

August 2014

KMD aktuell

Das Magazin für Sie zum Mitnehmen!

REPORTAGE

Plastische Chirurgen mit
maßgeschneiderten Konzepten

VORGESTELLT

Neu: Ernährungsmedizinische Sprechstunde

BLICKPUNKT

75 KMD-ler beim Firmenstaffellauf



AKTUELL

Bildungszentrum für Gesundheitsberufe gegründet 3

REPORTAGE

Maßgeschneiderte Konzepte durch Plastische Chirurgen 4/5

JUBILÄEN & RÄTSEL

6

VORGESTELLT

Neu: Ernährungsmedizinische Sprechstunde 7

BLICKPUNKT

75 Klinikum-Läufer beim 6. Firmenstaffellauf 8

DIE FACHÄRZTIN RÄT

Karen Höft zum Thema Epilepsie 9

PRESSESSCHAU

Ethik in der Psychiatrie 10
CPU in der Volksstimme 10

MVZ AKTUELL

Dr. Reichardt behandelt Patienten in der neurologischen Praxis 11

IHRE APOTHEKE INFORMIERT

Koffein ist die verbreitetste anregende Substanz 12



ÜBER DEN BAUZAUN GESCHAUT

50°C – Bauleute sind hart 13

LIVE TICKER

Weiterbildungen beendet 14
Platz 3 beim Drachenbootfestival 14

SERVICEANGEBOTE

Angebote unseres Hauses 15
Chefärzte und Ansprechpartner 16

Das Titelbild in der Juni-Ausgabe von „KMD aktuell“ entstand nicht in unserem Klinikum, wo die Einhaltung aller Qualitäts- und Hygieneregeln stets Priorität hat.

Andrea Boek (li.) arbeitet seit 1998 in der Notaufnahme.

Liebe Leserinnen und Leser,



Ferienzeit ist Reisezeit. Doch nicht immer und für jeden erfüllt sich die Sehnsucht nach dem wohlverdienten Urlaub. Manch unvorhergesehenes Ereignis kann die Freude auf die schönste Zeit des Jahres zunichte machen. Krankheiten gehören leider dazu. Betriebsferien, wie in anderen Bereichen üblich, sind für Krankenhäuser also undenkbar. Dennoch bemühen wir uns, Ärzten, Pflegenden und Therapeuten mit schulpflichtigen Kindern Urlaub in der Ferienzeit zu gewähren. Doch unsere Patienten haben Vorrang, sie werden auch jetzt gut versorgt. Dafür möchte ich allen Müttern und Vätern, die ihren Dienst auch in den Ferien verantwortungsvoll erfüllen, ganz herzlich Danke sagen.

Ihr

Knut Förster,
Geschäftsführer KLINIKUM MAGDEBURG gemeinnützige GmbH

Impressum

Herausgeber:

KLINIKUM MAGDEBURG gGmbH
Birkenallee 34, 39130 Magdeburg
PF 1220, 39002 Magdeburg
Telefon: 0391 791-0
Telefax: 0391 7912192/65
E-Mail: info@klinikum-magdeburg.de
Internet: www.klinikum-magdeburg.de
Heike Gabriel (v.i.S.d.P.)

Redaktion, Satz, Layout:

AZ publica GmbH
Agentur für Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit
Liebknechtstraße 48, 39108 Magdeburg
Telefon: 0391 7310677
E-Mail: agentur@az-publica.de
Internet: www.az-publica.de

Foto:

AZ publica GmbH; KLINIKUM MAGDEBURG gGmbH; Yuriy Brykaylo/ Ingimage (4)

Druck:

Harzdruckerei GmbH Wernigerode



Die Geschäftsführer des Bildungszentrums Christina Heinze und Mike Drube.

Bildungszentrum für Gesundheitsberufe Magdeburg gegründet

Immer schon war die Ausbildung von Gesundheits- und Krankenpflegekräften Herzenssache im Klinikum. Doch überall ist Fachkräftemangel ein Thema und die Ausbildung muss auf zukunftsfähige Füße gestellt werden.

Und so begann schon 2010 eine Kooperation zwischen den Pfeifferschen Stiftungen und dem Klinikum Magdeburg.

Die Schüler wurden fortan gemeinsam theoretisch ausgebildet und konnten durch die erweiterten Praxisangebote profitieren. Doch das stärkste Argument für diese Zusammenarbeit war die Realisierung eines zweizügigen Ausbil-

dungsbeginns im März und September. Damit erhielten in der Folge zweimal im Jahr neue Fachkräfte ihren Berufsabschluss, die in beiden Häusern dringend gebraucht wurden und werden.

Der konsequente nächste Schritt war deshalb die Gründung eines gemeinsamen Bildungszentrums. Es verbinden sich eine diakonische und eine kommunale Institution, die beide auf eine historisch lange und erfolgreiche Tradition der Ausbildung von qualifizierten Pflegekräften in Magdeburg zurückblicken. Die Ausbildungsplätze werden quantitativ gesichert und die Angebote qualitativ erweitert. Insgesamt 150 Auszubildende werden im Bildungszentrum von Medizinpädagogen ausgebildet. Auch erfahrene Ärzte und Pflegekräfte aus beiden Häusern leisten ihren



Beitrag. Und wie es sich bei einem gemeinsamen Unternehmen gehört, teilen sich das Klinikum und die Pfeifferschen Stiftungen die Geschäftsführung.

