

Titelthema

Die Akademie des Klinikums

Seite 7

News & Service

Seite 11

Wie beuge ich Diabetes Typ 2 vor?

Es gibt eine Sache, die Männer ab 50 und Frauen ab 55 Jahren auf jeden Fall berücksichtigen sollten – zur Darmkrebsvorsorge gehen, mit der sich die dritthäufigste Krebserkrankung in Deutschland meistens schon in Vorstufen erkennen lässt, so dass mit einfachen Behandlungsschritten einem späteren Ausbruch der Erkrankung vorgebeugt oder das Risiko gesenkt werden kann.

Auch wenn es den meisten Menschen bekannt sein dürfte, dass die Vorsorgeuntersuchungen kostenlos sind, werden sie längst nicht von allen gemacht: Wie die beiden Chefarzte PD Dr. Johannes Rey und PD Dr. Jürgen Tepel vom Klinikum Osnabrück jetzt beim hybriden Informationsabend „Klinikum im Dialog: Durch dick und dünn – was tun, wenn der Darm nicht richtig will?“ erklärten, sind es tatsächlich nur etwa ein Viertel aller Berechtigten, die sich den

Viele Fragen zu Darmgesundheit

Klinikum im Dialog wieder ein großer Erfolg

Untersuchungen unterziehen und drei Viertel vergeben die Chance zur Krebsfrüherkennung.

Die Vorsorgeuntersuchungen waren eines der vielen Themen, um die es bei der zweiten Veranstaltung der im Frühjahr gestarteten „Dialog“-Reihe ging, bei der Mediziner, Pflegefachkräfte und weitere Experten des Klinikums über wichtige Gesundheitsthemen informieren und von Gästen sowie von Zuschauern im Internet dazu befragt werden können. Wie der erste Informationsabend zum Thema Geburtshilfe, war auch die zweite Veranstaltung zu Darmbeschwerden ein voller Erfolg. Es waren zahlreiche Gäste im Forum der Klinikums-Akademie dabei und in der

Live-Übertragung im Internet waren teils mehrere tausend Zuhörer gleichzeitig zugeschaltet.

Neben Tepel, Chefarzt der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie, und Rey, dem Chefarzt der Klinik für Allgemeine Innere Medizin, Gastroenterologie, Hepatologie, diagnostische und interventionelle Endoskopie, war noch Diätassistentin / Clinical Nutrition B. Sc. Mareike Sengelmann vom Ernährungsteam des Klinikums beteiligt.

Die Gäste im Forum der Akademie und die Zuschauer im Internet meldeten sich mit zahlreichen Fragen zu Wort, die von Rey, Tepel und Sengelmann beantwortet wurden.



Waren beim zweiten Abend der Reihe „Klinikum im Dialog“ gefragte Gesprächspartner (v.l.): Chefarzte PD Dr. Johannes Rey und PD Dr. Jürgen Tepel, Diätassistentin / Clinical Nutrition B. Sc. Mareike Sengelmann und Moderator Andreas Wurm.

Das Gespräch wurde erneut von dem Journalisten Andreas Wurm, Stadionsprecher der Fußball-Nationalmannschaft, moderiert, der geschickt zwischen den Themen überleitete und für eine entspannte Atmosphäre in den Fragerunden sorgte.

Info-Aktion zu Schlaganfällen und Herz-/ Kreislaufkrankungen



Aufklärung zu Schlaganfällen und Herz-/Kreislaufkrankungen im Doppeldeckerbus: Zusammen mit Kardiologie-Chefarzt PD Dr. Carsten Schneider (l.) und dem Neurologen Dr. Lars Krause (4.v.l.) waren zahlreiche weitere Mediziner und Mitarbeitende aus den Teams der Kardiologie und Neurologie an der Aktion beteiligt.

Der Kardiologie-Chefarzt PD Dr. Carsten Schneider und der Neurologe Dr. Lars Krause, die zusammen mit weiteren Ober-/Fachärzten sowie Pflegefachkräften aus ihren Teams die „Belegschaft“ bei der Informationsaktion mit dem Schlaganfall-Bus bildeten, waren den ganzen Tag lang gefragte Gesprächspartner. Grundidee bei der Aktion sei es, dafür zu werben, dass mit gründlicher Vorsorge Herz-/Kreislaufkrankungen wie Herzinfarkte, Herzschwächen und Schlaganfälle vorgebeugt werden können.

Es sei außerdem wichtig, genau über die Erkrankungen und gerade über das richtige Verhalten bei Schlaganfällen zu informieren. Bei ihnen sei es entscheidend, dass Betroffene oder Angehörige plötzlich auftretende Lähmungserscheinungen, Sprech- oder Sehstörungen richtig als mögliche Symptome eines Schlaganfalls einordnen und unverzüglich den Notruf 112

wählen. Je früher bei einem Schlaganfall eine Behandlung einsetzt, desto wirksamer sei sie und desto besser die Chancen, dass er keine dauerhafte Schädigung auslöst.

Der Bus der Aufklärungskampagne „Herzenssache Lebenszeit“ war bereits zum vierten Mal zu einer gemeinsamen mit dem Klinikum organisierten Aktion in Osnabrück. Jetzt am Theater war erstmals die Selbsthilfegruppe der Schlaganfall-Helfer dabei, die weitere ehrenamtliche Unterstützer für den Einsatz in Osnabrück und die Gründung einer Ortsgruppe in der Stadt sucht. Die Helfer sind ein Projekt der Stiftung Deutsche Schlaganfallhilfe. Sie erhalten Schulungen und können Betroffene/Angehörige mit Beratung und Hilfen im Alltag unterstützen.

Infos über Tel. 0177/7121258 bei Angelika Marggraf und www.schlaganfall-hilfe.de.

Vergnügt wie immer:

Erste Hilfe für Kinder im Klinikum

Früher der Normalfall, jetzt eine kleine Besonderheit: Nachdem es in den vergangenen drei Jahren wegen der Corona-Pandemie nicht möglich war, hat sich das Klinikum Osnabrück dieses Jahr wieder mit zwei „Erste Hilfe für Kinder“-Kursen am Ferienpass der Stadt Osnabrück beteiligt.

Wie vor der Corona-bedingten Unterbrechung wurden die beiden Sommerferienkurse wieder vom Anästhesisten und Notfallmediziner Dr. Guido Teckemeyer geleitet, der als Oberarzt im Team der Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin des Klinikums arbeitet. Beide Angebote waren erneut bis auf den letzten Platz ausgebucht. Insgesamt waren über 50 Mädchen und Jungen dabei.

Neben Grundlagen der Ersten Hilfe, dem richtigem Verhalten bei Unfällen und beim Absetzen von Notrufen stand in dem mehrstündigen Angebot auch ein Rundgang durch das Klinikum mit einem Besuch des Notaufnahmезentrums

(NAZ) und der Rettungswagenhalle auf dem Programm. Im NAZ, welches an 365 Tagen pro Jahr rund um die Uhr geöffnet ist, wurden den Kindern u.a. Behandlungsmöglichkeiten vorgestellt und sie erhielten einen Überblick über das System der Rettungskette.

