PULS

Das Krankenhausmagazin

Krankenhaus Wittmund
...gut aufgehoben

PFLEGE IM KRANKENHAUS: QUALIFIZIERT & MENSCHLICH

SCHMERZLINDERUNG

Genesung nach Operation fördern

BAUARBEITEN

Ministerin betont Zukunftsfähigkeit

NEUER LANDEPLATZ

Top-Bedingungen für Hubschrauber

Oktober 2016 | Ausgabe 10

ERGO therapie LOGO pädie
Herlyn-Wessels

Ergotherapie & Logopädie
für Erwachsene und Kinder

Sprechzeiten und Hausbesuche nach Vereinbarung

DIREKT IM ÄRZTEHAUS
Dohuser Weg 14 | 26409 Wittmund | Tel. 04462 946083
holgerwessels@web.de | www.ergotherapie-ostfriesland.de

Gebauer
Das Sanitätshaus

Bewegend anders

Ihr Experte für Hilfsmittel direkt am Krankenhaus Wittmund

Telefon: 0 44 62 / 20 45 80

Wilhelmshaven - Wittmund - Sande - Oldenburg

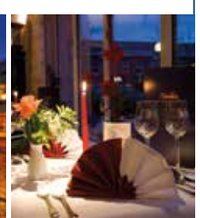
www.schubert-wisag.de

Schubert
Ein Unternehmen der WISAG

- Beratung & Konzept
- Betriebsgastronomie
- Patienten- & Seniorenverpflegung
- Kita- & Schulverpflegung
- Einkaufsmanagement

Schubert Speisenversorgung GmbH & Co. KG
Hansaallee 305
D-40549 Düsseldorf
Tel. +49 211 8305-0
www.schubert-wisag.de

Residenz
HOTEL RESTAURANT STADTHALLE
KOMFORT-APPARTEMENTS
WITTMUND



Ganztägig geöffnet:
· täglich Frühstücksbuffet, nachmittags Kaffee, Tee und Kuchen
· warme Küche von 11.30-14.30 Uhr und von 18.00-22.00 Uhr

SAISONTERMINE
· Winterzeit - Grünkohlzeit
· „Rendezvous mit dem Nikolaus" – Spezialitätenbuffet am 6. Dezember 2016
· Sonntagsbrunch an jedem 2. und 4. Sonntag im Monat und an jedem Adventssonntag
· Silvesterball mit Live-Musik mit der Band „Roundabout", großes Buffet und Mitternachtsimbiss

RINGHOTELS
Echte Heimat Genuss erleben

★★★★
Am Markt 13 · 26409 Wittmund
www.Residenz-Wittmund.de
Telefon 04462-886-0 · Fax 04462-886-123

oltmanns
PERÜCKEN

Natürlichkeit ist unser Erfolg
Perücken – Toupets – Haarteile

Leer, Bremer Str. 31, Tel. 0491-9921030
Aurich, Kirchdorfer Str. 4, Tel. 04941-63455
Oldenburg, Donnerschweer Str. 39, Tel. 0441-88050
Öffnungszeiten von 10-17 Uhr
Vertragslieferant der Krankenkassen
www.peruecken-oltmanns.de

Impressum
Herausgeber:
Krankenhaus Wittmund gGmbH,
Geschäftsführer und V.i.S.d.P. Alfred Siebolds,
Dohuser Weg 10 | 26409 Wittmund
Telefon: 04462-86 02 | info@kh-wtm.de

Bildquellen: k+ medienbüro, Krankenhaus Wittmund, Fotostudio Lichtblick, Shutterstock

Aufgrund der besseren Lesbarkeit verzichten wir auf die Verwendung der weiblichen und männlichen Bezeichnungen. Wird die männliche Sprachform verwendet, ist selbstverständlich auch das weibliche Geschlecht gemeint.

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

gut aufgehoben und gut aufgestellt – so lautet das Fazit des Jahres 2016 für das Krankenhaus Wittmund. Gut aufgehoben fühlen sich Patienten und deren Angehörige in unserem Haus. Dafür leistet unser Team aus Ärzteschaft, Pflegenden, Funktions-, Wirtschafts- und Versorgungsdienst sowie Verwaltung täglich Großes. Vollen Einsatz etwa bringen die rund 150 Gesundheits- und Krankenpfleger auf den Stationen. Tag für Tag sind sie im Dienst der Patienten tätig, sind Ansprechpartner und unterstützen bei der Genesung. Die steigenden Anforderungen sehen sie als Herausforderung, bilden sich engagiert fort und nutzen die Chancen der Zusatz-Qualifikationen. Die Qualität der Arbeit steht dabei stets im Mittelpunkt. Mit der Ernennung einer Patientenfürsprecherin wollen wir die Kommunikation und damit den Service weiter verbessern. Wir möchten ins Gespräch kommen – mit Patienten und Angehörigen.

Stillstand ist Rückschritt, sagt man im Volksmund. Und so hat sich in den vergangenen Monaten am Krankenhaus vieles getan. Zertifikate wie die Ernennung zum EndoProthetik-Zentrum oder das zweite Hygienesiegel sind da nur einige Beispiele. Auch die Baumaßnahmen an unserem neuen Funktionstrakt schreiten gut voran. Anfang 2017 soll der Umzug beginnen. Erst jüngst bescheinigte die niedersächsische Gesundheitsministerin bei einem Besuch im Rohbau eine gute Zukunftsfähigkeit.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß bei der Lektüre von PULS und eine besinnliche und schöne Vorweihnachtszeit. Kommen Sie gut ins nächste Jahr!

Herzlichst Ihr

A. Siebolds

Alfred Siebolds
Geschäftsführer Krankenhaus Wittmund

Inhalt

VORWORT UND INHALT

VORGESTELLT
- Pflege - Fachwissen und Menschlichkeit Hand in Hand 4

VISITE
- Schmerzen nach der OP lindern und schnell genesen 8

WISSEN
- Wie entsteht Schmerz? 10

VORGESTELLT
- Im Dienst des Patienten 12

AM PULS DER ZEIT
- Baustelle im Endspurt 14
- Perfekte Landungen für die Helfer aus der Luft 15
- Ausbildung und mehr 16
- Neuer Oberarzt und Hygienebeauftragte 17
- Jubiläen und Fortbildung 18

KINDERECKE
- Warum tragen Ärzte immer weiße Kittel? 19
- Mein Lieblingsrezept

PFLEGE – FACHWISSEN UND MENSCHLICHKEIT HAND IN HAND

Gesundheits- und Krankenpflegerin Katharina Popken überprüft bei Patientin Stefanie Dahlen den Blutdruck.

Die Gesundheits- und Krankenpfleger im Krankenhaus Wittmund sorgen Tag für Tag für einen reibungslosen Ablauf auf den Stationen und sind wichtige Bezugspersonen für Patienten und Angehörige. Ein Job mit Anspruch.

