PULS

Das Krankenhausmagazin

Krankenhaus Wittmund
...gut aufgehoben

CHIRURGIE VERSTÄRKT

Neuer Oberarzt für Spezielle Orthopädie

VISITE

Fachbereiche im Krankenhaus

WISSEN

Volkskrankheit Bluthochdruck

MVZ

Ambulante Versorgung

Juni 2013 | Ausgabe 1

Das Gesundheitszentrum Wittmund aus der Vogelperspektive

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

ich freue mich, mit diesem Heft die erste Ausgabe unseres Krankenhausmagazins PULS zu präsentieren. Wir geben Ihnen hiermit ein Informationsmedium über das Krankenhaus Wittmund an die Hand, das über sein Leistungsspektrum, seine Mitarbeiter und auch Förderer sowie Neuerungen, personelle, technische und auch bauliche Veränderungen berichtet. Eingebunden darin nutzen wir die Gelegenheit, das Krankenhaus Wittmund als Partner der Fachpraxen und medizinischen Dienstleister im Ärztehaus, aber auch der niedergelassenen Ärzte in Wittmund und Umgebung vorzustellen. Wir möchten Synergien nutzen und die Kommunikation zwischen den Ärzten fördern, um Patientenwege noch kürzer und Behandlungen effektiver zu gestalten.

Außerdem informieren wir über aktuelle gesundheitliche Themen und entsprechende Empfehlungen von unseren Fachärzten, berichten „Am PULS der Zeit“ über Aktuelles, gratulieren langjährigen Mitarbeitern, danken Spendern, und vieles mehr. Auch Kinder finden am Ende dieses Hefts Interessantes und Lustiges, um sich die Zeit zu vertreiben.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß bei der Lektüre unseres Magazins und einen vor allem gesunden und sonnigen Start in den Sommer.

Herzlichst Ihr

A. Siebolds

Alfred Siebolds
(Geschäftsführer Krankenhaus Wittmund)

Inhalt

VORWORT UND INHALT

VORGESTELLT
- Chirurgie verstärkt
  Neuer Oberarzt für Spezielle Orthopädie 4

VISITE
- Medizinische Fachbereiche 7
- Belegabteilungen 9
- MVZ – Medizinisches Versorgungszentrum 10

WISSEN
- Gesund in den Sommer 11
- Volkskrankheit Bluthochdruck 12

BERUF & KARRIERE
- Rettungsdienst in Wittmund
- Ausbildung im Krankenhaus 15

AM PULS DER ZEIT
- Jubilare
- Ossiloop 2013 16
- Gewerbeschau Wittmund
- Förderverein Krankenhaus Wittmund e.V. 17

KINDERECKE
- Kleiner Pieks mit großer Wirkung!
- Kinderwitz
- Malspaß
- Bilderrätsel 18

04 SPEZIELLE ORTHOPÄDIE

07 FACHBEREICHE

12 BLUTHOCHDRUCK

CHIRURGIE VERSTÄRKT

Neuer Oberarzt für Spezielle Orthopädie

Dr. Peter Bichmann bei der Sprechstunde im Krankenhaus Wittmund

Der Fachbereich Orthopädie und Unfallchirurgie im Krankenhaus Wittmund hat sich in den letzten Jahren unter der Leitung von Chefarzt Dr. Bernd Sauer in der Region deutlich etabliert. Mit Dr. Peter Bichmann erweitert das Krankenhaus auch personell die Kapazitäten.

NEU IM TEAM

Dr. Peter Bichmann besetzt die Stelle als Leitender Arzt für Spezielle Orthopädie. Der 45-Jährige unterstützt seit April das Team in den Bereichen Rheuma-Orthopädie, Kinderorthopädie, Fußchirurgie sowie Einsatz und Austausch künstlicher Gelenke, wie Hüfte, Knie und Sprunggelenk. Damit wird das Krankenhaus Wittmund den stetig steigenden Patientenzahlen gerecht und erweitert gleichzeitig sein Leistungsspektrum. Insgesamt arbeiten im Chirurgischen Kompetenzzentrum Orthopädie und Unfallchirurgie neben Chefarzt Dr. Bernd Sauer und Dr. Peter Bichmann drei weitere Fachärzte mit speziellen Schwerpunkt-Qualifikationen sowie vier Assistenzärzte gemeinsam mit einem engagierten Pflegeteam.

RHEUMA-ORTHOPÄDIE

Entzündliche Erkrankungen des Skelettsystems und der Organe werden zunächst medikamentös vom Rheumatologen behandelt. Erst wenn der Facharzt eine Überweisung ausstellt und als letzte Möglichkeit der Behandlung eine Gelenkoperation in Erwägung zieht, kommt Dr. Peter Bichmann ins Spiel. „Für diese fachliche Abklärung ist die Überweisung vom Facharzt unabdingbar“, so Dr. Bichmann. „Die operativen Gelenkeingriffe bei rheumatologischer Diagnose sind völlig anders geartet, als bei arthrotischen Befunden“, erklärt der Mediziner. Die Beschwerden in den Gelenken ähnelten sich, aber der entzündliche Charakter habe entscheidenden Einfluss auf die Behandlung, ergänzt er.

> *„Die operativen Gelenkeingriffe bei rheumatologischer Diagnose sind völlig anders geartet, als bei arthrotischen Befunden.“*
>
> Dr. Peter Bichmann

„KRANKENHAUS 2020“

Der Geschäftsführer des Wittmunder Krankenhauses, Alfred Siebolds, ist froh über den personellen Zuwachs in der Abteilung. „Der Fachbereich Orthopädie hat in den vergangenen zehn Jahren ein sehr gutes Renommee im gesamten Landkreis Wittmund und darüber hinaus aufgebaut. Fachlich passen die Qualifikationen von Dr. Peter Bichmann hervorragend in unser Konzept. Zudem erweitert er durch seine Schwerpunkte Rheuma- und Kinderorthopädie unser Leistungsangebot.“

> *„Der Fachbereich Orthopädie hat in den vergangenen zehn Jahren ein sehr gutes Renommee im gesamten Landkreis Wittmund und darüber hinaus aufgebaut.“*
>
> Alfred Siebolds

Diese sich perspektivisch entwickelnde Personalplanung geht Hand in Hand mit dem Projekt „Krankenhaus 2020“, zu dem auch der Umbau und die Erweiterung des Krankenhausgebäudes gehört und bei dem unter anderem drei moderne Operationssäle entstehen. Ende des nächsten Jahres soll mit den Arbeiten für dieses Projekt begonnen werden. „Wir wollen zukunftsfähig bleiben, sowohl was die fachliche Kompetenz als auch die medizinischen und technischen Voraussetzungen angeht. Wir sind auf dem richtigen Weg“, ist sich Alfred Siebolds sicher.

