

Gesundheits- Journal

ZEITUNG DER KÄRNTNER LANDESKLINIKEN

*Für Sie zum
Mitnehmen!*

GUTE HEILUNGSCHANCEN

Die Früherkennung ist bei Kehlkopfkrebs entscheidend

Kleine Bewegung – Große Wirkung

Wie Kinästhetik den Alltag erleichtert

Hightech und die Menschen dahinter

Die Arbeit der Kardiotechniker und Radiologietechnologen

Kurznotiert



Die Kinderradiologie im neuen Kleid

Nicht nur die neuen Geräte machen die Kinderradiologie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee zur modernsten Österreichs. Auf Initiative der Radiologietechnologen wurden die Räumlichkeiten kinderfreundlich gestaltet.

„Bei uns steht nicht nur die Technik im Vordergrund, sondern vor allem das Wohlergehen der Kinder“, sagt die leitende Radiologietechnologin Gabriele Schlögl. Die kleinen Patientinnen und Patienten zeigten sich jedenfalls begeistert von Delfinen, Giraffen und Co.



QR-Code scannen und
das Gesundheits-Journal
auf Tablet oder
Smartphone lesen.



IMPRESSUM

Medieninhaber & Herausgeber:

Landeskrankenanstalten-Betriebsgesellschaft KABEG; KABEG Management
Kraßniggstraße 15
9020 Klagenfurt am Wörthersee
Tel.: +43 463 552 12-0
E-Mail: office@kabeg.at
Firmenbuchnummer: 71434a
UID-Nummer: ATU 25802806
DVR-Nummer: 00757209

Redaktion:

Mag. Nathalie Trost
Mag. Kerstin Wrußnig

Satz & Layout:

Andreas Erschen
Kinderdorfstraße 5
9062 Moosburg
Druck:
Satz- und Druckteam
Feschnigstraße 232
9020 Klagenfurt am Wörthersee

Lektorat:

Peter Koschnik

Druckauflage:

7.500 Stück

Erscheinungsweise:

Vierteljährlich und nach Bedarf

Bildnachweise:

Titelseite: ©KABEG/Bauer; Seite 2: ©KABEG/Bauer, ©iStock/hocus-focus, ©Erschen;
Seite 3: ©KABEG (1), ©KABEG/Bauer (2) ©KABEG/Gleiss; Seite 4/5: ©KABEG (3),
©KABEG/Bauer (2), ©KABEG/Gleiss, Privat; Seite 6/7: ©iStock/fotosstorm, ©iStock/
pixelfit, ©iStock/Chantal2821; Seite 8-10: ©KABEG/Bauer (3); Seite 11: ©KABEG/
Bauer (3) Seite 12: ©KABEG/Gleiss; Seite 13: ©KABEG; Seite 14/15: ©KABEG/Bauer (2);
Seite 16/17: ©KABEG/Gleiss (3); Seite 18-20: ©KABEG/Bauer (7), Seite 21: ©KABEG/
Bauer; Seite 22: ©KABEG; Seite 23: ©iStock/Istoma, ©Erschen; Rückseite: ©KABEG/
Gleiss (6), ©Erschen.

Die Zeitung dient der Information der Patienten und Mitarbeiter der KABEG sowie der Öffentlichkeit über die Belange des Spitalswesens. Darüber hinaus bringt das Medium Beiträge aus den Themenreichen Gesundheit und Medizin. Das Gesundheits-Journal wird auf umweltfreundlichem Papier gedruckt. Wir legen großen Wert auf Gleichberechtigung. Für eine bessere Lesbarkeit verzichten wir jedoch auf genderspezifische Formulierungen. Auf Archivfotos vor der COVID-Pandemie, tragen unsere Mitarbeiter keine FFP2-Masken.

KABEG

Für Rückfragen, Anregungen sowie kostenlose Bestellung des Magazins schreiben Sie uns an: presse@kabeg.at

DRUCKLAND
KÄRNTEN
PERFECTPRINT

GesundheitsJournal

IMPRESSUM	2
AKTUELLES	4
ERNÄHRUNG	6
KEHLKOPFKREBS	8
RADIOLOGIETECHNOLOGEN	11
ADIPOSITAS	12
KARDIOTECHNIK	14
20 JAHRE LYMPHKLINIK	16
KINÄSTHETIK	18
MEDIZINISCHE DIREKTORIN	21
BESONDERE LEISTUNG	22
DENKSPORT	23



SEITE 8 – TITELSTORY

Kehlkopfkrebs: Die Früherkennung ist entscheidend
Hauptrisikofaktor für die Erkrankung ist das Rauchen.



20 JAHRE LYMPHKLINIK

*Aus einem
Pilotprojekt
wurde eine
Erfolgsgeschichte.*

→ Lesen Sie mehr dazu auf Seite 16



SEITE 12

Kampf gegen Adipositas

Maria S. wurde nach langem Leidensweg im LKH Villach erfolgreich behandelt.



SEITE 18

Kleine Bewegung – große Wirkung

Wie Kinästhetik nicht nur den Alltag im Krankenhaus erleichtert.



SEITE 22

Sieben auf einen Streich

Eine besondere Leistung von Chirurgen und Gynäkologen im LKH Wolfsberg.



BABYBILANZ

3.344 Babys machten 2021 den ersten Schrei

3.287 Mal bog der Storch im vergangenen Jahr in eines der Kärntner Landeskrankenhäuser ab. Weniger oft als 2020. Er brachte 3.344 neue Erdenbürger nach Kärnten (2020 waren es 3.374 Babys). Interessant sind aber die Details. 2021 kamen die meisten Babys wieder im ELKI des Klinikum Klagenfurt am Wörthersee zur Welt. Hier zählte man im Vorjahr 1.690 Kinder bei 1.655 Geburten. Im Vergleich zu 2020 (1.649 Geburten) also ein leichtes Plus bei

den Geburten. Allerdings: Durch die 41 Mehrlingsgeburten kam man 2020 auf genau ein Baby mehr. Im LKH Villach freuten sich Ärzte und Hebammen wie schon 2020 über 1.100 Geburten. Zur Freude aller verzeichnete man 2021 aber ein Plus von 10 Kindern. Der Grund: Es gab 20 Zwillingsschwangerschaften – 10 mehr als 2020! Im LKH Wolfsberg kam man 2021 indessen auf 534 Babys bei 532 Geburten – es gab zweimal Zwillinge.



Zertifiziertes Brustgesundheitszentrum im LKH Villach



Jährlich erkranken rund 400 Frauen in Kärnten an Brustkrebs. Wird die Erkrankung früh erkannt und entsprechend behandelt, sind auch die Heilungschancen sehr hoch. „Die Diagnose und Therapie von Brustkrebskrankungen erfordern nicht nur ein hohes Maß an speziellem Wissen und Ausbildung, sondern auch die Zusammenarbeit vieler unterschiedlicher Fachdisziplinen“, sagt die Leiterin des Brustgesundheitszentrums Dr. Claudia Pasterk, Oberärztin an der Gynäkologie und Geburtshilfe im LKH Villach. Im Brustgesundheitszentrum Villach arbeiten alle erforderlichen Experten eng zusammen und die Patientinnen werden von der Diagnose über die Therapie bis hin zur Nachsorge von den jeweiligen Spezialisten betreut und begleitet. Für diese hohe Behandlungsqualität wurde das Brustgesundheitszentrum Villach erneut ausgezeichnet.

Klinikum Klagenfurt am Wörthersee als Schädelbasiszentrum ausgezeichnet

Bei Entzündungen, nach schweren Verletzungen oder im Zuge von Tumorerkrankungen im Grenzgebiet zwischen Gehirn, Schädelbasis und Gesicht ist die enge Zusammenarbeit von Neurochirurgen, HNO-Spezialisten und Ärzten der Mund-Kiefer-Gesichts-Chirurgie



gefragt. Die Körperregion der Schädelbasis zählt zu den hochsensiblen Bereichen mit wichtigen Hirnteilen, Nerven und Blutgefäßen. Die Behandlung in diesem anatomischen Bereich setzt eine eigene Expertise voraus. Spezielle Fallkonferenzen, gemeinsame Operationen sowie eine interdisziplinäre Nachbetreuung garantieren eine optimale Behandlungsqualität. Als zweites Krankenhaus in Österreich wurde das Klinikum Klagenfurt am Wörthersee nun durch die Gesellschaft für Schädelbasischirurgie für seine hohe interdisziplinäre Versorgungsqualität als Schädelbasiszentrum ausgezeichnet.

Erna Kalt sorgt für warme Füßchen in der Neonatologie



Seit früher Kindheit an strickt die Oberkärntnerin Erna Kalt mit großer Leidenschaft. „Alle meine Bekannten und Freunde habe ich schon mit Socken versorgt“, erzählt die 82-jährige Seniorin. Als im Familienkreis ein Frühchen auf die Welt kam, wurde Kalt auf die kleinsten Erdenbürger aufmerksam. „Speziell die Frühchen leiden häufig an kalten Füßen – da wollte ich einfach ein Zeichen setzen“, sagt sie. Kurzerhand fertigte sie mehrere Paare winziger Söckchen an, die sie von DGKP Ursula Danhofer, Abteilungsleitung Pflege im Zentrum für Altersmedizin (ZAM), an die Neonatologie im ELKI des Klinikum Klagenfurt am Wörthersee übergeben ließ. Die Freude bei den Eltern aber auch bei den Mitarbeitern der Neonatologie war groß – ist es doch gar nicht so einfach, für die Frühchen, die oft nur ein paar hundert Gramm wiegen, passende Kleidung zu bekommen.

