

AUSGABE
HERBST 2009



Klinikum Duisburg

stipp

Visite

INFOS UND UNTERHALTUNG



SEITE 5

Tag der offenen Tür
im Klinikum Duisburg



SEITE 12

„Update Hämatologie/
Onkologie“



SEITE 16

Welchen Einfluss hat
Fernsehen auf Kinder?



Ihr persönliches Exemplar

Impressum

Herausgeber:

Klinikum Duisburg GmbH,
Kaufmännische Direktion Claudia Scherrer,
Zu den Rehwiesen 9, 47055 Duisburg
Tel.: (02 03) 7 33-0
E-Mail: info@klinikum-duisburg.de und
Juwi MacMillan Group GmbH
Bockhorn 1, 29664 Walsrode
Tel. (0 51 62) 98 15-0
E-Mail: info@juwimm.com

Redaktion und Konzept:

Juwi MacMillan Group GmbH
Tel. (0 51 62) 98 15-12

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:

Claudia Scherrer, Peter Jungblut-Wischmann

Redaktion Klinikum Duisburg:

Ute Kozber, Kirsten Quint

Redaktion:

Birgit Russell

Producer:

Juwi MacMillan Group GmbH, Heiko Kleinschmidt

Layout und Satz:

Juwi MacMillan Group GmbH, Heiko Kleinschmidt,
Christian König, Jessica Rodewald

Anzeigen:

Juwi MacMillan Group GmbH,
Jürgen Wolff, Tel. (0 51 62) 98 15-42
Jessica Rodewald, Tel. (0 51 62) 98 15-73

Fotos:

Juwi MacMillan Group GmbH,
Klinikum Duisburg

Titelfoto:

„Schnappschuss“ vom Tag der offenen Tür

Druck:

Sponholtz Druck, Hemmingen

Erscheinungsweise:

quartalsweise

Auflage StippVisite Duisburg:

5.500

Für den Inhalt der Anzeigen sind die Inserenten verantwortlich. Der Nachdruck der Beiträge dieser Ausgabe bedarf, auch auszugsweise, der ausdrücklichen Genehmigung der Herausgeber.

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen.

Inhaltsverzeichnis

Inhalt/Impressum	4
Tag der offenen Tür	5
Update Hämatologie/Onkologie	12
Einfluss des Fernsehens auf Kinder	16
Risikofaktor Bluthochdruck	20
Ihre Meinung ist uns wichtig	24
Pinnwand	25

www.klinikum-duisburg.de

Gesund werden – gesund bleiben

Neue Kursangebote

„Klinikum Vital“ bietet für das zweite Halbjahr 2009 circa 100 unterschiedliche Kursthemen für Kinder und Erwachsene in den Bereichen Gesundheit und Bewegung, Elternschule, Kinder Förder- und Beratungszentrum sowie Rehabilitationssport an. Darunter sind auch dieses Mal wieder zahlreiche neue Kursangebote zu finden, ebenso ein umfassendes Programmangebot für alle, die auch in den Sommerferien fit bleiben wollen. Die neuen Kursangebote umfassen vorwiegend den Bereich der Gesundheitsprävention und befassen sich mit den Schwerpunkten Entspannung („nur für mich“), Herz-Kreislauf-Training mit Abstimmung auf ausgewählte Altersgruppen, Ernährung in der Schwangerschaft („Essen für zwei“) sowie besondere Bewegungsangebote in den Sommerferien für Kinder, die zu Hause sind („Abenteurkiddies“, „Angsthase – Pfeffernase?“, „Selbstbewusst durch Bewegung“).

Machen Sie mit. Informationen und Anmeldung bei „Klinikum Vital“ des Klinikum Duisburg unter:
therapiezentrum@klinikum-duisburg.de
www.klinikum-duisburg.de



Ein Blick hinter die Kulissen

Tag der offenen Tür war ein großer Erfolg

Am 23. August 2009 öffnete das Klinikum Duisburg seine Türen und lud alle Bürgerinnen und Bürger aus Duisburg und Umgebung zu einem „Tag der offenen Tür“. Diese Möglichkeit, einen Blick „hinter die Kulissen eines großen und modernen Krankenhauses“ werfen zu können, wurde von vielen Besuchern mit großem Interesse genutzt.

Ein besonderes Highlight war das begehbare Modell eines Gehirns, das in der Neurologischen Frührehabilitation stand und viele Besucher anlockte.

Ebenso spannend war ein Blick in die Räume der Rechtsmedizin und deren Tätigkeit. Diese Szene-



Bereits zu Beginn herrschte großer Andrang in den Räumlichkeiten des Klinikums. Den Besuchern boten sich viele Stationen zum Anschauen, Nachfragen und Mitmachen. Ein besonderes Interesse galt den Operationssälen, in denen nicht nur modernste Operationstechniken erklärt und demon-



ri bieten sonst nur die vielen Krimis im Fernsehen. Ob rechtsmedizinische Tatort-ausrüstung oder zahnärztliche Identifizierungsmaßnahmen – Interessierte bekamen eine sehr gute Vorstellung über die detaillierten Untersuchungsmöglichkeiten an einer Leiche, deren Todesursache zweifelhaft ist. Denn das Ergebnis einer Obduktion führte schon so manchen Kriminalpolizisten auf die richtige Spur. Großer Andrang herrschte auch bei den Präsentationen von Organbefunden ausgewählter Erkrankungen.

sondriert wurden, sondern die großen und kleinen Besucher ihre eigene Geschicklichkeit im Umgang mit den Operationsinstrumenten ausprobieren konnten. Auf dem Programm standen Operationen an Kokosnüssen, Entnahme von Gummibärchen oder die Zerteilung einer Paprika. So erhielten die Besucher auf spielerische Weise einen Einblick in moderne Operationsverfahren der unterschiedlichen chirurgischen Fachabteilungen. Ebenso gaben Ärzte und Pflegekräfte der Anästhesie den Besuchern einen anschaulichen Überblick über das Thema Narkose und Schmerztherapie. In der sogenannten Zentralsterilisation konnten sich Interessierte von der Aufbereitungstechnik der Operationsinstrumente und deren Zusammenstellung überzeugen.

