WITTEN transparent

- - - KOSTENLOS ZUM MITNEHMEN - - - Für Witten und Bochum-Langendreer

Nr. 8 September 2022

DIE SINNE

Stadtwerke wollen 25% Energie einsparen

Seite 5

Stimmen die Abschläge für Strom und Gas?

Seite 6

ST. ELISABETH GRUPPE
CAMPUS

Ausbildung in der Pflege? Ja, bei uns!

Immer nah dran: Anatomie, Hygienevorgaben oder Wiederbelebung – in der Ausbildung zur Pflegefachkraft erlernen Auszubildende auch die theoretischen Inhalte mit vielen praktischen Übungen. Das vielfältige neue Wissen aus dem Unterricht können sie so direkt am Campus der St. Elisabeth Gruppe einbringen. Auf diese Weise sind die Pflegeauszubildenden optimal vorbereitet auf die Praxiseinsätze in unseren Krankenhäusern und Pflegeeinrichtungen.

Interesse, in diesem Jahr in die Pflegeausbildung zu starten?
Für die Ausbildungsstarts am 01.10. und 01.12.2022 sind noch Bewerbungen möglich.

Mehr zu Ausbildungsinhalten und zur Bewerbung unter:
www.elisabethgruppe.de/pflegeschule

EDITORIAL

Sind Sinne die Partner der Intuition und des Instinkts, Fakten die des Verstands?

Aristoteles definierte die fünf Sinne als die Sinne, die den Menschen die Welt erschließen; das waren für ihn Riechen, Schmecken, Fühlen(also der Tastsinn), Sehen und Hören. Mit diesen kann er sich zurechtfinden, Gefahren erkennen, Kontakt knüpfen und damit lernen. Wer nicht alle seine Sinne beisammen hat, handelt dumm, unvernünftig und verantwortungslos.

Aber gibt es da nicht noch mehr Sinne? Was ist mit dem „7. Sinn“, der einem eine Vorahnung von dem, was zukünftig passieren mag, zu vermitteln in der Lage ist?

Anders ist es mit dem Gleichgewichtssinn, dem Sprach- und Schmerzsinn, die alle zum Teil messbar und bedeutend sind.

Rudolf Steiners Sinneslehre über von ihm festgestellte 12 Sinne, beeinflusste die Pädagogik und den psychologischen Bereich der Hypersensibilität. Neben den schon erwähnten Sinnen inklusive Sprach- und Gleichgewichtssinn beschrieb er den Lebenssinn, den Bewegungssinn, den Gedanken-, Wärme- und Ich- Sinn.
Besondere Diskussionen kennt man über den sechsten Sinn der Wahrnehmung im Jetzt und dem siebten Sinn, der eine Vorahnung beschreibt. Einmal beschreibt es das Bauchgefühl, was vor Menschen oder Situationen warnt, zum anderen bezieht er sich auf Träume und Visionen, die dann wirklich eintreffen.
Tiere besitzen solche ungewöhnlichen Sinne.

Dem Tsunami von 2004 in Asien fielen Tausende Menschen zum Opfer, aber nur wenige Tiere kamen in den Fluten um, da sie sich weit vorher in Sicherheit brachten. Sie sind keine Hellseher, aber sie nehmen ihre Umwelt intensiver wahr. Sie orientieren ihren Instinkt an elektromagnetischen Linien der Erde. Wenn ein Fuchs Mäuse jagt, sind 80% der Beutesprünge erfolgreich, wenn er nach Norden oder Süden springt.In anderer Achse hat er nur eine Erfolgsquote von 20%. Hirsche und Rehe ruhen sich am häufigsten in Nord-Südrichtung aus. Man hat beobachtet, dass sie unter Starkstromleitungen häufig ungeordnet liegen.
Haben wir Menschen durch den modernen Komfort verlernt, diese Schwingungen noch wahrzunehmen?

In der Umschau aller derzeit ablaufender politischer Prozesse auf der Erde muss man diese Frage bejahen.Mehrere barbarische Despoten sind dabei, lediglich ihrem Ich-Sinn und Wahnsinn zu frönen und damit folgenschwer die Zukunft der Erde zu gefährden. Ob in Russland, in China, Eritrea oder Äthiopien, im Iran, Saudi Arabien oder sonst wo: Sie haben sie nicht alle (gemeint sind die natürlichen Sinne), oder besser: sie haben nicht alle Tassen im Schrank!

Gleichwohl bleibt es bei uns, Ihnen die Stirn zu zeigen und jeder in seinem kleinen Rahmen ein Zeichen zu setzen für Vernunft, Weitsicht im Sinne von Gemeinsinn, Verantwortungssinn und Spürsinn.
1,2 Millionen Hektar Getreide-und Ölsaaten werden in Deutschland zu Biodiesel und Bioethanol gemacht, 57% des Getreides landen in den Mägen von Hühnern, Puten, Schweinen und Rindern! 7 pflanzliche Kalorien braucht es, um 1 tierische Kalorie zu erzeugen. Nur 20% der deutschen Getreideernte werden direkt zu Lebensmitteln verarbeitet.
Neben all den Fakten und Informationen sollten auch wir wieder dazu übergehen, unserer Intuition und unserem Instinkt zu folgen. Letztgenannten haben wir zuletzt kontinuierlich zugeschüttet. Nun heißt es: Klare Kante zeigen, wahrnehmen, dass sich da draußen etwas gehörig verändert hat, und im Kleinen den Lebensstil seinen sich jetzt meldenden Sinnen anpassen.
Barbaren dürfen nicht siegen!

In dieser Ausgabe geht es um die Sinne, mit denen sich die Medizin regelmäßig beschäftigt.

Viel Spaß beim Lesen!

Ihr Dr. Kurt Martin Schmelzer

ANZEIGE

Rybarsch Hörsysteme auf zwei Messen gleichzeitig vertreten

***Doppelauftritt für PAUL RYBARSCH HÖRSYSTEME** – Gleichzeitig bei der Seniorenmesse der Stadt Witten (linkes Bild) und bei der Gesundheitsmesse Bochum des Medizinischen Qualitätsnetzes Bochum e. V. im RuhrCongress Bochum war das Hörgeräteakustik-Unternehmen Paul Rybarsch vertreten. In Witten war es quasi ein „Heimspiel", hat doch Paul Rybarsch das Unternehmen hier vor über 50 Jahren begründet, damals anfänglich noch in den Räumlichkeiten des ehemaligen Arbeitsamtes, direkt am Rathausplatz, wo sich jetzt zur Seniorenmesse – quasi in Reichweite – der Stand des Unternehmens präsentierte. Bei der Gesundheitsmesse Bochum, die erstmals nach zweijähriger Corona-Pause als Präsenz-Messe wieder im RuhrCongress stattfand, war PAUL RYBARSCH HÖRSYSTEME mit einem Außenstand vertreten, und zwar besonders erfolgreich, wie eine Mitarbeiterin berichtete: „Die Hörtests und entsprechenden Beratungen waren sehr stark nachgefragt." Auch Dustin W. Bitter von der Niederlassung in der Bochumer Innenstadt freut sich über den Zuspruch durch die Besucher: „Wir danken all denjenigen, die uns an unseren Ständen in Bochum und Witten besucht haben, und stehen für Sie – wie für weitere Interessenten – natürlich mit unseren kostenlosen kompetenten Beratungen an unseren Standorten zur Verfügung." PAUL RYBARSCH HÖRSYSTEME ist mittlerweile mit neun Standorten in NRW vertreten, allein fünf davon in Witten und Bochum. Zu den Angeboten gehören u. a. modernste Mess- und individuelle Anpassmethodiken. Fotos: Gellhaus / Gellisch*

WITTEN transparent
Ihr Praxis-Magazin für Witten und Bochum-Langendreer

Stadtwerke Witten werden 25 % Energie im 2. Halbjahr 2022 einsparen

Die Stadtwerke Witten erwarten im 2. Halbjahr 2022 rund 25 % Energie einzusparen. Als belastbare Vergleichsgrundlage wurde hierfür das Jahr 2019 gewählt, da dies noch keine Corona-Effekte beinhaltet. Diese Einsparung ist umso beachtlicher, da der lokale Versorger bereits in den Jahren zuvor stetig in energieeffiziente Maßnahmen investiert hat.

Die Stadtwerke verbrauchen Erdgas vor allem in den Blockheizkraftwerken zur Strom- und Wärmegewinnung sowie in den Bädern zur Beheizung des Wassers. Im Vergleich benötigt das Verwaltungsgebäude nur eine geringe Menge an Kilowattstunden Erdgas.
Folgende Maßnahmen tragen zur Energieeinsparung bei: Abschaltung eines Blockheizkraftwerkes, Absenkung der Wassertemperatur in den Bädern, frühzeitige Schließung des Freibades, Reduzierung der Außenbeleuchtung, Verringerung der Raumtemperaturen sowie weitere Schritte.
Der lokale Versorger sieht es als seine Pflicht an, mit gutem Beispiel voranzugehen, um so einer möglichen Gasmangellage im Winter mit erheblichen Folgen für die Wirtschaft und dem Arbeitsmarkt entgegenzuwirken.
Um über weitere zielführende Energiespar-Maßnahmen zu beraten, sind die Stadtwerke Teil des Stabs „Energiesicherheit“ der Stadt Witten. Hier werden Strategien und Maßnahmen im Vorfeld einer möglichen Gasknappheit entwickelt. Mitglieder des Stabs sind verschiedene Akteure der Stadtverwaltung und externe Beteiligte.

In ganz Witten sind bereits viele große und kleine Energiespar-Zeichen gesetzt worden - von kommunalen Einrichtungen, Unternehmen und Privathaushalten gleichermaßen. So helfen wir einander durch den Winter. Denn eingesparte Energie macht Deutschland unabhängiger von Importen und sichert Arbeitsplätze in der regionalen Industrie.

Gemeinsamer erster Spatenstich zum neuen Feuerwehrgerätehaus *auf dem Gelände Drei Könige: Für rund 4,3 Millionen Euro wird ein neues Feuerwehrgerätehaus gebaut, das auch gleichzeitig die neue Bleibe für die Löscheinheiten Altstadt und Heven der Freiwilligen Feuerwehr Witten werden wird. „Die derzeitige Standort und -Gebäudekonstellation ist nicht mehr zeitgemäß“, erklärte Baudezernent Stefan Rommelfanger die Notwendigkeit dieser Maßnahme, innerhalb derer die Kräfte der beiden Löscheinheiten gebündelt werden. Das Feuerwehrgerätehaus Mitte („Drei Könige“) wird ein multifunktionaler und moderner Neubau für die Bedarfe der Freiwilligen Feuerwehr. Es entsteht auf einem 3.494 Quadratmetern großen Grundstück. Die Ausführungsplanung umfasst ein zweigeschossiges Feuerwehrgebäude: Unter anderem für die Unterstellung von sechs Einsatzfahrzeugen. Außerdem gibt es Räume für die theoretische Ausbildung sowie Verwaltungsräume. Dazu kommen Stellplätze für die Fahrzeuge der Feuerwehrleute, und es gibt Freiraum vor dem Feuerwehrgebäude, der zum Abstellen der Feuerwehrfahrzeuge und als Übungshof dient. Gebaut wird die neue Heimat der Löscheinheiten Altstadt und Heven nicht von einer heimischen, sondern von einer auswärtigen Firma, die – nach eigenen Angaben – in dieser Region nicht ihre Fokusregion sieht, sich aber trotzdem im Bieterverfahren gegen ortsansässige und sonstige Unternehmen durchsetzen konnte. Fertigstellung und schlüsselfertige Übergabe des neuen Feuerwehrgerätehauses soll Ende 2023 sein. Das Bild zeigt beim feierlichen „ersten Spatenstich“ (von links): Gebäudemanager Klaus Böde, Stadtbaurat Stefan Rommelfanger, Bürgermeister Lars König, Milenko Pulic von der Baufirma, Dennis Strohm (Löscheinheit Heven), Christian Brandt (Löscheinheit Altstadt), Gerd Webelsiep (Sprecher der Freiwilligen Feuerwehr) und Mario Rosenkranz, Leiter der Feuerwehr Witten.*

Zum „Tag der Sinne“ lädt das Katholische Klinikum Bochum ins St. Josef-Hospital, Hörsaalzentrum, Gudrunstr. 56, in 44791 Bochum ein. Unter dem Motto „Altern mit allen Sinnen – Wie kann das gelingen?“ gibt es eine Reihe von Vorträgen:

Samstag, 8. Oktober 2022, 11:00-14:00 Uhr
Hörsaalzentrum – St. Josef-Hospital, Bochum

Begrüßung	
11:00 Uhr	**Schwerhörig und dement im Alter – muss das sein?** Prof. Dr. med. Ch. Völter, Katholisches Klinikum, Bochum
11:20 Uhr	**Die Krux mit den Hörgeräten** N. Vogt, Kampmann Hörsysteme, Bochum
11:40 Uhr	**Individuelle chirurgische Lösungen für Hörstörungen im Alter** Prof. Dr. med. S. Dazert, Katholisches Klinikum, Bochum
12:00 Uhr	**Was ist, wenn die Worte fehlen?** Dr. med. G. Lueg, Marienhospital, Herne
Pause	
12:50 Uhr	**Sehen bis ins hohe Alter – ist das möglich?** Prof. Dr. med. St. Joachim, Knappschaftskrankenhaus, Bochum
13:10 Uhr	**Den kann ich nicht riechen – bleibt das immer so?** Dr. A. Pützer, Ruhr-Universität, Bochum
13:30 Uhr	**Stürze im Alter – wie lassen sich diese verhindern?** Prof. Dr. Dr. P. Rasche, Ruhr-Universität, Bochum
13:50 Uhr	**Tanzen – auch oder erst recht im Alter?** Th. Püttmann-Lentz, Tanzschule Lentz, Essen

Organisation: Prof. Dr. Christiane Völter, Fr. Niessala
niessala@ci-zentrum-ruhrgebiet.de
Tel. 0234- 509 8390 oder 0234- 509 8129

Während und nach der Veranstaltung haben Besucher Gelegenheit zum Austausch mit den Experten und zu einem kostenfreien Hör- und Seh-Test. Alle Vorträge, Diskussionen sowie Interviews werden zum Mitlesen auf Leinwände projiziert. Für schwerhörige Besucher wird kostenlos kommunikationsunterstützende Technik (FM-Anlage und Ringschleifen) bereitgehalten.

ANZEIGE

Paul Lemke *mit Mitarbeiterin Barbara Kreuzholz*

Die Witten HÖRT GmbH *ist in Witten das inhabergeführte Fachgeschäft für Hörgeräte in der Johannisstraße 12. Hörakustikmeister Paul Lemke hat diesen Standort aufgrund der Bekanntheit und der guten Lage gewählt. Vielen Wittenern wird die Adresse noch bekannt sein, da dort Herr Hoeper (jetzt als Vermieter) jahrzehntelang seine Podologiepraxis betrieb.*

Herr Lemke hatte vor einigen Jahren schon einmal kurz in Witten als Angestellter gearbeitet, bis das Unternehmen an eine Kette verkauft wurde. Es ist ihm wichtig, für seine Kunden immer die optimale Versorgung mit Hörsystemen aller Hersteller anbieten zu können, was bei den Ketten oft nicht möglich ist.

Herstellerungebunden zu sein war ihm so wichtig, dass er sich jetzt in Witten selbständig gemacht hat. Als Im-Ohr-Spezialist für fast unsichtbare Hörsysteme und Fan von Akku-HörSystemen hat er für jeden eine perfekte Hörlösung.

Witten HÖRT GmbH
Johannisstraße 12
58452 Witten

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
09:00 - 13:30 Uhr
14:30 - 18:00 Uhr

02302 - 398 65 88
0176 - 301 88 656
info@witten-hoert.de
www.witten-hoert.de

Hörakustikmeister Paul Lemke

Verbraucherzentrale Witten:

Stimmt der Abschlag für Strom oder Gas?

Die Energiepreiskrise sorgt für steigende Strom- und Gaskosten. In den kommenden Monaten werden Haushalte mit deutlich höheren Energiekosten rechnen müssen. Besonders bei Gas können sich die Preise vervielfachen. Sobald Energieversorger schriftlich über Abschlagserhöhungen informieren, fragen sich Verbraucher:innen häufig, ob die neuen Werte korrekt sind. Mit dem interaktiven Energiekosten-Rechner der Verbraucherzentrale NRW lässt sich dies unkompliziert prüfen. Dabei sind drei Dinge zu beachten:

Aktuelle Preise ermitteln
Hat der Energieversorger bereits schriftlich über die Erhöhung der Energiekosten informiert, sollte dazu der sogenannte Brutto-Preis je Kilowattstunde (kWh) zu finden sein. Dieser schließt Steuern und weitere Kosten ein und ist somit maßgeblich für die Höhe der Abrechnung. Ist diese Angabe nicht vorhanden, ist es ratsam, sich direkt beim eigenen Energieversorger nach dem aktuellen Brutto-Preis zu erkundigen.