„Es kommt immer wieder vor, dass Kinder die Ersten an einem Unfallort sind – beispielsweise bei Haushaltsunfällen, wenn sie allein mit der Mutter oder dem Vater zuhause sind“, so Teckemeyer. „Es ist sehr wichtig, dass sie den Notruf 112 kennen und wissen, welche Angaben sie dabei machen müssen. Aber Kinder können auch direkt Hilfe leisten und viele von ihnen wollen es in solchen Situationen auch. Ansatz unserer Kurse ist es deswegen, dass wir ihnen zeigen, was gemacht werden kann – und dass sie keine Angst davor haben müssen.“

Teckemeyer wurde in den Kursen wieder von weiteren Mitarbeitenden aus dem Team der Klinik für Anästhesiologie und operative Intensivmedizin unterstützt.



Ferienpass-Kurse „Erste Hilfe für Kinder“ im Klinikum: Alica van der Veen und Dr. Guido Teckemeyer übten dabei mit den Mädchen und Jungen auch das Anlegen von Verbänden.

Besonders verlässliche Ausbildung

Neuer Erfolg für die Akademie des Klinikums Osnabrück: Die Aus- und Weiterbildungseinrichtung des Krankenhauses auf dem Osnabrücker Finkenhügel ist vor einigen Wochen zum zweiten Mal in Folge vom Kultusministerium des Landes mit der „Niedersächsischen Auszeichnung für besonders verlässliche Ausbildung“ in der Kategorie „Pflege“ geehrt worden.

Melanie Walter und Ute Sandtvos, Abteilungsleiterinnen für Berufliche Bildung und Betriebliche Berufsausbildung beim Kultusministerium, übergaben die mit einem Preisgeld von 1000 Euro verbundene Auszeichnung in Osnabrück an das Akademie-Team.

Zu den Besonderheiten der Ausbildungen an der Akademie gehört, dass die Theorie und die Praxis besonders eng verzahnt sind. Dazu wurde vor

drei Jahren bei der Umstellung auf die Generalistik, also die übergreifende Ausbildung ohne Einteilung u.a. in Alten- und Gesundheitspflege, ein neues Konzept eingeführt, bei dem der Praxisunterricht von der Akademieleitung gemeinsam mit der Pflegedirektion des Klinikums gesteuert wird. Dadurch erhalten die jungen Leute in den angebotenen Ausbildungen an der Akademie eine besonders gut organisierte praktische Berufsvorbereitung.

Bei Walter und Sandtvos kam im Gespräch mit Akademieleitung Kerstin Moldenhauer, Fachbereichsleiter Jürgen Striewski sowie mit Angelika Atrat und Margret Leyschulte von der Pflegedirektion außerdem besonders gut an, dass an der Ausbildungseinrichtung u.a. mit einer „Schulcloud“ und den technischen Möglichkeiten des Neubaus konsequent auf die Digitalisierung des Lernens gesetzt wird.



Kerstin Moldenhauer, Akademieleitung.

Gekommen, um zu bleiben

Erolina Kryeziu und Melissa Noack arbeiten im MVZ Hämatologie und Onkologie



Motto ist Programm (v.l.): Erolina Kryeziu, Janina Pulsfort und Melissa Noack schätzen ihre Arbeit im MVZ Hämatologie und Onkologie im Klinikum Osnabrück sehr.

Gute Bezahlung, flexible Arbeitszeiten und keine Schichtdienste, Angebote für Fort- und Weiterbildungen, Extra-Leistungen von Aqua-Fitness über Hansefit bis Jobrad: Den Medizinischen Fachangestellten Erolina Kryeziu (22) und Melissa Noack (21) fallen einige Gründe ein, warum sie sich auf ihrer Arbeitsstelle – dem Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) für Hämatologie und Onkologie im Klinikum Osnabrück – sehr wohl fühlen.

Erolina Kryeziu und Melissa Noack stammen beide aus Osnabrück und sind direkt nach der Schule in ihre Berufsausbildung im Klinikum Osnabrück eingestiegen. Sie freuen sich darüber, dass sie bei einem großen Gesundheitsdienstleister arbeiten, der sich an das Tarifsystem des öffentlichen Sektors hält. Mindestens ebenso sind es aber auch die Arbeitszeiten von 7:30 bis 16:00 Uhr, flexible Zeitkonten und andere gute Bedingungen, die eine Vereinbarkeit von Privat- bzw. später Familienleben mit dem Beruf ermöglichen, die sie an der Arbeit im Klinikum schätzen.

Neben drei Ärzten gehören 13 MFAs, 2 Gesundheits- und Krankenpfleger /innen und eine Sekretärin zu dem von der Onkologin und Palliativmedizinerin Dr. Sibylle Greiner geleiteten MVZ. Direkte Vorgesetzte von Erolina Kryeziu und Melissa Noack ist die Leitende Medizinische Fachangestellte Janina Pulsfort.

Wie Janina Pulsfort erklärt, sind sie mit sehr verantwortungsvollen und anspruchsvollen Aufgaben befasst.

So seien etwa für die unterschiedlichen Verfahren zum Verabreichen der für die Patienten individuell hergestellten Chemo-, Antikörper- oder Immuntherapien umfassende medizinische Kenntnisse erforderlich, die ständig aktuell gehalten werden müssen.

Die beiden jungen Damen finden, dass ihre Arbeit durch wechselnde Einsatzbereiche von der Anmeldung über Therapie, Sprechstundenassistenz, bis zum Labor mit viel Abwechslung verbunden ist. Vor allem gefällt es ihnen gut, dass sie viel Kontakt zu Menschen haben. „Ich höre es immer wieder, dass man sich die Arbeit in der Onkologie schrecklich und unangenehm vorstellt“, sagt Melissa Noack. „Aber das stimmt so nicht. Erst einmal kommt es nur selten vor, dass Patienten die Medikamente gar nicht gut vertragen, wenn sie bei uns sind. Und sie sind auch nicht immer traurig, sondern ganz im Gegenteil, sie fühlen sich gut aufgehoben in unserem MVZ und sind dankbar, dass ihnen geholfen wird.“

Wie Erolina Kryeziu sagt, ist es intensiv und erfüllend zugleich, die Patienten im Verlauf der Behandlungen zu begleiten. „Es ist mit jedem Menschen anders – aber es ist natürlich zu spüren, wie wichtig ihnen die Therapien sind, die sie bei uns bekommen. Ihnen helfen und sie unterstützen zu können, ist positiv für uns.“ Es seien zwar oft schwere Wege, die jeder einzelne Patient in unserem MVZ geht, ergänzt Janina Pulsfort, aber die Stimmung sei keinesfalls nur von Traurigkeit geprägt. In der Abteilung würde viel gelacht.

111 Examinierete in der Akademie des Klinikums

Erster Abschlussjahrgang der generalistischen Pflegeausbildung und der Physiotherapeuten



In insgesamt sechs feierlichen Zeremonien wurden die Abschlussprüfungen für Medizinisch-technische Laboratoriumsassistenten (MTLA), Medizinisch-technische Radiologieassistenten (MTRA), Physiotherapeuten, Hebammen und Pflegefachkräfte gefeiert. In der Klinikums-Akademie war es u.a. der erste Abschlussjahrgang mit generalistischer Pflegeausbildung und der erste Examensjahrgang für Physiotherapeuten. Insgesamt erhielten 111 Examinierete ihre wohlverdienten Zertifikate und feierten den Abschluss ihrer Ausbildung.

