

Oktober 2016

KMD aktuell

Das Magazin für Sie zum Mitnehmen!

REPORTAGE

In unserem Klinikum:
Robotische Operationen



BLICKPUNKT

Babyboom: Im September bereits 1 000 Geburten

PANORAMA

Silbermond sang für kleine Patienten



AKTUELL

Rückblick Gesundheitstage 3

REPORTAGE

Leistungsspektrum konnte mit da Vinci® erweitert werden 4

DER CHEFARZT RÄT

Komplizierte Eingriffe durch roboterassistierte OP-Technik 5

JUBILÄUM & RÄTSEL

6

VORGESTELLT

AG Compliance gegründet 7

BLICKPUNKT

Patientin bedankt sich schriftlich 8
Babyboom im Klinikum 8

ÜBER DEN BAUZAUN GESCHAUT

Das Gebäude D wächst weiter 9

PANORAMA

Sommertanzprojekt für Kinder 10
Klinikkonzert mit Silbermond 10

MVZ AKTUELL | PROJEKT

Orthopäden am Uniplatz 11
Wohnen in der Curiesiedlung 11

ERNÄHRUNG | NEWS

Wissenswertes rund um vegane Ernährung 12/13
Wanderung zum Brocken 13



LIVE TICKER

Patenschaft für Kinderhospiz 14
Polizeiruf 110 drehte vor Ort 14

SERVICEANGEBOTE

Angebote unseres Hauses 15
Chefärzte und Ansprechpartner 16

Tanzen macht glücklich. Das erlebten Kids der kinderpsychiatrischen Klinik hautnah. Gemeinsam mit Yogalehrerin Anke Heidemann stellten sie ein Sommertanzprojekt auf die Beine.

Liebe Leserinnen und Leser,



ein gesundes, unbeschwertes Leben wünscht sich jeder Mensch. Doch, wie es so schön heißt, das Leben ist kein Wunschkonzert. Auch den Glücklichen plagen hin und wieder Sorgen, Nöte, Krankheiten. Zumindest für letzteres fühlen auch wir uns zuständig, sehen uns in der Verantwortung, nach Möglichkeit gut und schnell zu helfen. Voraussetzung sind versierte, engagierte Ärzte, Pflegendе, Therapeuten, ist High-Tech-Medizin gepaart mit innovativen Diagnose- und Behandlungsverfahren. Ein Beispiel dafür sind an unserem Haus roboterassistierte Operationen mit dem da Vinci®-System. Kosten: Zwei Millionen Euro, der Preis für Instrumente liegt pro Eingriff bei 1 200 bis 1 500 Euro. Wir leisten uns das, weil Sie es uns wert sind.

Ihr

Knut Förster,
Geschäftsführer KLINIKUM MAGDEBURG gemeinnützige GmbH

Impressum

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

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

Foto:
KLINIKUM MAGDEBURG gGmbH;
AZ publica GmbH; Ingimage (2)/Studio
Porto Sabbia; Thomas Sasse (2)

Druck:
Max Schlutius Magdeburg GmbH & Co. KG

Magdeburger Gesundheitstage: Mittendrin statt nur dabei

Ob es um den gesunden Blutdruck, die richtige Händehygiene oder den Anfang einer Demenz ging, die Besucher der Magdeburger Gesundheitstage am Stand des **KLINIKUMS MAGDEBURG** konnten aktiv werden.

Wann sollte man sich Gedanken um seinen Blutdruck machen und wie funktioniert eigentlich richtige Händedesinfektion? All das beantworteten die Krankenpflegeschüler der Klassen S 14 und 15 und gaben neben allgemeinen Informationen über das Klinikum Tipps und Tricks zum Thema „Gesundheit im Alltag“.

Wer mehr wissen wollte, konnte sich am Stand der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie umschauen. Hier gab es reichlich Wissenswertes über oft verschwiegene und gerade deshalb so wichtige Themen wie Abhängigkeit, Depression oder Demenz, die sich häufig unbemerkt in unseren Alltag schleichen. Um sich Klarheit



zu verschaffen, hatten Besucher die Möglichkeit, verschiedene Fragebögen auszufüllen und so festzustellen, ob das ständige Schlüsselvergessen oder das Glas Wein am Abend schon bedenklich sein sollten. Wer noch immer beunruhigt war oder Fragen hatte, konnte die Gelegenheit zu einem persönlichen Beratungsgespräch mit einem Experten nutzen.

Außerdem präsentierte PD Dr. med. habil. Jörg Franke, neuer Chefarzt für Orthopädie, anhand anschaulicher Modelle Neues aus der Wirbelsäulenchirurgie. Dazu stellte er

auch die neue Ganzkörper-Durchleuchtungseinheit namens „EOS“ vor, die noch bessere Diagnosemöglichkeiten bietet und in diesem Jahr das erste Mal im KLINIKUM MAGDEBURG in Anwendung geht.