Neue Energiekosten berechnen
Liegt der aktuelle Brutto-Preis je Kilowattstunde vor, benötigen Verbraucher:innen noch den Jahresverbrauch. Dieser findet sich z.B. in der Jahresabrechnung des Vorjahres. Dazu kommt in vielen Tarifen noch ein Grundpreis und bei einigen wenigen Haushalten ein sogenanntes Messeentgelt. Beide Angaben finden sich ebenfalls in der letzten Jahresrechnung. Liegen alle Daten vor, lassen sich die jährlichen Energiekosten und die korrekte Abschlagszahlung mit dem Energiepreis-Rechner ermitteln.

Abschlagszahlungen prüfen
Kündigt der Energieversorger höhere Abschlagszahlungen an, sollten Verbraucher:innen diese prüfen. Einige Anbieter erhöhen zwar den Preis, passen aber gleichzeitig nicht die Abschläge an. Dies kann bei der nächsten Jahresabrechnung zu hohen Nachzahlungen führen. Andere Anbieter verlangen überhöhte Abschläge, die trotz höherer Preise nicht notwendig sind. Verbraucher:innen zahlen dann monatlich zu viel Geld. Stellen betroffene Haushalte mit Hilfe des Energiepreis-Rechners fest, dass die neue Abschlagshöhe nicht korrekt ist, sollten sie sich an ihren Energieversorger wenden und eine Anpassung der Abschlagshöhe verlangen.

Der Energiepreis-Rechner und weitere Informationen finden sich hier:www.verbraucherzentrale.nrw/node/75669

STOCKUM OPTIK 25

Allen Kundinnen und Kunden gilt unser herzlichster Dank für das entgegengebrachte Vertrauen in den 25 Jahren unseres Bestehens.
Wir stehen gerne weiterhin für Sie mit gewohnter Kompetenz und qualitativ hochwertigen Produkten zur Verfügung, wenn es um das „gute Sehen“ und auch das „gute Aussehen“ geht.
Ihr Team von Stockum Optik

Jubiläums-Rabatt 25%!!!
Von Oktober bis Weihnachten 2022 auf mind. ein Produkt aus jedem Segment.

Stockum Optik GmbH Pferdebachstr. 249 58454 Witten
www.stockum-optik.de

WITTEN transparent

Anzeigen- und Redaktionsschluss für die Ausgabe Oktober 2022 ist am Freitag, 7. Oktober 2022.

Stockum Optik GmbH wird 25 Jahre alt:

Individuelle Augenoptik – die Firmenphilosophie gilt heute noch genau so wie zur ersten Stunde

„Individuelle Augenoptik ist unsere grundlegende Firmenphilosophie“, so Michael Schaefers, Augenoptikermeister und Geschäftsführer der Stockum Optik GmbH, und weiter: „Das unterscheidet uns von Ketten der Branche. Und ich glaube, man kann sagen, dass wir damit stets gut gefahren sind...“ Ja, das kann man wohl sagen, denn das Augenoptikgeschäft an der Pferdebachstraße 249 wird im Oktober 25 Jahre alt. Das Firmenjubiläum basiert zum einen auf erwähnter gelebter Firmenphilosophie, aber auch auf dem Anspruch, den Kunden immer etwas Besonderes vorzuhalten, was z. B. die Mode anbelangt und – gerade in jüngster Zeit – den Zeitgeist im allgemeinen.

***25 Jahre Stockum Optik GmbH** – Eine Feier gibt es corona-bedingt nicht. Sie wird zu besseren Zeiten bestimmt nachgeholt. Wohl aber gibt es Jubiläums-Angebote in jedem Segment, von Oktober bis Weihnachten 2022.*

Aus Tradition fortschrittlich zu sein – Was wie ein Werbeslogan klingt, ist für viele Geschäfte ein Lebensnerv. So auch für das Stockumer Augenoptik-Fachgeschäft. Es hatte schon immer besondere Angebote im Programm, denen es letztendlich auch zuzuschreiben war bzw. ist, dass Teile der Kundschaft weit jenseits der Wittener Stadtgrenzen beheimatet sind. Wenn es Innovationen in der Augenoptik-Technik gibt, ist Stockum Optik ebenso dabei wie bei neue Modetrends hinsichtlich Farben, Forgebungen, Werkstoffe. Kein modebewusster Brillenträger muss befürchten, den letzten Schrei zu überhören, wenn er Kunde der Stockum Optik GmbH ist.

Neuorientierungen – „Nachhaltigkeit“, „Regionalität im Handel“, „Klimaschutz“, „Energiesparen“ – Das sind Schlagworte, die zurzeit unser Leben deutlich mitprägen, die dafür sorgen, dass wir in bestimmten Dingen umdenken, bestimmte Dinge anders machen als sonst. Das gilt auch für Stockum Optik. Da gibt es jetzt Brillen der Bochumer Brillenmanufaktur BO 44 im Sortiment. Getreu dem Ruhrpott-Slogan „Auf Kohle geboren“ gibt es eine ganze Kollektion, die in Gestaltung und Werkstoffwahl auf das Thema Bezug nehmen. Ebenso im Sortiment: Brillen von people nature – aus Baumwollzellstoff, also ökologisch, nachhaltig und recycelbar. Das sind nur einige Beispiele, die zeigen, wie sich Zeitgeist auch in einer Art und Weise auf die Sortimentsgestaltung auswirken kann, wie man es eigentlich nicht erwartet hätte. Aber: Bei jedwedem „offenen Ohr“, das Stockum Optik für diese Dinge hat – die Qualität muss stimmen. Den vor einiger Zeit angepriesenen reinen Holz-Brillenrahmen mit Holzscharnieren stand Michael Schaefers äußert skeptisch gegenüber. Die Qualität in puncto Haltbarkeit konnte nicht überzeugen und die Entwicklung gab ihm Recht: Nun sind diese Brillen weitestgehend vom Markt verschwunden.

Bewährtes bleibt – Doch das, was viele Kunden schätzen und wovon auch Michael Schaefers und sein Team nicht abrücken werden, ist die ständige Verfügbarkeit modischer Brillen namhafter Hersteller im Sortiment. Dazu werden auch die einschlägigen Messen besucht, welche Aufschluss über die jeweilige Trends geben. Im Geschäft selbst wird dies dann sogar manchmal stimmungsvoll in Szene gesetzt, wie zuletzt bei der Vorstellung der Hardrock-Café-Kollektionen.

Innovation und Individualität – Dass er ein Faible für technische Innovationen hat, gerade in seinem Berufszweig, kann Michael Schaefers nicht abstreiten. Dabei geht es ihm nicht um die Technik um ihrer selbst willen, sondern um deren Zeckdienlichkeit. Und um ihre Beherrschung zum Wohle der Kunden. Jetzt kommt wieder die Individualität ins Spiel: Jeder Mensch ist anders und bedarf nicht nur ein typgerechten Beratung, wenn es z. B. um modische Brillen geht, sondern er bedarf der exakten individuellen Ausmessung und Anpassung. Das gilt beispielsweise auch für Gleitsicht-Kontaktlinsen. Kein Einzelfall: Jemand kauf sich solche „von der Stange“ und wundert sich, dass der gewünschte Effekt nicht so eintritt, wie erhofft, oder gar ganz ausbleibt. Oder die sogenannten Dream-lenses, Kontaktlinsen, die nur über nacht getragen werden und die Augenhornhaut physisch so beeinflussen, dass ein Tragen von Kontaktlinsen oder Brillen tagsüber nicht erforderlich ist. Auch wird – gerade bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen – mit solchen speziellen Kontaktlinsen das Fortschreiten einer Kurzsichtigkeit aufgehalten,und zwar sehr erfolgreich. Diese „kleinen Wunderwerke“ funktionieren aber nur dann, wenn sie professionell eingestellt / angepasst werden. Und nicht zuletzt solche Dinge sind es, die sie unersetzlich machen: Die Augenoptiker/innen.

***Edles** von namhaften Herstellern und Designern – Stockum Optik ist bekannt dafür, diesbezüglich eine große Auswahl zu haben.*

Infos für Senioren aus erster Hand

Mit der Seniorenmesse hat das Seniorenbüro der Stadt Witten einen Klassiker begründet. Alljährlich zu Zwiebelkirmes gibt es am Sonntag Wissenswertes für die älteren Generationen aus erster Hand. Doch Corona hatte in den letzten beiden Jahren diese beliebte und stets ausgesprochen gut besuchte Veranstaltung verhindert. Diesmal gab e die Messe noch in „abgespreckter“ Form, denn die ansonsten genutzten Räumlichkeiten im Rathaus standen nun wegen des Umbaus nicht zur Verfügung. Dank des guten Wetters und des abwechslungsreichen Angebotes tat dies der Sache aber keinen Abbruch. Viele heimische Unternehmen, die Angebote insbesondere haben, wie z. B. auch die Hörakustikfirma Steneberg (nebenstehendes Foto), fanden eine interessiertes Publikum auf dem Rathausplatz.

ANZEIGE

Informationen zu nachhaltigen Bestattungsformen und zur Bestattungsvorsorge

Das Bestattungsunternehmen Rumberg war ebenfalls auf der Wittener Seniorenmesse vertreten. Jörg und Beate Rumberg informierten interessierte Besucher über die nachhaltige Bestattungsform „Grüne Linie“ sowie auch über breite Thema der Bestattungsvorsorge. Bei der Bestattungsform „Grüne Linie handelt es sich um Bestattungen bei denen der Fokus auf Ökologie und Umweltschutz liegt. Dies richtet sich insbesondere an Menschen, die einen umweltfreundlichen Lebensstil gepflegt haben und auch am Lebensende einen „grünen Fußabdruck“ hinterlassen wollen. Die „Grüne Linie“ reicht von der Sargauswahl über die Kleidung der Verstorbenen bis hin zur Grabbepflanzung. Ein ganz großes Thema ist auch die Bestattungsvorsorge, wie Beate Rumberg erklärte. Bei der Bestattungsvorsorge kann u. a. jeder für sich festlegen, welche Bestattungsform er wünscht. Dies wird schriftlich niedergelegt und ist für die Hinterbliebenen bindend. Und der / die Betroffene hat auch die Möglichkeit, über eine Versicherung oder ein Treuhandkonto finanzielle Vorsorge zu treffen, so dass die Hinterblieben wenig oder überhaupt nicht mit den Bestattungskosten belastet werden. Vor dem Zugriff Dritter kann dies durch ein unwiderrufliches Bezugsrecht geschützt werden. Was sich hier – in knappen Zügen – schlüssig und einfach anhört, wird dann komplexer und komplizierter, wenn es ins Detail geht. Sich da zurecht zu finden und entsprechende Hilfen geben zu können, ist Aufgabe der Bestattungsunternehmen, wie eben z. B. Rumberg.

Der Informationsbedarf *zu nachhaltigen Bestattungsformen und zur Bestattungsvorsorge ist immens. Das Bild zeigt den Stand des Bestattungsunternehmens Rumberg auf der diesjährigen Wittener Seniorenmesse.*

Bestattermeister
Qualifizierter Fachbetrieb im Bestattungsgewerbe
Grüne Linie Ökologische Bestattung
Rumberg BESTATTUNGEN
Haus des Abschieds
Kattenjagd 37 - 58456 Witten
02302 - 97040
www.bestattungen-rumberg.de
Hochzeitsfloristik
Trauerfloristik
Raumdekoration
ZEIT für den Blüten TRAUM
Ihr Auftragsflorist
Termine nach Vereinbarung
02302 - 97042
www.zeitraum.nrw

Seniorenmesse für das EvK Witten ein voller Erfolg

Rund 100 Blutzuckermessungen, über 200 herausgegebene Vorsorgevollmachten und unzählige Beratungsgespräche – für das Evangelische Krankenhaus Witten war die diesjährige Seniorenmesse ein voller Erfolg. Das EvK stellte seine Angebote für ältere Menschen auf dem Rathausplatz in Witten vor und war mit der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, der Klinik für Urologie, der Ernährungs- und Diabetesberatung, dem Sozialdienst sowie den Therapeutischen Teams vertreten.

Zahlreiche Besucherinnen und Besucher nutzten die Gelegenheit, um mit den Gesundheitsexpertinnnen und -experten von der optimalen Ernährung bis zum künstlichen Gelenk ins Gespräch zu kommen. Die Seniorinnen und Senioren wurden aber auch selbst aktiv und trainierten ihr Gleichgewicht auf besonderen Kegeln oder testeten das Trainingsgerät Galileo, mit dem sich durch Vibration besonders gelenkschonend die Muskulatur kräftigen lässt. Sehr gefragt war die kostenlose Blutzuckermessung, die so manchen Behandlungsbedarf ans Licht brachte. Großen Beratungsbedarf gab es rund um die Vorsorgevollmacht, die sich etliche Besucherinnen und Besucher neben anderem Informationsmaterial mit nach Hause nahmen.

Der Simulator des Greenlight-Lasers der Klinik für Urologie, mit dem eine täuschend echte Prostata-Operation mitten auf dem Rathausplatz möglich war, erntete viele interessierte Blicke. So manch einer ließ sich die Gelegenheit nicht entgehen, schlüpfte in den virtuellen Arztkittel und versuchte sich als Operateur.

***Das Angebot der kostenlosen Blutzuckermessung** von Diabetesberaterin Anne Richter war sehr gefragt.*

Neue Bundesfreiwillige starten im EvK Witten

Sieben junge Männer und Frauen haben ihren Bundesfreiwilligendienst beziehungsweise ihr Freiwilliges Soziales Jahr im Evangelischen Krankenhaus Witten begonnen. Doch ehe sie ihren Einsatz auf den Stationen beginnen, lernen sie an zwei Einführungstagen viele grundlegende Arbeitsschritte kennen, die ihnen den Start in ihre neue Tätigkeit erleichtern. Die Routine kommt im Alltag dann von ganz allein, das weiß auch Praxisanleiterin Elke Kuhnen: „Diese Einführungstage sind ein guter Einstieg für die jungen Leute, um ihnen Sicherheit zu geben, denn meist haben sie zu Beginn ihrer Tätigkeit wenig Erfahrung mit der Pflege kranker Menschen.“

Diese freiwilligen Dienste im Krankenhaus bedeuten für einige von ihnen sogar das Sprungbrett in den Pflegeberuf. Das schätzt auch Dennis Klaebe, Pflegedienstleiter im EvK Witten: „Viele Bundesfreiwillige bewerben sich im Anschluss für eine Ausbildung in der Pflege an unserer Pflegefachschule. Denn während dieses einen Jahres erfahren sie aus nächster Nähe, was Pflege bedeutet und welche beruflichen Chancen es gibt.“

Wer also Interesse hat, seinen Bundesfreiwilligendienst oder sein Freiwilliges Soziales Jahr im EvK Witten zu absolvieren, kann sich ganzjährig bewerben. Weitere Informationen unter www.evk-karriere.de.

WITTEN transparent

Familien- und Krankenpflege e.V.
Herdecke - Witten - Wetter

www.familien-krankenpflege.com

- Ausbildungsbetrieb in der Pflege & Verwaltung
- Ambulante Alten- und Krankenpflege in Herdecke - Witten - Wetter
- Essen auf Rädern
- Hauswirtschaft
- Tagespflege
- Wohngemeinschaften für an Demenz erkrankte Menschen

Kontakt:
Geschäftsstelle
Wullener Feld 34 - 58454 Witten
info@familien-krankenpflege.com
☎ 02302 - 9 40 40 0

www.familien-krankenpflege.com

Welche „Sinneseindrücke“ gibt die Harnblase an?

Hat sie überhaupt die Möglichkeit, Sensationen zum Gehirn zu melden? Während das Auge Licht wahrnimmt und über die Netzhaut in elektrische Impulse umwandelt, die zum Gehirn gelangen und dort wieder zu einem „Bild“ unserer Umwelt zusammengesetzt werden oder Töne im Ohr zuerst in Schwingungen und dann wiederum in Nervensignale umgewandelt werden, die wir dann als Musik oder Lärm wahrnehmen – was gibt die Harnblase unserem Gehirn an?

Dass auch die Harnblase mit Sinnesorganen ausgestattet ist, merken wir erst, wenn etwas nicht stimmt. Wer schon einmal eine Blasenentzündung hatte, kennt das unangenehme Gefühl des überstarken, manchmal nicht zu bremsenden Harndranges. Und auch Menschen, die etwa durch die Wechseljahre oder eine Prostatavergrößerung unter einer Reizblase leiden, machen Bekanntschaft mit einem starken Harndrang, der keinen Aufschub mehr zulässt. Hintergrund ist, dass die Dehnung der Harnblasenschleimhaut durch die Blasenfüllung mit Urin zunächst in ein chemisches und dann ein elektrisches Signal umgewandelt wird, das zum Gehirn weitergeleitet wird. Hier wird dieses Signal „moduliert“, d. h. das Gehirn gleicht es mit der Situation ab (Ist eine Toilette vorhanden? Kann noch gewartet werden?) und gibt dann den Befehl zum Wasserlassen. Ist die Blasenschleimhaut gereizt, gibt sie schon sehr viel früher als normal einen Harndrang an, der auch bei einer nur geringen Urinportion dem Gehirn eine Riesenmenge Urin „vorgaukelt“. Auch umgekehrt sind Störungen möglich. Ist die Wahrnehmung von Harndrang auf der Ebene der Blasenschleimhaut oder der Nerven zum Gehirn gestört, wird kein Harndrang mehr wahrgenommen. Die Blase fasst plötzlich zu viel Urin. Was sich zunächst als „praktisch“ anhört, ist in Wahrheit gefährlich: Übersteigt bei voller Blase deren Innendruck den Ventilmechanismus zu den Nieren in den Harnleitern, kann es zu einem Aufstau und Nierenversagen kommen.