Der Höhepunkt und ein bedeutender Meilenstein in der beruflichen

Laufbahn ist ein bestandenes Examen und die dazugehörige Feier. In der Akademie des Klinikums feierten jetzt die 111 Absolventen ihre bestandenen Abschlussprüfungen. Die Veranstaltungen wurden von der Geschäftsführung des Klinikums, der Akademieleitung, den Lehrenden und zahlreichen Gästen begleitet, die ihre Anerkennung und Glückwünsche für 58 Pflegefachkräfte, 11 Medizinisch-technische Radiologieassistenten, 18 Medizinisch-technische Laboratoriumsassistenten, 12 Physiotherapeuten und 12 Hebammen aussprachen.

Frans Blok, Geschäftsführer der Klinikum Osnabrück GmbH, betonte bei den Feierlichkeiten die

Bedeutung der bestandenen Examen: „Die jeweilige Abschlussprüfung markiert den Übergang von der Ausbildung zur beruflichen Praxis. Es ist ein stolzer Moment für unsere Absolventen, und wir sind hier, um ihren Erfolg zu würdigen. Sie haben sich den Herausforderungen gestellt und bewiesen, dass sie bereit sind, ihren Platz im Gesundheitswesen einzunehmen.“

Auch freute sich Frans Blok darüber, dass viele Absolventen im Klinikum Osnabrück verbleiben. Er versprach, dass er und sein Geschäftsführerkollege Rudolf Küster die Absolventen weiterhin im beruflichen Wachstum fördern würden. Die Absolventen könnten stolz auf

ihre Leistungen sein und mit Optimismus in die Zukunft blicken. Die erfolgreiche Ausbildung und ihr Abschluss seien ein solides Fundament für eine erfüllende Karriere im Gesundheitswesen.

Auch Kerstin Moldenhauer, die Leiterin der Akademie, würdigte die Leistungen der Absolventen: „Die Examensfeier ist ein symbolischer Abschluss einer intensiven Ausbildung. Wir freuen uns sehr, dass wir unsere Absolventen auf ihrem Weg begleiten konnten. Ihre Leidenschaft und ihr Engagement sind bemerkenswert, und wir sind zuversichtlich, dass sie im Gesundheitswesen einen bedeutenden Beitrag leisten werden.“



Examierte Pflegefachkräfte - Kurs 20/08.



Examierte Pflegefachkräfte - Kurs 20/08D.



Examierte Pflegefachkräfte - Kurs 20/10.



Examierte - Pflegefachkräfte Kurs 20/10D.



Examierte Medizinisch-technische Radiologieassistenten - 58. Lehrgang MTRA.



Examierte Medizinisch-technische Laboratoriumsassistenten - 58. Lehrgang MTLA.



Examierte Physiotherapeuten - Kurs PT20.



Examierte Hebammen - Kurs 28.

Zugang zum Pflegeberuf jetzt noch einfacher



Foto: iStock/SDI Productions

Gute Nachrichten von der Ausbildung zum Pflegeassistenten: Durch eine Verordnung aus dem Kultusministerium ist in dem zweijährigen Einstiegsweg, der den Pflegeberuf und anschließende Laufbahnen auch für (junge) Menschen mit Hauptschulabschluss zugänglich macht, die Schulgeldfreiheit eingeführt worden. Damit soll die Attraktivität des Ausbildungswegs gesteigert und mehr dringend gesuchte Einsteiger für die Pflege gefunden werden.

In Osnabrück ist jetzt auch an der Akademie des Klinikums Osnabrück die Ausbildung zur Pflegeassistentin und zum Pflegeassistenten möglich. Die zweijährige Ausbildung ist grundsätzlich auch Menschen zugänglich, die eine Förderung durch die Agentur für Arbeit oder des Jobcenters beziehen, also als Umschulung. Auch könne Anspruch auf Leistungen nach dem Bundesausbildungsförderungsgesetz (BAföG) bestehen. Die Zugangs-/Fördermöglichkeiten müssten jedoch im Einzelfall geprüft werden.

An der Akademie des Klinikums Osnabrück soll mit der neuen Ausbildung ein weiterer Zugang in den Pflegeberuf geschaffen werden. Besonderheit an der Akademie ist es, dass den Teilnehmenden in dem zweijährigen Ausbildungszeitraum

ein monatliches „Praktikumsentgelt“ in Höhe von 450 Euro gezahlt wird. Damit soll nach den Worten von Akademieleitung Kerstin Moldenhauer verdeutlicht werden, dass Einsteiger in den Pflegeberuf wertgeschätzt sind – egal ob in der „kleinen“ oder „großen“ Ausbildung.

Wie Moldenhauer erläutert, gliedert sich die Ausbildung in Schul- und Praktikumsphasen. Laut Moldenhauer durchlaufen die Schüler in den Praktika diverse Stationen und Fachbereiche, bei denen sie alle Teile des Klinikums kennenlernen. Ein Praktikum muss „außer Haus“ absolviert werden.

Wie die Akademieleitung beschreibt, qualifizieren sich die Teilnehmer in der Assistentenausbildung für pflegerische Basisaufgaben. Sie können im stationären, teilstationären oder häuslichen Umfeld arbeiten – also in Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen oder bei Pflegediensten. „Die Absolventen erwerben mit dem erfolgreichen Abschluss den Sekundarabschluss I – also einen Realschulabschluss –, mit dem sie für alle weiteren Ausbildungen oder Bildungsgänge qualifiziert sind“, so Moldenhauer. „Wer im gelernten Bereich bleibt, kann die Ausbildung zum Pflegefachmann oder zur Pflegefachfrau verkürzen – also gleich im zweiten Jahr einsteigen.“


 DIE AKADEMIE
DES KLINIKUMS OSNABRÜCK


 JETZT NOCH
BEWERBEN

Ausbildungsberufe (m/w/d)

- Pflegefachfrau/-mann (Start 1.4., 1.8. und 1.10.)
- Pflegeassistent/-in
- Operationstechnische/r Assistent/-in (OTA)
- Med. Technologe/Technologin für Laboratoriumsanalytik (MTL)
- Med. Technologe/Technologin für Radiologie (MTR)
- Physiotherapeut/-in

Neue Berufsperspektiven für Quereinsteiger (m/w/d)

- Umschulungsmaßnahmen zur/m Pflegefachfrau/-mann
- Verkürzte Ausbildung für Pflegeassistenten
- Anerkennung ausländischer pflegerischer Berufsabschlüsse

Studium

- Pflege dual B.Sc.**
- Hebammenwissenschaft B.Sc.**
- Therapie- und Pflegewissenschaft B.Sc.**

*in Kooperation mit der der Hochschule Osnabrück
** in Kooperation mit der Hamburger Fern-Hochschule

Neue Auszubildende starten am Klinikum in ihr Berufsleben

199 neue Azubis haben in diesem Jahr ihre Ausbildung am Klinikum Osnabrück in den Bereichen Pflege und Pflegeassistent, in der Physiotherapie sowie in den Bereichen MTL, MTR und OTA sowie der Hebammenwissenschaft begonnen. Für die Auszubildenden, die mehrheitlich der „Generation Z“ entspringen, spielt die Unternehmenskultur eine herausragende Rolle. Eine ehrliche

und offene Kommunikation ist den Nachwuchskräften besonders wichtig, die sich zudem gerne mit neuen Ideen und Konzepten bei ihrem Arbeitgeber einbringen wollen. Nachhaltigkeit und soziales Engagement spielen ebenfalls für die jungen Arbeitnehmer/innen eine große Rolle – im Klinikum finden die Azubis für diese Wünsche und Anforderungen ein optimales Arbeitsumfeld.