Tierischer Besuch auf der Intensivstation

Seit mehreren Jahren setzen sich Prim. Univ.-Prof. Dr. Rudolf Likar, Abteilungsvorstand der Anästhesiologie und Intensivmedizin im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, und die Stationsleitung der Intensivstation 2, DGKP Sonja Pemberger, dafür ein, dass Hunde und Katzen ihr Frauchen bzw. Herrchen besuchen dürfen, wenn dieses intensivmedizinisch betreut werden muss. Nun wurde diese Idee in Kooperation mit der Krankenhaushygiene umgesetzt. Der erste tierische Besucher war Chihuahua Oskar. Sein geliebtes Tier nah bei sich zu haben, war für den Patienten Karl-Heinz K. eine große Freude. „Der Kontakt mit dem Hund hat seine Stimmung enorm gehoben und den Heilungsverlauf positiv beeinflusst“, sagen Likar und Pemberger. Der tierische Besuch beeinflusst aber noch andere Faktoren. So wirkt er etwa auch vorbeugend bei der Entwicklung eines Delirs.



FFP2-Masken schützen vor einer Ansteckung mit COVID-19

Auch wenn mit den wärmeren Temperaturen die Neuinfektionen mit COVID-19 wieder sinken, appellieren Experten, weiterhin hohe Eigenverantwortung zu zeigen. „Das Tragen einer FFP2-Maske in Innenräumen und nicht nur bei großen Menschenansammlungen, sondern auch an der Kasse in Geschäften etc., ist weiterhin zu empfehlen“, unterstreicht Prim. Univ.-Prof. Dr. Jörg Weber, Kärntner COVID-Bettenkoordinator, den hohen Schutzfaktor der Maske gegen die Erkrankung. Verantwortungsvolles Maskentragen sollte daher unabhängig von den jeweils gültigen Verordnungen von jedem eigenverantwortlich praktiziert werden. Besonders für ältere Menschen und chronisch Kranke ist es wichtig, das Risiko einer Ansteckung zu minimieren. Dazu können alle durch ihr Verhalten einen wichtigen Beitrag leisten. Weber: „Glücklicherweise ist in den Risikogruppen die Impfquote hoch. Der Alltag im Krankenhaus zeigt, dass die Impfung sehr stark dazu beiträgt, dass COVID-19 in den meisten Fällen nun mild verläuft.“



Lösungswort Kreuzwörter: WIMMELWORT

8	3	2	7	1	6	9	5	4
1	7	5	4	9	3	2	6	8
6	4	9	5	8	2	3	7	1
5	2	8	6	7	9	4	1	3
9	6	4	3	5	1	7	8	2
3	1	7	2	4	8	6	9	5
2	8	1	9	6	4	5	3	7
4	5	6	8	3	7	1	2	9
7	9	3	1	2	5	8	4	6

leicht

5	7	3	8	2	6	9	1	4
6	2	8	9	1	4	3	5	7
1	4	9	3	5	7	2	6	8
7	6	1	2	3	5	4	8	9
9	5	4	7	6	8	1	3	2
8	3	2	1	4	9	6	7	5
3	1	7	4	8	2	5	9	6
4	8	5	6	9	3	7	2	1
2	9	6	5	7	1	8	4	3

schwer





GENIESSER GÖNNEN SICH EIN STÜCK LEBENSFREUDE

Die sieben einfachen Regeln zum Genuss

Bewusstes Essen in Gemeinschaft, liebevoll dekorierte Speisen, ein anregender Duft. Dies alles lässt den Genuss steigen und kann sogar Übergewicht vorbeugen. Diätologin Julia Schlatte erklärt wie.

Das Auge isst mit“, heißt es. Und tatsächlich: Das Gehirn bereitet den Körper bereits beim Anblick eines wohldekorierten, duftenden und leckeren Essens vor, indem der Speichelfluss verstärkt und die Verdauungsenzyme angeregt werden. „Haben wir indessen eine Speise vor uns, die uns nicht zusagt, reagiert der Körper darauf, indem er weniger Signale schickt. Es bildet sich weniger Speichel und weniger Enzyme gelangen zur Nahrung“, erklärt Julia Schlatte, Diätologin im LKH Wolfsberg. Dies wirkt sich wiederum auf die Bioverfügbarkeit aus, also darauf, wie gut der Körper einen Nährstoff aufnehmen kann. „Insofern spielen Reize in Bezug auf Genuss und Sinn eine sehr entscheidende Rolle bei der Energiebilanz“, sagt die Ernährungsexpertin.

„Soziales Essen“

Aussehen, Geruch oder Geschmack von Lebensmitteln – das Essverhalten wird sehr stark durch diese sensorischen Merkmale beeinflusst. „Dies führt häufig dazu, dass es zu einer übermäßigen Nahrungszufuhr kommt, obwohl gar kein Hunger mehr besteht“, so Schlatte. In den letzten Jahren wurde der Fokus aus diesen Gründen darauf gelegt, WIE gegessen wird. Schlatte: „Meh-

re Studien kamen zum Ergebnis, dass Menschen, die ihre Nahrungsaufnahme sozial betonen, also bewusst mit Freunden oder der Familie essen, ein geringeres Risiko haben, Übergewicht zu entwickeln. Sie genießen das Zusammensein und ihr Essen.“

Julia Schlatte verweist in diesem Zusammenhang auf die sieben goldenen Regeln für mehr Genuss:

1. Genuss braucht Zeit

Nehmen Sie sich genug Zeit für Frühstück, Mittag- und Abendessen. Am besten gemeinsam mit Ihrer Familie oder Ihren Freunden.

2. Genuss muss erlaubt sein

Auch „kleine süße Sünden“ dürfen sein.

3. Genuss geht nicht nebenbei

Essen im Büro, am Schreibtisch, nebenher noch telefonieren: Das geht gar nicht. Aber auch das Snacken neben dem Fernsehen hat wenig mit Genuss zu tun.

4. Genuss ist individuell

Geschmäcker sind verschieden. Und das ist völlig in Ordnung.

5. Weniger ist oft mehr

Ab und zu ein kleines Schokostückchen oder der Zuckerkuchen – hat man es nicht jeden Tag, ist der Genuss umso größer.

6. Genuss ist alltäglich

Das bewusste, genussvolle Essen sollte immer auf der To-do-Liste stehen.

7. Genuss braucht Erfahrung

Bei der Auswahl der Nahrungsmittel darf man ruhig kreativ sein. Auch ein Blick in die Ernährungsgewohnheiten anderer Länder kann den Genusshorizont erweitern.

www.lkh-wolfsberg.at



REZEPT-TIPP

Bärlauch-Quiche

Für 6 Personen

Zutaten für den Teig:

- 200 g Dinkelmehl
- 1 Ei
- 100 g kalte Butter
- 2 Prisen Salz

Zutaten für die Füllung:

- 3 Eier
- 1 Becher Sauerrahm
- 100 g Bärlauch
- 100 g geriebener Käse
- ca. 2 TL Salz
- Pfeffer

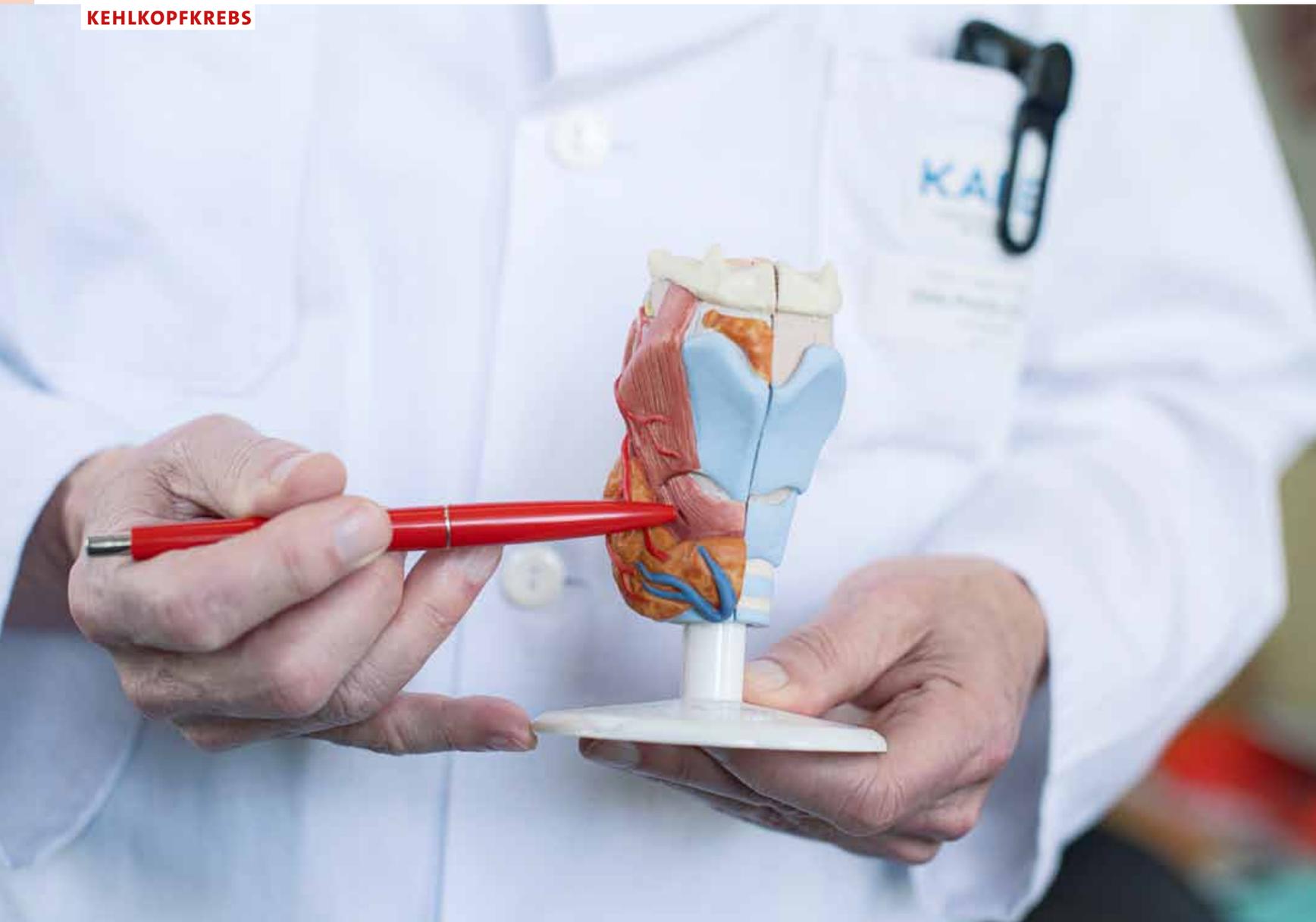
Zubereitung:

1. Mehl in eine Schüssel geben, kalte Butter unterrühren, mit Ei und Salz zu einem Teig verkneten.
2. Eine Springform, besser noch eine Quiche-Form, damit ausfüllen. Wichtig ist, dass der Boden auch am Rand hochgezogen wird.
3. Die Eier in einer Schüssel mit Salz verrühren, den Sauerrahm unterrühren und etwas Pfeffer dazugeben.
4. Den Bärlauch fein hacken und auf den Teig in der Backform geben.
5. Die Eiermasse darüber geben und im Backofen etwa 30-45 Minuten backen.
6. Die Quiche ist fertig, wenn sie auch in der Mitte fest geworden ist.

Guten Appetit!



Wer mit Freunden oder Familie isst, entwickelt seltener Übergewicht.



GUTE HEILUNGS- CHANCEN BEI KEHLKOPFKREBS

Entscheidend ist eine frühzeitige Diagnose der Tumorerkrankung

Die Diagnose „Kehlkopfkarcinom“ (Larynxkarzinom) trifft jedes Jahr rund 40 Menschen in Kärnten. Hauptrisikofaktor ist das Rauchen. Eine Früherkennung der Erkrankung ist enorm wichtig, da zu diesem Zeitpunkt die Heilungschancen bei über 90 % liegen.



Bernhard W. kommt noch jährlich zu Prim. Prof. Dr. Hans Edmund Eckel zur Kontrolle.

... nach diesem Eingriff ist mein Leben neu gestartet.

Bernhard W.

Patient an der HNO im
Klinikum Klagenfurt am Wörthersee

Da einige Zeit nach dem Eingriff die Gefahr besteht, dass der Kehlkopf anschwillt, musste Bernhard W. sechs Wochen lang mit dem Luftröhrenschnitt leben. „Das waren die schwierigsten Tage meines Lebens“, erinnert sich W. „Es war anfangs bedrückend, durch ein Röhrchen im Hals zu atmen. Ich hatte dabei immer das Gefühl, nicht genug Luft zu bekommen, aber das stellte sich als falsch heraus“, beschreibt er seine damalige Situation. Zudem wollte er gar nicht unter Menschen gehen. „Ich habe mich zu Hause verkrochen. Nur durch die große Unterstützung meiner Familie habe ich das alles durchgestanden.“

Regelmäßige Kontrollen

Nach eineinhalb Monaten konnte der Luftröhrenschnitt schließlich wieder geschlossen werden. „Darauf habe ich mich richtig gefreut. Denn nach diesem Eingriff ist mein Leben neu gestartet“, sagt Bernhard W., der sich seither wieder „topfit“ fühlt. „Rückblickend ist alles perfekt gelaufen. Heute sind all die Strapazen vergessen“, sagt W., der aber noch immer zu Nachsorgeuntersuchungen an die Hals-Nasen-Ohren-Abteilung ins Klinikum Klagenfurt am Wörthersee kommt. „Anfangs war es monatlich, dann haben sich die Abstände verlängert, und nun komme ich einmal im Jahr zur Untersuchung.“

„Art und Intervall dieser Kontrollen werden individuell abgestimmt. Wenn fünf Jahre nach Behandlungsbeginn kein neues Tumorwachstum festgestellt wird, gelten die Patienten als geheilt“, so Eckel, der hinzufügt: „Es verbleibt aber bei allen Patienten, die einmal eine Tumorerkrankung des Kehlkopfes hatten, stets ein gewisses Risiko für eine neuerliche Krebsentstehung im Kopf-Hals-Bereich. Insofern sollten Nachuntersuchungen lebenslang erfolgen.“

Risikofaktoren

Die häufigste Ursache für die Entstehung von Tumoren des Kehlkopfes und des Rachens

ist das langjährige Rauchen. Aber auch der übermäßige Konsum von Alkohol oder spezielle Virusinfektionen und ein chronischer Reflux begünstigen diese Krebserkrankung. Eckel: „Es gibt aber auch immer wieder Patienten, bei denen kein ursächlicher Auslöser gefunden wird.“ Betroffen sind meist Menschen zwischen dem 50. und 70. Lebensjahr, wobei 80 % davon Männer sind. „Es dürfte auch hormonelle Einflussfaktoren geben“, so Eckel, der jährlich rund 40 Neuerkrankungen im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee verzeichnet. Eine Früherkennung ist gerade beim Kehlkopfkarcinom enorm wichtig: Entdeckt man den Krebs rechtzeitig, liegen die Heilungschancen bei über 90 %. „Daher kann nur nochmals betont werden, dass Symptome wie Heiserkeit, Schluckbeschwerden und ähnliches nach einer Dauer von drei Wochen unbedingt medizinisch abzuklären sind“, appelliert der Primarius daran, keine Angst vor dem Gang zum HNO-Facharzt zu haben.

www.klinikum-klagenfurt.at



Auf einen Blick

**OSKAR-KLEINSASSER-AWARD
FÜR PRIM. PROF. DR. HANS
EDMUND ECKEL**

Seit mehr als 30 Jahren widmet sich Prim. Prof. Dr. Hans Edmund Eckel, Abteilungsvorstand der Hals-, Nasen- und Ohren-Abteilung am Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, der Kehlkopfheilkunde. „Ich habe mich auf den Bereich der bösartigen Tumoren und deren chirurgische Behandlung spezialisiert und in den letzten Jahren zahlreiche Fachartikel sowie ein Buch publiziert“, berichtet Eckel. Für seine Leistungen wurde Prim. Prof. Dr. Eckel 2021 von der Europäischen Laryngologischen Gesellschaft mit dem Oskar-Kleinsasser-Award ausgezeichnet.

Der Preis ist die höchste europäische Auszeichnung auf dem Gebiet der Kehlkopfheilkunde und wird alle zwei Jahre für hervorragende Leistungen verliehen.

EIN BALLON FÜR DEN BLUTFLUSS

Die Arbeit der Radiologietechnologen in der Angiografie

In der Angiografie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee stehen Radiologietechnologen (RT) interventionellen Radiologen zur Seite. Sie sind für die Steuerung der Angiografieanlage sowie die sterile Assistenz zuständig.

Mit einem freundlichen „Guten Morgen“, begrüßt Radiologietechnologin (RT) Riecke Höller den ersten Patienten des Tages in der Angiografie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee. Herbert S. (72) leidet an einer peripheren arteriellen Verschlusskrankheit – im Volksmund „Schaufensterkrankheit“ genannt. „Wenn ich mit meinen Enkeln in den Park gehen will, schmerzt mein Bein und ich muss ständig stehen bleiben“, schildert er die typischen Symptome. „Das werden wir uns heute genau ansehen. Nur keine Angst, Sie bekommen vom Arzt eine örtliche Betäubung und können alles während der Behandlung auf unserem großen Bildschirm mitverfolgen“, beruhigt die RT den Pensionisten.

Für diesen Eingriff besteht das Team in der Angiografie aus zwei Radiologietechnologen, einem Interventionellen Radiologen und einem Pflegeassistenten. Bei Herbert S. wird eine sogenannte PTA, eine perkutane transluminale Angioplastie, vorgenommen. Dabei handelt es sich um ein minimal-invasives Verfahren zur Wiedereröffnung oder Erweiterung von verengten Blutgefäßen. Diese verengten Blutgefäße führen zu der Durchblutungsstörung und den Schmerzen, die der Patient beschreibt. Bei dem Eingriff führt der Radiologe einen biegsamen Kunststoffkatheter, den Ballonkatheter, über die Leistenschlagader in das arterielle Gefäßsystem ein.

Erfolgreicher Eingriff

Die Radiologietechnologin steuert während des Eingriffs die Angiografieanlage. Routiniert bringt sie den C-Bogen in die richtige Position, um dem Arzt jene Bilder auf den Bildschirm zu liefern, die er benötigt. Herbert S. verfolgt alles interessiert mit. „Hier ist das Gefäß, das nicht gut durchblutet wird. Wenn Sie genau hinsehen, werden Sie in wenigen Minuten erkennen, wie das Blut wieder ungehindert fließen kann“, erklärt Oberarzt Dr. Luca De Paoli, der heute vom Radiologietechnologen Alexander Birbaumer unterstützt wird, der für den sterilen Tisch verantwortlich ist.