Und wie jedes Jahr durfte auch die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe nicht fehlen, die werdenden oder schon gewordenen Eltern Ideen, Tipps und Infos mit auf den Weg geben konnte. Eine erfahrene Gynäkologin informierte zusätzlich über die Einsatzmöglichkeiten von minimal-invasiver Chirurgie in der Frauenheilkunde.



Von rund 2 000 Krankenhäusern in Deutschland operieren bislang etwa 75 mit hochmodernen da Vinci®-Robotern. Nicht einmal vier Prozent! In Sachsen-Anhalt haben bislang zwei Häuser in die sehr schonende, aber auch sehr teure Technik investiert. Das KLINIKUM MAGDEBURG war vor fünf Jahren Vorreiter.



Eine Woche nach seiner Tumoroperation kann Willi Fellner das Krankenhaus bereits wieder verlassen. Auch Chefarzt Dr. Rainer Hein ist sehr zufrieden.

Minimal-invasiv? Da geht noch mehr! Da Vinci® macht's möglich

Über 1,8 Millionen Euro kostet das System, mit dem Patienten schonender und besser operiert werden können. Hinzu kommen zwischen 1 200 und 1 500 Euro für Instrumente, die für jeden Eingriff ersetzt werden müssen. Ein teurer Spaß, den sich das Klinikum leistet, weil die Vorteile klar auf der Hand liegen. Robotische Operationen seien eine exzellente Weiterentwicklung minimal-invasiver Eingriffe, meint Dr. Rainer Hein, Chefarzt der Klinik für Urologie, und erklärt sogleich warum: „Zu den ent-

scheidenden Vorteilen gehört die dreidimensionale Sicht auf das OP-Geschehen. Der Roboter kann alles, was die Hand kann. Sieben Freiheitsgrade – ein ganz wesentlicher Unterschied zur minimal-invasiven Chirurgie, damit erlaubt da Vinci® ein sehr viel exakteres Arbeiten. Der Patient hat in der Folge weniger Schmerzen, wird schneller wieder gesund. Und wir sind in der Lage, unser Leistungsspektrum auf sehr hoch komplexe und komplizierte Eingriffe auszudehnen.“

Davon hat unlängst auch Wilfried (Willi) Fellner aus Oschersleben profitiert. Im September hatte ihm sein Urologe die Diagnose Prostatakrebs eröffnet. Ein Schock für den 61-Jährigen. Zum Glück blieb ihm nicht viel Zeit zum Nachdenken. Bereits am 27. September wurde seine Prostata während einer da Vinci®-OP entfernt. Am 4. Oktober packte er im Krankenhaus wieder seine Tasche. „Die Ärzte haben mir eine dreiwöchige Reha empfohlen. Das mache ich noch.“ Das Unangenehmste während des Klinikaufenthalts war der Katheter. „Seit der raus ist, fühle ich mich pudelwohl und fit.“ Willi Fellner wurde praktisch gesund entlassen. Die Klinik-Urologen haben ihm lediglich regelmäßige Kontrolluntersuchungen empfohlen.



„Wir haben's hier richtig gut“, meint Urologie-Patient Reinert Brumme, bei dem Elfriede Seider den Blutzuckerspiegel bestimmt. Die Krankenschwester geht demnächst in den Ruhestand.

Roboter perfektioniert Spezialisten und lässt breiteres Leistungsspektrum zu

Patienten, die operiert werden müssen, werden heute nicht nur über mögliche Narkoseverfahren aufgeklärt. Bei gleichen Krankheitsbildern kann auch die Art der Operation ganz unterschiedlich sein.

Welche Operationstechniken sind heute geläufig?

Die klassische offene Operation mit meist großem Schnitt, die minimal-invasive oder auch Schlüssellochchirurgie mit sehr kleinen Öffnungen, sehr kleinen Instrumenten, bei denen der Operateur seine eigenen Handlungen am Bildschirm verfolgt und die daraus resultierende Weiterentwicklung zu Eingriffen mit dem da Vinci®-Roboter. Wie der Name schon sagt, arbeiten wir hier roboterassistiert und können selbst sehr komplexe, schwierige Eingriffe vornehmen.

Weiterentwicklung impliziert Verbesserung. Wo liegen Vorteile der roboterassistierten OP-Technik?



Dr. Rainer Hein, Chefarzt der Klinik für Urologie/Kinderurologie: 95 Prozent aller Operationen erfolgen robotisch.

Im Vergleich zu Laparoskopien, bei denen die sehr langen Instrumente lediglich Vor- und Rückbewegungen und Drehungen erlauben, kann der Roboter jede Bewegung der Hand nachvollziehen. Zudem hat der Operateur das Gefühl, maximal fünf Zentimeter vom Organ entfernt zu sein, auf das er übrigens eine dreidimensionale Sicht hat. Im Ergebnis ist ein sehr viel exakteres Arbeiten möglich.