Der Tag von Erika Nikiel und Lea Müller beginnt in dieser Woche früh. Mit der Übergabe von der Nachtschicht ist um 6 Uhr Dienstantritt für die beiden Gesundheits- und Krankenpflegerinnen. Erika Nikiel (Gynäkologie/Geburtshilfe) ist „ein alter Hase“ im Job. Seit 1973 ist sie am Wittmunder Krankenhaus – machte erst ihre Ausbildung und blieb dann. Lea Müller (Chirurgie/Innere) ist noch ein „Frischling“ in der Pflege. Die 24-Jährige machte bis zum vergangenen Jahr ihre Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin in Sanderbusch, wechselte 2015 nach Wittmund. Doch egal ob erfahren oder neu im Job, beide wissen genau, was Pflege im Krankenhaus bedeutet. Und das ist weit mehr als Essen reichen, Begleitung beim Toilettengang oder das Waschen der Patienten.

6.30 UHR: Nach der Übergabe beginnt die sogenannte Bereichspflege. Die Pflegekräfte werden auf die Zimmer verteilt, ein Pfleger versorgt im Schnitt sechs bis neun Patienten. „Im Idealfall sind das immer die gleichen Patienten, so kann ich den Verlauf der Krankheit und der Genesung am besten verfolgen“, sagt Lea Müller. Die 24-Jährige legt viel Wert auf die persönliche Betreuung und mag den direkten Kontakt zu den Menschen. Die Patienten werden nun von den Pflegekräften geweckt. Vitalzeichen wie Blutdruck, Temperatur, Puls und bei Diabetikern Blutzucker werden kontrolliert, Infusionen gewechselt und Medikamente gegeben. Bei der Körperpflege wird geholfen oder diese bei Bedarf auch ganz übernommen. Dabei wird das ein oder andere Wort gewechselt. Immer im Nacken: der Zeitdruck. Aber auch das Wissen, wie gut es den Patienten tut, Zuwendung zu erfahren. „Ich bin sehr froh darüber, dass wir auch auf Praktikanten, FSJler und andere kostbare Helfer zurückgreifen können“, sagt Erika Nikiel. Sie unterstützen die ausgebildeten Pflegekräfte, nehmen so manche Alltagsroutine ab.

Erika Nikiel stellt die Medikamente für die Patienten auf Station 3 zusammen.

7.30 UHR: Die Arztvisite beginnt. Parallel wird das Frühstück auf die Zimmer gebracht.

VORMITTAG: Zwischen 8 und 11 Uhr folgen Physiotherapie, Untersuchungen, Operationen. Jetzt ist Zeit für die Dokumentation. Alle Pflege- sowie Fort- oder Rückschritte der Patienten müssen schriftlich erfasst und festgehalten werden. „Außerdem arbeiten wir die Visiten aus“, ergänzt Lea Müller. Hat der Arzt etwa Untersuchungen wie Röntgen, CT oder die Blutabnahme verordnet, stimmen die Pflegekräfte die Termine mit den entsprechenden Abteilungen ab und organisieren den Transport. „Das ist schon ein straffer Plan und nicht immer schaffen wir es, ihn einzuhalten“, weiß Erika Nikiel. Je nach Fall sei die Betreuung sehr zeitintensiv. Doch das oberste Ziel ist es, den Patienten selbstständig zu halten oder ihn wieder selbstständig zu machen.

11.30/11.45 UHR: Das Mittagessen wird auf die Zimmer gebracht. Für die Pflegekräfte stehen weitere Dokumentationen an.

Dokumentation: Lea Müller notiert nach dem Besuch auf dem Zimmer, was sie gemacht hat und wie es dem Patienten geht.

12.30 UHR: Die Spätschicht trifft ein. Bis 14.15 Uhr sind nun beide Schichten gemeinsam auf der Station. „Das ist für uns die Zeit, um einiges abzuarbeiten“, sagt Erika Nikiel.

13.30-14 UHR: Übergabe von der Früh- an die Spätschicht. Dabei werden jeder Patient und sein aktueller Gesundheitszustand besprochen.

AB 14.15 UHR: Lea Müller und Erika Nikiel haben Feierabend. Auf dem Heimweg werden sie versuchen abzuschalten, Abstand zur Arbeit zu gewinnen. Das klappt nicht immer.

MULTITASKING

Angesprochen auf die hohe Arbeitsbelastung, nicken beide. Sie erfahren am eigenen Leib, was Multitasking bedeutet – also mehrere Aufgaben parallel und zur Zufriedenheit aller zu erfüllen. „Es gibt Tage, da bin ich fix und fertig“, sagt Lea Müller. Aber man bekomme auch sehr viel zurück von den Patienten. „Sie fühlen sich bei uns gut behandelt und ein großes Kompliment ist es, wenn sie gar nicht merken, wie viel Trubel und Stress gerade herrscht“, sagt Erika Nikiel. Außerdem, so sagen beide, gebe es ja wohl keinen Job, in dem es nicht hin und wieder stressig wäre. „Wenn die Schlange an der Kasse im Supermarkt immer länger wird, dann steht die Kassiererin auch unter Druck“, sagt Nikiel. Man müsse einfach eins nach dem anderen abarbeiten und den Patienten im Fall der Fälle erklären, dass es auch mal länger dauern kann.

> *„Die Patienten fühlen sich bei uns gut behandelt.“*
>
> Erika Nikiel

ENGER DRAHT ZUR LEITUNG

„Die Hauptaufgabe unseres Teams ist es, den Pflegeprozess zu steuern. Dazu gehört es auch, die Pflegesituation und den Patienten mit all seinen Besonderheiten zu erfassen und im Heilungsprozess zu unterstützen“, sagt Eckhard Meier, stellvertretender Pflegedienstleiter am Krankenhaus Wittmund. Er weiß, dass seine Mitarbeiter hoch motiviert sind und

sich voll einsetzen. Meier weiß aber auch, dass sie immer wieder an die eigenen Grenzen stoßen.

Mit einem engen Draht in die Pflegeteams sowie Angeboten zur Fort- und Weiterbildung versucht die Pflegedienstleitung gegenzusteuern. „Unsere Mitarbeiter sind immer mit viel Herz bei der Sache“, sagt auch Pflegedienstleiter Stefan Richter. Täglich sind er und Kollege Eckhard Meier auf den Stationen unterwegs. „Bei der Gelegenheit können Probleme oder Fragen direkt geklärt werden.“ Auch in der Geschäftsführung ist man sich der Bedeutung der Pflege für ein Krankenhaus bewusst: „Die Mitarbeiter auf den Stationen leisten wertvolle Arbeit und hinterlassen einen bleibenden Eindruck bei den Patienten“, so Gerhard Bohlen, stellvertretender Geschäftsführer des Krankenhauses.

Bei der Übergabe von der Früh- an die Spätschicht werden alle Patienten kurz besprochen.

