehörs, Übelkeit mit Brechreiz infolge des starken Schwindels sowie Ohrgeräusche (z.B. Pfeifen, Klingeln, Rauschen). Schwindel in Zusammenhang mit einer Mittelohrentzündung

ist stets ein Warnsignal für eine ernsthafte Komplikation. Eine solche Erkrankung mit Komplikationen sollte umgehend durch einen HNO-Arzt/Ärztin oder eine HNO-Klinik abgeklärt werden. Eine solche Infektion erfordert eine gezielte Behandlung mit Antibiotika und ggf. auch Cortison, häufig in Form von Infusionen.

Grundsätzlich sollten aber auch alle anderen akuten Schwindelformen mit oder ohne Übelkeit und Brechreiz zeitnah HNO-ärztlicherseits notfallmässig untersucht werden.



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

HÖRTECHNIK JAKOBS

...ALS LIEBE ZUM HANDWERK

Kontakt:
Bahnhofstr. 57, 58452 Witten
Tel.: 02302-1 79 90 18
E-Mail: kontakt@horstechnik-jakobs.de

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

INHABERGEFÜHRT



Wir danken allen Kunden und Interessenten, die unseren Stand auf der Witterer Seniorenmesse 2026 besucht haben. Gerne stehen wir Ihnen für weitergehende Beratungen zur Verfügung.
Ihr Team von Hörtechnik Jakobs

Wenn Medikamente Übelkeit verursachen: Was dahinterstecken kann und was Betroffenen hilft

Übelkeit ist eine häufige Begleiterscheinung bei der Einnahme von Medikamenten. Betroffene beschreiben häufig ein flaes Gefühl im Magen, Appetitlosigkeit oder Brechreiz. Manchmal kommt Erbrechen hinzu. Besonders zu Beginn einer neuen Behandlung mit einem Medikament oder nach einer Dosiserhöhung können solche Beschwerden auftreten. In vielen Fällen bessern sie sich nach einiger Zeit wieder.

Warum kann ein Medikament Übelkeit auslösen?

Medikamente können Übelkeit auf unterschiedliche Weise verursachen. Einige Wirkstoffe reizen die Magenschleimhaut oder beeinflussen die Bewegungen des Magen-Darm-Traktes. Andere wirken auf bestimmte Bereiche im Gehirn, die an der Entstehung von Übelkeit und Erbrechen beteiligt sind.

Zu den Medikamenten, bei denen Übelkeit häufiger als Nebenwirkung vorkommt, gehören beispielsweise bestimmte Schmerzmittel, Antibiotika, Medikamente zur Behandlung von Diabetes und Übergewicht sowie einige Medikamente in der Krebstherapie. Auch Eisenpräparate können bei manchen Menschen Magenbeschwerden hervorrufen.

Ob und wie stark Übelkeit auftritt, ist individuell verschieden. Dabei spielen unter anderem der Wirkstoff, die Dosierung und die persönliche Empfindlichkeit eine Rolle.

Was kann gegen Übelkeit helfen?

Bei leichter Übelkeit können bereits einfache Maßnahmen helfen. Empfehlenswert sind kleine, leichte Mahlzeiten und ausreichend Flüssigkeit. Sehr fettige, stark gewürzte Speisen können die Beschwerden verstärken und sollten bei akuter Übelkeit eher vermieden werden.

Auch der Zeitpunkt der Einnahme kann eine Rolle spielen. Manche Medikamente werden besser vertragen, wenn sie zu einer Mahlzeit eingenommen werden. Andere müssen dagegen ausdrücklich auf nüchternen Magen eingenommen werden. Deshalb sollten die jeweiligen Einnahmehinweise beachtet werden.

Wichtig dabei ist: Medikamente sollten nicht eigenständig abgesetzt, in der Dosierung verändert oder anders eingenommen



Bei der Einnahme von Medikamenten kann es dazu kommen, dass Übelkeit auftritt – hinzu kommen häufig ein flaes Gefühl im Magen, Appetitlosigkeit sowie manchmal auch Brechreiz und Erbrechen. Foto: Doucefleure – istockphoto.com

werden. Wer vermutet, dass ein Medikament die Ursache der Beschwerden ist, sollte dies mit dem behandelnden Arzt beziehungsweise mit der Apotheke besprechen. Unter Umständen kann die Dosis angepasst, der Einnahmezeitpunkt verändert oder ein anderes Präparat gewählt werden.

Wann ist ärztlicher Rat wichtig?

Hält die Übelkeit über mehrere Tage an, wird sie stärker oder kommt es wiederholt zu Erbrechen, sollte die Ursache durch einen Arzt untersucht werden. Das gilt insbesondere dann, wenn wichtige Medikamente aufgrund der Beschwerden nicht mehr regelmäßig eingenommen werden können.

Auch bei Anzeichen eines Flüssigkeitsmangels, starken Bauchschmerzen oder Blut im Erbrochenen ist ein Arztbesuch erforderlich. Bei Atemnot, Schwellungen von Gesicht oder Lippen oder anderen Anzeichen einer schweren allergischen Reaktion sollte umgehend medizinische Hilfe in Anspruch genommen werden.

Nicht jede Übelkeit ist automatisch eine Nebenwirkung eines Medikaments. Auch Infektionen, Magen-Darm-Erkrankungen oder andere Ursachen können dahinterstecken. Deshalb ist es wichtig, die Beschwerden und den zeitlichen Zusammenhang mit der Medikamenteneinnahme genau zu betrachten.

Medikamentenbedingte Übelkeit ist gut behandelbar

Medikamentenbedingte Übel-

keit ist häufig und meist gut behandelbar. Sie sollte jedoch nicht dazu führen, dass notwendige Medikamente eigenständig abgesetzt werden. Wer Beschwerden bemerkt, sollte sich durch einen Arzt oder in der Apotheke beraten lassen. Häufig können bereits kleine Anpassungen dazu beitragen, dass ein Medikament besser vertragen wird und die Behandlung zuverlässig fortgesetzt werden kann.



Ahmed Khalifa

Oberarzt

Klinik für Innere Medizin,
Gastroenterologie, Pneumologie
Marien Hospital Witten



Fanar Othman

Chefarzt

Klinik für Innere Medizin,
Gastroenterologie, Pneumologie
Marien Hospital Witten

Übelkeit und Erbrechen nach Operationen – „A Little Big Problem“

Normalerweise erholen sich Patienten nach operativen Eingriffen rasch. Unerwünschte Nebenwirkungen können jedoch diesen Erholungsprozess stören und die Heilung beeinträchtigen. So zum Beispiel Übelkeit. Patienten geben Übelkeit als belastende Nebenwirkung nach Operationen an – sogar belastender als Schmerzen. Was hilft dagegen?

Postoperative Übelkeit und Erbrechen (fachsprachlich PONV für Postoperative Nausea and Vomiting) kann zu erheblichem Unwohlsein des Patienten und in seltenen Fällen zu schwerwiegenden Komplikationen führen.

Warum ist Patienten nach einer Narkose übel?

Besonders längere Eingriffe oder Operationen im Bauchraum begünstigen anhaltende Magen-Darm-Beschwerden. Opioidhaltige Schmerzmittel und bestimmte Narkosegase erhöhen ebenfalls das Risiko für Übelkeit nach einer Operation. Auch die persönliche Veranlagung spielt eine entscheidende Rolle: Frauen, Nichtraucher und Personen, die zu Reisekrankheit neigen, sind häufiger und länger betroffen. Die Übelkeit kann stärker ausgeprägt sein.

Auch Anästhetika (z. B. Narkosegas), das Einwirken auf den Patienten durch Umlagern, Intubation o. ä., Herz-Kreislauf-Verhältnisse sowie das Umfeld im Einleitungsraum können aus anästhesiologischer Sicht Übelkeit beeinflussen. In der postoperativen Phase sind Schmerzen, die Herz-Kreislauf-Verhältnisse und die Lagerung des Patienten Faktoren, die großen Einfluss auf das Erbrechen besitzen.

Wie häufig haben Patienten Übelkeit?

Übelkeit nach einer Operation ist häufig. Mit entsprechenden Medikamenten ist es möglich, das Auftreten von Übelkeit und Erbrechen nach einer Allgemeinanästhesie von 80 % auf 20 – 30 % senken. Die Durchführung einer Teilnarkose – wenn möglich – senkt die Wahrscheinlichkeit um weitere 50 %. Das Narkoseteam des Marien Hospital Witten spricht im Vorfeld mit den Patienten und prüft die Verträglichkeit einer Narkose.



Es gibt viele Faktoren, die beeinflussen, ob einem Patienten nach der Narkose übel wird. Neben der persönlichen Veranlagung kann unter anderem auch die Wahl der Narkoseform eine Rolle spielen.
Foto: YakobchukOlena – istockphoto.com

Wie lange hält die Übelkeit an?

Übelkeit nach einer Narkose dauert in den meisten Fällen einige Stunden und lässt nach 24 bis maximal 48 Stunden deutlich nach oder verschwindet ganz. Typisch für den Verlauf der Beschwerden ist der Beginn direkt nach dem Aufwachen. Häufig tritt die Übelkeit unmittelbar im Aufwachraum auf, wenn die Wirkung der Narkosemittel nachlässt. Bei den meisten Betroffenen klingen die Beschwerden nach 6 bis 12 Stunden von selbst oder durch die Einnahme von Medikamenten ab. Selten hält die leichte Übelkeit oder ein empfindlicher Magen bis zu zwei Tage an. Das passiert oft dann, wenn weiterhin starke Schmerzmittel (Opiode) benötigt werden.

Was hilft gegen die Übelkeit?

Ziel ist es, Patienten mit besonderem Risiko zu identifizieren und eine auf sie zugeschnittene Vorbeugung und Behandlung einzuleiten.

Während der Operation bekommen Patienten im Marien Hospital Witten Medikamente (Antiemetika), die sehr gut und gezielt gegen Übelkeit wirken und gut verträglich sind. Diese Medikamente gehören dort zu jeder Allgemeinanästhesie – auch bei kleinen Kindern. Wenn ein erhöhtes Risiko besteht nach einer Operation an Übelkeit zu leiden, oder eine Neigung dazu bereits bekannt ist, wird ein Narkoseverfahren ohne Narkosegase ausgewählt. Eine reine intravenöse Narkose (TIVA) ohne Gase senkt das Risiko für PONV deutlich. Patienten sollten nach einer Operation nur kleine Schlucke Wasser oder klaren Tee trinken. Wenn das gut klappt, können sie auf leichte Kost (wie Zwieback, Brühe oder Banane) umsteigen.

Auch in der postoperativen Schmerztherapie werden Antiemetika eingesetzt. Auf opioidhaltige Schmerzmittel wegen

begleitender Übelkeit zu verzichten ist keine Option.

Eine Befragung der Patienten des Marien Hospital Witten zeigt, dass dort durch diese Maßnahmen in den letzten Jahren das Übelkeits-Risiko auf unter 5 Prozent gesenkt werden konnte.



Dr. Stephan Schulz

Chefarzt

Klinik für Anästhesiologie,
Intensivmedizin und
Schmerztherapie
Marien Hospital Witten

Chemotherapie ohne Übelkeit?

Wie moderne Medikamente eine gefürchtete Nebenwirkung beherrschbar machten

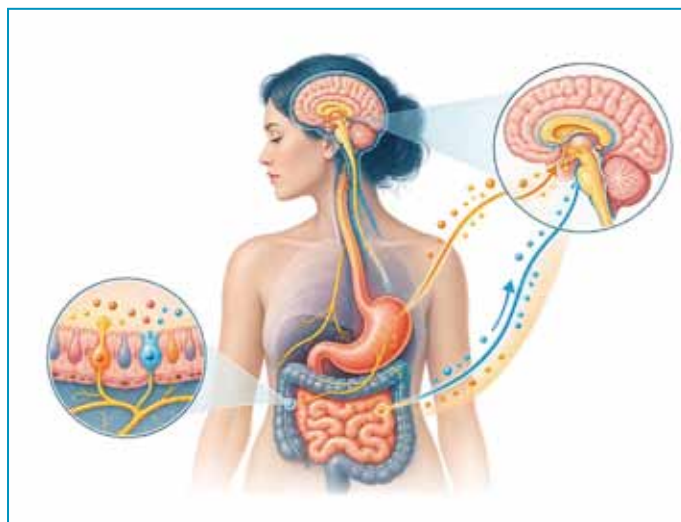
Übelkeit und Erbrechen gehörten lange zu den belastendsten Folgen einer Krebsbehandlung. Heute lassen sie sich bei vielen Patientinnen und Patienten weitgehend verhindern – wenn die Vorbeugung zum Risiko der Therapie und zur persönlichen Situation passt.

Eine Nebenwirkung, die mehr ist als „nur unangenehm“

Kaum eine Nebenwirkung ist so eng mit der Chemotherapie verbunden wie Übelkeit. Viele Menschen denken bei einer Krebsbehandlung zuerst ans Erbrechen – manchmal noch bevor die erste Infusion begonnen hat. Diese Sorge ist verständlich, beruht aber häufig auf Erfahrungen aus einer Zeit, in der wir deutlich weniger wirksame Medikamente dagegen hatten. Übelkeit ist nicht nur lästig. Starkes oder anhaltendes Erbrechen kann zu Flüssigkeits- und Salzverlust, Gewichtsabnahme und großer Erschöpfung führen. Es kann außerdem die Bereitschaft beeinträchtigen, eine notwendige Behandlung fortzusetzen. Deshalb gehört die Vorbeugung heute von Anfang an zum Therapieplan – nicht erst dann, wenn Beschwerden auftreten.

