

# GESUNDHEIT ganz groß

**Grippe & Co.:**  
Hat es Sie  
diesen Herbst  
schon erwischt?

**Mit dem  
Endoskop auf  
großer Reise**

**Palliativmedizin  
»Den Tagen  
mehr Leben  
geben«**

**Die Schilddrüse:**  
Kleines Organ mit  
großer Wirkung



# Ihre Gesundheit ist unser Ziel!

Stationäre und ambulante Rehabilitation ✓ Anschlussrehabilitation ✓  
umfassende Diagnostik ✓ gezielte Therapie ✓ ergänzende Gesundheitsbildung ✓  
Aufnahme von Begleitpersonen ✓ zertifiziert nach DIN EN ISO 9001 ✓



Klinik Lindenberg-Ried  
Fachklinik für Psychosomatik  
und Orthopädie

Ried 1 a  
88161 Lindenberg

- depressive Störungen
- Überlastungssymptome
- chronische Schmerzsyndrome
- Erkrankungen des Stütz- und Bewegungssystems

Beratung / Info-Material:  
Telefon 08381/804-610  
[www.klinik-lindenberg-ried.de](http://www.klinik-lindenberg-ried.de)

Wir erwarten Sie:  
→ im Zentrum des Westallgäus  
→ im Höhenluftkurort Lindenberg  
mit mildem Bodenseeklima



Fachklinik für  
Orthopädie und Rheumatologie  
Oberstdorf

Wasachstraße 41  
87561 Oberstdorf

- Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- degenerative Krankheiten der Wirbelsäule und Gelenke
- Unfall-, Verletzungsfolgen an Gliedmaßen/Wirbelsäule

Beratung / Info-Material:  
Telefon 08322/910-104/-105  
[www.fachklinik-oberstdorf.de](http://www.fachklinik-oberstdorf.de)

Sie finden uns:  
→ im Herzen der Allgäuer Alpen  
→ in Höhenlage über Oberstdorf  
mit gesundem Reizklima



Klinik Bad Wörishofen  
Fachklinik für Herz-Kreislauf-  
erkrankungen und Orthopädie

Tannenbaum 2  
86825 Bad Wörishofen

- Erkrankungen
- des Herz-Kreislaufsystems
- der Gefäße und Venen
- des Stütz- und Bewegungsapparates

Beratung / Info-Material:  
Telefon 08247/999-803  
[www.klinik-badwoerishofen.de](http://www.klinik-badwoerishofen.de)

Wir sind im:  
→ schwäbischen Voralpentland  
→ Kurbereich Bad Wörishofen in  
ruhiger, erholsamer Umgebung



## Liebe Leserinnen und liebe Leser,

müde, schlapp und energielos – wer über das Gefühl von seelischer und körperlicher Erschöpfung klagt, bekommt in der heutigen Zeit als Erklärung häufig die Diagnose »Burnout« gestellt. Soll die Prognose nicht ganz so düster ausfallen, so denkt man in der dunkleren Jahreszeit auch schnell an eine »Winterdepression«. Gerne macht man dann das Wetter für den momentanen Erschöpfungszustand verantwortlich. Doch Erschöpfung kann auch als Symptom von Erkrankung auftreten. Eine Fehlfunktion der Schilddrüse kann beispielsweise die Ursache sein, denn diese kleine Hormonfabrik steuert wesentliche Körperfunktionen und hat auch Einfluss auf unser Wohlbefinden. Erfahren Sie mehr dazu ab Seite 14.

Nichts ist wertvoller als unsere Gesundheit und die steht besonders in der kalten Jahreszeit vor großen Herausforderungen. Denn im Herbst werden die Tage merklich kürzer, Stürme fegen über das Land und wirbeln die Blätter von den Bäumen. Kälte und

Feuchtigkeit kriechen an uns empor und führen ganz schnell zu einer Erkältung oder Grippe. Was die zwei Krankheitsbilder voneinander unterscheidet, wie Sie sich vor Ansteckung schützen und was Sie tun können, wenn es Sie trotz allem erwischt hat, lesen Sie ab Seite 6.



Seite  
24

Auch lesen Sie in dieser Ausgabe die spannende und erfolgreiche Geschichte eines Arztes und eines Krankenpflegers aus dem Klinikum Augsburg, die sich nach Westafrika aufmachten, um dort in Sachen Entwicklungshilfe Großes zu leisten. Mit Endoskopie-Geräten und viel medizinischem Wissen im Gepäck, reisten sie nach Enugu, Hauptstadt des Bundesstaats Enugu in Nigeria, um die Ärzte vor Ort im Umgang mit Gastroskop und Koloskop zu schulen.

Den Gedanken an die Endlichkeit des eigenen Lebens so lange wie möglich von sich fernzuhalten, ist menschlich. Doch ist der Tod aufgrund einer schweren Krankheit unausweichlich, so hilft die Palliativmedizin den Betroffenen und ihren Angehörigen Lebensqualität zu erhalten und Schmerzen zu lindern. Informieren Sie sich ab Seite 42 darüber, wie die Palliativmedizin unheilbar Kranken ein menschenwürdiges und selbstbestimmtes Leben ermöglicht. Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre und – Bleiben Sie gesund!



Seite  
42

*Andrea Kleisli*

Andrea Kleisli  
Chefredakteurin

**Patientenfernsehen**  
**»Am Puls –**  
**Das Klinikum Magazin«**

Das aktuelle Klinik-TV empfangen Sie im Klinikum auf Programmplatz 3 oder bei a.tv, dem regionalen Fernsehsender für Augsburg und Schwaben (Erstausstrahlung jeden 3. Freitag im Monat um 18.30 Uhr, WH Mo 21.00 Uhr, Di 19.45 Uhr, Fr 20.45 Uhr, So 17.00 Uhr).

**Rund um die Uhr im Internet:**  
www.klinikum-augsburg.de  
youtube.com/klinikumwebmaster  
Scannen & Klinik-TV online sehen!



**Lob & Kritik**

Sie haben einen Artikel in unserem Magazin gelesen, der Ihnen besonders gut gefallen hat? Dann loben Sie uns! Sie haben eine Ergänzung oder wollen Kritik loswerden? Dann teilen Sie uns das bitte mit!

**Kostenloses Abonnement**

Sie möchten unser Magazin »Gesundheit ganz groß« regelmäßig lesen und abonnieren? Wir nehmen Sie gerne in unsere Abonnenten-Liste auf. Ganz unkompliziert und kostenlos erhalten Sie dann unser Magazin vier Mal im Jahr direkt mit der Post nach Hause. Schreiben Sie uns per E-Mail an [presse@klinikum-augsburg.de](mailto:presse@klinikum-augsburg.de)

**Impressum**

**Herausgeber:** Klinikum Augsburg  
Unternehmenskommunikation  
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg  
Telefon 0821 400-3000, Fax 0821 400-3348  
[presse@klinikum-augsburg.de](mailto:presse@klinikum-augsburg.de)  
V.i.S.d.P.: Alexander Schmidtke

**Redaktion:**

Leitung: Andrea Kleisli (ak)  
Ständige Mitarbeiter: Sonja Diller (sdk),  
Ilka von Goerne (vg), Kristina Holtzsch (kh),  
Dr. Peter Konopka, Peter K. Köhler (kpk),  
Petra Krauß-Stelzer (pks), Ines Lehmann (ilm),  
Stefan Stremel (sts)

**Konzeption & Realisation:**

Andrea Kleisli (ak), Agentur WOK GmbH,  
YEAH – Bild, Code & Herzklopfen GbR

**Fotografie & Bild-Redaktion:** Ulrich Wirth

**Verlag:** Vindelica Verlag  
Parkstr. 14, 86462 Langweid  
Telefon 0821 24757-10, Fax 0821 24757-13  
[info@vindolica.de](mailto:info@vindolica.de)

**Produktionsleitung:** Klinikum Augsburg  
Unternehmenskommunikation

**Anzeigenwerbung:**

Vindelica Verlag, Karl-Heinz Jakel

**Druck:** Kessler Druck + Medien (Bobingen)

**Erscheinungsweise:** viermal jährlich

**Nächste Ausgabe:** Dezember 2017



 **Gesundes Leben**

**6 Grippe & Co.: Hat es Sie diesen Herbst schon erwischt?**

Tipps und Tricks bei Erkältung

**10 Dicker Bauch**

Dem »Winterspeck« vorbeugen, denn Bauchfett ist gefährlich

**12 Lob an die gelungene Halbheit**

Kennen Sie Günther?

 **Mensch & Moderne Medizin**

**14 Die Schilddrüse:**

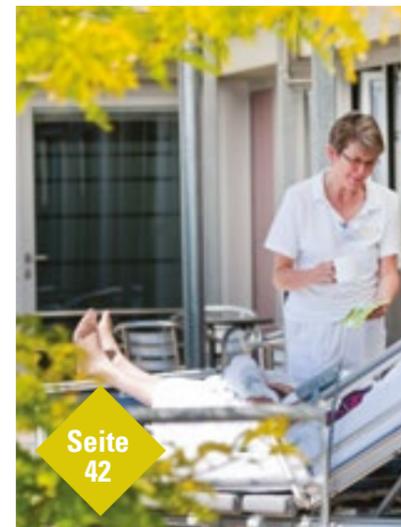
Kleines Organ mit großer Wirkung

**20 Was passiert im OP?**

Von der Narkose bis zum Aufwachraum

**24 Mit dem Endoskop auf großer Reise**

Wie aus einem Familienbesuch ein spannendes Projekt in Nigeria wurde



 **Kultur & Unterhaltung**

**28 Blickwinkel**

**31 Rezepttipp**

**32 Medien aktuell**

**34 Veranstaltungen**

**36 Rätsel**

 **Wir für die Region**

**38 Ohne Silikon: Brustaufbau mit Eigengewebe**

Plastische Chirurgie unterstützt Krebsbehandlung

**40 Herzstillstand – jede Sekunde zählt!**

Leben retten in drei einfachen Schritten:  
Prüfen – Rufen – Drücken

**42 Palliativmedizin**  
**»Den Tagen mehr Leben geben«**

**45 Spenden**

**46 Fördervereine**

# Grippe & Co.: Hat es Sie diesen Herbst schon erwischt?

## Tipps und Tricks bei Erkältung

AUSGEWOGENE  
ERNÄHRUNG

SCHLEIMHÄUTE  
DER ATEMWEGE  
FEUCHT HALTEN  
STOSSLÜFTEN, RÄUME  
NICHT ÜBERHEIZEN UND  
AUSREICHEND  
TRINKEN

UNTER-  
KÜHLUNG UND  
STARKES FRIEREN  
VERMEIDEN

ABHÄRTUNG  
Z. B. DURCH  
REGELMÄSSIGE  
SAUNAGÄNGE

ENTSPANNUNG

MENSCHEN-  
MENGEN UND  
HÄNDESCHÜTTELN  
VERMEIDEN

SPORT  
UND BEWEGUNG  
AN DER  
FRISCHEN LUFT

HYGIENE:  
HÄUFIG HÄNDE  
WASCHEN –  
AM BESTEN MIT  
WARMEM WASSER  
UND SEIFE

Durchschnittlich 200-mal erkältet sich jeder Mensch im Laufe seines Lebens. Statistisch gesehen trifft es jeden Erwachsenen dreimal jährlich. Kinder, deren Immunsystem noch nicht vollständig ausgebildet ist, sogar bis zu zwölfmal im Jahr.

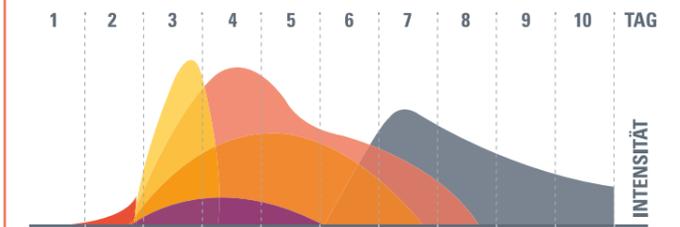
Mit der kühlen Jahreszeit steigt auch die Gefahr an einer Erkältung oder an einer Grippe zu erkranken. Kaum ist es draußen kalt und nass, klagten viele Menschen über die unangenehmen Symptome einer Erkältung – Hals- und Kopfschmerzen, Husten, Schnupfen und dann auch noch erhöhte Temperatur. Eine harmlose Erkältung ist dabei recht schnell überstanden, hat man allerdings eine echte Grippe erwischt, ist damit nicht zu spaßen.