Im Mittelpunkt des Interesses standen aber nicht nur die spektakulären Themen, die Besucher zeigten ebenso großes Interesse an Informationen zum Leistungsspektrum der verschiedenen Fachbereiche. Besonders umfassend zeigte sich das Angebot



Fortsetzung auf S. 8



Fortsetzung von S. 5

der Geriatrie (Altersmedizin), einem Schwerpunkt, der immer mehr Bedeutung in der Gesundheitsversorgung erhält. In diesem Bereich konnten sich die Besucher zum Beispiel einen Überblick über die diagnostischen und therapeutischen Methoden verschaffen und erhielten ebenso Informationen zu Themen wie Sturzprophylaxe, Ernährung im Alter, Reisen im Alter sowie Wohnberatung. Zusätzlich konnte man mit Segway-Fahrzeugen innovative Fahrzeuglösungen für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen testen. Jeder, der wollte, konnte in den Alters-Simulations-Anzug schlüpfen und erleben, wie man in fünf Minuten mindestens 80 Jahre wird. Dieser speziell gefertigte Arbeits-Overall simuliert durch Bandagen und Gewichte altersentsprechende Einschränkungen und Reduzierungen in der Beweglichkeit. Unterstützt durch besondere Handschuhe, Ohrschützer und Brillen entsteht für den Nutzer ein unmittelbarer Eindruck der verbleibenden Sinesindrücke und Beweglichkeitsmöglichkeiten im Alter.



Auch rund um das Thema Geburt konnten sich interessierte Besucher einen umfassenden Überblick verschaffen. Wer die Geburtsräume inspizieren und Informationen über den Verlauf einer Geburt haben wollte, konnte seinen Wissensdurst oder den seines Nachwuchses hier stillen. Für Schwangere bestand das Angebot zum Ultraschall, vielleicht auch um das erwartete Baby einmal den zukünftigen

Großeltern vorzustellen. Eine besondere Attraktion war das Bauchpainting, bei dem Schwangere ihren Babybauch kunstvoll verschönern lassen konnten. Natürlich gab es – auch zum späteren Beweis – ein Foto zum Mitnehmen.

Viele Besucher nutzten in den verschiedenen Fachbereichen die unterschiedlichen Gesundheits-Check-Angebote, um ihr persönliches Risiko für Erkrankungen wie Herzinfarkt, Nierenerkrankungen, Diabetes oder Schlaganfall zu testen. Gleichzeitig standen in allen Bereichen kompetente Ansprechpartner zur Beantwortung von Fragen rund um die Prävention, Diagnostik und Therapie bereit. Wer aktiv sein wollte, hatte im Therapie- und Bewegungszentrum sowie im Therapiezentrum Convalesco Gelegenheit dazu. Die Mitmachangebote zu ausgewählten Themen waren ebenso gut nachgefragt wie die angebotenen Wellness-Massagen.

Für Kinder gab es einen Gesundheitsparcours, bei dem die kleinen Besucher ein umfassendes Programm absolvierten: Wiegen, Messen, Ultraschall, Lungenfunktionstest, Sinneswahrnehmung und ein Test mit verschiedenen Bewegungsangeboten. Alle kleinen Besucher waren mit Engagement bei der Sache und wurden anschließend mit Preisen im Rahmen einer Glücksrad-Aktion belohnt. Ebenso verzeichnete der Fußballparcours einen großen Zulauf; hier konnte man die Bälle mit nach Hause nehmen. Eine weitere Attraktion war das Gipsen für Kinder. Wann haben diese sonst schon mal die Gelegenheit, mit einem gesunden Gipsarm herumzulaufen?

Während des gesamten Tages „talkte“ der Radio-Duisburg-Moderator Guido





Jansen auf der Bühne mit Experten aus den unterschiedlichen Fachbereichen des Klinikum Duisburg. Im Mittelpunkt standen Themen wie Notfallmedizin, Rechtsmedizin, Therapie, Altersmedizin und ein Talk mit Oberbürgermeister Adolf Sauerland und dem Geschäftsführer Dr. Martin Windmann. Ein besonderer Anziehungspunkt war der Rettungshubschrauber Christoph 9, der zur Besichtigung bereitstand. Die Feuerwehr der Stadt Duisburg war mit dem Rettungsdienst und Löscheinheiten anwesend, das DRK präsentierte sich ebenfalls.

Für das leibliche Wohl der Besucher sorgte bestens das Küchenteam des Klinikum Duisburg. Neben internationaler Küche und Schaukochen wurden Bier vom Fass und erfrischende Cocktails angeboten. Musik mit jazzigen und südamerikanischen Rhythmen sorgte zusätzlich für gute Stimmung.

Das Rahmenprogramm für die Kinder war ebenfalls attraktiv. Die Polizei Duisburg bot eine Steckbriefaktion mit Foto und Fingerabdruck an. Zudem gab es attraktive Angebote wie Bungee-Trampolin, eine Kletterwand und eine Hüpfburg. Der Jonglier-Clown Ricardo Fumetti unterhielt die Kinder und deren Eltern in allen Bereichen.

Der „Tag der offenen Tür“ demonstrierte einmal mehr durch die hohe Besucherzahl, dass ein sehr großes Interesse an medizinischen Angeboten besteht und dass ein Blick hinter die Kulissen manche Berührungängste gegenüber einem eventuellen Krankenhausaufenthalt abzubauen hilft. Die beteiligten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus dem Klinikum Duisburg freuten sich über die positive Resonanz dieses besonderen Tages.



SANITÄTSHAUS H. Götzen KG



Krankenpflege zu Hause
Wir bieten Ihnen fachgerechte Beratung in allen technischen Fragen auch direkt vor Ort – bei Ihnen zu Hause.

- Rehabilitationshilfen, Krankenfahrstühle, Pflegebetten, Alltagshilfen
- Therapeutische Hilfsmittel, Antidekubitus-Systeme und med.-tech. Artikel
- Orthopädie-Technik, Prothesen, Orthesen in eigener Werkstatt
- Fußstützen, Bandagen und Kompressionsstrümpfe
- Stoma-Versorgung
- Sportbandagen
- Artikel für Mutter und Kind

Hauptgeschäft
Fischerstraße 69 · 47055 Duisburg (Wanheimerort)
Tel. 02 03/77 35 05 & 77 76 90 · 02 03/77 45 88

Lieferant aller Krankenkassen, der Bundesknappschaft und von Ämtern und Behörden.



Zehn Jahre Update Hämatologie/Onkologie in Duisburg

Experten diskutieren über neueste Entwicklungen
in der Therapie von Krebserkrankungen

Im Juni 2009 fand im Duisburger City-Palais zum 10. Mal und mit mehr als 1.250 teilnehmenden Ärzten die Fortbildungsveranstaltung „Update Hämatologie/Onkologie“ statt. Sie ist mittlerweile die zweitgrößte, jährlich stattfindende Veranstaltung zu Krebserkrankungen in Deutschland, in deren Rahmen die neuesten Studienergebnisse aus den letzten zwölf Monaten zusammengefasst und hinsichtlich ihrer praktischen Relevanz gewertet werden.