Das Bildungszentrum kann zukünftig auch Schülerinnen und Schüler aus umliegenden Krankenhäusern, die keine eigene Ausbildungsstätte haben, aufnehmen.

Maximale onkologische Sicherheit im Einklang mit höchstmöglicher Ästhetik

Plastische Chirurgen: Für jeden maßgeschneiderte Konzepte

„Es waren schöne Stunden“, sagt Andrea Boek. Sie hatte Operateure, die Anästhesistin sowie OP- und Anästhesieschwwestern bei sich zu Hause bekocht. „Meine Art Danke zu sagen.“ Danke für eine erfolgreiche Behandlung, für Menschlichkeit, danke vor allem für den Weg zurück ins Leben.

Die 45-jährige Krankenschwester gehört zu den Menschen, die Entscheidungen nicht auf die lange Bank schieben und sich auch unangenehmen Situationen stellen. Selbst mit der Diagnose Brustkrebs ging sie offen um. Zwei Tage nach der Diagnose am 14. Februar 2013 hatte sie sich nicht nur gemeinsam mit ihrem Mann für „ihren“ behandelnden Arzt und dessen Therapieversuch entschieden. Sie hat auch Familie, Freunde, Nachbarn, Kollegen über ihre Krankheit informiert, ihnen geschrieben: „Ich will den Kampf antreten. Ich will, dass ihr mit mir und nicht über mich sprecht.“

Dass die Krankenschwester und Chefarzt Dr. Sönke Eger in einem Haus arbeiten, dass beide fast in einem Alter sind, erleichterte die Kommunikation, war aber nicht ausschlaggebend für die Therapieentscheidung von Andrea Boek.



Chefarzt Dr. Sönke Eger legt Wert auf ausführliche und verständliche Beratungen. Hier mit seiner Patientin Andrea Boek aus der Notaufnahme.

Rückblickend sagt sie: „Ich hatte von Anfang an das Ziel, gesund zu werden.“ Dieses Gefühl will der Chefarzt der Klinik für Plastische, Brust- und Ästhetische Chirurgie jeder Brustkrebspatientin geben. Und dabei geht es vor allem um maximale onkologische Sicherheit mit höchstmöglicher Ästhetik. „Trotz des großen Befundes war ich nicht einen Tag ohne Brust. Das war wichtig für mich“, sagt die Schwester der Notaufnahme.

Sönke Eger gehört zu den ganz wenigen Plastischen Chirurgen in Deutschland, die zertifizierte Brustchirurgen sind. OnkoZert hat

ihn darüber hinaus als Senior-Mammaoperator anerkannt. Das impliziert Kompetenz, Erfahrung, und medizinisches Know-how. „In unserer Klinik bekommt jede Frau ihr maßgeschneidertes Konzept.“ Dazu gehört, dass die Plastischen Chirurgen mit großen Gewebefekten umgehen können, ohne die Ästhetik aus den Augen zu verlieren. Sie operieren aus Sicherheitsgründen lieber radikaler, streben jedoch das sofortige akzeptable kosmetische Ergebnis an. Bei Frauen, die ein genetisches Risiko in sich tragen an Brustkrebs zu erkranken, wie z.B. Angelina Jolie, muss das Brustdrüsengewe-



Leistungsspektrum

- **Brustchirurgie:**
u. a. operative Therapie Mammakarzinom, Wiederaufbau nach Brustkrebs, Formveränderungen, Gynäkomastie
- **Rekonstruktive Chirurgie:**
u. a. nach Unfällen, Versorgung von Druckgeschwüren und chronischen Wunden, Tumorchirurgie der Weichteile
- **Ästhetisch-Plastisch:**
Brustchirurgie, Gesichtschirurgie, Faltenbehandlungen, Straffungsoperationen, Fettabsaugungen, Lidplastiken

be häufig beidseitig entfernt werden. Gerade bei diesen jungen Genträgerinnen ist es wichtig, maximale Radikalität und Ästhetik zu kombinieren. Es besteht bei diesen Operationen nämlich immer das Risiko, das blutversorgende Gefäßsystem der Haut zu beschädigen. Große und langjährige Erfahrung des Chirurgen sind also Voraussetzung.

„Wir sind gut, weil wir gut im Team funktionieren und die Aus-

bildung unserer Mitarbeiter auf hohem Niveau fördern“, sagt Eger. Wohl auch deshalb kommen in seine Klinik immer mehr Patienten, die nicht krank, aber unzufrieden mit Teilen ihres Körpers sind. „20 bis 25 Prozent sind rein ästhetische Behandlungen.“ Dabei ist der Chefarzt so ehrlich, etwa jeder zweiten Patientin von ihrem Ansinnen abzuraten, wenn für ihn die medizinische Indikation nicht besteht.



Das Team der Klinik für Plastische, Brust- und Ästhetische Chirurgie.
Besonderes Angebot: Die kostenlose Beratungssprechstunde.