Nach etwas mehr als einer Stunde kann der Eingriff erfolgreich abgeschlossen werden. „Ich freue mich schon auf die nächste Parkrunde, vielen Dank“, ruft Herbert S. zum Abschied dem Team zu. „Wir wünschen Ihnen alles Gute. Sie müssen aber bis morgen im Bett bleiben, denn nach der Kompression könnte die Punktionsstelle sonst etwas nachbluten. Ab morgen dürfen Sie wieder ganz normal gehen,“ erklärt Dr. De Paoli. Für die Radiologietechnologen geht die Arbeit indes schon weiter. Die digitale Nachbearbeitung der Bilder sowie die Dokumentation müssen erledigt werden.

www.klinikum-klagenfurt.at



Links: Die Angiografieanlage wird von einem Radiologietechnologen gesteuert. Rechts: Am sterilen Tisch werden indes alle Instrumente vorbereitet.



Prim. Dr. Gerhard Jenic bietet mehrere Operationstechniken an.

„ES IST DIE CHANCE, EIN NEUES LEBEN ZU BEGINNEN“

Adipositas: Individuelle Lösungen für eine hochkomplexe Erkrankung

Das LKH Villach ist seit vielen Jahren zertifiziertes Zentrum für Adipositaschirurgie. Schon mehr als 1.000 Patienten wurden von dem interdisziplinären Team betreut, eine von ihnen ist Maria S.

Adipositas oder Fettleibigkeit ist eine Stoffwechselerkrankung, die durch Überernährung und Bewegungsmangel entsteht. Weltweit sind 2,1 Milliarden Menschen übergewichtig, 671 Millionen leiden an Adipositas – gemessen anhand eines Body-Mass-Index (BMI) von über 30. In Österreich wurde diese Diagnose bei rund 20 % der Bevölkerung gestellt. Die Tendenz ist stark steigend.

Eine Betroffene ist Maria S. Die 51-jährige litt schon in Schultagen unter ihrem Gewicht. „Der Höhepunkt war, als ich 162 Kilo wog – bei einer Körpergröße von 168 Zentimetern“,

blickt sie heute zurück. Die Kilos schränkten S. nicht nur körperlich ein, sie stellten auch eine Gefahr für die Gesundheit dar.

Individuelle Lösungen

„Durch Adipositas werden zahlreiche Begleiterkrankungen ausgelöst“, warnt Prim. Dr. Gerhard Jenic, Abteilungsvorstand der Allgemein- und Gefäßchirurgie am LKH Villach. Dazu zählen unter anderem ein erhöhtes Krebsrisiko, Diabetes mellitus, Krankheiten am Herz-Kreislauf-System, Nieren- und Lebererkrankungen, Erkrankungen des Bewegungsapparates oder auch Einschränkungen

der kognitiven Funktionen. „Vor diesem Hintergrund wollte auch ich etwas machen, das mir nachhaltig hilft. Denn ich hatte schon unzählige Diäten probiert, alle aber nur mit kurzfristigem Erfolg“, erzählt Maria S.

„Wenn alle konservativen Therapieoptionen ausgeschöpft sind, muss dem betroffenen Patienten ein chirurgischer Eingriff zumindest angeboten werden, um vor allem den Begleiterkrankungen zuvorzukommen. Oftmals kann so ein Diabetes sogar geheilt werden, weshalb man auch von metabolischer Chirurgie spricht“, stellt Jenic klar. Er bietet mit seinem Team an seiner Abteilung mehrere Operationsverfahren und -techniken an, um individuell auf die Patienten eingehen zu können. „Wir müssen bedenken, dass die technische Operabilität der Patienten auf Grund der unterschiedlichen Fettverteilung sehr unterschiedlich sein kann“, ergänzen die Oberärzte Dr. Michael Vouk und Dr. Remondus Van de Haar. Auch benötigen manche Betroffene mehr als nur einen chirurgischen Eingriff.

Sleeve-Gastrektomie

So war es auch bei Maria S. Sie hatte 2005 eine erste Operation, bei der eine so genannte Sleeve-Gastrektomie oder anders ausgedrückt eine Schlauchmagenbildung durchgeführt wurde. Der Schlauchmagen wird durch Entfernung von mindestens zwei Drittel des Magens gebildet, wodurch man deutlich weniger Nahrung aufnehmen kann. „Das klappte anfangs gut und ich verlor rund 50 Kilogramm. Aber irgendwann ging nichts mehr weiter und ich blieb konstant bei 113 Kilo. Zudem litt ich unter häufigem Sodbrennen, einer bekannten Nebenwirkung bei einem Schlauchmagen“, so S., die sich schließlich an Prim. Dr. Jenic wandte.

Magenbypass

Nach umfangreichen Beratungen führte der Villacher Primarius 2021 eine Magenbypass-Operation bei der Kärntnerin durch. Dieser Eingriff wurde laparoskopisch, also mittels Knopflochchirurgie durchgeführt. „Insgesamt führen wir im LKH Villach jährlich über 3.000 Eingriffe durch, den Großteil in minimal-invasiver Technik. Gerade bei Adipositas profitieren die Patienten von der Knopflochmethode“, sagen Jenic und Van de Haar. Durch den Einsatz der minimal-invasiven Technik ist die Komplikationsrate gering. Die Ergebnisse sind indessen vielversprechend. „Die OP war ein voller Erfolg und für mich die Chance, ein neues Leben zu beginnen“,



Das interdisziplinäre Team rund um Prim. Dr. Gerhard Jenic garantiert eine optimale Betreuung der Patienten.

ist Maria S. begeistert. Heute, knapp ein Jahr später, wiegt sie nur mehr 69 Kilogramm. „Doch der Weg ist nicht ganz so einfach gewesen, denn man muss auch selbst einiges dafür tun, um abzunehmen“, gesteht sie.

Interdisziplinäres Team

Genau aus diesem Grund wird die Nachbetreuung im LKH Villach großgeschrieben. Jenic: „Dafür gibt es unsere Spezialambulanz, in der die Patienten umfassend beraten werden. Neben den Chirurgen kümmern sich Diätologen, Psychologen, diplomiertes Pflegepersonal sowie Internisten und Anästhesisten ohne Zeitdruck um die Patienten.

„Gerade bei Ernährungsfragen standen mir die Experten im LKH immer zur Seite. Ich konnte sie neben meinen Terminen in der Ambulanz jederzeit telefonisch erreichen“, berichtet S., die betont, dass man „eigentlich auf nichts verzichten muss“. – „Der Genuss steht nun im Vordergrund. Langsames Kauen, gemütliches, bewusstes Essen und sich vor allem von niemandem bedrängen lassen“, betont die Kärntnerin, die auch ihre Liebe zum Sport entdeckt hat.

Sport und Komplimente

„Ich habe mir ein E-Bike zugelegt und bin begeisterte Fahrer. Im Winter gehe ich am liebsten Schifahren oder Langlaufen“, erzählt sie. Aber auch die vielen Komplimente im Bekanntenkreis gaben ihr ein neues Lebensgefühl. Ebenso wie Shoppingtouren. „Ich wollte mir eine Jacke kaufen und stehe so vor den Regalen, als eine Verkäuferin auf mich zukommt und sagt: ‚Entschuldigung, Sie stehen ja bei den Übergrößen, das wird Ihnen alles nicht passen.‘ – Und dann bringt sie mir eine Jacke in Größe 38 – ich habe innerlich laut gebubelt“, erinnert sich S. an die besten Momente der letzten Monate.

Prim. Jenic und sein Team können diese Lebensveränderung beim Essen und bei Aktivitäten sehr gut nachvollziehen: „Wir beobachten nach der Operation bei vielen Patienten ein gesteigertes Interesse an Sport und gesunder Ernährung. Während Süßigkeiten, fette Speisen und auch Alkohol vermieden werden, bevorzugen die Patienten frische Früchte und Gemüse – das trägt natürlich wesentlich zur Gesundheit bei.“ Für Maria S. hat Primarius Jenic besonders lobende Worte: „Sie hat sich exakt an die empfohlenen Maßnahmen gehalten, ihr Verlauf ist mustergültig“, bilanziert er bei der letzten Kontrolle in der Spezialambulanz.

Ausgezeichnetes Zentrum

Maria S. ist übrigens eine von mehr als 1.000 Patienten, die im LKH Villach erfolgreich nach der Diagnosestellung „Adipositas“ behandelt wurde. Für seine hohe Qualität wurde das Spital wiederholt als Adipositaszentrum ausgezeichnet. „Adipositas ist ein sehr komplexes Krankheitsbild, das mehrere Fachdisziplinen wie Chirurgen, Anästhesisten, Ärzte der Inneren Medizin, aber auch Diätologen, Psychologen und das diplomierte Pflegepersonal intensiv fordert. Eine Behandlung und vor allem die chirurgische Intervention ist ausschließlich in anerkannten Zentren durchführbar“, unterstreichen Oberarzt Dr. Christian Sorre und Facharzt Dr. Andreas Neuschitzer die hohe Bedeutung der Zertifizierung. Prim. Dr. Jenic und Dr. Bianca Summerer betonen zudem, wie wichtig die enge und gute Zusammenarbeit der einzelnen Fächer ist: „Nur gemeinsam schaffen wir optimale Ergebnisse für unsere Patienten.“ Auch das Klinikum Klagenfurt am Wörthersee und das LKH Wolfsberg sind zertifizierte Adipositaszentren.

www.lkh-villach.at

KARDIOTECHNIK

Daniel Gollmann hat „seine“
Maschine immer im Blick.