Wie profitiert der Patient?

Zu den generellen Vorteilen gehören: geringere Traumatisierung, weniger Komplikationen, weniger Blutverlust, weniger Schmerzen, schnellere Mobilisierung und Gesundheit. Und das selbst bei völlig neuen Methoden. Ein Beispiel: Wurde beim Nierentumor noch vor einigen Jahren die betroffene Niere entfernt, operieren wir heute nienerhaltend. Der Patient gewinnt nicht nur Lebensqualität, auch seine Lebenserwartung steigt.

Bei welchen Operationen kann da Vinci® zum Einsatz kommen?

Dank unserer Erfahrung heute bei so gut wie allen. Selbst so große Radikal-Eingriffe, wie bei Blasenkrebs von Frauen mit Entfernung der Blase, der vorderen Scheidewand und der Gebärmutter sind möglich. Der Aufbau einer „Neoblase“ aus Dünndarmanteilen setzte früher einen großen Hautschnitt voraus, heute wird diese Operation ebenfalls roboterassistiert durchgeführt.

Fragen Patienten gezielt nach robotischen OP?

Ja, aber mehr noch Ärzte, die ihren Patienten aus oft weit entfernten Regionen zur OP bei uns raten, da die Anzahl derer, die nachoperiert werden müssen mit dem da Vinci® bei uns mit nur drei Prozent höchstes Niveau garantiert.

Laut einer DGU-Studie lag die Reinterventionsrate nach radikalen Prostatektomien bundesweit nach offenen OP bei zehn, nach laparoskopischen bei sieben und nach robotischen Eingriffen bei sechs Prozent, im eigenen Patientengut bei drei Prozent.



Wir gratulieren im September und Oktober

zum 25-jährigen Jubiläum

Christina Uebel	Station B 3.1
Susan Hoppe	Physiotherapie KJP
Andrea Meister	Station A 4.2
Antje Fronzeck	Station B 3.2
Carla Bluethgen	Station C 0.2
Marion Viola Grüne	Station C 0.1
Alexander Welsch	Anästhesiologie
Kerstin Reinhardt	Station A 5.2
Peggy Balke	Physiotherapie
Silke Wache	Physiotherapie
Janine Boehm	Tagesklinik KJP
Antje Rothe	Anästhesiologie
Kathrin Schwarzkopf	IT/MT
Mirjam Schleussner	Zentral-OP

Sandy Schulze	Station D 0.1
Kerstin Richter	Apotheke
Katrin Ebert	Station A 5.2
Kerstin Schaefer	Patientenverpflegung
Doreen Wahl	Anästhesiologie
Antje Wäsche	ZOP
Sabine Selk	Controlling
Susanne Stenzel	Station A 5.2
Dana Janke	Zentrales Patientenmanagement
Marie-Luise Reistel	Station B 1.1

zum 40-jährigen Jubiläum

Christiane Rabe	Apotheke
Martina Goerges	Zentrallabor
Gabriele Lichtenberg	Physiotherapie
Petra Fläschendräger	Radiologie

Rätsel-Spaß – Raten Sie mit!

Defekt	Schwarz belle Roulette	TV- Sender	Renn- strecke	Rechen- ergeb- nis	Schul- art (Abk.)	Be- leuchtet	Ab- sperr- rung	Graben (Abk.)	samt	Geistlich
						unbe- grenzt			Den- kungs- ort	
Kfz.-Z. Bad Ostseebad		18. Buch- stabe im Alphabet	Bibel- über- setzer	Todes- strich- nung			20. Buch- stabe im Alphabet	Kuanto		
Taug- schlauch				chem. Z. Natrium	Licht- erschei- nung				daß	
Radius (Abk.)	Mutter- schwamm	Ort im Hart				Defekt der Vorder	Siedeln (Abk.)	Dichtung- gehäuse	Abk. für Lithium	franz. Gold
Ge- stalt- art	Faßler	Abk. Radius	Kfz.-Z. Zwei- brücken	Hand- lung	Abk. für Meister			Reserve	Spruch- sam- lung	
					Kampf- sum- maß	Kam- mer- ton	Abk. für Auss- sahn	Alfan- art		
Augen- stich		slaw. Vor- name						kurz für offene		chem. Z. Schwefel
Geb- schloß	Gr- nasee	Euler- sche Zahl	Scheu- mitzle		Maße (Abk.)	chem. Bez. für Jod	ägypt. Sonnen- gott			Hand- straße
			Zu- stim- mung	Fest- ung					Ausruf	
1	Lokal	slaw. deutsch- rein	Schäl- apfel	Vor- silbe	Kfz.-Z. Delet- reich	Stadt am In	Klang	trop. Muz- stange	persönl. Fürwort	Kfz.-Z. Nato
						Binde- wort	Röm. Zahl 500	starker Wind		
Stadt in Bergan			Skri- begriff	Ober- arzt (Abk.)		Abk. für Auss- Dostin	Frage- wort		chem. Z. Nase	Kuchen- zahl
nord- europ. Volk	slaw. Hirt- scher		Karten- wurf					bibl. Münze- Gedäch.		
				Abk. für Taschen			Menschen- name		chem. Z. Titan	

Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Schwachstellen erkennen, ausmerzen, besser werden: **Helfen Sie uns dabei!**

Compliance – was heißt das und vor allem, warum hat es Bedeutung bei uns im Krankenhaus? Sicher haben viele von der Siemens-Schmiergeldaffäre oder dem VW-Abgasskandal gehört. Da entstehen Schäden in Millionenhöhe, weil sich Beschäftigte nicht regelkonform verhalten.

Das KLINIKUM MAGDEBURG versucht, solche Verstöße zu vermeiden bzw. Sicherheitslücken im Vorfeld zu identifizieren. Dieses Ziel wird mit der Gründung einer Arbeitsgruppe „AGC“, in der sich neben dem Justiziar auch der Innen-

revisor, Risikomanager sowie Vertreter des Betriebsrats und der Personalabteilung zusammen gefunden haben, verfolgt.

Dabei geht es nicht nur um betriebswirtschaftliche Schäden für das Unternehmen. Die Handlungsfelder dieser Arbeitsgruppe erstrecken sich weiterhin auf:

- Gefahren für Leib und Leben von Menschen, bei denen
 - a) Schwachstellen, die Patienten und Mitarbeiter gefährden, aufgedeckt werden,
 - b) das Klinikum einen Reputationsschaden in der Öffentlichkeit erleiden kann,
 - c) Hygienevorschriften unbeachtet bleiben.
- Empfehlungen zur Abwendung

von Korruption und Bestechlichkeit

- Hinweise zum Diebstahlschutz

Klar ist, dass dieses Ziel nur mit Ihnen gemeinsam verfolgt werden kann. Das heißt, wir brauchen Ihre Mithilfe! Entdecken Sie Sicherheitsmängel im Haus, Risiken im Umgang oder Unregelmäßigkeiten im Gebrauch von Klinikeigentum, dann haben Sie die Möglichkeit, Ihre Hinweise (auch anonym):

- in jeden weißen Briefkasten im Klinikum (Magistrale, Personalabteilung, Poststelle...),
- an der Information im Foyer,
- via Mail an compliance@klinikum-magdeburg.de

zu richten.



Die Arbeitsgruppe Compliance des Klinikums.

Die Baugrube auf dem hinteren Klinikgelände ist einem eingeschossigen Rohbau gewichen, Wände für die erste Etage sind hochgezogen. In das Gebäude D sollen die Kliniken für Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin einziehen.



In das Gebäude D sollen die Kliniken für Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin einziehen (Foto vom 20. 9. 2016).

Nach Betonage der Decke kann **zweite Etage in Angriff** genommen werden

„Die Ebene 0 ist fertig, auch die Decke steht kurz vor der Betonage, zudem ist das Gebäude mit Fernwärme und Trinkwasser erschlossen“, verkündet Projektkoordinator André Saß jüngste Baufortschritte. Derzeit laufen die Vorbereitungen für die Installation der

Winterbeheizung auf Hochtouren, damit es während der kalten Jahreszeit nicht zum Stillstand kommen muss. „Das Klinikum braucht die erweiterten Kapazitäten für die Patienten. Das ist auch für uns das Maß aller Dinge und damit zugleich Orientierung für sämtliche

Abläufe und Arbeiten“, so Saß, der das Baugeschehen nahezu täglich direkt vor Ort verfolgt und zugleich Voraussetzungen für einen reibungslosen Baufortschritt, beginnend mit Planung oder Auftragsvergabe, verantwortet. Und das nun schon seit etlichen Jahren, in denen das Klinikum immer wieder neue Bauvorhaben in Angriff genommen und vollendet hat.

Zurück zur aktuellen Baustelle: Hier werden demnächst die Anschlussarbeiten für den Übergang zwischen Gebäude D und F erfolgen. Saß: „Dabei kann es nochmals zu Lärmbelästigungen kommen. Patienten, Besucher und Mitarbeiter bitte ich um Verständnis.“

Foto vom 9. 9. 2016: Demnächst beginnen Vorfertigung und Montage von Fenstern und Türen sowie der Innenausbau der Ebene 0.