Diese Veranstaltungsreihe für Ärzte wurde von Prof. Dr. Stephan Petrasch, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin im Klinikum Duisburg, ins Leben gerufen und unter seiner wissenschaftlichen Leitung in den letzten Jahren auch in den Städten Dresden, München und Hamburg etabliert.

Das Thema der diesjährigen Fortbildung war die Individualisierung der Therapie; Krebs ist nicht gleich Krebs. So bietet sich zum Beispiel aufgrund

der unterschiedlichen Zelleigenschaften bei Patienten mit Dickdarmkrebs der Einsatz einer Immuntherapie oder einer Chemotherapie an. Bei manchen bösartigen Neubildungen des Magens kann, entsprechend den Eigenschaften der Zellen, sogar durch eine molekulare Therapie in Tablettenform eine Heilung erreicht werden. Diese molekulare Therapie ist erheblich nebenwirkungsärmer verglichen mit der traditionellen Chemotherapie.

Kursbegleitend erscheint jährlich ein Buch, das in einer Auflage von 4.000 Exemplaren im Buchhandel angeboten wird und auf großes Interesse der Ärzte stößt.

StippVisite erkundigte sich bei Prof. Dr. Stephan Petrasch, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin im Klinikum Duisburg, nach den neuesten Entwicklungen in der Therapie von Krebserkrankungen.

StippVisite: Was waren Ihre Ziele in Bezug auf die Ärztetagung?

Prof. Petrasch: Im Rahmen der Veranstaltung wurden von sieben ausgewiesenen Experten jeweils die verschiedenen Krebsarten besprochen. So war es beispielsweise meine Aufgabe, entsprechend der Schwerpunkt- ausrichtung am Klinikum Duisburg, die bösartigen Neubildungen im Magen-Darmtrakt zu besprechen. Dabei ist die Informationsfülle so groß, dass nur Publikationen diskutiert werden konnten, die zu einer unmittelbaren Änderung in der Diagnose oder Therapie führen. Die Daten mit anderen Krebspezialisten zu besprechen, beinhaltet eine große Verantwortung, ist aber auch eine schöne und befriedigende Aufgabe.

Ist Krebs heute heilbar?

Viele Krebserkrankungen sind heute heilbar. Dabei ist der Zeitpunkt der Diagnose ganz entscheidend. Je früher eine Krebserkrankung festgestellt wird, desto höher sind die Heilungsraten. Beim Brustkrebs liegen sie beispielsweise weit über 50 Prozent. Aber selbst, wenn schon Metastasen vorliegen, können manche Krebsarten noch geheilt werden.

Was hat sich in den letzten zwölf Monaten auf dem Gebiet der Krebsforschung geändert?

Die Therapie wird mehr und mehr individualisiert, Krebs ist nicht gleich Krebs. So können beispielsweise zwei Patienten mit Lungenkrebs vollkommen unterschiedlich behandelt werden, obwohl sie das gleiche Tumorstadium aufweisen. Beim Brustkrebs wird entsprechend der Eigenschaften der Zellen einer einzelnen Patientin eine unterschiedliche Therapie gewählt. Die Individualisierung der Therapie ist eine große Herausforderung für den Arzt. Deshalb sind Fortbildungsveranstaltungen wie Update Hämatolo-

gie/Onkologie so wichtig. So wird gewährleistet, dass jeweils nach dem neuesten Stand der Wissenschaft behandelt werden kann.

Wo liegt der Behandlungsschwerpunkt für Krebspatienten im Klinikum Duisburg?

Am Klinikum Duisburg sind das vor allem Krebserkrankungen im Magen-, Darm- und Bauchraum.

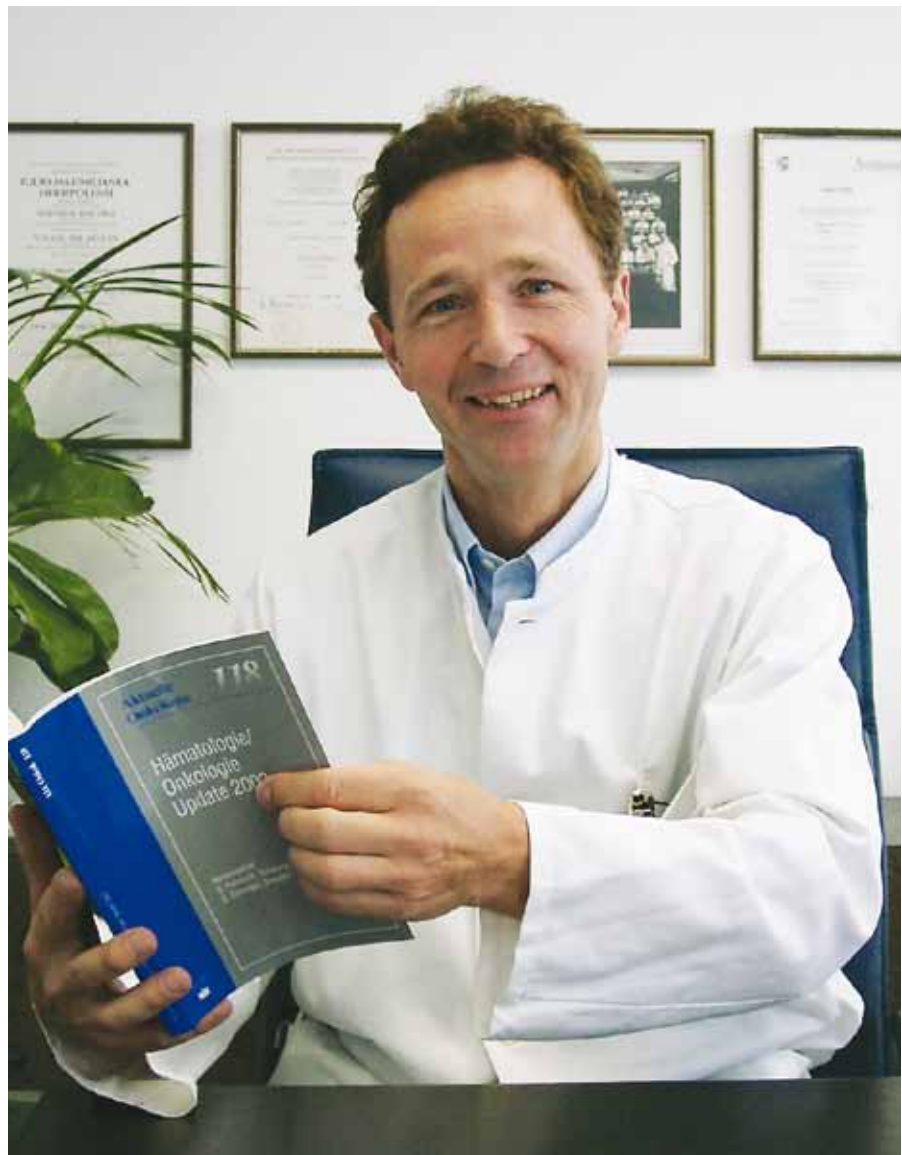
Kann durch Vorsorge eine höhere Heilungsrate erzielt werden?

