



Exklusiv
Kochen wie
Sternekoch
Thomas Bühner

Seite 4



Titelthema

Doppeltes Glück

Bianca Wellenbrock wünschte sich nichts mehr, als Mutter zu werden. Doch bis sie ihre Zwillinge im Arm halten konnte, musste sie viele Schwierigkeiten meistern. **Seite 3**

Neue Abteilung

Ab Januar 2016 gibt es im Klinikum Osnabrück eine neue Abteilung, die sogenannte Chest Pain Unit (CPU). Generelles Ziel einer CPU ist es, einen akuten oder neu aufgetretenen unklaren Brustschmerz rasch und zielgerichtet abzuklären und umgehend therapeutische Maßnahmen einzuleiten. Patienten mit einem solch unklaren Brustschmerz werden damit ab Januar 2016 im Notaufnahmезentrum in der speziell neu organisierten CPU noch schneller und umfassender versorgt. Hier werden nach exakt festgelegten Kriterien der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK) Diagnose- und Therapieverfahren eingeleitet, um die kardiologische Versorgungsqualität zu optimieren.

Aktionstag im Februar

In Deutschland sind etwa 2,5 Millionen Menschen von chronischen Wunden betroffen. Für die Patienten stellen diese Wunden durch häufige Arztbesuche, Begleiterscheinungen wie Bewegungseinschränkungen oder unangenehme Gerüche meist nicht nur ein medizinisches Problem, sondern auch eine große psychische Belastung dar. In einer Informationsveranstaltung wird das Klinikum Aufklärung und Wissen zu den Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von chronischen Wunden vermitteln. Der nächste Aktionstag zum Thema „Wunde“ ist am 3. Februar 2016 geplant.

Immer erreichbar

Die Klinik am Kasinopark in Georgsmarienhütte hält umfangreiche Einrichtungen und ein gut geschultes Team für die Diagnose und Behandlung von zahlreichen Erkrankungen (Innere Medizin, Geriatrie, multimodale Schmerztherapie und Suchtmedizin) vor. Außerdem ist das Haus am Kasinopark mit hervorragend ausgestatteten Abteilungen für Physiotherapie und Ergotherapie eingerichtet, die unter anderem Krankengymnastik und begleitende Therapien gewährleisten. Zudem ist eine internistische 24-Stunden-Notfallaufnahme etabliert.

Unterstützung

Laufend Gutes tun

Kinder brauchen Bewegung, um sich gesund zu entwickeln. Doch in der heutigen Zeit des Bewegungsmangels ist das leider keine Selbstverständlichkeit mehr. Schon 2008 zeigte eine medizinische Studie aus Augsburg, dass etwa 80 Prozent aller Drei- bis Fünfjährigen nicht mehr rückwärts laufen können, ohne dabei zu stolpern. Tendenz steigend. Zum Vergleich: Zwanzig Jahre zuvor waren es nur 30 Prozent der Kinder, die Probleme mit dem Rückwärtslaufen hatten. Kurzum: Die Beweglichkeit des Nachwuchses lässt zu wünschen übrig. Die fehlende Motorik kann im Alter zu ernstere Problemen führen. Zeit, daran etwas zu ändern.

Bereits vor fünf Jahren wurde das Projekt Kinder-Bewegungstadt Osnabrück gegründet. Seitdem ist schon eine ganze Menge passiert. Verschiedene Bewegungsprogramme werden begeistert wahrgenommen. Damit sie dauerhaft angeboten werden können, braucht es Spenden. Um möglichst viele zu sammeln, haben sich die Olympia-Mediziner des Klinikums etwas Besonderes einfallen lassen.

Seite 2

Tipps & Service

Gesund durch den Winter

Der Winter hat gerade erst begonnen. Richtig kalte Temperaturen drohen erst noch in den nächsten Monaten. Für unseren Körper bedeutet das Schwerstarbeit. Ob bei der Arbeit, im Bus oder beim Shoppen in der Stadt, überall begegnen wir erkälteten Menschen, deren Viren verbreitet werden. Ein Grund zur Sorge ist das aber nicht. Denn wer sich und seinem Körper regelmäßig Gutes tut, stärkt seine Abwehrkräfte und kann so den kalten Tagen gelassen entgegenschauen. Und das Gute ist: Gesundes Leben kann richtig lecker sein und jede Menge Spaß machen. Garantiert.

Seite 4

15

ganz unterschiedliche Zahlen geben einen Einblick in das tägliche Leben am Klinikum Osnabrück. Wie viele Menschen arbeiten eigentlich rund um den Finkenhügel? Wie viele Patienten werden jährlich eigentlich versorgt? All das steht auf

Seite 2

Gerüstet für die Zukunft

Die Geschäftsführer Frans Blok und Alexander Lottis blicken optimistisch auf das nächste Jahr.

Nach Unterzeichnung des Zukunftssicherungsvertrages im November 2015 geht die Geschäftsführung des Klinikums Osnabrück zuversichtlich ins Jahr 2016. Mit den Unterschriften aller Verhandlungspartner wurde bereits der Zukunftssicherungsvertrag für die Klinikum Osnabrück GmbH dokumentiert. So waren sich Vertreter der Stadt, des Klinikums, der Gewerkschaften vdi und Marburger Bund einig, dass mit dem Vertrag ein notwendiger Schritt zur Sanierung des Klinikums gegangen wurde. Damit war die Basis für einen weiteren Erfolgskurs des Klinikums geschaffen.