Motto: Tanzen macht glücklich



„Tanzen macht glücklich“, das erlebten die Kids der Station C0.2 der kinderpsychiatrischen Klinik bei ihrem Sommertanzprojekt hautnah. Es wurde als Höhepunkt allen Kindern und Pflegenden sowie psychologisch Betreuenden präsentiert. Unter der Choreographie „ihrer“ Yogalehrerin, Anke Heidemann, suchten sie in sechs Therapiestunden aus, probierten und studierten das Programm schließlich ein. Zum Projekt gehörte auch die Kostüm- und Songauswahl – gar nicht so einfach bei acht zehn- bis zwölfjährigen Jungs und Mädchen. Aber am Ende haben Lucas K., Timon, Laetitia, Lea, Lara, Max, Jason und Lucas V. das Publikum mehr als begeistern können, eine Zugabe war unerlässlich. Die Freude und der Stolz waren groß.

Kinderklinikkonzert mit Silbermond

Um kranke Kinder vom manchmal nicht ganz leichten Klinikalltag abzulenken und ihnen neue Kraft zu schenken, findet Jahr für Jahr ein Kinderklinikkonzert in Magdeburg statt. Im Spätsommer war es wieder soweit und rund 130 Kinder aus umliegenden Krankenhäusern und medizinischen Einrichtungen trafen sich im Hangar der DRF Luftrettung am KLINIKUM MAGDEBURG: Die Band Silbermond spielte nur für sie ein kleines Konzert.

„Bereits zum dritten Mal fand das Kinderklinikkonzert in unserem Hangar statt. Nach Revolverheld und Jupiter Jones in den vergangenen Jahren, freuten wir uns wieder über eine deutsche Band. Besonders schön war es zu sehen, wie viel Zeit sich Silbermond für die Kinder nahm. Jedes einzelne Kind durfte den Moment mit einem Foto



von sich und der Band festhalten. Dabei das Strahlen in den Augen der Kleinen zu sehen, war für uns alle wieder ein unbeschreiblich schönes Gefühl“, erzählt Marco Cramme, Pilot an Bord von Christoph 36.

Auch in diesem Jahr hatte der Magdeburger Verein Kinderklinikkonzerte e. V. um Nicole John und Nadja Bendorf das Überraschungskonzert organisiert. Jubelnde und fröhlich mitsingende Kinder waren der Dank für die unzähligen Arbeitsstunden, die hinter einem solchen Konzert stecken. Und für diesen guten Zweck stellt die Magdeburger Besatzung der DRF Luftrettung ihren Hangar gerne als „Konzertsaal“ zur Verfügung. (pm/Fotos: Sasse)



Klinik-Orthopäden praktizieren auch im MVZ

Mit dem neuen Chefarzt der Klinik Orthopädie II gibt es auch Änderungen in der ambulanten orthopädischen Versorgung in unserem MVZ am Uniplatz. Priv.-Doz. Dr. Jörg Franke bietet hier jeweils montags und dienstags Sprechstunden an. Der neue Klinikchef ist auf die Wirbelsäulen- und Kinderorthopädie besonders spezialisiert und das kommt nun auch den ambulanten orthopädischen Patienten zugute. Franke gehört laut der FOCUS-Ärz-

teliste zu den TOP-Medizinern Deutschlands. Oberarzt Dr. Sotirios Michalitsis widmet sich ebenfalls an zwei Tagen in der Woche den Beschwerden ambulanter Patienten.

Die Orthopäden agieren innerhalb des übergreifenden Zentrums für Wirbelsäulenchirurgie, das Patienten fachübergreifende Entscheidungen und damit eine sehr hohe Behandlungsqualität garantiert. Zudem verkürzen sich Wartezeiten.

Orthopädische Sprechzeiten

am MVZ Universitätsplatz 12

Chefarzt PD Dr. Jörg Franke

Mo. 14 – 18 Uhr

Di. 8 – 12 Uhr

Dr. Sotirios Michalitsis

Mo. 8 – 12 Uhr

Fr. 8 – 12 Uhr

Wohnen in der alten Bäckerei

Die Wobau baut in der Curiesiedlung denkmalgerecht um. Durch Grundrissänderungen entstehen modern geschnittene Wohnungen.

Die Curiestraße 58-58b wird von Grund auf modernisiert. „Die einstige Vorzeigesiedlung der ‚Magdeburger Moderne‘ soll auch für künftige Generationen attraktiv bleiben. Deshalb investieren wir in die denkmalgeschützte Bausubstanz“, so Wobau-Geschäftsführer Peter Lackner. Dabei hat das Projekt durchaus auch Tücken: „So musste in einem ehemaligen Gewerberaum zunächst ein riesiger Backofen – Überbleibsel einer alten Bäckerei – entfernt werden“, berichtet der Wobau-Chef: „Die Grundrisse der Wohnungen werden hier nach modernen Anforderungen geändert. Aus 21 Wohnungen machen wir 16“, ergänzt er. So sollen geräumige und helle Zwei-, Drei- und Vierraumwohnungen entstehen.