**Infos zu Einstiegsmöglichkeiten
etc. gibt es hier!**

[www.akademie-klinikum.de/
ausbildung-zum-zur-pflegeassistenten-in/](http://www.akademie-klinikum.de/ausbildung-zum-zur-pflegeassistenten-in/)

Die Gesundheitswoche im Klinikum

Gefragte Angebote für Mitarbeitende

Sport und Entspannung in der freien Natur, Kurse gegen Stress und für mehr Achtsamkeit, Workshops u.a. zu gesunder Ernährung: Mit solchen Angeboten stand im Klinikum Osnabrück eine ganze Woche lang das Wohlbefinden der Mitarbeitenden im Vordergrund.

In einer „Gesundheitswoche“ liefen Vorträge sowie Kurs- und Mitmachangebote aus allen Bereichen von Fitness bis Stressbewältigung, an denen sich die Mitarbeiter des Hauses beteiligen konnten. Alles in allem standen über 20 Angebote auf dem Programm. Neben Yoga und Outdoor-Naturtraining gab es zudem viele Vorträge zu Themen wie Schlaf/Atmung, Resilienz und Achtsamkeit sowie Sport-/Bewegungssprechstunden. Dabei wurden viele Themen angesprochen und vermittelt, die zum Erhalt der Gesundheit im Arbeitsalltag wichtig sind.

Den Abschluss bildete ein „Tag der Familie“ mit Angeboten zur Vereinbarkeit von Berufs- und Privatleben, bei dem eine Nachmittagsbetreuung für Kinder mit einer Kunstaktion lief. Die Woche wurde von Dr. Stephanie Nobis und ihrem Team von der



Streckt vor eure Füße: Das Barfußfußtraining mit Andreas Penquitt war ein gefragtes Angebot in der Gesundheitswoche. Die Kurse wurden bei schönem Wetter draußen auf einer Wiese am Klinikum durchgeführt.

Abteilung Personalentwicklung und Betriebliches Gesundheitsmanagement (PE/BGM) organisiert.

Wie BGM-Mitarbeiterin Andrea Just erklärte, gab es in der Vergangenheit einzelne Gesundheitstage mit solchen Angeboten für die Mitarbeitenden. Die Woche mit den drei Aktionstagen sei aufgelegt worden, um mehr Beteiligungsmöglichkeiten zu schaffen, die wichtigen (Gesundheits-)Themen noch umfassender zu vermitteln und noch bessere Zugänge

zu den BGM-Angeboten zu schaffen, die das Klinikum ständig für die Mitarbeitenden vorhält. Dabei reicht das Spektrum von Babyschwimmen und Bewegungsangeboten für Kinder über Yoga und Resilienz-Kurse bis zu Hilfen in besonderen Lebenssituationen. Außerdem bestehen Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten in ganz vielen Bereichen an der Akademie des Klinikums.

Die Gesundheitswoche stand unter dem Projektnamen „Wir sind

KOSTbar“ – ein Projekt der Personalentwicklung und des Betrieblichen Gesundheitsmanagements, welches von Sommer 2022 bis zum Sommer 2024 am Klinikum läuft. Mit dem Projekt sollen die Mitarbeitenden als kostbarer Bestandteil des Klinikums wertgeschätzt und die Gesundheit und das Wohlbefinden in den Mittelpunkt gestellt werden. Hierfür werden den Mitarbeitenden die vielfältigen Angebote der PE/BGM vorgestellt. Jedes Team hat die Möglichkeit im Rahmen des Projekts eine Aktion für sich zu buchen (z.B. ein Resilienz-Kurs, Rücken-Checks, Supervisionen). Finanziell unterstützt wird das Projekt durch die AOK Niedersachsen.

Um auch zukünftig Belastungsschwerpunkte und Veränderungsansätze herauszustellen, startete direkt zu Beginn der Gesundheitswoche eine Mitarbeiterbefragung. Diese wird nach Befragungsende den Mitarbeitenden vorgestellt und daraufhin werden geeignete Maßnahmen zur Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit abgeleitet und initiiert. Das kostbarste Gut im Krankenhaus sind die Mitarbeitenden – dies will das Klinikum Osnabrück weiter forcieren.

Zertifizierte Schwerpunktambulanz für Herzinsuffizienz

Seit dem vergangenen Jahr hat das Klinikum Osnabrück eine zertifizierte Schwerpunktambulanz für Patientinnen und Patienten mit einer Herzmuskelschwäche (Herzinsuffizienz). Damit hat das Klinikum Osnabrück eine neue Versorgungsstufe erreicht und ist somit das erste Krankenhaus in der Stadt mit einer zertifizierten Heart-Failure-Unit (HFU), die innerhalb eines Jahres entstanden ist.

Durch eine Kooperation zwischen der Klinik für Kardiologie des Klinikums Osnabrück und der Klinik für Herzchirurgie der Schüchtermann Klinik in Bad Rothenfelde konnte ein überregionales Schwerpunktzentrum erschaffen werden, das ein lückenloses Behandlungskonzept mit allen diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten für unsere Patientinnen und Patienten mit einer Herzinsuffizienz bietet.

So können weitere Therapieschritte, die erforderlich sind, interdisziplinär mit verschiedenen Spezialisten besprochen, geplant und festgelegt werden. Des Weiteren wird eine engere Verzahnung zwischen Hausärzten, Kardiologen, speziell ausgebildeten Fachkräften (sog. „Heart Failure Nurses“) und den Kliniken gewährleistet, um

eine noch bessere Behandlung, Versorgung und Anbindung von Patienten und Patientinnen mit einer Herzinsuffizienz sicherzustellen.

Für zuweisende Ärzte steht eine 24h-Einweiser-Hotline unter der Telefonnummer +49 (0) 541 405-60 6412 zur Verfügung, um eine ständige Erreichbarkeit zu garantieren.



Das Team der Heart-Failure-Unit (HFU) am Klinikum Osnabrück: Chefarzt der Medizinischen Klinik I PD Dr. C. Schneider (l.v.re) und das Heart-Failure-Unit-Team.

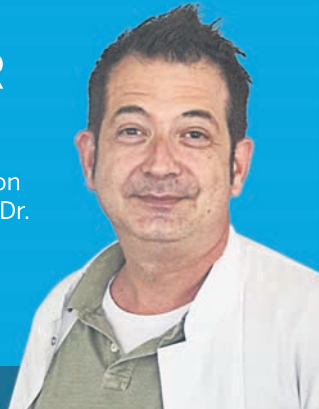
Was ist eine „Herzinsuffizienz“?

Bei einer Herzinsuffizienz – umgangssprachlich auch als Herzschwäche bezeichnet – ist der Herzmuskel zu schwach oder zu versteift, um genug Blut in den Körperkreislauf zu pumpen und somit die Organe ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen zu versorgen. Es kommt zu einem Rückstau des Blutes und somit zu Wassereinlagerungen (Ödemen) in Beinen, im Bauchraum, in der Lunge oder in den Halsvenen. Patienten mit einer Herzinsuffizienz sind daher schneller abgeschlagen, kraftlos, müde und bekommen schlechter Luft. Von der Herzinsuffizienz betroffen sind rund vier Millionen Menschen in der Bundesrepublik.