Hightech UND DIE MENSCHEN HINTER DEN MASCHINEN

Über 16.000 Patienten wurden mit Hilfe der Herz-Lungen-Maschine behandelt

Herz-Lungen-Maschinen kommen im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee bei
rund 450 Operationen im Jahr zum Einsatz, insgesamt schon mehr als 16.000 Mal.
Wichtigster Part für den Betrieb der Maschinen: der Kardiotechniker.

Bei sämtlichen großen Herzoperationen wie Bypass-Operationen oder Eingriffen an den Herzklappen kommt die Herz-Lungen-Maschine zum Einsatz. „Die Maschine übernimmt dabei die Funktionen des Herzens und der Lunge und stellt sicher, dass der gesamte Blutkreislauf des Körpers weiterhin funktioniert,“ erklärt Prim. Dr. Wolfgang Wandschneider, Abteilungsvorstand der Herz-, Thorax- und Gefäßchirurgie (HTGC) im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee. Erst durch den Einsatz von Hightech ist eine Herzoperation möglich, bei der das Herz ruhiggestellt werden muss. Bedient wird diese hochkomplexe Maschine von einem eigens ausgebildeten Kardiotechniker, der ein wichtiges Mitglied des Operationsteams ist. Durch wesentliche technische Weiterentwicklungen der Herz-Lungen-Maschine können heute auch komplexe und langwierige Operationen mit großer Sicherheit durchgeführt werden. „Ohne einen Kardiotechniker kann der beste Chirurg nicht zur Tat schreiten“, betont Wandschneider die große Verantwortung und zentrale Rolle seiner Mitarbeiter im OP.

Daher steht einer der vier Kardiotechniker auch rund um die Uhr für einen Einsatz zur Verfügung. „Wir sind im Notfall einsatzbereit und gewährleisten, dass die Maschinen immer perfekt funktionieren. Tatsächlich gab es in über 16.000 Einsätzen noch keinen einzigen Ausfall“, berichtet Daniel Gollmann, leitender Kardiotechniker im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee.

Vertrauen in die Technik

Von den Patienten werden Gollmann und seine Kollegen allerdings so gut wie nie wahrgenommen. „Mir war gar nicht bewusst, wie wichtig diese Berufsgruppe ist“, wird sich auch Günter R. erst Tage nach seiner Operation klar, was ein Ausfall des Kardiotechnikers bedeuten würde. Der 54-Jährige musste sich Ende Januar 2022 auf Grund einer koronaren Herzerkrankung einer dreifachen Bypass-Operation unterziehen. „Ich war natürlich in einem absoluten Ausnahmezustand. Wenn dir der Arzt sagt, dass das Herz bei dem Eingriff stillstehen muss, das verunsichert sehr“, sagt der Villacher nachdenklich. „Die gute Aufklärung durch das Team der Herz-Thorax-Gefäßchirurgie habe R. aber beruhigt. „Ich komme ja beruflich aus dem technischen Sektor, und durch die Betreuung im Klinikum ging ich dann beruhigter in die OP. Bei all der Technik sind

es ja vor allem die Menschen, die dahinterstehen, die den Erfolg einer Behandlung wirklich möglich machen“, ist R. überzeugt.

Steuerung der Temperatur

Doch nicht nur bei komplexen Operationen, auch in anderen Situationen kommen die Herz-Lungen-Maschinen im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee zum Einsatz. So kann etwa mit ihrer Hilfe das Blut „gespeichert“ werden. „Das bedeutet, dass der Patient bei bestimmten Eingriffen meist keine Blutkonserven benötigt, sondern das eigene Blut wieder zugeführt wird“, erklären Wandschneider

und Gollmann. Und auch die Bluttemperatur – und damit die Temperatur des Patienten – wird über das Gerät gesteuert. Anwendung findet dies beispielsweise bei stark unterkühlten Lawinenofern oder bei Menschen, die im Sommer beim Schwimmen verunfallen.

Einsatz in der Pandemie

Auch in der aktuellen Pandemie leisten die Maschinen der Abteilung einen wichtigen Beitrag. Gollmann: „Dabei handelt es sich um Geräte auf den Intensivstationen, die technisch gesehen den Herz-Lungen-Maschinen gleichen. Nämlich die so genannte extrakorporale Membranoxygenierung, kurz ECMO. Sie unterstützt Patienten, die durch die COVID-19-Erkrankung an Lungenversagen leiden. Seit Beginn der Pandemie müssen laufend Patienten im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee auf Grund ihrer schweren COVID-19-Erkrankung mit einer der fünf ECMO behandelt werden. „Bisher kam es auch schon zwei Mal vor, dass die Lunge so schwere Schäden durch COVID-19 erlitten hat, dass wir den Patienten nach Wien zur Transplantation bringen mussten“, berichtet Gollmann, der bei den bodengebundenen Überstellungen mit dem Intensivtransportwagen natürlich auch immer an Bord ist.

www.klinikum-klagenfurt.at

Ohne einen
Kardiotechniker
kann der beste
Chirurg nicht zur
Tat schreiten.

Prim. Dr. Wolfgang Wandschneider
Abteilungsvorstand der HTGC im
Klinikum Klagenfurt am Wörthersee.



Kardiotechniker und Mediziner arbeiten Hand in Hand. Nur so können komplexe Operationen durchgeführt werden.



20-jähriges Jubiläum LYMPHKLINIK WOLFSBERG FEIERT

Aus einem Pilotprojekt wurde eine einzigartige Einrichtung

Die Lymphklinik Wolfsberg ist Österreichs einzige Einrichtung, die sowohl Akutversorgung als auch Rehabilitation für Lymphödem-Patienten anbietet. Sie wurde vor 20 Jahren, im April 2002, eröffnet.

Unter dem Namen „Zentrum für Lymphologie“ wurde die heutige Lymphklinik Wolfsberg am 22. April 2002 feierlich eröffnet. „Sie war ursprünglich als Pilotprojekt für zwei Jahre angedacht“, erinnert sich Prim. Dr. Christian Ure, Leiter der Lymphklinik Wolfsberg. Damals wurden auf Initiative seines Vorgängers, Prim. Dr. Walter Döller, zehn Akut- und zehn Reha-Betten in der ehemaligen Chirurgie im 5. Stock des LKH Wolfsberg eingerichtet.

Breites Leistungsspektrum

Bei den ersten Patienten handelte es sich in erster Linie um onkologische, die nach ei-

nem chirurgischen Eingriff ein sekundäres Lymphödem entwickelt hatten und bisher keine adäquaten Therapiemöglichkeiten erhielten. Aber auch Betroffene mit angeborenem Lymphödem sowie Menschen, die an Lymphödemen anderer Ursache litten, fanden bald ihren Weg ins Lavanttal. Zudem fiel die Versorgung und Behandlung chronischer Wunden in das Leistungsspektrum der jungen Abteilung am LKH Wolfsberg. Die notwendige interdisziplinäre Versorgung bei Diagnose, Therapie und Rehabilitation war von Beginn an durch ein hochqualifiziertes Expertenteam garantiert. „Mit dem breiter werdenden Therapieangebot

stieg über die Jahre auch die Anzahl der benötigten Betten. Bis heute kamen 50 Reha-Betten dazu“, zählt Ure.

Doch nicht nur die Quantität, auch die hohe Qualität der Versorgung und Therapie in Wolfsberg überzeugten. Ure: „Im September 2003 wurde das Zentrum für Lymphologie als erste Reha-Klinik in Österreich nach ISO zertifiziert.“ Vor diesem Hintergrund wurde das Pilotprojekt 2004 in den Regelbetrieb übergeführt.

Landesbaupreis für Neubau

Nach nur 14 Monaten Bauzeit wurde schließlich 2010 der Neubau der Lymphologie eröffnet. Das Gebäude besteht aus zwei Baukörpern mit je drei Geschossen und bietet neben dem geräumigen Funktions- und Bettentrakt auch moderne Therapie- und Aufenthaltsräume sowie einen Turnsaal und eine Cafeteria. 2011 wurde das von den Wiener Architekten Loudon und Habeler geplante Gebäude mit dem Kärntner Landesbaupreis ausgezeichnet. „Tatsächlich erinnert die Klinik eher an ein Hotel als an ein Krankenhaus“, unterstreicht Ure das ansprechende Ambiente, das sich positiv auf den Genesungsverlauf auswirkt.

Moderner Anstrich

Im Zuge der Pensionierung von Prim. Dr. Walter Döllner erfolgte 2014 die Umbenennung des „Zentrums für Lymphologie“ in „Lymphklinik Wolfsberg“. „Uns war es ein Anliegen, den Auftritt moderner zu gestalten“, sagt Döllner



Kompressionsbandagierung ist eine der Säulen der Therapie bei Lymphpatienten.

Nachfolger Prim. Dr. Christian Ure, der 2015 offiziell das Primariat übernommen hat. Ure führte auch den jährlichen Lymphkliniktag ein. An diesem zweitägigen Kongress treffen sich internationale Experten und diskutieren aktuelle wissenschaftliche Themen rund um das Lymphödem. „Heuer findet unsere Jubiläumstagung sogar am 22. April statt – genau 20 Jahre nach der offiziellen Eröffnung des Zentrums für Lymphologie“, freut sich Ure. Passend dazu auch das Thema des Jubiläumskongresses „Lymphologie gestern – heute – morgen: von den Anfängen über aktuelle Standards in Diagnostik und Therapie zu künftigen Entwicklungen und Technologien“.