Warum Chemotherapie Übelkeit auslösen kann

Bestimmte Chemotherapien aktivieren Botenstoffe im Magen-Darm-Trakt und im Gehirn. Diese melden dem Brechzentrum: Im Körper befindet sich möglicherweise etwas Schädliches. Besonders wichtig sind Serotonin und die sogenannte Substanz P. Übelkeit und Erbrechen verlaufen dabei in verschiedenen Phasen. Die akute Phase betrifft vor allem die ersten 24 Stunden nach der Chemotherapie. Verzögerte Beschwerden können erst danach auftreten und mehrere Tage anhalten. Wie hoch das Risiko ist, hängt zunächst vom verwendeten Medikament und seiner Dosis ab. Cisplatin besitzt zum Beispiel ein sehr hohes Risiko. Auch persönliche Faktoren spielen eine Rolle: Jüngere Menschen und Frauen sind im Durchschnitt stärker gefährdet; frühere Übel-



Darstellung der Signalwege zwischen dem Magen-Darm-Trakt und dem Gehirn.

keit in Schwangerschaften oder bei Reisen kann das Risiko erhöhen. Wer in einem früheren Zyklus Beschwerden hatte, benötigt beim nächsten Mal oft eine intensivere Vorbeugung.

Der erste große Durchbruch: die Setrone

Bis in die 1980er-Jahre standen unter anderem Metoclopramid, Kortisonpräparate und beruhigende Medikamente zur Verfügung. Sie halfen, waren bei stark Übelkeit auslösenden Chemotherapien aber oft unzureichend oder mussten in hohen Dosen gegeben werden. Der entscheidende Wendepunkt kam Anfang der 1990er-Jahre mit den 5-HT₃-Rezeptorantagonisten, meist kurz „Setrone“ genannt. Zu dieser Gruppe gehören Ondansetron und Granisetron. Setrone blockieren sehr gezielt die Wirkung des Botenstoffs Serotonin an bestimmten Andockstellen im Darm und im Gehirn. Vor allem das akute Erbrechen ließ sich damit erstmals bei einem großen Teil der Betroffenen zuverlässig verhindern. Die Medikamente waren zudem

meist besser verträglich als viele ältere Behandlungsansätze. Häufige Nebenwirkungen sind Kopfschmerzen und Verstopfung; bei einzelnen Wirkstoffen muss auch auf Veränderungen des Herzrhythmus geachtet werden.

Mit Palonosetron kam später ein länger wirksames Setron hinzu. Es bleibt besonders lange an seinem Zielrezeptor aktiv und kann auch in der verzögerten Phase Vorteile bieten. Damit wurde deutlich: Nicht nur der Behandlungstag selbst, sondern auch die Zeit danach muss geschützt werden.

Der zweite Durchbruch: Neurokinin-1-Antagonisten

Trotz der Setrone blieb besonders die verzögerte Übelkeit ein Problem. Ein weiterer Meilenstein war deshalb 2003 die Einführung von Aprepitant. Es blockiert den Neurokinin-1-Rezeptor und damit die Wirkung der Substanz P – einen anderen Signalweg des Brechreflexes. Inzwischen gibt es mehrere Vertreter dieser Wirkstoffgruppe, darunter Fosaprepitant als Infusion sowie Netupitant und

Rolapitant.

Der wesentliche Fortschritt lag nun in der Kombination: Ein Setron wirkt vor allem gegen den Serotonin-Signalweg, ein Neurokinin-1-Antagonist gegen die Substanz P, und Dexamethason verstärkt die Schutzwirkung. Bei besonders stark Übelkeit auslösenden Therapien werden heute häufig drei oder vier Wirkprinzipien vorbeugend kombiniert. Einige Präparate verbinden bereits zwei Wirkstoffe in einer Kapsel oder Infusion.

Ein bekanntes Medikament in neuer Rolle: Olanzapin

Ein weiterer Fortschritt kam überraschend aus einem anderen Gebiet der Medizin. Olanzapin wurde ursprünglich zur Behandlung psychischer Erkrankungen entwickelt. Weil es mehrere an Übelkeit beteiligte Botenstoffsysteme beeinflusst, kann es die Vorbeugung bei stark Übelkeit auslösender Chemotherapie deutlich verbessern. Moderne Leitlinien empfehlen es deshalb häufig als vierten Baustein neben Setron, Neurokinin-1-Antagonist und Dexamethason. Wichtig ist es, die mögliche Müdigkeit im Auge zu behalten; Dosis und Einnahmezeit werden daher individuell gewählt.

Heute gilt: Vorbeugen ist besser als behandeln

Die moderne Antiemese – so heißt die Behandlung gegen Übelkeit und Erbrechen – richtet sich nach dem Risiko der Chemotherapie. Bei geringem Risiko genügt manchmal ein einzelnes Medikament. Bei hohem Risiko beginnt die Kombination mehrerer Mittel vor der Chemotherapie und reicht je nach Schema in die Folgetage hinein. Ziel ist die vollständige Kontrolle bereits im ersten Zyklus.

lus. Denn wiederholte schlechte Erfahrungen können zu einer „antizipatorischen“ Übelkeit führen: Schon der Geruch der Praxis oder der Anblick des Infusionsraums löst dann Beschwerden aus. Entspannungsverfahren und verhaltenstherapeutische Methoden können hier zusätzlich helfen.

Trotz aller Fortschritte ist Übelkeit heute oft schwieriger vollständig zu verhindern als Erbrechen. Betroffene sollten Beschwerden deshalb nicht still hinnehmen, sondern dem Behandlungsteam möglichst genau mitteilen: Wann begann die Übelkeit? Kam es zum Erbrechen? Wie lange hielten die Beschwerden an? Konnten Essen und Trinken beibehalten werden? Ein kurzes Tagebuch kann helfen, die Vorbeugung im nächsten Zyklus anzupassen. Die Entwicklung der vergangenen Jahrzehnte ist eine Erfolgsgeschichte der unterstützenden Krebsmedizin. Aus einer fast unvermeidlichen Begleiterscheinung wurde eine Nebenwirkung, die sich bei vielen Menschen gut kontrollieren lässt. Das Versprechen „garantiert keine Übelkeit“ wäre dennoch unseriös. Realistisch und wichtig ist aber: Heute gibt es mehrere wirksame Stellschrauben – und fast immer Möglichkei-



Eigene kleine Maßnahmen zur Vorbeugung: Leichte, möglichst nicht zu warm Kost, viel Wasser trinken, Symptom-Tagebuch führen.

ten, die Behandlung weiter zu verbessern.

Was kann man selbst tun?

Einfache Maßnahmen können die medikamentöse Vorbeugung sinnvoll ergänzen, aber nicht ersetzen. Was guttut, ist individuell. Empfehlenswert ist, verschiedene Möglichkeiten ohne Druck auszuprobieren:

- Die verordneten Medikamente genau nach Plan einnehmen – auch vorbeugend, wenn noch keine Übelkeit besteht. Bedarfsmittel griffbereit halten.
- Mehrere kleine Portionen über den Tag verteilen, langsam essen und gut kauen. Ein leerer Magen kann Übelkeit

ebenfalls verstärken.

- Fette, stark gebratene, sehr süße oder intensiv riechende Speisen meiden, wenn sie Beschwerden auslösen. Kühle oder zimmerwarme Speisen riechen oft weniger stark.
- Zwischen den Mahlzeiten regelmäßig kleine Mengen trinken; während des Essens nur wenig, damit der Magen nicht zu voll wird. Bei Erbrechen ist ausreichende Flüssigkeit besonders wichtig.
- Nach dem Essen möglichst aufrecht bleiben, für frische Luft sorgen und enge Kleidung vermeiden. Ruhe, Ablenkung und progressive Muskelentspannung können hilfreich sein.

- Ein Symptومتagebuch führen: Zeitpunkt, Stärke, Erbrechen, Essen und Trinken sowie eingenommene Medikamente notieren. So kann das Behandlungsteam die Vorbeugung gezielt anpassen.

Wann melden?

Bitte frühzeitig das Behandlungsteam kontaktieren, wenn wiederholt erbrochen wird, Trinken oder Medikamente nicht bei sich behalten werden können, deutlich weniger Urin kommt, Schwindel oder ausgeprägte Schwäche auftreten oder die Beschwerden trotz Bedarfsmedikation zunehmen.



Dr. Christoph Hackmann

Chefarzt
Klinik für Hämatologie und
Onkologie
Ev. Krankenhaus Witten

20 Pflegefachassistenten erfolgreich ausgebildet

Nach erfolgreichem Examen starten 20 frisch examinierte Pflegefachassistenten mit Vorfreude in ihr Berufsleben. Während der einjährigen Ausbildung in der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr wurden sie umfassend auf die pflegerische Grundversorgung von Patienten vorbereitet und erwarben fundierte theoretische sowie praktische Kenntnisse.

Im Rahmen ihrer Ausbildung nahmen die angehenden Pflegefachassistenten an verschiedenen Theorie- und Praxisphasen teil, die sowohl am Campus als auch in den Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe sowie bei deren Kooperationspartnern stattfanden. Besonders der enge Praxisbezug und die abwechslungsreichen Einsatzbereiche ermöglichten den

Auszubildenden vielfältige Einblicke und eröffneten ihnen unterschiedliche berufliche Perspektiven.

In den praktischen Ausbildungsabschnitten lernten die angehenden Pflegefachassis-

tenten, wie wichtig eine individuell auf die Patienten abgestimmte Versorgung ist und wie vielfältig deren Bedürfnisse sein können. „Die Ausbildung vermittelt den Auszubildenden ein breites Spektrum an Wissen zur Pflege von Menschen mit

unterschiedlichen Krankheitsbildern. Sie sind nun bestens darauf vorbereitet, in verschiedenen Fachbereichen verantwortungsvoll tätig zu werden“, sagt Sabine Dreßler, Leitung der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe.



Schwere Schwangerschaftsübelkeit:

Wenn die Schwangerschaft zur Belastungsprobe wird



Foto: globalmoments – istockphoto.com

Übelkeit und Erbrechen gehören für viele Frauen zu den typischen Begleiterscheinungen der frühen Schwangerschaft. Meist klingen die Beschwerden nach den ersten Monaten wieder ab. Bei einigen Schwangeren sind sie jedoch so stark, dass der Alltag deutlich beeinträchtigt wird und eine medizinische Behandlung notwendig ist. Dann kann eine sogenannte Hyperemesis gravidarum vorliegen.

Mit einem positiven Schwangerschaftstest ist meist eine große Vorfreude auf das Baby verbunden. Diese kann dabei helfen, über die häufig auftretende Übelkeit im ersten Schwangerschaftsdrittel hinwegzukommen. Bis zu 80 % aller Schwangeren erleben eine leichte bis mäßige Schwangerschaftsübelkeit. Diese endet meist zwischen der 12. und 16. Schwangerschaftswoche. Erbrechen kann dabei gelegentlich bis mehrfach täglich auftreten. Die normale Nahrungsaufnahme ist jedoch weiterhin möglich und auch der Alltag kann in der Regel bewältigt werden.

Wenn die Schwangerschaftsübelkeit zum Alltagshindernis wird

Von einer Hyperemesis gravidarum, einer besonders schweren Form der Schwangerschaftsübelkeit, spricht man, wenn das Erbrechen sehr stark ausgeprägt ist und eine ausreichende Aufnahme von Nahrung und Flüssigkeit nicht mehr möglich ist. Die Beschwerden beginnen in der Regel im ersten Schwangerschaftsdrittel, können jedoch auch nach der 20. Schwangerschaftswoche anhalten und in manchen Fällen bis zum Ende der Schwangerschaft bestehen bleiben.

Durch die mangelnde Nahrungsaufnahme kann es zu einem Gewichtsverlust von fünf Prozent oder mehr kommen. Darüber hinaus können ein deutlicher Flüssigkeitsmangel und Störungen des Salz- und Mineralstoffhaushalts entstehen. Bis zu drei Prozent aller Schwangeren sind

von dieser schweren Form der Schwangerschaftsübelkeit betroffen.

Für die betroffenen Frauen ist der Alltag häufig kaum noch zu bewältigen. Viele sind extrem erschöpft und teilweise so geschwächt, dass sie überwiegend im Bett bleiben müssen.

Wann eine Behandlung im Krankenhaus notwendig wird

Bei einer Hyperemesis gravidarum kann ein Krankenhausaufenthalt notwendig werden. Im Rahmen der Diagnostik kann unter anderem der Urin auf sogenannte Ketone untersucht werden. Sie entstehen, wenn dem Körper nicht ausreichend Zucker zur Energiegewinnung zur Verfügung steht und er deshalb verstärkt auf seine Fettreserven zurückgreift. Die da-

bei entstehenden Ketonkörper können über die Nieren ausgeschieden und anschließend im Urin nachgewiesen werden.

Je nachdem, wie stark die Übelkeit und das Erbrechen ausgeprägt sind, stehen unterschiedliche Stufen der Behandlung zur Verfügung.

Erste Stufe: Ernährung und einfache Maßnahmen

Auf der ersten Stufe stehen nicht-medikamentöse Maßnahmen im Vordergrund. Hilfreich können mehrere kleine, kohlenhydratreiche und fettarme Mahlzeiten über den Tag verteilt sein. Auch trockene Snacks wie Zwieback oder Knäckebrot vor dem Aufstehen können die Beschwerden lindern. Zudem kann es helfen, Nahrung und Getränke zeitlich voneinander getrennt zu sich zu nehmen und

Flüssigkeit über den Tag verteilt in kleinen Schlucken zu trinken. Stilles Wasser und beispielsweise Ingwertee können dabei eine Möglichkeit sein.

Als ergänzende Maßnahme kann außerdem Akupressur eingesetzt werden. Dabei wird beispielsweise der sogenannte P6-Punkt an der Innenseite

des Handgelenks durch Druck stimuliert.

Zweite Stufe: Medikamente gegen die Übelkeit

Reichen diese Maßnahmen nicht aus, können nach Rücksprache mit dem behandelnden Frauenarzt Medikamente eingesetzt werden. In Deutschland ist unter anderem ein Kombinationspräparat aus den Wirkstoffen Doxylamin und Pyridoxin (Vitamin B6) zur Behandlung von Schwangerschaftsübelkeit und Erbrechen zugelassen.