Je früher eine Krebserkrankung erkannt wird, desto höher ist die Heilungschance. Vorsorgemaßnahmen

sind besonders wichtig bei Brustkrebs. Hier ist vor allem die monatliche Selbstuntersuchung der Frau eine der wesentlichen Maßnahmen. Darüber hinaus natürlich auch die regelmäßige Vorsorge beim Gynäkologen.

Zur Darmkrebsvorsorge sollten alle Bundesbürger, die älter als 55 Jahre sind, sich einer Dickdarmspiegelung unterziehen. Prostatakrebs kann frühzeitig durch Laboruntersuchungen entdeckt werden.

Herr Professor Petrasch, wir bedanken uns für das Interview.



Prof. Dr. Stephan Petrasch, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin im Klinikum Duisburg

Kinderfernsehen oder Fernsehkinder

Welchen Einfluss hat TV auf Kinder?

Kinder verbringen zunehmend mehr Zeit vor dem Fernseher. Der Fernseher hat in vielen Haushalten (Familien) einen festen Platz im Kinderzimmer und nimmt damit eine zentrale Rolle im Leben der Kinder ein. Der Fernseher wird zum Babysitter und gleichzeitig zum Unruhestifter. Die Folgen: Immer mehr Kinder im Vorschulalter zeigen Auffälligkeiten in der Entwicklung. Verzögerungen in der Sprachentwicklung, Störungen der Fein- oder Grobmotorik oder Übergewicht durch mangelnde Bewegung werden bei Kindern immer häufiger festgestellt. Zusätzlich steigt die Zahl der Kinder, die Schwierigkeiten in der Schule haben, ebenfalls stetig an.

Experten sehen durchaus einen Zusammenhang zwischen diesen Auffälligkeiten und der Steigerung des TV-Konsums unserer Kinder. Dass übermäßiger Fernsehkonsum zu Schulproblemen bei Kindern führen kann, wurde bereits in mehreren Studien belegt. Es gibt Indizien, dass Schulleistungen stärker vom TV-Konsum als vom sozialen Hintergrund der Familien abhängig sind. Je früher Kinder regelmäßig vor dem Fernseher sitzen, desto schlechter sind die späteren Schulleistungen und desto niedriger ist der Schulabschluss.

Eine Studie in den USA an 1.300 Grundschulern über sieben Jahre hat gezeigt: Mit steigendem TV-Konsum der Kleinkinder machten sich Unruhe und Unaufmerksamkeit bemerk-

bar. Die Untersuchung zeigt einen direkten Zusammenhang zwischen den Stunden, die Kleinkinder von ein bis drei Jahren fernsehen durften und ihrem späteren Verhalten in der Schule. Es traten Konzentrationsstörungen auf, und das Risiko, eine Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsstörung (ADHS) zu bekommen, stieg an. Der Studie zufolge wuchs das Risiko, an Aufmerksamkeitsstörungen zu leiden, mit jeder TV-Stunde um zehn Prozent. So sind Siebenjährige, die als Kleinkinder drei Stunden täglich vor dem Fernseher saßen, zu 30 Prozent mehr gefährdet, ein ADHS zu entwickeln.

Der Verband der Kinderärzte Amerikas empfiehlt deshalb den Eltern, Kinder unter zwei Jahren nicht vor dem Fernseher sitzen zu lassen und den TV-



Konsum vom dritten Lebensjahr an nur zeitlich begrenzt zu erlauben.

Wie lange sollten Kinder pro Tag fernsehen?

Ein generelles Fernsehverbot für Kinder ist nicht sinnvoll. Fernsehen macht Kindern Spaß und kann durchaus positiv sein. Es kommt auf das Maß an und wie mit dem Gesehenen umgegangen wird.

So sollten Kinder zwischen ein und zwei Jahren nicht mehr als 20 Minuten fernsehen. Kinder zwischen drei und fünf Jahren höchstens 30 Minuten, zwischen sechs- und neun Jahren 60 Minuten und ab zehn Jahren nicht länger als 90 Minuten.

„Zusätzlich zu diesen Richtwerten ist auch wichtig zu wissen, wie Kinder das Fernsehen überhaupt erleben“, sagt Dr. Claudio Finetti, Oberarzt der Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin am Klinikum Duisburg und fügt hinzu: „Bis zum dritten Lebensjahr können Kinder ein bewegtes Bild als Ganzes noch nicht erfassen. Sie erkennen bekannte Gegenstände wie zum Beispiel ein Auto oder einen Ball, verstehen einzelne Wörter oder kurze Sätze, können gesehene Bilder und gehörte Worte jedoch nicht in Verbindung miteinander bringen. Drei- bis siebenjährige Kinder können bereits kurze Handlungsabläufe von wenigen Minuten verfolgen. Aber auch eine harmlose und gut gemeinte Geschichte kann Kinder verwirren oder ängstigen, da sie in dieser Altersstufe häufig noch Realität und Fantasie vermischen. Erst ab einem Alter von etwa zehn Jahren können Kinder Wirklichkeit und Fiktion des Geschehens voneinander unterscheiden. Und doch behält auch ein unwirkliches Geschehen weiterhin die gleiche Wertigkeit wie die alltäglichen Erlebnisse.“

Tipps zum Umgang mit dem Fernseher:

- Kleine Kinder sollten niemals alleine fernsehen
- Fernsehen niemals als Belohnung oder Einschlafritual nutzen
- Eltern sollten Fragen ihrer Kinder zu dem Gesehenen auf dem Bildschirm möglichst sofort beantworten
- Eltern sollten über den Inhalt der gesehenen Sendung sprechen, z. B. kommentieren, Zustimmung oder Kritik äußern
- Eltern sollten die Verzerrung der Wirklichkeit z. B. in Filmen oder Werbung deutlich machen. Kinder laufen sonst Gefahr, Klischees in ihre Wertevorstellung zu übernehmen
- Gelegentliche Nacherzählungen einer Sendung schulen den aktiven Wortschatz des Kindes. Und Eltern erfahren, wie das Kind das Gesehene erlebt hat
- Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind das Fernsehprogramm

Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin

Sekretariat

Tel. (02 03) 7 33 32 01, Fax (02 03) 7 33 32 02

E-Mail: finetti@klinikum-duisburg.de

Was sollten Kinder schauen?