Neu im Klinikum

DR. AYHAN BERBER

Seit April 2023 ist Herr Dr. Ayhan Berber als Sektionsleiter Pneumologie bei uns beschäftigt und hat damit die Nachfolge von Herrn Dr. Hagen Vorwerk angetreten. Herr Dr. Berber ist Facharzt für Innere Medizin und Pneumologie und war zuvor 8 Jahre als Oberarzt im Mathias-Spital Rheine tätig.



DR. MAIK BRUNE

Anfang Juli haben wir auch Herrn Dr. Maik Brune als neuen geschäftsführenden Oberarzt der Abteilung Laboratoriumsmedizin, Transfusionsmedizin, Mikrobiologie und Immunhämatologie begrüßt. Herr Dr. Brune hat Biologie und Medizin in Bielefeld und Münster studiert, ist Diplom-Biologe und Facharzt für Laboratoriumsmedizin. Zuvor war Herr Dr. Brune am Universitätsklinikum Heidelberg und am MVZ für Labormedizin Heppenheim tätig.



PASTORIN ANDREA HEßLING

NEU IM SEELSORGETEAM

Mit Pastorin Andrea Heßling hat das Seelsorgeteam im Klinikum Verstärkung bekommen. Frau Heßling ist Pastorin und hat in Münster und Bethel studiert. Zuletzt war Frau Heßling als Krankenhaus-Seelsorgerin in der Schüchtermann-Klinik in Bad Rothenfelde tätig. Andrea Heßling wurde am 5. Juli in einem Gottesdienst in der Kapelle des Klinikums in ihr Amt eingeführt.



DR. LARS HEUER

Als neuen Sektionsleiter der Hämostaseologie haben wir Anfang Juli dieses Jahres Herrn Dr. Lars Heuer begrüßt. Herr Dr. Heuer ist Facharzt für Anästhesiologie, Spez. Intensivmedizin, Notfallmedizin und Hämostaseologie. Vor seinem Antritt im Klinikum war Herr Dr. Heuer im Krankenhaus Anikum tätig.



Annette Sechelmann ist Demenzbeauftragte des Klinikums

Stationen mit „Demenz-Boxen“ ausgestattet

Der Umgang mit Demenzerkrankten und Menschen mit anderen kognitiven Beeinträchtigungen stellt Krankenhäuser vor große Herausforderungen. Nach den Angaben von Annette Sechelmann von der Pflegedienstleitung des Klinikums Osnabrück wird geschätzt, dass bereits jeder fünfte Erkrankte in deutschen Krankenhäusern von kognitiven Einschränkungen betroffen ist.

Im Klinikum Osnabrück ist mit Annette Sechelmann jetzt offiziell eine „Demenzbeauftragte“ benannt worden. Diese Position muss nach einer Neufassung des Niedersächsischen Krankenhausgesetzes seit dem 1. Juli in allen Kliniken besetzt werden – aber tatsächlich macht Sechelmann diesen Job schon seit Jahren und sie ist nicht allein. Zurzeit sind im Klinikum bereits 15 Mitarbeitende dauerhaft als Ansprechpersonen für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen eingesetzt, die sich in einem eigenen Lehrgang für den Einsatz qualifiziert haben.

Wie Sechelmann erklärt, sind viele Mitarbeitende grundlegend darin geschult, Demenzerkrankungen bei Patientinnen und Patienten zu erkennen und mit ihnen umzugehen. „Solche Kenntnisse vermitteln wir in einer Fortbildung an der Klinikums-Akademie“, so Sechelmann. „Sie steht Mitarbeitenden aus allen Bereichen von der Pflege über die Krankenhaus-Information bis zum medizinischen Team offen. Wir empfehlen, dass möglichst alle sie machen sollten und es gibt dabei eine gute Beteiligung.“ Dadurch seien überall jederzeit Mitarbeitende vorhanden, die mit den Belangen von Demenzerkrankten vertraut sind und gegebenenfalls die Beauftragten hinzuziehen können.

Wie Sechelmann schildert, stellt sich das Klinikum schon seit fast zehn Jahren auf die wachsenden Anforderungen bei der Versorgung von Demenzerkrankten ein.

„Wir haben auch bereits in dieser Zeit angefangen, uns auf die Anforderungen im Umgang mit diesen

Patienten einzustellen, indem wir die Fortbildung für die Mitarbeitenden konzipiert haben. Den ersten Kurs haben wir 2016 angeboten.“ Um die Kommunikation mit den Demenzerkrankten zu erleichtern, seien anschließend spezielle „Biografie-Fragebögen“ eingeführt worden, in denen persönliche Informationen etwa zur individuellen Biografie, Vorlieben/Abneigungen, Charaktereigenschaften, Alltagsrituale etc. ermittelt werden. „Solche Informationen erleichtern die Ansprache. Wir versuchen, diese Fragebögen bei oder am besten vor der Aufnahme mit Angehörigen auszufüllen.“

Als weitere Neuerung wurden alle Stationen mit sogenannten „Demenz-Boxen“ ausgestattet, die u.a. Uhren, Liederbücher, Puzzles, Vorlagen und Stifte zum Mandala-Malen, Kuschelecken, spezielle Lampen und Duftzerstäuber sowie anderes Material enthalten. „Die Hilfsmittel können genutzt werden, um die Erkrankten zu beruhigen, zu beschäftigen, ihnen die Orientierung zu ermöglichen oder ihre Ansprache zu erleichtern.“

Kontakt über Tel.
+49 (0) 541 405-4215
und per E-Mail über
annette.sechelmann@klinikum-os.de.



Annette Sechelmann mit einer der „Demenz-Boxen“ mit Material für Erkrankte.

Krankenhausreform:

Reger Austausch in Bad Bentheim

Zahlreiche namhafte Mitglieder aus dem Gesundheitswesen, vorrangig aus der deutsch-niederländischen Grenzregion, nahmen an der „Beirats-Visite“ der Gesundheitsregion EUREGIO auf der Burg Bentheim teil. Erstmals nahmen auch die neu berufenen Beiratsmitglieder Bärbel Rosensträter (Erste Kreisrätin, Landkreis Osnabrück), Frans Blok (Geschäftsführer, Klinikum Osnabrück) und Jan den Boon (Vorstandsvorsitzender Medisch Spectrum Twente, Enschede) an der Sitzung teil.



Fotos: Euregio Ehrenmitglied Franz Fieling.

Im thematischen Mittelpunkt der Zusammenkunft stand die aktuelle Krankenhausreform von Bund und Ländern. Unter anderem ist geplant, die bestehenden Kliniken in Level einzuteilen – vom Grund- bis zum Maximalversorger. Die Aufteilung soll unter anderem dafür sorgen, dass Kompetenzen klar zugeteilt werden. Der Gedanke dahinter: Nicht jedes Krankenhaus

muss sämtliche Angebote vorhalten. „Nicht der schnellste Weg muss entscheidend sein, sondern der richtige

Weg ins richtige Krankenhaus“, erklärte der niedersächsische Minister für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Gleichstellung Dr. Andreas Philippi, Vorsitzender des Beirates der Gesundheitsregion EUREGIO.