Wir gratulieren im Juli, August und September

zum 25-jährigen Jubiläum

Margit Leutsch	Controlling	Sylke Pflugmacher	Fachambulanz
Bärbel Wolf	Hol- und Bringediens	Beate Gaida	Notfallambulanz
Simone Garcke	Hol- und Bringediens	Anke Willnow	Station A 2.1
Silvia Nowak	Tagesklinik Gerontopsychiatrie	Ines Bläsing	Station A 6.1
Ines Koch	Hol- und Bringediens	Heike Lehmann	Station C 1.2
Jenny Röhl	D 0.1	Anett Feuerstake	Station B 0.1
Bärbel Waschmann	Küche	Elke Müller	Station B 0.1
Heike Bodin	Station A 4.2	Alexandra Reich	Zentrallabor
Manuela Bäck	Station A 3.2	Simone Sterzing	Materialwirtschaft
Doris Linkner	Station A 3.2	Britt Fischer	Station A 2.1
Anke Schwabe	Zentrallabor	Gabriele Martynka	Zentrallabor
Manuela Schwirz	Station B 1.1	Kathrin Räck,	Station A 6.1
Kerstin Fischer	Zentrales Patientenmanagement	Claudia Kasielke	Funktionsdiagnostik
Claudia Heinemann	Klinik für Hämatologie und Onkologie	Angelika Krüger	Hol- und Bringediens
		Regina Büttner	Station C 0.1
		Astrid Greie	Infodiens

Rätsel-Spaß – Raten Sie mit!

Stadt in Thüringen	Leuchte	Abk.: Misssekunde	Kochtopf	Stadt in Belgien	Abk.: unten	Lager	3	deutlich	1000 kg	Dominanz	chem.Z.: Thallium	Innenleben	Kümmel	
			4			100 ml				franz. Land		Abk.: Erdgeschoss		
Spielkarte			Kleinwagen (Ford)		nord. Hausbau	europäischer Fluß			Raum			5		
Regie		Zucht	schwarzer Berg			Estrel		chem.Z.: Uran	olymp. Länderkurzel	Längeneinheit (Abk.)	verdrückt	Kfz-Z.: Landnut		
6										ebenen				
7			chem.Z.: Arsen	span. Frauenname		2	Blutgefäß	Eulersche Zahl		wie der Mücken	Abk.: Radius	Skatbegriff	Rost	Abk.: Nachschrift
christliche Gott	wobl. Vorname		Abk. Norden	Transportmittel										
			Kfz-Z.: Bahn	sal. Artike	eingel. Warenzeichen	Kfz-Z.: Eockienburger Land		chem.Z.: Ruthenium	Kfz-Z.: Leipzig		Abk.: Normalnull	Betroffene		
Kfz-Z.: Vietnam		Gallenring	1									Rbn. Zahl: 50	physik. Synod. Zeit	
Stadt in Frankreich				afrih. Vulkan					Stadt in Ägypten		Tennisausg.			

Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Ein guter Ernährungszustand vor der OP kann den Heilungsverlauf verbessern

Neu an unserem Klinikum ist die Ernährungsmedizinische Sprechstunde jeweils mittwochs in der Zeit von 12 bis 15 Uhr. Sie wird von Dr. Carl Meißner, Ernährungsmediziner und angehender Chirurgie-Facharzt, durchgeführt.

„Es geht hier nicht um eine Ernährungsberatung, sondern um Ernährungsmedizin, insbesondere für Patienten mit schweren Erkrankungen und vor bzw. nach komplizierten chirurgischen Eingriffen“, so Dr. Carl Meißner, Ernährungs- und Notfallmediziner sowie Lymphologe, der gegenwärtig seine Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie absolviert. An der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie an unserem Hause hat er sich für eine spezielle ernährungsmedizinische Sprechstunde stark gemacht, die einzige übrigens in Sachsen-Anhalt.

„Es ist erwiesen, dass drei von vier Erkrankungen, die in den Industriestaaten medizinisch behandelt werden müssen, primär auf falsche Ernährung bzw. einen ungesunden Lebensstil zurückzuführen sind“, begründet der junge Mediziner sein Engagement. Wer nun glaubt, dass die Betroffenen allesamt übergewichtig oder adipös sind, irrt gewaltig. „20 bis 25 Prozent aller stationären Patienten in Deutschland sind unter- oder mangelernährt.“ Und nur ein kleiner Teil von ihnen leidet an Tumorerkrankungen oder



War auf einem Kongress von Chefarzt Prof. Dr. Karsten Ridwelski so begeistert, dass er unbedingt in seiner Klinik arbeiten wollte: Dr. Carl Meißner.

Organinsuffizienzen, die häufig zu Fehl- oder Mangelernährungen führen. Meißner: „Entscheidend ist in jedem Fall, Patienten mit entsprechenden Risiken zu erkennen

und ernährungsmedizinisch zu behandeln.“ Geschehe dies insbesondere vor Operationen oder Therapien nicht, seien negative Auswirkungen auf den Heilungsverlauf praktisch programmiert.