Mittlerweile bieten fast alle TV-Sender Wissenssendungen für Kinder an. Diese Sendungen haben das Ziel, interessante Fragen oder Themen kindgerecht zu vermitteln. Laut der Bundeszentrale für politische Bildung sind für Vorschulkinder nach wie vor die „Sesamstraße“ und „Die Sendung mit der Maus“ sehr emp-

fehlenswerte und sorgfältig produzierte Sendungen. Für Grundschüler eignen sich besonders „Willi will's wissen“, „Löwenzahn“, das zweisprachige Wissensmagazin „National Geographic World“ sowie „Wissen macht Ah!“. Im Bereich der Kindernachrichtensendungen sind vor allem „logo“ und „Neuneinhalb“ positiv hervorzuheben.

Feuerschutztechnik und -service

30 Jahre
im Dienste
Ihrer Sicherheit

NORD-WEST
FEUERSCHUTZ
PRÜSSMANN

Ihr Partner im vorbeugenden Brandschutz

www.nord-west-feuerschutz.de
Koloniestraße 119
47057 Duisburg

Fax (02 03) 36 11 93
☎ (0203) 35 23 07
und 35 20 66

Bluthochdruck

Risikofaktor für die Entwicklung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Der Bluthochdruck (med. Hypertonie oder Hypertonus) ist der größte Risikofaktor für die Entwicklung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Weltweit sterben circa sieben Millionen Menschen an den Folgen von Bluthochdruck. In Deutschland sind mehr als 20 Millionen Menschen von dieser Erkrankung betroffen, aber nur wenige wissen davon. So sind lediglich circa vier Millionen in ärztlicher Behandlung. Frauen leiden etwas weniger häufig an dieser Volkskrankheit als Männer.

Bluthochdruck ist ein wichtiger Risikofaktor für Gefäßerkrankungen, Nieren- und Herzschwäche. Da Bluthochdruck lange Zeit keine Beschwerden verursacht, wird die Erkrankung meist erst spät entdeckt. Knapp die Hälfte aller Todesfälle in Deutschland geht auf das Konto von Herz-Kreislauf-Erkrankungen – das sind mehr als 400.000 Todesfälle jährlich.

Ein dauerhaft erhöhter Bluthochdruck führt zu Schäden an den Gefäßen und Organen. Insbesondere das Herz, das Gehirn und die Nieren reagieren empfindlich auf einen dauerhaft erhöhten Blutdruck. Die Folgen sind Schlaganfall, Herzinfarkt, Entwicklung einer Herzschwäche und Nierenschäden bis hin zur Dialyse.

Symptome

„Da wir keinen Sensor in unserem Körper haben, der uns signalisiert, wie hoch der Blutdruck gerade ist, gibt es nur einen Weg, um das Risiko zu erkennen, nämlich diesen entweder messen zu lassen oder selber zu messen. Und bei erhöhtem Blutdruck den

Hausarzt zur weiteren Abklärung aufsuchen“, erklärt Dr. Thomas Rehm, leitender Arzt des Schwerpunktes Kardiologie im Klinikum Duisburg. Beschwerden wie Kopfschmerzen, Schwindel, Atemnot, Druckgefühl im Brustkorb, Nervosität, fehlende Leistungsfähigkeit oder Gedächtnisstörungen können unter anderem ein Hinweis auf Bluthochdruck sein.

Der Blutdruck

Der ideale Blutdruck liegt nach Angaben der Hochdruckliga bei 120/80 mmHg (Druck, den ein Millimeter einer Quecksillersäule ausübt). Von Bluthochdruck spricht man, wenn der Druck in den Arterien krankhaft auf einen systolischen Wert von über 140 mmHg und einen diastolischen Wert über 90 mmHg gesteigert ist.

Die Entscheidung, ob der Blutdruck behandlungsbedürftig ist oder nicht, hängt nicht nur von der Druckhöhe ab, sondern vom Gesamtrisiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Eine entscheidende Rolle spielen weitere Krankheiten, beispielsweise hohe Blutfettwerte oder eine Diabetes-Typ 2-Erkrankung.

Risikofaktoren

Am häufigsten ist der Bluthochdruck eine Folge der genetischen Veranla-



Deutsche
Herzstiftung

gung und nicht auf eine andere Erkrankung zurückführbar. Er wird dann als essentielle Hypertonie bezeichnet. In bis zu fünf Prozent der Fälle sind Hormonstörungen oder Erkrankungen der Nieren für die Entwicklung von Bluthochdruck verantwortlich. Da sich bei einer erfolgreichen Behandlung dieser Erkrankungen in der Regel auch gleichzeitig der Blutdruck wieder normalisiert, ist eine frühzeitige Erkennung sehr wichtig. Daneben ist vor allem ein hoher Salzkonsum bei drei von zehn Erwachsenen die Ursache für den Bluthochdruck.

Wie kann man Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Bluthochdruck vorbeugen?

„Wichtig ist, das Risiko zu kennen und durch salzarme Ernährung, Reduzierung des Übergewichtes und sanfte Ausdauersportarten wie zum Beispiel Wandern, Radfahren oder Schwimmen dem Bluthochdruck und seinen Folgeerkrankungen entgegenzuwirken“, so Dr. Thomas Rehm.

Das Therapie- und Bewegungszentrum im Klinikum Duisburg bietet verschiedene Kurse an, die das Herz-Kreislauf-System in Schwung bringen. Zu unterscheiden sind die Rehabilitationsangebote von den Präventionsangeboten, da dort eine Herzkrankung bereits vorliegt.

PRÄVENTION

Fit For Fun 50+

Dieses Kursangebot bringt Abwechslung in den Alltag, denn es werden Kraft und Ausdauer trainiert. Bekannte Übungen werden mit neuen Elementen bestückt wie Walking oder Nordic Walking. Ergänzt wird das Programm durch ein abschließendes Entspannungstraining.