Neben der neuen Reform gab es noch weitere wichtige Themen, die angesprochen wurden, wie beispielsweise die nachhaltige Standortsicherung und Krisenresilienz von Krankenhäusern oder auch finanzielle Fragen. Ein besonders wichtiges Thema war auch die derzeit angespannte Lage in der Pflege. Der Fachkräftemangel macht sich in Anbetracht des steigenden Versorgungsbedarfs in der gesamten Kliniklandschaft bemerkbar.

Die „Beirats-Visite“ legt den Grundstein für die anstehende Krankenhaus-Regionalkonferenz für die Versorgungsregion acht (Stadt und Landkreis Osnabrück, Emsland und Grafschaft Bentheim).

Zertifizierungen

In den vergangenen Wochen wurden folgende (Re)-Zertifizierungsverfahren erfolgreich im Klinikum Osnabrück abgeschlossen: DIN ISO-Zertifizierung, Viszeralonkologisches Zentrum, die Alterstraumatologie, die Geriatrie, die neurologische Frührehabilitation und die rehabilitative Suchtmittelmedizin in der Möhringsburg. Wir gratulieren allen beteiligten Teams zu diesem Erfolg und sind sehr stolz.



Magnet4Europe (M4E)

Das Zertifikat Magnetk^{an}nenhaus[®] steht für hervorragende Arbeitsbedingungen, effiziente Prozesse und eine hohe Qualität der Patientenversorgung.

Eine der größten Herausforderungen bei Etablierung des Magnet-Konzeptes ist die Information und Beteiligung der Mitarbeitenden. Die Umsetzung des Magnet-Konzeptes kann nur gemeinsam erfolgen. Das Klinikum setzt deshalb darauf, den Mitarbeitenden Einblicke in die Magnet-Welt zu ermöglichen. Die Erkenntnisse werden hausintern gestreut und erste Handlungsinspirationen, wie z.B. das „Verbeterbord“ (eine Tafel mit Platz für Verbesserungen und deren Bearbeitungsstatus) wurden unmittelbar umgesetzt.

Zudem sind bereits erste Projekte gestartet: Der Fachzirkel Pflege erstellt derzeit einen neuen Patientensicherheitsplan, in dem die vielen zugehörigen Maßnahmen des Klinikums sowie Betriebsvereinbarungen, Checklisten usw., zusammengefasst

werden. Ziel ist es, eine noch bessere Ausgangslage für Optimierungen im Bereich der Patientensicherheit zu erlangen.

Das Pilotprojekt Berufszufriedenheit begann mit einer Informations- und Diskussionsveranstaltung. Das Team einer Station hat herausgearbeitet, wie die eigene Berufszufriedenheit verbessert werden kann. Daraus wurden Interventionen abgeleitet, die derzeit in der Umsetzung sind.

Die genannten Beispiele betonen die Vielseitigkeit und Tiefe des Magnetk^{an}nenhaus-Konzeptes. Nachdem der Grundstein durch die Teilnahme am M4E-Projekt gelegt wurde, ist nun Durchhaltevermögen wichtig. Es ist nicht unüblich, dass einige Jahre zwischen Zielfestlegung und Zertifizierung vergehen. Zudem darf sich bislang kein einziges deutsches Krankenhaus Magnetk^{an}nenhaus nennen. Ein Vorteil ist, dass die positiven Auswirkungen des Projekts für Patienten und Mitarbeitende zunehmend spürbarer werden.



Kontakt

Dr. Nadine Steckling-Muschack
Stabsstelle Magnetk^{an}nenhaus
Pflegedirektion
Klinikum Osnabrück GmbH

Am Finkenhügel 1
49076 Osnabrück

Telefon: + 49 (0) 541 405-4206

E-Mail:
nadine.steckling-muschack@
klinikum-os.de;
magnet@klinikum-os.de

Warum Gesundwerden auch durch den Magen geht

Klinikum verbessert ernährungsmedizinische Versorgung

Ernährungsmedizin spielt im Krankenhausalltag eine wichtige Rolle. Die krankheitsbedingte Mangelernährung tritt bereits bei Aufnahme ins Krankenhaus bei bis zu einem Drittel der Patienten und Patientinnen auf. Die Prognose der Betroffenen verschlechtert sich, die Komplikationsrate steigt und sogar die Überlebensrate sinkt.

Wie Chefarzt PD Dr. Jürgen Tepel und die Chirurgin und Ernährungsmedizinerin Dr. Anna Ditz, Leiterin des Ernährungsteams, von der Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie erklären, wurde im Klinikum Osnabrück bereits 2017 in der Chirurgie begonnen, betroffene Patienten zusätzlich zu den unmittelbaren Therapien auch ernährungsmedizinisch zu versorgen. Dabei ist die Ernährungsmedizin ein fester Bestandteil des Behandlungskonzepts. Mittlerweile beziehen weitere Fachbereiche die Ernährungsmedizin in dieser Form mit in die Behandlung von Erkrankten ein.

Kernarbeit des fünfköpfigen Ernährungsteams ist die Begleitung von mangelernährten Patientinnen und Patienten in Form von individuellen



Prost, Kaffee: Tanja Wilde (2.v.l.) und Hans-Jürgen Nietiedt mit Jana Pappert (l.) und Kathrin Middendorf vom Ernährungsteam des Klinikums.

Beratungen zur angepassten Ernährung, aber auch die Berechnung und Überwachung einer künstlichen Ernährung, wenn diese notwendig ist. Die enge Zusammenarbeit mit der Küche des Klinikums ermöglicht unter anderem eine individuelle Gestaltung des Speiseplans für Menschen mit stark eingeschränktem Appetit.

Tanja Wilde (50) aus Osnabrück gehört zu den Patientinnen des Klinikums, bei deren Behandlung die

Ernährungsmedizin eine besonders wichtige Rolle gespielt hat. „Ich war durch meinen Darmkrebs von extremem Gewichtsverlust betroffen“, berichtet sie. „Ich habe es dann durch die Hilfe der Ernährungsberatung noch in der Behandlung geschafft, wieder zuzunehmen.“ Sie achtet bis jetzt auf die Ratschläge der Ernährungsexpertinnen. „Ich habe die Therapie abgeschlossen und mir geht es super gut“, sagt sie. „Dass sich das

Team so viel Zeit genommen hat, war toll für mich.“

Auch bei Entzündungen der Bauchspeicheldrüse kann es durch Mangelernährung zu gefährlichen Komplikationen kommen. Das musste auch Hans-Jürgen Nietiedt (69) aus Westerkappeln am eigenen Leib erfahren. Er bekam im März 2021 die Diagnose akute, nekrotisierende Bauchspeicheldrüsenerkrankung. Auch er war von einem extremen Gewichtsverlust betroffen. „Ich habe vorher immer etwa 92 Kilogramm gewogen – schließlich waren es nur noch 60 Kilogramm“, berichtet er. Jetzt nimmt er noch ein Medikament ein, das seine Verdauung unterstützt, und hat wieder sein Normalgewicht erreicht.

„Wichtig ist, dass die Ernährungstherapien im Anschluss von den Hausärzten fortgesetzt werden. Wir haben unser Entlassungsmanagement so aufgestellt, dass alle Patienten entsprechende Empfehlungen erhalten“, erklärt Dr. Ditz. So wird sichergestellt, dass die Mangelernährung nicht nur während des Krankenhausaufenthaltes ein fester Bestandteil der Therapie ist.