Gerade vor großen Eingriffen, etwa im Bauchraum, sei postoperativ vielfach eine hochkalorische Ernährung sinnvoll. Carl Meißner verweist auf Studien aus dem Bereich der Viszeralchirurgie und Traumatologie, wonach Patienten, die zusätzlich zum Standardessen im Krankenhaus eine orale Zusatznahrung erhielten, sehr viel schneller fit waren und eher aus der stationären Behandlung entlassen werden konnten. Und dass die bessere medizinische Versorgung sogar noch einen ökonomischen Effekt hat, ist das Sahnehäubchen obendrauf. Immerhin liegen die Kosten für die Behandlung von Mangelernährung und deren Komplikationen hierzulande jährlich bei rund neun Milliarden Euro.



Dr. Carl Meißner bespricht mit Patient Werner Homeyer die Ernährung auf der Station B 3.2 (VIGO).



Ob vor oder nach dem Lauf: Die Stimmung bei den Läufern unseres Klinikums war einfach toll. Beim diesjährigen Firmenstaffellauf sind übrigens rund 1000 Teams an den Start gegangen. Rekord!

75 Läufer legten 225 Kilometer zurück

Nach dem Lauf: Gekühlte Tücher für heiße Köpfe

15 Teams mit 75 Läufern aus unserem Klinikum sind beim diesjährigen Firmenstaffellauf im Elbuenpark an den Start gegangen. Bei 26 Grad auch noch in den Abendstunden musste jeder eine Strecke von drei Kilometern bewältigen.



Gekühlte Tücher hielten Stefanie Keil (li.) und Christine Krüger von der Physiotherapie für jeden Läufer bereit.



Geschafft, aber glücklich landeten die meisten Läufer wieder im Zelt des Klinikums Magdeburg, wo sie bereits von Physiotherapeuten mit gekühlten Tüchern erwartet wurden. Die waren bei der Hitze sehr viel begehrter als etwa bereitgestellte Getränke oder belegte Brote. Insgesamt haben die 75 Läufer eine Strecke von 225 Kilometern zurück gelegt und damit erneut bewiesen, dass sie Menschen nicht nur gesund machen können, sondern durchaus auch wissen, wie man sich selbst gesund erhält. Darauf konnte nach den Läufen auch mit den Kollegen, die zum Anfeuern gekommen waren, angestoßen werden.

Das beste Ergebnis für unser Klinikum erzielte ein Mixed-Team, Innere Klinik mit dem 32. Platz, gefolgt von der Fünferstaffel Herren, Anästhesie und den Damen der Kinderklinik, die jeweils Platz 55 belegten.



Geschäftsführer Knut Förster und Pressesprecherin Heike Gabriel verteilen an die KMD-Läufer Badehandtücher als Dankeschön und Erinnerung.



Das beste Team aus dem Klinikum v. li. n. re.: Marco Kösling, Michael Sudau, Marcus Wigand, Karolin Mohnert, Daniela Friedrichs

Epilepsie – eine der häufigsten neurologischen Erkrankungen bei Kindern

Kinderärztin Karen Höft leitet am Klinikum die neuropädiatrische Sprechstunde. Sie diagnostiziert und therapiert Erkrankungen des Gehirns, des Rückenmarks, der Nerven und der Muskulatur. Nach etwa dreijähriger Schwerpunktausbildung Neuropädiatrie erhielt sie die Ermächtigung, ambulant zu behandeln.

Ihr Schwerpunkt ist die Diagnostik und Therapie von Krampfanfällen. Warum?

Wenn man bedenkt, dass etwas mehr als fünf Prozent aller Kinder mindestens einen Anfall erleiden und das Hauptmanifestationsalter in den ersten zehn Lebensjahren liegt, kann man sich vorstellen, dass somit ein großer Patientenkreis be-



Karen Höft, Kinderärztin und Neuropädiaterin, bietet in der Fachambulanz neuropädiatrische Sprechstunden an: montags 9 bis 12 Uhr und donnerstags 13 bis 16 Uhr.

troffen ist und Krampfanfälle zu den häufigsten Gründen eines Sprechstundenbesuches zählen. Mehr als die Hälfte meiner Patienten leidet an einer Epilepsie. Jedoch ist nicht jeder Anfall mit krampfartigen Bewegungen auch gleich ein epileptischer Anfall. Dies zu unterscheiden, bedarf es einer unverzüglichen Vorstellung beim Facharzt.

Wie wird die Erkrankung diagnostiziert?

An erster Stelle stehen die Erhebung einer genauen Anfalls- und Gesamtanamnese sowie die Begutachtung von Videomaterial, falls vorhanden. Anschließend ist die Ableitung von Gehirnströmen im Wach- und Schlafzustand (soge-

nannte EEG's) unerlässlich. Je nach Anfallssymptomatik und Vorgeschichte müssen noch weitere Untersuchungen wie z. B. ein Schädel-MRT, Stoffwechsel- und genetische Untersuchungen oder gegebenenfalls Langzeit-Ableitungen durchgeführt werden.