Dritte Stufe: Stationäre Behandlung

Bei einer stark ausgeprägten Hyperemesis gravidarum kann eine stationäre Behandlung im Krankenhaus erforderlich sein. Dort können Flüssigkeit und wichtige Mineralstoffe über eine Infusion direkt über die Vene zugeführt werden.

Zusätzlich werden bei Bedarf Vitamine gegeben. Besonders wichtig ist dabei Vitamin B1, auch Thiamin genannt. Ein ausgeprägter Vitamin-B1-Man-

gel kann in seltenen Fällen zu schweren Störungen des Nervensystems führen. Durch die rechtzeitige Gabe von Vitamin B1 soll dieser Komplikation vorgebeugt werden.

In besonders schweren Fällen kann zusätzlich eine künstliche Ernährung notwendig werden, beispielsweise über eine Ernährungs-sonde.



Prof. Dr. Sven Schiermeier

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

Fünf Tipps für den Alltag bei Schwangerschaftsübelkeit

Um die Beschwerden besonders in der Frühschwangerschaft möglichst gering zu halten, können einige einfache Maßnahmen im Alltag helfen:

1. **Starke Gerüche vermeiden:** Regelmäßiges Lüften kann helfen. Angehörige können zusätzlich darauf achten, stark riechende Parfüms, Speisen oder Reinigungsmittel möglichst zu vermeiden.
2. **Ingwer ausprobieren:** Ingwer, beispielsweise als Tee, kann bei Schwangerschaftsübelkeit unterstützend wirken.
3. **Auf ausreichend Schlaf achten:** Erholung und genügend Schlaf können dazu beitragen, den Körper zu entlasten.
4. **Stress reduzieren:** Entspannende Aktivitäten wie Yoga können helfen, zur Ruhe zu kommen.
5. **Regelmäßige Pausen einplanen:** Besonders bei ausgeprägter Übelkeit sollte dem Körper ausreichend Erholung gegönnt werden.

St. Elisabeth Gruppe begrüßt 188 neue Auszubildende in der Pflege

Die St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr begrüßte am 3. August 2026 188 neue Auszubildende, die ihre Ausbildung zur Pflegefachkraft am Campus der St. Elisabeth Gruppe begonnen haben. Die dreijährige generalistische Ausbildung verbindet fundierte theoretische Inhalte mit vielfältigen Praxiseinsätzen und bereitet die angehenden Pflegefachkräfte umfassend auf ihre Tätigkeit im Gesundheitswesen vor.

Die Ausbildung verbindet fundierten theoretischen Unterricht am Campus der St. Elisabeth Gruppe mit vielseitigen Praxiseinsätzen in den Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe und bei externen Kooperationspartnern. So erwerben die Auszubildenden Schritt für Schritt die fachlichen, pflegerischen und sozialen Kompetenzen für die Versorgung von Menschen aller Altersgruppen – von Neugeborenen und Kindern über Erwachsene bis hin zu älteren Menschen. Begleitet werden sie dabei von erfahrenen Praxisanleitern und Pflegeexperten.

„Unser Ziel ist es, die Auszubildenden fachlich und persönlich auf ihren späteren Beruf vorzubereiten. Durch die abwechslungsreichen Praxiseinsätze und die enge Begleitung durch unsere Lehrkräfte und Praxisanleiter schaffen wir dafür optimale Voraussetzungen“, so Sabine

Dreßler, Leitung der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe. Auch nach dem erfolgreichen Examen stehen den Absolventen zahlreiche Wege offen. Die St. Elisabeth Gruppe setzt seit vielen Jahren auf die Ausbildung eigener Nach-

wuchskräfte und bietet ihren Absolventen attraktive Übernahmemöglichkeiten sowie vielfältige Entwicklungsperspektiven. Im dritten Ausbildungsjahr können die Auszubildenden individuelle Schwerpunkte setzen und vertiefende Praxiseinsätze bei-



188 Auszubildende der St. Elisabeth Gruppe starteten am 3. August 2026 in die Ausbildung zur Pflegefachkraft.

spielsweise in der Kinderkran-kenpflege oder Altenpflege absolvieren. Nach dem Abschluss der Ausbildung stehen zahlreiche Weiterbildungen – etwa in den Bereichen Intensivpflege,

Onkologie oder Operationsdienst – ebenso offen wie die Qualifizierung zur Praxisanleitung oder ein berufsbegleitendes Studium, beispielsweise in Pflegepädagogik.

Wenn der Darm Beschwerden bereitet – wie die Apotheke helfen kann

Darm-Beschwerden – Man kann sie mittlerweile als Volkskrankheit bezeichnen. So ist es z. B. im Ruhrpott allgemein verständlich, wenn jemand den Grund seines Krankenscheins so beschreibt: „Ich hab’ Magen-Darm...“ Die Beschwerden, die u. a. von Völlegefühl und Übelkeit über Blähungen, Erbrechen bis hin zum Durchfall und starken Schmerzen reichen, sind allgemein bekannt. Die Ursachen größtenteils auch – aber Vorsicht: Für die Beschwerden können dermaßen viele Faktoren Auslöser sein, dass es im individuellen Fall eben nicht klar ist, wo hier die Ursache liegt und – weiter gedacht – wie diese denn bekämpft werden kann. Witten transparent sprach hierzu mit Dr. Sabrina Schröder-Hickery, Inhaberin der Amts-Apotheke in Bochum-Langendreer.

Wer sich mit derartigen Beschwerden konfrontiert sieht und über Abhilfe nachdenkt, dem bieten sich verschiedene Lösungswege an. Das Naheliegendste ist natürlich der Arztbesuch. Dass dies heutzutage wegen der Terminnot vielfach ungünstig ist, ist kein Geheimnis. Darum wird manch einer zunächst „Dr. Google“ und die „KI“ zu Rate ziehen. Das kann – muss aber nicht immer hilfreich – sein, je nachdem, was im Individualfall zugrunde liegt. Ähnlich verhält es sich mit den freiverkäuflichen stark beworbenen Produkten, die ein „Wegblasen“ der Beschwerden versprechen, ohne zu wissen, was denn im vorliegenden Fall eigentlich der Grund für die Beschwerden ist.

Ein weiterer Weg ist der in die Apotheke. Denn hier wird genauer hingeschaut, woher die Beschwerden kommen, ob sie ggf. rezeptfrei behandelt werden können oder ob tatsächlich eine Arztkonsultation erforderlicherweise anzuraten ist.

Was bietet die Apotheke an, wenn es um den Darm geht?

Dr. Schröder-Hickery: „Sie bietet kompetente Hilfen hinsichtlich der Einordnung des Beschwerdebildes und – im Bedarfsfall – zur Behandlung an. Dabei kann die Darmberatung mehrere Themenkomplexe beinhalten. So z. B. die geschilderten Beschwerden 'Völlegefühl, Blähungen' etc.. Hier geht es darum, die mögliche Ursache zu ermitteln, um dann diese gezielt zu bekämpfen. Aber auch Prävention und – damit verbunden – Ernährungsumstellung können ein Thema in der Darmberatung sein. Viele Patienten müssen aus gesundheitlichen Gründen ihre Ernährung umstellen, andere möchten es aus eigenem Antrieb selbst,



Darmbeschwerden können vielfältige Ursachen haben. Eine entsprechende Abklärung, z. B. durch die Apotheke, kann den Weg zur Abhilfe aufzeigen.

etwa zur Prävention und/oder zur Änderung des Lifestyles. Auch hier kann die Apotheke begleitend tätig werden, denn eine ausgewogene und zielorientierte Ernährungsumstellung ist nicht so einfach, wie es mitunter vermutet wird. Die Darmberatung und die Ergebnisse der damit verbundenen Untersuchungen können aber auch ergeben, dass ggf. eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung oder eine andere ernsthafte Erkrankung vorliegt, so dass dringend zu einem Arztbesuch geraten wird. In vielen anderen Fällen können wir dort, wo es angebracht ist, auch zu Behandlungen, z. B. mit Prä- und Probiotika, beraten.“

Wie läuft die Darmberatung in der Apotheke ab?

Dr. Schröder-Hickery: „Man muss sich das wie eine etwa halbstündige Sprechstunde vorstellen, in der wir mittels eines Fragebogens genau die Symptome erfassen und dazu auch die persönlichen Gegebenheiten: Ernährungsgewohnheiten,

Medikamenteneinnahme, Stuhlbeschaffenheit, Genussmittelkonsum u.s.w.. Je nach Bedarf raten wir dazu, zu Hause eine für den Patienten entsprechend der vorab genannten Parameter geeignete Stuhlprobe durchzuführen. Der empfohlene Test ist bei uns direkt erhältlich. Die Ergebnisse dieser Befragung und der Stuhlprobe werden von geschulten Mitarbeitern ausgewertet und während eines zweiten Termins mit dem Patienten besprochen.“

Was kostet eine solche Darmberatung?

Dr. Schröder-Hickery: „Bei uns ist dies zurzeit ein kostenloses Angebot. Lediglich Tests und empfohlene Medikamente müssen erworben werden.“

Gibt es eine Alternative zur Beratung in der Apotheke?

Dr. Schröder-Hickery: „Bei uns stellt die Amts-Apotheken-App eine Alternative dar. Dort können Tests ausgewählt und aktiviert werden. Bei aktivierter App kommen die Ergebnisse

direkt zum Patienten und – bei Freigabe – auch in die Apotheke. Der Weg der Bestellung über die App ist sogar kürzer und für viele praktischer. Allerdings entfällt dabei das ausführliche Anamnesegespräch, das natürlich sehr sinnvoll ist. Andererseits sind Zeit- und Wegersparnis für viele Appnutzer aber doch der größere Vorteil. Letztlich muss das jeder für sich entscheiden.“



Dr. Sabrina Schröder-Hickery
Apothekerin
Inh. Amts-Apotheke Bochum

„Mein Strom vom Balkon“:

Solar-Workshop in Witten im Oktober – jetzt anmelden!

Wie lässt sich mit einer kleinen Solaranlage auf dem Balkon, am Gartenzaun oder auf dem Garagendach eigener Strom erzeugen? Antworten darauf gibt ein gemeinsamer Workshop der Stadt Witten und der Wabe mbH am Samstag, 10. Oktober 2026, von 9 bis 12 Uhr in den Räumlichkeiten der Wabe mbH, Breite Straße 74, 58452 Witten.

Die Anmeldung ist seit Montag, 7. September 2026, möglich. Weitere Informationen gibt es auf der Website der Stadt Witten sowie direkt über das Anmeldeformular. Der Workshop vermittelt zunächst die wichtigsten technischen Grundlagen von Stecker-Solargeräten. Anschließend wird anhand einer Modellanlage der praktische Aufbau eines Balkonkraftwerks geübt. Dabei geht es auch um die sichere Anbringung und den Betrieb.

„Mit Stecker-Solargeräten können auch Mieterinnen und Mieter ohne eigenes Dach an der Energiewende teilhaben und ihre Stromkosten senken“, so Tamara Gademann von der Koordinierungsstelle Stadterneuerung der Stadt Witten.

Besonderer Vorteil, Teilnehmerzahl begrenzt

Im Teilnahmebeitrag ist bereits ein eigenes kleines Balkonkraftwerk enthalten, das nach dem Workshop mit nach Hause genommen und dort selbst aufgebaut werden kann. Der reguläre Teilnahmebeitrag beträgt 110 Euro, für Menschen mit Sozialleistungsbezug 55 Euro. Halterungs- und Montagematerial sind nicht enthalten.

Der Workshop richtet sich insbesondere an Grundsicherungs- und Wohngeldempfängerinnen und -empfänger, steht aber allen Interessierten offen. Die Zahl der Plätze ist auf 12 Personen begrenzt; die Vergabe erfolgt nach Eingang der Anmeldung.



Zwei strahlende Gewinner konnte Calogero Cutaia (Mitte) von der Marktleitung des boni-Centers Witten beglückwünschen: Maximilian Fischer (links) aus Witten und Matthias Dümmerling aus Dortmund-Lütgendortmund sind die Gewinner der beiden WM-Fußbälle „Trionda“, die das boni-Center im Rahmen der Fußballweltmeisterschaft verlost hatte. Sie hatten die in Witten transparent gestellte Gewinnfrage zum ersten Spiel der Deutschen Nationalelf richtig beantwortet und hatten dann noch das Glück, unter sämtlichen richtigen Coupons gezogen zu werden. Somit wird zumindestens zwei Menschen in Deutschland diese WM in „guter“ Erinnerung bleiben... Eine Erklärung sei nachgereicht: Ursprünglich sollte nur ein Ball verlost werden. Als sich aber zeigte, dass tatsächlich zwei Bälle im WM-Sortiment des boni-Centers waren, ging der zweite gleich mit in die Verlosung.



Riesenandrang bei der diesjährigen Bochum Gesundheitsmesse – Die alljährliche Veranstaltung des Medizinischen Qualitätsnetzes Bochum übertraf die Erwartungen, was den Besucherandrang anbetrifft. Aber es gab auch richtig „Zugpferde“ wie „Reinigungsfachkraft“ Waltraud Ehlert (Comedy), Revier-Doc Manke und – vor allem – Doc Esser. Wir werden ausführlicher in der nächsten Ausgabe berichten.



Evangelischer Verbund
Augusta Ruhr



Ambulanz-Führung

Nächster Termin: **Donnerstag, 12. November 2026, 17 Uhr**
Treffpunkt: Urologische Ambulanz, 1. Obergeschoss

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

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

Keine Anmeldung erforderlich.