Die Geschäftsführer des Klinikums, Frans Blok und Alexander Lottis, zur ihren Plänen: „Wir haben uns für das Jahr zahlreiche Einzelmaßnahmen vorgenommen, sind aber zuversichtlich, dass die vor uns liegenden Ziele mit Hilfe der Mitarbeitenden in den Standorten erreicht werden können.“

Für das anstehende Jahr 2016 wurden zuvor zwischen Aufsichtsrat und Geschäftsführung sowohl die wirtschaftlichen wie auch die strategischen Ziele für das Klinikum Osnabrück diskutiert, über die der Aufsichtsrat

Anfang 2016 noch zu entscheiden hat. So soll unter anderem der auf dem Sanierungskonzept basierende Wirtschaftsplan eingehalten werden und die im Zukunftssicherungsvertrag festgelegten Mitarbeiterbeiträge in Höhe von 3,5 Mio. Euro wirtschaftlich umgesetzt werden.

Zudem rechnet die Klinikum-Geschäftsführung für 2016 mit einem KosWORK-Ergebnis von 5 Mio. Euro. KosWORK wurde 2014 ins Leben gerufen und ist Bestandteil des Sanierungskonzeptes. In Arbeitsgruppen werden Projekte initiiert und realisiert, um Abläufe zu optimieren, Kosten zu senken und neue Einnahmequellen zu erschließen.

Im Hinblick auf die strategische Ausrichtung des Klinikums Osnabrück sind im Jahr 2016 in-

nerbetriebliche Strukturveränderungen vorgesehen. Auch soll die medizinische Versorgung der Flüchtlinge im Natruper Holz in den strategischen Fokus gesetzt und neue KosWORK-Projekte initiiert werden, um die Wirtschaftlichkeit einzelner Klinikum-Bereiche weiter zu stärken.

Aber auch die Jahresziele für die Klinikum Osnabrücker Land GmbH (KOL) wurden zwischen dem KOL-Aufsichtsrat und der Geschäftsführung vereinbart.

So gilt auch hier, dass der festgelegte Wirtschaftsplan für das Jahr 2016 eingehalten wird. Daneben werden die medizinische Neuausrichtung der KOL und die zukünftige Zusammenarbeit der KOL- und KOS-Verwaltung einen strategischen Raum einnehmen.



Frans Blok
Geschäftsführer Klinikum Osnabrück



Alexander Lottis
Geschäftsführer Klinikum Osnabrück

Die Diagnose

Ein schwer verunglückter Autofahrer wird mit Kopfverletzungen ins Klinikum gebracht. Dort machen die Ärzte eine überraschende Entdeckung.

Ein 47-jähriger Autofahrer gerät bei normalen Wetterverhältnissen mit seinem Pkw auf die Gegenfahrbahn und kollidiert mit einem entgegenkommenden Fahrer. Während die Rettungskräfte den Fahrer bergen, verschlechtert sich sein Bewusstseinszustand, er muss vom Notarzt intubiert und künstlich beatmet werden.

Nach Einlieferung in das überregionale Traumazentrum des Klinikums ergibt die Notfalldiagnostik eine Einblutung in das Stirnhirn des Patienten, die sich auf den ersten Blick als mutmaßliche Folge einer Kopfverletzung deuten lässt. Doch die Ärzte denken auch daran, dass der Verunglückte eine spontane Hirnblutung aus innerer Ursache erlitten

haben könnte und deshalb die Herrschaft über sein Fahrzeug verlor. Dem hinzugezogenen Neurochirurgen fällt bei genauer Betrachtung der CT-Bilder eine Anschwellung des Gehirns nahe der Blutung auf, die wiederum sehr verdächtig erscheint wie ein vorbestehender Hirntumor. Er sieht zunächst keine Notwendigkeit für eine sofortige operative Behandlung der Blutung und empfiehlt eine zusätzliche kernspintomographische Abklärung.

Auf der Intensivstation wird der Patient aus dem künstlichen Koma geweckt. Die rasch folgende MRT-Untersuchung des Kopfes bestätigt tatsächlich das Vorliegen eines Hirntumors. Dieser wird am nächsten Tag über eine

Schädelöffnung zusammen mit dem Blutgerinnsel mikrochirurgisch entfernt. Die feingewebliche Begutachtung ergibt einen gutartigen hirneigenen Tumor. Der Patient kann nach zügiger Erholung und unkompliziertem Verlauf zwei Wochen später nach Hause entlassen werden. Anfänglich bestehende Wortfindungsstörungen bilden sich während einer anschließenden Reha-Behandlung vollständig zurück.

Bereits in den ersten Behandlungstagen hatte der Patient berichtet, seit einigen Monaten gelegentlich leichte Wortfindungsstörungen, manchmal auch „ganz leichte Aussetzer“ bemerkt zu haben. Mit diesen Angaben konnten die Neuromediziner des

Klinikums retrospektiv das ungewöhnliche Unfallgeschehen erklären: Der bis dahin unbemerkte Hirntumor hatte bei dem Patienten einen erstmaligen generalisierten epileptischen Anfall verursacht, in heimtückischer Weise während der Autofahrt.



An dieser Stelle schildern Ärzte des Klinikums ihre außergewöhnlichsten Fälle. In dieser Ausgabe: **Prof. Dr. Friedrich Albert**, Leitender Arzt, Schwerpunkt Neurochirurgie.



Aus den
FachbereichenBestnoten
für den
Finkenhügel

Das Klinikum Osnabrück gehört erneut zu den besten Krankenhäusern in Niedersachsen. Das geht aus der neuen Focus-Liste der Top-Krankenhäuser des Bundeslands hervor, die im Magazin Focus Gesundheit (Ausgabe Dez./Jan. 2015/16) veröffentlicht wurde. Neben der guten Bewertung der Mediziner liegt das Klinikum auch bei der Patientenzufriedenheit weit vorn. Auf dem Gebiet der Orthopädie gehört es zu den Krankenhäusern, die sogar bundesweit besonders empfohlen werden.

Neue Wege
in der Pflege

Martin Pope, Pflegedirektor am Klinikum, ist Mitglied der Gründungskonferenz der Pflegekammer Niedersachsen. Diese hat zum Ziel, die Stärkung und Weiterentwicklung der Profession Pflege durch die berufständische Selbstverwaltung und die Sicherung einer sach- und fachgerechten Pflege für die Bevölkerung sicherzustellen. Zurzeit arbeitet die Gründungskonferenz parallel zum Gesetzgebungsprozess. Im Juni 2016 wird die Verabschiedung des Gesetzes für eine Pflegekammer erwartet.