Freuen sich über kompetenten Zuwachs in der Orthopädie (v.l.): Landrat Matthias Köring, Chefarzt Dr. Bernd Sauer, Dr. Peter Bichmann und Alfred Siebolds (Geschäftsführer des Krankenhauses).

INFOS

Dr. Peter Bichmann steht seit April als Leitender Arzt der Speziellen Orthopädie an der Seite von Chefarzt Dr. Bernd Sauer im Krankenhaus Wittmund. Seine Behandlungsschwerpunkte: künstliche Gelenke und Austauschoperationen, infizierte Gelenke, Fußchirurgie (DAF-zertifiziert), Arthroskopie, Bandplastiken und Knorpelersatzverfahren, Rheuma- und Kinderorthopädie.

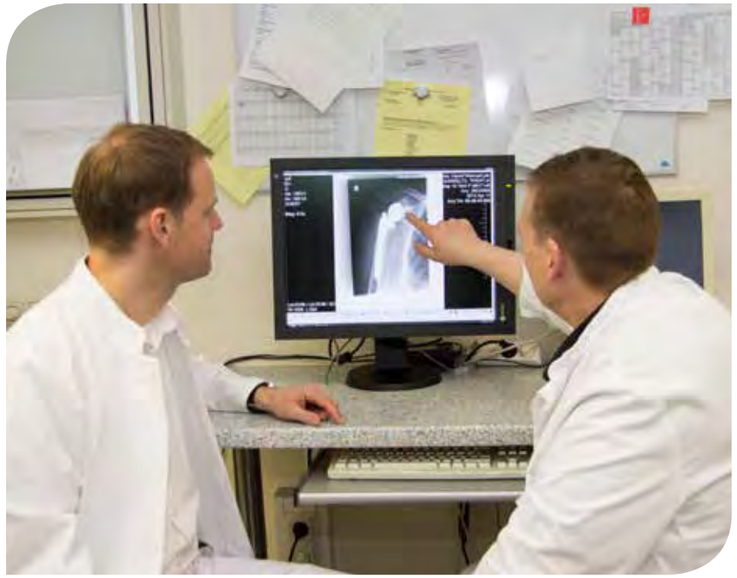
Nach seinem Studium in Freiburg machte er in Trier, Sendenhorst bei Münster und Melle bei Osnabrück Station, arbeitete dann sechs Jahre als Leitender Arzt innerhalb der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie im Nordwest-Krankenhaus Sanderbusch und leitete diese Klinik anschließend acht Monate kommissarisch. In zahlreichen Veröffentlichungen und Vorträgen zum Thema Endoprothetik, Computernavigation bei künstlichen Gelenk-Operationen, Knorpelzelltransplantation, künstliche Fingergelenke etc. beschäftigt er sich intensiv mit seinem Fachgebiet.

Der 45-Jährige ist verheiratet, hat drei Kinder und lebt seit 2007 mit seiner Familie in Jever.

QUALITÄTSSICHERUNG IN DER ENDOPROTHETIK

Im Wittmunder Krankenhaus werden besonders häufig Knie- und Hüft-Operationen durchgeführt. Um den Patienten auch eine zuverlässige Qualitätssicherung bieten zu können, forcieren Dr. Sauer und Dr. Bichmann die Aufnahme der Klinik im sogenannten Endoprothesenregister. „Das deutschlandweite Projekt befindet sich zurzeit noch im Aufbau", so Dr. Bichmann. Sobald es jedoch soweit sei, möchte man auch die Wittmunder Zahlen für ein übergreifendes Qualitätsmanagement offen legen.

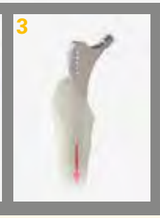
„Das bundesweite Register sichert die Qualität der durchgeführten Operationen."
Dr. Bernd Sauer

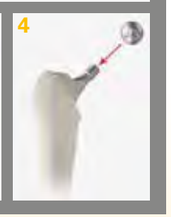


Chefarzt Dr. Bernd Sauer (r.) bespricht mit Dr. Peter Bichmann eine Schultergelenk-Prothese.

INFOS

Künstliches Hüftgelenk





Das Endoprothesenregister verwaltet alle künstlichen Hüft- und Kniegelenke der angemeldeten Kliniken, die jeweils verwendeten Materialien und zugehörigen Patientendaten. So können eventuell auftretende Komplikationen sofort auf deren Ursprung zurückgeführt werden. Neben Behandlungsfehlern würden so auch Materialfehler deutlich schneller auffallen. Auf der anderen Seite könne man dem Register aber auch entnehmen, wo welche Operationen besonders häufig erfolgreich und komplikationslos durchgeführt würden. Dies verschaffe den Patienten Sicherheit und sichert die Qualität der Operationen, erklärt Dr. Sauer.

1. Entfernung des verschlissenen Hüftkopfes
2. Einsetzen der künstlichen Stütz- und Lagerschale
3. Einbringen des sogenannten Schaftes in das Knochenrohr des Oberschenkels
4. Aufsetzen des neuen Hüftkopfes

Medizinische Fachbereiche im Krankenhaus

Das Krankenhaus Wittmund bietet ein großes Leistungsangebot mit unterschiedlichen Behandlungs- und Therapiemethoden. Fünf große Fachbereiche decken die medizinische Grundversorgung der Patienten ab und bieten kompetente ärztliche und pflegerische Betreuung.

ORTHOPÄDIE UND UNFALLCHIRURGIE

Zum Bereich Orthopädie und Unfallchirurgie (bei Verletzungen oder Verschleiß) gehören künstlicher Ersatz und Prothesenwechsel von Hüfte, Knie, Schulter, Ellenbogen-, Sprung- und Daumensattelgelenk, Arthroskopie bei Meniskus- oder Kreuzbandverletzungen, Sprunggelenkschäden und Schultergelenkbeschwerden wie Einklemmungen, Steife, Impingement und Rotatorenmanschettennaht.