### Damit man nicht krank wird

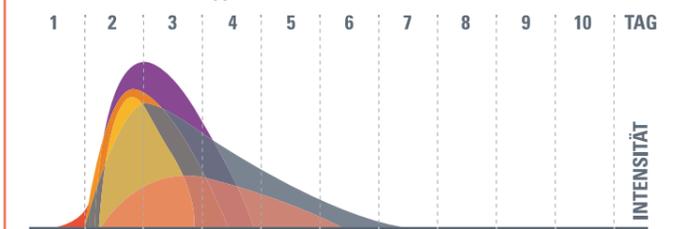
Zum Glück kann man einiges tun, um nicht krank zu werden. Gerade im Herbst und im Winter lässt sich das Risiko einer Ansteckung durch häufiges Händewaschen und das Meiden großer Menschenansammlungen vermindern. Auch kann eine Gripeschutzimpfung vor einer Erkrankung schützen. Viele Erwachsene denken: Das habe ich noch nie gebraucht. Doch die echte Influenza ist eine ernstzunehmende Erkrankung, die vor allem chronisch kranke Kinder und Erwachsene, Ältere und Schwangere gesundheitlich stark belasten kann und für die eine Gripeschutzimpfung deshalb sinnvoll ist. In der Regel ist die Impfung gut verträglich und wird am besten jedes Jahr im Herbst

– vor dem Start der Grippezeit – durchgeführt. Nach der Impfung benötigt der Körper etwa zwei Wochen Zeit, um einen ausreichenden Immunschutz aufzubauen. Empfehlenswert ist die Impfung für Risikogruppen, zu denen insbesondere ältere Menschen und Personen mit bestimmten Grunderkrankungen wie beispielsweise Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören. >>

Die Intensität einer Erkältung.



Die Intensität einer Grippe.



SCHON  
gewusst  
?

## Erkältung oder Grippe?

Die Begriffe Erkältung und Grippe werden oft gleichbedeutend verwendet, denn die Symptome ähneln sich häufig. So weiß man oft nicht genau, ob man nur eine einfache Erkältung oder aber eine sogenannte Influenza – eine echte Virus-Grippe – hat. Es gibt allerdings einige Unterschiede, die bei der Frage »Erkältung oder Grippe?« helfen können. Es ist wichtig, diese zu kennen, denn eine Grippe ist eine Krankheit, die ernst zu nehmen ist und meist deutlich länger dauert als eine Erkältung.

Erkältung	Grippe
Unterschiedliche Viren, z. B. Rhinoviren	Influenza-Viren
Langsames Auftreten der Symptome. Vor allem die Atemwege sind betroffen.	Plötzliches Auftreten der Symptome. Der gesamte Körper ist betroffen.
8–10 Tage	7–14 (gelegentlich bis 21 Tage)
Sehr häufig Niesen, laufende und verstopfte Nase – Schnupfen.	Schnupfen tritt nur selten auf.
Leichte Kopf- und Gliederschmerzen	Häufig, stark ausgeprägte Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen
Häufig Kratzen im Hals, Heiserkeit	Halsschmerzen mit starken Schluckbeschwerden
Geringer Hustenreiz	Bereits zu Beginn trockener, schmerzhafter Husten.
Meist leichtes Fieber. Erwachsene bis max. 38,5° C	Plötzlich hohes Fieber. Erwachsene ab 38,5° C, oft auch über 40° C mit Schüttelfrost und Schweißausbrüchen
Abgeschlagenheit	Stark ausgeprägte Abgeschlagenheit und Müdigkeit, Wunsch nach Bettruhe, Erschöpfung kann bis zu drei Wochen anhalten.



# Hier leben heißt hier Kunde sein.

Unser Wasserkraftwerk am Hochablass versorgt 4.000 Haushalte mit regionaler, regenerativer Energie.

Wir setzen die Energiewende um, hier vor Ort. Das geht nur gemeinsam mit unseren Kunden von Energie, Wasser und Verkehr.  
**Danke, dass Sie unser Kunde sind.**

**100%**  
unseres **Gewinns**  
fließen in die  
**Region**  
zurück

**swa**  
Energie Wasser Verkehr

Von hier. Für uns.

## Das Therapiezentrum Burgau



Therapie  
Zentrum  
Burgau

- ist eine große und renommierte Fachklinik für Neurologische Rehabilitation
- hat in Bayern die längste Erfahrung in der Behandlung von Patienten mit erworbenen Hirnschädigungen (z. B. Schlaganfall)
- bietet für beatmete Patienten eine moderne Intensivstation
- kooperiert eng und vertrauensvoll mit den großen Akutkliniken
- verbindet Akutbehandlung und gezielte Rehabilitation
- begleitet, fördert und fordert seine Patienten in ihrem Alltag
- verbindet jahrzehntelange Erfahrung mit modernen diagnostischen und therapeutischen Methoden
- schafft Grundlagen für Teilhabe und ein selbstbestimmtes Leben
- bindet Angehörige partnerschaftlich in die Behandlung mit ein
- ist als gemeinnützige Gesellschaft ausschließlich dem Patientenwohl verpflichtet: Erwirtschaftete Gewinne verbleiben im Unternehmen!

Der Vater einer unfallverletzten Tochter hat das Therapiezentrum Burgau 1989 gegründet. Es ist die Klinik eines Betroffenen für Betroffene. Hier arbeiten erfahrene und qualifizierte Fachkräfte aus den Bereichen Medizin, Therapie und Pflege Hand in Hand für die bestmögliche Behandlung unserer Patienten.



Therapiezentrum Burgau  
Chefärzte Prof. Dr. Andreas Bender und Dr. Berthold Lipp  
Kapuzinerstraße 34 • 89331 Burgau • Telefon: 08222-404-100  
www.therapiezentrum-burgau.de

**Wir schaffen Grundlagen**

## Hausgemachte Helfer bei Erkältungssymptomen

Was tun wenn es einen erwischt hat? Das Wichtigste ist, dass man sich Zeit nimmt, die Erkältung auszukurieren. Der Körper muss zur Ruhe kommen, um sich wieder ganz erholen zu können. Sollten die Beschwerden nicht besser werden oder sich sogar verschlechtern, ist unbedingt ein Arzt aufzusuchen, denn eine nicht auskurierte Erkältung kann ernsthafte gesundheitliche Folgen verursachen.

**ERKÄLTUNGSTEEES & CO.** Viel hilft viel! Das gilt auf jeden Fall für den Flüssigkeitskonsum bei Erkältungen. Holunder- und Lindenblüten wirken fiebersenkend und schmerzlindernd, Thymian wirkt bei Husten beruhigend auf die Bronchien und Salbei oder Kamille sind gut gegen Halsschmerzen.

**SUPPE** Eine selbstgemachte Hühnersuppe wärmt nicht nur von innen. Die Inhaltsstoffe wirken zudem entzündungshemmend.

**INHALATIONEN** Das Inhalieren mit z. B. Eukalyptus und Pfefferminz kann den Husten lindern und die verstopfte Nase befreien, gereizte Schleimhäute werden befeuchtet.

**GURGELN** Gurgellösungen mit warmem Salzwasser, Kamillen- oder Salbeitee wirken entzündungshemmend und können bei Halsschmerzen wohltuend sein.



Heiße Getränke lindern die Beschwerden bei Erkältung und Grippe.

**NASENSPÜLUNGEN** Salzwasserspülungen helfen dabei, den Schleim zu lösen und Keime auszuspülen.

**ERKÄLTUNGSBÄDER** Wer kein Fieber hat, dem tun warme Vollbäder gut. Badezusätze mit ätherischen Ölen fördern die Durchblutung, lindern Gliederschmerzen und lösen Sekrete aus Nase und Bronchien. Baden Sie 10 bis maximal 20 Minuten. Das Wasser sollte zwischen 35 und 38 Grad Celsius warm sein. Verzichten Sie jedoch bei Säuglingen und Kleinkindern grundsätzlich auf die Verwendung ätherischer Öle. | kh



Abb. zeigt Sonderausstattung.

Kraftstoffverbrauch Volvo XC60 - 246 Momentum D4 AWD, 140 kW (190 PS), in l/100 km: innerorts 5,8, außerorts 4,7, kombiniert 5,1, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert 133 g/km. (gem. vorgeschriebenem Messverfahren).

<sup>1</sup> Privat-Leasing-Angebot der Volvo Car Financial Services, ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach – für den Volvo XC60 - 246 Momentum D4 AWD, 140 kW (190 PS): **41.082,75 Euro Nettodarlehensbetrag, 10.000 km Gesamtfahrleistung pro Jahr, 36 Monate Vertragslaufzeit, 5.766,- Euro Leasing-Sonderzahlung, Monatliche Leasingrate 299,00 Euro, 15.639,87 Euro Gesamtbetrag, 3,78% effektiver Jahreszins, 3,72% fester Sollzinssatz p.a., inkl. Überführungskosten und zzgl. Zulassungskosten.** Repräsentatives Beispiel: Vorstehende Angaben stellen zugleich das 2/3-Beispiel gem. § 6a Abs. 4 PAngV dar. Bonität vorausgesetzt. Gültig bis 31.12.2017.

**TIERHOLD**  
Auto. Service. Qualität.

AUTOMOBILE TIERHOLD GMBH  
UNTERER TALWEG 48  
86179 AUGSBURG  
TEL: 0821/808990  
WWW.VOLVOCARS-HAENDLER.DE/TIERHOLD



**MIT SICHERHEIT WEITERGEDACHT.**

**DER NEUE VOLVO XC60.**

Der neue Volvo XC60 ist ein Premium-SUV, das in jeder Hinsicht mit skandinavischer Exzellenz hervorsteht. Elegant. Markant. Dynamisch. Innovativ.

AB **299€/MONAT<sup>1</sup>**

**Serienmäßig mit:**  
LED-Scheinwerfer "Thors Hammer" mit Fernlichtassistent und integriertem LED-Tagfahrlicht  
Aktiver Spurhalteassistent  
Infotainmentsystem Sensus Connect

# Dicker Bauch

Dem »Winterspeck« vorbeugen, denn Bauchfett ist gefährlich

## Tipps zum Abbau des Bauchfetts:

- Moderates Ausdauertraining, am besten eine halbe bis eine Stunde täglich (z. B. Waldlauf, Spaziergang, Nordic Walking)
- Fitnesstraining mit Training der Bauchmuskulatur
- Insgesamt mehr Alltagsaktivität (z. B. Treppen statt Aufzug, Fahrrad statt Auto)
- Kalorienbewußte Ernährung
- Keine Süßigkeiten, Süßgetränke, Weißmehlprodukte, kein Alkohol
- Wenig Kohlenhydrate, mehr (mageres) Eiweiß
- Sechs kleine Mahlzeiten sind besser als drei große – aber drei kleine sind noch besser als sechs kleine!

Dr. Peter Konopka war bis 2003 internistischer Oberarzt am Klinikum Augsburg. Sportlich immer aktiv, eröffnete er 1991 seine eigene Yoga-Schule in Augsburg. Die seit 5000 Jahren bewährten fernöstlichen Übungen setzte Konopka bereits 1972 ein, als er Yoga erstmals als wirksamen Ausgleich für Wirbelsäulenbeschwerden bei Radsportlern entdeckte. Ungezählt sind seine Vorträge, Veröffentlichungen und Kolumnen in Fachmedien. Regelmäßig verfasst er auch Beiträge und gibt wertvolle Tipps in unserem Magazin »GESUNDHEIT ganz groß«.