Forschung
aktiv fördern

Professor Dr. Michael Winking ist nun Präsident der Deutschen Wirbelsäulengesellschaft (DWG). Damit wird er auf nationaler und internationaler Ebene die Wissenschaft und Forschung, Fort- und Weiterbildung sowie die Qualitätssicherung bei der Behandlung von Wirbelsäulenerkrankungen aktiv fördern. Winking ist Neurochirurg und Gesundheitsökonom und leitet seit 2004 gemeinsam mit seinen ärztlichen Kollegen das Zentrum für Wirbelsäulenchirurgie am Klinikum Osnabrück.

Versorgung
erweitert

Das Klinikum hat aus der Nebenbetriebsstätte des Medizinischen Versorgungszentrums (MVZ) am Finkenhügel eine eigenständige MVZ – Klinikum Osnabrück gGmbH in Hagen a. T. W. gegründet. An der Martinstraße 1 arbeiten drei Mediziner, die eine fachärztliche Versorgung in den Bereichen Orthopädie/Unfallchirurgie, Neurologie und Psychiatrie/Psychotherapie anbieten.

Das Klinikum in Zahlen

Ein Blick in die jährlichen Statistiken des Klinikums zeigt die wahre Größe. Hier wird deutlich, warum das Haus zu den Top-Spitzenversorgern im Großraum Osnabrück zählt.

1811

war das Jahr, in dem Osnabrück ein eigenes Stadt-Krankenhaus erhielt. Schon 1865 wurde das neue Gebäude am Heger Tor bezogen. Erst 1991 zog das Klinikum zum heutigen Standort am Finkenhügel. Die letzte Neuerung war die Inbetriebnahme des Zentrums für Geriatrie und Frührehabilitation.

2.308

Mitarbeitende haben ihren Arbeitsplatz im Klinikum Osnabrück. Unter dem Leitbild „Mit Herz und Verstand“ stehen sie für eine Top-Dienstleistungsqualität. In der hauseigenen Akademie werden regelmäßige Schulungen durchgeführt, das Klinikum legt einen hohen Wert auf qualifizierten Nachwuchs und ist ein äußerst familienfreundlicher Arbeitgeber.

15

unterschiedliche Kliniken weist das medizinische Leistungsspektrum am Klinikum Osnabrück auf.

2.000

Bewerbungen gehen im Durchschnitt in der Personalabteilung jährlich ein. Ausgebildet werden in der eigenen Akademie Gesundheits- und Krankenpfleger, medizinisch-technische Laboratoriumsassistenten, medizinisch-technische Radiologieassistenten, operationstechnische Assistenten und Hebammen.

7

Fachdisziplinen (Onkologie und Hämatologie, Neurologie, Nuklearmedizin, Chirurgie, Orthopädie, Infektiologie, Radiologie) sind im MVZ am Klinikum Osnabrück zur Behandlung von ambulanten Patienten vorhanden. Die Mediziner im Medizinischen Versorgungszentrum können wie jeder andere niedergelassene Facharzt konsultiert werden. Die Patienten profitieren sowohl von fachübergreifenden Kooperationen als auch von kurzen Wegen zwischen den Fachabteilungen.

22

Kilogramm Waffelteig wurden kurz vor Weihnachten zugunsten des Kinderhospizes Osnabrück verkauft. Dabei kamen über 700 Euro zusammen.

1,6

Kilometer beträgt die Distanz rund um das Klinikum. Für das Projekt „Kinder-Bewegungsstadt Osnabrück“ gehört die Strecke zum jährlichen Spendenlauf.

12

OP-Säle (davon drei für ambulante Eingriffe) stehen für Operationen zur Verfügung. Der OP-Bereich des Klinikums Osnabrück ist ein modernes Kompetenzzentrum, das den Operateuren aus den verschiedenen Fachgebieten die gesamte Logistik und Fachkompetenz rund um die Operation bietet.

3.500 m²

Therapiefläche stehen im Zentrum für Neuromedizin und Geriatrie (ZNG) zur Verfügung. So wird das Klinikum dem demografischen Wandel in der Region gerecht.

4

zertifizierte Krebszentren (Darm, Pankreas, Gynäkologie und Jacie) bilden das Integrierte Krebszentrum. Alle Patienten erhalten ein individuelles, ausführliches Beratungsangebot vor ihrer Behandlung. Die behandelnden Ärzte beteiligen sich auch an aktuellen Studien und arbeiten nach den modernsten Methoden.

80

Betten hält die Klinik am Kasinopark in Georgsmarienhütte für Patienten der Inneren Medizin, Geriatrie, multimodalen Schmerztherapie und der Suchtmedizin vor.

36,5

Mio. Euro investierte das Klinikum in den ZNG-Neubau. Für intensivpflichtige Patienten gibt es die Möglichkeit, bereits auf der Intensivstation mit geriatrischem Fachwissen behandelt zu werden. Dies ist insbesondere wichtig unter den Aspekten der Prognosestellung, Pharmakotherapie und Frühmobilisation.

64.726

ambulante Patienten im Jahr 2015. Damit zählt das Klinikum Osnabrück zu den Spitzenversorgern im Großraum Osnabrück.

35

Jahre lang betreuen die Grünen Damen und Herren bereits ehrenamtlich die Patienten im Klinikum Osnabrück. Sie sind die seelische Unterstützung für die Patienten und stehen mit Rat und Tat zur Seite.

25

Euro im Jahr beträgt der Jahresbeitrag für die Mitgliedschaft im Förderverein des Klinikums. Alle Beiträge werden vollständig wohltätigen Zwecken wie etwa dem Freibettenfonds oder Ehrenämtern zugeführt.