Super-Mikrochirurgie

Was sind aber nun die nächsten Entwicklungsschritte in der Lymphologie? „Hier ist auf jeden Fall die enge Kooperation mit dem Klinikum Klagenfurt am Wörthersee zu nennen“, so Ure. Und weiter: „Manche Lymphödeme sind operabel. Für diese Eingriffe arbeiten wir schon jetzt mit der Abteilung für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie im Klinikum Klagenfurt am Wörthersee zusammen.“ Eine der Techniken dabei ist es, blockierte Lymphgefäße an Venen anzuschließen. Über diese Umleitung kann angestaute Lymphe abfließen. Ure: „Man spricht hier von der Super-Mikrochirurgie, denn die Nadeln sind ein Fünfzehntel Milli-

meter dünn und die Fäden, die verwendet werden, sind nur so dick wie ein Zehntel eines menschlichen Haares.“

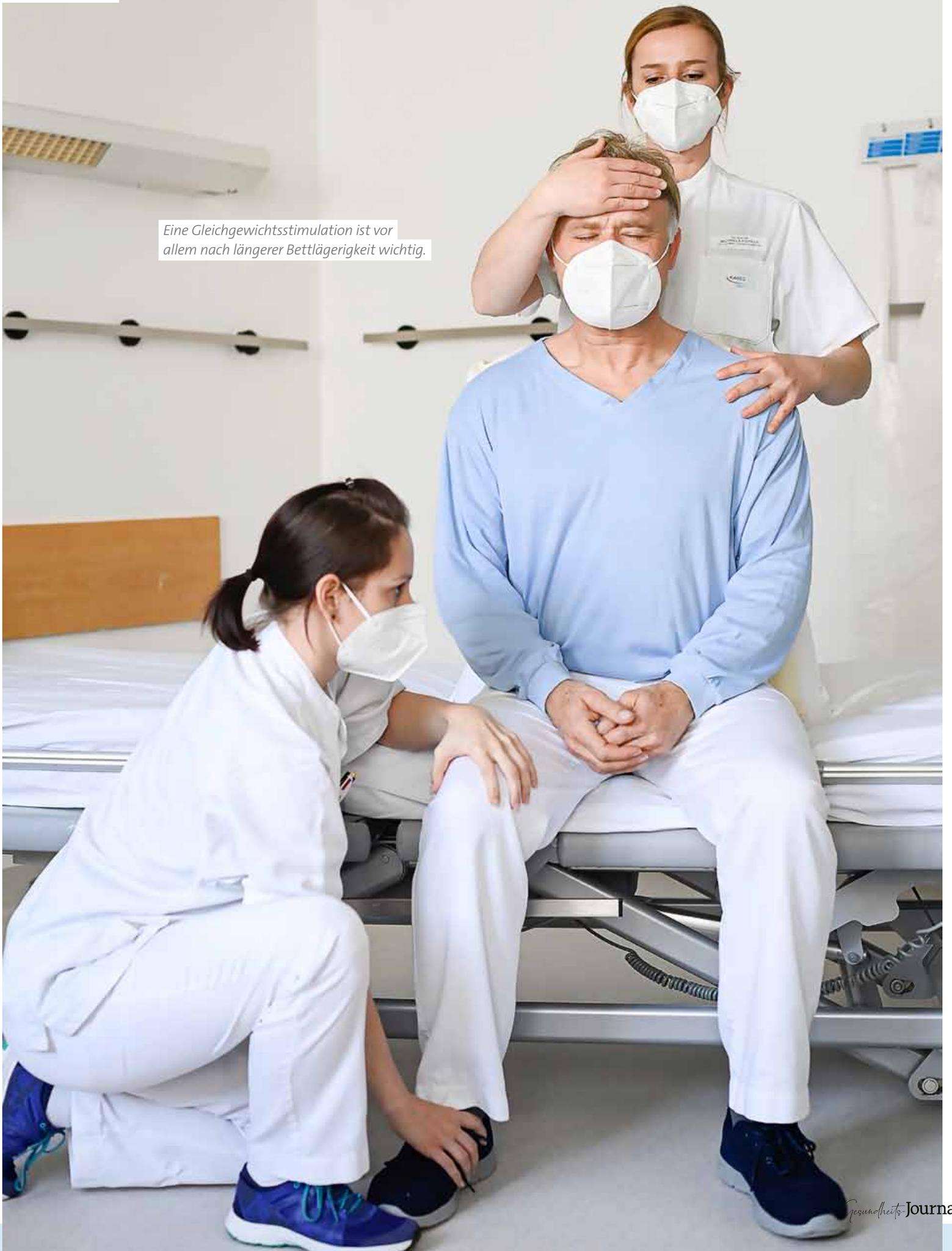
Außerdem wird in Zusammenarbeit mit der Abteilung für Chirurgie im LKH Wolfsberg und den Plastischen Chirurgen aus Klagenfurt die Möglichkeit geschaffen, Operationen, etwa bei einem Lipödem, direkt in Wolfsberg durchzuführen.

Lymphpfade

Eine weitere Erfolgsgeschichte der jüngsten Vergangenheit ist die Etablierung von Wanderwegen, den so genannten Lymphpfaden, im Herbst 2019. „Bewegung ist für Patienten mit einem Lymphödem enorm wichtig. Sie zählt neben Hautpflege, Lymphdrainage, Kompressionsbandagieren und der Schulung für das Selbstmanagement zu den fünf Säulen der Therapie. Tatsächlich wird erst durch die Bewegung die Entstauung richtig entfaltet“, erklärt Primarius Ure. Die Lymphpfade haben unterschiedliche Belastungsstufen von leicht bis anspruchsvoll. Entstanden ist übrigens nicht nur eine Wegbeschreibung mit fünf unterschiedlichen Routen, sondern auch eine für Patienten kostenlose App mit GPS-Tracking. Dies ist eine enorme Motivation für die meist ortsunkundigen Patienten, die herrliche Naturumgebung der Lymphklinik sicher erkunden zu können.

www.lkh-wolfsberg.at

Eine Gleichgewichtsstimulation ist vor allem nach längerer Bettlägerigkeit wichtig.



KLEINE BEWEGUNG – GROSSE WIRKUNG

Wie Kinästhetik Mitarbeitern, Patienten und Angehörigen hilft

Im LKH Laas und der Gailtal-Klinik wird seit 2006 nach dem Konzept der Kinästhetik gearbeitet. Nun erfolgte das dritte Mal die Auszeichnung durch die European Kinaesthetics Association – als erste Spitäler in Österreich.

Ihre Häuser sind Leuchttürme in Österreich. Bisher hat das noch keine Reha-Klinik und kein anderes Krankenhaus geschafft“, unterstreichen die Assessoren die hohe Lernbereitschaft und das sichtbare „Feuer für die Pflege“, als sie Ende März den Vertretern der Gailtal-Klinik und dem LKH Laas die Urkunden zur Rezertifizierung überreichten.

Hinschauen und analysieren

Was genau hinter dem Begriff „Kinästhetik“ steckt und wie eigentlich jeder – vom Patienten über die Mitarbeiter bis zu den Angehörigen – davon profitiert, erklärt Kinästhetik-Trainerin DGKP Marion Wastian aus der Gailtal-Klinik: „Grundsätzlich kann man sagen, dass sich Kinästhetik mit der Stärkung der Bewegungskompetenz beschäftigt, man tut also seinem eigenen Körper etwas Gutes. Bereitet mir eine Bewegung Schmerzen, schaue ich bewusst hin, analysiere sie genau und kann mit kleinen Veränderungen Großes bewirken“, sagt Wastian. Sie ist in der Praxis beinahe täglich mit Patienten konfrontiert, die ohne Hilfe nicht einmal aus dem Bett aufstehen können. Katharina S. ist eine davon. Die 29-Jährige kam im November 2021 in die Gailtal-Klinik. Sie litt an einer Bewegungsstörung, die ihr starke Schmerzen in Armen und Beinen verursachte.

Die kleinen Schritte

„Am Anfang konnte ich gar nicht aufstehen“, erinnert sie sich. Gemeinsam mit DGKP Wastian schaffte es S. schließlich, sich im Bett aufzusetzen. „Dabei geht es immer um eine Gewichtsverlagerung“, so Wastian. In kleinen Schritten hilft sie Katharina S. Zuerst mit

einer Unterstützung bei den Beinen, um die Richtung des Aufstehens vorzugeben. Dann wird der Oberkörper langsam aufgerichtet. Wastian: „Während gesunde Menschen dies mit Schwung machen und gar nicht über die Bewegungsabläufe nachdenken, geschieht dies für unsere Patienten auf eine ganz be-



Mit einer Fußstabilisationsschiene wird dem Patienten geholfen, sein Gewicht auf der gesamten Fußfläche zu verteilen.



1



2



3



4



5

Bild 1: Ich helfe dir, dass du selbst aktiv wirst

Bild 2: Unterstützung an den Beinen, um die Richtung vorzugeben

Bild 3: Körperorientiertes Aufsitzen

Bild 4: Aufrichten des Oberkörpers in kleinen Schritten

Bild 5: Am Bettrand sitzen; beide Füße haben Bodenkontakt

wusste Weise, bei denen die Muskeln eine Rolle spielen. Denn sie sind dafür da, um die Knochen zu bewegen. Die Knochen tragen das Gewicht, nie die Muskeln.“ Besonders wichtig ist es, sich Zeit zu nehmen und auf den Patienten individuell einzugehen. „Ich stelle mich immer auf den jeweiligen Menschen ein, denn der Patient braucht diese Zeit, um sich selbst wieder in seinem Körper zu organisieren“, sagt die Kinästhetik-Traineeerin, die regelmäßig Kollegen ausbildet.