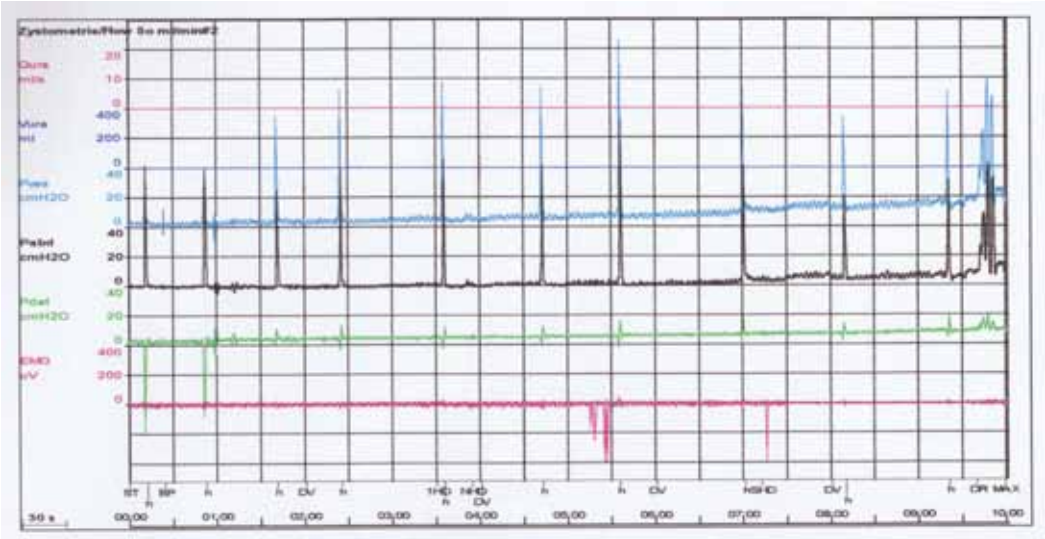


Abb. normale urodynamische Messung *zur Evaluation der Harnblasensensationen, s. Einträge unter den bunten Druck-Kurven – „1 HD“ = erster Harndrang, „SHD“ = starker Harndrang, „DR MAX“ = maximaler Harndrang*

Um die „Sinneswahrnehmung“ der Harnblase zu testen, setzen Urologen die sog. „Urodynamik“ ein. Die Blase wird mit warmem Wasser (dem körpereigenen Urin entsprechend) gefüllt und der Patient nach leichtem, starkem und stärkstem Harndrang gefragt. Die Angaben werden mit Normwerten abgeglichen. Wird bis zu einer Füllmenge von 500 – 600 ml keinerlei Harndrang angegeben, erfolgt ein sog. „Eiswassertest“. Hier machen es sich die Mediziner zu Nutze, dass manchmal zwar kein Harndrang, jedoch noch ein Kältereiz wahrgenommen wird. Spürt der Proband das gekühlte Wasser in der Harnblase, ist wenigstens noch ein Teil des „Sinnesorgans Harnblasenschleimhaut“ intakt und es lohnt sich, mit Medikamenten die Blase zu stimulieren.

Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Chefarzt Klinik für Urologie, Facharzt für Urologie, Andrologie, spezielle Chirurgie und medikamentöse Tumortherapie EvK Witten

St. Elisabeth Gruppe begrüßt 28 werdende Hebammen

Am 1. September haben 28 angehende Hebammen ihre Ausbildung in der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr begonnen. Mit ihnen startet der letzte Ausbildungsjahrgang der Hebammenschule am gruppeneigenen Campus. Ab 2023 wird die Ausbildung gemäß den neuen gesetzlichen Vorgaben vollständig durch das duale Hebammenstudium ersetzt.

Ausbildungen zur Hebamme können dann zwar noch abgeschlossen, aber nicht mehr neu begonnen werden. Auch das duale Studium ist in der St. Elisabeth Gruppe möglich. In Kooperation mit der Katholischen Hochschule in Köln bietet die Gruppe das Studium bereits seit 2021 an. Der Start ist jeweils zum Wintersemester möglich. Bewerbungen für das Wintersemester 2023 können Interessierte im Zeitraum vom 01.01.2023 bis 28.02.2023 an der Katholischen Hochschule einreichen.

Weitere Informationen zum dualen Hebammenstudium in der St. Elisabeth Gruppe gibt es unter: https://www.elisabethgruppe.de/campus/studium/duales-hebammenstudium

Migräne:

Wenn die Sinne auf Sturm stehen...

Es zieht sich ein Gewitter im Kopf zusammen. Es wird dunkel, einzelne Blitze sind am Himmel zu sehen, Sonnenlicht wird unangenehm, man verspürt Übelkeit. Man möchte sich zurückziehen in die abgedunkelten Räume. So oder ähnlich kündigt sich eine Migräneattacke an, bevor es dann zu heftig pochenden Schmerzen kommt.

Richard Wagner schrieb viele seiner berühmten Werke während er unter einer Migräneattacke litt. Salvador Dali mahlte seine schmelzende Uhr, wobei er sich gleichzeitig mit Kopfschmerzen quälte. Albert Einstein, Charles Darwin und auch Marie Curie kamen während der Migräne-Attacken zu der ein oder anderen anderen Idee.
Es sind fast 20 Millionen Deutsche, die in unter Migräne leiden. Und dabei handelt es sich nicht – wie häufig angenommen wird – nur um Frauen. Wie genannte Beispiele zeigen, sind auch Männer betroffen, und sogar Kinder kann es erwischen.

Heutzutage nimmt man an, dass es bei Migräne im Gehirn zu einer kurzzeitigen Fehlsteuerung kommt. Hierdurch kommt es zur Ausschüttung verschiedener Substanzen, die – ohne Bakterien oder Viren – eine Art Entzündung auslösen.
Man unterscheidet grundsätzlich zwischen einer Migräne mit und ohne Aura. Mit „Aura“ werden Sinnestäuschungen wie Blitze oder verzerrtes Sehen bezeichnet, aber auch Gefühlsstörungen wie Kribbeln oder Taubheit, die meistens 30 bis 60 Minuten vor dem Anfall zu spüren sind.
Die Kopfschmerzen selbst können sowohl ein- als auch beidseitig auftreten. Sie sind mit Übelkeit oder Lichtempfindlichkeit begleitet und werden von Betroffenen als pochend angegeben. Man möchte sich während der Attacke zurückziehen. Die Schmerzen nehmen bei körperlicher Belastung meistens zu und können bis zu drei Tage andauern.

In der Behandlung der Migräne gab es in den letzten Jahren viele Fortschritte. Wenn man nicht häufiger als drei bis vier Mal im Monat unter Migräne leidet, reicht es eigentlich, eine Kopfschmerztablette während der Attacke zu nehmen oder sich einfach zurückzuziehen und zu entspannen.
Kommt es zu mehr als drei bis vier Attacken im Monat, müssen Betroffene mit ihrem Arzt besprechen, ob eine sogenannte medikamentöse Prophylaxe notwendig ist. Das heißt in der Regel, dass man täglich, auch wenn man keine Attacke hat, ein bestimmtes Medikament für die Dauer von sechs bis zwölf Monaten nehmen muss. Wichtig ist es, einen Kopfschmerzklander zu führen, damit der behandelnde Arzt immer ein Überblick über Häufigkeit, Begleitsymptome und Wirksamkeit der Tabletten hat. Dies ist auch mit einer Migräne-App möglich. Mit der App hat man meistens zusätzlich noch einen Warner auch für zu häufige Medikameneinnahme.
Wichtig ist es zudem, bei Migräne auf einen gesunden Lebensstil zu achten. Sport, genug Flüssigkeit und regelmäßige Mahlzeiten können schon alleine die Häufigkeit reduzieren. Ein geregelter Schlafrhythmus ist wichtig. Leider bewirkt langes Schlafen am Wochenende eher das Gegenteil.
Es gibt auch gute nicht-medikametöse Methoden mit hoher Wirksamkeit. Dazu gehört die sogenannte progressive Muskelrelaxation nach Jakobson oder auch Akupunktur. Verhaltenstherapie mit Stressmanagement hat sich bei vielen Patienten als sehr wirksam gezeigt.
Wichtig ist es, auf sogenannte Redflags zu achten. Wenn die Migräne nicht wie gewohnt verläuft oder bestimmte neue Anzeichen wie Lähmungen, Missempfindungen, Fieber hinzukommen oder die Attacken ungewöhnlich lange anhalten, dann sollte möglichst schnell ein Arzt aufgesucht werden.

Jurij Sokolov
Facharzt für Anästhesiologie
EvK Witten

Unsere Augen (I) - wie sie funktionieren und wie wir sie gesund erhalten

Die Zeitung zusammenrollen und nach einer Fliege schlagen? Unschön (dem Tier gegenüber) und wenig Erfolg versprechend: Der kleine Quälgeist hat riesige Augen, mit denen er 250 Bilder pro Sekunde wahrnimmt, somit alles wie in Zeitlupe sieht und verschwinden kann, bevor das Unheil über ihn kommt. Für uns verschmelzen schon unsere pro Sekunde gesehenen 25 Bilder zu einem Bewegungsablauf. Wir sehen in stockdunkler Nacht nicht viel, während unsere Hauskatze noch jede Maus erkennen kann. Und wenn wir eine Zoom-Funktion anwenden wollen, müssen wir zur Kamera oder zum Smartphone greifen, während ein über uns kreisender Adler dies in seinen Augen sozusagen eingebaut hat. Aber auch wenn der Vergleich mit manchen Tiergattungen zu unserem Nachteil ausfällt: Das menschliche Sehorgan ist dennoch ein Wunder der Natur. Ein Wunder, das wir schützen müssen und oft auch wieder reparieren können, wenn es einen Schaden erlitten hat.

Unser Auge ist ein Kraftpaket von bescheidenen Dimensionen: Mit einem Durchmesser von 23 bis 24 mm hat es die Ausmaße einer Mozartkugel, mit einem Gewicht von nur 7,5 Gramm liegt es deutlich unter der Salzburger Kalorienbombe. Dieses kleine Organ ist von unglaublicher Leistungsfähigkeit. Von sechs zarten Muskeln bewegt erlaubt es uns Blickbewegungen, bei denen beide Auge so kooperieren, dass wir unsere Umwelt ohne Doppelbildwahrnehmung betrachten können – im gesundheitlichen Normalfall und in nüchternem Zustand. In der Netzhaut, an der Innenseite der hinteren Augenabschnitte, stehen mehr als 130 Millionen Photorezeptoren, die Zapfen und die Stäbchen bereit, um einfallende Lichtsignale aufzunehmen und über rund eine Million sogenannter Ganglienzellen weiterzuleiten. Im Sehnerv, einer hellen und mit 4 mm Durchmesser einem Kabel gleichenden Struktur, werden die Fortsätze dieser Nervenfaserzellen gebündelt und zu dem im Hinterkopf gelegenen Sehzentrum geleitet. Ja, wir sehen mit dem Teil des Gehirns, der von den Augen eigentlich am weitesten entfernt ist. Und was die Devise früherer Erzieher „Leichte Schläge auf den Hinterkopf erhöhen das Denkvermögen“ anbelangt – Unsinn, bitte nicht.

Im Gegensatz zu anderen Spezies sehen wir noch nicht vom ersten Atemzug an deutlich. Ein neugeborenes Baby sieht sehr unscharf; das Sehorgan wird sich – im Auge, vor allem aber im Gehirn – über die nächsten Wochen und Monate stetig entwickeln. Mit drei bis vier Monaten entwickelt sich das beidäugige Sehen, einige Monate später werden Gesichter erkannt – für Eltern und Großeltern ein unglaublicher Glücksmoment, wenn die kleinkindliche Sehrinde über einige weitere Nervenverbindungen im Gehirn die Gesichtsmuskulatur anweist, sich so zu verändern, dass ein Lächeln sichtbar wird. Beim ersten Geburtstag hat das Kind etwa fünfzig Prozent der Sehschärfe des Erwachsenen.

In den folgenden Jahren wird es ganz wichtig für das weitere Leben – und das weitere Sehen – was das Kind sich ansieht und wie lange. Wir haben in den letzten Jahren viel gelernt über die Mechanismen und die Risikofaktoren, die zur Kurzsichtigkeit – Fachbegriff: Myopie – führen. Dieser Brechungsfehler des Auges, bei dem alles, was in mehr oder weniger weiter Entfernung liegt, nur unscharf wahrge-

nommen werden kann, wird in einem Maße bei Kindern und Jugendlichen häufiger, dass Experten von einer „Pandemie der Myopie“ sprechen. Oder gesprochen haben, bis das erste Wort eine ganz neue Bedeutung bekommen hat. Die Kurzsichtigkeit nimmt fast überall rasant zu, aber nirgendwo derart wie in Südostasien. In manchen „High Schools“ in Hongkong und Singapur sind über 90 Prozent der jungen Menschen kurzsichtig. Heute wissen wir, dass überlange Fixation auf Objekte in der Nähe im Vorschul- und Grundschulalter ein wichtiger Auslöser ist – also zu lange Büffeln und Schulaufgaben machen und vor allem zu viel Zeit mit dem Smartphone oder elektronischem Spielzeug zu verbringen. Umgekehrt werden Kinder, die viel Zeit unter freiem Himmel verbringen, seltener kurzsichtig. „Draußen spielen“ ist also gesund – sofern unsere leistungsorientierte Gesellschaft es den Kindern noch erlaubt. Früher war das der Normalzustand kindgerechter Freizeit – deswegen sehen Sie auf alten Familienfotos aus Kaisers Zeiten auch kaum Kinder mit Brille.

Unser diffiziles visuelles System sollte man auch über die Kindheit hinaus hegen und pflegen. Sicher haben Sie es schon bemerkt: Zu viel Zeit vor dem Computer, dem Tablet, dem Smartphone kann für die Augen anstrengend werden und ist nicht gut. Exzessives Blicken auf den „Screen“ trägt entscheidend zum Trockenen Auge, einem weitverbreiteten Beschwerdebild, bei. Grundsätzlich ist der Blick auf die Nähe für dieses Sinnesorgan anstrengender als der Blick in die Ferne. Wer berufsbedingt den ganzen Tag vor dem Computer sitzt, sollte deshalb regelmäßig mal aus dem Fenster schauen - es ist eine kleine Entspannungsübung. Apropos Büroarbeit: Zu trockene Luft ist nicht gut und damit auch überhitzte Räumlichkeiten. Aber dieses Problem werden wir im kommenden Winter wohl kaum haben...

Schule und Freizeit *ohne digitale Hilfsmittel und Unterhaltungseletronik a la Tablet, Gameboy, Smartphone etc.. „Für die Augen war`s wohl besser“, meint Prof. Dr. Burkhard Dick. Diesbezüglich neue Erkenntnisse geben ihm Recht. Von den abgebildeten Kindern trägt nur eines eine Brille, und das ist eine Sonnenbrille.*

Zur Augengesundheit kann man auf unterschiedliche Arten beitragen. Wichtig ist Lichtschutz; zu viel Sonnenexposition ist nicht nur für die Haut – Stichwort: Melanom – gefährlich, sondern auch für das Auge. Vor allem die energiereichen blauen Lichtanteile sind ein Risikofaktor für unter anderem den Grauen Star und die altersabhängige Makuladegeneration (AMD). Deshalb ist eine Sonnenbrille an sehr hellen Tagen ein Stück praktizierte Prävention. Auch eine mit Bedacht ausgewählte Ernährung hilft dem anspruchsvollen Sinnesorgan. So sollte man vor allem jene Leckerlis zu sich nehmen, die reichlich Antioxidantien (oder: Radikalfänger) enthalten, da viele Alterungs- und Krankheitsprozesse zumindest zum Teil auch auf einer Anflutung sogenannter freier Radikale in den Zellen des Körpers beruhen. Viele dieser Antioxidantien finden sich (und dies ist nur eine unvollständige Aufzählung) in Obstsorten wie Heidelbeeren und Cranberries, in Gemüsearten wie Spinat und Grünkohl, in Olivenöl und Knoblauch und Meeresfischen wie Lachs und Makrelen. Diese Stoffe tun nicht nur dem Auge gut, sondern auch dem Körperteil, in dem das Sehen sozusagen stattfindet: Dem Gehirn.

Ein hochkomplexes System wie das Sehorgan kann natürlich auch krank werden - und dies auf vielfältige Weise. Was wir heute (glücklicherweise) dagegen tun können, dazu weiter auf der nächsten Seite.