Regelmäßige Bewegung ist
unersetzlich für die gesunde
Entwicklung von Kindern. Spielen und toben hält
dabei nicht nur den Körper fit,
sondern hilft auch dem Geist
auf die Sprünge. Doch leider ist
Bewegung in unserer Zeit weniger
alltäglich, als sie sein sollte.
Schon Kinder verbringen zu viel
Zeit im Sitzen, etwa vor dem
Fernseher oder dem Computer.
Gegen diesen Zustand will das
Projekt Kinder-Bewegungsstadt
Osnabrück (KiBS) etwas tun. Und
da Gesundheit auch am Klinikum
Osnabrück Hauptsache ist, beteiligt
sich das Krankenhaus an dem
Projekt. Mit Erfolg!

Bereits seit fünf Jahren engagiert sich das Klinikum zugunsten der Kinder-Bewegungsstadt Osnabrück. So haben etwa die organisierten Wohltätigkeitsläufe in den letzten fünf Jahren mehrere tausend Euro für die KiBS eingebracht. Bei jedem Lauf waren mehr als hundert Aktive am Start, wobei sich der Erlös aus den Startgeldern der Teilnehmer und Spenden für die kostenlos ausgegebenen Getränke zusammensetzt, die Avanus Mineralbrunnen zur Verfügung gestellt hatte.

Laufend Gutes tun
geht ganz einfach

Mit einem Wohltätigkeitslauf unterstützt das Klinikum bereits seit fünf Jahren ein Projekt, das den Nachwuchs in Bewegung bringt.



Auf geht's: Die Gesundheit der Kinder liegt dem Projekt KiBS, dem Klinikum Osnabrück und Prof. Dr. Martin Engelhardt (hinten) sehr am Herzen.

Initiatoren des Wohltätigkeitslaufs sind die begeisterten Sportler Prof. Dr. Martin Engelhardt und Dr. Casper Grim von der Klinik für Orthopädie, Unfall- und Handchirurgie des Klinikums Osnabrück. Beide waren bereits als Mannschaftsärzte deutscher Teams bei olympischen Wettkämpfen dabei. Engelhardt, Grim und Anja Wege, Projektleiterin der KiBS, freuen sich darüber, dass jedes Jahr wieder viele Aktive und Unterstützer den Weg auf den Finkenhügel finden, um „laufend Gutes“ zu tun. „Es geht nicht nur um die Spenden für die Kinderbewegungsstadt, sondern der Lauf soll auch Impulse für Bewegung geben. Sport ist gesund – es ist wichtig, sich zu bewegen, egal ob gelaufen oder gegangen wird“, macht Engelhardt, der auch Präsident der Deutschen Triathlon-Union ist, klar.

Bei so viel sportlicher Kompetenz ist es kein Wunder, dass sich das Klinikum nicht für eine einfache Spendensammlung entschied, sondern eben für den Wohltätigkeitslauf. Der ist so gestaltet, dass nicht nur supertrainierte Läufer daran teilnehmen können. Darum gibt es zwei

verschiedene Laufstrecken am Finkenhügel. Eine 1,6 Kilometer lange Kurzstrecke rund um das Krankenhaus und eine 6,2 km lange Strecke vom Klinikum um den Rubbenbruchsee und wieder zurück. Die Strecken können gelaufen oder gewalkt werden.

An Start und Ziel zeigt sich dann jedes Jahr aufs Neue, wie fit Kinder doch eigentlich sind. Denn während die Erwachsenen nach ihrem Lauf erst mal Luft holen müssen, haben die Kleinen noch genug Power, um beim Sackhüpfen oder in der Hüpfburg zu toben. Und genau darum geht es bei den Wohltätigkeitsläufen: den Spaß an der Bewegung zu vermitteln.

Damit passt der Lauf perfekt zu den Zielen der Kinder-Bewegungsstadt Osnabrück. Seit Projektstart im Jahr 2011 hat Anja Wege vielfältige, für Kinder kostenlose Bewegungsangebote etwa in Kindergärten, Grundschulen, den Familien-Bildungsstätten Osnabrück und auf Osnabrücker Bolzplätzen nachhaltig implementiert.

Mehr Infos über das Projekt gibt es unter www.kibs-os.de.

Eine Mutter, zwei Wunder

Die Schwangerschaft von Bianca Wellenbrock war extrem kompliziert. Ihre Zwillinge hatten viele Gefahren zu meistern. Doch beide kamen gesund und munter im Klinikum zur Welt.

In diesem Moment ist alles egal. All die Schmerzen, all die Sorgen, all die Ängste, die Bianca Wellenbrock erleiden musste, spielen jetzt keine Rolle mehr. Zu schön, zu perfekt ist der Moment, als sie das erste Mal ihre Zwillingstöchter sieht. Es ist das Ende einer komplizierten, ja dramatischen Schwangerschaft. Es ist ein wunderbares Ende. Dass Bianca Wellenbrock das weiß, steht in ihr Gesicht geschrieben. Jedes Mal, wenn sie ihre Töchter in den Wärmebettchen streichelt, sie auf den Arm nimmt und liebevoll auf die Stirn küsst. Dass Bianca Wellenbrock diese innige Liebe zeigen kann, grenzt an ein Wunder. Ein Wunder, das ihr starker Wille, ihre totale Hingabe und das Team des Klinikums Osnabrück möglich gemacht haben.