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Viele Krampfanfälle können medikamentös gut behandelt werden. Die Frage eines epilepsiechirurgischen Eingriffs stellt sich unter anderem bei symptomatischen Epilepsien infolge von Fehlbildungen. In diesen Fällen arbeite ich eng mit den Epilepsiezentren (z. B. in Bielefeld und Raisdorf) zusammen.



Ethik in der Psychiatrie: Nachlese zum Kongress



Gastherausgeber des im Juli erschienen Sonderheftes der Zeitschrift „Psychiatrische Praxis“ sind Prof. Dr. Wolfgang Jordan, Chefarzt am Klinikum Magdeburg und Prof. Dr. Eckart Rüther, Feldafing.

Die Publikation steht in Bezug zum ersten nationalen Kongress mit dem Thema „Ethik in der Psychiatrie“, der Mitte Oktober vergangenen Jahres in Magdeburg stattfand und auf großes Interesse stieß. „In

einer sich stetig verändernden Welt benötigen wir für unser psychiatrisch-psychotherapeutisches Tun Orientierung“, hatte Gastgeber Wolfgang Jordan vor den Kongressteilnehmern gesagt. In den Beiträgen werden ethische Aspekte im klinischen Alltag, in der Forschung, im Zusammenhang mit Zwangsmaßnahmen und unter historischen Gesichtspunkten betrachtet. Im Vorwort zur Publikation schreibt Jordan: „Lassen Sie sich auf einen philosophisch-ethischen Exkurs ein, denn ‚Die Philosophie beginnt mit dem Staunen‘, sagte schon Aristoteles.“

Volksstimme titelte: Nach dem Infarkt

Die Volksstimme widmete die Seite 1 ihrer Wochenendbeilage vom 26. Juli der Chest Pain Unit unseres Klinikums. Im Mittelpunkt stand die erfolgreiche Behandlung des 39-jährigen Sergey Serebranski, der am Brückentag zwischen Himmelfahrt und Wochenende einen schweren Herzinfarkt erlitten hatte.

Nur wenige Minuten nach seiner Ankunft in unserem Klinikum stand die Diagnose fest, 20 Minuten später begann ein erfahrener Kardiologe im Herzkatheterlabor mit der Aufdehnung der Gefäße. Nach Klinikaufenthalt und anschließender Reha war der Diplom-Ingenieur, der am Fraunhofer Institut in Magdeburg tätig ist, wieder arbeitsfähig. Kardiologie-Chefarzt Prof. Dr. Hendrik Schmidt: „Herr Serebranski hat gute Chancen auf ein langes, gesundes Leben.“ Voraussetzung allerdings ist ein gesunder Lebenswandel.



Kopfschmerzen, Karpaltunnelsyndrom, Myasthenien (Muskelschwäche), Schlaganfälle, Parkinson, Epilepsien – die Palette neurologischer Erkrankungen ist breit gefächert.



Dr. Kerstin Reichardt vor dem neuen Duplexsonografiegerät, mit dessen Hilfe Veränderungen an den Gefäßen dargestellt werden können.

Patienten haben die **neurologische Praxis des MVZ** gut angenommen

Fast zwei Jahrzehnte lang war Dr. Kerstin Reichardt Krankenhausärztin. Berufliches Zuhause für die Neurologin und Neurochirurgin war zuletzt das Klinikum Magdeburg. Gewissermaßen ist es das auch heute noch, denn die neurologische Praxis am Domplatz gehört zum Medizinischen Versorgungszentrum Klinikum Magdeburg gGmbH.

„Wir haben viele Patienten übernommen, die in diesen Räumlichkeiten bereits zuvor neurologisch versorgt worden sind“, sagt die Ärztin, die sich über den Zuwachs neuer Patienten ebenso freut. Die Kehrseite: Die Wartezeiten auf einen Termin liegen bereits bei zwei Monaten. Immer wieder melden sich auch

Patienten mit rein psychiatrischen Erkrankungen an. „Die darf ich nicht behandeln und es tut uns immer sehr leid, wenn wir Patienten mit Schizophrenien oder Eltern mit autistischen Kindern wegschicken müssen“, so Dr. Reichardt, die gegenwärtig eine Weiterbildung für psychosomatische Grundversorgung absolviert. „Die Praxisarbeit macht mir großen Spaß“, sagt die Mutter

zweier Kinder (neun und zwölf Jahre alt), „allerdings war ich auch sehr gern klinisch tätig.“ Insbesondere das vielfältigere Spektrum und der kollegiale Austausch hätten ihr anfangs gefehlt. Die freien Wochenenden dagegen genießt sie sehr. Die kontinuierlichen Qualitätszirkel seien eine gute Plattform, um mit Fachkollegen knifflige Fälle zu besprechen.



Hell und freundlich das Wartezimmer der neurologischen Praxis.