SPEZIELLE ORTHOPÄDISCHE CHIRURGIE
Knorpelersatzverfahren an Knie und Fuß, Bandplastiken an Knie und Fuß

KINDERORTHOPÄDIE
Klumpfuß sowie Wachstumsdeformitäten von Knie und Hüfte

RHEUMAORTHOPÄDIE
Rheumatische Erkrankungen mit Gelenkbeteiligung: Beseitigung von Entzündungsgewebe und Gelenkersatz, Therapien zum Gelenkerhalt

MODERNE FUSSCHIRURGIE (DAF-ZERTIFIZIERT)
Vorfuß- und Rückfußkorrekturen mit gelenkerhaltenden Operationen

HANDCHIRURGIE
Dupuytren´sche Erkrankung, Überbeinoperationen, Ringbandspaltung, Verschleißerkrankungen, Daumensattelgelenkarthrose, Verletzungen der Bänder, Knochen, Sehnen, Nerven und Gefäße, Replantationschirurgie bei Amputationen, Kubitaltunnel- und Karpaltunnelsyndrom

Chefarzt Dr. Bernd Sauer

ALLGEMEIN- UND VISZERALCHIRURGIE (GROSSE BAUCHCHIRURGIE)

Chefarzt Michael Gaide

MINIMALINVASIVE CHIRURGIE
Viele Eingriffe der Allgemein- und Bauchchirurgie werden in Wittmund minimalinvasiv (mittels der sogenannten Schlüsselloch-Chirurgie) durchgeführt.

BAUCHCHIRURGIE
Operationen an Magen, Dünndarm, Dickdarm, Enddarm, Leber und Bauchspeicheldrüse

TUMORCHIRURGIE

HERNIENCHIRURGIE
Behandlung von Leisten-, Bauchwand und Zwerchfellbrüchen

SCHILDDRÜSENCHIRURGIE

KRAMPFADERCHIRURGIE

PROKTOLOGIE
Behandlung von Hämorrhoiden, Analfisteln, Analfissuren, Anal- und Mastdarmvorfällen

SCHRITTMACHER-IMPLANTATIONEN

ALLGEMEINCHIRURGIE

INNERE MEDIZIN

KARDIOLOGIE
Akutbehandlung von Herzinfarkt, Herzschwäche, Blutdruckentgleisungen und Herzrhythmusstörungen

Durchführung der gesamten nicht invasiven kardiologischen Diagnostik einschließlich Herzultraschall über die Speiseröhre.

GASTROENTEROLOGIE
Magen- und Dickdarmspiegelungen mit Probeentnahmen, Abtragung von Polypen, Behandlung von Verengungen und Blutstillung, Implantation von Ernährungssonden, Endosonografie, Spiegelungen mit Darstellung der Gallen- und Bauchspeicheldrüsenwege, Entfernung von Gallengangsteinen, Überbrückung von Verengungen mittels Kunststoffdrainagen und Metallstents, Dünndarmuntersuchung mit Kapselendoskopie, Ultraschall und Kontrastmittelultraschall, gezielte Punktion von Befunden zur Untersuchung von Gewebeproben oder zur Entlastung von Entzündungsherden und Ergüssen, Behandlung der Leber und der Bauchspeicheldrüse sowie chronisch entzündlicher Darmerkrankungen, Atemtest zur Abklärung von Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Chefarzt Matthias Bösking

PULMOLOGIE
Abklärung von Lungenkrankheiten, Lungenfunktionstest, Schlaf-Apnoe-Check, Bronchoskopie

ANÄSTHESIOLOGIE, INTENSIVTHERAPIE, RETTUNGSMEDIZIN

Chefarzt Dr. Hans-Hinrich Grafelmann

ANÄSTHESIOLOGIE
Vorbereitung und Durchführung geeigneter Narkoseverfahren nach und während operativen Eingriffen, Patientenüberwachung im Aufwachraum und auf der Intensivstation

INTENSIVMEDIZIN
Behandlung kritisch kranker Patienten nach schweren Operationen oder Unfallereignissen sowie bei Erkrankungen aus innerer Ursache (z.B. Herzinfarkt, Schlaganfall, Atemproblemen)

Zusammenarbeit von Ärzten aller Fachabteilungen mit erfahrenem und qualifiziertem Pflegepersonal

RETTUNGSMEDIZIN
Das Krankenhaus kümmert sich im Auftrag des Landkreises um den Notarztdienst in Wittmund und Umgebung. Fachärzte mit entsprechender Zusatzausbildung werden unter Leitung von Dr. Hans-Hinrich Grafelmann für diesen Dienst eingesetzt. Im sogenannten Rendezvous-System fahren die diensthabenden Notärzte zeitgleich mit dem Rettungswagen zum Einsatzort, um die Patienten zu versorgen.

Belegabteilungen im Krankenhaus

Die stationäre Behandlung in den Belegabteilungen gewährleistet neben der individuellen Betreuung eine bei Bedarf fachübergreifende Betreuung im Krankenhaus und bietet zusätzliche Sicherheit für die Patienten.

GYNÄKOLOGIE UND MUTTER-KIND-STATION

Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin Astrid Wilken mit der 4 Tage alten Julia Maria

Insgesamt stehen 20 Belegbetten für Frauen während der Schwangerschaft und der Geburt sowie für Frauen mit gynäkologischen Erkrankungen zur Verfügung. Die Betreuung erfolgt ausschließlich über niedergelassene Fachärzte. Für Neugeborene stehen niedergelassene Kinderärzte rund um die Uhr zur Verfügung. Beleghebammen übernehmen die Betreuung während der Geburt und in den Stunden danach ohne Schichtwechsel.