Herz-Kreislauf-Training ab 60+

Für alle, die etwas für ihr Herz-Kreislauf-System tun möchten, sind bei diesem Bewegungsangebot genau richtig. Durch ein wohldosiertes Ausdauertraining wird das Herz-Kreislauf-System verbessert, das Wohlbefinden gesteigert und Risikofaktoren wie Übergewicht, Bluthochdruck und Stoffwechselstörungen vorgebeugt.

Wer regelmäßig Sport treibt, tut er wiesenermaßen nicht nur seinem Herz-Kreislauf-System etwas Gutes, sondern fühlt sich auch einfach besser. Außerdem kann regelmäßige Bewegung helfen, Erkrankungen von Herz und Kreislauf vorzubeugen.

Beweglich bleiben 70+

Ein moderates Gymnastikprogramm für Körper und Geist erhält die physiologische und mentale Fitness. In diesem Bewegungsangebot werden Gleichgewicht, Koordination, Kraft und Ausdauer sowie das Gedächtnis trainiert. Hierbei kommen der Austausch in der Gruppe und die Freude an der Bewegung nicht zu kurz. Eine abschließende Entspannung rundet das Training ab.

„Herz-gesund essen“

Fettstoffwechselstörungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen stehen in einem engen Zusammenhang mit den individuellen Ernährungsgewohnhei-

ten. In diesem Kurs möchten wir Ihnen zeigen, wie Sie, auch ohne auf Genuss beim Essen zu verzichten, Ihre Blutwerte verbessern können.

REHABILITATION

Herzsportgruppe

Nach Akutereignissen wie zum Beispiel Herzinfarkt, Bypassoperation oder Herzklappenersatz ist der ambulante Herzsport eine gute Möglichkeit, um wieder in Bewegung zu kommen. Es soll nicht darum gehen, das Leistungsdenken wieder neu zu beleben, sondern im Rahmen der individuellen Möglichkeiten der jeweiligen Erkrankung Bewegung neu einzuschätzen und ausnutzen zu lernen. Daher ist nicht eine Ausdauer- oder Leistungssteigerung das Ziel einer Herzgruppe, sondern die Vermeidung falscher Schonung, die Anpassung der Koordination und das Erkennen der vorhandenen Leistungsfähigkeit und deren Grenzen.

Mit wohldosierten und der persönlichen Belastungsfähigkeit angepassten Bewegungen wird Stress abgebaut. Das führt zu ei-

ner günstigen Wirkung auf Herz, Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel sowie zur psychischen Stabilisierung. Denn durch Spaß und Freude an der Bewegung sollen die Teilnehmer die Angst vor Herz-Kreislauf-Störungen verlieren und ihre Belastungsfähigkeit richtig einschätzen lernen.

Außerdem beteiligt sich das Klinikum Duisburg regelmäßig an den Herzwochen, die die Deutsche Herzstiftung jährlich anbietet.

Rufen Sie uns gerne unter der Rufnummer **(02 03) 7 33-29 01** im Therapie- und Bewegungszentrum an. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Ausführliche Informationen zu unserem gesamten Kursangebot finden Sie in unserer „Klinikum Vital!“ oder im Internet unter:

www.klinikum-duisburg.de



Kreisverband Duisburg e. V.



Pflege und Betreuung zu Hause

Häusliche Alten- und Krankenpflege

- Sozialstation Mitte/Süd
- Sozialstation West
- Sozialstation Nord

☎ 0203 / 75 16 37

☎ 02065 / 3 04 80 10

☎ 0203 / 9 30 60-0

Menüservice

☎ 0203 / 2 80 94 20

Haus-Notruf-Dienst

☎ 0203 / 2 82 83 33

www.drk-duisburg.de

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Anliegen von Patienten und Angehörigen

Welche Erwartungen verbinden Patienten und Patientinnen und deren Angehörige mit einem Krankenhausaufenthalt im Klinikum Duisburg? Welche Wünsche und Anliegen an medizinische Behandlung und pflegerische Betreuung, an Organisation und Service finden aus Sicht von Patienten und deren Angehörigen Berücksichtigung und welche Verbesserungsmöglichkeiten gibt es?

ambulanten Pflegediensten und anderen Kooperationspartnern wie zum Beispiel Krankenkassen systematisch bearbeitet.

Im Klinikum Duisburg berät und unterstützt Monika Timpe-Coumans als Beauftragte für Patienten- und Angehörigenanliegen dort, wo Unzufriedenheit entsteht oder ein Kommunikationsproblem auftritt. Dabei nimmt sie sowohl Beschwerden und Kritik als auch Lob und Anerkennung entgegen.

Infoschreiben, die darüber aufklären, wie Patienten und Angehörige ihre Anliegen schriftlich oder telefonisch weiterleiten können. Die persönliche Kontaktaufnahme erfolgt schnellstmöglich.

Diese Möglichkeit zur Äußerung von Lob und Kritik wird von Patienten und Angehörigen aktiv genutzt. So auch von Herrn E., dessen Frau sich im Klinikum Duisburg einer schweren Operation unterziehen lassen musste und ein Lob für die ärztliche und pflegerische Betreuung weiterleitete. Ebenso finden Kritik und Beschwerden über Frau Timpe-Coumans Gehör bei Geschäftsführung, Krankenhausleitung sowie den behandelnden Ärzten und Pflegekräften. Die meisten Patienten und Angehörigen erleben dann, dass Missverständnisse, Unklarheiten und Ärgernisse sofort beseitigt werden oder andere akzeptable Lösungen gefunden werden können.

Frau M. wurde vier Wochen im Klinikum Duisburg stationär behandelt und hatte den Eindruck, nicht ausreichend über

ihre Erkrankung informiert und aufgeklärt zu sein. Sie empfand die täglichen Visiten als zu kurz, um ein ausführliches medizinisches Gespräch mit dem behandelnden Arzt führen zu können. Mit diesem Anliegen wandte sich Frau M. an Monika Timpe-Coumans, die der Patientin vorschlug, Kontakt mit dem behandelnden Arzt aufzunehmen und um ein ausführliches Arztgespräch zu bitten. Frau M.