Ist der Innenausbau geschafft, sind Balkone und Treppenhäuser an der Reihe. „Alles in enger Abstimmung mit dem Denkmalschutz.“ Das gelte auch für die Farbgestaltung der Fassaden entsprechend der Vorgaben. Zudem blieben die Glasfliesen in den Eingangsbereichen erhalten und werden sogar erweitert.

Die Wohnungen werden voraussichtlich im April 2017 bezugsfertig sein. „Es gibt bereits eine Wartelis-

te, dennoch können sich weitere Interessenten gern melden“, sagt Wobau-Kundenbetreuerin Silke Mieth. Auch das Angebot an Parkflächen wird ausgebaut. Die ab 1929 entstandene Curiesiedlung war von den Architekten Carl Krayl und Paul Wahlmann im klaren, sachlichen Stil des Neuen Bauens geplant worden. Vorgärten, begrünte Innenhöfe, heller Fassadenputz sowie farbig gestaltete Fenster und Türen setzten Akzente und neue Maßstäbe.

Vegan: Zwiespalt zwischen Trend, Philosophie und Gesundheitsrisiko

Wo immer man ist und isst, „vegan“ kann eigentlich niemand mehr aus dem Weg gehen. Doch was bedeutet es, sich so zu ernähren? Welche Chancen und Risiken sind damit verbunden?

Der Veganismus ist eine aus dem Vegetarismus hervorgegangene Einstellung zur Lebens- und Er-

nährungsweise. Ein vegan lebender Mensch meidet entweder alle Nahrungsmittel tierischen Ursprungs und bei Ausweitung in seine Alltagswelt sogar die Nutzung von tierischen Produkten als Ganzes (z. B. Lederwaren).

Akzeptabel ist die Ernährungsform nur dann, wenn eini-

ge ernährungsphysiologische Regeln eingehalten werden. Bei einer rein pflanzlichen Ernährung ist

nach Einschätzung der Deutschen Gesellschaft für

Ernährung (DGE) die ausreichende Ver-

sorgung mit bestimmten Nähr-

stoffen nicht oder nur schwer mög-

lich. Der kritischste Nährstoff sei Vi-

tamin B12. Zu den potenziell kritischen

Nährstoffen gehören außer-

dem Proteine bzw. essentielle Aminosäuren, langkettige n3-Fettsäuren, die Vitamine Riboflavin und D sowie die Mineralstoffe Calcium, Eisen, Jod, Zink und Selen.

Veganer, die nicht viele eisenhaltige Lebensmittel (Kürbiskerne, Quinoa, Haferflocken, Pistazien) zu sich nehmen, sollten regelmäßig den Eisenspiegel kontrollieren. Grundsätzlich alle sollten folgende Hinweise beachten:

- möglichst Öle verwenden, die Omega-3-Fettsäure-haltig sind (können aus Leinsamen gewonnen werden)
- Vitamin B12 als Nahrungsergänzung nehmen und in den Wintermonaten auch Vitamin D
- Jod liefern Algen oder Jodsalz (Salzkonsum klein halten)
- frische Früchte, Gemüse, Hülsenfrüchte, Nüsse und Vollkornprodukte bevorzugen
- auf raffinierten Zucker verzichten



Insgesamt gilt eine einfache Regel: So abwechslungsreich wie möglich! Und: „Wer sich vegan ernähren möchte, sollte dies unter Kontrolle durchführen, um auf eine ausreichende Zufuhr – vor allem der kritischen Nährstoffe zu achten und gegebenenfalls angereicherte Lebensmittel und Supplemente verwenden“, so Ernährungsmediziner Dr. Carl Meißner. Empfehlenswert ist eine Ernährungsberatung durch eine qualifizierte Ernährungsfachkraft und die Versorgung mit kritischen Nährstoffen regelmäßig ärztlich überprüfen zu lassen.

Die DGE verweist darauf, dass Lebensmittel, die bei veganer Ernährung konsumiert werden, nicht zwingend ernährungsphysiologisch günstig und gesundheitsfördernd seien. Gemüse, Hülsenfrüchte,



Ernährungsmediziner Dr. Carl Meißner ist Facharzt für Chirurgie und hat einen Master in Ernährungstherapie.