Belegärzte Gynäkologie
Wolfgang Owerdieck, Dr. Werner Skeries, Manfred Reder, Dr. Rainer Habekost, Irina Trofimtschuk

Beleghebammen
Barbara Härtel, Petra Rusch, Brigitte Turk, Ute Willms, Wiebke Härtel, Birgit Hinrichs, Anette Arens, Ute Witfer, Andrea Wagner, Stefanie Jürgens, Monika Janssen, Alexandra Zühlke, Lina Feine

HALS-NASEN-OHREN-HEILKUNDE

Behandlungen des Hals-Nasen-Ohren-Bereiches sind in Wittmund ebenfalls unter stationären Bedingungen möglich. Belegärzte sind Dr. Jörg Silberzahn, Wittmund, sowie Dr. Frank Viola, Esens.

Zu den Eingriffen gehören Operationen wie Gaumenmandelentfernungen, Nasenkorrekturen, Schnarch-Operationen, Nasennebenhöhleneingriffe oder besondere Kehlkopfoperationen. Werden kleine Kinder operiert, ist es möglich, einen Elternteil ebenfalls stationär aufzunehmen, um den Aufenthalt für die Kleinen so angenehm wie möglich zu gestalten.

Dr. Jörg Silberzahn

MUND-, KIEFER- UND GESICHTSCHIRURGIE

Dr. Dr. Jochen Wessels

Die Fachpraxis für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie aus dem Ärztehaus führt auch stationäre Behandlungen im Krankenhaus durch. Belegarzt ist Dr. Dr. Jochen Wessels.

Schwerpunkte einer stationären Behandlung sind Frakturen und Verletzungen des Gesichtsschädels, akute oder chronische, von Zähnen ausgehende Entzündungen, Weisheitszahn-Entfernungen, Zysten-Entfernungen, Zahnerhaltungs- und Wiederherstellungsoperationen sowie präprothetische Weichteil- und Knochenchirurgie und Implantate.

MVZ – Medizinisches Versorgungszentrum

Das Medizinische Versorgungszentrum (MVZ) Wittmund ist eine Tochtergesellschaft des Krankenhauses Wittmund, die Mediziner aus unterschiedlichen Fachrichtungen beschäftigt, um ein möglichst großes Leistungsspektrum für die ambulante Patientenversorgung anbieten zu können. Zum MVZ Wittmund gehören eine Internistische sowie eine Neurologische Praxis, für die eine hausärztliche Überweisung ausreichend ist.

PRAXIS FÜR NEUROLOGIE

Das Team der Neurologischen Praxis des MVZ Wittmund mit Facharzt Alfred Glettenberg (l.)

Facharzt Alfred Glettenberg

Die Praxis beschäftigt sich mit der Diagnostik und der Therapie neurologischer Erkrankungen, führt Untersuchungen wie Elektroencephalographie, Ultraschalluntersuchungen der Hirngefäße, Elektroneurographie und Elektromyographie durch. Außerdem gehört die Diagnostik evozierter Potenziale und psychologischer Tests, einschließlich der Erstellung von Gutachten zur Fahreignung zur Tätigkeit der Praxis.

SCHWERPUNKTE
Hirngefäßerkrankungen, Parkinsonkrankheit, Nervenschädigungen, Demenz

SPRECHZEITEN
Mo-Fr: 8-11 Uhr
Mo, Di, Do: 15-17 Uhr
und nach Vereinbarung

KONTAKT
Dohuser Weg 14
Telefon: 04462-942304
Fax: 04462-942305
Email: neurologie@mvz-wtm.de

PRAXIS FÜR INNERE MEDIZIN

Prof. Dr. Claus Heilmann, Matthias Bösking, Dr. Stefan Sopke

LEISTUNGSSPEKTRUM
Das Leistungsspektrum umfasst alle Erkrankungen der Inneren Medizin und beinhaltet z.B. Diagnoseverfahren durch Spiegelungen, insbesondere Darmkrebsvorsorge mittels Koloskopie, Organ-Ultraschall sowie Hepatitisbehandlungen. Ebenso gehören Herz-Kreislauferkrankungen zum Leistungsbereich. Regelmäßige Kontrollen, auch mit gezielter Punktion von Befunden zur Untersuchung von Gewebeproben, vervollständigen das Angebot.

SCHWERPUNKTE
- Koloskopie – Darmspiegelung
- Gastroskopie – Magenspiegelung
- Herz- und Kreislauferkrankungen einschließlich Herzschrittmacherkontrolle

Ärzte des MVZ Wittmund (v.r.): Prof. Dr. Claus Heilmann, Matthias Bösking, Dr. Stefan Sopke

Vorteil für die Patienten ist eine mögliche Weiterbehandlung durch den behandelnden Arzt der Praxis bei notwendiger stationärer Aufnahme, da Matthias Bösking als Chefarzt sowie Dr. Stefan Sopke als Oberarzt der Inneren Abteilung zudem im Krankenhaus beschäftigt sind.

SPRECHZEITEN
Mo-Fr: 10-13 Uhr und 14-16 Uhr

KONTAKT
Dohuser Weg 14
Telefon: 04462-86-2201
Fax: 04462-86-2204

GESUND IN DEN SOMMER

Um die Sommerzeit unbeschwert genießen zu können, gibt Dr. Katharina Rosing von der Apotheke am Krankenhaus im Gesundheitszentrum Wittmund einige Tipps zu den Themen Reiseapotheke und Sonnenschutz.

WAS GEHÖRT IN DIE REISEAPOTHEKE?

Um auch im Urlaub für plötzlich auftretende Erkrankungen oder Verletzungen gerüstet zu sein, sollten einige grundlegende Dinge für die am häufigsten auftretenden Fälle mitgenommen werden. Dazu gehören:

- Mittel gegen Magenbeschwerden, Verstopfung, Durchfall
- Mittel gegen Erkältungskrankheiten
- Insektenschutzmittel und Mittel gegen Insektenstiche
- Mittel gegen Verstauchungen, Muskelverspannungen
- Mittel bei Hautverletzungen und Hauterkrankungen
- Mittel gegen Reisekrankheit
- ausreichender Sonnenschutz mit möglichst hohem Lichtschutzfaktor
- Schmerzmittel
- Allergiemittel bei entsprechender Vorbelastung
- Fieberthermometer

Außerdem sollten Sie an alle Medikamente denken, die auch zuhause eingenommen werden. Wichtig ist die ausreichende Menge für den gesamten Aufenthalt mitzunehmen, da bestimmte Arzneien beispielsweise im Ausland nicht immer sofort erhältlich sind. Dies ist besonders wichtig bei Diabetikern. Wenn möglich, sollten lebenswichtige Medikamente im Handgepäck mitgeführt werden.