Monika Timpe-Coumans (r.) im Gespräch mit einer Patientin

Im Jahre 2004 wurde im Klinikum Duisburg das Beschwerdemanagement eingerichtet. Mit der Einrichtung einer Stelle für Patienten- und Angehörigenanliegen soll eine Optimierung des Krankenhausaufenthaltes zum Wohle und zur Zufriedenheit der Patienten sichergestellt werden. Hier werden Anliegen von Patienten und deren Angehörigen aber auch Rückmeldungen von einweisenden Ärzten,

Zusätzlich findet einmal wöchentlich gemeinsam mit einer ehrenamtlichen Patientenfürsprecherin eine Sprechstunde statt, in der Patienten und deren Angehörige ihre Anliegen anbringen und in Ruhe besprechen können.

Patienten und Angehörige werden im gesamten Klinikum auf dieses Beratungsangebot aufmerksam gemacht. Auf jeder Station hängen Poster und

entschied sich für das Gespräch mit dem behandelnden Arzt. So konnten alle offenen Fragen beantwortet und Unklarheiten aus dem Wege geräumt werden.

Wenn Patienten oder deren Angehörige Beschwerden über die pflegerische Versorgung äußern, wird in Zusammenarbeit mit der Pflegedienstleitung unmittelbar eine Lösung gesucht.

„Ich würde mir wünschen, dass Patienten und deren Angehörige sich äu-

bern, wenn sie ein Anliegen haben, denn in jeder Beschwerde steckt eine Chance zur Veränderung beziehungsweise Verbesserung der Situation. Viele nehmen erst nach dem Krankenhausaufenthalt Kontakt auf und haben dann eine ganze Liste von Anliegen, Kritik oder Beschwerden“, sagt Monika Timpe-Coumans.

„Wir möchten unsere Patienten gerne unterstützen, solange sie bei uns sind. Nur dann kann ein Patient auch von der Verbesserung profitieren.“

Wir sind für Sie da!

Beauftragte für Patienten- und Angehörigenanliegen

Monika Timpe-Coumans
Büro im Ärztezentrum
5. Etage, Zimmer 502
Telefon (02 03) 7 33-16 04

Pinnwand

Aktuelle Infos aus dem Klinikum Duisburg

Große Aufregung bei der Autogrammstunde der MSV-Spieler in der Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin



Über ganz außergewöhnlichen Besuch durften sich die kleinen Patientinnen und Patienten der Kinderklinik freuen. Die vier MSV-Spieler Ivica Grlic, Tom Starke, Christian Tiffert und Olcay Sahan hatten sich bereit erklärt, eine Autogrammstunde für die Kinder zu geben.

In der Kinderklinik hatte man sich auf den Besuch der Fußballprofis vorbereitet. Auf großen Stofftüchern stand mit bunter Farbe „Herzlich Willkommen MSV“ und mehrere Fußbälle waren darauf gemalt. Nun warteten alle ganz gespannt.

Als die Spieler eintrafen, waren die Kinder noch etwas schüchtern und zurückhaltend, doch das legte sich schnell. Neben den Autogrammkarten ließen sie sich unter anderem auch Bälle, Geldbörsen oder T-Shirts mit den Unterschriften der Kicker verzieren und fotografierten sie ganz begeistert mit ihren Handys. Einige mutige Kinder stellten sich sogar für ein gemeinsames Foto zwischen die Spieler und schauten stolz in die Kameras.



Ein großes Dankeschön geht an den MSV und seine Spieler, die den kranken Kindern einen außergewöhnlichen Nachmittag bescherten.



(V. l. n. r.) Dr. Axel Feldkamp, Günter Brücker, Edgar Siemkes, Dr. Claudio Finetti

Ökumenischer Tiergottesdienst hat Tradition

Eine Veranstaltung mit Tradition ist der ökumenische Tiergottesdienst, den der Duisburger Freizeitreiterverein Ruhrspottreiter e.V. in diesem Jahr zum 13. Mal wieder zugunsten der Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin durchführte. Bunt gemischt war das Publikum des ökumenischen Gottesdienstes: Zwischen den rund 400 Besuchern jeden Alters fanden sich Hunde, Pferde, Ratten, Katzen, Mäuse und Vögel. Während der Veranstaltung wurden auch die Tiere gesegnet. Auf diese Weise konnten insgesamt 1800 € für die Kinderklinik gesammelt werden.

Von dem Geld wird ein Sofa gekauft, welches den Gemeinschaftsraum des Eltern-Kind-Traktes auf der Station B34 verschönern wird.

Projekt Jugendzimmer – Landtagspräsidentin Regina van Dinther zu Besuch im Klinikum Duisburg

Dass Jugendliche häufig im Krankenhaus keine Lobby haben, hatte Landtagspräsidentin Regina van Dinther bereits festgestellt. Bei der Einrichtung und Gestaltung von Stationen und Patientenzimmern werden zwar die Interessen von Kindern und Erwachsenen berücksichtigt, aber Jugendliche fühlen sich in beiden Bereichen nicht richtig aufgehoben. Daher übernahm Frau van Dinther gerne die Schirmherrschaft für das Projekt Jugendzimmer im Klinikum Duisburg. Dies fügt sich in das bundesweite Projekt Netzwerk KIDS Klinik, dem die Deutsche Kinderhilfe sowie der Fachverband Fliesen und Naturstein im Zentralverband Deutsches Baugewerbe angehören.



Gemeinsam mit Duisburgs Oberbürgermeister Adolf Sauerland besuchte Frau van Dinther die Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin im Klinikum Duisburg und verschaffte sich einen persönlichen Eindruck von dem Fortschritt des Projektes Jugendzimmer.

Die Idee entstand Anfang 2007 bei Dr. Feldkamp. Die Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin behandelt viele junge Patienten, deren Klinikaufenthalt sich meist über einen längeren Zeitraum erstreckt. Um ihnen die Zeit so angenehm wie möglich zu gestalten, sollten die Patientenzimmer für Jugendliche umgebaut werden.

Bei einer Befragung, die zum Projektstart bei den Jugendlichen durchgeführt wurde, stellte sich heraus, dass diese insbesondere bei der Farb- und Lichtgestaltung und bei den Freizeitangeboten ganz konkrete Vorstellungen formulierten. Ebenso ganz oben auf der Wunschliste stand der Wunsch nach einem eigenen Badezimmer, denn in den meisten Kinderkliniken stehen den Patienten lediglich Stationsbäder zur Verfügung, wie auch bisher im Klinikum Duisburg.

Mit Unterstützung eines Architekturbüros wurden nach den Wünschen der Jugendlichen und unter Berücksichtigung der Anforderungen an die Funktionalität eines Patientenzimmers Entwürfe erstellt und die Suche nach sogenannten Zimmerpaten gestartet. Diese haben die Möglichkeit, die Motivauswahl für die Zimmer in Absprache mit dem Klinikum Duisburg auszuwählen.