Obst, Nüsse, Samen, wertvolle Pflanzenöle und Vollkornprodukte

bewertet die DGE als vorteilhaft. Vegane Gerichte oder Lebensmittel, denen hohe Mengen an Zucker, Fetten und Speisesalz zugesetzt wurden, sind hingegen aus ernährungsmedizinischer Sicht zu meiden, da sie nicht nur zu Übergewicht führen, sondern auch u. a. eine Diabeteserkrankung verursachen können. Wichtig zu wissen: Eine vegane Ernährung hat keine gesundheitlichen Vorteile. Aus medizinischer Sicht gibt es sogar einige Kontraindikationen für vegane Ernährung. Tabu sein sollte vegane Ernährung während Schwangerschaft und Stillzeit, für Kinder im Wachstum, ältere Menschen ab 65 Jahren, Patienten mit Vitamin-B12-Mangel (vor allem Magen-operierte Patienten und Patienten mit neurologischen Erkrankungen) Bevölkerungsgruppen mit speziellen Nährstoffdefiziten.

Zusammen geht's immer: Brockenwanderung des KMD

Schon um 8 Uhr morgens und bei schönstem Spätsommerwetter startete der Bus nach Schierke am KLINIKUM MAGDEBURG, voll be-

setzt mit 70 MitarbeiterInnen und Familienangehörigen in Wanderschuhen. Von hier ging es natürlich zu Fuß weiter, über das Eckerloch

bis zum Gipfel des Brockens. Nach einigen Stunden Fußmarsch, sich austauschend und entdeckend, erreichte das Team erschöpft das Gipfelkreuz. Doch die Mühe zahlte sich aus: Bei Erbsensuppe und Bockwurst gönnten sich alle eine mehr als verdiente Pause und genossen die atemberaubende Aussicht ins Tal.

Nach dem Abstieg waren sich alle einig: Auf ein nächstes Mal im Jahr 2017, denn eins ist sicher – gemeinsam auch mal Freizeit zu verbringen, verbunden mit einer zufriedenstellenden Leistung, das schweißt zusammen und macht stolz! Beste Voraussetzungen für eine gutes miteinander Arbeiten.



Klinikum hilft und übernimmt Patenschaft für das Kinderhospiz

Mit dem Ziel „Lebenszeit schenken“ begleitet das Kinderhospiz der Pfeifferschen Stiftungen schwerkranke Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg.



Foto: ©Michael Uhlmann

Seit drei Jahren werden hier nicht nur betroffene Kinder gepflegt und betreut, sondern auch Eltern und Geschwisterkindern in unmittelbarer Umgebung ein Platz zum Zur-Ruhe-Kommen sowie Austausch und Beratung geboten.

Da das Kinderhospiz nur unzureichend von den Kranken- und Pflegekassen finanziert wird und somit auf Spenden angewiesen ist, trägt nun das KLINIKUM MAGDEBURG mit regelmäßiger finanzieller Unterstützung seinen Teil dazu bei und unterzeichnete zum 1. September eine Patenschaftserklärung.

„Wir spüren als kommunales Haus immer wieder die Verantwortung für unsere Bürger und vor allem auch für Benachteiligte. Das Thema Kinderhospiz ist uns als Krankenhaus besonders nah und die nun unterzeichnete Patenschaft eine logische Konsequenz“, so Klini-



Foto: Pfeiffersche Stiftungen

kumsgeschäftsführer Knut Förster. Genutzt werden die Spenden zum Beispiel für einen Dachausbau, um zusätzliche Räume für die Kinder zu schaffen, so dass die Familien die verbleibenden gemeinsamen Wochen genießen und in noch schönerer Erinnerung behalten können.



Für neuen Polizeiruf wurde auch im Klinikum gedreht

Spaß auf der intensivmedizinischen Station? Wenn ein Fernsehfilm gedreht wird, wie hier die neueste Staffel vom Polizeiruf 110 aus Magdeburg, ist das schon mal erlaubt. Drei unserer Mitarbeiter – Katja Töter, Stefan Magnus, Ines Horn – standen den Filmemachern und Darstellern um Claudia Michelsen und Matthias Matschke als Fachberater und Statisten zur Seite.

Blumen-Shop

Montag bis Freitag 7 bis 17 Uhr
Samstag 13 bis 16 Uhr
Sonntag 14 bis 17 Uhr

Cafeteria & Bäckerei

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

Fernsehapparat/Telefon

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

Fernsprecher/Post

Öffentliche Fernsprecher und Briefkästen stehen im Eingangsbereich.

Geldautomat

Im Foyer neben dem öffentlichen Telefon finden Sie einen Automaten.

Getränkeautomat

Auf der Wartefläche der Notfall- und Fachambulanz.

Ihre Anregungen

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

Internet

Kostenloser Internetzugang mit eigenem Laptop ist möglich.

Kantine

geöffnet für jedermann

Mo. bis Fr. 8.00 bis 10.00 Uhr
und 11.30 bis 13.30 Uhr

Parken

Kurzzeitparkplätze für Notfälle finden Sie vor der Notaufnahme. Es gibt 700 Besucherparkplätze entlang der Birkenallee (kostenpflichtig, 1 € pro Stunde, 6 € Tageskarte). Die ersten 30 Minuten sind kostenfrei.