Lasst dicke Männer um mich sein!, ließ William Shakespeare den römischen Feldherrn Julius Cäsar ausrufen. Denn dicke Männer sind gemüthlicher und weniger aggressiv als magere. Das liegt unter anderem auch am Fettgewebe innerhalb des Bauchraumes.

## Das innere Bauchfett – die versteckte Gefahr

Das so genannte Eingeweidefett oder Viszeralfett, das wie eine Schürze die Eingeweide bedeckt, ist nicht nur ein Energiespeicher, sondern ein sehr hormonaktives Gewebe. So wandelt es zum Beispiel männliches Keimdrüsenhormon (Testosteron) in weibliches (Östrogen) um, so dass dicke Männer einen niedrigeren Testosteronspiegel haben. Bei Frauen führt ein vermehrtes Fettgewebe innerhalb des Bauchraumes zu einem erhöhten Östrogenspiegel und fördert so unter Umständen die Neigung zu Brustkrebs.

## Bauchfett ist gesundheitsschädlich

Aber die Fettzellen (Adipozyten) im Bauchraum machen noch viel mehr. Sie sind viel stärker mit Nerven und kleinen Blutgefäßen versorgt als die Fettzellen im übrigen Fettgewebe, das sich unter der Haut befindet (Unterhautfettgewebe). Es reagiert daher viel intensiver, belastet den Stoffwechsel und wirkt sich auch deutlich gesundheitsschädlicher aus als das Unterhautfettgewebe.

## Produktion zahlreicher Risikofaktoren

Denn das innere Bauchfett gibt nicht nur Fettsäuren in das Blut ab und erhöht so die Blutfette, sondern es produziert auch eine ganze Reihe von hormonähnlichen Wirkstoffen (sogenannte Peptidhormone), zum Beispiel Entzündungsfaktoren (Zytokine), die über eine Entzündung der Gefäßwände zu Arteriosklerose, Herzinfarkt und Schlaganfall sowie zu Entzündungen von Gelenken und Bindegewebe führen können. Die vermehrte Produktion von Gerinnungsfaktoren fördert die Entstehung von Thrombosen. Das Blutdruckhormon Angiotensinogen führt zu einem erhöhten Blutdruck. Sogenannte Adipokine (Fettgewebshormone) wie Adiponektin oder Leptin regulieren zusammen mit dem Insulin und weiteren Hormonen das Hungergefühl und damit die Nahrungsaufnahme. Gleichzeitig steuern sie direkt die Wirkung des Insulins an den Fettzellen. Störungen haben Insulinresistenz und Diabetes mellitus Typ 2 (»Altersdiabetes«) zur Folge.

## Bauchfett abbauen

Zwar können einige der genannten Folgeerkrankungen später behandelt werden, jedoch sollte es gar nicht erst dazu kommen müssen. Eine gesunde Lebensweise und eine bewusste Reduktion des Bauchfetts können helfen, Gesundheitsrisiken zu mindern oder zu vermeiden. Also gibt es nur eine Möglichkeit: Das Bauchfett muss auf Dauer abgebaut werden und sollte vor allem in den Wintermonaten (»Winterspeck«) nicht zunehmen. Man muss es also selbst abbauen. Da dieses Fett im Bauchraum sehr stoffwechselaktiv ist, kann es vor allem durch ein richtig dosiertes moderates Ausdauertraining (»Fettstoffwechseltraining«) vermindert werden, am besten in Verbindung mit einer vernünftigen Reduktionskost. Nach dem heutigen Stand des Wissens gibt es kaum eine effektivere Maßnahme in der Prävention der häufigsten Zivilisationskrankheiten!

Parkplätze im Hof

**STORHAMED** Ihr Gesundheitshaus in Pfersee Kompetenz in Bewegung

Gesundheitshaus

• Blutdruckmessgeräte	• Gehhilfen	• Leibbinden	• Kreuzstützmieder nach Maß
• Bandagen	• Einlagen nach Maß – modernste Computerfertigung	• Brustprothesenversorgung	• Bruchbänder nach Maß und vieles mehr
• Inkontinenzartikel	• Orthesen	• Prothesen	
• Gesundheitsschuhe			

Augsburger Straße 37 86157 Augsburg ☎ 0 82 1 - 228 190 90 ☎ 0 82 1 - 228 190 80	Vinzenz-von-Paul-Platz 1 86152 Augsburg ☎ 0 82 1 - 508 700 20 ☎ 0 82 1 - 508 700 22	Freisinger Straße 43 86511 Aichach ☎ 0 82 51 - 896 97 62 ☎ 0 82 51 - 896 97 64	Am Stadtbach 29 89312 Günzburg ☎ 0 82 21 - 200 60 60 ☎ 0 82 21 - 200 60 61
--	--	---	---

☎ dialog@storhamed.de · www.storhamed.de · www.facebook.com/storhamed

# Lob an die gelungene Halbheit



*Josefa Britzelmeier-Nann ist katholische Klinikseelsorgerin und schon mehr als drei Jahrzehnte am Klinikum Augsburg tätig. Hier arbeitet sie regelmäßig mit Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen zusammen, erlebt deren Geschichten und Schicksale. Insbesondere begleitet sie Patienten und deren Angehörige auf der Palliativstation und ist ihnen eine große Stütze in einer schweren Zeit. Dabei lernt sie auch immer wieder Neues über sich selbst, darüber, was im Leben wirklich wichtig ist, und dass der Sinn des Lebens schlussendlich nicht im vollkommenen Gelingen und in der Ganzheit liegt.*



**K**ennen Sie Günther? Nein, ich meine nicht einen ihrer Nachbarn oder Schulkameraden. Vielleicht ist er aber sehr wohl ein alter Bekannter von ihnen: Ich meine Günther, den »inneren Schweinehund«. So wird in meinem Fitnessstudio der Zustand der Motivationslosigkeit genannt, dieser Moment, in dem man lieber auf dem Sofa sitzen bleibt, anstatt zum Sport aufzubrechen.

**»WENN WIR DIE ERNTE UNSERES LEBENS BETRACHTEN, SOLLTEN WIR AUCH FÜR HALBHEITEN UND NICHT-GELUNGENES DANKBAR SEIN.«**

Josefa Britzelmeier-Nann

Manchmal tut es richtig gut, »Günther« überwunden und besiegt zu haben. Aber manchmal lohnt es sich auch einfach, sitzen zu bleiben, zu verweilen und den Augenblick der Untätigkeit auszukosten. Dabei können die Gedanken spazieren gehen, stehen bleiben oder Purzelbäume schlagen.

Viel zu oft denken wir im Leben in den Kategorien von »entweder, ... oder«. Wir sind geprägt von gut oder böse, richtig oder falsch, gläubig oder ungläubig. Aber die Wahrheit liegt meist dazwischen. Große Denker haben die Gabe, fast alles unter dem Aspekt von »sowohl als auch« oder als »Zusammenfallen der Gegensätze« zu betrachten. Die meisten anderen Menschen erkennen erst, wenn sie ihr Leben in der Rückschau betrachten, dass alles so kommen musste – das Gute und das Schwere. Es macht uns zufrieden, wenn wir sagen können: mit meinem Leben bin ich im Reinen, mit dem Schönen wie mit dem Schmarren. Wenn wir die Ernte unseres Lebens betrachten, sollten wir deshalb auch für Halbheiten und

Nicht-Gelungenes dankbar sein. Denn es ist sicher, dass Gott uns in mitten von Unordnung und Unvollkommenheit findet und ja zu uns sagt.

Allzu oft haben wir die Vorstellung unser Leben müsste perfekt sein. Wir sollten fit und schön bis ins hohe Alter sein, unser Beruf erfüllend und die Beziehungen ungetrübt glücklich sein. Aber so ist das Leben nicht. Die meisten Dinge gelingen uns nur halb. Ist es nicht auch schon ausreichend eine halb gute Mutter, ein halb guter Sportler, ein halb guter Lehrer zu sein?

Der Theologe und Therapeut Fulbert Steffenski schreibt in einem seiner Bücher: »Gegen den Totalitätsterror möchte ich die gelungene Halbheit loben. Die Süße und Schönheit des Lebens liegt nicht am Ende im vollkommenen Gelingen und in der Ganzheit. (...) Souverän wäre es, die jetzt schon mögliche Güte des Lebens anzunehmen und zu genießen; das Halbe nicht zu verachten, nur weil das Ganze noch nicht möglich ist.«

Biberger GmbH • Meisterbetrieb  
seit 1926



Telefon: **08 21/41 10 58**  
E-Mail: **info@a-gr.de**  
Internet: **www.a-gr.de**

zertifiziert nach EN ISO 14001:2009 und 9001:2008

## DAS GOTTESLOB

Katholisches Gebet- und Gesangsbuch  
für die Diözese Augsburg

Das Gotteslob begleitet Sie durchs Leben: im Gottesdienst und zu Hause.

Hier ohne Versandkosten bestellen!



[www.sankt-ulrich-verlag.de](http://www.sankt-ulrich-verlag.de) oder Telefon 0821/50242-12





## Die Schilddrüse: Kleines Organ mit großer Wirkung

*Sie ist ein kleines Organ, wiegt nicht mehr als 25 Gramm, sitzt am Hals rechts und links vom Kehlkopf und hält den ganzen Körper in Schwung: So klein die Schilddrüse ist, so außerordentlich ist ihre Wirkung. Die Hormone, die sie produziert, greifen in alle Stoffwechselprozesse ein. Doch bildet die Schilddrüse zu viel oder zu wenig der wichtigen Hormone, leiden Körper, Geist und Seele.*

**D**ie Schilddrüse ist lebenswichtig, betont Professor Dr. Joachim Sciuk, der seit 15 Jahren als Chefarzt der Nuklearmedizin am Klinikum Augsburg arbeitet. Die Diagnose und Therapie von Schilddrüsenerkrankungen gehört am Klinikum Augsburg zum Aufgabengebiet der Klinik für Nuklearmedizin.

Entwicklung. Um frühzeitig einen Hormonmangel zu erkennen und auszugleichen, ist in Deutschland daher bei Neugeborenen die routinemäßige Überprüfung der Schilddrüsenfunktion vorgeschrieben.

### »DIE SCHILDDRÜSENHORMONE SIND SOGAR FÜR DIE PSYCHISCHE STABILITÄT UND GEISTIGE VERFASSUNG VON BEDEUTUNG.«

Prof. Dr. Joachim Sciuk

Ohne die Schilddrüse würde ein Mensch nur wenige Wochen leben. Sie bildet zwei Hormone: Tetrajodthyronin (T4) und Trijodthyronin (T3), die sie ins Blut abgibt. Damit reguliert sie lebenswichtige Stoffwechselprozesse: den Herzrhythmus, die Wärme- und die Gewichtsregulation, die Verdauung, das Wachstum, die Funktion der Muskeln und des Nervensystems. »Die Schilddrüsenhormone sind sogar für die psychische Stabilität und geistige Verfassung von Bedeutung«, erklärt Professor Sciuk.

Gerade bei Kindern ist eine gut funktionierende Schilddrüse wichtig für eine optimale körperliche und geistige

### Wie arbeitet die Schilddrüse?

Die Schilddrüse braucht Jodid, um die beiden Hormone T3 und T4 zu produzieren. Der Körper kann Jodid nicht selbst herstellen, sondern nimmt es überwiegend mit der Nahrung auf. Zwei Regionen im Gehirn, die Hirnanhangsdrüse (Hypophyse) und der Hypothalamus regulieren die Produktion und Freisetzung der Schilddrüsenhormone und überwachen über den Botenstoff TSH den Hormonspiegel im Blut. Die bei einer Blutentnahme gewonnenen Laborwerte sind daher maßgeblich, um Schilddrüsenerkrankungen zu erkennen: »Zielführend ist dabei der TSH-Wert: An ihm lässt sich meist schon erkennen, ob die Schilddrüse richtig funktioniert«, erklärt Professor Sciuk.