Prof. Dr. Burkhard Dick
Direktor der Augenklinik am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum

Private Mietangebote in WITTEN transparent

Wohnung, 1. OG, 4 Zimmer, Küche, Diele, Bad, 121 qm groß, eigener Eingang, zu vermieten. Es handelt sich um eine ehemalige Steigerwohnung (Zechenwohnung) in Bochum-Langendreer. Dazu gehört ein Garten mit Laube, überdachter Terrasse und überdachtem Grillplatz. Fußläufige Entfernung zum Bäcker, Baumarkt, Grundschule; guter Nahverkehrsanschluss. KM: 1.000 Euro, NK ca. 180 Euro zzgl. Energiekosten (Etagenheizung = Gas).
Kontakt nur schriftlich über:
Witten transparent, Chiffre 007,
Somborner Str. 2a, 44894 Bochum

Antworten auf Chiffre-Anzeigen
Wenn Sie auf eine Anzeige reagieren möchten, die mit einer Chiffre-Nummer gekennzeichnet ist, so ist Ihre Nachricht auf dem Postweg an Witten transparent unter Nennung der Chiffre-Nummer zu richten. Witten transparent leitet die Nachricht zum Inserenten weiter.
Witten transparent, Somborner Str. 2a, 44894 Bochum-

Maisonette Wohnung, 92 qm, renoviert, mit Garage in Dortmund-Lütgendortmund zu vermieten. Fußläufige Entfernung zum Zentrum von Lütgendortmund, gute Anbindung an den ÖPNV.
KM: 780 Euro, NK 200 Euro zzgl. Energiekosten (Etagenheizung).
Kontakt über E-Mail:
faikel88@gmail.com

Unsere Augen (II) - wie wir sie heilen können

Blind zu sein, ist für die große Mehrheit der Menschen einer der schlimmsten denkbaren Schicksalsschläge. Unsere Sinneswahrnehmung Sehen ist ein hochkomplexes System, dem immer wieder Gefahren drohen, durch Krankheiten, durch äußere Schädigungen und durch Umbauvorgänge, die – wie man so schön sagt – „mit dem Alter“ kommen. Glücklicherweise kann die moderne Augenheilkunde viele dieser Prozesse aufhalten und manchmal gar zur großen Freude der Patienten umkehren.

Katarakt-OP im Knappschaftskrankenhaus *– Für Laien nur schwer zu verstehen ist, dass mit einer solchen OP das Sehvermögen mitunter so wiederhergestellt werden kann, dass auf die Brille teilweise oder sogar ganz verzichtet werden kann.*

Bis ins hohe Alter „gute Augen“, also ein exzellentes Sehvermögen zu haben, ist kein unerfüllbarer Traum. Da wir heute eine Lebenserwartung haben, von denen frühere Generationen nur träumen konnten, steigt auch die Wahrscheinlichkeit, dass wir ein Alter erreichen, in dem die Augen Probleme machen. Diese können aber auch schon die Allerjüngsten treffen, weswegen Vorsorgeuntersuchungen bei Kindern so wichtig sind. So ist es ganz entscheidend, ein Schielen – das immerhin bei rund 7% aller Kinder auftritt – frühzeitig zu erkennen und in einer Sehschule, wie sie die Augenklinik am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum hat, eine geeignete Behandlung eingeleitet wird. Kinder mit einer Fehlstellung der Augen werden nachweislich von Gleichaltrigen diskriminiert. Die Abweichung des Auges kann eine Sehschwäche auslösen, die sogenannte Amblyopie, die später nicht mehr zu beheben ist.

Fast jeder von uns wird eine Veränderung am Auge erleben, deren Behandlung inzwischen die häufigste chirurgische Intervention in der Medizin überhaupt ist. Es geht um den Grauen Star, in der Fachsprache *die* Katarakt genannt (*der* Katarakt ist eine Stromschnelle am Nil oder anderen Flüssen). Dabei handelt es sich um eine Trübung der Augenlinse, die im fünften Lebensjahrzehnt allmählich einsetzt und typischerweise mit dem Rentenalter – bei manchen früher, bei anderen später – so ausgeprägt ist, dass das Sehen „wie durch Nebel“ erscheint. Es ist eine der beeindruckendsten Erfolgsgeschichten des heutigen Medizinbetriebes: Die getrübte Linse wird in einem Eingriff, der eine Viertelstunde dauert und meist unter lokaler Betäubung erfolgen kann, entfernt und durch eine Kunstlinse oder auch Intraokularlinse (IOL) ersetzt. Ein toller Nebeneffekt: Wir können die Stärke dieser IOL so berechnen, dass der Patient, wenn er vorher Brillenträger war – zum Beispiel aufgrund einer Kurzsichtigkeit – jetzt überwiegend oder gar ganz ohne Brille auskommt.

Diese faszinierende Operation – sie wird in Deutschland geschätzt 900.000mal im Jahr vorgenommen und ist damit häufiger als die Implantation künstlicher Knie- und Hüftgelenke sowie die Entfernung von Blinddärmen und Gallenblasen – ist sogar noch sicherer und effektiver durch eine technische Innovation geworden. Nicht ganz ohne einen hoffentlich verzeihlichen Stolz weise ich darauf hin, dass die Universitätsaugenklinik Bochum weltweit zu den Pionieren in der Anwendung des Femtosekundenlasers bei der Operation des Grauen Stars gehört und eines der Zentren mit den höchsten auf diese hochmoderne Art operierten Patientenzahlen ist. Mit diesem Laser führen wir Schritte der OP durch, die ansonsten manuell oder mit Ultraschall vorgenommen werden. Unsere Erfahrungen mit der Technik, über die wir mehr wissenschaftliche Veröffentlichungen haben als jede andere Klinik, als „ermutigend“ zu bezeichnen, wäre die Untertreibung des Jahres. Sie ist für viele Patienten, gerade auch solche mit Vorerkrankungen des Auges ein game changer, ein Hoffnungsträger.

Bei allen Erfolgen der Augenmedizin dürfen wir nicht vergessen, dass es immer noch Menschen gibt, die mit hoher Sehbehinderung und Erblindung leben. Wir setzen große Hoffnungen in Fortschritte, die sich am Horizont abzeichnen oder gerade in den klinischen Alltag Einzug halten. Dazu gehören Netzhautchips, die bislang blinden Patienten wieder eine Orientierung ermöglichen. Und Gentherapien, mit denen Erbkrankheiten, die bislang als unheilbar galten wie die schon Jugendliche betreffende Stargard-Krankheit, die Retinitis pigmentosa und die Lebersche kongenitale Amaurose. Diese Begriffe der Vergangenheit angehören zu lassen, ist die nächste große Aufgabe in der Augenheilkunde.

Prof. Dr. Burkhard Dick
Direktor der Augenklinik am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum

Das größte Sinnesorgan – Die Haut

Unter einem Sinnesorgan versteht man ein Organ, welches Informationen in Form von Reizen erfassen und weiterleiten kann. Diese Reize werden durch Nerven in das Gehirn geleitet und dort verarbeitet, damit sie dem Menschen „bewusst" werden, sprich dieser die Reize bemerkt. Der Mensch hat 5 Sinne und dafür 5 Sinnesorgane: Haut, Auge, Ohr, Nase und Mund.

Die Haut ist nicht nur das größte Sinnesorgan des Menschen, sondern auch das größte Organ des Menschen überhaupt.
Je nach Größe und Gewicht eines Menschen wiegt die Haut zwischen 3,5 und 10 Kilogramm und ist etwa 1,5 bis 2 Quadratmeter groß.
Jeder Mensch hat eine eigene, individuelle Hautstruktur und damit auch eine individuelle Sinneswahrnehmung über die Haut.
Die Haut hat viele verschiedene Funktionen. Unter anderen dient die Haut zur Wahrnehmung unserer Umgebung. So spüren wir, wenn Regen auf uns nieder prasselt oder ein kalter Wind weht. Zu dem nehmen wir Berührungen war und spüren, wenn wir verwundet wurden.

In der Haut des Menschen befinden sich etwa 640 000 Tastpunkte. Die Anzahl der Tastkörperchen ist besonders groß an den Fingerspitzen, der Fußsohle, den Lippen und in der Handfläche, weil dort die Sensibilität besonders stark sein muss, z.B. wenn man Heißes berührt oder in was Spitzes tritt.

Feinste Berührungen, Druck und Erschütterungen werden von unterschiedlichen Tastkörperchen (Rezeptoren, die mit Nervenfasern verbunden sind) der Haut aufgenommen. Tiefer in der Lederhaut und im Unterhautfettgewebe liegen die sogenannten Lamellenkörperchen, die auf stärkeren Druck reagieren. Bei sehr starker Reizung empfindet man hierrüber auch Schmerz.

Rezeptoren die für den Tastsinn verantwortlich sind, sind je nach Sinneswahrnehmung unterschiedlich: Für großflächige Berührungen und Druck sind andere Rezeptortypen verantwortlich (Pacinische Körperchen) wie etwa für eingegrenzte, lokale Berührungen (Merkel-Zellen). Hinzu kommen weitere Sensoren (z.B. Ruffini- und Meissner-Körperchen), die die Tastwahrnehmung präzisieren.

Die Wärmerezeptoren werden nur durch Temperaturerhöhung, die Kälterezeptoren nur durch Temperaturerniedrigung erregt. Sie übermitteln uns keine absoluten Temperaturwerte wie ein Thermometer, sondern nur Temperaturunterschiede und -veränderungen. Das hat zur Folge, dass man Wasser derselben Temperatur sowohl als warm als auch als kalt empfinden kann. Das hängt davon ab, ob die ins Wasser eingetauchte Haut vor dem Eintauchen eine höhere oder niedrigere Temperatur als das Wasser hatte. Die Kälterezeptoren liegen in der oberen Lederhaut, die Wärmerezeptoren tiefer in der Lederhaut. Untersuchungen ergaben, dass wir in unserer Haut etwa 250 000 Kälte empfindliche Stellen (Kältepunkte) und ca. 30 000 Wärme empfindliche Stellen (Wärmepunkte) besitzen. Beide sind in ihrer Anzahl pro Quadratzentimeter Hautfläche unterschiedlich verteilt.
Der direkte Schmerz wird von freien Nervenendigungen gemeldet. Sie liegen in sehr großer Zahl in der Haut und reichen bis in die Oberhaut hinein.
Es ist auch lange eine Theorie gewesen, dass leichte Reizung der Schmerzrezeptoren als Juckreiz empfunden wird, heutzutage wissen wir aber, dass es eigene „Juckreizrezeptoren" in der Haut gibt.

Das Wahrnehmen und Fühlen der Haut ist mithin von zentraler Bedeutung für das Erleben der Umwelt und bei Sozialkontakten. Bei kleinen Kindern, die alles anfassen, lässt sich dies eindrucksvoll beobachten. Das Berühren von Gegenständen führt zu Lernprozessen, die es später nicht mehr nötig erscheinen lassen, alle Dinge zu berühren. Das zu erwartende Hautgefühl ist sozusagen im Gedächtnis abgespeichert.
Aber auch im Erwachsenenalter bedarf es der permanenten Überprüfung. Man streicht mit der Hand über eine Oberfläche und empfindet sie als sympathisch oder abweisend. Deshalb wird zum Beispiel in der Automobilindustrie darauf geachtet, dass die Innenausstattung auch vom Tastsinn her als ansprechend empfunden wird. Und im Modegeschäft trägt das prüfende Berühren eines Stoffes ganz wesentlich zur Kaufentscheidung bei.
Die Haut ist auch noch eine „ehrliche" Haut, das heißt ein Kommunikationsorgan sie zeigt der Umgebung, wie man sich gerade fühlt. Wenn es einem schlecht geht, zeigt es die Haut, indem sie blass wird. Wenn etwas peinlich ist, wird die Haut rot, so dass man die Peinlichkeit nicht verbergen kann. Das gleiche passiert übrigens bei den meisten Menschen auch, wenn sie lügen. Deswegen ist die Haut auch noch unser eigener Lügendetektor.

Dr. Ulrich Klein
Hautarzt
dermaticon privat
Bochum und Wetter / Ruhr

Die Aufgaben der Haut

- Sinneswahrnehmung
- Schutzfunktion – chemische Reize
  – physikalische Reize
  – mechanische Reize
- Wärmeregulierung
- Stoffwechsel
- Aufrechterhaltung des inneren Milieus
- Soziale Kommunikation

Von der Haut vermittelte Sinneseindrücke

- kalt / warm
- trocken / feucht
- Druck (verschiedener Qualität)
- Berührung
- Schmerz (verschiedener Qulität
- Juckreiz
- räumliche Unterscheidung

Mit circa 15 Millionen Betroffenen gehören die Hörstörungen zu den großen Volkskrankheiten in Deutschland. Diese enorme Zahl an Betroffenen ist sogar in der Fachwelt weitgehend unbekannt. Die Schwerhörigkeit ist keine eigenständige Erkrankung, sondern immer ein Symptom einer dahinterliegenden Erkrankung. Die Ursachen von Schwerhörigkeiten reichen von Tumoren am Hörnerven über Erkrankungen des Mittelohres und Gehörganges bis hin zur allseits bekannten Lärmschwerhörigkeit. Auch Hörstürze und degenerative Prozesse können zur Schwerhörigkeit führen, ebenso kommen Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus, Durchblutungsstörungen, Umweltfaktoren (z.B. Gifte) oder Medikamente, die das Ohr schädigen, Genussgifte wie Nikotin und Bluthochdruck als Ursache infrage.

Schwerhörigkeit – die oft verkannte Gefahr!

Der Mensch lebt von der Kommunikation. Sich unterhalten, anderen etwas erklären, Fragen stellen, Antworten verstehen, zuhören, telefonieren - ohne ein funktionierendes Gehör ist all das undenkbar.

Unser Gehör nehmen wir als selbstverständlich hin, erst wenn es sehr stark nachlässt, merken wir es sofort, z.B. bei einem Hörsturz oder wenn Ohrenschmalz das Ohr verschließt. Die meisten Schwierigkeiten komen jedoch langsam.

Der schleichende Hörverlust ist typisch, denn er fällt den Betroffenen nicht auf. Langsam gewöhnen sich diese Patienten an die Schwerhörigkeit. Daher kommen viele zu spät zur Untersuchung. Die späte Entdeckung macht den Schaden aber größer, als er sein müsste. Durch die spärlichen Höreindrücke leidet nämlich die Leistungsfähigkeit der Hörzentren im Gehirn. Daher sind die Früherkennung und auch die frühe Behandlung der Schwerhörigkeit von entscheidender Bedeutung.

Späte Entdeckung führt zu höherem Schaden

Vielfach werden auch außerhalb von HNO-Praxen Hörtests u.ä. angeboten. Dieses ist aber mit einem entscheidenden Nachteil verbunden: Es erfolgt keine Diagnose, die Ursache der Schwerhörigkeit bleibt im Dunkeln. Schon beim kleinsten Verdacht auf ein Nachlassen des Gehörs sollte ein HNO-Arzt zur Abklärung der Ursache aufgesucht werden. Erst eine genaue Diagnose ermöglicht es, die richtige Therapie zu wählen. Manchmal nützt eine Operation, manchmal ein oder zwei Hörgeräte und manchmal reicht es eben aus, den Ohrenschmalz fachkundig und schmerzfrei aus dem Gehörgang zu entfernen. Darüber hinaus können mit der Schwerhörigkeit zahlreiche Folgeerkrankungen wie Depressionen und Verletzungen durch Hörstörungen hervorgerufen oder begünstigt werden. Über

Individuelle Beratung rund ums Hören im Fachgeschäft
HÖRGERÄTE STENEBERG
Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik in Witten und Herbede
Ihre persönlichen Hörberater in Witten
Seit 40 Jahren für Sie da!

Marcel Jakobs Witten
Songül Yanik-Yarimbas Witten
Daniela Börger Herbede
Andreas Kosch Herbede
Bahnhofstraße 55
58452 Witten
Telefon 0 23 02 / 5 47 91
Vormholzer Straße 2
58456 Witten-Herbede
Telefon 0 23 02 / 9 73 08 55
www.hoergeraete-steneberg.de

die durch die zunehmende Schwerhörigkeit eintretende soziale Isolierung und Vereinsamung werden Depressionen im erheblichen Maße beeinflusst. Die Schwerhörigkeit führt vor allem im Straßenverkehr zu häufigen Unfällen und Verletzungen, insbesondere durch Stürze. Noch weit weniger bekannt ist, dass auch durch die Demenz die Schwerhörigkeit verschlimmert und beschleunigt wird und zur frühen Heimeinweisung führt.

Die volkswirtschaftlichen Kosten durch Hörschäden sind in Deutschland mit insgesamt 1,5 Mrd. Euro jährlich zu veranschlagen.

Vorsorge tut not, heißt es so schön. Gerade im Bereich der Schwerhörigkeit werden Vorsorgeuntersuchungen ab dem 50. Lebensjahr sinnvoll und können erhebliche Kosten einsparen. In einer guten Zusammenarbeit zwischen Hausärzten und Fachärzten für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde können diese Früherkennungsmaßnahmen durchgeführt werden.