„Bevor ich mit Kinästhetik begonnen habe, war für mich die Arbeit mit den Patienten häufig kraftraubend. Ich habe mich oft selbst verspannt, viel zu viel Kraft angewandt und auch die Menschen, mit denen ich gearbeitet habe, haben sich versteift und reagierten mit Abwehr.“ Dieses Verhalten sieht sie heute noch hin und wieder bei Patienten, die neu in die Gailtal-Klinik eingeliefert werden. Mit speziellen Pflegekonzepten kann sie diese Menschen aktivieren und dazu bringen, ihre Furcht vor der Bewegung abzulegen. „Am besten beginnt man damit, dass der Patient in Rückenlage ist, man die Beine aufstellt und die Fußsohlen auf der Matratze aufliegen“, erklärt Wastian. Und weiter: „Der große Vorteil der Kinästhetik ist es, dass es keine vorgegebene Technik gibt. Der Mensch und seine Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt. Man tritt in Interaktion und kommt ganz langsam durch die Gewichtsverlagerungen gemeinsam in Bewegung.“

Gewichtsverlagerungen

In enger Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten gelangen so große Fortschritte in relativ kurzer Zeit. „Verlagern Sie ihr Gewicht auf die linke Seite“, fordert Wastian Katharina S. auf, die in ihrem Rollstuhl ein Stück weiter nach vorne rutschen möchte. „Jetzt spüren Sie auf der linken Seite Ihr Gewicht. Rutschen Sie jetzt mit der rechten Seite, die sich ganz leicht anfühlt, ein wenig nach vorne. – Und jetzt das Gewicht nach rechts verlagern und mit der linken Seite nachrücken.“

Schnell findet sich S. in der gewünschten Position wieder.

„Mir geht es schon sehr viel besser, und mit der Bewegung klappt es ebenfalls wieder ganz gut“, sagt die 29-jährige, die sich nach kurzem Aufenthalt in der Neuro-Reha in Hermagor schon selbstständig am Waschbecken waschen konnte. Einen weiteren Meilenstein erreichte sie schließlich Ende Januar 2022: Katharina S. ist soweit mobil, dass sie in eine der Probewohnungen in der Gailtal-Klinik übersiedeln konnte. Mit Unterstützung von Therapeuten bereitet sie sich nun auf ein selbstständiges Leben zu Hause vor.

Taschentücher beim Autofahren

Doch nicht nur für die Patienten, auch für die Mitarbeiter selbst ist der Einsatz der Kinästhetik ein großer Vorteil. „Ich bin achtsamer zu mir selbst. Denn wenn sich etwa bei mir eine Verspannung zeigen sollte, kann ich meine Bewegungsabläufe analysieren und Kleinigkeiten anders machen“, erzählt Wastian. Und das nicht nur in der Arbeit. „Das kann jeder für sich machen“, verrät sie und gibt ein Beispiel: „Wenn jemand beim Autofahren immer wieder an Müdigkeit leidet, kann er versuchen, ein Päckchen Taschentücher unter eine seiner Gesäßhälften zu schieben. Solche kleinen Veränderungen können sehr große Wirkungen haben“, sagt sie und lächelt.

In ihren Workshops, die sie regelmäßig für Pflegekräfte durchführt, gibt sie ihre langjährige Erfahrung weiter und kann auf durchwegs positive Rückmeldungen verweisen. „Eine Kollegin hat berichtet, dass sich ihr Schulter-Arm-Bereich bei Skitouren immer verkrampft. Nach einer Bewegungsanalyse verwendet sie nun eine andere Stocklänge und hat keine Probleme mehr“, erzählt Wastian und sagt abschließend: „Ja, erst wenn man soetwas bei sich selbst spürt, wird man für die Bewegung sensibilisiert und achtet so auch beim Patienten darauf.“

www.gailtal-klinik.at
www.lkh-laas.at



DER NEUROREHABILITATION VERSCHRIEBEN

Die Gaital-Klinik hat eine neue Medizinische Direktorin

Prim. Dr. Christina Hohenwarter übernahm mit 1. Januar 2022 die Position der Medizinischen Direktorin in der Gaital-Klinik. Die 45-Jährige folgt Prim. Dr. Manfred Freimüller, der die Pension antrat.

Prim. Dr. Christina Hohenwarter absolvierte bereits ihren Turnus in den Kärntner Landeskliniken. Im damaligen LKH Klagenfurt stieg sie nach abgeschlossenem Studium an der Universität Wien in die medizinische Praxis ein. 2005 wechselte sie in die Gaital-Klinik, wo die gebürtige Gaitalerin ihre Facharztausbildung für Neurologie absolvierte. Zwischen 2007 und 2011 bildete sich Hohenwarter in Salzburg an der Christian-Doppler-Klinik weiter. In den nächsten Jahren ergänzte sie ihre Qualifikationen mit weiteren Zusatzdiplomen, Managementausbildungen und Erfahrungen im Risiko-, Beschwerde- und Qualitätsmanagement. „Mir ist es wichtig, jeden Tag dazuzulernen und dabei Menschen ein Stück auf ihrem Weg zu begleiten. Dabei sehe ich viele kleine und große Fortschritte“, sagt Hohenwarter, die sich in der Neurorehabilitation verwirklichen kann.

Direkten Kontakt suchen

„Mein Team aus Ärzten, Pflegeern und Therapeuten und ich sind täglich mit Menschen konfrontiert, die durch eine schwere Erkrankung ihre Selbständigkeit verloren haben. Auch als Medizinische Direktorin will ich den direkten Kontakt zu unseren Patienten nicht

verlieren“, erzählt Hohenwarter. Sie will in Zukunft weiterhin Menschen nach traumatischen Hirnverletzungen, Schlaganfällen, Multipler Sklerose oder auch Morbus Parkinson zu neuer Lebensqualität und größtmöglicher Selbstständigkeit verhelfen. „Mein Ziel ist es, gemeinsam mit den hochspezialisierten Mitarbeitern hier in der Gaital-Klinik daran zu arbeiten, dass unsere Patienten wieder weitgehend selbstständig und arbeitsfähig werden“, sagt die neue Medizinische Direktorin. Dazu ist es unter anderem wichtig, individuell auf die Bedürfnisse und Persönlichkeiten der Menschen einzugehen. „Gemeinsam mit unseren Patienten vereinbaren wir dann Ziele und Perspektiven“, so Hohenwarter.

Große Erfolge

Besonders freut es sie, wenn Patienten es schaffen, ihren Alltag wieder mit weniger fremder Hilfe zu gestalten und trotz der veränderten Situation wieder Lebensfreude verspüren. „Solche Ergebnisse sind für mich immer wieder beeindruckend“, sagt Hohenwarter und betont, dass in über 95 % der Fälle die Rehabilitation ein Erfolg ist. „Das belegen messbare Ergebnisse und viele positive Rückmeldungen.“

Einsatz von Technik

Auch die Weiterentwicklung der Gaital-Klinik ist ihr ein zentrales Anliegen. „Unser Haus ist weit über die Landesgrenzen hinaus für seinen ausgezeichneten Ruf bekannt. Mein Vorgänger, Prim. Dr. Manfred Freimüller, hat die Gaital-Klinik zum Kompetenzzentrum für Neurorehabilitation aufgebaut. Unser Leistungsspektrum deckt beinahe alle neurologischen Erkrankungsbilder ab.“ Hohenwarter will daher „den Standort weiterhin absichern und alles daransetzen, um den hohen Qualitätsstandard zu halten bzw. weiter auszubauen. Ein Punkt davon ist die Auseinandersetzung mit der neuesten Technik. „Dazu gehören zum Beispiel auch Technologien wie Robotik in der Reha-Medizin oder Tele-Reha. Hier müssen wir evaluieren, wie sinnvoll ein solcher Einsatz ist. Ich werde mich damit kritisch auseinandersetzen“, sagt Hohenwarter, für die die Verbindung von Menschlichkeit und Technik eine zentrale Säule ist. Sie spiegelt sich auch in der Vision der Gaital-Klinik wider: „Unser Team begleitet mit viel Freude Patienten nach neuesten Standards in einem modern ausgebauten und technisch hervorragend ausgestatteten Haus.“

www.gaital-klinik.at

Gabriele P. mit ihrem OP-Team und der
Medizinischen Direktorin Sonja-Maria Tesar.

SIEBEN OPERATIONEN AUF EINEN STREICH

Eine besondere Leistung von Gynäkologen und Chirurgen in Wolfsberg

In einer fünfstündigen Operation behoben Ärzte der Abteilungen für Chirurgie und Gynäkologie am LKH Wolfsberg einen Gebärmutter-scheidenprolaps, einen Mastdarmprolaps sowie einen Leistenbruch und eine Ovarialzyste.

In der Form haben wir so eine Operation noch nie durchgeführt“, erzählen Prim. Dr. Maurus Demmel, Abteilungsvorstand der Gynäkologie und Geburtshilfe, Prim. Dr. Thomas Roskarić, Leiter der Abteilung für Allgemein- und Viszeralchirurgie sowie sein Oberarzt Dr. Wolfgang Werkl. „Freilich kommen sowohl Scheiden-, als auch Gebärmutter- und Mastdarmprolapse in der Bevölkerung häufig vor. Auch Leistenbrüche und Zysten. Aber das alles in einer OP zu beheben, war etwas ganz Besonderes“, betonen die Wolfsberger Mediziner.