EXPERTENWISSEN IST GEFRAGT

Dass die Pflege immer komplexer und umfänglicher wird, der Zwang zur Dokumentation wächst (siehe Infokasten) und die Krankheitsbilder, mit denen die Menschen, die heute immer älter werden, ins Krankenhaus kommen, immer vielfältiger werden, ist auch Eckhard Meier klar. „Deshalb ist es umso wichtiger, sich Expertenwissen und Fachexpertise anzueignen und immer auf dem Laufenden zu bleiben“, wie er betont. Mitarbeiter des Pflegeteams am KH Wittmund bilden sich daher kontinuierlich fort, sodass sich in den vergangenen Jahren einige „Experten“ herausgebildet haben, die auf den Stationen um Rat gefragt werden können.

TEAM „WUNDMANAGEMENT“

Anja Barghorn, Tanja Fabricius, Susanne Herzog-Flick und Britta Mai bilden das Team „Wundmanagement“. Sie haben die Fachausbildung zur Wundexpertin durchlaufen und unterstützen die Kollegen auf den einzelnen Stationen mit ihrem Wissen rund um den neuesten Stand der Wundversorgung.

Tanja Fabricius, Anja Barghorn und Susanne Herzog-Flick (v. l.) sind geschulte Expertinnen in Sachen Wundmanagement.

EXPERTIN KONTINENZFÖRDERUNG

Vor allem bei den steigenden Zahlen älterer Patienten ist Inkontinenz ein Thema im Krankenhaus. Silke Backhaus hat sich in Heidelberg fortgebildet und steht im Haus als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Das Thema Inkontinenz (Harnverlust) ist immer noch ein Tabu, doch man kann mit kleinen Schritten und Tipps schon viel erreichen.

Silke Backhaus

DEMENZ-EXPERTIN

Kirsten Tammen ist am KH Wittmund die Expertin, wenn es um den Umgang mit dementen Patienten geht. Sie hat im vergangenen Jahr die Fortbildung zur Demenz-Expertin abgeschlossen und steht den Kollegen mit Rat zur Seite. Sie weiß: „Mit dementen Patienten muss man gelassener und ruhiger umgehen.“

Kirsten Tammen

KINÄSTHETIK

Die tägliche Arbeit mit Patienten kann auch körperlich herausfordernd sein. Seit geraumer Zeit hat man sich daher am Krankenhaus Wittmund in der Kinästhetik fortgebildet. Dabei geht es die gesundheitsfördernde Bewegung von Patienten, die dadurch zur Mithilfe angeregt und somit aktiviert werden. Anne Noack ist zertifizierte Kinaesthetics-Anwenderin am Krankenhaus Wittmund. In Fortbildungsveranstaltungen und Auffrischungskursen sowie im Kinästhetik-Team gibt sie ihr Wissen kontinuierlich weiter.

Anne Noack

„PAIN NURSE“

Heike Hoffmann ist Expertin, wenn es um die Behandlung von Schmerzen geht. Sie hat die Fortbildung zur „Pain Nurse“ (Schmerzschwester) absolviert und steht den Kollegen auf den Stationen als Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Heike Hoffmann

INFO

Pflegedokumentation

In der Pflegedokumentation werden alle einen Patienten betreffenden Informationen zusammengeführt und die einzelnen Arbeitsschritte der Pflege festgelegt. Damit kann der Pflegeprozess nachvollziehbar gestaltet, ausgewertet und angepasst werden. Eine sinnvolle Pflegedokumentation erleichtert die Kooperation innerhalb des Behandlungs- und Pflegeteams und dient dem Nachweis der erfolgten Pflegemaßnahmen. Zur Dokumentation gehören unter anderem:

- **Stammblatt**
- **Pflegeanamnese**
- **Biografieblatt**
- **Bogen für ärztliche Anordnungen und Behandlungen**
- **Medikamentenplan**
- **Pflegeplanung**
- **Durchführungsnachweis**
- **Pflegebericht/Beurteilung der Pflegewirkungen**

Patient Dieter John wurde vor einem Tag ein neues Kniegelenk eingesetzt. Dr. Hagen Behnke kontrolliert bei der Visite den Sitz des Katheters, der John mit Schmerzmitteln versorgt.

Schmerzen nach der OP lindern und so schneller genesen

In der postoperativen Schmerztherapie sorgt das Team um Dr. Hagen Behnke dafür, dass die Patienten schnelle Schmerzlinderung erfahren und rasch wieder mobil werden. Ein ausgeklügeltes Schmerzkonzept und die individuelle Betreuung gehören zum Standard im Wittmunder Krankenhaus.

Dr. Hagen Behnke beugt sich über das dick bandagierte Bein von Dieter John. Erst gestern ist dem Patienten im Krankenhaus Wittmund ein neues Kniegelenk eingesetzt worden. Ein aufwendiger Eingriff, doch Dieter John geht es gut. Sehr gut sogar. Der Wittmunder lächelt, scherzt mit dem Mediziner. Schmerzen? Hat er kaum. Auf der Schmerzskala von 0 bis 10 liegen sie einen Tag nach der OP bei 1. „Wenn man sich überlegt, was für ein großer Eingriff gestern erfolgt ist, kann man sich vorstellen, welche Schmerzen der Patient hätte“, sagt Dr. Hagen Behnke. Doch Dieter John bekommt über einen Katheter einen genau auf ihn abgestimmten Cocktail an Schmerzmitteln. Die Folge: Schon an Tag eins nach der Operation kann er mit der Physiotherapie beginnen, hat bereits seine erste Sitzung mit der Motorschiene absolviert.

Schmerzlinderung fördert Genesung. „An diesem Beispiel sehen wir, was die postoperative Schmerztherapie leisten kann“, sagt Dr. Hagen Behnke. Der Chefarzt der Abteilung für Anästhesiologie, Intensiv- und Schmerztherapie, Notfallmedizin am Krankenhaus Wittmund führt ein zehnköpfiges Team von Ärzten und Pflegekräften, die sich unter anderem um die Schmerzlinderung nach Operationen kümmern. Schwerpunkte in Wittmund sind dabei Hüft-, Schulter- und Knieoperationen sowie größere Eingriffe am Bauch und gynäkologische Operationen. „Schmerzen haben großen Einfluss auf den weiteren therapeutischen Verlauf nach einer Operation“, weiß Dr. Behnke. Mit Schmerzen sei eine physiotherapeutische Behandlung erschwert oder sogar unmöglich. Eine der Hauptaufgaben der postoperativen Schmerztherapie sei es, die Funktionalität der Patienten zu verbessern und zu verhindern, dass Schmerzen sogar chronisch werden.

SCHMERZ IST KOMPLEX

„Schmerzen gelten heute als fünftes Vitalzeichen“, so Dr. Hagen Behnke. Neben Kreislauf (Blutdruck/Puls), Atmung, Bewusstsein und Körpertemperatur seien sie ein wichtiger Indikator für das Wohlbefinden des Patienten. „Der Patient hat ein Recht auf Schmerztherapie“, bringt es Dr. Behnke auf den Punkt. Dabei gehe es vor allem darum, den Patienten ernst zu nehmen und ihn nicht als Simulanten abzustempeln.