Die Kosten hierfür halten sich in Grenzen. Die Einsparungspotenziale jedoch sind erheblich, und die Krankenkassen können durch eine Information ihrer Mitglieder erheblich zu einer Verbesserung der Situation schwerhöriger Patienten in Deutschland beitragen.

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

Unterversorgung mit Hörgeräten – ein Blick in die Statistik

Eine genaue Statistik über die Zahl derer in Deutschland, die unter einer Hörminderung oder gar unter einem Hörverlust leiden, gibt es nicht. Aber es gibt Erhebung, die auf Umfragen und Erfahrungswerten basieren. Einer solchen Erhebung des Statistik-Portals „Statista“ (Quelle: de.statista.com) zufolge tagen rund 3,02 Mio. Personen (älter als 14 Jahre) in Deutschland ein Hörgerät; 66,79 Mio. Menschen haben keine Hörgerät.

Geschätzt 19% der Menschen in Deutschland seien aber von Hörverlust bzw. Hörminderung betroffen.

Zwar bedarf – wie hier erwähnt – nicht jede Hörminderung der Therapie mittels Hörgerät, angesichts der hier genannten Zahlen kann aber mit Sicherheit davon ausgegangen werden, dass einem Großteil derer, die unter Hörminderung leiden, mit einem Hörgerät geholfen werden könnte. Daher ist hier die Rede von einer „Unterversorgung“.

Die Gründe für diese Unterversorgung sind wahrscheinlich vielfältiger Natur. Ein Grund ist sicherlich, dass Betroffene nicht zum HNO-Arzt gehen, um die Gründe für ihre Schwerhörigkeit diagnostizieren und therapieren zu lassen. Ein solches Verhalten kann in Unwissenheit um den eigenen Zustand begründet sein, aber auch vielleicht in falscher Scham oder aus Angst vor den Kosten, die mit der Anschaffung eines Hörgerätes verbunden sind. Die letztgenannte „Hemmschwelle“ wurde von der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV)deutliche herabgesetzt:

Gesetzlich Krankenversicherte, die ein Hörgerät benötigen, erhalten in der Regel pro Hörgerät einen Vertragspreis von bis zu 685 Euro. In bestimmten Fällen kann sich die Kostenübernahme auf 840 Euro erhöhen. (Quelle: verbraucherzentrale.de / Stand: November 2021).

Medizin – Pflege – Therapie
Klinik für Urologie
Ev. Krankenhaus Witten
Lehrkrankenhaus der Universität Witten/Herdecke
Harnblasen-Café
03. November 2022 – 15.30 bis 17 Uhr
Ardey Hotel Witten, Ardeystraße 11, 58452 Witten
Erkrankungen der Harnblase
Vortrag und anschließende Fragerunde von und mit Prof. Dr. Andreas Wiedemann.
Mit Anmeldung – ohne Corona-Auflagen.

Ev. Krankenhaus Witten
Klinik für Urologie
Chefarzt Prof. Dr. Wiedemann
Pferdebachstr 27
58455 Witten
Fon 02302.175-2521
www.evk-witten.de
www.facebook.com/evkwitten
Zentrum für Interstitielle Zystitis und Beckenschmerz ICA
BECKENBODEN ZENTRUM RUHRGEBIET
Boston Scientific Advancing science for life™
Prostatazentrum Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001
KONTINENZ- UND BECKENBODENZENTRUM HAGEN-WITTEN

WITTEN transparent

Privat- und Selbstzahlerpraxis für Dermatologie und Allergologie
HAUTFACHÄRZTLICHE PARTNERSCHAFT
dermaticon PRIVAT
24 Stunden Termingarantie!
Online-Terminvergabe
Hautkrebsvorsorge
Ambulante Operationen
Lasertherapie
Med. Kosmetik und Ästhetik

Dr. Walter Heyden

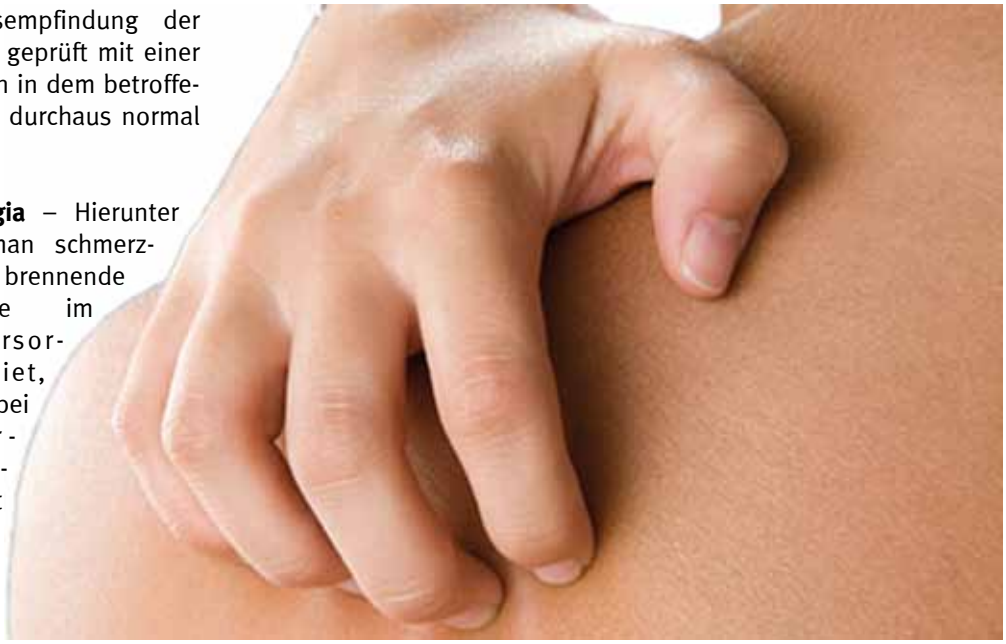
Dr. Volker Harff

Dr. Peter Wenzel

Dr. Ulrich Klein
dermaticon privat
Kemnaderstraße 316
44797 Bochum
Tel.: (0234) 91 58 05 00
Filialpraxis Volmarstein
Hauptstraße 50
58300 Wetter/Volmarstein
Tel.: (02335) 68 38 18
www.dermaticon-privat.de
praxis@dermaticon-privat.de

„Missempfindungen“ der Haut

Wenn man sich in seiner Haut nicht mehr wohl fühlt, kann es neben psychischen Ursachen zahlreiche andere Gründe dafür geben. Im Folgenden soll auf einige Symptome des Sinnesorgan „Haut“ und deren Ursachen eingegangen werden.



● **Juckreiz** – ist ein Symptom, hinter dem mehr als 100 verschiedene Ursachen stecken können, von Allergien bis Krätze, von trockener Haut bis Leberkrankheit oder Diabetes. Um eine schwere Erkrankung oder Allergie auszuschließen, sollte jeder Juckreiz ausführlich abgeklärt werden.

● **Missempfindungen (Parästhesie)** – Entweder als übersteigerte Hautwahrnehmung bis hin zum Schmerz oder das genaue Gegenteil wie fehlerhaftes oder taubes Gefühl der Haut.
Die Parästhesie ist eine veränderte Empfindung im Versorgungsgebiet eines oder mehrerer Hautnerven, oft ohne erkennbare Hautveränderung oder ohne Erinnerung des Patienten an physikalische Reize. Sie wird von den Betroffenen meist als Kribbeln, „Ameisenlaufen“, Pelzigkeit, Prickeln, Kälte- und Wärmeempfindung oder als unangenehmes Hautgefühl beschrieben. Ursache kann eine Gehirn- oder Nervenerkrankung sein, häufig auch als Polyneuropathie, z. B. bei Zuckerkrankheit, Alkoholismus oder Medikamentennebenwirkungen. Die Berührungsempfindung der Haut (z. B. geprüft mit einer Feder) kann in dem betroffenen Gebiet durchaus normal sein.

● **Kausalgia** – Hierunter versteht man schmerzhaft brennende Hautgefühle im Nervenversorgungsgebiet, so z. B. bei Gefäßerkrankungen mit Nervenunterversorgung, bei Gürtelrose oder bei dem gefürchteten Gesichtsnervenschmerz (Trigemiusneuralgie).

● **Dysästhesie** – bedeutet die Verminderung der Sinnesempfindlichekeit und die Erhöhung, d. h. Überempfindlichkeit gegen alle äußeren Reize.

● **„Eingeschlafene Haut“** – Sonderform der Parästhesie durch Druck auf die Nerven (jeder kennt das „eingeschlafene“ Bein, den Arm oder die Hand, z. B. des nachts bei bestimmten Schlafpositionen). Der Mensch wird wegen dem massiven Kribbeln und Taubheitsgefühl, ähnlich wie bei Erfrierungen der Haut, wach, so dass kein bleibender Nervenschaden entsteht.

Als eine besondere Form der Haut- „Missempfindung“ soll der **Haut-Tier-Wahn** (Dermatozoenwahn) nicht unerwähnt bleiben. Die betroffenen Patienten haben die wahnhafte Vorstellung, dass sich Lebenwesen, z. B. Würmer, Larven oder Insekten, unter ihrer Haut befinden. Hieraus resultieren Angst, Ekel, Juckreizgefühl und häufig auch eine Infektion der oberen Hautschicht durch massives Waschen, Desinfizieren oder Kratzen.
Ursache ist eine Geisteskrankheit (Psychose), die sich durch Wahrnehmungsstörungen mit Haut-Halu-zinationen äußert. Diese selbst kann Folge einer Sucht sein oder auch in einer Hirnerkrankung ihren Grund haben. Diagnose und Therapie gestalten sich in solchen Fällen oft aufgrund der Uneinsichtigkeit der betroffenen Patienten als sehr schwierig.

Ursachen von „Missempfindungen“ der Haut

- *Stoffwechselkrankheiten (z. B. Zuckerkrankheit, Lebererkrankung)*
- *Direkte Nervenschädigungen (nach Verletzungen, Entzündungen, Bandscheibenvorfall, Durchblutungsstörungen, Infektionen wie z. B. Gürtelrose*
- *Gehirnerkrankungen (z. B. Schlaganfall, Epilepsie, Parkinson)*
- *Medikamentenbehandlung (z. B Krebsmittel, Antiviotika)*
- *Suchtkrankheit (z. B. Alkoholismus)*
- *Psychische Erkrankungen (z. B. Dermatozoenwahn)*

Dr. Ulrich Klein
Hautarzt
dermaticon privat
Bochum und Wetter / Ruhr

Altern mit allen Sinnen

Die Sinne sind eine Brücke zwischen dem Menschen und seiner Umwelt. Sie verbinden die Gedankenwelt des Gehirns mit der gesamten Außenwelt. Ohne Sinne würden Menschen ihre Umwelt gar nicht wahrnehmen, sie würde für den Menschen praktisch nicht existieren, da sie nicht erfahrbar wäre. Wie wichtig Sinne tatsächlich für das Leben sind, wird häufig erst dann deutlich, wenn sie schwächer werden. Das ist oft mit zunehmendem Alter der Fall. Das Hör- und Sehvermögen lässt nach und Gesprächen zu folgen, wird so immer schwerer. Doch welche Folgen kann der Verlust bestimmter Sinne haben?

Nicht nur das Sehen und Hören sind von großer Wichtigkeit für den Menschen. Auch das Riechen, der Geschmacksinn, der Gleichgewichts-, sowie der Lage- und Tastsinn sind in vielerlei Hinsicht von großer Bedeutung. Die Sinne sind wichtig für Fortbewegung und Kommunikation. Insbesondere älteren Menschen wird diese Bedeutsamkeit bewusst. Mit zunehmendem Alter lässt die Sinnesqualität nach und kann vom Körper nicht mehr so leicht kompensiert bzw. ersetzt werden wie in jüngeren Jahren. Die nachlassenden Sinne sind ein großer Risikofaktor für Stürze, für Demenzerkrankungen, Depression, sozialen Rückzug, reduzierte Lebensqualität und erhöhte Sterblichkeit.

Indem Menschen riechen, schmecken, tasten, sehen und hören *nehmen sie ihre Umwelt wahr, doch mit zunehmendem Alter werden die Sinne immer schwächer und die Reize müssen deutlich stärker sein, um wahrgenommen werden zu können. Foto: ©DimaBerlin*

Hören

Aufgrund dieser Beobachtungen wurde geforscht, ob und welchen Einfluss eine Schwerhörigkeit auf die Entwicklung einer Demenz hat. Die Forschungen ergaben klare Belege, dass eine länger bestehende und unbehandelte Schwerhörigkeit das Risiko, an einer Demenz zu erkranken deutlich steigert.

Riechen

Der Geruchssinn ist eng mit der Entwicklung neurodegenerativer Erkrankungen, wie Alzheimer, Demenz oder Parkinson, verbunden. Der fehlende oder schwache Geruchssinn ist häufig ein frühes unerkanntes Anzeichen für eine der Krankheiten. Aber auch unabhängig von neurodegenerativen Erkrankungen führt eine Einschränkung der Riechleistung zu einer dreifach erhöhten Sterberate.

Sehen

Eine schwindende Sehkraft sorgt bei Betroffenen nicht nur zu einer schwachen Sehleistung, sondern kann sich auch im Charles Bonnet-Syndrom äußern. Bei diesem Syndrom leiden psychisch gesunde Menschen unter visuellen Halluzinationen. Diese Halluzinationen können leicht mit einer Psychose verwechselt werden, wobei das Charles Bonnet-Syndrom an sich eher harmlos ist. Immerhin 16 % der Patienten mit altersassoziierter Makuladegeneration, also einem altersbedingten Sehverlust, entwickeln im Verlauf ihrer Erkrankung ein Charles Bonnet-Syndrom und sind oft sehr erleichtert, wenn sie ihr behandelnder Arzt darüber aufklärt, dass sie eben keine psychiatrische Erkrankung entwickeln.

Früherkennung ist das A und O

Vor diesem Hintergrund ist es sehr wichtig, nachlassende Sinnesleistungen früh zu erkennen und mit einem Arzt die Diagnose und Therapie zu besprechen. So kann das Risiko für schwerwiegende Folgeerkrankungen minimiert werden.

Prof. Dr. Rainer Wirth
Klinikdirektor,
Klinik für Altersmedizin und Frührehabilitation,
Marien Hospital Herne – Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

Sehstörungen in der Schwangerschaft – Hinweis auf eine gefährliche Erkrankung

Die Präeklampsie – umgangssprachlich Schwangerschaftsvergiftung – ist eine ernstzunehmende Gefahr für Mutter und Kind. Sehstörungen in Form von Augenflimmern oder Blitzen können ein Hinweis auf eine Präeklampsie sein.

Bis zu 15 % aller mütterlichen Todesfälle stehen mit einer Präeklampsie in Verbindung. Dabei handelt es sich um eine Erkrankung in der Schwangerschaft, die mit einem erhöhten Blutdruck einhergeht. Die „Schwangerschaftsvergiftung“ hat also mit einer eigentlichen Vergiftung nichts zu tun. Wichtig ist, dass Schwangere darüber aufgeklärt sind, dass die Symptome Augenflimmern, Blitze vor den Augen, Kopfschmerzen oder rechtsseitige Oberbauchschmerzen Alarmsymptome sind und sie sofort einen Frauenarzt aufsuchen sollten.

***Die Präeklampsie** ist eine Erkrankung in der Schwangerschaft, die mit einem erhöhten Blutdruck einhergeht und eine ernstzunehmende Gefahr für Mutter und Kind sein kann. Foto: © natapetrovic – stock.adobe.com*

Blutdruck, Urintest, Blutwerte – Diagnose der Präeklampsie

Der niedergelassene Frauenarzt führt verschiedene Untersuchungen durch. Insbesondere die Blutdruckmessung steht im Mittelpunkt der Diagnose, denn 6 – 8 % aller Schwangeren entwickeln einen Bluthochdruck in der Schwangerschaft. Ein Blutdruckwert über 140 / 90 mmHg ist auffällig und muss weiter abgeklärt werden. Ein Bluthochdruck ist in der Schwangerschaft deshalb gefährlich, weil sich durch die verengten Blutgefäße die Durchblutung wichtiger Organe sowie der Plazenta verschlechtert. Die Folge ist, dass die Kinder bei der Geburt häufig untergewichtig sind oder zu früh geboren werden.

Neben dem Blutdruck bestimmt der Arzt den Eiweißgehalt im Urin. Eine Präeklampsie liegt dann vor, wenn der Blutdruck erhöht ist und eine vermehrte Eiweißausscheidung im Urin nachweisbar ist. Weitere Untersuchungen bestehen aus einer Blutanalyse. Ein besonderes Augenmerk liegt auf den Leberwerten und den roten und weißen Blutplättchen sowie den sogenannten Angiogenesefaktoren, also Substanzen im Blut, die für die Entstehung neuer Blutgefäße des Embryos oder Fötus verantwortlich sind. Die Blutanalyse gibt Aufschluss über die Schwere der Präeklampsie.