Sprechzeiten:

Mo. 12 – 15 Uhr u. nach Vereinbarung
Di. 8 – 12 Uhr u. 14 – 17 Uhr
Mi. 8 – 12 Uhr u. nach Vereinbarung
Do. 8 – 12 Uhr u. 14 – 17 Uhr
Fr. 8 – 12 Uhr

Tel.: 03 91 5 44-07 75

Fax: 03 91 5 41-52 49

Die Deutschen trinken gern Kaffee, doch allzuviel ist auch dabei ungesund

Koffein ist die weltweit verbreitetste anregende Substanz und wird auch in Deutschland von etwa 80 Prozent der Erwachsenen, u. a. in Form von Kaffeegetränken, regelmäßig konsumiert. Durchschnittlich trinkt jeder Deutsche drei bis vier Tassen Kaffee pro Tag.

Eine Tasse Kaffee (ca. 125 ml) enthält rund 80 mg Koffein. Weitere Koffeinquellen sind Tee (Schwarz-, Grün-, Mate-Tee), Kakao, Guarana, Schokolade, Cola- und Energy-Getränke. Der früher als Teein bezeichnete anregende Inhaltsstoff des Tees, entspricht dem Koffein. Koffein ist auch in einigen Arzneimitteln enthalten, z. B. zur Wirksamkeitssteigerung von Schmerzmitteln (siehe Tabelle).

Koffein regt das zentrale Nervensystem an und wirkt sowohl geistig als auch körperlich leistungssteigernd. Die Aktivitätsphase verlängert sich, gleichzeitig werden Konzentration und Aufmerksamkeit erhöht. Müdigkeit lässt nach, Lernbereitschaft nimmt zu. Sportler profitieren von längeren Ausdauerleistungen (bis Ende 2003 stand Koffein auf der Dopingliste der Welt Anti-Doping Agentur). Einige Studien bescheinigen dem Koffein in Form von Kaffee sogar positive Wirkungen bei der Alzheimer-Erkrankung, Parkinson und Diabetes mellitus Typ 2. Dennoch führt regelmäßiger

Koffeinkonsum zur Entwicklung einer körperlichen Abhängigkeit. Beim Absetzen nach langfristiger Einnahme sind Entzugerscheinungen wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Reizbarkeit und Konzentrationsschwäche bekannt, was zu einer erneuten Einnahme führt („Koffeinismus“). Höhere Dosen (ab ca. 600 mg) können Nervosität, Händezittern, Herzrasen und Krämpfe verursachen.



Bei folgenden Erkrankungen sollte der Umgang mit Koffein vorsichtig erfolgen:

- Herzrhythmusstörungen
- Leberzirrhose
- Schilddrüsenüberfunktion
- Angstsyndrom

Schwangere sollten die tägliche Koffein-Dosis möglichst auf ein Minimum reduzieren. Andernfalls steigt die Gefahr von Aborten oder Frühgeburten. Junge Mütter sollten beachten, dass Koffein in die Muttermilch übergeht.

Während einer Behandlung mit homöopathischen Arzneimitteln ist es ratsam, auf Koffein zu verzichten.

Noch ein Hinweis für motorisierte Verkehrsteilnehmer: Koffein ist nicht geeignet, die Fahrtüchtigkeit oder das Reaktionsvermögen nach Alkoholkonsum zu verbessern oder wieder herzustellen!

Fabian Krauth

Quellen: beim Verfasser

Koffeingehalt verschiedener Getränke, Lebens- und Arzneimittel:

Getränk/Lebens-/Arzneimittel	Gehalt (mg)
<i>Filterkaffee, 125 ml</i>	60-100
<i>Espresso, 50 ml</i>	50-60
<i>Koffeinfreier Kaffee, 125 ml</i>	1-4
<i>Tee, 125 ml</i>	25-50
<i>Kakao, 150 ml</i>	2-10
<i>Cola-Getränke, 0,33 l</i>	20-50
<i>Energy-Getränke (Club Mate®, Red Bull®, ...), 250 ml</i>	50-80
<i>Zartbitter-Schokolade, 150 g</i>	15-115
<i>Schmerztabletten (z. B. Titalgan®)</i>	50



Der Neubau wächst, alles läuft nach Plan – trotz der schweißtreibenden Temperaturen im Juli und August.

In Spitzenzeiten um die 50 Grad: Bauleute sind hart im Nehmen

Hundstage. Wenn die Sonne im Zenit steht, brennt die Hitze erbarungslos. „In der oberen Bauetage ackern die Männer so manches Mal bei Temperaturen um 50 Grad“, sagt Thomas Scheibe, Polier bei Busse-Bau und verantwortlich für alle Fragen vor Ort. 30 Jahre schon arbeitet er auf dem Bau, kennt sich aus mit den Widrigkeiten des Wetters. Zu warm, zu kalt, zu nass... „Richtig passend, ist es selten. Bauarbeiter können sich darauf einstellen.“ Im heißen Sommer müssen sie vor allem viel trinken. Der Arbeitgeber stellt kostenlos Mineralwasser bereit. Und wenn alles plangerecht läuft, schickt der Polier seine Leute auch schon mal etwas eher nach Hause. „Das geht aber nicht immer.

Als wir Fertigteile bekommen haben und der große Kran geordert war, musste bis zum Schluss durchgearbeitet werden. Das wissen die Männer aber auch und ziehen mit.“ Mitte Juli war der Geschossbau bereits abgeschlossen. Es fehlte noch der Bereich, der später die gesamte Technik beherbergen soll. Der wird derzeit obendrauf gesetzt.