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

Boston Scientific
Advancing science for life™

Zentrum für
Intestinale Zystitis
und Beckenschmerz
Prostatazentrum
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

KONTINENZ- UND HAGEN-WITTEN
BECKENBODENZENTRUM
Kontingenz in Kontinenz



WITTEN transparent

Heimische Mediziner berichten.

Verwechslung mit essbaren Exemplaren kann tödlich enden:

Start der Pilzsaison im Ennepe-Ruhr-Kreis – Gefahr durch giftige Pilze

Bei der Suche nach essbaren Pilzen liegen Glück und Leid sehr nahe beieinander. Denn genau jetzt sind die Wälder im Ennepe-Ruhr-Kreis und Umgebung ein besonderes Paradies für die essbaren Waldschätze. Allerdings ist Vorsicht geboten. Denn je mehr Pilze es gibt, desto größer ist auch die Gefahr von Verwechslungen. Ein Fehlgriff kann dabei zu lebensbedrohlichen Vergiftungen führen. Nach Aussagen der Informationszentrale gegen Vergiftungen am Universitätsklinikum Bonn (UKB) steigt die Zahl der Pilzvergiftungen insbesondere in den feuchten Sommer- und frühen Herbstmonaten, die mit milden Temperaturen einhergehen, spürbar an. „Bereits jetzt gibt es sehr viele giftige Pilze, die den essbaren Exemplaren ähneln. Die Unterscheidung ist für unerfahrene Pilzsuchende nicht immer einfach und endet manchmal mit einer schweren Pilzvergiftung“, warnt AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock.

Eine Pilzvergiftung, auch Myketoismus genannt, ist eine Vergiftung, die durch den Verzehr von Pilzen verursacht wird, die giftige Substanzen enthalten. Es gibt sowohl „echte“ Pilzvergiftungen, die durch den Verzehr von Giftpilzen verursacht werden, als auch „unechte“, die durch verdorbene oder falsch zubereitete Speisepilze entstehen können. Bei Verdacht auf eine Pilzvergiftung ist schnelles Handeln entscheidend. Von den tödlich verlaufenden Pilzvergiftungen in Mitteleuropa gehen die meisten auf den Knollenblätterpilz zurück. Dieser wird von unerfahrenen Sammlern nicht selten mit dem Champignon verwechselt und verursacht potenziell lebensgefährliche Pilzvergiftungen. Innerhalb von 24 Stunden kommt es häufig zu heftigem Erbrechen, starken Bauchschmerzen und Durchfall. Ein Kind kann schon nach dem Verzehr von kleinsten Mengen eines Knollenblätterpilzes sterben. Insgesamt gibt es in Deutschland mehrere tausend Pilzarten, von denen rund 200 giftig sind. Die AOK NordWest warnt deshalb dringend davor, Pilze ohne Fachkenntnisse zu sammeln und zu verzehren.

Ein gutes Bestimmungsbuch und die Anleitung durch Pilzsachverständige oder sehr erfahrene Sammler sind gute Wissensquellen und unbedingte Voraussetzung für ein sicheres Pilzesammeln. Gute Informationen bietet dabei die Deutsche Gesellschaft für Mykologie in ihrer Internetpräsenz. „Wer nach



Auch im Ennepe-Ruhr-Kreis gibt es sehr viele giftige Pilze, die den essbaren Exemplaren ähneln. Die Unterscheidung ist für unerfahrene Pilzsuchende nicht immer einfach. Wichtig für den Fall der Fälle: Die Experten der Giftinformationszentrale Bonn stehen rund um die Uhr unter der kostenfreien Rufnummer 0228-19240 für eine Beratung, auch unter Hinzuziehung von Pilzsachverständigen, bereit. Foto: AOK/Colourbox/hfr.

dem Essen eines Pilzgerichts Übelkeit, Schmerzen, Schwindel oder Missempfindungen verspürt, sollte sofort einen Arzt aufsuchen oder gleich direkt in ein Krankenhaus gebracht werden“, so Kock. Den Pilz oder Reste davon unbedingt mitnehmen, um den „Übeltäter“ schnell identifizieren zu können. Was in der Eile nicht vergessen werden darf: alle Personen, die von der Pilzmahlzeit gegessen haben, sollten sofort über die akute Situation informiert werden und sich zur Sicherheit ebenfalls zur Untersuchung begeben.

Sollte ein Pilz als giftig eingeschätzt werden, erfolgt rund um die Uhr unter der kostenfreien Rufnummer 0228-19240 die weitere Beratung zur medizinischen Behandlung durch die Experten der Informationszentrale gegen Vergiftungen am Universitätsklinikum Bonn. Im Durchschnitt entfallen dort ein Prozent aller Anrufe auf die Einnahme von Pilzen. Petra Förster, stellvertretende Leiterin der Giftinformationszentrale Bonn, informiert:

„Wir vermitteln bei Verzehr von bestimmten Mengen auch sofort Kontakt zu Pilzsachver-

ständigen, die dann helfen, durch noch vorhandene Pilze, aus den Putzresten, aus Erbrochenem und aus Informationen zu Aussehen und Standort den verzehrten Pilz zu bestimmen. Wir geben auch Empfehlungen für weiterbehandelnde Ärzte zur spezifischen Therapie, denn es gibt im Wesentlichen 18 unterschiedliche Vergiftungssyndrome, welche, abhängig von den spezifischen Pilzgiften, ganz unterschiedliche gesundheitliche Auswirkungen haben und dementsprechend spezifisch behandelt werden müssen.“



AOK-Fazit zur Grippesaison 2025/2026 für den Ennepe-Ruhr-Kreis:

Zahl der Influenza-Fälle auf hohem Niveau – 1.152 Influenza-Infektionen gemeldet

Im Ennepe-Ruhr-Kreis sind die Influenza-Infektionen in der abgelaufenen Grippesaison 2025/2026 zwar zurückgegangen, befinden sich aber immer noch auf einem hohen Niveau. Dieses Fazit zog heute die AOK NordWest. Insgesamt wurden nach den aktuellen Zahlen des Berliner Robert-Koch-Instituts (RKI) im Zeitraum von Anfang Oktober 2025 (40. Kalenderwoche) bis Ende April 2026 (17. Kalenderwoche) 1.152 Influenza-Infektionen gemeldet.

Damit war die Influenza-Aktivität geringer als in der vorherigen Grippesaison 2024/2025 mit 1.890 registrierten Fällen. Bedenklich ist allerdings, dass die Impfbereitschaft gerade bei älteren Menschen ab 60 Jahren weiter gesunken ist. Nur etwa jeder vierte AOK-Versicherte (24,8 Prozent) in der vom RKI empfohlenen Altersgruppe ließ sich in Westfalen-Lippe gegen die gefährliche Influenza-Grippe impfen. Diese Bilanz zog die AOK NordWest auf Basis aktueller Zahlen des Berliner Robert-Koch-Instituts (RKI). „Vor allem für ältere Menschen kann eine Influenza-Infektion gefährliche Folgen haben. Wir raten daher insbesondere Menschen jenseits der 60, die Gripeschutzimpfung rechtzeitig zu nutzen“, warnt AOK-Serviceregionaleiter Jörg Kock vor den Folgen der geringen Impfbereitschaft.

Februar war stärkster Grippe-Monat

Trotz rückläufiger Infektionszahlen im Ennepe-Ruhr-Kreis ist die Zahl der Influenza-Infektionen in der aktuell abgelaufenen Grippesaison immer noch auf einem hohen Niveau. Insbesondere zu Anfang des Jahres 2026 (Kalenderwochen eins bis zehn) waren besonders viele Infektionsfälle verzeichnet worden. In dieser Zeit wurden mit 950 Fällen 82,5 Prozent aller Infektionsfälle registriert. Der Monat Februar war dabei mit 484 Fällen der stärkste Grippe-Monat.

AOK rät zur Gripeschutzimpfung

Um sich vor einer Influenza-Infektion und schweren Krankheitsverläufen zu schützen, rät die AOK NordWest dringend dazu, die Gripeschutzimpfung zu nutzen. „Die Gripeschutzimpfung ist besonders für ältere und chronisch kranke Menschen unerlässlich“, sagt Kock. Allerdings ist die



Impfbereitschaft bei den Über-60-Jährigen trotz der nicht unerheblichen Gesundheitsrisiken mit dem Influenza-Virus gering. Das zeigt eine aktuelle AOK-Auswertung. Danach ließen sich im vergangenen Jahr nur 24,8 Prozent der Über-60-jährigen AOK-Versicherten in Westfalen-Lippe impfen. Auch die Ständige Impfkommision (STIKO) am RKI empfiehlt die Impfung für Menschen ab 60 Jahren. Denn mit zunehmendem Alter lassen die Abwehrkräfte nach: Infektionskrankheiten wie die Grippe können dann gefährliche Folgen nach sich ziehen. Dazu gehören Lungenentzündungen, Herzinfarkt und Schlaganfall. Eine Grippe kann zudem Asthmaanfälle verursachen.

Die STIKO empfiehlt die Impfung darüber hinaus auch Personen mit erhöhtem Gesundheitsrisiko wie Schwangere und chronisch Kranke aller Altersgruppen, außerdem für medizinisches und pflegerisches Personal sowie Personengruppen mit umfangreichem Publikumsverkehr.

Gripeschutzimpfung vormerken

Um für die nächste Grippesaison gewappnet zu sein, sollte schon jetzt der Herbst im Ka-

lender vorgemerkt werden. Denn der beste Zeitraum für eine Impfung sind die Monate Oktober bis Mitte Dezember.

Nach der Impfung dauert es etwa zehn bis 14 Tage, bis der Körper den vollen Impfschutz aufgebaut hat. Da sich Grippeviren ständig verändern, wird der Impfstoff jährlich für die zu erwartende Virus-Variante angepasst. Um optimal für die aktuelle Saison geschützt zu sein, ist eine erneute Impfung notwendig. Die Impfung kann bei allen niedergelassenen Ärzten und Ärztinnen wie in der hausärztlichen Praxis durchgeführt werden. Zudem ist die Grippeimpfung für Personen ab 18 Jahren auch in Apotheken möglich. Dafür müssen Apotheker und Apothekerinnen eine spezielle Fortbildung nachweisen. Für die Impfung wird nur die elektronische Gesundheitskarte vorgelegt.

Amts-Apotheke
Gesundheit. Wohlbefinden. Nähe.

DARM GESUNDHEIT
IHR WOHLBEEINDENDEN BEGINNT IM DARM!

BERATUNGSTAG
MITTWOCH 28.10.
VON 10 BIS 16 UHR

Marco Mohrmann
PTA und Darmberater

DIE TEILNAHME IST KOSTENLOS!

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Amts-Apotheke
Alte Bahnhofstraße 82
44892 Bochum

Telefon
0234 280717

Ihre Amts-Apotheke –
Gesundheit. Wohlbefinden.
Nähe.



HÖREN MUSS NICHT TEUER SEIN!

- ✓ DEUTSCHE QUALITÄT.
- ✓ FAIRER PREIS.



Ehepaar Samanci

Hörakustikmeisterin & Hörakustikmeister



BO – ZENTRUM
Huestraße 22
44787 Bochum
Tel. 0234 59877855



BO – LINDEN
Hattinger Str. 787
44879 Bochum
Tel. 0234 53053188



BO – LANGENDREER
Unterstraße 10
44892 Bochum
Tel. 0234 54690208



HATTINGEN
Augustastraße 21
45525 Hattingen
Tel. 02324 201212



OER-ERKENSCHWICK
Ludwigstraße 21
45739 Oer-Erkenschwick
Tel. 02368 8740516



HERTEN
Kaiserstraße 2
45699 Herten
Tel. 02366 5808862



WWW.RUHR-HOERAKUSTIK.DE

Ruhr  Hörakustik

6x in NRW



**NUR FÜR
KURZE ZEIT!**

— DEUTSCHE TRADITIONSMARKE —

**JETZT ZUM
DISCOUNTER
PREIS!**

**IN ALLEN
HÖRGERÄTEKATEGORIEN!**



AKKU-HÖRGERÄTE

MODERN. KOMFORTABEL.
ZUVERLÄSSIG.



HIGH-END-GERÄTE

HÖCHSTE TECHNOLOGIE.
BESTES HÖREN.



BLUETOOTH & APP

FÜR MEHR KOMFORT
IM ALLTAG.

**JETZT
TERMIN
VEREINBAREN!**



Termin kann ohne
Verordnung
vorgenommen werden



**JETZT TERMIN
VEREINBAREN!**



Gelungene Premiere des Gesundheitstags in Bochum-Ost

Medizinische Vorträge und Leistungsschau der medizinnahen Gewerbe in der eh. Lutherkirche

Großen Zulauf erfuhr der 1. Gesundheitstag Bochum-Ost, der von den Stadtteilvereinen LutherLAB und der Werbegemeinschaft Alter Bahnhof (WAB) in der ehemaligen Lutherkirche im Langendreerer Ortsteil Alter Bahnhof durchgeführt wurde. Dort hatten zahlreiche Vertreter aus Medizin, den Heilberufen, der Pflege und des medizinnahen Gewerbes ihre Info-Stände aufgebaut. Und sie brauchten nicht lange auf Interessenten warten: Im Nu füllte sich das Innere der ehemaligen Kirche. Hinzu kamen hochinteressante Vorträge von heimischen Ärzten, Therapeuten und Pflege-Experten, die in den beiden Vortragsräumen den interessierten Zuhörern ihr Themen näherbrachten. Der Erfolg der Veranstaltung war so groß, dass direkt eine Wiederholung geplant wurde. Und dafür gibt es auch schon einen Termin, verriet Stadtteilmanager Karsten Höser: Es ist der 24. April 2027.

Bei freiem Eintritt konnten die Besucher die Leistungsschau der heimischen Medizin in Augenschein nehmen. Viele nahmen die Möglichkeit wahr, mit den Fachleuten ins Gespräch zu kommen. So z. B. zu den Themen Physiotherapie, Suchthilfe, Blutdruckprobleme, Pflege und Tagepflege, Brillen und gutes Hören auch im Alter, Seniorenbetreuung, Ergotherapie und vieles mehr.