Therapie der Präeklampsie

Die genauen Ursachen einer Präeklampsie sind bis heute nicht geklärt. Risikofaktoren sind unter anderem ein höheres Alter der Mutter sowie Adipositas. Erste Therapiemaßnahme ist die Einstellung des Blutdrucks. Hierbei kommen blutdrucksenkende Medikamente zum Einsatz, die keinen negativen Einfluss auf das ungeborene Kind haben. Der einzige Weg, um eine Präeklampsie zu beenden, ist die Geburt. Dies ist jedoch je nach Stadium der Schwangerschaft nicht immer möglich.

Überwachung des ungeborenen Kindes

Schwangere mit einer Präeklampsie erwarten häufig zarte Kinder, weil durch den Bluthochdruck die Organe schlechter durchblutet werden. Sollte das ungeborene Kind ein erwartetes Gewicht im Bereich der unteren 10 % haben, so muss dieses Kind mit den modernen Möglichkeiten der Pränataldiagnostik und der Dopplersonographie überwacht werden. Mit dieser Ultraschallmethode können sowohl die Blutgefäße der Mutter als auch des ungeborenen Kindes farblich sichtbar gemacht und der Blutfluss kontrolliert werden.

Besonders gefährlich: Die Eklampsie

Je früher in der Schwangerschaft eine Präeklampsie auftritt, desto größer ist die Gefahr, dass sie einen schweren Verlauf nimmt. Ohne Behandlung entwickelt sich die Erkrankung oft zu einer Eklampsie weiter. Unter einer Eklampsie versteht man einen Krampfanfall der Mutter, der auch zu einer Ablösung des Mutterkuchens und damit zum Tod des Kindes und auch der Mutter führen kann. Durch die Überprüfung der Muskelreflexe der Mutter kann die Wahrscheinlichkeit für einen eklamptischen Anfall abgeklärt werden. Bei gesteigerten Reflexen ist die Krampfschwelle gesenkt und somit das Risiko für einen Anfall somit erhöht. Durch die hochdosierte Magnesiumgabe kann unter ärztlicher Kontrolle die Schwangerschaft trotzdem verlängert und die Krampfschwelle wieder angehoben werden.

Prof. Dr. Sven Schiermeier
Direktor des Zentrums für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne

Geschmacksstörungen als Nebenwirkung der Krebstherapie – Was hilft?

Durch eine Krebserkrankung selbst oder die Therapie z. B. in Form von Medikamenten können verschiedene Nebenwirkungen auftreten. Dazu gehören unter anderem Geschmacksstörungen. Einige Lebensmittel können durch Veränderungen des Geruchs- und Geschmackssinns ein ungutes Gefühl im Mund hinterlassen. Beschrieben wird von Betroffenen beispielsweise ein ungewohnter und unangenehmer metallischer, bitterer oder süßer Geschmack. Eine Anpassung der Ernährung kann zur Linderung dieser Beschwerden beigetragen.

Sensiblere Wahrnehmung von Geschmäckern und Gerüchen

Eine Art der Geschmacksstörung ist die sensiblere Wahrnehmung von verschiedenen Geschmäckern. Wenn Betroffene geschmacksempfindlich werden, können sie Speisen und Lebensmittel essen, die weniger Eigengeschmack haben. Dazu zählen z. B. Kartoffeln, Reis, Nudeln, Ei oder auch Joghurt. Bei einer sensiblen Reaktion auf Essensgerüche sollten Speisen weniger geruchsintensiv zubereitet werden. Betroffenen kann es helfen, die Mahlzeiten lauwarm oder kalt zu essen, da heiße Speisen grundsätzlich stärker riechen. Je nach Ausprägung der Geruchsempfindlichkeit, sollten Krebserkrankte für sich kochen lassen, um Essensgerüche gänzlich zu umgehen. Gut zu wissen: Kaffeepulver neutralisiert Gerüche und Backöl Zitrone eignet sich gut als Raumduft.

Verlangen nach einem starken Geschmackserlebnis

Einige Betroffene haben wiederum eher das Verlangen nach geschmacksintensiverem Essen. In diesem Fall kann der Eigengeschmack von Mahlzeiten durch Röstaromen von z. B. Zwiebel oder Schinken hervorgehoben werden. Auch die Zugabe von Butter, Sahne, verschiedenen Gewürzen und Kräutern führt zu einem intensiveren Geschmack.

Geschmacksverlust

Neben einer veränderten Wahrnehmung von Geschmäckern durch eine Krebstherapie kann es auch zu einem Geschmacksverlust kommen. Dieser kann durch unterschiedliche Bisserlebnisse wie weich, knackig, körnig oder flüssig kompensiert werden.

***Viele Krebspatienten** klagen über einen unangenehmen Geschmack im Mund als Folge einer Krebstherapie. Nach oder während den Mahlzeiten den Mund auszuspülen kann dabei helfen. Foto: © eternalcreative – istockphoto.com*

Hier sollten Betroffene ausprobieren, welche Konsistenz ihnen besonders zusagt, um die Freude am Essen beizubehalten.

Unangenehmer Geschmack im Mund

Grundsätzlich ist es bei einem unangenehmen Geschmack im Mund hilfreich, zwischen den Mahlzeiten immer wieder kleine Schlucke zu trinken. Darüber hinaus trägt es zum Wohlbefinden bei, vor oder auch während der Mahlzeit den Mund mit Wasser – gerne auch mit Zitrone – oder mit Pfefferminztee auszuspülen. Eine Mundspüllösung lässt sich ebenfalls mit einfachen Hausmitteln herstellen: Ein Teelöffel Salz und ein bis zwei Teelöffel Natron mit 250 ml Wasser vermischt, ergeben eine Mundspüllösung, die einen unangenehmen Geschmack im Mund neutralisiert.

Ein metallischer Geschmack im Mund kann vermindert werden, wenn Betroffene mit Kunststoff-, Holz- oder Bambusbesteck sowie Besteck aus WPC essen, anstatt aus Edelstahl oder Metall. Zudem kann sich ein vermehrter Speichelfluss bei einem unangenehmen Geschmack im Mund günstig auswirken. Saure Getränke wie z. B. Tonicwater, Bitter Lemon oder schwarzer Tee regen den Speichelfluss an. Auch saure Fruchtbonbons, Kaugummis oder Brausepulver haben diesen Effekt. Stark bittere oder sehr süße Zutaten sollten hingegen vermieden werden, da sie einen unangenehmen Geschmack im Mund begünstigen. Zitronensäure kann allerdings einen übermäßig süßen oder faden Nachgeschmack mildern.

Geschmacksveränderung von Fleisch

Für einige Betroffene schmeckt rotes Fleisch bitter. Ist das der Fall, kann man es durch weißes Fleisch wie Geflügel oder Fisch austauschen. Durch Marinieren kann der bittere Geschmack ebenfalls reduziert werden. Auch wenn es ungewöhnlich klingt: Fleisch zusammen mit süßen Speisen wie Apfelkompott zu essen, neutralisiert einen bitteren Geschmack. Kleine Fleischbällchen in Eintöpfen oder Suppen empfinden Betroffene oft als angenehmer als ein großes Stück Fleisch. Gute Alternativen zum Fleisch sind aber auch Milchprodukte wie Joghurt, Kefir oder Quark. Aber auch Ei oder Tofu eignen sich, da diese Lebensmittel ebenfalls hochwertiges Eiweiß enthalten.

Grundsätzlich gilt, dass sich Betroffene nicht dazu zwingen müssen Speisen zu essen, die ihnen nicht zusagen. Stattdessen sollten sie neue Rezepte, Gewürze und verschiedene Konsistenzen ausprobieren, um den eigenen Geschmackssinn neu zu entdecken. Nicht zu vergessen: Das Auge isst mit. Mahlzeiten ansprechend und liebevoll anzurichten, kann auch dabei helfen, Essen zu einem angenehmen Erlebnis zu machen. Wenn Geschmacksveränderungen zu einer anhaltend eingeschränkten oder einseitigen Ernährung führen, sollte mit dem behandelnden Arzt über eine eventuell notwendige zusätzliche Nährstoffversorgung gesprochen werden.

Dörthe Mühlenhardt
Ernährungsberatung
St. Elisabeth Gruppe –
Katholische Kliniken
Rhein-Ruhr

Riech- und Schmeckstörungen

Der Geruchssinn ist der unmittelbarste der menschlichen Sinne und die älteste Form der Kommunikation. Während die Signale durch Hören, Sehen und Tasten erst in der Großhirnrinde des Gehirns verarbeitet werden müssen, wirken Düfte im Gehirn direkt auf das Limbische System, wo Emotionen verarbeitet und Triebe gelenkt werden. Wenn man zum ersten Mal einen Raum betritt oder einen unbekannten Menschen trifft, ist es in der Regel der Geruchssinn, der einen ersten Eindruck verschafft. Zudem ist die menschliche Erinnerung eng mit Düften und Gerüchen verknüpft.

Der Geruch ist ein spezifischer Duft, der von einem Lebewesen, Stoff oder Gegenstand in Form von Molekülen ausgeht. Erste Station der Geruchswahrnehmung ist das Riechepithel am oberen Ende in der Nasenhöhle. Dort befinden sich etwa drei Millionen Riechsinneszellen auf einer Fläche so groß wie ein Zwei-Euro-Stück, die sich alle 4 – 6 Wochen erneuern. Jede Riechzelle ist auf einen bestimmten Duft spezialisiert, der einen elektrischen Impuls auslöst. Insgesamt können wir circa 400 verschiedene Duftstoffe wahrnehmen. Die Fortsätze der Riechzellen münden in den Riechkolben, den Übergang zum Gehirn. Von dort werden die Informationen an verschiedene Bereiche des Hirns weitergeleitet, kombiniert und verarbeitet. Gerüche sind in der Regel sehr komplex und setzen sich aus mehreren hundert Elementen zusammen.
Beim Riechen kommen zwei Nerven ins Spiel: Der Riechnerv (Olfaktorius) steuert das eigentliche Riechen, während der schmerzempfindliche Trigeminus auf beißende Gerüche wie Chlor, Salmiak, Rauch oder Zwiebel reagiert.
Der Geruchssinn ist eng mit dem Geschmackssinn verknüpft, und erst diese Verbindung liefert ein differenziertes Geschmackserlebnis. Ein gesunder Mensch kann mehr als 10.000 verschiedene Duftnoten unterscheiden. Wer sich gezielt Düften aussetzt und versucht, diese zu kategorisieren, kann seine Wahrnehmung steigern und die Geruchsinformation besser verarbeiten und benennen.

Unser Geruchssinn schützt die Atemwege und den ganzen Körper vor schädlichen Gasen und löst im Bedarfsfall als Schutzmechanismus einen Brechreiz aus, während angenehme Gerüche (gute Nahrungsmittel) den Speichelfluss anregen. Der Geruch ist also eng mit dem vegetativen (unbewussten) Nervensystem gekoppelt, das alle inneren Funktionen im Organismus steuert und auch das „Fühlen“ beeinflusst.

Der Geruchssin ist im biologisch ältesten Teil des Gehirns angesiedelt. Vor allem in der Frühzeit der Menschheit hatte er eine wichtige Funktion. So warnt er vor Gefahren durch Feuer oder Gase, hilft bei der Suche nach Wasser und Nahrung und ist entscheidend, um genießbare Lebensmittel von ungenießbaren zu unterscheiden.

Riechstörungen

Es kann angenommen werden, dass in der westlichen Welt circa 3 – 7 Prozent der gesamten Bevölkerung klinisch relevante Riechstörungen aufweisen. Riechstörungen im Alter können einerseits durch Änderungen am Riechorgan selbst bzw. seinen nervalen Bahnen oder den Projektionsarealen im Gehirn bedingt sein, andererseits aber auch durch die altersbedingte Abnahme von Aufmerksamkeit und Gedächtnisleistun.

Lokale Schädigungen der Riechorgane können durch normale Alterungsprozesse auftreten. Sie können bedingt sein durch verschiedene schädigende Einflüsse auf das Riechepithel. Diese (z.B. Virusinfektionen, Traumen, Einwirkung von Medikamenten, toxischen Substanzen) nehmen im Laufe des Lebens zu oder können auf eine altersbedingte Zunahme der Anfälligkeit gegenüber solchen Schädigungen zurückzuführren sein. Es ist bekannt, dass die physiologische Regenerationsfähigkeit der Riech-Neuronen im Alter nachlässt. Hierdurch wird das Riechepithel anfälliger für Schädigung durch beispielsweise eingeatmete Toxine und Viren.

Eine große Zahl von Schadstoffen kann Riechstörungen verursachen. Die wichtigste Schadstoffquelle ist sicherlich eingeatmeter Zigarettenrauch; auch Virusinfektionen sind eine häufige Ursache für Riechstörungen, z.B. der klassische Grippeinfekt. Sie führen entweder zu vorübergehender oder bleibender Riechstörung. Von Medikamenten verursachte Riech- und Schmeckstörungen können durch zahlreiche Substanzen hervorgerufen werden. Dies gilt für die Behandlung mit gewissen Antibiotika und mit Blutdruckmitteln.
Auch anatomische Veränderungen, wie eine schiefe Nasenwand, sehr große Nasenmuscheln, Polypen oder Tumore in der Nase können eine Störung des Geruchssinnes bewirken.
Zahlreiche internistische Erkrankungen sind mit Riech- und Schmeckstörungen kombiniert. Hierzu gehören insbesondere Leber- und Nierenerkrankungen. Beim Diabetes mellitus ist die Riech- und Schmeckstörunge mit dem Ausmaß der gefäßbedingten Veränderung einhergehend. Zudem ist in allen Altersstufen ein reduzierter Allgemeinzustand (Notwendigkeit kontinuierlicher Pflege, Bettlägerigkeit, schwere allgemeine Erkrankungen) verbunden mit Symptomen des Morbus Parkinson und insbesondere des Morbus Alzheimer, der senilen Demenz. Hierbei ist es nicht selten das zuerst auftretende Symptom.
Wenn die Riech- und Schmeckstörungen durch ein Medikament ausgelöst wurden, kann Weglassen, Ersatz oder Anpassung der Medika-

mentendosis eine Verbesserung bewirken.
Bei einigen Patienten kann eine Beseitigung der zugrundeliegenden Erkrankung zu einer deutlichen Besserung führen; das gilt vor allem für Nasenerkrankungen, Allergien, Polypen oder Nasen-Nebenhöhlenentzündungen. Nicht selt wird auch ein Spontanerholung der Riech- und Schmeckstörungen beobachtet.

Geschmack
Als Geschmack wird der komplexe Sinneseindruck bei der Nahrungsaufnahme bezeichnet, der sich aus Geschmacks- und Tastreizen auf der Zunge und den Geruchsempfindungen in der Nase zusammensetzt.
Schmeckzellen (gustatorische Sinneszellen) werden durch feste Nahrung oder Getränke aktiviert. Die Impulse werde über verschieden Nerven (Nervus lingualis, Chorda tympani o.a.) zum Gehirn geleitet. Schmeckzellen finden sich hauptsächlich in sog. Geschmacksknospen im Mund und im Rachen. Viele der rundlichen Erhebungen (Papillen), die Sie auf der Zunge sehen können, enthalten Geschmacksknospen. Jeder Gesunde ist in der Lage, vier Qualitäten des Geschmacks zu erkennen: süß, sauer, salzig und bitter.
Darüber hinaus ist der sog. Fühlnerv (Nervus trigeminus) in Nase und Mund am Zustandekommen von Riech- und Schmeckstörungen beteiligt. Tausende von Nervenendigungen finden sich in den Schleimhäuten des Mundes und der Nase. Empfindungen, die durch diese Nerven vermittelt werden, sind z.B. das Brennen durch Pfeffer im Mundbereich. Beim Essen kommt das Aroma dann letztendlich zustande aus einer Summe aus den vier Geschmacksrichtungen, der Konsistenz und der Temperatur der Speise oder des Getränks; durch den „Fühlnerv“ vermittelte Empfindungen wie Brennen oder Kühlen und den Geruchseindrücken. Dieses aus verschiedenen Eindrücken entstandene Aroma macht letztendlich den „typischen Geschmack“ einer Frucht aus.

Beim Schmecken hat der Riechsinn einen wesentlichen Anteil. Sie können das an sich selbst überprüfen: Wenn Sie sich beim Essen von Schokolade die Nase zuhalten, wird wahrscheinlich das spezifische Schokoladenaroma nicht mehr wahrnehmbar sein – im Wesentlichen bleibt nur noch die Süße der Schokolade als Empfindung. Der typische „Geschmack“ von Speisen und Getränken ist also eine über den Geruchssinn vermittelte Empfindung.

Der Geschmack dient der Prüfung der Nahrung auf ihre Genießbarkeit und regt außerdem die Sekretion von Verdauungssäften (Speichel und Magensaft) an. Der Mensch lernte, dass ein süßer Geschmack eine wichtige Energiequelle ist. Der Salzspiegel muss im Körper konstant bleiben. Daher ist Wahrnehmung von Salzgeschmack lebenswichtig. Säure zeigt unreife Frücht und verdorbene Nahrung an. Bitter warnt vor giftigen Pflanzen.