Thomas Scheibe, Magdeburger durch und durch, hat die Landeshauptstadt auf seine ganz eigene Weise mitgeprägt. So hat er neben verschiedenen Krankenhausbauten auch die Denkfabrik mit errichtet. Ab September geht's zum Schleinufer, wo weitere Mehrfamilienhäuser entstehen sollen.



Polier Thomas Scheibe: Trotz der Hitze liegen wir voll im Plan, Ende August steht der Rohbau.

Weiterbildungen erfolgreich beendet

Der Pflegedienst stellt sich den Herausforderungen der Zeit

Wir haben an anderer Stelle schon über das neue Bildungszentrum berichtet. Damit unsere Auszubildenden und Fachweiterbildungsteilnehmer auch in der Praxis strukturiert und vor allem zukunftsorientiert ausgebildet werden, bedarf es einer speziellen berufspädagogischen Qualifizierung.

Vor wenigen Tagen konnten vier erfahrene Mitarbeiter der Gesund-

heits- und Krankenpflege ihr Zertifikat als „Praxisanleiter“ entgegennehmen. Wir gratulieren Iven Diedrich (Anästhesie), Matthias Meier (Intensivmedizin), Irene Ebert (Psychiatrie), Susanne Thon (Psychiatrie). Sie haben über mehrere Monate berufsbegleitend die Weiterbildung absolviert.

Doch auch in anderen Bereichen gilt es heute „up to date“ zu blei-

ben. Mit dem demografischen Wandel heißt es gerüstet zu sein, für immer mehr Schlaganfallpatienten, die in den ersten Tagen einer intensiven klinisch-pflegerischen und apparativen Überwachung bedürfen. Gabriela Sühning hat erfolgreich die Fachweiterbildung für Pflegekräfte der Stroke Unit Care, die spezialisierte Therapieeinheit für Schlaganfälle, abgeschlossen.



Drachenbootfestival 2014: OP-Team paddelte auf Platz 3

28 Mannschaften waren am letzten Juli-Wochenende dieses Jahres beim 14. Magdeburger Drachenbootfestival an den Start gegangen, unter ihnen auch zwei Teams aus unserem Klinikum. „Es hat allen super Spaß gemacht“, sagt Pressesprecherin Heike Gabriel rückblickend. Dabei waren die Rennen, bei denen 200, 500 oder

1000 Meter auf dem Salbker See zurückgelegt werden mussten, gar nicht ohne. Besonders erfolgreich aus dem Klinikum Magdeburg war das OP-Team, das in der Kategorie Fun den 3. Platz belegt hat.

Rund um die Anlegestelle am Yachthafen wurde nach den Rennen bis in den Abend gefeiert.

Unser Klinikum beteiligte sich auch 2014 am Drachenbootrennen. Das OP-Team holte dabei einen dritten Platz.



Blumen-Shop

Montag bis Freitag 8 bis 17 Uhr
Samstag 12 bis 16 Uhr
Sonntag 14 bis 16 Uhr

Cafeteria & Bäckerei

Montag bis Freitag 6 bis 20 Uhr, Wochenende und feiertags 6 bis 18 Uhr.

Fernsehapparat/Telefon

Patienten können kostenfrei ins deutsche Festnetz telefonieren und fernsehen. Aus hygienischen Gründen ist die Nutzung eines persönlichen Kopfhörers angezeigt.

Fernsprecher/Post

Öffentliche Fernsprecher und Briefkästen stehen im Eingangsbereich.

Friseur

Unser Friseur kommt ans Bett/auf die Station. Einen Termin vereinbart das Pflegepersonal.

Fußpflege

Medizinische oder allgemeine Fußpflege auf eigene Kosten mittwochs Vormittag. Termine vermittelt das Pflegepersonal.

Geldautomat

Im Foyer neben dem öffentlichen Telefon finden Sie einen Automaten.

Getränkeautomat

Auf der Wartefläche der Notfall- und Fachambulanz.

Ihre Anregungen

Ihre Meinung, Beschwerde, Ihr Lob sind uns wichtig. Sprechen Sie bitte mit uns: Tel. 0391 7912025 oder schreiben an info@klinikum-magdeburg.de sowie über den Meinungsbriefkasten im Foyer.

Internet

Kostenloser Internetzugang mit eigenem Laptop ist möglich.

Kantine

geöffnet für jedermann
Mo. bis Fr. 8.00 bis 10.00 Uhr
und 11.30 bis 13.30 Uhr

Parken

Kurzzeitparkplätze für Notfälle finden Sie vor der Notaufnahme und rechts neben dem Springbrunnen an der Auffahrt zum Haupteingang. Es gibt 700 Besucherparkplätze entlang der Birkenallee (kostenpflichtig, 1€ pro Stunde, 6€ Tageskarte).