Insgesamt waren es über 30 Aussteller, die – gemäß einer Befragung – allesamt im nächsten Jahr wieder dabei sein wollen. Manche möchten sogar ihre Standfläche vergrößern. Doch diesbezüglich wird man sich an den begrenzten Raummöglichkeiten orientieren müssen, denn hinsichtlich der zur Verfügung stehenden Ausstellungsfläche war diese „kleine Gesundheitsmesse“ schon am Limit.

Die Zufriedenheit der Aussteller zeigt, dass sie mit der Resonanz der interessierten Besucher sehr zufrieden waren. Oder anders gesagt: Sie erreichten ihre Klientel, wozu die Niederschwelligkeit einer solchen Messe sicherlich beigetragen hat.

Konzeptionell erinnerte der Gesundheitstag Bochum-Ost an die große Bochumer Gesundheitsmesse der Medizinischen Qualitätsnetzes Bochum, die in diesem Jahr zum 14. Mal im Bochumer RuhrCongress stattfindet (13. September). Der ehemalige Vorsitzender des Medizinischen Qualitätsnetzes, Dr. Michael Tenholf (†), hatte sich eine solche Veranstaltung immer für den Bochumer Osten gewünscht. Nun konnte er die Premiere nicht mehr miterleben. Wie auch beim großen Vorbild, der Gesundheitsmesse

Bochum, so gab es auch im LutherLAB Vorträge von Experten zu Gesundheitsthemen. Dr. Regina Mertens, die unweit des Geschehens ihre Praxis hat, referierte als ausgewiesene Tropen- und Reisemedizinerin zum Thema „Reisemedizin“. Prof. Dr. Jens Eyding, manch einem noch aus seiner Zeit als Leiter der Stroke Unit am KK Bochum-Langendreer bekannt, sprach zu den „Risiken und Nebenwirkungen der Reformen“. Das Thema „Volkskrankheit Osteoporose“ wurde von Dr. (B) Colemont behandelt. Martin Lindemann, ortsansässiger Physiotherapeut, Osteopath, sektoraler Heilpraktiker und Manualtherapeut referierte zu dem hochinteressanten Thema „Wenn der Kiefer krank macht: CMD – das unterschätzte Zusammenspiel von Kiefer, Kopf und Nacken“. Aber auch die weiteren Vorträge fanden ihre Zuhörerschaft.

Das die erste Veranstaltung dieser Art in Langendreer so erfolgreich verlaufen würde, hatten die Organisatoren nicht zu hoffen gewagt. Aber angesichts des Erfolges war schnell klar, dass es eine Wiederholung geben würde. Und vielleicht wird sich der Gesundheitstag Bochum-Ost als ein regelmäßiges Jahres-Event etablieren.

Konstruktive Kritik gab es auch, allerdings nur in einem Punkt: Die Dauer von 11 bis 17 Uhr erschien vielen Teilnehmern zu lang, zumal nach 16 Uhr der Besucherzulauf deutlich abebbte. Somit darf davon ausgegangen werden, dass die nächste Veranstaltung am 24. April 2027 eine Stunde kürzer sein wird.

Beachten Sie bitte auch unseren Bilderbogen zum Gesundheitstag Bochum-Ost auf Seite 20.



Wenn's ums gute Hören geht, ist Ruhr-Hörakustik eine erste Adresse in Langendreer. Das Unternehmen, das eine Filiale an der Unterstraße im Bereich Langendreer-Dorf unterhält, präsentierte sich ebenfalls auf dem Gesundheitstag Bochum-Ost. Und die angebotenen Infos waren – wie man sieht – stark gefragt.



Die Amts-Apotheke Bochum-Langendreer präsentierte sich mit einem großen Stand, der den Besuchern – darunter viele Stammkunden – auch Gewinnchancen bot: Hier konnte am Glücksrad gedreht werden. Als Preise gab es duftige Duschgels und dergleichen. Thematisch standen vor allem die neuen Dienstleistungen der Apotheke im Gesundheitsbereich im Vordergrund. „Die neuen Strukturen im Gesundheitswesen machen in Zukunft eine stärkeres Mitwirken der Apotheken auf diesem Sektor erforderlich. Darum gilt es, verstärkt darüber zu informieren“, so Apotheken-Mitarbeiter Thomas Montag (links).

1. Gesundheitstag Bochum-Ost



Bilderbogen



Bei der Leistungsschau des Langendreerer Gesundheitswesens dürfen heimische Apotheken nicht fehlen. So waren es dann auch gleich drei an der Zahl, die sich mit ihren Angeboten dem interessierten Publikum präsentierten. Das Bild oben zeigt den Stand der Park-Apotheke; das untere Bild zeigt den Stand der Elefanten-Apotheke. Zudem war noch die Amts-Apotheke dabei (Bild auf Seite 18).



Gesundheitsthemen statt Gottesdienste – Die Zeiten ändern sich. Die ehemalige Lutherkirche erwies sich als idealer Veranstaltungsort für den 1. Langendreerer Gesundheitstag.



Viel interessantes Anschauungsmaterial zu unterschiedlichen Krankheitsbildern präsentierte das Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum.



Der Sozialverband Deutschland (links) Seite an Seite mit der Caritas Bochum – Mit reichhaltigem Info-Angebot über die Leistungsstärke beider Institutionen konnten die Damen ihre Besucher bedienen. Dass die gute Laune dabei nicht auf der Strecke blieb, ist den Gesichtern anzusehen.



Was ist Handrehabilitation? Was ist Feldenkrais? Auch darauf hatte der 1. Gesundheitstag Bochum-Ost Antworten.

Ab 22. September, jeweils dienstags, von 15 bis 17 Uhr:

boni-Center führt die „Stille Stunde“ ein

Keine lauten Kassengeräusche, keine Lautsprecherdurchsagen, keine Musik zum Einkauf – Das Einkaufserlebnis kann ganz anders sein, wenn es ringsum still ist. Das mag manch einem gespenstisch erscheinen, anderen werden es vielleicht als wohltuend empfinden. Aber es gibt auch Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen, die sich durch die erwähnten Geräusche massiv gestört oder sogar bedroht fühlen. Diese meiden dann häufig die Orte, wo sie mit solchen Geräuschen konfrontiert werden. Z. B. Supermärkte. Dass es auch anders geht, will jetzt das boni-Center zeigen, das mit Einführung der sogenannten Stillen Stunde eben diesem Personenkreis auch das stressfreie Einkaufen ermöglichen will.

Das boni-Center reagiert damit auf eine Anfrage / Bitte der Stadtverwaltung Witten. Behindertenkoordinatorin Andrea Heucken hat das Konzept der Stillen Stunde vorgestellt und angefragt, ob sich das boni-Center daran beteiligen könnte. Es geht darum, Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen den Einkauf zu erleichtern. Aber

auch Menschen mit Sehbehinderungen oder eingeschränkter Mobilität profitieren davon, erklärte Andrea Heucken. Die Einführung der Stillen Stunde wäre ein sichtbares Zeichen für mehr Inklusion und Lebensqualität in Witten.

Das boni-Center zeigte sich offen für dieses Vorhaben und

schloss sich direkt an. Am Dienstag, 22. September, soll die „Stille Stunde“ im boni-Center im Beisein von Wittens Bürgermeister Dirk Leistner und der Behindertenkoordinatorin vorgestellt und eingeführt werden. Ab dann heißt es jeweils dienstags, von 15 bis 17 Uhr: Stille Stunde im boni-Center. Die Umsetzung der Stille soll

aber nicht nur durch den Verzicht auf die elektronischen Geräusche, der Musik und der Durchsagen erfolgen. Auch die Kunden werden gebeten, für die genannte Zeitspanne z. B. auf laute Handygespräche und helle Displays zu verzichten. Ebenso soll das Sortieren und Einräumen von Waren in dieser Zeit ausgesetzt werden.

WITTEN transparent

Impressum

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

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

Experten dieser Ausgabe:
Dr. Kurt-Martin Schmelzer
Prof. Dr. Mario Iasevoli
Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Dr. Klaus-Peter Tillmann
Ahmed Khalifa
Fanar Othmann
Dr. Stephan Schulz
Dr. Christoph Hackmann
Prof. Dr. Sven Schiermeier
Dr. Sabrina Schröder-Hickery

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



Wittens Parklücken sind wohl zu klein für diese Art von Autos. Darum mussten sie auch auf dem Berliner Platz parken... Allerdings nur im Rahmen einer Oldtimer-Ausstellung während des verkaufsoffenen Sonntags.

Stadtwerke Witten:

Erfolgreiche Freibadsaison beendet

Das erste Mal Planschen mit Papa, der mutige Köpper vom Dreier, die morgendliche Schwimmrunde: Auch in diesem Jahr wurden im Annener Freibad wieder zahlreiche Sommererinnerungen gelebt. Rund 85.300 Menschen genossen besonders in den diesjährigen Hitzewellen das Wasser an der Herdecker Straße – knapp 15.000 mehr als im Jahr zuvor.

Besonders heraus sticht dabei das erste heiße Wochenende Ende Juni: rund 5.500 Gäste kamen am Samstag, 27. Juni 2026, ins Freibad – so viel wie noch nie zuvor und auch nie wieder. Denn um das entspannte Baderlebnis und die Sicherheit der Besuchenden gewährleisten zu können, haben die Stadtwerke Witten die Obergrenze auf 4.500 Personen begrenzt.

Auch der restliche Sommer verlief warm oder sogar heiß, wenngleich die Auslastung nicht mehr ausgereizt wurde. Und so ist der Juni mit rund 34.250 Gästen der am besten

besuchte Monat der vergangenen Jahre.

Erfolgreiche Veranstaltungen

Abseits des regulären Schwimmens und Planschens gab es zudem spaßige Events im Freibad: Der erste Swim&Run für Schulen des PV Triathlon TG Witten e.V. im Freibad war am 22. Mai der perfekte Saisonauftakt: Zahlreiche Schüler:innen, Lehrende und Eltern traten im Wettkampf bei bestem Wetter an. Auch die Piraten hatten den Sonnenschein gebucht und so konnten Kinder bei der Piraten-Pool-Party (9. August) nach Lust und Laune Planschen, Hüpfen und Tanzen.

Wittener Seniorenmesse mit vielen nützlichen Infos nicht nur für die ältere Generation

Die Angebote für Senioren sind so vielfältig und unterschiedlich, wie die Senioren selbst – Diesen Eindruck vermittelte die vom Städtischen Seniorenbüro ausgerichtete Seniorenmesse auf dem Wittener Rathausplatz. Wie immer, so stand die Messe auch diesmal in Kontext der traditionellen Zwiebelkirmes und des verkaufteffenen Sonntags. Indes: Auch die Seniorenmesse selbst kann auf eine mittlerweile 18jährige Tradition zurückblicken. Binnen der 18 Jahre hat sich auf diesem Sektor einiges getan.

Augenfällig ist, dass die Zahl der Anbieter für haushaltsnahe Dienstleistungen für Senioren zugenommen hat. Und auch Betreuungsangebote und Tagespflegeplätze stehen hoch im Kurs. Ein stetes Anliegen der Messe ist es, praktische Hilfen für weitestmöglich selbstbestimmtes Leben in der eigenen häuslichen Umgebung zu liefern. Eine Heimunterbringung soll möglichst vermieden werden. Dass sie sich nicht immer vermeiden lässt, ist natürlich auch klar. Darum waren eben auch Einrichtungen wie Senio-

renheime vertreten und informierten über ihre jeweiligen Angebote. Teilweise mit pfiffigen Ideen: Die Boecker-Stiftung überzeugte ihre Standbesucher mit leckeren selbstgebackenen „Boecker Crepes“; vielleicht auch ein Hinweis darauf, wie lecker es möglicherweise in den Einrichtungen der Stiftung zugeht...

„Auch das Thema Einsamkeit im Alter steht mehr denn je im Fokus“, so Britta Katter, Leiterin der Abteilung Soziales bei der Stadt Witten. „Nicht zuletzt durch die Covid-Pandemie ist



Viele Aussteller verwöhnten ihre Besucher mit Leckereien, wie hier die Boecker Stiftung mit „Boecker Crepes“...

ANZEIGE



Über mangelnde Beschäftigung konnten sich die Mitarbeiter*innen von Paul Rybarsch Hörsysteme während der diesjährigen Wittener Seniorenmesse nicht beklagen: Hörtests – im Hörmobil und auch außerhalb davon – waren sehr gefragt; ebenso Informationen über neue moderne Hörgeräte. Neben den Infos gab es für die interessierten Besucher auch das eine oder andere kleine Geschenk, z. B. auch in Form von Sonnenblumen.

Wir bedanken uns herzlich...

...für das große Interesse, das uns im Rahmen unserer Teilnahme an der Wittener Seniorenmesse 2026 entgegengebracht wurde.

Für weiterführende Beratungen rund um das Thema „Hören“ stehen wir Ihnen jederzeit gerne an unseren acht Standorten zur Verfügung.