Um Schwierigkeiten bei der Zollabfertigung oder der Gepäckkontrolle zu vermeiden, lassen Sie sich die Notwendigkeit der Medikamente vom Hausarzt bescheinigen.

TIPP

Suchen Sie sich, am besten vor der Reise, Adressen von deutschsprachigen Ärzten in Ihrem Reisegebiet über den jeweiligen Reiseveranstalter oder das Konsulat heraus.

AKUTE HILFE BEI SONNENBRAND

Jeder Sonnenbrand erhöht das Hautkrebsrisiko. Deshalb sollten Sie jeden Sonnenbrand vermeiden. Gerade Babys und Kleinkinder müssen durch Kleidung (große Hüte, T-Shirts) und durch wasserfeste Cremes mit hohem Lichtschutzfaktor besonders gut geschützt werden. Sollte es doch zu einem Sonnenbrand kommen, helfen folgende Maßnahmen, solange es sich um einen leichten Sonnenbrand handelt:

- nicht erneut der Sonne aussetzen
- viel trinken
- kühle Umschläge
- kühlende Gels gegen Verbrennungen
- eventuell Medikamente: Gels und Salben mit Hydrokortison oder Antihistaminika, die die Entzündung der Haut bekämpfen (nur bei kleinflächiger Anwendung)

Wenden Sie sich an einen Arzt, wenn
- die Haut schwerwiegend geschädigt ist, das heißt stark gerötet ist und/oder sich Blasen gebildet haben,
- die Reaktionen mehr als 10 Prozent der Hautfläche betreffen,
- Sie starke Schmerzen haben,
- Sie mit Fieber, Schüttelfrost und/oder Übelkeit reagieren und/oder
- kleine Kinder oder Babys betroffen sind.

Volkskrankheit Bluthochdruck

In Deutschland leiden über 20 Millionen Menschen an Bluthochdruck. Bei den über 50- bis 60-Jährigen ist es bereits jeder Zweite. Aber was genau bedeuten die gemessenen Werte? Was sind mögliche Ursachen und welche Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten gibt es? Matthias Bösking, Chefarzt der Inneren Abteilung im Krankenhaus Wittmund, gibt einen Überblick und klärt über die grundlegenden Fragen auf.

WAS IST DER BLUTDRUCK?

Der Blutdruck gibt an, mit welchem Druck das Blut durch die Blutgefäße im Körper fließt. Während des Pumpvorgangs des Herzens ist der Druck höher als während der Entspannungsphase, wodurch sich zwei Werte ergeben: der systolische (höhere) Wert und der diastolische (niedrigere) Wert. Liegen keine Erkrankungen vor, liegt der Blutdruck in einem bestimmten Limit. Deshalb gehört die Blutdruckmessung beim Arzt zu den grundlegenden und aussagekräftigsten Untersuchungen.

URSACHEN

Es gibt zwei Formen des hohen Blutdrucks. Etwa 90 bis 95 Prozent der Patienten leiden an Bluthochdruck als eigenständige Krankheit. Nur bei 5 bis 10 Prozent der Patienten tritt Bluthochdruck als Folgeerkrankung auf. „Das Wichtigste ist, dass man erkennt, um welche Form des Bluthochdrucks es sich handelt, da die Therapien unterschiedlich sind“, erklärt Matthias Bösking.

> *„Das Wichtigste ist, dass man erkennt, um welche Form des Bluthochdrucks es sich handelt, da die Therapien unterschiedlich sind.“*
> Matthias Bösking

BLUTHOCHDRUCK ALS EIGENSTÄNDIGE KRANKHEIT

Eine genetische Veranlagung zu Bluthochdruck bedeutet nicht automatisch, dass man Bluthochdruckpatient wird. Erst in Kombination mit Risikofaktoren führt die erbliche Anlage zur Entwicklung der Krankheit. Erbliche Faktoren betreffen beispielsweise das Nervensystem, die Nieren, die Gefäße, die Hormone und/oder die Zellmembranen. Da hoher Blutdruck häufig in Kombination mit Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen und Diabetes vorkommt, reagiert der Körper außerdem oft zu schwach auf Insulin. Die typischen Risikofaktoren für Bluthochdruck sind beispielsweise Übergewicht, erhöhter Alkohol- und Salzkonsum, mangelnde körperliche Bewegung oder Stress.

Auch eine Schlafapnoe kann Bluthochdruck verursachen: Längere Atempausen während des Schlafens durch Verlegung der oberen Luftwege, haben eine Sauerstoffunterversorgung des Körpers und damit verbundene Aufweckreaktionen zur Folge. Die meisten Betroffenen wachen jedoch nicht auf, sondern reagieren mit erhöhten Körperfunktionen, wie z.B. hohem Blutdruck, der sich schließlich auch auf den Tag ausweitet.

BLUTHOCHDRUCK ALS FOLGEERKRANKUNG

Fehlfunktionen der Niere sind die häufigste Ursache dieser Form des Bluthochdrucks. Dies können Erkrankungen der Nierenkörperchen, Verengung der Nierenarterien oder auch Nebennierenerkrankungen sein. Aber auch eine angeborene Verengung der Hauptschlagader oder eine Überfunktion der Schilddrüse können Bluthochdruck verursachen. Etwa 1 Prozent ist medikamentös bedingt, durch beispielsweise die Antibabypille, Cortison oder Medikamente gegen Rheuma. Blutdrucksteigernd können im Extremfall außerdem abschwellende Nasentropfen sowie übermäßiger Genuss von Cola, Lakritze oder Drogen sein.

Die Assistenzärztin Eva Wohlfarth bespricht zur Abklärung der Diagnose ein EKG mit Chefarzt Matthias Bösking.

WANN IST DER BLUTDRUCK ERHÖHT?