SUBJEKTIVES EMPFINDEN

„Schmerzempfinden ist sehr subjektiv“, so der Mediziner. Es werde unter anderem von Angst, Sorgen und Vorerfahrungen geprägt. Die Psyche spiele eine große Rolle. „Die größte Angst der Patienten ist es, dass sie nach der OP große Schmerzen haben.“ Dr. Hagen Behnke ist es daher wichtig, bereits im Vorfeld mit den Patienten über ihre Bedenken zu sprechen, sie aufzuklären und vor allem ehrlich mit ihnen zu sein. „Wir sagen dem Patienten, dass es wahrscheinlich nach der OP wehtun wird, sagen aber gleichzeitig auch, dass wir alles tun, um die Schmerzen erträglich zu machen.“ Es sei wichtig dem Menschen zu signalisieren, dass jemand auch nach der Operation für ihn da ist.

AUFKLÄRUNG UND OFFENE WORTE

Nach der Operation kommt es dann darauf an, die Schmerzintensität richtig zu bewerten. Denn: „Es gibt keinen Laborwert, mit dem man Schmerz quantifizieren kann.“ Anhand von Schmerzskalen – numerischen oder visuellen – kann der Patient einschätzen, wie stark seine Schmerzen sind. Dr. Hagen Behnke und sein Team stellen dann eine Medikation zusammen, die rasche Abhilfe schafft, und kontrollieren den Verlauf und die Wirkung engmaschig. Die Medikamentengabe kann dabei in Tablettenform oder mittels Katheter erfolgen.

Über einen Katheter in der Leiste erhält der Patient einen individuellen Medikamentencocktail.

„Die größte Angst der Patienten ist es, dass sie nach der OP große Schmerzen haben.“

Dr. Hagen Behnke

So wie bei Patient Dieter John. Er hat einen Leisten-Katheter gelegt bekommen, über den er exakt dosiert ein Schmerzmittel erhält, dass direkt auf den Nerv wirkt, der den Schmerz ans Gehirn meldet. Das Ergebnis: John verspürt lediglich einen leichten Schmerz in der Kniekehle, die eigentliche Wunde schmerzt nicht.

DEN PATIENTEN MIT INS BOOT HOLEN

„In solchen Fällen ist auch ein patientengesteuertes Verfahren möglich“, so Dr. Hagen Behnke. Dabei kann der Patient sich selber per Knopfdruck und Pumpe Schmerzmittel verabreichen. Durch Voreinstellungen wird ausgeschlossen, dass der Patient sich aus Versehen zu viel von dem Mittel verabreicht. Durch dieses Verfahren erhalte der Patient das Gefühl, aktiv zur Schmerzlinderung beitragen zu können. „Die Patienten wissen, dass sie es in der Hand haben, sich selbst helfen zu können“, so der Mediziner. Das allein sorge in vielen Fällen schon dafür, dass der Patient sich zunehmend entspanne und oft die Schmerzen als nicht so stark empfinde.

Pochen, stechen, dröhnen, brennen: Der Schmerz schlüpft in unzählige Rollen

Fast jeder kennt Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Bauchweh – denn Schmerzen sind Bestandteil des menschlichen Seins. Dabei gibt es viele verschiedene Arten dieses quälenden Gefühls sowie unterschiedlichste Ursachen. Eine richtige Pein. Allerdings gilt auch: Schmerzen sind wichtig.

Das Knie schmerzt. Vielleicht eine Warnung vor Überanstrengung?

Schmerzlinderung fördert Genesung – das gilt nicht nur für die Therapie nach einer Operation (Seiten 8/9). Doch nicht immer weiß man als Betroffener, woher das unangenehme Gefühl kommt und was es zu bedeuten hat. Aber wie entsteht Schmerz eigentlich und was kann man dagegen tun?

„UNANGENEHMES GEFÜHL"

Wer das Wort Schmerz hört, denkt erst mal generell an Qualen. Die genaue Definition der Internationalen Gesellschaft zur Erforschung des Schmerzes lautet: „Schmerz ist ein unangenehmes Sinnes- oder Gefühlserlebnis, das mit tatsächlicher oder potenzieller Gewebeschädigung einhergeht oder von betroffenen Personen so beschrieben wird, als wäre eine solche Gewebeschädigung die Ursache."

Doch Schmerzen sind nicht prinzipiell schlecht. Im Gegenteil: Im ursprünglichsten Sinn sind sie sehr wertvoll für den Körper, weil sie eine Schutzfunktion erfüllen. Sie sind ein wichtiges Warnsignal und weisen darauf hin, dass eine Schädigung droht oder eine Verletzung vorliegt – zum Beispiel durch äußere Einflüsse oder Krankheit. In der Regel tut bei einem solchen akuten Schmerz nur der betroffene Bereich weh und das Leiden geht wieder vorüber. Dabei ist der Schmerz so individuell wie wir Menschen selbst: Er kann klopfen oder pochen, brennen oder beißen, zwicken oder dröhnen, kribbeln oder stechen.

CHRONISCHE SCHMERZEN

Handelt es sich um einen akuten Schmerz, kann er meist gut lokalisiert und behandelt werden, so dass Linderung bald eintritt. In manchen Fällen, deren Ursache nicht immer eindeutig bestimmt werden kann, bleibt der Schmerz allerdings bestehen oder kehrt immer wieder. Geschieht das über mehrere Monate, spricht man von chronischen Schmerzen. Während der Anfang ebenfalls in einer Gewebeschädigung liegen kann, die möglicherweise schon geheilt ist, bleibt das Schmerzempfinden bestehen. Dies kann unter anderem durch eine Dauerreizung der Nozizeptoren oder durch Schäden an den Nervenfasern (neuropathischer Schmerz) passieren. Eine Lokalisierung ist dabei oft schwierig. Genauso können Muskelverspannungen oder psychische Belastungen dazu führen, dass man einen Schmerz nicht dort wahrnimmt, wo er eigentlich herkommt. Chronischer Schmerz ist kein Warnsignal mehr, sondern eine Erkrankung. Lässt sich diese nicht behandeln, kann eine Therapie darauf ausgelegt werden, wie die Betroffenen am besten mit dem Schmerz umgehen.

WELCHE SCHMERZEN GIBT ES?

KOPFSCHMERZEN

Von A wie Arthroseschmerzen bis Z wie Zahnschmerzen gibt es eine ganze Reihe von kleinen und großen Wehwehchen. Zu den häufigsten zählen Kopf- und Rückenschmerzen. So erlebt ein Großteil der Bundesbürger wenigstens einmal im Leben eine Kopfschmerzattacke, etwa die Hälfte klagt über häufigere oder gar regelmäßige Beschwerden, die das tägliche Berufs- und Familienleben beeinflussen können. Da es von Migräne und häufigen Spannungs- bis hin zu eher seltenen Cluster-Kopfschmerzen rund 200 verschiedene Arten gibt, erhöht eine möglichst exakte Diagnose die Erfolgschancen bei der Behandlung. Ein Kopfschmerz-Tagebuch kann dabei helfen.