Bianca Wellenbrock ist eine starke Frau, der das Leben nicht so mitspielt, wie sie es verdient hätte. Die 31-Jährige leidet an einer Autoimmunerkrankung, die von der Schilddrüse ausgeht. Diese Erkrankung steht ihrem größten Wunsch im Weg, denn Bianca Wellenbrock und ihr Mann Maik wollen unbedingt ein Kind. „Die Wahrscheinlichkeit, auf natürlichem Weg schwanger zu werden, war in etwa so groß wie ein Sechser im Lotto“, sagt Bianca Wellenbrock. „Versucht haben wir es trotzdem, und wir haben den Jackpot gewonnen.“ Als der erste Schwangerschaftstest positiv war, wollte die 31-Jährige der Sache noch nicht so ganz trauen. Doch auch der zweite Test gab eindeutig zu verstehen, dass die



Tolles Team: Bianca Wellenbrock mit ihren Töchtern Nahla Sophie (vorne) und Mila Madeleine.

kommt. Eine Woche musste Bianca Wellenbrock mit der Angst leben. Dann die gute Nachricht: Es sind zwei Babys. „Alles war in Ordnung.“ Dachte Bianca Wellenbrock. Doch die Komplikationen gingen weiter. „Die Zwillinge teilten sich eine Plazenta, daher bestand die Gefahr, dass ein Kind zu viel Nahrung bekam, und eines zu wenig.“ Immer wieder muss Bianca Wellenbrock fortan ins Klinikum, um untersucht zu werden. Vor allem nachdem sie sich auch noch eine Schwangerschaftsvergiftung zugezogen hatte. „Ich weiß, dass viele Krankenhäuser mich sofort dauerhaft stationär aufgenommen hätten, aber ich durfte immer mal wieder auch nach Hause, und diese Tage waren wichtig und taten unglaublich gut“, sagt Bianca Wellenbrock. Angst hatten sie auch zu Hause nie. Der Grund: die vielen Gespräche, die Chefarzt Dr. Yves Garnier mit ihr führte. „Er wusste immer schon eine Woche vorher, was passieren könnte. Daher war ich gut vorbereitet und fühlte mich sicher.“ Auch als die Schwangerschaftsvergiftung bedrohlicher wurde, behielt der Arzt die Ruhe. Zwar musste Bianca Wellenbrock jetzt endgültig stationär versorgt werden, in Hektik verfiel aber niemand. „So lange es zu vertreten war, ließen wir die Kinder im Bauch“, sagt Dr. Garnier heute. Erst als die Gefahren für die Mutter durch den starken Bluthochdruck zu groß wurden, holte der Mediziner die Kinder ans Licht der Welt.

Am 6. November war es soweit. Per Kaiserschnitt kamen Nahla Sophie (1.510 Gramm) und Mila Madeleine (1.910 Gramm) zur Welt. Sechs Wochen zu früh, aber stark genug fürs Leben. Auf der Frühchenstation peppelte das Team aus Medizinerinnen und Pflegerinnen die beiden süßen Mädchen weiter auf. Jeden Tag saß Bianca Wellenbrock bei ihnen. Stundenlang. Sie beobachtete jedes Lächeln, jedes Zwickern der Zwillinge. „Die beiden sind gesund und haben sich prächtig entwickelt“, sagt Dr. Garnier. Bianca Wellenbrock weiß das. Sie genießt ihr Wunder. Ihre beiden Wunder. Nicht mehr im Krankenhaus. Pünktlich zu Weihnachten durften Nahla Sophie und Mila Madeleine nach Hause. Zu Mama und Papa. Zum Weihnachtsbaum. Wirklich ein wunderbares Ende.

„Alle haben sich so fantastisch um uns gekümmert.“

junge Frau schwanger war. „Ich bin dann zum Frauenarzt gefahren, um absolute Gewissheit zu bekommen.“

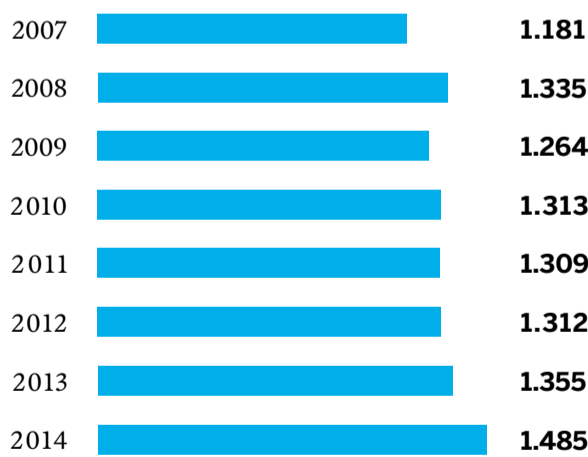
Als sie das sagt, piepst es auf der Frühchenstation des Osnabrücker Klinikums. Routiniert steht Bianca Wellenbrock auf, geht zum Bettchen ihrer Tochter Nahla Sophie, drückt aufs Display, schon ist wieder Ruhe. „Wo waren wir stehengeblieben? Ach ja, beim Frauenarzt.“ Der konnte das Ergebnis des Schwangerschaftstests noch nicht bestätigen. „Ich wurde deshalb ins Klinikum Osnabrück zu einer Untersuchung geschickt, dafür bin ich bis heute dankbar.“ Fast wäre es gar nicht dazu gekommen, denn am Tag vor der Untersuchung im Klini-

kum konnte die Frauenärztin von Bianca Wellenbrock erstmals bestätigen: Sie ist wirklich schwanger. Und wie; Zwillinge wachsen in ihr heran. „Ich fragte, ob ich überhaupt noch ins Klinikum fahren sollte, Gott sei Dank riet mir meine Frauenärztin dazu.“

Bianca Wellenbrock ist anzu merken, wie froh sie über diesen Umstand ist. „Die Ärzte, die Pfleger, alle haben sich hier immer so fantastisch um uns gekümmert, dafür werde ich ewig dankbar sein.“ Was sich pathetisch anhört, wird verständlich, wenn man die weitere Geschichte von Bianca Wellenbrock kennt. Nach ihrer Untersuchung im Klinikum bestand der begründete Verdacht, dass sie siamesische Zwillinge be-

Immer mehr Kinder kommen zur Welt

Entgegen dem weitläufigen Trend steigt die Zahl der geborenen Kinder am Klinikum.