„Wohnortnahe Krebsmedizin auf höchstem Niveau“

Um Krebserkrankten aus der Region auch weiterhin eine Behandlung auf dem neuesten Stand der klinischen Forschung gewährleisten zu können, ist die Klinik für Onkologie, Hämatologie und Blutstammzelltransplantation des Klinikums Osnabrück eine weitere Kooperation mit dem Universitätsklinikum Münster (UKM) eingegangen. Als Netzwerkpartner des Westdeutschen Tumorzentrums Essen/Münster (WTZ) werden hochmoderne Therapiekonzepte für Erkrankte, auch mit seltenen Tumorentitäten, direkt in Osnabrück zugänglich gemacht. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit von onkologischen Zentren mit entsprechender Vernetzung profitieren alle Kooperationspartner nachhaltig voneinander.

Bereits seit Oktober 2019 kooperieren im Westdeutschen Tumorzentrum (WTZ) die onkologischen Zentren der Universitätsmedizin Essen und des Universitätsklinikums

Münster für die Weiterentwicklung der Krebsmedizin und eine optimale Patientenversorgung im Ruhrgebiet und in Westfalen. Durch die nunmehr geschlossene Kooperation des Klinikums Osnabrück mit dem WTZ in Münster profitieren die Patienten in und um Osnabrück nun auch über die Landesgrenze hinaus.

„Wir arbeiten im Bereich der Behandlung von hämatologischen Erkrankungen, etwa akuten Leukämien, Multiplen Myelomen und Lymphomen, bereits seit Jahren sehr gut und eng mit dem UKM zusammen“, so Dr. Corinna Petz, Chefärztin der Klinik für Onkologie, Hämatologie und Blutstammzelltransplantation am Klinikum Osnabrück. „Mich freut es sehr, dass wir diese Kooperation nun auch auf weitere Bereiche der Onkologie und Hämatologie ausgedehnt haben. Dadurch können wir unseren Patientinnen und Patienten mit bösartigen Tumor- oder Bluterkrankungen schnell und vor allem wohnortnah

Zugang zu einer Krebsmedizin auf höchstem Niveau ermöglichen.“

Wie Petz erklärt, bietet die Kooperation auch die Möglichkeit interdisziplinärer Fallkonferenzen, molekularer Tumorboards und die

Behandlung von Patienten innerhalb von innovativen Studienkonzepten. Auch der Aufbau einheitlicher Behandlungs- und Versorgungspfade sowie die Qualifikation und Weiterbildung der Mitarbeitenden sei geplant.



Gemeinsam gegen Krebs: (v.l.) Prof. Philipp Lenz, Geschäftsführer des WTZ Münster, Frans Blok, Geschäftsführer des Klinikums Osnabrück, Prof. Georg Lenz, Direktor der Medizinischen Klinik A am UKM und Wissenschaftlicher Direktor des WTZ Münster, Dr. Corinna Petz, Chefärztin der Klinik für Onkologie, Hämatologie und Stammzelltransplantationszentrum am Klinikum Osnabrück, Prof. Alex W. Friedrich, Ärztlicher Direktor und Vorstandsvorsitzender des UKM, und Prof. Annalen Bleckmann, Direktorin des WTZ Münster. Foto: UKM/ Wibberg



Vorbeugetipps Diabetes Typ 2

Ernährung, Stress und das eigene Aktivitätslevel spielen eine große Rolle, ob man an Typ-2-Diabetes erkrankt oder nicht. Dr. med. habil. Johannes Rey, Chefarzt der Klinik für Allgemeine Innere Medizin, Gastroenterologie, Hepatologie, diagnostische und interventionelle Endoskopie, Diabetologie und Ernährungsmedizin, kennt Maßnahmen, um der Erkrankung vorzubeugen.

Gewichtskontrolle

Übergewicht ist ein großer Risikofaktor für die Entwicklung von Typ-2-Diabetes. Es ist sinnvoll, bei Übergewicht abzunehmen oder das Normalgewicht zu halten, um der Erkrankung vorzubeugen. Regelmäßige Bewegung und eine gesunde Ernährung können beim Abnehmen helfen.

Ausreichend Bewegung

Regelmäßige Bewegung im Alltag kann helfen, um Typ-2-Diabetes vorzubeugen. Mindestens 30 Minuten täglich werden empfohlen. Die Bewegung sollte durchaus leicht anstrengend sein. Schon einfache Dinge können helfen, dieses Ziel zu erreichen: beispielsweise die Treppe zu nehmen, statt in den Aufzug zu steigen oder beim Telefonieren durch die Wohnung zu laufen. Jeder Schritt zählt!

Abwechslungsreiche Ernährung

Eine abwechslungsreiche, sowie Salz- und Zuckersarme Ernährung kann Typ-2-Diabetes vorbeugen. Vor allem pflanzliche Kost wirken laut Studien vorbeugend. Reichlich Obst und Gemüse sowie Vollkornprodukte sollten zur Ernährung gehören. Hülsenfrüchte, wie Erbsen, Bohnen und Linsen, erhöhen die Ballaststoffbilanz. Das hilft bei einem gestörten Zucker- und Fettstoffwechsel.

In Wurst stecken große Mengen Fett, die vermieden werden sollten. Eine größtenteils pflanzliche Ernährungsweise hilft bei der Vorbeugung. Fleisch sollte nicht täglich gegessen werden. Auch viele Käsesorten tragen viel Fett in sich. Bei Fleisch und Käse sollte auf die fettärmere Variante zurückgegriffen werden. Fisch ist für eine ausgewogene Ernährung sehr zu empfehlen.

Auch Softdrinks sollten größtenteils aus dem Ernährungsplan gestrichen werden. In Limo-

nade, Cola und in Fruchtsäften befinden sich große Mengen Zucker, die den Blutzucker- und Insulinspiegel hochtreiben. Das begünstigt nicht nur Übergewicht und Adipositas, sondern fördert auch eine Insulin-Resistenz, die zu Typ-2-Diabetes führen kann. Wasser ist die gesündere Alternative.

Hilfreich hingegen kann Kaffee sein. Laut Studien können 4, maximal 7 Tassen, täglich das Risiko um 25% senken, an Typ-2-Diabetes zu erkranken.

Alkoholische Getränke in Maßen

Alkoholische Getränke erhöhen die Blutzuckerwerte, schädigen die Nerven und können zu einer Alkohol-bedingten Fettleber führen. Das steigert das Diabetes-Risiko beträchtlich. Alkohol sollte daher nur in Maßen genossen werden.

Mit dem Rauchen aufhören

Nikotin ist ein bedeutender Risikofaktor. Die schädlichen Substanzen wirken sich negativ auf das Fettgewebe aus, wodurch der Stoffwechsel negativ beeinflusst wird. Mit dem Rauchen aufzuhören, senkt das Diabetes-Risiko um 30 bis 50%.

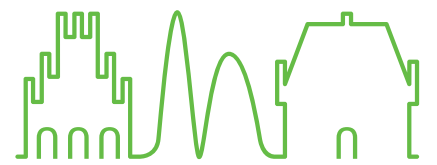
Ausreichend Schlaf

Schlafmangel wirkt sich negativ auf Blutzuckerwerte, so wie auf die Insulinwirkung und Insulinausschüttung aus. Schlafstörungen sind eng mit Diabetes verbunden.