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



PAUL RYBARSCH

Ihr Fachgeschäft für gutes Hören seit 1969

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

Tel./☎ 02302 19071
E-Mail: info@witten.rybarsch.com

Johannisstr. 17
58452 Witten

Mo. - Fr. 9.00 - 18.00 Uhr

deutlich geworden, wie wichtig soziale Kontakte für alle Altersgruppen sind. Daher bietet die Messe auch Angebote zur sozialen Teilhabe, um einer Ausgrenzung am aktiven Leben in unserer Gesellschaft entgegenzuwirken.“

Ein ganz großes Thema waren in diesem Jahr die Hörgeräte. Gleich drei Anbieter (Amplifon, Hörtechnik Jacob, Hörsysteme Rybarsch) verteilten sich mit Infoständen und Hörmobilen auf dem Rathausplatz. Und sie hatten gut zu tun, denn nicht wenige freuen sich, wenn sie einen kostenlosen Hörtest angeboten bekommen und nehmen diesen dann auch wahr. Maximale Diskretion der Hörgeräte (man sieht sie kaum noch) und umfangreiche Technik, mittlerweile KI-gestützt, sind heutzutage der Renner. Diesbezüglich sehr interessant seien die entsprechenden Geräte des traditionellen Elektroherstellers Philips, der

mit höchst innovativen Produkten in diesen Sektor eingestiegen ist, so Hörakustikmeister Marcel Jakobs. Und mittlerweile stehen die Nutzer, welche zu meist im fortgeschrittenen Alter sind, den neuen technischen Errungenschaften gar nicht mehr so skeptisch gegenüber. Im Gegenteil: Viele wollen dann auch das Höchstmaß an Komfort und Qualität mitnehmen. Mit dabei war auch wieder das Evangelische Krankenhaus Witten. Da gab es Informationen zum Ehrenamt der „Grünen Damen und Herren“ und auch zur Geriatrischen Tagesklinik. Aber auch verschiedene Messungen wurden angeboten, so z. B. Blutdruckmessungen, Blutzuckerspiegel und Puls. Auch den BMI konnte man bestimmen lassen. Und diese Gesundheits-Check-Angebote waren der Renner. Die Krankenhausmitarbeiter*innen hatten alle Hände voll zu tun, um den Andrang zu bewältigen.



Ein echter Hingucker – ist die neue Ape der Familien- und Krankenpflege Herdecke-Witten-Wetter. Das außergewöhnliche Gefährt zog neben dem regulären Infostand der Familien- und Krankenpflege die Blicke auf sich. Der große Kasten der Ape ist nach drei Seiten zu öffnen. Darin befinden sich ein großer Gasgrill und ein Kühlschrank, so dass immer dort, wo sie auftaucht, auch direkt Würstchen gegrillt und angeboten werden können. Es ist sozusagen auch ein Party-Mobil. Genehmigungstechnisch hat es bis zu Seniorenmesse zeitlich nicht mehr geklappt; aber sicherlich wird man demnächst die Ape auch im „Grill-Modus“ sehen.



Sehr gefragt: der Gesundheits-Check-up am Stand des Ev. Krankenhauses Witten. Hier gab es auch die „Notfalldose“ sowie die dazugehörigen Informationen für die Senioren kostenlos.



Viele Witten Institutionen, Netzwerke und Vereine haben sich auf Angebote für Senioren spezialisiert. Da geht es nicht nur um praktische Hilfen, sondern auch darum, vereinsamte alte Menschen aus der Isolation herauszuholen und in ein für sie angenehmes soziales Umfeld zu führen. Dazu gibt es viele Betätigungsangebote in Gruppen. Zu diesem Themenkomplex gab es zahlreiche Informationen. Außerhalb der Seniorenmesse bekommt man diese auch beim Wittener Senioren-Büro.



**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 ist am 8. Oktober.

Nachwuchs für die Pflege:

Ausbildungsstart für 83 angehende Pflegefachkräfte in Witten

83 Auszubildende haben ihre dreijährige Ausbildung zur Pflegefachkraft bei der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr begonnen. Der Kurs findet ausschließlich am Standort Witten statt: Der theoretische Unterricht wird in Witten absolviert, ebenso wie die praktischen Einsätze, die die Auszubildenden im Marien Hospital Witten sowie bei Kooperationspartnern in der Umgebung durchlaufen. So erhalten Interessierte aus der Region einen wohnortnahen Einstieg in den Gesundheitsberuf.

Die Ausbildung verbindet Theorie und Praxis optimal: Während des Unterrichts erwerben die Auszubildenden das fachliche Wissen, das sie für ihren späteren Berufsalltag benötigen. Dieses wenden sie zunächst in praxisnahen Übungen an und bauen es anschließend bei ihren Einsätzen im Marien Hospital Witten sowie bei Kooperationspartnern in der Region weiter aus. Dabei lernen sie unter anderem, Wunden fachgerecht zu versorgen, Blut abzunehmen und Patienten entsprechend ihrer individuellen Bedürfnisse zu pflegen. Erfahrene Pflegekräfte, Praxisanleiter und Lehrkräfte der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe ste-

hen ihnen während der gesamten Ausbildung unterstützend zur Seite.

„Mit der Ausbildung in Witten bieten wir jungen Menschen aus Witten und Umgebung einen wohnortnahen Einstieg in die Pflege. Gleichzeitig stärken wir die Versorgung in Witten und Umgebung langfristig durch neue, qualifizierte Nachwuchskräfte“, so Sabine Dreßler, Leitung der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe.

Ausbildung mit regionalem Schwerpunkt

Die generalistische Ausbildung vermittelt Kompetenzen für die Pflege von Menschen aller Altersgruppen. Am Standort Witten

liegt der Schwerpunkt vollständig auf der Erwachsenenpflege. Nach dem Examen können die Absolventen beispielsweise auf Normalstationen, in der Notaufnahme oder Intensivpflege tätig werden. Darüber hinaus stehen ihnen verschiedene Weiterbildungen offen, etwa in der Onkologie, im Operationsdienst oder zur Praxisanleitung sowie ein berufsbegleitendes Studium.

Die nächste Ausbildung zur Pflegefachkraft in der St. Elisabeth Gruppe beginnt am 01. Oktober 2026. Weitere Informationen gibt es unter <https://www.elisabethgruppe.de/pflegeschule>



Startschuss für den Nachwuchs in der Pflege: 83 Auszubildende zur Pflegefachkraft starten ihre Ausbildung in der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr.

Wittener Tischgespräche zur psychischen Gesundheit

Die Vortragsreihe rund um Themen zur psychischen Gesundheit geht weiter. Veranstalter sind die Psychiatrische Institutsambulanz Witten und Psychosomatische Tagesklinik des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke. Die Veranstaltung findet jeweils mittwochs um 17.30 Uhr in den Räumlichkeiten statt: ZBZ Witten, Alfred-Herrhausenstraße 45, 58455 Witten (bitte der Beschilderung folgen). Die Teilnahme ist kostenlos.

Der nächste Termin ist der 14. Oktober. Das Thema lautet: „Wenn Stigmatisierung in den Wahnsinn treibt: Gesellschaft und psychische Erkrankung, von Psychose bis Populismus“.

Die Veranstaltung wird geleitet von Dr. med. Ute Brüne-Cohrs und Dr. med. Simone Bege- mann. Die „Wittener Tischgespräche“ finden in Form eines öffentlichen

Dialogs statt. Nach einem ein- führenden Vortrag werden die Teilnehmer dazu eingeladen, mit den Expert*innen ins Ge- spräch zu kommen. Eine Anmeldung ist nicht zwin-

gend erforderlich; für die bes- sere Planbarkeit aber ist sie wünschenswert. Man kann sich anmelden unter pia-witten@gkh.de oder telefonisch unter 02330 915-230.

Karriere abseits der Pflege:

St. Elisabeth Gruppe begrüßt 29 neue Auszubildende

Das Gesundheitswesen bietet vielfältige Ausbildungsmöglichkeiten auch über die Pflege hinaus. Das zeigt die St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr auch in diesem Jahr. Zum 01. August starteten dort 29 neue Auszubildende ihre Karriere – darunter elf angehende Kaufleute im Gesundheitswesen, sechs Medizinische Fachangestellte, sechs Sport- und Fitnesskaufleute, zwei Elektroniker für Energie- und Gebäudetechnik, zwei Köche, ein Fachinformatiker für Systemintegration sowie ein pharmazeutisch kaufmännischer Angestellter.

Die Auszubildenden in nicht-pflegerischen Bereichen sind nun Teil eines rund 7.500 Mitarbeiter starken Unternehmens und werden in den kommenden drei Jahren alles lernen, was sie für die Arbeit im Gesundheitswesen benötigen. Der Ausbildungsstart begann mit einem gemeinsamen Einführungstag. Dabei lernten die Auszubildenden die Strukturen und Arbeitsbereiche der St. Elisabeth Gruppe kennen. Ergänzend erhielten sie erste praktische Hilfestellungen für ihren Berufsalltag: EDV-Schulungen, Kommunikationstrainings und jede Menge Tipps für einen gelungenen Einstieg.

„Wir wünschen den neuen Auszubildenden einen gelungenen Start ins Berufsleben“, so Dr. Sabine Edlinger, Geschäftsführerin der St. Elisabeth Gruppe.



Am 1. August haben 29 Auszubildende in nicht-pflegerischen Berufen ihre Karriere in der St. Elisabeth Gruppe gestartet.

Teilnehmende schließen Fachweiterbildungen erfolgreich ab:

Erweiterte Kompetenz für hochkomplexe Pflegesituationen

Mit der feierlichen Zeugnisübergabe haben 17 Teilnehmende die Weiterbildungen Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie sowie 8 Teilnehmende die Weiterbildung Pädiatrische Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie am Campus der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr erfolgreich abgeschlossen. Mit ihren neuen Qualifikationen sind sie nun bestens für die pflegerische Arbeit auf der (Kinder-)Intensivstation sowie in der (Kinder-)Anästhesie gerüstet.

Die Versorgung von Intensivpatienten – egal ob groß oder klein – erfordert eine besondere Pflegekompetenz. Die Pflegefachkräfte benötigen spezielles Wissen für die Versorgung der Patienten. Aber auch der Umgang mit Patienten und ihren Angehörigen in Krisensituationen gehören dazu. Darüber hinaus lernten die Teilnehmenden in hochkomplexen Pflegesituationen selbstständig zu handeln und professionelle Entscheidungen zu treffen – z. B. bei Patienten mit Atembeeinträchtigungen oder Herz-Kreislaufproblemen.

„Wer in der Intensiv- und Anästhesiepflege arbeitet, übernimmt täglich besondere Verantwortung für Menschen in Ausnahmesituationen. Die Fachweiterbildungen Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie sowie Pädiatrische Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie geben den Teilnehmenden alles Wichtige dafür an die Hand“, so Daniel Donner, Leiter des Bil-

dungszentrum Ruhr. Voraussetzung für die Fachweiterbildungen sind eine abgeschlossene pflegerische Ausbildung sowie mindestens sechs Monate Be-

rufserfahrung in der (pädiatrischen) Intensivpflege oder der Anästhesiepflege.

„Die Teilnehmenden beider

Fachweiterbildungen haben die umfangreichen Theorie- und Praxiseinheiten mit viel Engagement gemeistert“, lobt Lehrangestellte Jutta Steimer.



Insgesamt 25 Teilnehmende haben die Weiterbildungen Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie bzw. Pädiatrische Intensivpflege und Pflege in der Anästhesie abgeschlossen.

Ausbildungsbeginn in der St. Elisabeth Gruppe:

19 neue Operationstechnische Assistenten starten am Campus

Insgesamt 19 angehende Operationstechnische Assistentinnen und Assistenten (OTA) haben am 3. August 2026 ihre Ausbildung begonnen. Am Campus der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr erwerben sie in den kommenden drei Jahren das Fachwissen und die praktischen Fähigkeiten, die für die Arbeit im OP erforderlich sind.

Operationstechnische Assistenten, kurz OTA, unterstützen das ärztliche Team bei Eingriffen im OP, in der Endoskopie oder in der Notaufnahme. Sie übernehmen vielfältige Aufgaben, die vor, während und nach Operationen notwendig sind. Sie stellen Instrumente, Materialien und technische Geräte bereit und achten darauf, dass alle hygienischen und organisatorischen Abläufe reibungslos funktionieren.

Die St. Elisabeth Gruppe bietet mehrmals jährlich die Möglichkeit eine Ausbildung als Operationstechnischer Assistent zu beginnen. Die dreijährige Ausbildung verbindet theoretischen Unterricht am Campus in Herne mit umfangreichen Praxiseinsätzen in den Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe. Neben medizinischem Fachwissen erwerben die Auszubildenden Kenntnisse in Hygiene, Patientenbetreuung



Neue angehende Operationstechnische Assistentinnen und Assistenten freuen sich auf die kommenden drei Ausbildungsjahre am Campus der St. Elisabeth Gruppe.

und der Koordination von Abläufen vor, während und nach der OP. So werden sie umfassend auf die vielfältigen Anforderungen ihres späteren Berufs vorbereitet.

„Gut ausgebildete Fachkräfte im Operationsdienst sind unverzichtbar“, erklärt Sabine Dreßler, Leitung der Schule für Berufe im Operationsdienst am Campus der St. Elisabeth Grup-

pe. „Deshalb legen wir großen Wert darauf, unseren Auszubildenden von Beginn an eine enge Begleitung und praxisnahe Ausbildung zu bieten.“



Erste Schritte in die Pflege:

FSJler und Jahrespraktikanten starten in der St. Elisabeth Gruppe

17 junge Menschen haben am 3. August 2026 ihr Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) oder ihr Jahrespraktikum im Rahmen der Fachoberschule (FOS) bei der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr begonnen. In den kommenden zwölf Monaten erhalten sie umfassende Einblicke in den Pflegealltag und lernen die vielfältigen Aufgaben auf den Stationen und in den Einrichtungen der Gruppe kennen.

„Die Pflege ist ein Beruf mit Zukunft, der fachliche Kompetenz mit Menschlichkeit verbindet. Ein FSJ oder Jahrespraktikum bietet jungen Menschen die Chance, den Berufsalltag unmittelbar mitzuerleben und herauszufinden, ob dieser Weg zu ihnen passt“, erklärt Marion Schmitz, Gesamtpflegedienstleitung der St. Elisabeth Gruppe. „Gleichzeitig möchten wir zeigen, wie vielseitig die Pflege ist und welche beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten es gibt.“

Während ihres Freiwilligen Sozialen Jahres unterstützen die Teilnehmenden die Pflegeteams in den Krankenhäusern und Altenpflegeeinrichtungen der St. Elisabeth Gruppe. Sie übernehmen einfache pflegerische Tätigkeiten, begleiten Patienten im Alltag und gewinnen einen realistischen Eindruck von den Abläufen auf den Stationen. Die FOS-Praktikanten absolvieren ihr Jahrespraktikum ebenfalls auf pflegerischen Stationen der Krankenhäuser und sammeln dort wertvolle praktische Erfahrungen.