Normale und erhöhte Blutdruckwerte (mmHg)

	OBERER WERT (SYSTOLISCH)	UNTERER WERT (DIASTOLISCH)
normaler Blutdruck	120-129	80-84
hoch-normaler Blutdruck	130-139	85-89
leichter Bluthochdruck	140-159	90-99
mittelschwerer Bluthochdruck	160-179	100-109
schwerer Bluthochdruck	über 180	über 110
isolierter systolischer Bluthochdruck	über 140	unter 90

Dabei ist zu beachten, dass ein Bluthochdruck auch vorliegt, wenn nur einer der Werte erhöht ist.

BLUTDRUCK-MESSUNG

Die Gesundheits- und Krankenpflegerin Maren Cremer kümmert sich auf der Inneren Station in Wittmund auch um die regelmäßige Blutdruckkontrolle der Patienten.

Idealer Ort zur Messung des Blutdrucks ist der Oberarm, da sich in Höhe des Herzens die Arterien befinden und so die Brachialarterie des Oberarms realistische Daten liefert. Da die Werte innerhalb kurzer Zeit stark schwanken können, ist eine regelmäßige Messung unter gleichen Voraussetzungen wichtig. Empfehlenswert sind:

- 3 bis 5 Minuten körperliche Ruhe im Sitzen vor der Messung
- kein Kaffee, Alkohol vor der Messung
- Messung vor Einnahme der Medikamente

Außerdem wird empfohlen, die Messung nach wenigen Minuten noch einmal durchzuführen. Der meist niedrigere Wert der zweiten Messung ist dann der gültige.

LANGZEIT-MESSUNG

Bei der Langzeit-Blutdruckmessung legt der Arzt dem Patienten ein Gerät an, das etwa alle 20 Minuten über 24 Stunden den Blutdruck misst. Dies wird häufig eingesetzt, wenn die Einstellung des Blutdrucks schwierig ist oder um zusätzlich Nacht-Werte zu ermitteln. Außerdem lässt sich so der sogenannte „Weißkittelhochdruck“ ausschließen, der bei einigen Patienten immer nur in der Arztpraxis auftaucht.

TIPP

Chefarzt Matthias Bösking empfiehlt:

- Übergewicht abbauen
- Salzverzehr beschränken
- Alkoholkonsum reduzieren
- Rauchen einstellen
- Kaliumzufuhr durch viel Obst und Gemüse erhöhen
- regelmäßige Seefisch-Mahlzeiten oder Fischölkapseln
- Ballaststoffe zuführen
- Gesamtfettzufuhr reduzieren
- Cholesterinzufuhr senken
- körperlich aktiv werden
- Stress gezielt abbauen

THERAPIEN UND BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

Nicht immer muss sofort mit Medikamenten behandelt werden. Bei hoch-normalem Blutdruck und leichtem Bluthochdruck ist eine Umstellung des Lebensstils schon sehr erfolgversprechend, so dass man drei bis sechs Monate abwartet, bis man gegebenenfalls mit der medikamentösen Behandlung beginnt. Die Entscheidung für einen gesunden Lebensstil sollte aber in jedem Fall erfolgen, da so die Medikamentenmenge reduziert und Nebenwirkungen minimiert werden können.

Rettungsdienst in Wittmund

Verlässliche Helfer in der Not

Der Landkreis Wittmund ist Träger des Rettungsdienstes und damit verantwortlich für die Sicherstellung des Notarztdienstes. Der Landkreis hat diese Aufgabe dem Krankenhaus übertragen.

Unter der Leitung von Dr. Hans-Hinrich Grafelmann, Chefarzt der Abteilung für Anästhesiologie, Intensivtherapie und Rettungsmedizin, nehmen angestellte Ärzte des Krankenhauses während der regulären Dienstzeiten im Wechsel die Notarztfunktion wahr. Außerhalb der Dienstzeiten wird ein Bereitschaftsdienst organisiert, der die durchgehende Notarztversorgung rund um die Uhr sicherstellt. An diesem Bereitschaftsdienst nehmen auch externe niedergelassene Ärzte teil. Der diensthabende Notarzt fährt zeitgleich mit dem Rettungswagen zum jeweiligen Einsatzort.

Die Rettungsassistentin Mareike Kuhnhen und Stefan Maier (Rettungsassistent im praktischen Anerkennungsjahr) an der Rettungswache am Schlossplatz in Wittmund, von wo die Einsätze starten. Zeitgleich mit ihnen fährt der diensthabende Notarzt des benachbarten Krankenhauses zum Einsatzort.

Um als Notarzt zugelassen zu werden, sind eine Zusatzausbildung als Rettungsmediziner, zwei Jahre Klinikerfahrung sowie mindestens 20 begleitende Einsätze mit einem zur Ausbildung berechtigten Arzt notwendig.

INFOS

Aufgaben des Notarztes:
Durchführung akut lebensrettender medizinischer Maßnahmen und Herstellung der Transportfähigkeit in Zusammenarbeit mit weiterem Rettungspersonal; Begleitung und Überwachung des Patienten beim Transport

AUSBILDUNG IM KRANKENHAUS WITTMUND

Im Krankenhaus Wittmund besteht die Möglichkeit, sich im Rahmen einer dreijährigen Ausbildung zum/zur Gesundheits- und Krankenpfleger/in ausbilden zu lassen. Jedes Jahr werden zehn Ausbildungsplätze zur Verfügung gestellt. Ausbildungsbeginn ist jeweils der 1. August des Jahres.

Weiterhin bietet das Krankenhaus eine Ausbildungsstelle für den Beruf des Operationstechnischen Assistenten (m/w) an.

Zusätzlich stehen Stellen für das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ) und für den Bundesfreiwilligendienst zur Verfügung.

In der nächsten Ausgabe des Krankenhausmagazins wird ausführlich über diese vielfältigen Möglichkeiten informiert.

INFOS

Bei Interesse wenden Sie sich an:
Gerhard Bohlen
Telefon: 04462-862102
personal@kh-wtm.de

Jubilare

Im April feierten sieben Mitarbeiter des Krankenhauses ihr Dienstjubiläum.

25-jähriges Jubiläum

Heike Pfeifer

Angela Barfs

Martina Mannott

Elke Gerriets

Angelika Osterkamp

40-jähriges Jubiläum

Erika Nikiel

Gesa Fischer

WIR GRATULIEREN HERZLICH!