Leidensdruck

Doch der Reihe nach. „Ich litt schon seit mehreren Jahren an einer Gebärmutter-senkung. Ich hatte zwei Geburten und habe mich in meinem Leben nie geschont, ja, oftmals schwer gehoben“, berichtet Patientin Gabriele P., die eine OP lange hinauszögerte. Die Folge: Bindegewebe und Muskeln, die die inneren Organe im Becken fest miteinander verbinden und am Platz halten, wurden geschwächt. Die Gebärmutter senkte sich immer weiter nach unten, schlussendlich

rutschte sie teilweise durch die Scheide nach außen. „Kurz vor der OP bin ich gar nicht mehr spazieren gegangen, nach wenigen Schritten habe ich schon gemerkt, wie meine Organe nach draußen kommen“, schildert die 58-jährige Steirerin.

„Im LKH Wolfsberg wurde schließlich nicht nur ein Vorfall der Scheide und der Gebärmutter festgestellt“, berichtet Prim. Dr. Demmel. Des Weiteren wurde durch die Chirurgen ein Mastdarmprolaps verifiziert. Als Nebendiagnose noch ein Leistenbruch, zudem litt die Patientin unter einer schmerzhaften Ovarialzyste.

Die minimal-invasive Operation

In einer fünfstündigen Operation wurden zuerst die Eierstockzyste (Nr. 1) und der Körperteil der Gebärmutter (Nr. 2) durch die Gynäkologen entfernt, danach wurde die Operation durch die Chirurgen fortgesetzt und mittels Netzeinlage der Vorfall des Mastdarms (Nr. 3) behoben. Ebenso wurde gleichzeitig der Muttermund mittels Netz am Kreuzbein fixiert (Nr. 4). Die weiteren Operationsschritte erfolgten über die Scheide,

hierbei wurden sowohl die vordere als auch die hintere Scheidenwand plastisch korrigiert (Nr. 5 und 6) und der Damm wiederaufgebaut. Zum Schluss der Operation wurde vom Chirurgen der vorhandene Leistenbruch (Nr. 7) behoben.

„Zum Großteil erfolgten die Eingriffe bei der Operation minimal-invasiv über den Bauchnabel“, teilt Oberarzt Dr. Werkl mit und betont die ausgezeichnete Zusammenarbeit der Gynäkologischen, Anästhesiologischen und Allgemeinchirurgischen Abteilung, wodurch eine solche Operation in einem kleinen Krankenhaus überhaupt erst möglich ist.

Lebensfreude kam zurück

„Jetzt, einige Wochen nach dem Eingriff, geht es mir sehr gut. Ich habe keine Probleme mehr und bin meinem OP-Team unglaublich dankbar. Ich würde jederzeit wieder ins LKH kommen, man hat sich so fürsorglich um mich gekümmert“, spricht Gabriele P. ihren Ärzten Dank aus. Sie hat ihre Lebensfreude wieder. „Ich gehe wieder regelmäßig walken. Darauf musste ich so lange verzichten.“

www.lkh-wolfsberg.at

KREUZWORTRÄTSEL

Finden Sie das Lösungswort – Tipp: Es steht mit Gesundheit in Verbindung!

Garten-, Wappenblume	amerik. Showstar (Frank) † 1998	keimtötendes Mittel	Gewichtsmessgerät	argentinischer Tanz im 2/4-Takt	das Universum; die Erde	Figur aus der „Sesamstraße“	schnackhaftes Wasser-tier	Mensch zwischen 20 u. 29 Jahren	Mitgliedsaufnahme	Stamm-mutter, Vor-fahrin
Camping-zubehör					Abk.: Body-Mass-Index			Stau-werk tierisches Fett		
Hautfalte am Auge		nördlichster Staat der USA	Heil-pflanze				Fels-stück			spani-sche Anrede: Frau
ugs.: zeit-gemäß		Spion			konzentriertes Pflege-produkt	südfranz. Seebad				
				Speise-würze	Eisen-legierung vulkan. Magma			ugs.: Greisin	Paradies-garten	
engl. Jagd-hund	Heilver-fahren	Pas-sions-spielort in Tirol	kochsalz-haltige Quelle			Kose-name der Groß-mutter	sieden, kochen Dauerbe-zug (Kf.)			
Salat-kraut					Kurort in Grau-bünden (Schweiz)			Strand bei Ven-edig		
			Neues, Erst-maliges (latein.)				Brot-auf-strich			
ein Frisch-käse	schnelle Gangart				spani-sch: Freund			europ. Vulkan (Landes-sprache)		

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

SUDOKU

Füllen Sie die leeren Felder mit Zahlen. In jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der quadratischen 9er-Blocks aus 3x3-Kästchen müssen alle Zahlen von 1 bis 9 stehen – keine Zahl darf doppelt vorkommen!

leicht

8						9	5	4
			4		3			
6				8	2		7	
5	2	8					1	
9		4		5		7		2
	1					6	9	5
	8		9	6				7
			8		7			
7	9	3						6

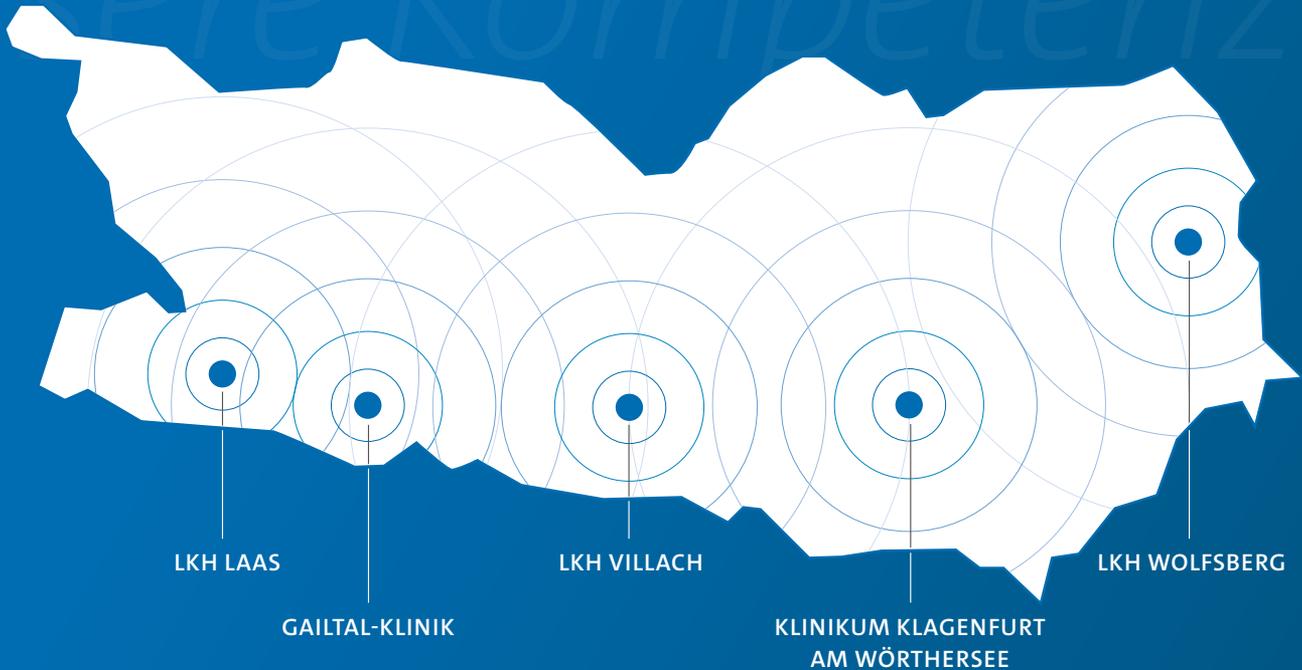
schwer

5	7					9	1	
6			9		4			
1	4					2		
7			2			4		
			7	6	8			
		2			9			5
	7						9	6
			6		3			1
9	6						4	3

Auflösung auf Seite 5

IHRE GESUNDHEIT,
UNSERE KOMPETENZ.

www.kabeg.at



KLINIKUM KLAGENFURT AM WÖRTHERSEE
Feschnigstraße 11
A-9020 Klagenfurt am Wörthersee
Telefon: +43 463 538
E-Mail: klinum.klagenfurt@kabeg.at
www.klinikum-klagenfurt.at



LANDESKRANKENHAUS VILLACH
Nikolaigasse 43
A-9500 Villach
Telefon: +43 4242 208
E-Mail: ikh.villach@kabeg.at
www.ikh-villach.at

LANDESKRANKENHAUS WOLFSBERG
Paul-Hackhofer-Straße 9
A-9400 Wolfsberg
Telefon: +43 4352 533
E-Mail: office@ikh-wo.at
www.ikh-wolfsberg.at



LANDESKRANKENHAUS LAAS
Laas 39
A-9640 Kötschach
Telefon: +43 4715 77 01
E-Mail: office@ikh-laas.at
www.ikh-laas.at

GAILTAL-KLINIK
Radnigerstraße 12
A-9620 Hermagor
Telefon: +43 4282 22 20
E-Mail: office@gailtal-klinik.at
www.gailtal-klinik.at



KABEG MANAGEMENT
Kraßniggstraße 15
A-9020 Klagenfurt am Wörthersee
Telefon: +43 463 552 12
E-Mail: office@kabeg.at
www.kabeg.at

Österreichische Post AG, MZ 02Z030799 M,
Klinikum Klagenfurt am Wörthersee, Feschnigstraße 11, 9020 Klagenfurt



*QR-Code scannen und das
Gesundheits-Journal auf Tablet
oder Smartphone lesen.*

Alternativ gelangen Sie über folgenden Link
zur aktuellen Ausgabe:
www.kabeg.at/presse/publikationen-downloads