Für viele ist das FSJ oder Jahrespraktikum der erste Schritt in eine berufliche Zukunft in der Pflege. Neben ersten pflegefachlichen Kenntnissen erwerben die Teilnehmenden wichtige soziale und persönliche Kompetenzen wie Teamfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Ausdauer. Während ihres Einsatzes werden sie eng von erfahrenen Mitarbeitern begleitet und durch regelmäßige Reflexionsgespräche in ihrer fachlichen

und persönlichen Entwicklung unterstützt. Nicht selten entscheiden sich ehemalige FSJler oder Jahrespraktikanten im Anschluss für eine Ausbildung oder ein Studium im Gesundheitswesen. Die St. Elisabeth Gruppe bietet hierfür vielfältige Perspektiven und begleitet ihren pflegerischen Nachwuchs von den ersten Praxiserfahrungen bis hin zu zahlreichen Weiterbildungs- und Entwicklungsmöglichkeiten.



Die neuen FSKler und Jahrespraktikanten der St. Elisabeth Gruppe

Gelebte Nachhaltigkeit im Krankenhaus:

St. Elisabeth Gruppe erneut mit EMAS-Zertifikat ausgezeichnet

Nachhaltigkeit ist längst ein fester Bestandteil des Klinikalltags der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr. Mit der erfolgreichen Rezertifizierung nach dem europäischen Umweltmanagementsystem EMAS (Eco-Management and Audit Scheme) bestätigt die Krankenhausgruppe ihr kontinuierliches Engagement für einen verantwortungsvollen Umgang mit Ressourcen und den Schutz der Umwelt.

Das EMAS-Zertifikat gilt als das anspruchsvollste Umweltmanagementzertifikat der Europäischen Union. Es zeichnet Organisationen aus, die ihre Umweltleistung systematisch erfassen, kontinuierlich verbessern und dabei über die gesetzlichen Anforderungen hinausgehen. Im Mittelpunkt stehen transparente Prozesse, konkrete Umweltziele und eine nachhaltige Unternehmensentwicklung.

Nachhaltigkeit in allen Bereichen

Im Rahmen der Rezertifizierung wurden zahlreiche Abläufe innerhalb der St. Elisabeth Gruppe analysiert und bewertet. Untersucht wurden unter anderem die Energieversorgung, die Lagerung von Gefahrstoffen sowie Maßnahmen zur Vermeidung von Speiseresten. Durch eine Prozessumstellung bei Sammlung und Entsorgung konnte das Müllaufkommen deutlich reduziert werden. In den Zertifizierungsprozess eingebunden waren die fünf Krankenhäuser der St. Elisabeth Gruppe – darunter das St. Anna Hospital Herne, das Marien Hospital Herne – Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

und das Marien Hospital Witten – sowie gruppenübergreifende Einrichtungen wie die Apotheke.

„Ob in der OP-Versorgung, bei der Wäsche oder in der Küche, überall finden wir Möglichkeiten, Ressourcen zu sparen und nachhaltiger zu handeln. Die EMAS-Zertifizierung bestätigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind und motiviert uns, diesen konsequent weiterzugehen“, so Björn Bittorf, Gesamtleitung Technik und zertifizierter Klimaschutzmanager der St. Elisabeth Gruppe.

Zahlreiche Maßnahmen bereits umgesetzt

Die St. Elisabeth Gruppe setzt seit Jahren auf konkrete Maßnahmen zur Verbesserung ihrer Umweltbilanz.

Dazu zählt unter anderem der Einsatz moderner LED-Beleuchtung, Photovoltaikanlagen, E-Fahrzeuge, eine verbesserte Wärmedämmung sowie die Nutzung umweltfreundlicher Fernwärme. Auch im Bereich der Verpflegung spielt Nachhaltigkeit eine wichtige Rolle: Nicht ausgegebene Mahlzeiten können von Mitarbeitenden über die „ResQBox“ mitgenommen werden.



Björn Bittorf (r.), Gesamtleitung Technik und Klimaschutzmanager, und **Janis Berse** (l.), Umweltmanager, setzen seit Jahren auf konkrete Maßnahmen zur Verbesserung der Umweltbilanz der St. Elisabeth Gruppe.

Gemeinsames Engagement als Erfolgsfaktor

Die erfolgreiche EMAS-Rezertifizierung ist das Ergebnis eines intensiven und bereichsübergreifenden Prozesses. Zahlreiche Mitarbeitende haben den Weg mit ihren Ideen und ihrem Engagement unterstützt. Koordiniert und maßgeblich vorangetrieben wurde der Zertifizierungsprozess von Björn Bittorf sowie Janis Berse, Umweltma-

nager der St. Elisabeth Gruppe. „Wir alle tragen Verantwortung – nicht nur für die Menschen, die wir behandeln und pflegen, sondern auch für die Welt, in der wir leben“, sagt Dr. Sabine Edlinger, Geschäftsführerin der St. Elisabeth Gruppe. „Die erneute Auszeichnung macht uns stolz. Sie ist ein Zeichen dafür, dass Umweltschutz bei uns keine Pflichtübung ist, sondern gelebte Überzeugung.“

Was Sie schon immer über Urologie wissen wollten...:

Nächste Ambulanz-Führung ist am 12. November

Das Interesse an urologischen Informationen aus erster Hand ist ungebrochen groß. Insofern ist die im zweimonatigen Turnus stattfindende Führung durch die Urologische Ambulanz am Ev. Krankenhaus Witten ein Dauerbrenner. Eine solche medizinische Infoveranstaltung sucht ihresgleichen. Am Donnerstag, 12. November, ist es wieder soweit. Dann laden Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann und sein Team zur nächsten Führung ein.

Die Themen wechseln nicht, außer wenn neue urologische Verfahrensweisen oder auch Hightech-Instrumente ihre Vorgänger ablösen. Wie die moderne Urologie die unterschiedlichsten Krankheitsbilder dieses Bereiches angeht, erfahren die Besucher aus erster Hand. Da geht es z. B. um die OP im 3-D-Verfahren. Mit den entspre-

chenden Gerätschaften können sich Besucher unter fachmännischer Anleitung selbst als Operateure versuchen, natürlich an einem Modell, was zumeist ein Pappkarton ist. Das tut dem beeindruckenden Effekt aber keinen Abbruch.

Ähnlich ist es bei der Therapie der gutartigen Prostatavergrößerung mittels grünem Laser-

Licht, also mit dem Greenlight-Laser. Hierfür gibt es sogar ein Simulationsgerät, bei dem die Arbeit mit dem Grünlicht-Laser wie ein Video-Spiel anmutet. Es demonstriert zugleich eindrucksvoll, warum dieses Verfahren als das zurzeit schonendste bei der Behandlung dieser Krankheit gilt.

Doch es werden natürlich noch

viele weitere urologische Themen angesprochen, und die Besucher haben auch die Möglichkeit, ihre persönlichen Fragen an die Experten zu richten.

Treffpunkt zur Führung ist am Donnerstag, 12. November, um 17 Uhr im 1. OG des Ev. Krankenhauses Witten. Die Teilnahme ist kostenlos, eine vorherige Anmeldung ist nicht nötig.

22 Auszubildende beginnen ihre Ausbildung zur Anästhesietechnischen Assistenz bei der St. Elisabeth Gruppe

22 angehende Anästhesietechnische Assistenten haben am 3. August 2026 ihre Ausbildung am Campus der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr in Herne begonnen. In den kommenden drei Jahren werden sie umfassend auf ihre Aufgaben rund um die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Narkosen vorbereitet.

Die Ausbildung verbindet theoretischen Unterricht am Campus in Herne mit vielfältigen praktischen Einsätzen in den Einrichtungen der St. Elisabeth Gruppe und bei Kooperationspartnern. Im Unterricht erwerben die Auszubildenden unter anderem Kenntnisse in den Bereichen Anästhesie, Anatomie und Arzneimittellehre. Darüber hinaus werden kommunikative und organisatorische Kompetenzen vermittelt, die für die Zusammenarbeit im OP-Team von besonderer Bedeutung sind.

Vielfältige Einblicke in medizinische Einsatzbereiche

Während der praktischen Ausbildungsabschnitte lernen die angehenden Anästhesietechnischen Assistenten (ATA) unterschiedliche Einsatzbereiche kennen. Dazu gehören unter anderem die Anästhesieabteilungen und Operationssäle, die Aufwacheinheiten, die Notaufnahmen sowie weitere diagnostische und therapeutische Funktionsbereiche. Dort begleiten sie Patienten vor, während und nach operativen Eingriffen, bereiten Narkoseverfahren und medizinische Geräte vor und unterstützen bei der Überwa-



22 Auszubildende haben am Campus der St. Elisabeth Gruppe in Herne ihre dreijährige Ausbildung zur Anästhesietechnischen Assistenz begonnen. Das Bild zeigt 18 von ihnen.

chung lebenswichtiger Körperfunktionen.

Gut vorbereitet auf den Berufseinstieg

„Durch die enge Verbindung von Theorie und Praxis erwerben die Auszubildenden Schritt für Schritt das medizinische Fachwissen und die Sicherheit,

die sie für ihren späteren Berufsalltag benötigen“, erklärt Sabine Dreßler, Leitung der Pflegeschule und Schule für Berufe im Operationsdienst der St. Elisabeth Gruppe.

Nach dem Abschluss bieten sich gute berufliche Perspektiven sowie verschiedene Möglichkei-

ten zur Weiterbildung und Spezialisierung.

Informationen zur Ausbildung

Weitere Informationen zur ATA-Ausbildung und zu den Bewerbungsmöglichkeiten sind im Jobportal der St. Elisabeth Gruppe unter www.elisabeth-gruppe.de/jobportal zu finden.

GKV-Beitragsstabilisierungsgesetz:

Festzuschuss für Zahnersatz sinkt von 60 auf 50 Prozent

Der Bundestag hat im Juli 2026 das GKV-Beitragsstabilisierungsgesetz beschlossen. Ab dem 1. Januar 2027 sinkt der Festzuschuss der gesetzlichen Krankenversicherung für Zahnersatz von 60 auf 50 Prozent der Regelversorgung. Für Millionen Versicherte bedeutet das: Kronen, Brücken und Prothesen werden spürbar teurer. Wer sich noch 2026 behandeln lässt, sichert sich die aktuellen, höheren Zuschüsse. Darauf weist die Initiative proDente e. V. hin. Sie führt weiter aus:

Auch die Bonusregelung für Versicherte mit lückenlosem Vorsorge-Nachweis sinkt um zehn Prozentpunkte. Die Folge: höhere Eigenanteile – selbst bei medizinisch notwendiger Standardversorgung. Ein Beispiel: Für eine Metallbrücke als Regelversorgung zahlt die Krankenkasse 2026 rund 553 Euro Zuschuss. Ab 2027 sind es nur noch etwa 461 Euro. Wer sich für keramischen Zahnersatz oder ein Implantat entscheidet, trägt die Mehrkosten ohnehin schon selbst – die Finanzierungslücke wächst hier zusätzlich.

Prävention ist der beste Schutz vor steigenden Kosten

„Die Kürzung zeigt deutlich: Regelmäßige Vorsorge schützt nicht nur die Zähne, sondern auch den Geldbeutel. Prävention ist die beste Antwort auf steigende Eigenanteile“, sagt Dr. Romy Ermler, Präsidentin der Bundeszahnärztekammer und Vorstandsvorsitzen-

de der Initiative proDente e. V.

So vermeiden Betroffene die Mehrkosten

Bis zum 31. Dezember 2026 gelten noch die aktuellen, höheren Zuschüsse. proDente empfiehlt allen, bei denen absehbar Zahnersatz notwendig wird:

Frühzeitig einen Beratungstermin beim Zahnarzt vereinbaren – Planung und Bewilligung durch die Krankenkasse brauchen Zeit. Das Bonusheft im Blick behalten: Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen erhöhen weiterhin den Zuschuss und senken den Eigenanteil.

Für Versicherte mit geringem Einkommen bleibt die Härtefallregelung nach aktuellem Stand unverändert bestehen – sie erhalten die Regelversorgung weiterhin vollständig erstattet.

Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke:

Fachbereich Innere Medizin hat neuen Chefarzt

Das Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke hat im Rahmen eines medizinischen Symposiums den neuen Chefarzt der Inneren Medizin vorgestellt: Ismet Önal. Sein Vorgänger und künftiger Kollege Dr. med. Jakob Gruber bleibt dem Krankenhaus als leitender Oberarzt sowie als ärztlicher Leiter des Medizinischen Versorgungszentrums (MVZ) erhalten.

„Zunehmend machen klare Strukturvorgaben und spezialisierte Versorgungsanforderungen strategische Anpassungen erforderlich“, betonte GKH-Geschäftsführer Christian Klodwig in seiner Begrüßungsrede und erklärte: „Für unsere Innere Medizin bedeutet das, die akutmedizinische Versorgung, die Notfallmedizin und insbesondere die interventionelle Kardiologie langfristig sicher und zukunftsfähig aufzustellen.“ Dafür habe Dr. Gruber den Weg bereitet und nun, aus Liebe zum Haus, den Raum gegeben, den es für einen weiteren entscheidenden Entwicklungsschritt brauche. „Das verdient unseren höchsten Respekt“, so Klodwig.