Ossiloop 2013

Am 23. April war es soweit: Der 32. Ossiloop startete mit der 1. Etappe von Bensersiel nach Dunum. Fast 2.500 Anmeldungen für den Etappenlauf vom Meer nach Leer lagen dem Veranstalter vor – 16 davon vom Krankenhaus Wittmund. Sechs Etappen zwischen 9,5 und 14 Kilometern galt es zu bestreiten. Zieleinlauf war am Freitag nach Himmelfahrt. Das Team des Krankenhauses Wittmund schaffte in der Teamwertung den 10. Platz. Herzlichen Glückwunsch!

Teilnehmer des Teams Krankenhaus Wittmund (v.l.): Max Birkheuer, Hanelore Patzke, Dr. Stefan Sopke, Gerhard Bohlen, Angelika Gerken, Steffi Onken, Magret Tapper, Renate Hilgefort-Eiben, Jörg Menssen, Elke Dirksen, Dr. Christiane Zepig, Ivonne Hayen, Britta Jürgens, Christoph Heimann, Martina Mannott und Tobias Jäckle

Gewerbeschau Wittmund

Bereits zum 5. Mal präsentierte sich das Krankenhaus Wittmund auf der Wittmunder Gewerbeschau. Vom 19. bis 21. April kümmerten sich insgesamt 55 Mitarbeiter des Krankenhauses auf dem über 22 Meter langen Stand darum, dass das Leistungsangebot allen Interessierten informativ und anschaulich demonstriert wurde. Während die Besucher selbst minimalinvasiv Gummibärchen von A nach B transportieren konnten, zeigte das Team der orthopädischen Chirurgie regelmäßig „Live"-Kniegelenkspiegelungen. Neueste Narkosegeräte sowie ein Organ-Torso mit über 40 herausnehmbaren Teilen wurden vorgeführt und die Auszubildenden nahmen an den Tagen über 1.000 Blutdruck- und Pulsmessungen vor. Außerdem gewann der Förderverein des Krankenhauses 23 neue Mitglieder!

Der Organ-Torso der Inneren Abteilung stieß bei den Besuchern auf großes Interesse. Am Tisch des Pflegedienstes beteiligten sich die Auszubildenden mit kostenlosem Blutdruck- und Puls-Check am Programm.

Wir stellen vor: Förderverein Krankenhaus Wittmund e.V.

Der Förderverein unterstützt das Krankenhaus ideel, materiell und finanziell. Die zur Verfügung stehenden Mittel werden eingesetzt, um das gute Leistungsangebot des Krankenhauses zu sichern und seine Ausstattung zu verbessern, die gute Betreuung von Patienten und deren Angehörigen zu erhalten und auszubauen. Dazu gehören auch die Organisation von Besuchsdiensten sowie die freundliche Ausstattung des Krankenhauses.

Ansprechpartner für den Förderverein ist der Vorsitzende Carsten Rinne, der sich gemeinsam mit dem 2. Vorsitzenden Dr. Bernd Weimar und dem Geschäftsführer Alfred Siebolds um die Arbeit des Vereins kümmert. „Wir freuen uns über jedes neue Mitglied", so Carsten Rinne. Denn jedes Mitglied stärke die Arbeit des Vereins und sichere somit das Angebot des Krankenhauses Wittmund, fügt er hinzu.

Aktuell liegt die Mitgliederzahl bei 530 Personen. „Tendenz steigend", freut sich Alfred Siebolds. „Spenden und Mitgliedsbeiträge sind selbstverständlich steuerlich absetzbar", ergänzt er.

INFOS

Mehr Informationen unter:
Tel. 04462-862107 und
foerderverein@kkh.wittmund.de

Carsten Rinne, Vorsitzender des Fördervereins Krankenhaus Wittmund e.V.

Kleiner Pieks mit großer Wirkung!

Was passiert bei einer Impfung?

Ihr kennt sie alle: Die Impfung beim Kinderarzt. Aber warum muss man sich eigentlich immer wieder pieksen lassen? Vor allem, wenn man gar nicht krank ist?

Der Körper hat ein eigenes Abwehrsystem, das gegen Bakterien und Viren kämpft – das sogenannte Immunsystem. Die Abwehr des Körpers muss aber wissen, wer der Gegner ist und wie man ihn am besten besiegen kann. Bei einer Impfung lernt der Körper diese Gegner kennen: nur so wenige von ihnen, dass man davon nicht krank wird, aber genug, um sich bei einem echten „Angriff" an sie zu erinnern! Dann kann der Körper sich selbst schützen und ist immun gegen bestimmte Krankheiten. Manche Impfungen halten ein Leben lang, manche müssen nach einiger Zeit aufgefrischt werden.

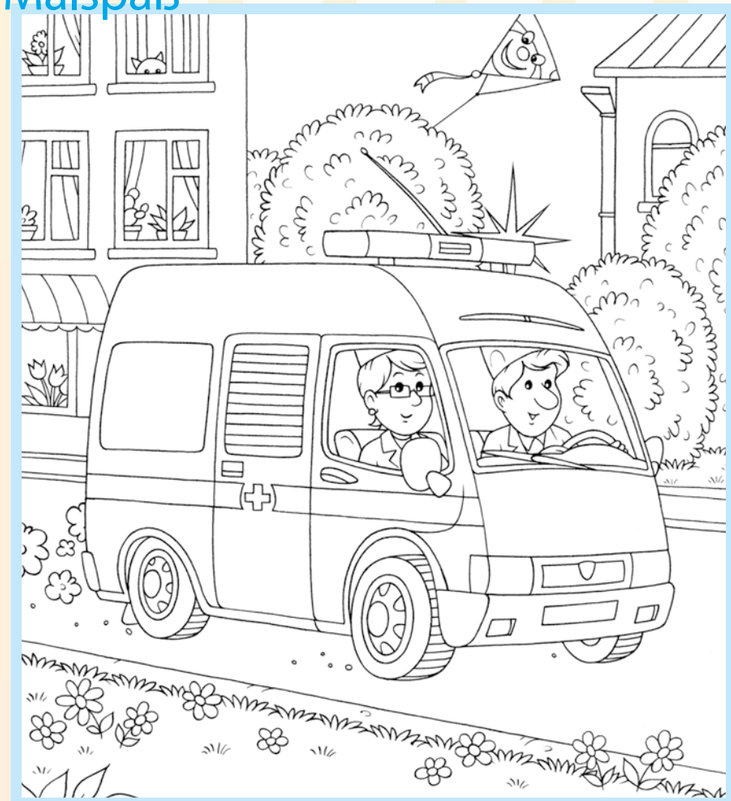
Man impft aber nur gegen Krankheiten, die schwer zu behandeln oder gefährlich sind. Bekommt man zum Beispiel die Windpocken, bevor man dagegen geimpft ist, so immunisiert man sich selbst und bekommt diese Krankheit nie wieder.