Quelle: Klinikum Osnabrück

„Die beiden sind gesund und haben sich prächtig entwickelt.“

Wissenswertes rund um die Geburt

Stillberatung wird umfassender

Die beiden Fachärztinnen Dr. Julia Yassin und Hewanatu Jah haben eine Zusatzqualifikation als Still- und Laktationsberaterinnen (IBCLC) erworben. Ziel des Klinikums ist es, die Stillberatung in der Geburtshilfe-Abteilung auf dem Finkenbügel noch umfassender zu gestalten und künftig Fortbildungen zum Thema Stillen zu organisieren.

Neues Gerät erkennt Drillinge

Neben den üblichen Zwillingen-CTG-Geräten hat das Klinikum einen CTG(Cardiotocography)-Scanner für Drillinge angeschafft. Das Ultraschallverfahren erkennt die Herzschlagfrequenz von Kindern im Mutterleib und zeichnet die Herzöne eines jeden Kindes auf. Damit wird vermieden, dass Herzöne eines Kindes doppelt aufgezeichnet werden.

Spenden für Flüchtlingsfrauen

Bei einer Sammelaktion für Flüchtlingsfrauen wurden sechs Transporter voller Babysachen wie Windeln, Pflegetücher, Pflegeartikel und Bekleidung gesammelt. Auch Geld für den Kauf solcher Artikel wurde für die frisch entbundenen Flüchtlingsfrauen gespendet. Die Sammelaktion wurde von der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe initiiert.

Geschichte der Station

Die Frauenklinik besteht aus der Abteilung für Geburtshilfe und Pränatalmedizin sowie der Abteilung für Gynäkologie und Gynäkologische Onkologie. Sie verfügt über insgesamt 64 Betten. Im Tür-an-Tür-Konzept mit Kreißaal und Entbindungsstation ist eine Neugeborenen-Intensivstation mit insgesamt 14 Behandlungsplätzen angegliedert.

Kleine Wunder online erleben

Die Klinik für Geburtshilfe stellt im Internet einen besonderen Service zur Verfügung. Unter www.klinikum-os.de gibt es eine Bildergalerie, die tolle Fotos von den Neugeborenen der Station zeigt. Nichts erwärmt das Herz mehr als Bilder der kleinen Menschen. Die Bilder werden natürlich nur gemacht, wenn die Eltern es wollen.

Tag und Nacht im Einsatz

Für die perfekte Betreuung während der Geburt sorgt nicht nur das ausgezeichnete Ärzteteam um Dr. Yves Garnier, sondern auch die 21 Hebammen, die für das Klinikum tätig sind. Ständig, auch nachts und an Sonn- und Feiertagen, sind mindestens zwei Hebammen im Kreißaal tätig. Zusätzlich stehen rund um die Uhr Narkoseärzte zur Verfügung.

Interview

„Wir müssen die Schwangeren bestmöglich vorbereiten“

Dr. Yves Garnier, Chefarzt der Frauenklinik Osnabrück, erklärt, was ihn antreibt.

Dr. Garnier, die Schwangerschaft von Bianca Wellenbrock war sicherlich selbst für Sie keine alltägliche Geschichte, oder?

Jede Schwangerschaft ist anders, aber bei Frau Wellenbrock kamen viele Dinge zusammen, weshalb sie es nicht ganz leicht hatte. Aber dafür sind wir ja da, um zu helfen, wenn es darauf ankommt. Damit das weiterhin so gut klappt, müssen wir immer offen für Neuerungen sein, denn rund um die Schwangerschaft hat sich vieles verändert.

Ja, was denn zum Beispiel?

Frauen sind heute im Durchschnitt deutlich älter. In den 60er Jahren waren Frauen während ihrer ersten Schwangerschaft im Schnitt 24 Jahre alt, heute sind sie 30 Jahre alt. Hier im Klinikum liegt das Durchschnittsalter bei den rund 1.500 Schwangerschaften, welche wir jährlich betreuen, bei 33 Jahren. Mit dem höheren Alter haben sich die medizinischen Anforderungen geändert. Zum Beispiel gibt es häufiger Mehrlingsschwangerschaften als früher. Aber das ist kein Problem und überhaupt kein Grund zur Sorge.

Worauf legen Sie während der Betreuung einer Schwangerschaft Wert?

Mein Job ist es, vorausschauend zu arbeiten. Mein Team und ich müssen alle möglichen Eventualitäten erkennen und unsere Patienten bestmöglich auf sie vorbereiten. So können wir der Schwangeren helfen, sich Sorgen und Ängste zu sparen. Darum versuchen wir auch bei problematischeren Schwangerschaften alles, damit die werdende Mutter möglichst lange zu Hause bleiben kann und nicht wochenlang im Krankenhaus liegen muss.

Und wie überblicken Sie alle möglichen Eventualitäten?

Ich habe mal einen Satz gelernt, der vielleicht etwas komisch klingt, aber viel Wahres beinhaltet: „Man muss in der Geburtshilfe viel wissen, um weniger zu tun.“ Somit können viele früher als unerlässlich geltende Maßnahmen heute unterbleiben und dabei helfen, Risiken für Mutter und Kind zu reduzieren. Wir müssen uns stetig fortbilden und im Team austauschen, um den Schwangeren eine bestmögliche Versorgung zu garantieren.

Klingt nach Stress ...

Ach, Mutter zu sein ist bestimmt stressiger (lacht). Nein, im Ernst: Klar gibt es anstrengende Tage, aber es gibt auch nichts Schöneres, als eine Mutter zu sehen, die erstmals ihre Kinder im Arm hält. Für diesen Moment arbeiten wir!



Priv.-Doz. Dr. Dr. Yves Garnier, 45, ist Chefarzt der Frauenklinik Osnabrück.

Fünf Fragen an

Thomas Bühner

Wie kann ich mich gut und gesund ernähren? Wir haben nachgefragt, der Osnabrücker Sternekoch Thomas Bühner hat die Antworten.