Stress vermeiden

Durch Stress steigt der Blutzuckerspiegel, was wiederum Typ-2-Diabetes begünstigt. Pausen und Auszeiten sind wichtig, um Stress zu vermeiden und gesund zu bleiben. Entspannungstechniken, Sport oder andere Freizeitaktivitäten können helfen, Stress zu bewältigen und zu reduzieren.

EBOS – Epilepsie verstehen



EPILEPSIEZENTRUM Münster-Osnabrück

Epilepsien gehören zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen. Abgesehen von epileptischen Anfällen macht sich diese Erkrankung auf verschiedene Weisen bemerkbar. Nach einer Diagnostik tauchen daher viele Fragen auf, für die oft medizinische, psychosoziale oder sogar sozialrechtliche Kenntnisse notwendig sind.

Bei der Epilepsieberatung Osnabrück (EBOS) können sich Betroffene und Angehörige rund um das Thema „Epilepsie“ beraten lassen, um ein Leben mit Epilepsie besser meistern zu können. Dazu gehören allgemeine Fragen zu Anfalls- und Epilepsieformen, zur Ursache und Behandlungsmöglichkeiten oder auch zur Risikoeinschätzung. Aber auch in versicherungsrechtlichen Fragen oder Fragen in beruflichen Belangen können Betroffene Hilfe bekommen. Dadurch soll für Betroffene eine verbesserte Gesundheitsversorgung ermöglicht werden.

Die Beratungen sind kostenfrei und vertraulich. Es ist keine Überweisung notwendig.

**Kick-off
Beratungsstelle EBOS**
am Sa., 7.10.2023,
10:30 bis 12:00 Uhr im
Klinikum Osnabrück
(Raum 'Siegfried Pelz').

Sprechstunde:
Donnerstags, 14:00-16:00 Uhr und
nach Vereinbarung Station 09.2
Raumnummer 36

Lesen Sie in der nächsten Ausgabe, wie Sie Stürze vorbeugen.



Jeden 2. Freitag,
überall wo es
Podcasts gibt

Krankenhaus- führungen

Sie interessieren sich für einen Blick hinter die Kulissen des Klinikums Osnabrück? Dann buchen Sie Ihre individuelle Führung. Lernen Sie Bereiche wie das Labor, den OP oder das MVZ kennen und erfahren Sie, wie das Krankenhaus funktioniert.

Kontakt:

Frauke Dinklage
Abteilung Marketing /
Unternehmenskommunikation
Telefon: +49 (0) 541 405-5101
E-Mail:
frauke.dinklage@klinikum-os.de

Die Führungen können aktuell mit maximal 10 Personen stattfinden.

Termine/ Veranstaltungen

Jeden 2. Dienstag
Infoabend Geburtshilfe & Kreißaalführung
Weitere Informationen finden Sie unter www.klinikum-os.de

Samstag, 07. Oktober 2023
Kick-off
Epilepsieberatungsstelle Osnabrück (EBOS)
10:30 - 12:00 Uhr
Ort: Raum Siegfried Pelz
(ehem. Café Vital)

Sonntag, 08. Oktober 2023
Soft Opening Ausstellung „Der Frieden lässt uns keine Ruhe“
10:00 - 12:00 Uhr
Ort: Klinikum, Ebene 0

Samstag, 09. März 2024
15. Osnabrücker Symposium
State of the Art in Orthopädie,
Unfallchirurgie & Physiotherapie
Ort: Vienna House Remarque



Update Green Hospital



Das **Projekt 'Green Hospital'** ist aktiv in Bearbeitung und befindet sich weiterhin in enger Abstimmung mit unserem Aufsichtsrat. Entsprechende Förderanträge wurden beim Bund und dem Land Niedersachsen eingereicht. Wir setzen alles daran, die nachhaltigen Ziele und Visionen des Green Hospitals erfolgreich umzusetzen und sind überzeugt, dass wir mit diesem Projekt bedeutende Fortschritte erzielen werden, um in Osnabrück nachhaltig CO₂ zu reduzieren.“

Rudolf Küster, Geschäftsführer



Der Frieden lässt uns keine Ruhe
Ute Krugmann

Frieden ist ein Prozess, an dem sich Jede(r) beteiligen kann.

Wie fühlt sich Frieden an? Was bringt uns in Unruhe und lässt uns keinen Frieden? Mit was füttern wir unseren Geist? Frieden gäbe es nur dann, wenn die Menschen gegen das Rechthaben und das Siegen wären, oder?

Wer mit sich in Frieden lebt, kommt nicht in Versuchung, Anderen den Krieg zu erklären.

Je mehr Menschen sich für den Frieden stark machen, desto größer die Chance, Konflikte in Zukunft häufiger vorausschauender und friedlich zu lösen.

Seien auch Sie mit dabei!

Mit dem Frieden beschäftigen wir uns ein Leben lang.

Wir wollen leben, wir wollen Lebensqualität. Die Arbeit daran wird nie „fertig“. Sie ist ein fortwährender Prozess.

So ist auch diese Ausstellung zum Start am 06. August 2023 noch nicht „fertig“. Es werden fortlaufend noch neue Exponate hinzukommen.

Ich freue mich schon auf Gespräche dazu mit Ihnen an den Samstagen von 10-12 Uhr, ebenso wie auf Ihre Kommentare im Gästebuch.

Soft-Opening
08.10.2023 um 11Uhr
im Raum Altes (von hier) Auditorium

06.08. - 31.10.2023

Mit dem Frieden beschäftigen wir uns alle ein Leben lang, die Arbeit daran wird nie „fertig“, sie ist ein Prozess. Daher wird die Künstlerin diese Ausstellung persönlich auch fortwährend jeden Samstag von 10-12Uhr verändern. Ihre Ideen, Fragen und Anregungen sind herzlich willkommen!

Kontakt:
info@ute-krugmann.de

Im Klinikum Osnabrück können Sie die schon laufende Ausstellung, der ungewöhnlichen Art in textiler Handwerkskunst von **UTE KRUGMANN** sehen. Bis Ende Oktober wird sie in unserer Galerie auf Ebene 0 laufen.

Jeden Samstag zwischen 10:00 bis 12:00 Uhr können Sie mit der Künstlerin in Kontakt treten. Nach und nach ist diese Ausstellung wachsend.

Am Sonntag, den 8. Oktober um 11:00 Uhr sind Sie herzlich zum Soft Opening eingeladen! Professor Ammerman wird auf der Sitar spielen.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird teilweise auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Impressum

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

Verantwortlich i.S.d.P.:
Frans Blok (Geschäftsführer)
Rudolf Küster (Geschäftsführer)
Redaktionsleitung:
Silvia Kerst (Leitung Marketing & Unternehmenskommunikation)

Konzeption und Umsetzung:
NOW-Medien GmbH & Co. KG
Große Straße 17-19, 49074 Osnabrück
Redaktion: Larissa Gorskowski

Grafische Gestaltung:
MSO Medien-Service GmbH & Co. KG
Große Straße 17-19, 49074 Osnabrück
Copyright Titelbild: CMP - stock.adobe.com
Fotos: Klinikum Osnabrück, Jacqueline Bosse, Jens Lintel, iStock, Freepik

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