### Erkrankungen der Schilddrüse

Schilddrüsenerkrankungen kommen heute so häufig vor, dass man mittlerweile von einer Volkskrankheit spricht. Vielfach wird bei einem Patienten erst nach längerer und auch diffuser Leidensgeschichte eine Störung der >>



Mit Hilfe des Ultraschalls kann die Ärztin die Schilddrüse schmerzfrei und unkompliziert untersuchen.

**»EINE OPERATION DER SCHILDDRÜSE SOLLTE ALLERDINGS IMMER SORGFÄLTIG ABGEWOGEN WERDEN.«**

Prof. Dr. Joachim Sciuk

Schilddrüsenfunktion erkannt. Umso wichtiger ist die Aufmerksamkeit des Patienten sich selbst gegenüber – aber auch die Aufmerksamkeit des Arztes, der schon bei einem ausführlichen Gespräch mögliche Hinweise auf eine Funktionsstörung der Schilddrüse erhalten kann. Bei einer Überfunktion (Hyperthyreose), Unterfunktion (Hypothyreose), der Hashimoto-Krankheit (autoimmune Schilddrüsenentzündung), der Basedowschen Krankheit (Morbus Basedow), Schilddrüsenentzündungen (Thyreoiditis) oder auch dem Kropf (Struma) kann den Betroffenen meist gut geholfen werden. Eine relativ seltene Erkrankung der Schilddrüse ist der Schilddrüsenkrebs.

### Der Körper auf Hochtouren

Bei einer Schilddrüsenüberfunktion stellt die Schilddrüse zu viele Hormone her – der Körper läuft dann geradezu »auf Hochtouren«. Herzklopfen, schneller oder unregelmäßiger Puls, Rastlosigkeit, Nervosität und Unruhe, Schwitzen, Durchfälle, schlechte Konzentration, Haarausfall, selten auch Veränderungen der Augen sind mögliche Symptome, die dem Betroffenen erheblich zu schaffen machen. Die häufigsten Ursachen der

Überfunktion sind die *Autonomie* und die *Basedowsche Erkrankung*. Bei der *Autonomie* arbeitet die Schilddrüse verstärkt, sei es im Ganzen oder nur in Knoten. Diese können mit Ultraschall und im Folgenden mit einer Szintigraphie (ein bildgebendes Verfahren, bei dem überprüft wird, wie die Schilddrüse und die Knoten Jod aufnehmen) festgestellt und anschließend behandelt werden. Die *Autonomie* wird zunächst mit Medikamenten, danach mit einer Operation oder einer Radiojodtherapie behandelt. Sind sogenannte »kalte Knoten« vorhanden, ist eher eine Operation ratsam, da diese Knoten im Gegensatz zu den gutartigen »heißen Knoten« entarten können. Jedoch sind nur vier Prozent der kalten Knoten bösartig.

Eine andere Ursache der Überfunktion kann der *Morbus Basedow* sein. Bei dieser Erkrankung der Schilddrüse werden unterschiedliche Antikörper gegen die eigene Schilddrüse gebildet, die die hormonbildenden Zellen anregen, mehr Hormone zu produzieren. In seltenen Fällen betrifft der *Morbus Basedow* auch die Augen: Das Hervortreten der Augäpfel, Lichtempfindlichkeit oder juckende Augen können daher Symptome für den *Morbus Basedow* sein. Medikamente – sogenannte Thyreostatika – helfen dann die Überproduktion der Schilddrüsenhormone zu hemmen. In der Regel müssen sie über einen Zeitraum von sechs bis neun Monaten eingenommen werden und können diese Erkrankung zur Ruhe bringen. Wenn das nicht hilft, muss die Schilddrüse entweder operativ entfernt oder über eine Radiojodbehandlung verkleinert werden.

### Der Körper auf Sparflamme

Wenn man sich oft antriebslos fühlt und selbst mit ausreichend Schlaf schon nach wenigen Stunden müde wird, wenn unerklärliche depressive Verstimmungen einen immer wieder heimsuchen und wenn man selbst bei einer strengen Diät eher an Gewicht zu- als abnimmt, können das Anzeichen einer Unterfunktion der Schilddrüse sein. Die Schilddrüse stellt dann nicht genügend Hormone her, um die Körperfunktionen aufrecht zu erhalten. Der Körper läuft auf Sparflamme. Bei Betroffenen können dabei noch

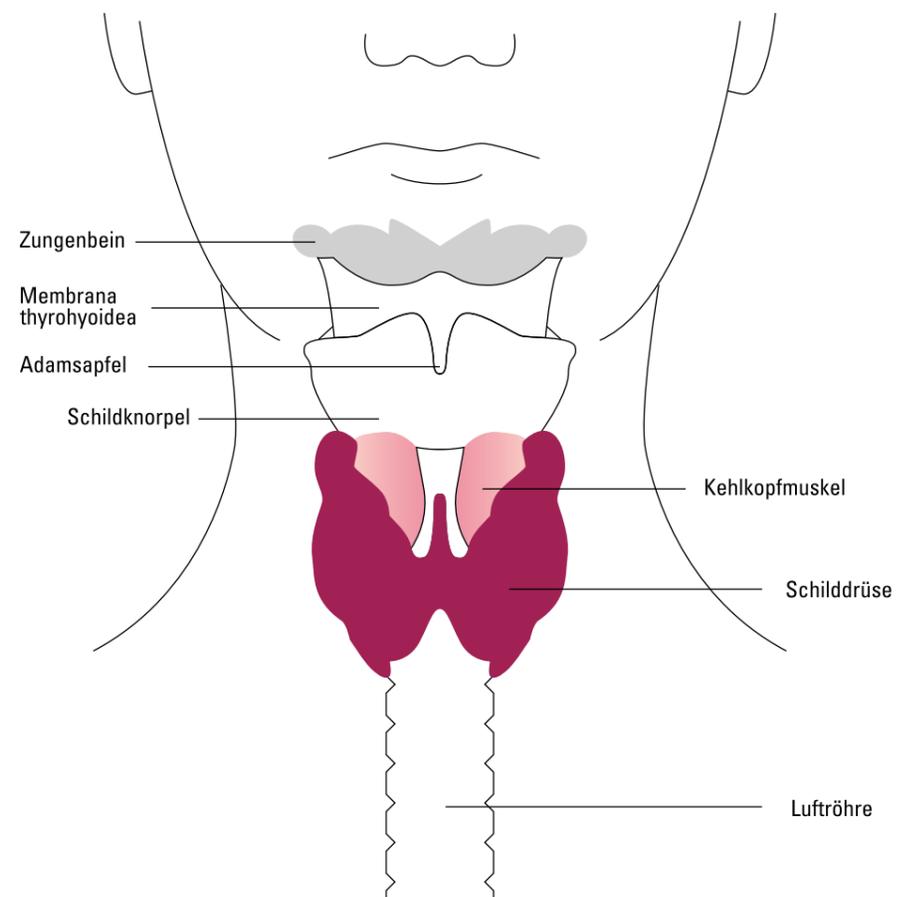
weitere Symptome wie verlangsamte Reflexe, Haarausfall, Muskelschwäche sowie bei Frauen auch Zyklusstörungen oder reduzierte Empfängnisfähigkeit auftreten. Meist wird die Krankheit erst durch einen Zufallsbefund beim Hausarzt erkannt: Der TSH-Wert ist zu hoch. Mit einem Bluttest und Ultraschall kann aber schnell festgestellt werden, ob es sich tatsächlich um eine Unterfunktion der Schilddrüse handelt.

Eine häufige Form der chronischen Schilddrüsenunterfunktion ist die *Auto-immunerkrankung Hashimoto-Thyreoiditis*. Der japanische Arzt Hakaru Hashimoto entdeckte diese Krankheit vor mehr als hundert Jahren. Der Körper erkennt die eigene Schilddrüse als fremdes Gewebe und bildet Antikörper gegen sie. In der Regel schrumpft die Schilddrüse allmählich und wird immer

kleiner. Eine solche Schilddrüsenunterfunktion ist in aller Regel chronisch. Betroffene müssen daher lebenslang Schilddrüsenhormone einnehmen, um die Beschwerden zu lindern. Meist verschwinden die Beschwerden bei einer korrekten Hormoneinstellung sogar völlig.

### Der Kropf – nicht nur ein »Schönheitsfehler«

In früheren Zeiten war er als Verdickung am Hals noch sehr häufig zu sehen: der Kropf. Ursache hierfür ist meist ein Mangel an Jod, den die Schilddrüse versucht auszugleichen, indem sie sich vergrößert. Heute nehmen die Menschen mit der Nahrung meist genügend Jod auf, große Kröpfe sind daher seltener geworden. Der Kropf – medizinisch *Struma* genannt – ist jedoch nicht immer sichtbar. >>



**Wie gesund ist meine Schilddrüse? Wenn Sie mehr als zwei Fragen mit »ja« beantworten, ist eine Untersuchung der Schilddrüse ratsam.**

1. Haben Sie ab- oder zugenommen, ohne zu wissen, warum?
2. Fühlen Sie sich müde und weniger leistungsfähig, haben Sie Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren?
3. Schlafen Sie häufiger schlecht?
4. Ist Ihnen ohne äußeren Anlass immer wieder heiß oder kalt?
5. Ist Ihre Haut trocken, das Haar stumpf, die Fingernägel brüchig?
6. Sind Sie oft ohne Grund nervös oder hektisch?
7. Haben Sie öfter Herzrasen?
8. Leiden Sie unter Schluckbeschwerden?
9. Bemerkten Sie ein Kloßgefühl im Halsbereich?
10. Haben Sie immer wieder Durchfall oder Verstopfung?

Die Schilddrüse ist ein kleines, schmetterlingsförmiges Organ. Ihre beiden Seitenlappen schmiegen sich unterhalb des Kehlkopfes an die Luftröhre und sind über dem Schilddrüsenknorpel miteinander verbunden. Die kleine Drüse ist in gesundem Zustand nicht größer als circa 18 ml bei Frauen und 25 ml bei Männern.

»DER KROPF IST NICHT  
IMMER SICHTBAR.«

Prof. Dr. Joachim Sciuk

WIR  
für Sie

### Radiojodtherapie

Bei einer Radiojodtherapie wird der Patient in der Regel drei bis vier Tage stationär aufgenommen. Das Radiojod wird ihm über eine Kapsel verabreicht, die er schluckt. Das Jod wird vom Magen aufgenommen und findet dann von alleine den Weg in die Schilddrüse, bleibt dort gespeichert und bestrahlt die Zellen der Schilddrüse. Die meisten Patienten spüren bei dieser Therapie gar nichts. Das Verfahren ist schonender als eine Operation und ohne nennenswertes Risiko. Eingesetzt wird es bei der Überfunktion der Schilddrüse und zur Behandlung des Schilddrüsenkrebses.

Er kann sich auch nach innen entwickeln und Speiseröhre sowie Luftröhre beeinträchtigen. »Gerade deshalb ist eine Ultraschalluntersuchung das A und O«, plädiert Professor Sciuk für eine regelmäßige Kontrolle beim Arzt. Wie bei anderen Erkrankungen gilt: »Vorsorge ist besser als Nachsorge.« Die Ultraschalluntersuchung ist eine harmlose und sehr aussagekräftige Untersuchung, mit der Knoten oder ein Struma sehr frühzeitig erkannt werden können.

Die meisten Kröpfe haben eine normale Funktion, können aber auch mit einer Überfunktion der Schilddrüse einhergehen. Dann bilden sich autonome Knoten (sogenannte »heiße Knoten«), die mit einer Szintigraphie festgestellt werden. Da heiße Knoten nahezu immer gutartig sind, kann ein solcher Kropf gut mit der Radiojodtherapie behandelt werden. Eine Operation ist hierbei nicht erforderlich. Handelt es sich aber um sogenannte »kalte Knoten«, die in seltenen Fällen bösartig sein können, wird mit einer Gewebeentnahme festgestellt, ob eine Operation nötig ist und die Knoten beziehungsweise der Kropf entfernt werden müssen.