RÜCKENSCHMERZEN

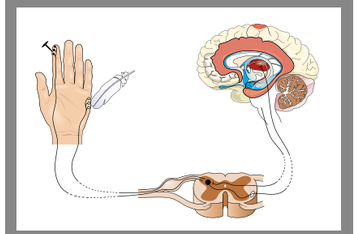
Ebenfalls zu den häufigsten Gesundheitsproblemen zählen Rückenschmerzen. Während ernsthafte Erkrankungen wie Rheuma oder Bandscheibenvorfälle hier nur einen geringen Prozentsatz der Ursachen ausmachen, sind die Beschwerden bei den meisten Betroffenen auf Bewegungsmangel, Fehlhaltungen oder Stress zurückzuführen. Werden Warnsignale hier nicht rechtzeitig beachtet und gegengesteuert, kann der Rückenschmerz chronisch werden. Dabei gelten aktive Phasen und Sportprogramme, die Spaß machen, als effektive Therapie – und auch Prophylaxe.

GELENKE, KNOCHEN, BAUCH

Weitere häufig auftretende Leiden sind Gelenkschmerzen, zum Beispiel durch Rheuma oder Arthrose, Knochenschmerzen durch Osteoporose, Schmerzen durch Tumorerkrankungen und Nervenschmerzen. Viele verschiedene Ursachen kommen infrage, wenn ein Mensch über Bauchweh klagt. Während eine zu üppige Mahlzeit oder ein Magen-Darm-Infekt meist schnell überwunden sind, können Bauchschmerzen allerdings auch auftreten, wenn es ein Problem an einem der inneren Organe gibt. Wie bei allen anderen Schmerzen gilt auch hier, dass nur der Arzt eine fachgerechte Diagnose stellen kann.

Es spannt, pocht oder brennt: Schmerz kann an zahlreichen Stellen des Körpers auftreten.

INFO



Ob Verletzung oder sanfte Berührung: Über das Knochenmark werden Reize ins Gehirn weitergeleitet. Hier entsteht dann gegebenenfalls das Schmerzempfinden.

Wie entsteht Schmerz?

In der Haut und den Organen ist der Mensch mit sogenannten Nozizeptoren ausgestattet, also freie Nervenendungen, die als eine Art Fühler fungieren. Sie reagieren auf verschiedene Reize, zum Beispiel Hitze und Kälte, Druck oder Verletzungen, und senden elektrische Impulse aus. Diese Signale werden über spezielle Schmerzfasern weitergeleitet ins Rückenmark. Hier werden dann passende Reflexe ausgelöst wie etwa eine Muskelbewegung, um ein Körperteil zu bewegen (typisches Beispiel: die Hand von der heißen Herdplatte wegziehen). Bis hierher hat der Mensch allerdings noch gar keinen Schmerz verspürt. Dazu kommt es erst, wenn die Signale vom Rückenmark nochmals weiter gewandert sind ins Gehirn, wo die bewusste und emotionale Wahrnehmung gesteuert wird. Dabei spielen übrigens auch der Gemütszustand sowie bisherige Schmerzerfahrungen eine große Rolle.

In der Patientenbibliothek auf Station 6 steht die Patientenfürsprecherin Edeltraut Coordes als Ansprechpartnerin bereit.

Im Dienst des Patienten

Edeltraut Coordes ist ab November als Patientenfürsprecherin im Krankenhaus Wittmund tätig. Ehrenamtlich kümmert sie sich um alle Anliegen, die Patienten und Angehörigen auf der Seele liegen. Mit der Installation des Fürsprechers setzt das Krankenhaus aktuelle gesetzliche Vorgaben um.

Edeltraut Coordes kennt das Krankenhaus Wittmund wie ihre Westentasche. 48 Jahre lang war sie im Haus beschäftigt – von der Ausbildung bis zum Ruhestand. Vor rund anderthalb Jahren ging sie in Rente. Jetzt kehrt die resolute Frau wieder zurück, allerdings in anderer Funktion. Ab November ist Edeltraut Coordes als Patientenfürsprecherin im Einsatz.

VIELFÄLTIGE AUFGABE

Ihre Aufgabe ist es, für die Interessen und Belange von Patienten einzutreten. Verbesserungspotenziale aus Sicht der Patienten sollen aufgenommen und gemeinsam mit der Klinikleitung nachhaltige Lösungswege mit dem Ziel der Qualitätssicherung umgesetzt werden. Für Edeltraut Coordes ist das ein vertrautes Arbeitsumfeld. Sie war in ihren letzten Berufsjahren im Qualitätsmanagement eingesetzt. „In diesem Zusammenhang habe ich auch federführend das Beschwerdemanagement des Hauses betrieben“, sagt Coordes. „Oft sind es Kommunikationsprobleme, die zu Ärger und Missverständnissen führen“, weiß sie. Und sie weiß auch: Diese Probleme lassen sich meist in einem persönlichen Gespräch schnell klären.

NIEDRIGE HEMMSCHWELLE, PERSÖNLICHES GESPRÄCH

Dabei soll und kann die Patientenfürsprecherin als niederschwellige Anlaufstelle, als Kontakt für Patienten und deren Angehörige dienen. Das unterstützt auch die Örtlichkeit, an der Edeltraut Coordes zunächst einmal wöchentlich anzutreffen ist: die Bibliothek des Krankenhauses. „Auf diese Weise sitze ich mittendrin im Betrieb und nicht in der Verwaltung. Das macht den Weg für die Menschen kurz, senkt die Hemmschwelle“, hofft Edeltraut Coordes. Sie will Hilfe zur Selbsthilfe bieten, stellt wenn nötig den Kontakt zu Ärzten oder anderen Einrichtungen her. Auch die Mitarbeiter des Qualitätsmanagements des Krankenhauses sehen die Einrichtung einer Patientenfürsprecherin positiv. „Man sollte die Funktion des Fürsprechers nicht nur auf Beschwerden fixieren, sondern ihn vielmehr als Möglichkeit zum Kontakt und Austausch sehen“, so Jörn Knötgen, QM-Manager im Krankenhaus.

> *„Oft sind es Kommunikationsprobleme, die zu Ärger und Missverständnissen führen.“*
>
> Edeltraut Coordes

DINGE OFFEN ANSPRECHEN

Bei einem Besuch im Sommer begrüßte auch Cornelia Rundt, Niedersachsens Ministerin für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, ausdrücklich die Wahl der Patientenfürsprecherin. Vor allem im Hinblick auf die kriminellen Vorfälle im Krankenhaus Delmenhorst sei es sehr wichtig, dass Menschen in Kliniken einen Ansprechpartner hätten, wenn ihnen etwas „unheimlich“ vorkomme, sagte die Ministerin. In Delmenhorst hatte ein Pfleger über Jahre hinweg mindestens 30 Patienten mit einer Überdosis eines Herzmedikamentes umgebracht. Offenbar hatte es an der Klinik schon länger Gerüchte über den Pfleger gegeben, doch zur Sprache gebracht hatte es niemand. Es müsse eine Selbstverständlichkeit werden, dass Dinge erwähnt werden können, ohne gleich einen Verdacht auszusprechen, so Cornelia Rundt.