Die Geschmacksqualitäten werden beim Menschen über ungefähr 2.000 Geschmackspapillen auf der Zunge wahrgenommen. Jede Papille trägt 1 bis zu 100 Geschmacksknospen. Geschmacksreize werden nur dann erkannt, wenn ihre Konzentration die Wahrnehmungsschwelle überschreitet.
Am niedrigsten liegt diese Schwelle bei bitteren Stoffen. Im Vergleich mit den anderen Sinnen ist der Geschacksinn beim Menschen der am wenigsten empflindliche. Zusätzlich zu den schon bei den Riechstörungen beschriebenen Ursachen kommen auch Zahnerkrankungen, bestimmte Chemikalien oder Medikamente als Ursache infrage. Angeborene Riech- oder Schmeckstörungen sind sehr selten.
Störungen des Riech- und Schmecksinnes kann man durch Konzentrations- und Intensitätstests prüfen. Bei der Schmeckprüfung werden verschiedene Konzentrationen von Schmeckstoffen in flüssige bzw. fester Form direkt auf der Zunge aufgetragen oder sie werden in Form von kleinen Kautabletten gegeben. Weitergehende Verfahren beruhen auf der Ableitung von Hirnstrommessungen nach Riech- oder Schmeckreizung. Damit können Störungen objektiv erfasst und nachgewiesen werden. Diese Testungen können aber nur an speziellen Zentren durchgführt werden.

Grundsätzlich ist für Riech- und Schmeckstörungen eine genaue Diagnose der Erkrankung wichtig. Sie kann durch einen HNO-Arzt oder einen Neurologen erstellt werden. Diese Ärzte sind insbesondere auf Störungen der Sinnesorgane spezialisiert. Die Diagnostik kann eine grundlegende Erkrankung aufdecken, wodurch eine Behandlung der Riech- und Schmeckstörungen möglich werden kann. Darüber hinaus sprechen einige Formen von Riech- und Schmeckstörungen gut auf bestimmte Behandlungsformen an. Selbst wenn Ihnen nicht direkt geholfen werden kann, so hilft doch möglicherweise das Gespräch mit einem kompetenten Partner dabei, den Schweregrad und die Bedeutung der Erkrankung einzuordnen.

Läuft Ihnen bei diesem Anblick „das Wasser im Munde zusammen“? *Wenn ja, so resultiert dies aus der Kopplung der visuellen Wahrnehmung mit Geschmacks- und Geruchs-„Daten“, die die dafür zuständigen Sinne in Ihrem Gehirn gespeichtert haben.*

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

Wenn die Augen getäuscht werden, bringen Geruchs- und Geschmackssinn Klarheit

Wie wichtig das Zusammenspiel der Sinne zur komplett korrekten Wahrnehmung ist, zeigt folgendes Beispiel: Bei Bierwerbungen sieht man häufig auf Plakaten ein kühles Bier im Glase, ein Anblick, der bei manch einem ein gewisses Verlangen auslöst. Das ist ja auch Absicht der Werbung. Doch die visuelle Wahrnehmung täuscht: Im Bierglas befindet sich kein Bier, sondern goldgelbes Speiseöl, die vermeintlich herrliche Krone (Schaum) besteht aus Eischnee, und die „kühlen Tropfen“, die am Bierglas hinunterlaufen, sind Glycerin. So oder so ähnlich täuschen uns professionell aufgemachte Werbebotschaften in Sachen Bier. Hätten Sie genau diese Bierglas in der Hand und würden einen Schluck davon nehmen, würden Ihnen Geruchs- und Geschmacksinn, aber auch die Wahrnehmungsfähigkeiten der Haut (das Glas ist nicht kalt) Klarheit über den tatsächlichen Inhalt des Glases liefern.

Marien Hospital Witten:

Qualität des Endometriosezentrum durch Zertifizierung bestätigt

Das Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr erhielt durch die Stiftung Endometriose-Forschung das Zertifikat als zertifiziertes Endometriosezentrum. Damit wird die Expertise und Erfahrung der behandelnden Ärzte ausgewiesen.

Endometriose ist bei Frauen weit verbreitet, dennoch dauert es oft lange, bis die Erkrankung diagnostiziert wird. Treten Beschwerden auf, handelt es sich zum Beispiel um starke Regelschmerzen und Unterleibsschmerzen. Auch Blutungsstörungen und Schmerzen beim Wasserlassen oder Stuhlgang können Symptome sein. Für viele Patienten sind diese Umstände sehr belastend. Hinzu kommt außerdem, dass Endometriose mit einer Unfruchtbarkeit einhergehen kann.
Eine Diagnose der Erkrankung erfolgt anhand von Patientengesprächen, einer Vaginalsonografie und Bauchspiegelung. Zur Behandlung der Erkrankung gibt es verschiedene medikamentöse und operative Möglichkeiten. Experten des Endometriosezentrum können zum Beispiel mit Hilfe von minimal-invasiven laparoskopischen Verfahren Endometrioseherde entfernen.

Kriterien der Zertifizierung
Endometriose tritt in sehr unterschiedlichen Formen auf und ist oft nur durch erfahrene Experten zu diagnostizieren. Die durch die EuroEndoCert (EEC) im Auftrag der Stiftung Endometrioseforschung (SEF) und der Europäischen Endometriose Liga (EEL) vergebene Zertifizierung belegt, dass die Arbeit der jeweiligen Einrichtung regelmäßig überprüft wird.
Außerdem weist die Zertifizierung darauf hin, dass die behandelnden Ärzte über Erfahrungen bezüglich der Behandlung entsprechend der Leitlinie zur Diagnostik und Therapie der Endometriose verfügen. Anforderungen der Zertifizierung sind unter anderem der Nachweis von mindestens 100 behandelten Patienten im Jahr.
Weiterhin werden organisatorische sowie personelle Voraussetzungen für die Behandlung von Endometriose geprüft. Darüber hinaus gehört das Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe zu den wenigen Einrichtungen in Deutschland, die außerdem von der Endometriose-Vereinigung Deutschland als QuEndo – Selbsthilfefreundliche Endometrioseeinrichtung zertifiziert ist. Die Zertifizierung bestätigt die Behandlungsqualität aus Patientensicht und bestätigt die enge Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen.

***Freut sich** stellvertretend für das Endometriosezentrum des Marien Hospital Witten über die erneute Zertifizierung:*
Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe.

Ev. Stiftung Volmarstein hat Tagespflege Wiesenviertel eröffnet

Infos und buntes Programm am Tag der offenen Tür, am Freitag, 14. Oktober, 10 bis 16 Uhr

Im Herzen der Ruhrstadt eröffnete die Ev. Stiftung Volmarstein die „Tagespflege Wiesenviertel“. Beim Tag der offenen Tür am Freitag, 14. Oktober, haben Interessierte die Möglichkeit, die neue Einrichtung von 10 bis 16 Uhr zu besuchen. Die Mitarbeitenden zeigen den Interessierten gerne die großzügigen Räumlichkeiten, in denen viel Platz für Geselligkeit, Bastelaktion oder auch mal eine Ruhepause ist. Die Volmarsteiner Fachkräfte beantworten alle Fragen zum Tagesablauf, den Leistungen oder auch zur Kostenübernahme durch die Pflegekasse.

Beim Tag der offenen Tür gibt es auch einen kleinen Basar, Kaffee und Kuchen und einige Überraschungen.

***Freuen sich auf den Tag der offenen Tür:** Besucher und Betreuer der Tagespflege Wiesenviertel.*

Tatkräftige Unterstützung:

23 Gesundheits- und Krankenpfleger haben ihr Examen bestanden

Nach ihrer dreijährigen Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger haben 23 Auszubildende ihr Examen bestanden. Am 28. Juli 2022 standen die letzten mehrtägigen Prüfungen in der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr, zu der auch das Marien Hospital Witten gehört, an.

„Nach dem bestandenen Examen wünschen wir unseren examinierten Gesundheits- und Krankenpflegern alles Gute bei ihren Einsätzen auf den Stationen“, so Sabine Dreßler, Leitung der Pflegeschule der St. Elisabeth Gruppe.

„Ihnen stehen nun parallel zu der Arbeit in der Krankenpflege, die Türen für unterschiedliche Karrieremöglichkeiten, wie zum Beispiel berufsbegleitende Fortbildungen, offen.“

In ihrer dreijährigen Ausbildung haben die Gesundheits- und Krankenpfleger nicht nur den Arbeitsalltag kennengelernt, sondern auch verschiedene Fachbereiche und haben so das gesamte Arbeitsspektrum der Krankenpflege erlernt. Ergänzt wurden diese Praxiseinsätze durch Theorieunterricht am Campus der St. Elisabeth Gruppe.

Seit 2020 werden die bisherigen Ausbildungen in der Gesundheits- und Krankenpflege, der Gesundheits- und Kinderkrankenpflege sowie der Altenpflege in einer generalistischen Pflegeausbildung vereint. Sie vermittelt alle Kompetenzen, die für die Pflege von Menschen jedes Alters benötigt werden. Pflegefachfrauen und -männern steht nach der Ausbildung ein Einsatz in allen Pflegebereichen offen. Außerdem besteht die Möglichkeit, sich für die Pflege in einem Bereich zu spezialisieren. Alle Informationen zur neuen Ausbildung gibt es unter:
https://www.elisabethgruppe.de/pflegeschule

Augenklinik erhält Förderung zur Entwicklung neuer Lasertechnik

Bundesministerium für Bildung und Forschung unterstützt Projekt „Harmony“ mit über 500.000 Euro

Viele Menschen mit Kurz- und Weitsichtigkeit können dank eines Lasereingriffs an den Augen wieder ohne Brille oder Kontaktlinsen scharf und deutlich sehen. An der Augenklinik am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum wird dazu jetzt an einer neuen, noch weniger invasiven Methode geforscht. Gefördert wird das Projekt in den nächsten zwei Jahren durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) mit mehr als 500.000 Euro.

Die Nachricht von dieser Unterstützung werten der Direktor der Klinik, Prof. Dr. med. Burkhard Dick, und Prof. Dr. med. Stephanie Joachim, Leiterin des Instituts für Experimentelle Augenheilkunde der Ruhr-Universität Bochum, als einen Anreiz, einen seit längerem in Bochum beschrittenen Weg zu innovativer Patientenversorgung entschlossen weiter zu gehen. Die Klinik hat einen Schwerpunkt auf Operationsmethoden, bei denen die Brechkraft des Auges so geändert wird, dass ein Patient mit einer – oft seit der Kindheit bestehenden – Fehlsichtigkeit ebenso wie Patienten mit Grauem Star (einer altersbedingten Trübung der Augenlinse) nach dem Eingriff ganz oder weitgehend ohne Brille exzellent sehen können.

Bei der neuen Methode, die unter dem Projektnamen „Harmony“ entwickelt wird, soll in vorklinischen Studien – also im Labor – die Wirkung von ultrakurzen Laserimpulsen untersucht werden. Mit diesen könnte dann die Hornhaut von Patienten behandelt werden, um die Brechkraft des Auges so zu verändern, dass das Ergebnis „Null Dioptrien“ lautet. Der ganz entscheidende Unterschied zu bisherigen Methoden, bei denen Hornhautgewebe mit dem Laser geschnitten und (teilweise) abgetragen wird: bei der LIRIC (laser-induced refractive index change) genannten Technik geht es darum, die Struktur der Hornhaut wie zum Beispiel die Dichte der Kollagenfibrillen, aus denen dieser wichtige Teil des Auges aufgebaut ist, gezielt so zu beeinflussen, dass das gewünschte Ergebnis bei der Brechkraft des Auges herauskommt. Das Verfahren ist wesentlich „nicht-invasiver“ als die heute weitverbreitete LASIK-Technik. Darüber hinaus kommt sie mit einem Hundertstel bis einem Tausendstel der zugeführten Laser-Energie aus.

„Wir sind von dieser neuen Technik fasziniert“, erklärt Klinikdirektor Professor Burkhard Dick, „und freuen uns auf dieses Forschungsvorhaben, das in Kooperation mit dem mittelständischen deutschen Unternehmen SCHWIND eye-tech-solutions stattfindet, welches den Laser entwickelt. Wir hegen sogar die Hoffnung, dass am Ende eine sichere Operationsmethode für die Altersweitsichtigkeit, die sogenannte Presbyopie, vorliegt - was also einen jeden von uns nach dem 45. oder manchmal auch erst dem 50. Lebensjahr trifft. Da hapert es bei den bisherigen Lasertechniken noch. Und es könnte sogar so weit kommen, dass wir eine bereits in das Auge implantierte Kunstlinse, eine IOL, den Wünschen und Erfordernissen des Patienten ganz individuell anpassen können - ganz ohne Schmerzen, ohne auch nur den kleinsten Schnitt.“

Prof. Dr. Stephanie Joachim, *Leiterin des Instituts für Experimentelle Augenheilkunde der Ruhr-Universität Bochum am Knappschaftskrankenhaus.*

Neu im EvK Witten:

Unfallchirurgische Sprechstunde auf Arabisch

Die Ärzte Mohamed Aljash und Rustom Ellishani der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie im Evangelischen Krankenhaus Witten behandeln ab sofort donnerstags zwischen 12 und 14:30 Uhr in einer speziellen unfallchirurgischen Sprechstunde arabisch sprechende Patient*innen. „Die Kommunikation zwischen medizinischem Personal und Betroffenen ist einfacher, wenn beide die gleiche Sprache sprechen. Die Ärzte können die Beschwerden besser einschätzen und die Patienten verstehen Diagnose und weitere Behandlungsmaßnahmen“, weiß Dr. Michael Luka, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie. Der Bedarf ist groß, sodass die beiden aus Lybien stammenden Ärzte ab sofort in der neu eingerichteten Sprechstunde als Ansprechpartner für Patient*innen mit akuten arthrosebedingten Verletzungen sowie akuten Meniskusschäden oder Sportverletzungen zur Verfügung stehen.
Die Sprechstunde findet im 1. Obergeschoss des Hauses statt. Anmelden können sich Betroffene im Sprechstundensekretariat unter: 02302.175-2434.

Chefarzt Dr. Michael Luka *(r.) freut sich, dass die Ärzte Mohamed Aljash (l.) und Rustom Ellishani (r.) in der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie ab sofort im Rahmen einer unfallchirurgischen Sprechstunde für arabisch sprechende Patient*innen zur Verfügung stehen.*

Aktuelle medizinische Entwicklungen im Expertenaustausch:

Perinatalsymposium zum fetalen Herz

Das fetale Herz stand am vergangenen Mittwoch, dem 31. August 2022, im Fokus des diesjährigen Perinatalsymposium. Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe mit den Standorten Marien Hospital Witten und St. Anna Hospital Herne, lud zu einem Fachaustausch vor Ort ein. Gemeinsam mit weiteren Experten der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr informierte er insbesondere über die Überwachung, Diagnostik und Behandlung von Herzfehlern bei Ungeborenen.

„Eine der häufigsten Fehlbildungen bei Neugeborenen ist ein Herzfehler. Deshalb ist es wichtig, dass erfahrene Pränatalmediziner bereits während der Schwangerschaft Untersuchungen dazu durchführen“, betont Prof. Dr. Sven Schiermeier. Interessierte Mediziner erhielten während der Fortbildungsveranstaltung Informationen zum Vierkammerblick, einer spezifischen Ultraschalluntersuchung, und dazu, wann die Therapie eines Herzfehlers notwendig wird. Denn nicht alle im Mutterleib bestehenden Fehlbildungen müssen behandelt werden, sie können sich je nach Ausprägung nach der Geburt von selbst wieder zurückbilden.

Prof. Dr. Sven Schiermeier *(Mitte), Direktor des Zentrum für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe, informierte gemeinsam mit weiteren Experten über aktuelle Entwicklungen zum fetalen Herz.*

Besondere Fallbeispiele ermöglichten den direkten Austausch zwischen Referenten und Teilnehmern. Grundlage dafür war u. a. die in Kürze erscheinende S3-Leitlinie „Fetale Überwachung“, die die höchsten wissenschaftlichen Anforderungen an eine Leitlinie erfüllt. „Als Koordinator der Leitlinie war das Perinatalsymposium für mich eine gute Möglichkeit, in einer persönlichen Atmosphäre vor Ort in den Diskurs zu gehen“, sagt Prof. Dr. Sven Schiermeier.

Wie mit betroffenen Eltern kommuniziert werden sollte, war Thema eines weiteren Fachvortrags. Denn sie benötigen einen sensiblen Umgang in dieser schwierigen Situation und notwenige Informationen, auch bereits vor der Geburt. Ein Resümee zur neuen Leitlinie „Corona und Schwangerschaft“ und deren Umsetzung in die Praxis wurde abschließend in einem Exkurs gezogen.