»Eine Operation der Schilddrüse sollte allerdings immer sorgfältig abgewogen werden«, betont der Chefarzt der Nuklearmedizin, »denn es besteht ein geringes Risiko, dass der Stimmnerv oder die Nebenschilddrüsen Schaden erleiden. In jedem einzelnen Fall wird sorgfältig abgewogen, ob der Patient mit einer

SCHON  
gewusst  
?

### Knoten in der Schilddrüse

In der Schilddrüse können sich Knoten bilden: »Heiße Knoten« produzieren unkontrolliert Schilddrüsenhormone. Sie sind gutartig. »Kalte Knoten« produzieren keine Hormone mehr. Sie können aber bösartig werden. Beide Arten von Knoten müssen behandelt werden.

medikamentösen Behandlung, einer Radiojodtherapie oder einer Operation besser fährt. In manchen Fällen reicht es auch aus, den Kropf ohne weitere Therapiemaßnahmen regelmäßig zu überwachen.

Heilungschancen gut. Die Behandlung erfordert primär eine Operation. Anschließend erfolgt eine Radiojodtherapie, mit der restliches Gewebe oder auch Metastasen beseitigt werden können. »Die Mehrzahl der Betroffenen kann geheilt werden. Selbst dann, wenn sich schon Metastasen gebildet haben, gibt es noch Heilungschancen«, betont Professor Sciuk. Auch in den Jahren nach einer Behandlung ist jedoch die Nachsorge in einer Schilddrüsen-Ambulanz erforderlich, um sicherzugehen, dass sich keine neuen Metastasen bilden und um im Fall der Fälle schnell reagieren zu können. | pks

### Krebs der Schilddrüse

Schilddrüsenkrebs ist in Deutschland nach Angaben der Deutschen Krebsgesellschaft eine seltene Tumorerkrankung. Etwa drei von 100.000 Menschen sind pro Jahr betroffen, frühzeitig erkannt, sind die



Prof. Dr. Joachim Sciuk  
Klinik für Nuklearmedizin

TOLL!

DAS  
IST  
MEIN

BAD!

realityPro – macht  
Badplanung zum  
Erlebnis.

Unsere Virtual Reality Brille bietet Ihnen die einzigartige Möglichkeit, Ihr geplantes Traumbad atemberaubend realistisch zu erleben – damit Sie sich nach der Fertigstellung garantiert darin wohlfühlen.

Überzeugen Sie sich selbst – nur bei Richter+Frenzel!

Stauffenbergstr. 5–9  
86161 Augsburg

Ulmer Str. 7a  
86381 Krumbach



www.r-f.de/realityPro

RICHTER+FRENZEL

# Wohnen mit den besten Perspektiven!



vorteilhaft + aussichtsreich



ruhig + grün



praktisch + bequem

KfW 55  
„EnEV 2016“

Beethoven  
PARK 1

Wohnen in Neusäß

Im Bau!

Neusäß/Augsburg

INFO-CENTER

am Baugrundstück  
Beethovenstr. 50, Neusäß,  
Fr / Sa / So 14 – 17 Uhr,  
Mi / Do 16 – 19 Uhr

Makler – für Sie  
provisionsfrei:  
Stefan Neumeister  
0160 / 157 72 49  
Sebastian Munte  
0177 / 442 85 90  
Christoph Rehm  
0172 / 250 97 35

gemeinsam mit






2-Zi.-Whg.,	EG,	56,50 m² Wfl.,	€ 249.800,-
2-Zi.-Whg.,	4. OG/DG,	60,67 m² Wfl.,	€ 279.900,-
3-Zi.-Whg.,	2. OG,	74,43 m² Wfl.,	€ 329.800,-

3-Zi.-Whg.,	3. OG,	82,75 m² Wfl.,	€ 349.800,-
4-Zi.-Whg.,	1. OG,	97,49 m² Wfl.,	€ 444.800,-
4-Zi.-Whg.,	EG,	100,66 m² Wfl.,	€ 465.800,-

Baywobau.de

Tel 089/286500

# Was passiert im OP? Von der Narkose bis zum Aufwachraum



Sie müssen operiert werden. Diese Aussage seiner Ärztin oder seines Arztes muss wohl jeder erst einmal verdauen. Nach oft umfangreichen Untersuchungen und anschließender Diagnose hat sich herausgestellt, dass ein Eingriff unumgänglich ist. Betroffene sind oft verunsichert und fragen sich: Wie geht das vor sich und was passiert da mit mir? Wo finde ich die beste medizinische Versorgung und wie geht es nach dem Eingriff weiter?

Für all diese Fragen sind die Ärzte und Pfleger im Klinikum Augsburg die richtige Anlaufstelle. Egal ob ein vergleichsweise kleiner Eingriff ansteht oder medizinische Spitzenleistungen abgerufen werden sollen, die Vorbereitung und der Ablauf sind immer minutiös geplant und laufen mit höchsten Sicherheitsvorgaben ab. Dafür sorgt das Team rund um Dr. Thomas Koperna, Leiter des OP-Managements. »Wir arbeiten alle hart, um das Vertrauen, das unsere Patienten in uns setzen, zu verdienen.«



Sterile OP-Instrumente sind stets griffbereit.

## Der OP-Bereich am Klinikum Augsburg

Vor zwei Jahren wurde der Zentral-OP des Klinikums mit 18 Operationssälen und neuester Technik komplett neu aufgebaut. Die für die Bauzeit errichteten sechs Operationssäle auf dem Vordach des Gebäudekomplexes werden weiterhin für kleinere Eingriffe genutzt. Nachts stehen durchgehend drei OPs mit entsprechendem Personal für Notfälle zur Verfügung, die von Ambulanzen über die Notaufnahme, oft aber auch vom vor Ort stationierten Rettungshubschrauber ins Klinikum gebracht werden. Von 8:30 Uhr bis 16 Uhr läuft der OP Betrieb auf Hochtouren.

**»WIR ARBEITEN ALLE HART,  
UM DAS VERTRAUEN, DAS  
UNSERE PATIENTEN IN UNS  
SETZEN, ZU VERDIENEN.«**

Dr. Thomas Koperna

Danach wird die Zahl der genutzten Operationssäle bis 20 Uhr stündlich reduziert bis noch drei Säle als Notfallkontingent übrig sind. »Wir sind reif für die Uni-Klinik«, weiß OP-Manager Dr. Thomas Koperna. Organisation und Ausstattung der Abteilung entsprechen dem neuesten Stand der Technik. Neurochirurgische Eingriffe unter computertomografischer Kontrolle sind hier ebenso möglich wie Organtransplantationen. Der gelernte Chirurg hat vor eineinhalb Jahren in Augsburg die Neustrukturierung des Bereichs in die Hand genommen. Mit seinem Team sorgt er dafür, dass alles zur Verfügung steht, was seine Berufskollegen brauchen, um erfolgreich zu helfen. Vom Tupfer bis zum spezialisierten Pflegepersonal ist alles genau dann an Ort und Stelle, wenn es gebraucht wird.

## Die OP-Vorbereitung

Morgens um sieben erwacht der OP Trakt aus der relativen Ruhe der Nacht. Die Vorbereitungen auf die Eingriffe des Tages beginnen allerdings schon früher. Beim täglichen Abstimmungsmeeting werden letzte Änderungen, die nie auszuschließen sind, besprochen.

Erkranktes Personal muss schnell ersetzt werden, Notfälle in den OP-Plan integriert werden. Dann wird nach dem Plan, der auf einer Tafel vor jedem OP die Eingriffe des Tages aufzeigt, der erste Patient vorbereitet. Die Narkose wird eingeleitet, alle für die Gabe von Medikamenten nötigen Zugänge gelegt. Sicherheit ist höchstes Gebot. Im Holding-Bereich vor dem OP, wo die Patienten unmittelbar vor der anstehenden Operation warten, wird



Alle während der OP verwendeten Kompressen, Tupfer und Tamponaden werden notiert und beim Entfernen auf Vollständigkeit überprüft.

nochmals eine umfangreiche Checkliste durchgegangen. Werden Blutkonserven benötigt? Sind diese vorhanden? Der vorher schon markierte Operationsbereich und die im Vorfeld festgestellten Risiken werden einer erneuten Prüfung unterzogen. Im OP geht die Sicherheit weiter. Noch bevor der erste Schnitt gesetzt wird, tritt das komplette OP Team beim so genannten Team-Timeout nochmals einen Schritt zurück und prüft die Identität des Patienten, ob das OP Gebiet korrekt bezeichnet ist, ob alle Risiken dokumentiert sind und alle Vorbereitungen nach Vorgabe erfolgt sind. Erst dann beginnt die Operation. >>

*Ein starkes Team  
bringt Ihnen Sonne ins Haus!*

Unser Leistungsspektrum:

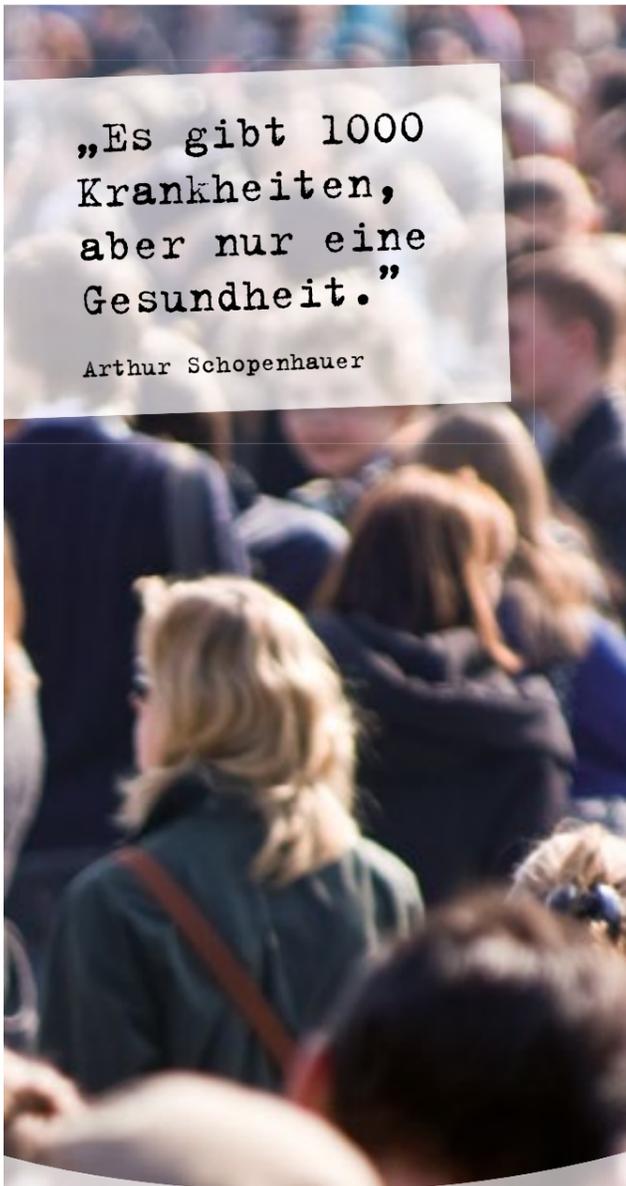
- Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung
- Behandlungspflege
- Vertretung von pflegenden Angehörigen
- Stundenweise Betreuung
- Ambulant betreute Seniorenwohngemeinschaft "Haus Sonnenschein"

Für ein Beratungsgespräch stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.  
Unser Team ist rund um die Uhr für Sie da.

*Assistenten  
Kranken- und Altenpflege*

**Sonnenschein**

www.sonnenschein-team.de    Hauptstraße 62 • 86391 Stadtbergen-Leitershofen  
Telefon 0821.433 97 33 • Telefax 0821.433 97 34



„Es gibt 1000 Krankheiten, aber nur eine Gesundheit.“

Arthur Schopenhauer

Dafür arbeiten wir.