Kinderwitz

Wie nennt man den Koch in einem Krankenhaus?

Gerichtsmediziner

Malspaß



Bilderrätsel

Enno und Edda sind Geschwister und haben Windpocken. Um niemanden anzustecken, dürfen sie einige Zeit nicht zur Schule. Die beiden vertreiben sich die Zeit, indem sie ihre Windpocken zählen. Könnt ihr den beiden helfen? Wer hat mehr Windpocken?

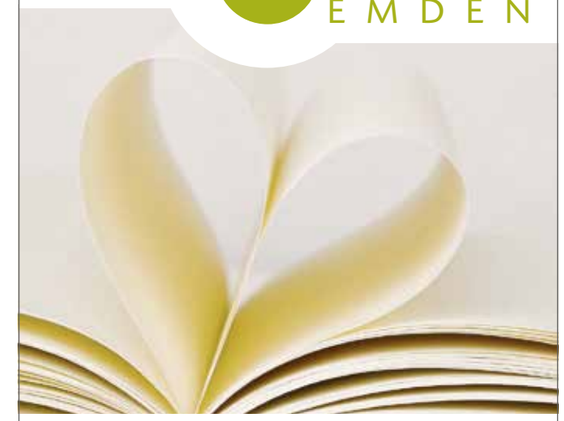
Enno hat 25 Windpocken, Edda hat 21. Enno hat also mehr!

Das Ärztehaus Wittmund – in direkter Nachbarschaft zum Krankenhaus – sichert mit verschiedenen ärztlichen Fachpraxen, medizinischen Dienstleistern und einer modernen Apotheke die gesundheitliche Versorgung im Landkreis. Individuelle Betreuung und kurze Wege garantieren den Patienten kompetente und zentrale Behandlung.

90 Prozent bereits vermietet.
Jetzt noch 150 oder 300qm Praxisfläche sichern!
Individuell zu gestaltende Räumlichkeiten.

Ärztehaus Wittmund GmbH & Co. KG
Ihre Ansprechpartnerin: Francoise Tackmann
030-887273445 | ftackmann@tkp-marketing.de

DRUCKKONTOR EMDEN



Druckkontor Emden. Zuverlässiger Service. Guter Preis.
Für Sie. Für uns. Jeden Tag!

Normannenstr. 1a | 26723 Emden
Tel. +49 (0) 4921 58918-0 | Fax +49 (0) 4921 58918-20
info@druckkontor-emden.de | www.druckkontor-emden.de

Sanitätshaus Gebauer
Fachzentrum für Technik am Menschen

Bewegend anders

Ihr kompetenter Ansprechpartner für Hilfsmittel am Krankenhaus Wittmund

Telefon: 0 44 62 / 20 45 80

Wilhelmshaven - Wittmund - Sande - Oldenburg

Gebauer 90 Jahre

PHYSIOTHERAPIE IM ÄRZTEHAUS WITTMUND

- Physiotherapie
- Massagen und Lymphdrainage
- Krankengymnastik an Geräten
- Medizinische Trainingstherapie
- Bindegewebsmassagen
- Wärme- und Kältetherapie
- Ultraschalltherapie
- Elektrotherapie
- Bobath, manuelle Therapie
- Cranio-Sacrale

Inh. Wangerland Reha GmbH

Praxisleitung
Herr Menssen

Telefon 04462 9460782
Fax 04462 9238738

Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 8 - 18 Uhr
und nach Vereinbarung

Impressum

Herausgeber:
Krankenhaus Wittmund gGmbH
Geschäftsführer und V.i.S.d.P. Alfred Siebolds
Dohuser Weg 10
26409 Wittmund

Konzeption/Text/Gestaltung:
k+ agentur für kommunikation GmbH, Aurich
Telefon: 04941-969 15 00 | www.agentur-kplus.de

Bildquellen:
Fotos: k+, Krankenhaus Wittmund, Shutterstock (S. 7, 8, 11, 12, 14, 15, 16, 18)

APOTHEKE
am Krankenhaus

Gesundheit leben

Für Sie im Ärztehaus Wittmund als kompetente Ansprechpartner:

- Arzneimittelberatung
- Rezepte und Anfertigung von Rezepturen
- Diabetikerbedarf
- Hilfsmittel
- Wechselwirkungscheck
- Ernährungsberatung
- Homöopathie

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Dr. Katharina Rosing
und Team

Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 8 bis 18 Uhr

Dohuser Weg 14
26409 Wittmund

Tel. 04462 · 9238343
Fax 04462 · 9238344

info@ApothekeAmKrankenhaus.de
www.ApothekeAmKrankenhaus.de

ERGOTHERAPIE & LOGOPÄDIE HERLYN-WESSELS

Ergotherapie für Erwachsene beispielsweise nach Schlaganfall, Schädelhirntrauma oder bei Indikationen wie MS, Rheuma, Parkinson, Demenz, Frakturen, Gelenkersatz, Handchirurgie, Orthopädie oder psychiatrischen Erkrankungen

Ergotherapie für Kinder beispielsweise bei Entwicklungsstörungen, Auffälligkeiten im Sozialverhalten oder im Schulalltag, Problemen in Konzentration, Grob- u. Feinmotorik sowie Koordination

Logopädie für Erwachsene und Kinder bei Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen, Zungenfehlfunktion oder Sprachentwicklungsstörungen, Stottern und Poltern

Sprechzeiten u. Hausbesuche nach Vereinbarung

ERGO therapie LOGO pädie
Herlyn-Wessels

DIREKT IM ÄRZTEHAUS

Dohuser Weg 14
26409 Wittmund

Telefon 04462 946083
Fax 04462 2048735

holgerwessels@web.de
www.ergotherapie-ostfriesland.de