Krebsvorstufen im Blick – Dysplasie-Einheit des Marien Hospital Witten erneut zertifiziert

Die Dysplasie gilt als Vorstufe von Gebärmutterhalskrebs, der dritthäufigsten Krebserkrankung bei Frauen. Wird sie rechtzeitig erkannt und behandelt, lässt sich eine bösartige Krebserkrankung verhindern. Das Team der Frauenklinik und Geburtshilfe des Marien Hospital Witten hat seit vielen Jahren umfassende Erfahrungen im Erkennen und Behandeln von Dysplasien. Die Deutsche Krebsgesellschaft hat die Klinik nun erneut als Dysplasie-Einheit zertifiziert und bestätigt damit ihre gute Versorgungsqualität.

Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen beim niedergelassenen Frauenarzt sind wichtig, um Zellveränderungen des Gebärmutterhalses oder des äußeren Genitals – sogenannte Dysplasien – rechtzeitig zu entdecken. Wird in der Praxis eine Veränderung festgestellt, können in der Dysplasie-Einheit des Marien Hospital Witten kurzfristig weitere Untersuchungen erfolgen.

Diagnose in der Dysplasie-Einheit: Kolposkop und Biopsie

Im Rahmen der Dysplasie-Sprechstunde erhalten die Betroffenen umfassende Erklärungen zu ihrem Befund. Dann erfolgt durch spezialisierte Ärzte die sogenannte Kolposkopie. Mithilfe einer speziellen Lupe (Kolposkop) kann eine genaue Aussage über das Ausmaß und die Beschaffenheit der Zellveränderung getroffen werden. Sie ermöglicht, die Oberflächenbeschaffenheit einzelner Organe mit bis zu 40-facher Vergrößerung darzustellen. Lassen sich auffällige Stellen nicht sicher beurteilen, wird im Bereich des äußeren Genitals eine Gewebeprobenentnahme, eine sogenannte Biopsie durchgeführt. Diese ist auch während einer Schwangerschaft möglich. Das Gewebe wird anschließend im Labor untersucht.

Prof. Dr. Sven Schiermeier *(l.) und sein Team freuen sich über die Rezertifizierung als Dysplasie-Einheit.*

Umfassende Behandlung von der Zellveränderung bis zum Krebs

Liegt eine leichte Dysplasie vor, sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen zunächst ausreichend. Handelt es sich um eine hochgradige Dysplasie, ist in der Regel der nächste Schritt eine Konisation, also eine Entfernung der veränderten Gebärmutterschleimhaut. Diese erfolgt im Marien Hospital Witten besonders schonend laparoskopisch durch die Vagina mit Hilfe einer Elektroschlinge. Dabei entfernen die Experten der Klinik so wenig Gewebe wie möglich, sodass auch eine Schwangerschaft nach dem Eingriff möglich ist.

Sollte ein bösartiger Tumor diagnostiziert werden, übernimmt das gynäkologische Krebszentrum die nahtlose onkologische Weiterbehandlung. Als gynäkologisches Krebszentrum und Dysplasie-Einheit bietet die Frauenklinik des Marien Hospital Witten eine umfassende Diagnostik und Behandlung von bösartigen gynäkologischen Erkrankungen an und damit eine optimale Betreuung in allen Phasen der Erkrankung: von der Früherkennung über die Diagnostik und operative Therapie bis hin zur Nachsorge.

❖

Instagram Livestream:

Fragen und Antworten zur Hautstraffung nach Adipositas

Adipositas-Patienten, die ihr Gewicht reduziert haben, benötigen häufig eine plastische und rekonstruktive Operation. Sie leiden an überschüssiger Haut mit Wunden und Entzündungen, zum Beispiel an Bauch, Armen oder Beinen. Priv.-Doz. Dr. Heiko Sorg, Leitender Arzt der Abteilung für Plastische und Rekonstruktive Chirurgie der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Plastische Chirurgie des Marien Hospital Witten beantwortete während eines Livestreams am 06. September 2022 die Fragen zu Möglichkeiten der Hautstraffung nach einem massiven Gewichtsverlust. Auf dem Instagram-Account @ st.elisabethgruppe und auf der Webseite des Marien Hospital Witten steht das Video Betroffenen, Angehörigen und Interessierten auch weiterhin zur Verfügung.

Welche Hautprobleme bestehen nach einem massiven Gewichtsverlust? Wann kann eine Straffung durchgeführt werden?
Und welche Straffungsoperationen sind an welchen Körperstellen möglich? Um diese und weitere Fragen ging es im Instagram-Livestream rund um das Thema Hautstraffung nach Adipositas. Denn die Haut wird durch massives Übergewicht stark beansprucht und überdehnt. Häufig besteht zusätzlich eine Bindegewebsschwäche. Kommt es dann zu einer massiven und schnellen Gewichtsabnahme zum Beispiel durch eine Teilnahme am multimodalen Konzept oder durch eine magenverändernde Operation, fehlen die vorherigen Fettpolster und es kommt zu einer natürlichen Erschlaffung der Haut.

Straffungen an verschiedenen Körperstellen

„Um überschüssige Haut zu entfernen, gibt es unterschiedliche Operationsmöglichkeiten in der Plastischen und Rekonstruktiven Chirurgie“, erklärt Priv.-Doz. Dr. Heiko Sorg. „Ziel der Operationen ist es, die Körperkontur wiederherzustellen und überschüssige, störende Haut zu entfernen. Durch diese Eingriffe erhalten Patienten nach ihrer Gewichtsabnahme eine neue Lebensqualität.“ Zu den möglichen Eingriffen zählen die Bauchdeckenstraffung, die Oberarmstraffung, aber auch die Straffung von Ober- und Unterschenkeln. Ebenso ist eine Straffung des Gesäßes oder des Schamhügels möglich, wenn auch diese Bereiche des Körpers von überschüssiger Haut betroffen sind.

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.

Regionalgruppe Bochum

STAMMTISCH JUNGERKRANKTE

Der Stammtisch Jungerkrankte (die im Umfeld von Bochum, Witten, Herne, Hattingen, Essen leben) trifft sich an jedem ersten Freitag im Monat im Haus der Begegnung, Alsenstraße 19A in Bochum.
Wir treffen uns von 17 – 19 Uhr im Raum 6.

WIR BIETEN AN:

- Erfahrungsaustausch in Gesprächsrunden
- Vermittlung aktueller Informationen
- Fachvorträge zur Parkinson-Erkrankung
- Veranstaltungen unterschiedlicher Art
- Förderung des Selbstbewusstseins
- Hilfe und Unterstützung bei sozialen Fragen

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Gemeinsam kann ein „WIR“ entstehen und stark machen.
SIE SELBST, ANDERE, UNS!

www.parkinson-bochum.de

Für ein Plus an Lebensqualität:

Parkinson-Erkrankte aus der Isolation herausholen

Die Parkinson-Krankheit ist eine langsam fortschreitende neurologische Erkrankung, die vielen bekannt ist. Die Krankheit betrifft Gebiete des Gehirns, die an der Kontrolle der willkürlichen und unwillkürlichen Bewegungen beteiligt sind. Bundesweit sind circa 500.000 Menschen davon betroffen. Die Erkrankung ist behandelbar, jedoch nicht heilbar. Dass Parkinson-Erkrankte einen Weg finden, mit dieser Erkrankung umzugehen, um – nach der Diagnose – auch ein gutes Stück Lebensqualität zu erhalten, darum bemüht sich die Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., die in zahlreiche Regionalgruppen untergliedert ist.

Diese Gruppen bieten den Parkinsonerkrankten der jeweiligen Region Hilfen und Unterstützungen vielfältiger Art an. Da gibt es gemeinsame Versanstaltungen mit reichlich Gelegenheit zum gegenseitigen Austausch, aber auch zur Geselligkeit; es gibt Fachvorträge lokaler Mediziner und Pharmazeuten zum Krankheitsbild und zu darauf bezogenen neuesten Erkenntnissen (auch Therapie), und es gibt auch aktive Hilfen sowie Unterstützung bei sozialen Fragen.

Für Witten ist die Regionalgruppe Bochum zuständig, erklärt Regionalgruppenleiterin Magdalene Kaminski. Seit Jahrzehnten betreut sie diese Gruppe, vertritt diese z. B. bei Veranstaltungen wie jüngst der Gesundheitsmesse Bochum, und organsiert oben genannte Aktionen.

Dreh- und Angelpunkt der Regionalgruppe Bochum ist der monatliche Stammtisch im Haus der Begegnung an der Alsenstraße 19 A in Bochum. Hierzu laden Magdalene Kaminsiki und ihr Team ganz herzlich Parkinsonerkrankte aus Witten ein, denn: In Witten gab es wohl mal früher eine eigene Parkinsongruppe, die sich aber aufgrund fehlender Nachfolge in der Gruppenleitung auflöste. Die Wittener wurden der Bochumer Gruppe zugeordnet. Da dies vielen Betroffenen nicht bekannt ist, sei hier explizit darauf hingewiesen.

Dies ist um so wichtiger, als dass viele Jungerkrankte nichts von den Hilfsmöglichkeiten, die diese Parkinson-Gruppe anbietet, wissen. Parkinson ist keiner Alterserkrankung; etwa 8% der Betroffenen sind zum Zeitpunkt der Diagnosestellung jünger als 40 Jahre. Sie aus der Isolation herauszuholen und Wege zum weitmöglichsten Erhalt der Lebensqualität aufzuzeigen, ist eines der vordringlichsten Ziele der Deutschen Parkinson Vereinigung. Infos gibt`s auf der Homepage (www.parkinson-bochum.de). Magdalen Kaminski ist per E-Mail erreichbar unter magdalenekaminsk@csanet.de.

***Regionalgruppenleiterin** Magdalene Kaminski (links) und Anni Bickmann am Stand der Parkinson Regionalgruppe Bochum auf der diesjährigen Gesundheitsmesse im RuhrCongress Bochum.*

***Einen starken Informationsbedarf** gab es bei den Besuchern der Gesundheitsmesse Bochum, wie hier am Stand der Amts-Apotheke. Inhaberin Dr. Sabrina Schröder-Hickery (Bild) und ihr Team wurden insbesondere hinsichtlich des E-Rezpetes befragt.*

Amts-Apotheke auf der Gesundheitsmesse:

Keine Angst vor dem E-Rezept...

Die voranschreitende Digitalisierung wird nicht nur als Segen, sondern mitunter auch als Fluch angesehen. Zumal wenn die digitale Technik alteingespielte Verfahren ablösen soll und man sich den Neuerungen nicht verschließen kann, so gerne man es vielleicht auch möcht. So sieht es für manch einen mit dem unweigerlich kommenden E-Rezept aus: Die Tage des „rosa Zettels“ sind gezählt; überall laufen zumindest Vorbereitungen auf die Umstellung. Dass dies auch handfeste Ängste schüren kann, war auch auf der Gesundheitsmesse im Bochumer RuhrCongress zu spüren.

Die Amts-Apotheke Bochum hat sich des Themas angenommen und hat damit bei zahlreichen Besuchern „offene Türen eingerannt“. Inhaberin Dr. Sabrina Schröder-Hickery: „Es war das absolute Hauptthema an unserem Stand. Viele, insbesondere ältere Besucher erklärten, dass sie nicht geschult seien im Umgang mit den digitalen Dingen und Angst davor hätten, dass sie in Zukunft mit dem Einlösen von Rezepten nicht mehr klarkommen.“

Doch die Apothekerin und ihr Vor-Ort-Team konnten den Betroffenen die Befürchtungen nehmen: Auch wenn man nicht über ein Smartphone verfügt oder eben aus anderen Gründen diesen Weg ablehnt, so kann man trotzdem sein Rezept einlösen. Dieses wird dann nur nicht mehr in Form eines rosafarbenen Zettels erstellt, sondern in Form eines ausgedruckten Codes. Mit diesem kann man in die Apotheke gehen. Dort wird der Code eingelesen, und alles weitere nimmt seinen gewohnten Gang.

Aber diejenigen, die mit der Technik vertraut sind und auch Spaß daran haben, diese zu nutzen, können die Vorteile des E-Rezepts im vollen Umfang auskosten. Da wird dann alles digital transportiert.

Und es gibt auch „Zwischenformen“, wie zu erfahren war: Auch reguläre Papierrezepte können zuhause eingescannt und bei der Amts-Apotheke hochgeladen werden. Danach kann man sich die so angeforderten Medikamente / Präparate vom Botendienst der Apotheke zustellen lassen und in dem Zuge dann das Originalrezept übergeben.

WITTEN transparent

Impressum

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

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

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Gerhard Gellhaus
Prof. Dr. Andreas Wiedemann
Jurij Sokolov
Prof. Dr. Burkhard Dick
Dr. Ulrich Klein
Dr. Klaus-Peter Tillmann
Prof. Dr. Rainer Wirth
Prof. Dr. Sven Schiermeier
Dörthe Mühlenhardt

Anzeigen: Verlag Olaf Gellisch (verantwortlich)

Satz und Gestaltung: Verlag Olaf Gellisch

Druck: Strube Druck & Medien GmbH, Felsberg

Es gilt die Anzeigenpreisliste von Nr. 2 von Januar 2021.
Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider, sondern grundsätzlich die der namentlich genannten Autoren. Für unverlangt eingesandtes Text- und Bildmaterial sowie für Datenträger wird keine Haftung übernommen. Witten transparent erscheint jeweils monatlich (Ausnahme Doppelausgabe Juli/August) in Witten und in Bochum-Langendreer.

Ausbildungsstart bei der Care Center Deutschland GmbH

Am 1. August starteten insgesamt neun Auszubildende bei der Care Center Deutschland GmbH ins Berufsleben. Die jungen Menschen wurden von Care Center-Geschäftsführer Uwe Brockmann begrüßt.

Er ermunterte die Frauen und Männer dazu, sich tatkräftig ins Care Center Deutschland einzubringen und mit Neugierde und Leistungsbereitschaft ihre Ausbildungszeit anzugehen. Fünf Auszubildende starten in der Orthopädietechnik / Orthopädieschuhtechnik, vier Auszubildende erlernen einen kaufmännischen Beruf. Die Care Center Deutschland GmbH wurde von der Handwerkskammer Dortmund für die Jahre 2021 bis 2024 als „ausgezeichneter Ausbildungsbetrieb“ prämiert. Von insgesamt knapp 200 Beschäftigten der Care Center Deutschland GmbH sind aktuell 17 junge Menschen in Ausbildung zu den Berufen Orthopädieschuhtechniker / in, Orthopädietechniker / in, Kaufmann / Kauffrau im Gesundheitswesen, Kaufmann / Kauffrau für Büromanagement.

Gruppenbild mit Auszubildenden *– Geschäftsführer Uwe Brockmann (rechts im Bild), Prokuristin Renata Grenda, Dirk Neuhaus (Bereichsleitung Orthopädietechnik) und Nadine Rabe (Bereichsleitung Orthopädieschuhtechnik; links im Bild) begrüßten die neuen Auszubildenden aus den Bereichen Orthopädietechnik, Orthopädieschuhtechnik, Sachbearbeitung und Büromanagement.*

Stadtwerke – Wittens erster Trinkwasserspender

In Witten ist das Angebot für öffentlich zugängliche Trinkwasserbrunnen bisher noch überschaubar. Das will der lokale Energieversorger in Zusammenarbeit mit der Stadt jetzt angehen. Die Stadtwerke haben daher am Donnerstag, 01. September 2022, Wittens ersten Trinkwasserspender im Foyer des Rathauses in Betrieb genommen. Gemeinsam mit Bürgermeister Lars König überzeugte sich auch Markus Borgiel, Prokurist und Hauptabteilungsleiter Vertrieb und Beschaffung der Stadtwerker Witten, von der Qualität des erfrischenden Wittener Wassers.

Selten liegt Gutes so nah wie das Wittener Leitungswasser. Es schont nicht nur unsere Umwelt, sondern hat auch eine hervorragende Qualität: es kann grundsätzlich bedenkenlos getrunken werden – von ganz jung bis ganz alt. Die Entnahmestelle im Rathaus macht dies nun auch unterwegs möglich. Bedienen können sich künftig alle durstigen Wittener:innen - kostenlos natürlich.

Einweihung des neuen Trinkwasserspenders *– (von links) Anja Grossart (Organisations- und Personalamt; Stadt Witten), Markus Borgiel (Prokurist Vertrieb und Beschaffung, Stadtwerke Witten) und Lars König (Bürgermeister; Stadt Witten)*

STADTWERKE WITTEN
Natürlich.

WITTEN SPART ENERGIE!

Natürlich.

MACHEN SIE MIT!

Es sind die kleinen Dinge, die oftmals eine überraschend große Wirkung haben: Sowohl für unsere Umwelt als auch für Ihren Geldbeutel.

Als regionaler Energieversorger unterstützen wie Sie beim verantwortungsbewussten Umgang mit Energie – denn nur gemeinsam können wir die aktuellen Herausforderungen meistern und die Umwelt schonen. Nutzen Sie unsere hilfreichen Tipps & Tricks zum Energiesparen auf unserer Webseite – für heute und morgen.

www.stadtwerke-witten.de/energiesparen

EvK – Der Mensch im Mittelpunkt

Gut versorgt in Medizin, Pflege und Therapie.

Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27
58455 Witten

02302.175-0

Ev. Krankenhaus Witten
Lehrkrankenhaus der Universität Witten/Herdecke