Fachklinik Enzensberg – Ihre Klinik für Spezialisierte Akutmedizin und Medizinische Rehabilitation.



www.fachklinik-enzensberg.de

**Wir bauen Zukunft**

Industriestraße 14  
86643 Rennertshofen  
Tel.: 0 84 34/94 01 - 0  
[www.dtb-ausbau.de](http://www.dtb-ausbau.de)

**IHR SPEZIALIST FÜR BRUSTPROTHESEN**

Wir sind auch Partner für

- Lymphversorgung • Enterale Ernährung
- Rücken • Kompressionsversorgung
- Bandagen • Rollatoren • Inkontinenz
- Wundversorgung • Schlaganfall
- Diabetes • Sturz • u.v.m.

Karlstraße 12 • 86150 Augsburg • Telefon 08 21 / 455 10 40  
weitere Filialen in Dillingen und Neu-Ulm [www.hilscher.de](http://www.hilscher.de)

**Wir sind dabei ... mit unseren Aufzügen**

OTIS GmbH & Co. OHG  
Niederlassung Augsburg  
Am Mittleren Moos 15  
86167 Augsburg  
Telefon: 08 21 - 7 47 88-0  
E-Mail: [buero.augsburg@otis.com](mailto:buero.augsburg@otis.com)  
[www.otis.com](http://www.otis.com)

**Aufzüge Fahrtreppen Service**



Händehygiene schützt vor Infektionen.

### Hygiene ist das A und O

Sicherheit und Sauberkeit haben im gesamten OP Trakt oberste Priorität. In den Vorräumen und Gängen wird die Luft gefiltert, um die Keimzahl so gering wie möglich zu halten. Im Operationssaal selbst werden der Patient und das ganze OP-Team mit einem keimfreien Luftschirm umspült, der wie ein Schutzmantel vor möglichen Restkeimen in der Raumluft schützt. Ein leichter Überdruck im Operationssaal stellt sicher, dass auch bei der Öffnung von Türen keine Keime eingetragen werden können.

### Nach der Operation: Überwachung – Mobilisierung – Entlassung

Die Ausleitung der Narkose, bei der die Zufuhr der Narkosemittel allmählich eingestellt wird, beginnt schon im OP. Doch erst nachdem der frisch operierte Patient in das vorbereitete Pflegebett umgelagert wurde, beginnt er seine Umwelt langsam wieder aktiv wahrzunehmen. Die Überwachung im OP Bereich dauert so lange wie es nötig ist, um sicher zu stellen, dass der Patient auf der Pflegestation bestens aufgehoben ist. Er bekommt direkt alle Unterlagen mit, die für die weitere Versorgung benötigt werden. Eine Zwischenstation im Intensivbereich müssen Patienten einlegen, die beispielsweise am offenen Herzen operiert wurden oder aufgrund von Risikofaktoren eine noch weitergehende lückenlose Überwachung benötigen. Nach einer OP soll so schnell wie möglich wieder die Normalität Einzug halten, sind sich Patienten und Ärzte

einig. Der Schlüssel dazu ist eine schnelle Mobilisierung, sprich, der Patient muss wieder auf eigenen Beinen stehen können. Das erste Aufstehen nach dem Eingriff bringt den Kreislauf wieder in Schwung und verhindert die Bildung von Thrombosen.



Nach der OP wird der Patient so lange überwacht, bis dass seine Vitalfunktionen wieder stabil sind.

Durch gezielt eingesetzte Medikamente werden Schmerzen möglichst ausgeschaltet, um die Bewegung zu erlauben. Und nach wenigen Tagen geht es normalerweise schon wieder nach Hause in ein gesundes Leben. | sdk

## Meine OP am Klinikum Augsburg Eine Patientengeschichte

Christina M. ging es nicht anders als vielen Patienten. Der erste Schreck wich rasch einer Menge Fragen. Unsicherheit und Angst wurden aber bald von einem Gefühl des bestens aufgehoben sein abgelöst, beschreibt die junge Frau die Vorbereitungen zur anstehenden Operation in der Prämedikationsambulanz des Klinikum Augsburg. Direkt von der Eingangshalle aus ist die Abteilung schnell zu finden und leicht zugänglich. Einen Tag vor dem geplanten Eingriff geht es dort nur um den Patienten. Das Gespräch mit dem Anästhesisten, der die Narkose anhand möglicher Risikofaktoren plant, steht ebenso auf dem Programm wie die Aufklärung über die immer vorhandenen Risiken einer Operation. Ein mulmiges Gefühl steigt bei all den möglichen Risiken schon im Magen auf, dennoch fand Christina M. die Aufklärung sehr beruhigend: Dass alle Aspekte des Eingriffs so genaue Beachtung finden, zeigt, wie intensiv man sich mit jedem einzelnen Patienten beschäftigt. Durchatmen und durch, ist ihre Devise so kurz vor dem Operationstermin.

### Die Operation

Pünktlich um sieben Uhr morgens kommt Christina M. am OP-Tag zum Aufnahmebereich der Tagesklinik im siebten Stock. Ihre OP ist für neun Uhr festgesetzt. Sie ist aufgeregt, doch auch froh, dass es endlich losgeht. Alle Unterlagen werden noch einmal gecheckt, dann kann sie sich noch etwas ausruhen, bevor die Einschleusung in den OP beginnt. »Meine

beste Freundin konnte dabei sein, das war beruhigend«, erinnert sich die 27-Jährige. Dann ging alles ganz schnell. Die Erinnerung an den Transport und die Vorbereitung ist verschwommen. »Mein Arzt, der mich durch die Diagnostik begleitet hatte, kam kurz vorbei und hat mir alles Gute gewünscht.« Daran erinnert sich Christina M. noch. »Das war ein sehr schönes Gefühl.« Im Aufwachraum muss auch Christina M. erst einmal die Orientierung und das Zeitgefühl wiederfinden. An die ersten drei Stunden dort kann sie sich nicht erinnern, obwohl sie schon ansprechbar war.

### Mit gutem Gefühl nach Hause

Nach der Verlegung auf die Pflegestation kamen für Christina M. früher als erwartet gute Nachrichten. Alle Befunde waren in Ordnung, nach acht Tagen im Klinikum konnte sie entlassen werden und die Nachsorge ambulant erfolgen. »Ich würde wieder ins Klinikum Augsburg gehen«, steht für Christina M. fest. Anfangs hatte sie etwas Bedenken wegen der Größe und der gefühlten Anonymität des Hauses. Doch nun ist sie von den Ärzten und dem Pflegepersonal restlos überzeugt: »Ich habe mich rundum gut versorgt gefühlt.« Und die versprochene feine OP-Naht hat sie auch bekommen. Schon in wenigen Wochen sollte außer der Erleichterung, dass alles gut überstanden wurde, keine Spur mehr von der OP bleiben.

# Mit dem Endoskop auf großer Reise

## Wie aus einem Familienbesuch ein spannendes Projekt in Nigeria wurde

**Es begann als Ferienjob der besonderen Art und entwickelte sich zu einer nachhaltigen Fernbeziehung. Wenn in zwei Krankenhäusern in Nigeria das Ergebnis einer Darm- oder Magenspiegelung unklar ist, kommt Hilfe aus Augsburg – via Internet – und dank einer ungewöhnlichen privaten Form der Entwicklungshilfe.**

Es war wie Weihnachten, sagen die zwei Männer, die im Februar dieses Jahres in der nigerianischen Stadt Enugu für eine besondere Bescherung sorgten. Mit sechs Koffern waren Dr. Alanna Ebigbo, Oberarzt der III. Medizinischen Klinik, und Michael Schlander, gelernter Krankenpfleger und studierter Bachelor im Fach Gesundheitsökonomie, aus Augsburg in das mit 180 Millionen Einwohnern bevölkerungsreichste Land Afrikas gereist. Im Gepäck hatten sie drei Endoskopie-Geräte samt Zubehör und Desinfektionsmittel. Als es dann ans Auspacken ging, war die Freude groß – nicht zuletzt, weil nach der langen Reise das mitgebrachte Equipment sofort einwandfrei funktionierte.

Was führt nun zwei Endoskopie-Experten des Augsburger Klinikums in ihren Ferien und auf eigene Kosten nach Nigeria? Und warum sagen sie heute: »Wir haben da etwas angefangen, was fortgesetzt werden muss.«

### Urlaub mit Folgen

Alles begann mit Dr. Alanna Ebigbos Heimaturlaub in Enugu, einer Stadt im Südosten des Landes mit rund einer Million Einwohnern. Der in Nigeria geborene und aufgewachsene Arzt besuchte dort seine Familie und tauschte sich unter anderem mit seinem Cousin, ebenfalls Arzt, über medizinische Fachfragen aus. Als er dessen Arbeitsplatz in der Enugu State University of Science and Technology (ESUTH) besichtigte, stand dann vor allem

Dr. Ebigbos Fachgebiet im Mittelpunkt – die Endoskopie. Dessen Diagnose im Universitätskrankenhaus: Fehlanzeige. »Geräte waren da, aber niemand konnte sie bedienen«, erzählt der 39-Jährige, der in Würzburg Medizin studiert hat. Zurück in Deutschland schmiedete er einen Plan – und gewann in Michael Schlander einen Verbündeten. Im November letzten Jahres nahmen Arzt und Krankenpfleger eine Woche Urlaub und investierten Zeit und Geld in einen nicht alltäglichen Ferienjob – mit Folgen...

### Hilfe für Enugu

Eine Woche leiteten sie in der nigerianischen Uniklinik, deren Standard nicht mit heimischen Einrichtungen dieser Bezeichnung verglichen werden kann, Workshops für Ärzte und Pflegepersonal im Umgang mit endoskopischen Geräten: dem Gastroskop, das bei Magenspiegelungen verwendet wird, und dem Koloskop für Darmspiegelungen. »Es war eine Herausforderung«, sagt Michael Schlander im Rückblick. Sie bestand weniger aus den tropischen Temperaturen und der hohen Luftfeuchtigkeit, die dem begeisterten Saunagänger nichts anhaben konnten, sondern vielmehr in der vorhandenen – oder besser: in der nicht vorhandenen Infrastruktur. So galt es nicht nur, das Personal fit für die neue Aufgabe zu machen. Zuerst einmal mussten die Geräte instandgesetzt werden. »Nur so konnten wir deren Einsatz am Patienten mit unserem Gewissen vereinbaren«, erzählt Dr. Alanna Ebigbo. Putzen war angesagt, Desinfektionsmittel floss reichlich. In einem Land, in dem das Leitungswasser nicht keimfrei ist, stellt die Hygiene bei so tiefgehenden Untersuchungen eine besondere

**»WIR HABEN DA ETWAS ANGEFANGEN, WAS FORTGESETZT WERDEN MUSS.«**

Dr. Alanna Ebigbo und Micheal Schlander



Dr. Alanna Ebigbo erklärt und schult die Ärzte und Pfleger vor Ort im Umgang mit den gespendeten Endoskopen.



University of Nigeria Teaching Hospital (UNTH) in Enugu, eine von zwei Universitätskliniken im Südosten Nigerias.

Herausforderung dar. »Denn Kreuzinfektionen wollten wir auf jeden Fall vermeiden.«

In vier Tagen wurden 21 Patienten untersucht – stets gemeinsam mit Ärzten und Pflegepersonal vor Ort. Schritt für Schritt tasteten sich die Profis aus Augsburg mit ihren Kollegen voran. »Sie waren alle sehr aufgeschlossen und offen für die neuen Dinge«, berichtet Michael Schlander, der seit sieben Jahren am Klinikum Augsburg in der Endoskopie arbeitet. »Das hat meine Erwartungen übertroffen.« Reisen bildet – in diesem Falle die Besuchten.