> *„Man sollte die Funktion des Fürsprechers nicht nur auf Beschwerden fixieren, sondern ihn vielmehr als Möglichkeit zum Kontakt und Austausch sehen.“*
>
> Jörn Knötgen

Ein kurzer Draht zu den Mitarbeitern des Qualitätsmanagements Jörn Knötgen und Anna-Lena Kossek soll eine rasche Lösung für Probleme gewährleisten.

INFO

Kontakt und gesetzliche Grundlage

Erreichbarkeiten von Edeltraut Coordes:
mittwochs von 14 bis 16 Uhr,
Tel. 04462/865132
E-Mail: pfs@kh-wtm.de

Das Niedersächsische Sozialministerium hat zu Beginn des Jahres 2016 verbindlich für die Krankenhäuser in Niedersachsen die Etablierung von Patientenfürsprechern eingeführt. Wesentliches Merkmal ist die Unabhängigkeit des Fürsprechers. Er hat ein eigenes Büro, eine eigene Rufnummer sowie eine eigene E-Mail-Adresse. Weitere Merkmale eines Patientenfürsprechers sind:

- **Wahrnehmung, Prüfung und der ergebnisorientierte Umgang mit Patientenanliegen**
- **Vermittlung zwischen Patient und Klinikpersonal sowie der Klinikleitung**
- **Risikohafte Anliegen werden direkt an die Leitung gemeldet, um Fehler zeitnah zu beheben**
- **Ziel ist die Qualitätssteigerung im Klinikalltag**
- **Stellt Kontakt zu Ansprechpartnern her**
- **Keine Medizin- oder Rechtsberatung**

Baustelle im Endspurt

Der neue Funktionstrakt des Wittmunder Krankenhauses nimmt weiter Formen an. Anfang 2017 sollen die ersten Mitarbeiter in den Neubau einziehen. Niedersachsens Gesundheitsministerin Cornelia Rundt bescheinigte dem Krankenhaus bei einem Besuch der Großbaustelle die „Zukunftsfähigkeit“.

Nahtlos fügt sich der Anbau an das Bestandsgebäude an. Auffällig: die runden Fenster im Obergeschoss, von den Mitarbeitern liebevoll „U-Boot“ genannt.

Helle Fliesen in Weiß und Grau zieren die Wände, Kabelstränge und Lüftungsschläuche ragen aus den Decken, aus den zukünftigen OP-Sälen und Untersuchungsräumen hallt Baulärm. Während sich der Neubau von außen bereits nahtlos an das „alte“ Gebäude des Krankenhauses anschließt, werkeln die Handwerker im Inneren fleißig weiter.

FÖRDERUNG VOM LAND

Derzeit entsteht in einem ersten Bauabschnitt ein etwa 15 mal 22 Meter großer Anbau über drei Etagen. In ihm finden eine halboffene Liegend-Zufahrt für die Rettungswagen Platz sowie die Endoskopie und Operations-Säle. Die Kosten für die Baumaßnahme belaufen sich auf 8,5 Millionen Euro, 4,2 Millionen davon kommen vom Land Niedersachsen.

„Nach Abschluss der laufenden Baumaßnahme muss die betrieblich-bauliche Weiterentwicklung unseres Krankenhauses durch die Neustrukturierung der Krankenpflegestationen fortgesetzt werden“, sagt Alfred Siebolds, Geschäftsführer des Krankenhauses Wittmund, mit Blick in die Zukunft.

> *„Nach Abschluss der laufende Baumaßnahme muss die betrieblich-bauliche Weiterentwicklung unseres Krankenhauses durch die Neustrukturierung der Krankenpflegestationen fortgesetzt werden.“*
>
> Alfred Siebolds

WITTMUND IST „GUT AUFGESTELLT“

Niedersachsens Sozial- und Gesundheitsministerin Cornelia Rundt (SPD), die dem Krankenhaus jüngst einen Besuch abstattete, setzt gute Hoffnung darauf, dass auch dieses Projekt förderungswürdig sei. Sie bescheinigte dem Krankenhaus, sehr gut für die Zukunft aufgestellt zu sein. Besonders hob Rundt die Ergänzung des Hauses durch Facharztpraxen, Apotheke, Gesundheitsdienst und Bereitschaftsdienste hervor. Ergänzt wird dieses Angebot in Zukunft durch die derzeit ebenfalls im Bau befindliche Dialyse-Praxis, die auf dem Gelände des Krankenhauses entsteht.

Den Bau im Blick: Andreas Janssen, Leiter des Technischen Dienstes am Krankenhaus Wittmund, in einem der neuen OP-Säle.

Gesundheitsministerin Cornelia Rundt mit Geschäftsführer Alfred Siebolds (Mitte) und Holger Heymann (zu dem Zeitpunkt noch Landrats-Kandidat) auf der Baustelle.

Perfekte Landebedingungen für die Helfer aus der Luft

Das Krankenhaus Wittmund hat in einen neuen Hubschrauberlandeplatz investiert. Eine Novelle des Luftverkehrsgesetzes machte das nötig.

In Aktion: Der Rettungshubschrauber setzt in Wittmund auf.

Heiko Hildebrand steht mit einem großen Feuerlöscher vor einem feuerwehrroten Container. Im Hintergrund liegt die große Pflasterfläche mit einem deutlich sichtbaren „H“ auf dem Grund. Im Boden leuchten grüne und weiße Strahler. Der neue Hubschrauberlandeplatz des Krankenhauses Wittmund ist bereit.

GESETZESNOVELLE MACHTE UMBAU NÖTIG

Im Park des Krankenhauses wurde in den vergangenen Monaten investiert, der Landeplatz auf den neuesten Stand der Technik gebracht. Eine Novelle des Luftverkehrsgesetzes hatte das nötig gemacht. Nach der Aufrüstung darf nun in Wittmund nach den neuesten Standards gestartet und gelandet werden. „Wir haben einen der modernsten Landeplätze in der Region“, sagt Heiko Hildebrand. Er und seine Kollegen vom Technischen Dienst sind für die Sicherheit am Landeplatz zuständig.

> *„Wir haben einen der modernsten Landeplätze in der Region.“*
>
> Heiko Hildebrand

BEREITSCHAFT RUND UM DIE UHR

Drei Mitarbeiter sind immer in Bereitschaft. Meldet die Leitstelle einen Heli im Anflug, haben Hildebrand und seine Kollegen 20 Minuten Zeit, um zum Landeplatz zu gelangen. Dort kontrollieren sie den Platz und die Befeuerung. In einem eigens errichteten Container befindet sich eine Ausrüstung für den Notfall: Feuerlöscher, Rettungstaschen, Notarztkoffer. Hildebrand und seine Kollegen sind für den Ernstfall gewappnet.