Im Rahmen des Symposiums stellte Ismet Önal seine fachlichen Schwerpunkte vor und gab einen Ausblick auf die künftige

Entwicklung der Abteilung. „Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit dem Team und auf die neue Aufgabe in Herdecke“, sagte der Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie. „Das GKH steht für eine Medizin auf Augenhöhe, die den Menschen und sein individuelles Schicksal in den Mittelpunkt stellt. Diesen Anspruch möchte ich gemeinsam mit meinen neuen Kolleginnen und Kollegen weiter stärken.“ Ismet Önal bringt langjährige Erfahrung in der Inneren Medizin und Kardiologie mit und war zuletzt als Abteilungsleiter Interventionelle Kardiologie am Evangelischen Krankenhaus Castrop-Rauxel tätig. Zuvor arbeitete er als Oberarzt unter anderem am Marienhospital Herne und am Knappschaftskrankenhaus Dortmund. Seine fachlichen Schwerpunkte liegen insbesondere in

der kardiologischen Diagnostik und interventionellen Therapie sowie in der akutmedizinischen Versorgung. Zudem verfügt er über die Zusatzbezeichnungen Notfallmedizin, Intensivmedizin und Sportmedizin.

Mit der neuen chefarztlichen Leitung möchte das GKH die Qualität der medizinischen Versorgung auch langfristig sichern und die Zusammenarbeit innerhalb des Krankenhauses sowie mit niedergelassenen Ärzt*innen und weiteren Partner*innen in der Region stärken. „Herr Dr. Gruber hat die Abteilung über viele Jahre mit großem Engagement geprägt, erfolgreich geleitet und fachlich positioniert. Dafür sind wir ihm sehr dankbar“, hieß es seitens der Unternehmensleitung. „Mit Herrn Önal übernimmt nun ein ebenfalls sehr

erfahrener Mediziner, der die erfolgreiche Arbeit fortführen und gemeinsam mit Dr. Gruber und seinem Team neue Impulse setzen wird. So verbinden wir Kontinuität und Weiterentwicklung.“



Ismet Önal übernahm die Leitung der Fachabteilung Innere Medizin am GKH.

Hilfsmittel-Reform verfehlt ihr Ziel:

Viele Familien kämpfen weiter um Rollstühle und Orthesen für ihre Kinder

Ein Rollstuhl, eine Orthese oder eine Kommunikationshilfe entscheiden oft darüber, ob ein Kind mit Behinderung am Alltag teilhaben kann oder nicht. Genau deshalb sollte eine Gesetzesänderung die Hilfsmittelversorgung beschleunigen. Seit Februar 2025 sollen Krankenkassen bei Verordnungen aus Sozialpädiatrischen Zentren auf zusätzliche Prüfungen weitgehend verzichten. So wollte der Gesetzgeber Doppelprüfungen vermeiden, Verfahren beschleunigen und Familien entlasten. Doch 1,5 Jahre später zeigt eine Studie der Universität Witten/Herdecke (UW/H): Dieses Ziel wurde bislang kaum erreicht.

Drei von vier befragten Eltern sehen durch die Reform keine Verbesserung der Hilfsmittelversorgung. Nur wenige berichten von schnelleren Genehmigungsverfahren. Gleichzeitig empfindet mehr als die Hälfte der Familien den Antragsprozess weiterhin als stark belastend. Rund drei Viertel organisieren Anträge selbst, verfolgen den Bearbeitungsstand nach oder legen Widerspruch ein. Ein Teil der übrigen Familien wird dabei von Sozialpädiatrischen Zentren (SPZ) unterstützt, die den Austausch mit den Krankenkassen übernehmen oder Widersprüche formulieren. Einige verzichten sogar darauf, notwendige Hilfsmittel zu beantragen, weil sie den bürokratischen Aufwand nicht mehr bewältigen können.

Die Reform scheitert bislang an der Umsetzung

Für die Studie haben Prof. Dr. Peter Borsiak, Professor am Lehrstuhl für Pädiatrie an der UW/H, und Fleming Cajé, Student

der Humanmedizin der UW/H, Mitarbeiter*innen aus Sozialpädiatrischen Zentren, Eltern sowie weitere Beteiligte des Versorgungssystems befragt. Das Ergebnis: Nicht die Reform selbst bremst die Versorgung aus, sondern ihre Umsetzung. Kommunikationsprobleme, bürokratische Hürden und unklare Zuständigkeiten verhindern häufig, dass die gesetzlich vorgesehene Beschleunigung bei den Familien ankommt.

„Die Versorgung darf nicht davon abhängen, wie hartnäckig Eltern für ihr Kind kämpfen können“, sagt Borsiak. „Hilfsmittel schaffen Teilhabe. Deshalb müssen sie dort ankommen, wo sie gebraucht werden – ohne monatelange Verfahren.“

Bessere Kommunikation statt neuer Regeln

Die Forschenden sehen die Ursachen nicht bei einem einzelnen Akteur. Vielmehr bremsen mehrere Probleme die Versorgung gleichzeitig. Verordnungen aus Sozialpädi-

atrischen Zentren sind für Krankenkassen oft nicht eindeutig erkennbar. Es herrscht vielfach Unsicherheit darüber, wie die neue gesetzliche Regelung in der Praxis anzuwenden ist.

Hinzu kommen aufwendige Genehmigungsverfahren, fehlende Digitalisierung und personelle Engpässe in der Hilfsmittelversorgung. Auch die Zusammenarbeit zwischen Sozialpädiatrischen Zentren, Krankenkassen und weiteren Beteiligten verläuft vielerorts nicht reibungslos.

Die Forschenden empfehlen, Mitarbeiter*innen der Krankenkassen flächendeckend über die neue Rechtslage zu informieren, Verordnungen aus Sozialpädiatrischen Zentren eindeutig zu kennzeichnen und feste Ansprechpersonen für die Hilfsmittelversorgung von Kindern und Jugendlichen einzurichten. Außerdem sollte das Bundesgesundheitsministerium die gesetzliche Regelung weiter präzisieren, damit sie bundesweit einheitlich umgesetzt wird.

Regierungspräsident Böckelühr übergibt Zuwendungsbescheid:

Kulturforum erhält 6,3 Mio. Euro für Saalbau-Sanierung

Der Saalbau Witten wird energetisch instandgesetzt: Das Kulturforum Witten erhält dafür 6,3 Millionen Euro aus dem Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE) und investiert so in die Zukunft des Kulturgebäudes.

Regierungspräsident Heinrich Böckelühr übergab den Zuwendungsbescheid für die EFRE-Förderung „Energieeffizienter Saalbau“ am Mittwoch, 2. September, offiziell an das Kulturforum Witten. Die Übergabe fand im Saalbau gemeinsam mit Vertreterinnen und Vertreter der Stadt und dem am Projekt beteiligten Teams statt. Insgesamt investiert das Kulturforum rund acht Millionen Euro netto in die Kernmaßnahmen. Primärenergiebedarf und CO₂-Emissionen des mehr als 50 Jahre alten Gebäudes sollen damit deutlich sinken.

Rund 70.000 Menschen

besuchen jährlich den Saalbau
Der Saalbau Witten ist eine baukulturelle Schönheit der 1970er-Jahre – mit seinen verspringenden geometrischen Formen, einem einladenden Foyer, mehreren Veranstaltungssälen und vor allem dem holzgetäfelten Theatersaal mit 792 Sitzplätzen. Rund 70.000 Menschen besuchen den Saalbau jährlich – für Theater und Konzerte, Workshops, Ausstellungen, Performances oder als Teil des eigenen Stadtensembles Ensemble_X. Der 1975 nach Plänen des Architekten Rolf Günther Neuhaus errichtete Saalbau ist bis heute einer der wichtigsten Kulturbauten der Region.

Umfassende Instandsetzungsmaßnahmen notwendig

Dass der Saalbau mittlerweile mehr als 50 Jahre alt ist, macht sich insbesondere an den technischen Anlagen bemerkbar. Auch der Energieverbrauch ist

hoch. Um diesen lebendigen Kultur- und Begegnungsort langfristig zu erhalten, sind umfassende Instandsetzungsmaßnahmen notwendig.

Für die Sanierung hatte das Kulturforum Witten, zu dem der Saalbau gehört, 2025 Fördermittel aus dem EFRE-Programm „Energieeffiziente öffentliche Gebäude“ beantragt. Im Juli 2026 wurde der Antrag bewilligt. Der Verwaltungsvorstand der Stadt Witten entschied sich nach eingehender Prüfung der Umsetzbarkeit für die Realisierung des Projekts.

Kulturbau wird grundlegend für die Zukunft aufgestellt

„Die Förderung gibt uns die Möglichkeit, eine der wichtigsten Kulturbauten der Region grundlegend für die Zukunft aufzustellen. Für uns bedeutet die Transformation öffentlicher Kulturinstitutionen auch, Verantwortung für ihre bauliche und ökologische Zukunft zu übernehmen. Mit dieser Investition erhalten wir den Saalbau nicht nur, sondern entwickeln ihn als zentralen Kultur- und Begegnungsort für Witten und die Region für die kommenden Jahrzehnte weiter“, sagt Jasmin Vogel, Vorständin des Kulturforum Witten AöR.

Sanierung von großer kulturpolitischer Bedeutung

Auch für die Stadt Witten ist die Sanierung des Saalbaus von großer kulturpolitischer Bedeutung. „Der Saalbau ist seit mehr als 50 Jahren ein zentraler Ort des kulturellen und gesellschaftlichen Lebens in Witten. Mit der Förderung schaffen wir

die Grundlage dafür, diesen wichtigen Teil unserer kulturellen Infrastruktur langfristig zu sichern und zugleich nachhaltig weiterzuentwickeln. Das ist eine Investition in die Zukunft unserer Stadt und in die kulturelle Teilhabe der Menschen, die hier leben“, sagt Dirk Leistner, Bürgermeister und Kulturdezernent der Stadt Witten.

Kultur wichtiger Bestandteil des sozialen Lebens

Regierungspräsident Heinrich Böckelühr betont: „Kultur ist ein wichtiger Teil des sozialen Lebens. Dass Sie hier in Witten seit den 1970er Jahren einen so vielseitig nutzbaren Ort dafür haben, ist nicht selbstverständlich. Umso wichtiger ist es, einen solchen Ort zu erhalten, zu pflegen und zu sanieren, damit auch noch viele weitere Generationen von den Angeboten profitieren können. Räume wie dieser sind unverzichtbar für eine Gesellschaft und sollten als verbindendes Element nicht unterschätzt werden.“

Saalbau als niedrigschwelliger Kultur- und Begegnungsort

Wie sich dieser Anspruch in der konkreten Arbeit des Saalbaus übersetzt, zeigt sich auch in dessen programmatischer Ausrichtung. „Für uns ist das ein wichtiger Schritt, um den Saalbau langfristig als niedrigschwelligen, demokratischen Kultur- und Begegnungsort für die Menschen in Witten und Umgebung zu erhalten“, sagt Joscha Denzel, künstlerischer Leiter des Saalbau Witten, der die Antragstellung gemeinsam mit dem Team des Kulturforum

Witten verantwortet hat. „Wir setzen im Saalbau-Programm immer wieder Schwerpunkte bei gesellschaftlichen Themen, etwa mit unserem Nachhaltigkeitstag. Da ist es besonders wichtig, nicht nur zu reden, sondern auch zu machen und selbst einen konkreten Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.“

Ziel ist es, den Primärenergiebedarf des Gebäudes um 50 Prozent und die CO₂-Emissionen um 40 Prozent zu senken.

Diese Maßnahmen sind geplant

- **Fassade und Dämmung:** Die Gebäudehülle wird gedämmt – die architektonische Identität des Saalbaus bleibt durch eine passgenaue Gestaltung erhalten.
- **Fenster und Lichtkuppeln:** Ineffiziente Fenster und Lichtkuppeln, darunter die großen Glasfronten im Eingangsbereich, werden durch energieeffiziente Elemente ersetzt.
- **Heizung:** Die alten Brennkessel werden durch Wärmepumpen ersetzt. Durch Ökostrom der Stadtwerke Witten erfolgt die Wärmeerzeugung künftig vollständig aus erneuerbaren Energien.
- **Lüftung:** Die Lüftungsanlage wird zunächst durch notwendige Reparaturen betriebsfähig gehalten; eine vollständige Erneuerung ist für eine spätere Projektphase vorgesehen.

Die Gesamtkosten der Kernmaßnahmen liegen bei rund acht Millionen Euro netto, die EFRE-Förderung beträgt 6,3 Millionen Euro.

WITTEN transparent

Redaktionsschluss für die Ausgabe Oktober 2026 ist am Donnerstag, 8. Oktober 2026.



**MEHR ALS ENERGIE
FÜR WITTEN.**

Natürlich.



GEMEINSAM STARK!

Witten liegt uns am Herzen: Mit unserem regionalen Engagement fördern wir Kultur, Sport, Soziales & Nachhaltigkeit in der Stadt.

Medizin konkret

2. Halbjahr 2026

Vortragsreihe für Patient*innen,
Angehörige und Besucher*innen



23. September 2026
17 Uhr

Hernien verstehen und behandeln – Moderne Operationsverfahren im Überblick

Matthias Blase, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie, EvK Witten

Dr. Thulasi Kirupanathan, Oberärztin, EvK Witten



14. Oktober 2026
17 Uhr

Depression im Alter – Wenn die Seele aus dem Gleichgewicht gerät

Stephan Ziemke, Chefarzt der Geriatrie, EvK Witten



25. November 2026
17 Uhr

Gesunde Knochen dank Vitamin D und Kalzium

Matthias Blase, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie, EvK Witten

Katia José, Ernährungsberaterin, EvK Witten



Seminarzentrum des EvK Witten
Pferdebachstraße 27, 58455 Witten



Besucher*innen der Veranstaltungsreihe
parken kostenlos im Parkhaus des EvK



**Evangelischer Verbund
Augusta Ruhr**

**Ev. Krankenhaus
Witten**