### Ein Projekt mit nachhaltigem Nutzen

Nun verspricht ein einwöchiges Gastspiel noch keine Nachhaltigkeit – die Ausbildung eines deutschen Pflegers in der Endoskopie nimmt bei uns fast ein Jahr in Anspruch. Also hieß es dieses Jahr

im Februar für die beiden wieder: Koffer packen. Und dieses Mal umfangreich. Denn die Stadt Enugu verfügt mit dem University of Nigeria Teaching Hospital (UNTH) über eine zweite Universitätsklinik. An diesem Lehrkrankenhaus war zwar etwas endoskopisches Know-how vorhanden – allein, es fehlten die Gerätschaften. Es folgte Teil zwei der Entwicklungshilfe mit dem Endoskop: Im Klinikum Augsburg und bei Unternehmen der Medizintechnik oder online suchten die beiden nach endoskopischem Gerät samt Zubehör. Und sie wurden fündig – sechs Koffer Reisegepäck waren der schwer wiegende Beweis. Auch viele Kollegen im Augsburger Klinikum sorgten für die notwendige Unterstützung. Und wieder konnten sie vor Ort Interesse wecken, Kenntnisse vermitteln und Strukturen etablieren. »Es geht was voran«, lautet ihr Fazit. Selbst nach einem halben Jahr lässt der erreichte Standard nicht nach. Doch zwei medizinische Entwicklungshelfer bewirken in einem Land mit 180 Millionen Einwohnern, deren medizinische Versorgung von Errungenschaften wie der Endoskopie >>

SCHON  
gewusst  
?

## Endoskopie

Mit dem Begriff Spiegelung lässt sich das Wort Endoskopie erklären. Es handelt sich um eine medizinische Technik, mit deren Hilfe man Körperhöhlen und Hohlorgane untersuchen, Krankheiten erkennen und gegebenenfalls gleich behandeln kann. Das sogenannte flexible Videoendoskop kommt in der Inneren Medizin zum Einsatz, welche sich mit Erkrankungen des Gastrointestinaltraktes beschäftigt – also dem Hauptteil des Verdauungsapparates, der von der Speiseröhre bis zum Anus reicht. Es verfügt über Technologien der Bilderzeugung und -übertragung und eine Beleuchtungseinrichtung mit Kaltlicht, die Hitzeschäden an den zu untersuchenden Organen vermeidet. Das optische System

leitet das Licht von einer externen Lichtquelle gebündelt an der Spitze des Endoskops und damit zum Untersuchungsgebiet weiter. Die Steuerung erfolgt über innenliegende Bowdenzüge mittels Drehräder.

Die Bezeichnung der verschiedenen endoskopischen Verfahren richtet sich in der Regel nach deren Einsatzgebiet: So heißt beispielsweise die endoskopische Untersuchung des Magens Gastroskopie, die des Darms Koloskopie. Inzwischen erfolgen immer mehr Eingriffe in vielen medizinischen Bereichen endoskopisch. Solche minimal-invasiven Eingriffe sind besonders schonend für die Patienten.



**PASSAUER WOLF**  
Reha • Hotelkliniken

**BAD GÖGGING**

NEUROLOGIE  
ORTHOPÄDIE  
GERIATRIE  
HNO-PHONIATRIE

*Mobilität & Lebenskraft stärken*

PASSAUER WOLF Bad Gögging  
Kaiser-Augustus-Straße 9  
93333 Bad Gögging  
bad-goegging@passauerwolf.de  
T +49 9445 201-0  
[www.passauerwolf.de](http://www.passauerwolf.de)

**Auf zu neuer Lebenskraft!**

Wie gewinnen Sie nach einem Krankenhausaufenthalt wieder Kraft, Energie und Lebensfreude? Der PASSAUER WOLF begleitet Sie auf Ihrem ganz individuellen Weg der Rehabilitation und Anschlussheilbehandlung. Ein Spitzenteam aus Ärzten und Therapeuten entwickelt mit Ihnen den persönlichen Genesungsplan und hilft Ihnen, Schritt für Schritt, Ihren Zielen näher zu kommen. Ein Klima der Wertschätzung, Zuwendung und Geborgenheit und ein hochwertiges Ambiente stärken Ihr Zutrauen und Ihre Selbstheilungskräfte. Bei Fragen sind wir gerne für Sie da.

Die PASSAUER WOLF Hotelklinik Bad Gögging ist mit vier Kliniksternen für hervorragende Servicequalität ausgezeichnet. Für Privat- bzw. Zusatzversicherte oder Selbstzahler halten wir spezielle Komfort-Angebote bereit.



weitgehend unbehelligt geblieben ist, relativ wenig. »Deshalb haben wir unser Engagement nun breiter aufgestellt«, erklärt Dr. Ebigbo. Die Folge: Ein Verein wurde gegründet – mit Satzung, anerkannter Gemeinnützigkeit und mittlerweile 13 Mitgliedern. Endoscopy Futures Nigeria e.V. will die bisher geleistete Arbeit nachhaltig unterstützen, Spenden sammeln und auch gegenüber Behörden und Unternehmen, von denen sich die Gründer mehr Engagement erhoffen, vertreten.

Zwischen Nigeria und Augsburg ist nun auch eine neue Form der Zusammenarbeit entstanden: Endoskopie per Ferndiagnose. »Wenn sich die Kollegen unklar sind, können sie uns jederzeit Bilder via Internet schicken«, berichten Dr. Alanna Ebigbo und Michael Schlander. Und sie tun es. Auch in der eigens

installierten WhatsApp-Gruppe herrscht reger Meinungsaustausch zwischen den Kontinenten. Allein technische Grenzen in Nigeria machten die Übertragung großer Datenmengen noch zum Problem. Die beiden medizinischen Entwicklungshelfer aus Schwaben brüten bereits über neuen Ideen. E-Learning heißt ihr Schlagwort. Haben sie bei ihren Besuchen vor Ort genaue Ablaufbeschreibungen für Hygiene, Handhabung und Lagerung des Geräts hinterlassen, so könnte das Wissen darüber mit Videos noch besser verbreitet werden. Jeder geschulte Kollege vor Ort sei ein wichtiger Multiplikator. »Wichtig ist ein steter Austausch«, so ihre Diagnose, »um Strukturen dauerhaft aufzubauen und um auch die Therapie voranzubringen.« Dann kann auch in Nigeria eine medizinische Versorgung entstehen, die in Deutschland längst zum Alltag gehört. | sts



Krankenpfleger Michael Schlander (li.) und Dr. Alanna Ebigbo landen mit Endoskopiegeräten, Zubehör und Desinfektionsmitteln in Nigeria, um Hilfe vor Ort zu leisten.

### Was uns antreibt

Dr. Alanna Ebigbo wurde in Nigeria als Sohn einer deutschen Mutter und eines nigerianischen Vaters geboren. Er wuchs dreisprachig (Englisch, Deutsch und Igbo) auf und begann im Jahr 1996 sein Medizinstudium in Würzburg, das er 2003 abschloss. Seine Ausbildung zum Facharzt für Innere Medizin und Gastroenterologie absolvierte er heute 39-Jährige danach erfolgreich im Klinikum Augsburg, wo er mittlerweile als Oberarzt auch die Spezialambulanz der Infektiologie leitet.

Der Vater dreier Kinder zwischen sechs und elf Jahren lebt mit seiner Familie in Stadtbergen. Er spielt nicht nur gerne selbst Fußball, sondern fungiert auch seit Jahren als Trainer der F-Junioren der TSG Stadtbergen.

Seit 16 Jahren arbeitet der ausgebildete Krankenpfleger Michael Schlander (36) am Klinikum Augsburg, seit sieben Jahren in der Endoskopie. Im Dezember letzten Jahres erwarb er den Bachelor of Arts im Studiengang Gesundheits- und Sozialmanagement. Der in Diedorf aufgewachsene und dort lebende Gesundheitsökonom reist für sein Leben gerne um die Welt. Nigeria war aber für ihn Neuland, das ihn freilich nicht vor große Hindernisse stellte. Zu seinen Hobbys zählen Tauchen, Bergwandern, Lesen – und nun das Engagement in Nigeria.

Das Projekt zur nachhaltigen Zusammenarbeit in der Endoskopie in Nigeria wird von Dr. Alanna Ebigbo und Michael Schlander ausschließlich in ihrer Freizeit betrieben und aus ihren eigenen Mitteln bezahlt.

# Intelligente Lösung Smarte Fuge

## PCI® Für Bau-Profis



**SMARTMORTAR SOLUTIONS**

- easy working
- water drop effect
- easy to clean effect
- resistance effect
- protection effect

A brand of **BASF**  
The Chemical Company

Mehr Infos unter [www.pci-augsburg.de](http://www.pci-augsburg.de)

## KÄBMEYER

BIOMASSE-KOMPETENZ-ZENTRUM

### GARTEN UND BRENNSTOFF

Verkauf in Neusäß, Königsbrunn, Friedberg, Aichach und Mering.  
Info unter: 0 83 36 / 80 55-0

Wir liefern auch zu Ihnen nach Hause!

- Pellets
- Briketts
- Hackschnitzel

**pflanzen**

- Kompost
- Blumenerde
- Rindenhumus

**düngen**

- Kompost

**abdecken**

- Rindenmulch

**fallschutz**

- Spielplatzbelag
- einstreuen
- HorseFlakes

Kompostierungs-Service KÄBMEYER  
Eidlerholzstraße 100 • 87746 Erkheim und Schöneggweg 47 • 87727 Babenhausen  
Telefon 0 83 36 / 80 55-0 • Telefax 0 83 36 / 80 55-55 • Internet: [www.ksk-gmbh.de](http://www.ksk-gmbh.de)



## Blickwinkel

Im Endoskopiezentrum am Klinikum Augsburg, das zur III. Medizinischen Klinik gehört, finden jährlich über 15.000 Endoskopien statt. Endoskopie – auch Spiegelung genannt, heißt wörtlich »in das Innere sehen«. Mit Hilfe eines Endoskops, einem schlauchartigen optischen Video-Instrument, kann der Arzt in Körperhöhlen und Hohlgane, wie den Magen-Darmtrakt oder die Lunge, blicken.

Rund 70 flexible Endoskope müssen täglich gereinigt und desinfiziert werden. Dafür sind vier hochmoderne Durchreiche-maschinen im Einsatz. Sie gehören zur neuesten Generation von Reinigungs- und Desinfektionsgeräten, die das Klinikum in einer professionellen und ständig überwachten Aufbereitung der Endoskope unterstützen. Leistungsstarke Pumpen sorgen dafür, dass die reinigenden und desinfizierenden Lösungen alle Kanäle, Ecken und Winkel der Endoskope erreichen. So gewährleistet die Aufbereitung einen zuverlässigen Schutz und die Sicherheit der Patienten. Die verwendeten Instrumente werden nach genauen Richtlinien vom Robert-Koch Institut nach jeder Spiegelung aufbereitet.



## Leben neu entdecken

Spezialklinik für allgemeine Rehabilitation nach allen onkologischen Erkrankungen sowie für Anschlussheilbehandlungen nach einer Krebserkrankung mit folgenden Schwerpunkten:

### Gynäkologische Onkologie

- Brustkrebs
- Eierstockkrebs
- Gebärmutterhalskrebs
- Sonstige gynäkologische Tumore

### Internistische Onkologie

- Gastrointestinale Tumorerkrankungen: Speiseröhre, Magen, Darm, Leber, Galle, Bauspeicheldrüse



### Spezielle, interdisziplinäre Angebote:

- Laparotomie-Programm
- Polyneuropathie-Konzept
- Adipositas-Programm
- Kombi-Reha "Mama hat Krebs"

### Besonderheiten:

- Psychoonkologie
- Naturheilkunde
- Moderne Diagnostik
- Chemotherapie
- Ganzheitlicher, interdisziplinärer Ansatz

### Lage:

Scheidegg, einer der sonnenreichsten Orte Deutschlands, liegt auf einem herrlichen Plateau zwischen Allgäuer Alpen und Bodensee.