Der komplette Umbau und die Einrichtung eines Zimmers liegt bei etwa 30.000 Euro. Auf Wunsch besteht auch die Möglichkeit, vor den Zimmern eine Sponsorentafel anzubringen.



Klinikum Duisburg beim 26. Rhein-Ruhr-Marathon

Mehr als 5.000 Läuferinnen und Läufer gingen zum diesjährigen Marathon, dem langjährigsten City-Marathon in Deutschland an den Start. Auch das Klinikum Duisburg war wieder mit dabei.

In diesem Jahr starteten für das Klinikum Duisburg elf Läuferinnen und Läufer beim Halb-Marathon und eine Läuferin beim Inline-Marathon. Sämtliche verfügbaren Daumen im Klinikum wurden für das Team gedrückt und diese Power zeigte Erfolg.

An alle gehen unsere ganz herzlichen Glückwünsche zum gelungenen Ergebnis.

Die Teilnahme der Massageschüler am Rhein-Ruhr-Marathon hat bereits Tradition. Insgesamt standen 33 Auszubildende der beiden Kurse aus der Schule für Masseur und Medizinische Bademeister gemeinsam mit ihrem Ausbildungsleiter Dietmar von Zaluskowski für die Teilnehmer der unterschiedlichen Marathon-Disziplinen für eine entspannende Massage im Anschluss an den Zieleinlauf bereit. Dabei absolvierten die angehenden Masseur einen eigenen Marathon, indem sie nahezu 400 Läuferinnen und Läufer für das nachfolgende Marathonfest wieder fit machten.

Das Team des Therapie- und Bewegungszentrums aus dem Klinikum Duisburg war ebenfalls vertreten und bot den Besuchern auf der Messewiese umfassende Informationen rund um die Themen Gesundheitsvorsorge und Prävention, Elternschule und Rehabilitationssport an. Ebenso konnten Kinder und Jugendliche ihre Geschicklichkeit in einem aufgebauten Parcours erproben. Als Belohnung fürs Mitmachen gab es Urkunden und kleine Anerkennungen.

Neuanschaffung und Spende von Kinderbetten in der Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin

Aufgrund neuer EU-Richtlinien wurde in der Klinik für Kinderheilkunde und Jugendmedizin die Anschaffung neuer Betten für die kleinen Patienten notwendig. Nun erhielt die Klinik insgesamt 22 neue Betten für die Ambulanz, die Intensivstation sowie die Stationen B34 und B44.

Bei den neuen Betten sind die Liegeflächen komplett verstellbar. Der Abstand der Gitterstäbe ist enger, damit sich die kleinen Patienten nicht verletzen können. Jedes Bett ist mit einem Infusionsständer versehen. So sind sie nicht nur praktisch, sondern auch modern und farbig gestaltet.

Da die bisherigen Betten noch in einem guten Zustand waren, konnten diese in einer Gemeinschaftsaktion mit der Feuerwehr Duisburg der Hilfsorganisation ORA international als Spende nach Albanien übergeben werden.



(V. l. n. r.) Oliver Tittmann, Dr. Axel Feldkamp, Prof. Dr. Hans-Bruno Makoski

Die internationale Hilfsorganisation ORA international unterstützt zahlreiche Projekte in Entwicklungsregionen. Ein Projekt ist eine Missionsstation in Fushe-Arrez im Norden Albanien, die einen wichtigen Versorgungspunkt für insgesamt 26 Bergdörfer darstellt.

Ein wichtiges Ziel der Arbeit in dieser Missionsstation ist die Verbesserung der gesundheitlichen Versorgung von Säuglingen und Kleinkindern. Hierbei fehlt es an vielen grundlegenden Dingen wie zum Beispiel auch kindgerechten Betten.

Das Klinikum Duisburg spendete insgesamt 14 Kinderbetten. Um die Kosten für den langen Transport für alle Beteiligten so gering wie möglich zu halten, wurden die Betten im Rahmen einer Fahrschulfahrt der Feuerwehr Duisburg zunächst nach Meschede gefahren. Von dort aus gelangten sie, zusammen mit weiteren Hilfsmitteln, an die Missionsstation in Fushe-Arrez.

Polizei Duisburg spendete 500 € für kranke Kinder

Bettina Falke, Regierungsbeschäftigte, und Klaus Engler, Kriminalhauptkommissar in Duisburg, hatten im Juli bei ihrem Besuch der Kinderklinik neben einem Teddy in Polizeiuniform auch eine großzügige Spende im Gepäck.

Der Sparclub des Kommissariates 11 spendete zum wiederholten Male für die Kinderklinik. Die 500 € werden dazu benutzt, den Aufenthaltsraum für Eltern im Eltern-Kind-Trakt zu verschönern.



Klinikum Duisburg beteiligte sich an „Großer Kommunaler Gesundheitskonferenz“



Besucher konnten sich ihren Blutdruck messen lassen

Das Klinikum Duisburg war im Juni dieses Jahres auf der „Großen Kommunalen Gesundheitskonferenz“, die auf dem Burgplatz in Duisburg stattfand, vertreten. Besucher hatten die Möglichkeit, sich über Gesundheitsangebote des Klinikums zu informieren, unter anderem auch über das Gesundheitsprogramm „Klinikum Vital“. Zudem boten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Klinikums Tests rund um die Themen Demenz, Sturzprävention sowie Schlaganfall an.

Ebenso erhielten die Besucher in einem Vortrag und am Stand die Möglichkeit, sich über die Diagnostik und Therapie der Traditionellen Chinesischen Medizin zu informieren. Die Städtischen Seniorenheime waren ebenfalls mit einem Infostand vertreten.

Mehr als 300 Besucher nutzten das Angebot, ihren Blutzucker, Blutdruck sowie den Anteil des Körperfettes messen zu lassen. Außerdem konnten die Besucher der Messe am späten Nachmittag einer Gruppe bei ihren Taiwan-Do-Übungen zusehen.



Auch ein Demenz-Test wurde angeboten

Leben mit AWOCura



Helfende Hände
Haushaltshilfen: mehr Freude im Leben



In guten Händen
Häusliche Pflege für jung und alt



In Gemeinschaft aufleben
Die **Tagespflege**



Sicherheit daheim
Hausnotruf & Servicevermittlung



Zu Hause sicher und gut versorgt leben

Seniorenberatung und Pflegevermittlung Duisburg: 0203 3095-442

seniorenberatung@awocura.de

www.awocura.de