Herr Bühner, wie ernährt man sich denn so richtig gesund?

Viele Menschen assoziieren mit gesundem Essen etwas Anstrengendes. Das ist falsch. Es gibt viel mehr den Unterschied zwischen natürlichen und unnatürlichen Essgewohnheiten. Dinge wie Essgewohnheiten zu ändern, ist allerdings enorm schwer. Deswegen versuche ich, den Menschen nahezuzeigen, dass sie sich mit Familie oder Freunden zum Essen zuhause treffen. In der Regel gibt es dann etwas Selbstgekochtes. Beim dritten oder vierten Treffen steigt mit Sicherheit die Qualität des Essens und der Kochleistung und es wird ein größeres Bewusstsein für gute Lebensmittel entwickelt. Bewusst zu essen sorgt häufig auch dafür, dass gesünder und natürlicher gegessen wird.

Gibt es Tricks, dieses Bewusstsein selbst zu fördern?

Wichtig ist, dass in der Küche der Jahreszeit gefolgt wird und frische Produkte verwendet werden. Vor allem in frischem Gemüse steckt pure Gesundheit. Wir nutzen viel zu selten all die guten Zutaten, die uns unsere Heimat zur Verfügung stellt. Nur wenig Menschen essen mehr als 40 oder 50 verschiedene Produkte. Dabei stehen in unseren Breitengraden derzeit nachweislich so viele unterschiedliche Nahrungsmittel wie noch nie zur Verfügung. Trotzdem sagen Leute immer wieder, sie mögen etwas nicht oder wollen es gar nicht probieren. Das kann ich nicht verstehen. Ich bin der festen Überzeugung, dass alles schmeckt. Es muss nur richtig und gut zubereitet sein.

Ist es möglich, sich ziemlich einfach gesund und bewusst zu ernähren?

Man kann sich mit einfachen Sachen sehr gut ernähren. Was spricht dagegen, eine leckere Pellkartoffel mit Quark zu essen? Genau so ist es mit einem einfachen Risotto, richtig guten Nudeln, frischem Blumenkohl oder Wirsing.

Muss für gesundes Essen auf Fleisch verzichtet werden?

Es wurde noch nie so viel Fleisch gegessen wie derzeit. Es tut mit Sicherheit den meisten Leuten gut, wenn sie zwischendurch auf Fleisch verzichten. Es muss nicht jeden Tag im Speiseplan sein. Wenn wir Fleisch essen, sollte es ein gutes Stück sein, das unter natürlichen Bedingungen gezüchtet ist.

Wie bereitet man ein Essen schlecht zu?

Man benutzt von allem zu viel, bereitet zu heiß und mit schlechten Produkten zu. Häufig wird zu fett gekocht und zu viel Weißmehl und Zucker benutzt. Diese Produkte machen die meisten Probleme. Zucker und Mehl geben dem Körper schnelle Energie und haben Suchtpotenzial. Nach viel Kohlenhydraten oder Zucker geht mein Insulinspiegel hoch und der Körper will schnell Nachschub. Die Suchtschaukel wird immer extremer. Deswegen sollte ein paar Tage darauf verzichtet werden. Dann merkt der Körper, dass er das nicht in großen Mengen benötigt.



Küchenchef im „La Vie“: Thomas Bühner ist einer der wenigen Köche, die in Deutschland drei Sterne vom Michelin-Guide bekommen haben.

Gruß aus der Sterneküche

Thomas Bühner zeigt, wie eine hervorragende Gazpacho aus Roter Bete entsteht. Zu verkosten gibt es sie – und noch vieles mehr – jetzt auch im Klinikum Osnabrück.

Zutaten für 4 Personen

- 8 Tomaten
- ½ Zwiebel
- ½ Gurke ohne Schale
- 50 g altes Brot
- ½ Knoblauch, dreimal blanchiert
- 2 bis 3 Tropfen Tabasco
- 2 Rote Bete, gegart
- 50 ml Sherryessig
- 100 ml Olivenöl
- Salz
- Zucker
- ggf. Garwasser der Roten Bete

Zubereitung

Tomaten abspülen, vierteln und Stielansatz heraus schneiden. Gurke schälen, in kleine Stücke schneiden, Paprika vierteln, putzen, abspülen und zerkleinern. Knoblauch abziehen, dreimal blanchieren und kleinhacken. Die Rote Bete und das Brot in kleine Stücke zerteilen. Alle Zutaten, inklusive Olivenöl und Sherry, miteinander mixen, danach abpassieren (durch ein Sieb drücken) und mit Salz, Zucker abschmecken. Die gut durchgekühlte Suppe in Tasse oder Teller servieren. Falls noch Flüssigkeit gebraucht wird, ein wenig Garwasser der Roten Bete hinzugeben. Obenauf ein paar Tropfen Olivenöl.



Winterlich: Eine kreative Rote-Bete-Gazpacho für die Wintertage.

Tipp

Wer seine Gazpacho gerne mit Einlage serviert, kann dafür alles nehmen, was mit Roter Bete korrespondiert. Dazu gehören Räucheraal, Räucherlachs, geräucherter Schinken, Hering, Kaviar oder Lachskaviar, Meerrettich und Meerrettichsahne.

Fakten

Anlass: Perfektes Gericht für Gäste, Party und Buffet.
Kategorie: Suppe, einfach, vegetarisch. Kann aber auch mit Einlage serviert werden.
Fertig in: 30 Minuten. Zusätzlich rund zwei Stunden Kühlzeit.

Thomas Bühner . . .

. . . zählt seit mehr als 20 Jahren zur Liga der deutschen Spitzenköche. Seit April 2006 leitet Thomas Bühner gemeinsam mit Restaurantleiterin Thayarni Kanagaratnam das Restaurant „La Vie“ in Osnabrück. Das Restaurant ist mit 19 Punkten im Gault-Millau und drei Michelin-Sternen sowie Höchstnoten in allen deutschen Restaurantführern ausgezeichnet. Mehr Informationen: www.thomasbuehner.de

Fit durch den Frost

Der Winter verlangt unserem Körper viel ab. Es ist kalt, es ist feucht, es ist dunkel, Viren und Bakterien schwirren zu Milliarden herum. Wir verraten Ihnen, wie Sie gesund durch den Winter kommen.