Wenn der Hubschrauber gelandet ist und der Patient ins Krankenhaus transportiert wurde, nehmen die Mitarbeiter Kontakt zu den Piloten der Helikopter auf, notieren die Flugdaten. Dann hebt die Maschine wieder ab – bis zum nächsten Einsatz.

Heiko Hildebrand ist in seiner Freizeit bei der freiwilligen Feuerwehr aktiv. Er kennt sich mit Notfällen und Feuerlöschern aus.

Herzwochen am Krankenhaus Wittmund

Im November finden die Herzwochen der Deutschen Herzstiftung statt. Das Krankenhaus Wittmund beteiligt sich mit einer Veranstaltung unter dem Motto „Herz unter Stress“ an dieser Initiative. Am 24. November bieten die Gesundheits- und Krankenpflegeschüler im Krankenhaus die Messung von Blutzucker, Blutdruck und Blutfetten an. Am Abend hält Dr. Stefan Sopke, Oberarzt der Abteilung Innere Medizin, um 19 Uhr einen Vortrag im Seminarraum des Alten Ärztehauses.

Dr. Stefan Sopke

Workshop für Helfer

Unter dem Motto „Üben ist die beste Vorbereitung auf das Seltene“ hat das Krankenhaus Wittmund einen Workshop in der Feuertechnischen Zentrale in Wittmund angeboten. 19 Fachärzte, Rettungsmediziner und Assistenzärzte trafen sich zum Wissensaustausch. Themen waren invasive Maßnahmen am Einsatzort wie Thoraxdrainagen und Luftröhrenschnitt sowie die zunehmende Gewalt, der Rettungskräfte am Einsatzort ausgesetzt sind. Zu den Referenten gehörten Dr. Hagen Behnke (Chefarzt für Anästhesiologie, Intensiv- und Schmerzmedizin und Rettungsmedizin), Dr. Michael Gaide (Chefarzt Allgemein- und Viszeralchirurgie) sowie Dr. Andreas Stehr (Oberarzt).

Jetzt für die Ausbildung 2017 bewerben

Abwechslungsreich, teamorientiert, menschlich, sinnvoll: Eine Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger bietet viele Möglichkeiten und Facetten, darunter auch Aufstiegschancen durch Fort- und Weiterbildungen. Gesundheits- und Krankenpfleger helfen Patienten, ihre körperliche und psychische Gesundheit wieder zu erlangen, zu verbessern, zu erhalten und zu fördern. Sie betreuen und versorgen die Patienten und organisieren den Ablauf auf den Stationen.

Das Krankenhaus Wittmund bietet die dreijährige Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger in Kooperation mit der Gesundheitsschule am Kreiskrankenhaus Osterholz-Scharmbeck an. Weitere Infos dazu gibt es im Internet auf der Seite www.kh-wtm.de unter dem Punkt „Karriere“.

Bewirb Dich bis zum 15. Dezember für den Ausbildungsstart am 1. August 2017 und werde Teil des Teams! Auch Interessierte für ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) können sich gerne melden.

BEWERBUNGSUNTERLAGEN BITTE AN:
Krankenhaus Wittmund
z. Hd. Eckhard Meier
Dohuser Weg 10
26409 Wittmund

Im Rahmen der Ausbildung absolvieren die angehenden Krankheits- und Gesundheitspfleger verschiedene Praxisprojekte, um in unterschiedlichen Lernsituationen das theoretisch erlangte Wissen auch in die Praxis umsetzen zu können. Diese stark praxisorientierte Ausbildung kommt bei den jungen Menschen sehr gut an.

Mitarbeiter spenden Blut

Blutkonserven können Leben retten. Aus diesem Grund haben Angestellte des Wittmunder Krankenhauses ein Zeichen gesetzt und an einem Blutspendetermin des DRK teilgenommen. Gerade im Sommer sei die Bereitschaft zur Blutspende in der Bevölkerung gering. Die Folge: Klinische Einrichtungen können nicht mehr mit den wichtigen Blutgruppen 0 Rhesus negativ und 0 Rhesus positiv versorgt werden.

Blutspender sind wahre „Lebensretter“

GESUNDHEIT Pro Jahr werden 107 Millionen Blutspenden weltweit benötigt – Transfusionsgesetz

Eine Unterversorgung mit Blutpräparaten führt zu Behandlungs- und Operationen in Krankenhäusern abgesagt werden müssen.

WITTMUND/ROTTERDAM – Blutkonserven können Leben retten und in Krisen Leben retten. Aus diesem Grund haben Angestellte des Wittmunder Krankenhauses am Blutspendetermin in der Rotterdamer Straße des Deutsch-Rotten und sind wollten die Bevölkerung dazu ermutigen, Blutkonserven aufzufüllen und zu spenden.

Gerade im Sommer ist die Bereitschaft zur Blutspende in der Bevölkerung gering. Dies hat zur Folge, dass klinische Einrichtungen nicht mehr mit den wichtigen Blutgruppen 0 Rhesus negativ und 0 Rhesus positiv versorgt werden können.

Eine Unterversorgung mit Blutpräparaten führt zu Behandlungs- und Operationen in Krankenhäusern abgesagt werden müssen.

Laut DRK-Sprecher Jan Ehlers sind Blutspende und „Lebensretter“ etwa 107 Millionen Blutspenden weltweit benötigt. Patienten mit Organtransplantationen sind vor allem auf Blutspenden angewiesen. Jedes zweite Blutspende wird dem Patienten zugute. 5 Millionen Volltransfusionen für die Bluterkrankheit, umfassende Patientenversorgung und Blutspendeprozesse zur Verfügung. Jährlich werden 107 Millionen Tonnen Blut. Ein europäisches Gesetz zur Blutspende verabgeschrieben, eine 40 Spenden pro Minute. 2011 führen die Blutspendeprozesse zur Gesundheit und dem Blutspendekreuzer durchführen. Die Blutspendeprozesse – Verteilung, gewährleistung und Qualitätssicherung – sicht dabei auf die Gesundheitsbehörden und Blutspendekreuz kaum in Frage. Die Blutversorgung in Deutschland ist sicher, aber die Gesundheit und Gesundheitsbehörden, Blutspendekreuz, Blutspendekreuz, Gesundheitsbehörden kaum in Frage. Die Blutversorgung

Jubiläum & Ruhestand

Elke Janssen und Sabine Vennemann feiern ihr 40-jähriges Dienstjubiläum, Agnete Schipper-Schröder, Gisela Heeren und Hildegard Hüls sind seit 25 Jahren in unserem Hause tätig. Wir gratulieren herzlich!

Helga Fimmen, Monika Heydegger und Monika Janssen wurden in den Ruhestand verabschiedet. Wir bedanken uns herzlich für die kollegiale Zusammenarbeit und wünschen für die Zukunft alles Gute.