Physiotherapie

Rezepte für physiotherapeutische Maßnahmen können im Klinikum eingelöst werden. Die Physiotherapie mit umfangreichem Therapiepektrum ist zugelassene Praxis für alle Kassen und privat Versicherte. Sie bietet darüber hinaus *Aquafitness/-gymnastik* (Teilerstattung der Kosten über Krankenkassen ist möglich)

„Offenes Atelier“

Das „Offene Atelier“ lädt Mitarbeiter und Patienten jeden Dienstag von 15.30 bis 17.30 Uhr ein. Infos: Tel. 0391 7913467/-68

Raum der Stille

Der Raum der Stille (am Ende der Magistrale) kann von Patienten und Angehörigen jederzeit genutzt werden.

Seelsorge

Unser Klinikseelsorger Herr Marcinkowski ist unabhängig von einer Kirchengliederung für alle Patienten und Angehörigen Ansprechpartner und ist telefonisch unter 0391 791-2079 zu erreichen.

Gerne vermitteln auch die Stationschwestern einen Kontakt oder Sie können eine Nachricht im Briefkasten im Eingangsbereich hinterlassen.

(Bei religionsgebundenen Anliegen kontaktieren Sie bitte unsere Information unter Tel. 0391 791-0.)

Servicepaket

Ein Servicepaket mit den wichtigsten Utensilien für die persönliche Hygiene (Handtuch, Waschlappen, Duschbad, Zahnbürste usw.) stellt das Klinikum Patienten bereit, die unvorbereitet ins Krankenhaus müssen. Wenden Sie sich bitte an das Pflegepersonal.



KLINIKUM MAGDEBURG gemeinnützige GmbH
Birkenallee 34, 39130 Magdeburg

So erreichen Sie uns: *Buslinie: 71, Richtung Silberberg*
Bahnlinien: 3, 4, 5 (Richtung Olvenstedt)
Haltestelle: Klinikum Olvenstedt

Die Chefarzte und Ansprechpartner im KLINIKUM MAGDEBURG

Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie

Prof. Dr. med. Karsten Ridwelski

Tel.: 03 91 791 42 00

Fax: 42 03

karsten.ridwelski@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

PD Dr. med. Dr. h.c. Michael Löttge

Tel.: 03 91 791 36 00

Fax: 36 03

michael.loettge@klinikum-magdeburg.de



Zentrum für Unfallchirurgie und Orthopädie

Klinik für Unfallchirurgie

PD Dr. med. habil. Fred Draijer

Tel.: 03 91 791 44 01

Fax: 44 03

fred.draijer@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Neurologie

Dr. med. Hartmut Lins

Tel.: 03 91 791 46 00

Fax: 46 03

hartmut.lins@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Orthopädie

PD Dr. med. habil. Konrad Mahlfeld

Tel.: 03 91 791 44 01

Fax: 44 03

konrad.mahlfeld@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Prof. Dr. med. Wolfgang Jordan

Tel.: 03 91 791 34 00

Fax: 34 03

wolfgang.jordan@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Gefäßchirurgie

PD Dr. med. habil. Jörg Tautenhahn

Tel.: 03 91 791 43 00

Fax: 43 03

joerg.tautenhahn@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Prof. Dr. med. Hans-Henning Flechtner

Tel.: 03 91 791 84 00

Fax: 84 03

hans-henning.flechtner@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Kardiologie/Diabetologie

Prof. Dr. med. Hendrik Schmidt

Tel.: 03 91 791 53 01

Fax: 53 03

hendrik.schmidt@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Neurochirurgie und Wirbelsäulenchirurgie

Dr. med. Werner EK Braunsdorf

Tel.: 03 91 791 47 00

Fax: 47 03

werner.braunsdorf@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Gastroenterologie

Dr. med. Thomas Gottstein

Tel.: 03 91 791 54 01

Fax: 54 03

thomas.gottstein@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde, Kopf- und Halschirurgie

Dr. med. Christian Koch

Tel.: 03 91 791 45 01

Fax: 45 03

christian.koch@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Hämatologie und Onkologie

PD Dr. med. habil. Christoph Kahl

Tel.: 03 91 791 56 01

Fax: 56 03

christoph.kahl@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Plastische, Brust- und Ästhetische Chirurgie

Dr. med. Sönke Eger

Tel.: 03 91 791 49 01

Fax: 49 03

soenke.eger@klinikum-magdeburg.de



Abteilung für Dermatologische Onkologie

Dr. med. Carina Menzel

Tel.: 03 91 791 57 10

Fax: 57 13

carina.menzel@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Urologie/Kinderurologie

Dr. med. Rainer Hein

Tel.: 03 91 791 39 01

Fax: 39 03

rainer.hein@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Anästhesiologie und Schmerztherapie

Dr. med. Christiana Hesse

Tel.: 03 91 791 31 00

Fax: 31 03

christiana.hesse@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Dr. med. Barbara Knittel

Tel.: 03 91 791 35 00

Fax: 35 03

barbara.knittel@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Intensivmedizin

PD Dr. med. habil. Günter Weiß

Tel.: 03 91 791 31 00

Fax: 31 03

guenter.weiss@klinikum-magdeburg.de



Institut für diagnostische und interventionelle Radiologie

Dr. med. Ulf Redlich

Tel.: 03 91 791 37 01

Fax: 37 03

ulf.redlich@klinikum-magdeburg.de