Jeder kennt dieses Gefühl, wenn die Kälte sich durch die dicksten Kleider frisst und ganz langsam in den Körper zieht. Eine kräftezehrende Erkältung ist meist schon im Anflug. So muss es aber nicht sein. Jeder kann selbst dazu beitragen, dass es erst gar nicht dazu kommt.

Im Winter muss der eigene Körper dafür besonders gepflegt werden. Die richtige Jacke und darunter ein Lagenlook helfen, dass die Körperwärme erhalten bleibt. Damit wir den Angriff der vielen Viren und Bakterien problemlos überstehen, muss allerdings ein bisschen mehr getan werden. Dafür sollte der Körper ganz besonders mit mineral- und vitaminreichem Essen gefüttert werden. „Unserem Immunsystem hilft es, wenn wir viel Gemüse und gute Zutaten verwenden. Das stärkt uns von innen heraus“, sagt Sternekoch Thomas Bühner. Dafür sollten in der

kalten Jahreszeit vor allem Kohl, Knollen- und Wurzelgemüse auf den Tisch kommen. Sie sind saisonale Produkte und sehr nährstoffreich. Genauso sind die Vitamin-C-Spender Zitrone, Paprika und Hagebutte wohltuend für den Körper. Auch eine einfache Ingwerknolle gibt dem Körper viel Wärme zurück.

Zusätzlich helfen viele kleine Handgriffe. Dafür darf man nie vergessen, dass die kalte, feuchte Luft den Körper vor große Herausforderungen stellt. Er ist sowieso schon etwas geschwächt. Deswegen sollte darauf geachtet werden, regelmäßig die Hände zu waschen. Auch acht Stunden Schlaf sind für den Körper nicht nur Erholung, sondern auch eine Kraftquelle. In der Nacht stärkt er seine eigenen Abwehrkräfte. Damit diese kleinen Helfer nicht nutzlos sind, sollte das Immunsystem täglich durch einen Ausflug nach draußen gestärkt werden. Frische Luft unterstützt uns dabei, dass wir an die kalten Gegebenheiten gewöhnt sind. Natürlich sollte aber niemand so lange draußen bleiben, bis er durchgefroren ist. Passiert das doch, hilft ein Ingwertee mit Zitrone.



Lehre und Forschung

Ausbildung im Zentrum der Stadt

In der Akademie des Klinikums Osnabrück werden auch im Jahr 2016 etwa 300 Schülerinnen und Schüler ausgebildet. Die Bildungseinrichtung, die Aus- und Fortbildungen in der Krankenpflege, in medizinisch-technischen Berufen, im Bereich Geburtshilfe und Fachweiterbildungen für viele Gesundheitsberufe anbietet, liegt im Zentrum der Stadt Osnabrück, Möserstraße 7.

OP auf Rädern

Jährlich macht das sogenannte „Mobile Lab“ Station am Klinikum Osnabrück. Unter der Leitung von Prof. Dr. Martin Engelhardt und Dr. Casper Grim werden in dem mobilen Operationssaal Mediziner in minimalinvasiven Operationstechniken an Schulter-, Sprung- und Kniegelenken geschult. Die mobilen Operationslastwagen sind rund elf Meter lang. Im Inneren der aufwendig ausgestatteten Fahrzeuge befinden sich mehrere Schulungsplätze, die mit modernsten Instrumenten und Monitoren ausgestattet sind. Geschult wird im „Mobile Lab“ übrigens mit Humanpräparaten.

Termine

Bauchaortenaneurysma – Zeitbombe im Bauch

26. Januar, 18.30 Uhr, VHS Osnabrücker Land, Oeseder Straße 85 in Georgsmarienhütte

Aktionstag „Wundmanagement“

3. Februar, 14 Uhr, Großer Seminarraum im Klinikum, Am Finkenhügel 3, Osnabrück. Infos unter Tel. 05 41 / 4 05 42 52

Workshop „Epilepsie und Arbeit“

15. Februar, 9.30 Uhr, Großer Seminarraum im Klinikum, Am Finkenhügel 3, Osnabrück. Infos unter Tel. 05 41 / 40 56 11

Bauchaortenaneurysma – Zeitbombe im Bauch

16. Februar, 19.30 Uhr, VHS Lengerich, Bahnhofstr. 13, Lotte

Update „Pankreas-Karzinom“

9. März, 17 Uhr; Hotel Steigenberger Remarque, Natru- per-Tor-Wall 1, Osnabrück

Impressum

Herausgeber: Klinikum Osnabrück GmbH, Am Finkenhügel 1, 49076 Osnabrück, Tel. 05 41 / 4 05 - 0

Verantwortlich i.S.d.P.: Frans Blok (Geschäftsführer), Alexander Lottis (Geschäftsführer)

Redaktionsleitung: Silvia Kerst (Leitung Marketing & Unternehmenskommunikation)

Konzeption und Umsetzung:

NOW-Medien GmbH & Co. KG, Ritterstraße 33, 33602 Bielefeld, Tel. 05 21 / 55 53 75

Kreativdirektor: Oliver Hoen

Redaktionsleitung: Patrick Schlütter

Redaktion: Lennart Krause, Julian Rüter, Carsten Blumenstein

Produktion: Jan Fredebeul

Fotos: Klinikum Osnabrück, Sarah Jonek, Michael Holz, iStock, Zeninaasya / Dreamstime

Druck: NOZ Druckzentrum GmbH & Co. KG, Weiße Breite 4, 49084 Osnabrück, Tel. 05 41 / 71 07 - 0