Physiotherapie

Rezepte für physiotherapeutische Maßnahmen können im Klinikum eingelöst werden. Die Physiotherapie mit umfangreichem Therapiepektrum ist zugelassene Praxis für alle Kassen und privat Versicherte. Sie bietet darüber hinaus *verschiedene Präventionskurse* siehe www.klinikum-magdeburg.de/ Fachbereiche (Teilerstattung der Kosten über Krankenkassen ist möglich)

„Offenes Atelier“

Das „Offene Atelier“ lädt Mitarbeiter und Patienten jeden Dienstag

von 15.30 bis 17.30 Uhr ein. Infos: Tel. 0391 791-3467/-68

Raum der Stille

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

Seelsorge

Unsere Klinikseelsorger Frau Rabenstein und Herr Marcinkowski sind unabhängig von einer Kirchenzugehörigkeit für alle Patienten, Angehörigen und Mitarbeiter telefonisch unter 0391 791-2079 zu erreichen.

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

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

Servicepaket

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



KLINIKUM MAGDEBURG gemeinnützige GmbH
Birkenallee 34, 39130 Magdeburg

So erreichen Sie uns: Buslinie: 71, Richtung Silberberg
Bahnlinien: 4, 41 (Richtung Olvenstedt)
Haltestelle: Klinikum Olvenstedt

Die Chefarzte und Ansprechpartner im KLINIKUM MAGDEBURG

Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie

Prof. Dr. med. Karsten Ridwelski

Tel.: 03 91 791 42 01

Fax: 42 03

karsten.ridwelski@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Prof. h.c. PD Dr. med. habil. Michael Löttge

Tel.: 03 91 791 36 01

Fax: 36 03

michael.loettge@klinikum-magdeburg.de



Zentrum für Unfallchirurgie und Orthopädie

Klinik für Unfallchirurgie

PD Dr. med. habil. Fred Draijer

Tel.: 03 91 791 44 01

Fax: 44 03

fred.draijer@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Orthopädie II

PD Dr. med. habil. Jörg Franke

Tel.: 03 91 791 44 01

Fax: 44 03

joerg.franke@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Neurologie

Dr. med. Hartmut Lins

Tel.: 03 91 791 46 01

Fax: 46 03

hartmut.lins@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Prof. Dr. med. Wolfgang Jordan

Tel.: 03 91 791 34 01

Fax: 34 03

wolfgang.jordan@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Prof. Dr. med. Hans-Henning Flechtner

Tel.: 03 91 791 84 01

Fax: 84 03

hans-henning.flechtner@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Gefäßchirurgie

PD Dr. med. habil. Jörg Tautenhahn

Tel.: 03 91 791 43 01

Fax: 43 03

joerg.tautenhahn@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Neurochirurgie und Wirbelsäulenchirurgie

Dr. med. Werner EK Braunsdorf

Tel.: 03 91 791 47 01

Fax: 47 03

werner.braunsdorf@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Kardiologie/Diabetologie

Prof. Dr. med. Hendrik Schmidt

Tel.: 03 91 791 53 01

Fax: 53 03

hendrik.schmidt@klinikum-magdeburg.de



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

Dr. med. Christian Koch

Tel.: 03 91 791 45 01

Fax: 45 03

christian.koch@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Gastroenterologie

Dr. med. Thomas Gottstein

Tel.: 03 91 791 54 01

Fax: 54 03

thomas.gottstein@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Plastische, Brust- und Ästhetische Chirurgie

Dr. med. Mathias Reutemann

Tel.: 03 91 791 49 01

Fax: 49 03

mathias.reutemann@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Hämatologie, Onkologie und Palliativmedizin

PD Dr. med. habil. Christoph Kahl

Tel.: 03 91 791 56 01

Fax: 56 03

christoph.kahl@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Anästhesiologie und Schmerztherapie

Dr. med. Christiana Hesse

Tel.: 03 91 791 31 01

Fax: 31 03

christiana.hesse@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Urologie/Kinderurologie

Dr. med. Rainer Hein

Tel.: 03 91 791 39 01

Fax: 39 03

rainer.hein@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Intensivmedizin

PD Dr. med. habil. Günter Weiß

Tel.: 03 91 791 31 01

Fax: 31 03

guenter.weiss@klinikum-magdeburg.de



Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Dr. med. Matthias Heiduk

Tel.: 03 91 791 35 01

Fax: 35 03

matthias.heiduk@klinikum-magdeburg.de



Institut für diagnostische und interventionelle Radiologie

Dr. med. Ulf Redlich

Tel.: 03 91 791 37 01

Fax: 37 03

ulf.redlich@klinikum-magdeburg.de