Elke Janssen

Sabine Vennemann

Agnete Schipper-Schröder

Gisela Heeren

Hildegard Hüls

Helga Fimmen

Monika Heydegger

Monika Janssen

Fortbildungsveranstaltungen für Fachpersonal

Im Krankenhaus Wittmund werden regelmäßig Fortbildungsveranstaltungen auch für externes Fachpersonal angeboten.

Begleitung von Menschen mit demenziellen Symptomen

Donnerstag, 10. November 2016, 14.30 – 16 Uhr
Im Seminarraum des neuen Ärztehauses des Krankenhauses Wittmund

Referentin:
Kirsten Tammen, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Demenzexpertin im Krankenhaus Wittmund gGmbH

Um Konflikte mit dementkranken Patienten zu vermeiden, können sich Pflegekräfte, Ärzte und weitere Kontaktpersonen über Erkrankungsformen und adäquate Verhaltensweisen informieren. Diese praxisorientierte Veranstaltung berücksichtigt Themen wie demenzielle Symptome, Kommunikation und Pflegeorganisation.

Kinästhetik-Praxistag

Donnerstag, 27. April 2017, 9 – 16 Uhr
Im Seminarraum des Ärztehauses (B1, 2. OG)

Referentin:
Anne Noack, Krankenschwester, zertifizierte Kinaesthetics-Anwenderin, Intensivstation, Krankenhaus Wittmund gGmbH

Dieser Praxistag soll Pflegekräfte bei der Integration kinästhetischer Handlungs- und Bewegungskonzepte in die alltägliche Pflegepraxis unterstützen. Anmeldung bis 4. April. Bitte Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen. Von externen Gästen wird eine Teilnahmeerstattung in Höhe von 60 Euro erhoben.

INFO Anmeldungen bitte unter Tel. 04462-862300 oder per E-Mail: Eckhard.Meier@kh-wtm.de

Warum tragen Ärzte eigentlich immer einen weißen Kittel?

Wenn wir einen Arzt malen, dann kriegt er meistens einen weißen Kittel an. Aber haben Ärzte schon immer den Kittel getragen? Nein, denn noch vor 150 Jahren trugen Ärzte lange schwarze Gehröcke. Diese Farbe sollte ihnen Würde und Autorität verleihen. Allerdings legte man damals auch noch nicht allzu viel Wert auf Hygiene. Der Arzt wusch sich nur selten die Hände und auch der Gehrock kam nicht allzu oft in die Wäsche. Auf dem dunklen Stoff sah man ja auch die Flecken nicht so schnell.

Außerdem dachte man damals, dass sich Krankheitserreger in der Luft befänden und nicht an Händen und Kleidung. Ende des 19. Jahrhunderts entdeckte man, dass zahlreiche Krankheiten vermieden werden können, wenn sich der Arzt regelmäßig die Hände, seine Instrumente und auch die Kleidung wusch. Außerdem fand man heraus, dass Bakterien durch große Hitze abgetötet werden können. Einen dunklen Stoff konnte man aber nicht heiß waschen, weil er dann seine Farbe verlor. Deshalb begannen die Ärzte, weiße Kittel zu tragen – die konnte man heiß waschen und somit keimfrei machen. Außerdem ist die Farbe Weiß Symbol für Reinheit, Verlässlichkeit und Vollkommenheit. Heute kann man zwar auch dunkle Stoffe heiß waschen, aber der weiße Arztkittel ist geblieben.

Mein Lieblingsrezept:

„Röhrennudeln" von Anna-Lena Kossek ★★★★★

Was kommt denn heute auf den Tisch? Anna-Lena Kossek, Qualitätsmanagerin am Krankenhaus Wittmund, kann nicht widerstehen, wenn es Röhrennudeln „a la Mama" gibt. Auch nachdem sie zu Hause ausgezogen ist, zaubert sie in ihrer eigenen Küche gerne das Gericht aus ihrer Kindheit – einfach lecker!

Und so geht's:

- Nudeln nach Packungsangabe kochen. Margarine in der Pfanne zerlassen und das Hackfleisch krümelig anbraten. Zwiebeln und Knoblauch zugeben, mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. 2 EL Mehl darüber streuen und die Brühe angießen. Umrühren.
- Tomatenmark, saure und süße Sahne einrühren. Erbsen zugeben. Wird die Soße zu dick, noch etwas Erbsenwasser zugeben.
- Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.
- Soße und Nudeln zusammen in eine Auflaufform geben und mit Käse bestreuen.
- Bei 200 Grad ca. 30 Minuten in den Backofen geben – und fertig.

Röhrennudeln Rigatoni al Forno

Zutaten:

- 350 g Röhrennudeln
- 200 g geriebener Käse (z.B. Gouda)
- 500 g Hackfleisch (halb und halb)
- 2 Zwiebeln (gehackt)
- 1 Knoblauchzehe (gehackt)
- 2 EL Tomatenmark
- ¼ Liter Brühe
- 1 TL Zucker
- 1 Becher saure Sahne
- 1 kleine Dose Erbsen
- 2 Becher süße Sahne
- Margarine, Mehl, Salz, Pfeffer, Paprika, Oregano

Von Anfang an an Ihrer Seite

Die Entscheidung, sein gewohntes Umfeld zu verlassen, um in einer Seniorenresidenz ein neues Zuhause zu finden, ist keine leichte. Hierbei stehen wir Ihnen und Ihren Angehörigen von Anfang an beratend zur Seite.

Rundum versorgt:
Der Wohnpark Harlingerland verfügt über insgesamt 126 vollstationäre Pflegeplätze in allen Pflegestufen, verteilt auf behindertengerecht eingerichtete 70 Einzel- und 28 Doppelzimmer mit Bad, Notruf, Telefon und TV-Anschluss. Die Mahlzeiten werden täglich frisch in den gemeinschaftseigenen Küchen von Präsenzkräften und Bewohnern gemeinsam zubereitet.
Die Zimmerreinigung gehört genauso selbstverständlich zum Serviceangebot wie die Reinigung der Wäsche.

Weitere Informationen und eine persönliche Beratung unter der Telefonnummer: 04462/20 62-0

harlingerland@peterjanssengruppe.de
Agnes-von-Rietberg-Str. 2 | 26409 Wittmund
www.peterjanssengruppe.de/harlingerland

Peter Janssen Gruppe
Wohnpark Harlingerland

APOTHEKE
am Krankenhaus
Gesundheit leben

10% Rabatt auf frei-verkäufliche und nicht-verschreibungspflichtige Arzneimittel

Kommen Sie gesund durch die kalte Jahreszeit!

Frohe Weihnachten

*Aktionszeitraum 1. bis 31. Dezember 2016

Mo. - Fr. 8 - 18 Uhr durchgehend geöffnet
Dohuser Weg 14 | 26409 Wittmund
Tel. 04462 · 9238343 | Fax 04462 · 9238344
info@ApothekeAmKrankenhaus.de
www.ApothekeAmKrankenhaus.de

Wenn das Konto zu den Bedürfnissen von heute passt.

www.sparkasse-leerwittmund.de

Sparkasse
LeerWittmund