Paracelsus-Klinik Scheidegg · Kurstraße 5 · 88175 Scheidegg · T 08381 501-0 · F 08381 501-229 · www.paracelsus-scheidegg.de

**ZWICK ROLLADEN GMBH**

ZWICK Rolladen GmbH  
Messerschmittweg 42½  
86343 Königsbrunn

Telefon 08231/98977-0  
Telefax 08231/98977-33  
eMail: info@zwick-rolladen.de

Rolladen u. Sonnenschutz  
Markisen · Jalousien  
Wintergartenbeschattung  
Rollotron-Geräte · Rolltore  
Motorantriebe-Steuerungen  
Reparaturdienst · Ersatzteile

http://www.zwick-rolladen.de

## Der Frische-Lieferant

Nachkonnation of Food Standard  
GHS (nicht-toxisch)

Frucht Hof Ehinger  
Eggenweg 11  
88677 Augsburg  
Inklusion: egele, fup, sur, u, os

Frucht Hof - Fertigprodukte  
Logistik

Großhandel · Import · Agentur · Intern. Kühlspedition

## Hilfen, die Sie brauchen.

### Sicher unterwegs – entspannt ankommen!

Scooter sind Elektromobile für die täglichen Wege oder Ausflüge. Bei der Entwicklung haben unsere Hersteller ein besonderes Augenmerk auf **Sicherheit, Zuverlässigkeit und einfache Bedienung** gelegt. Mit kräftigen Elektromotoren sind sie **wirtschaftlich, umweltfreundlich** und ganz **leicht zu fahren**.

Unsere Scooter geben Ihnen die Freiheit, auch weiterhin **aktiv am Leben teilzunehmen** – mit Sicherheit!

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns – wir beraten Sie gerne!

**reha team DRESCHER+LUNG GmbH Augsburg**  
Jakob-Krause-Straße 8  
86199 Augsburg-Bergheim  
Tel. 0821/455565-0

**Öffnungszeiten**  
Mo. bis Fr. 8 bis 18 Uhr  
Sa. 9 bis 12 Uhr

[www.drescher-lung.de](http://www.drescher-lung.de)

## Bayerisches Rotes Kreuz

**Hausnotruf**  
Sicherheit Zuhause!

**Mobiler Notruf**  
für unterwegs!  
(GPS-Ortung außerhalb der Wohnung)

**Essen auf Rädern**  
zirka 220 Gerichte zur Auswahl!  
(jetzt kostenloses Probeessen bestellen)

Kostenfrei anrufen unter:  
**0800 90 60 777**



# Grünes Curry mit Kürbis

## Zutaten für ca. 4 Personen

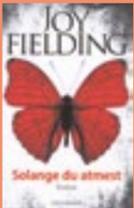
- 1 kleiner Hokkaido-Kürbis (ca. 500 g)
- 6 festkochende Kartoffeln
- 150 g grüne Bohnen
- 150 g braune Champignons
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 1 EL Currypaste
- 200 ml Kokosmilch
- 500 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Rohrzucker
- 1 Rispe Cocktailtomaten (ca. 200 g)
- 50 g Erdnüsse, geröstet
- frischer Koriander

## Zubereitung

- Hokkaido halbieren (die Schale kann man mitessen) und Kürbis in mundgerechte Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen und würfeln. Bohnen und Champignons klein schneiden.
- Sonnenblumenöl und Currypaste in einem Topf kurz anschwitzen. Kokosmilch, Gemüsebrühe und braunen Zucker zugeben.
- Alles aufkochen lassen, Kürbis und Kartoffeln zugeben und 10 Minuten zugedeckt leicht köcheln lassen. Dann Bohnen, Champignons und halbierte Cocktailtomaten zugeben und weitere 10 Minuten zugedeckt köcheln.
- Zum Schluss geröstete Erdnüsse unterrühren und mit gehacktem Koriander servieren.



Ulrike Eger empfiehlt:



ROMAN  
Joy Fielding  
**Solange du atmest**

SACHBUCH

**1 Kilo Kultur**  
Das wichtigste Wissen von der Steinzeit bis heute



HÖRBUCH  
Elena Ferrante  
**Die Geschichte eines neuen Lebens**

DVD

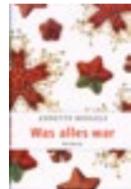
Florence Foster Jenkins



KINDERBUCH  
Charolotte Habersack  
**Bitte nicht öffnen – Bissig!**

## MEDIEN aktuell

Annette Mingels  
**Was alles war**



Susa wusste immer, dass sie ein Adoptivkind war und das war für sie in Ordnung. Sie wurde von ihren Pflegeeltern liebevoll großgezogen und steht mittlerweile als erwachsene Frau vor einer beruflichen Karriere. Als sich die biologische Mutter meldet, stimmt sie einem Treffen zu. Sie war auf ihre leibliche Mutter Viola nie neugierig und die Begegnung war recht kühl. Susa erfuhr einiges über ihren Erzeuger und das Leben Violas. Doch die Tatsache, dass Viola ihre Tochter gleich nach der Geburt weggab, bleibt für Susa nicht nachvollziehbar. Susa ist durch die Beziehung zu Henryk, der zwei Töchter nach dem Tod seiner Frau in die Ehe mitgebracht hatte, selbst zur Mutter geworden. Als ihr Pflegevater stirbt, verspürt sie eine große Leere. In ihrer Trauer verschließt sie sich und denkt viel über ihr Leben nach. Sie wünscht sich, sie wäre in der Vergangenheit offener gewesen. Auch der zermürbende Alltagsstress von zwei hoch qualifizierten Partnern führt zu Konflikten. Aus dieser Situation erwächst die Sehnsucht, doch mehr von ihrem leiblichen Vater erfahren zu wollen.

»Eine interessante Familiengeschichte«

Kartine Lambert  
**Und jetzt lass uns tanzen**



Marguerite ist frisch verwitwet und fühlt sich doch nicht so. Etwas hilflos mit der neuen Situation merkt sie, dass sie während der Ehe mit dem angesehenen Notar, keine eigenen Entscheidungen mehr getroffen hat. Sie grübelt über ihr vergangenes Leben nach und muss feststellen, dass sie viele Träume nicht gelebt hat. Auf einer Thermalkur lernt sie Marcel, ebenfalls Witwer, kennen. Er hat seine große Liebe und langjährige Ehefrau durch einen tragischen Unfall verloren. Durch die Begegnung mit Marguerite kommt er zum ersten Mal aus seiner Trauer und hat wieder Freude am Leben. Sie machen gemeinsame Ausflüge und merken, dass sie über die gleichen Dinge lachen. Das gefällt Marguerites Sohn gar nicht. Er fühlt sich für die Mutter verantwortlich und möchte, wie zuvor sein Vater, sie bevormunden. Zu ihrem Wohl bringt er seine Mutter ins Seniorenheim. Wieder lässt Marguerite über sich bestimmen und das kleine Abenteuer sieht sie als wunderschönen Erinnerungsschatz. Doch Marcel gibt nicht auf und kämpft um ihr Glück.

»Eine Geschichte für alle Generationen.«

E. O. Chiovici  
**Das Buch der Spiegel**



Der Literaturagent Peter Katz erhält einen Auszug aus einem Manuskript, der ihm äußerst interessant erscheint. Der Autor des Manuskripts, Richard Flynn, schildert darin die Umstände eines Jahrzehnte zurückliegenden Mordes an einem bekannten Universitätsprofessor. Katz will mit dem Autor Kontakt aufnehmen, doch Flynn ist inzwischen verstorben. Da Katz die Geschichte keine Ruhe lässt, bittet er den Reporter John Keller, den Fall für ihn zu recherchieren. Was Keller zutage fördert, unterscheidet sich erheblich von Flynns Version des Geschehens. Weil Keller auch Kontakt zu einem pensionierten Polizisten aufnimmt, um an die polizeilichen Unterlagen zu dem Mordfall heranzukommen, rollt auch Roy Freeman den Fall, an dem er als junger Polizist beteiligt war, noch einmal auf. Seine Recherchen ergeben eine dritte Version des Geschehens und führen – vielleicht – zum Mörder. Wie in einem Spiegelkabinett arrangiert der Schriftsteller die drei Versionen des Geschehens. Irgendwo in diesen Spiegelungen liegt die Wahrheit.

»Ein spannendes, intelligentes Verwirrspiel.«

Peter Prange  
**Unsere wunderbaren Jahre – Ein deutsches Märchen**



20. Juni 1948: Noch nie seit Kriegsende waren die Altenaer Kirchen an einem Sonntagmorgen so leer wie heute. Die Menschen stauen sich in zwei Schlangen bis zur kleinen Brücke hinunter vor der Sparkasse. So auch die drei Töchter des geachteten Fabrikanten Wolf Ruth, Ulla und Gundel und ihre Freunde. Sie alle warten, bis sie an der Reihe sind und das »neue Geld« erhalten. 40 DM »Kopfgeld« werden jedem Bürger ausgezahlt werden. Was werden sie aus diesem Startkapital machen? Welche Ziele, Träume, Hoffnungen werden sie damit realisieren können? Die Schicksale dieser sechs Freunde und ihrer Familien sind eng miteinander verflochten. Über drei Generationen hinweg erleben sie gemeinsam die Bundesrepublik, der D-Mark – und den Beginn der neuen, europäischen Währung. Prange schreibt die Geschichte Deutschlands von der Nachkriegszeit bis zum Millennium authentisch, spannend und detailreich bis zum Schluss.

»Eine bewegende Familiengeschichte unserer eigenen Geschichte«

Kent Haruf  
**Unsere Seelen bei Nacht**



Sehr überrascht war Louis, als seine Nachbarin Addie bei ihm klingelte und ihren Wunsch äußerte, ob er die Nächte bei ihr verbringen möge. Der 70-jährigen ginge es nicht um Sex, wie sie betonte, sondern um die Einsamkeit besser ertragen zu können. Die Nächte seien besonders schlimm und sie sehne sich nach Zweisamkeit und Geborgenheit. Addie und Louis sind beide verwitwet. Er lässt sich darauf ein. Sehr befangen schleicht sich Louis anfangs in das Haus von nebenan. Mit der Zeit wird es für die beiden selbstverständlich und sie erzählen sich Nacht für Nacht aus ihrem Leben. In der Kleinstadt kommt es zum Tratsch und nicht alle geben einen wohlwollenden Kommentar ab. Als Addie ihren kleinen Enkel Jamie für einige Wochen aufnimmt, bekommt das Leben für die ältere Dame einen neuen Lebensinhalt. Das hat auch Auswirkungen auf die Freundschaft zwischen Addie und Louis. Jamies Vater hat kein Verständnis. Er begegnet dem Nachbar mit Missgunst und Unterstellungen. Diese Schwierigkeiten schweißen die beiden noch mehr zusammen.

»Eine bezaubernde Liebesgeschichte.«

WIR für Sie

Klinikum Hauptgebäude

Mo, Mi 10.00 – 13.00 Uhr  
Mi 14.00 – 16.00 Uhr  
Di, Do, Fr 10.00 – 12.00 Uhr

Klinikum Süd

Mo 10.00 – 12.00 Uhr  
Di – Fr 9.30 – 11.30 Uhr

## Unsere Caritas-Seniorenzentren

CAB Caritas Augsburg  
Betriebsträger gGmbH  
Wir pflegen Beziehungen.

**St. Raphael | Augsburg**  
Caritasweg 2 · Tel. 0821 / 5 68 79-0  
**Antoniushaus | Augsburg**  
Stephansgasse 7 · Tel. 0821 / 3 45 34-0  
**St. Verena | Augsburg**  
Kappelberg 2 · Tel. 0821 / 2 72 64-0  
**St. Anna | Augsburg**  
Blücherstraße 79 · Tel. 0821 / 3 46 99-0  
**Notburga | Neusäß-Westheim**  
Von-Rehlingen-Straße 42 · Tel. 0821 / 4807-0

**St. Hedwig | Königsbrunn**  
Blumenallee 29 · Tel. 08231 / 96 19-0  
**St. Agnes | Mering**  
Jägerberg 8 · Tel. 08233 / 84 68-0  
**St. Theresia | Mering**  
Leonhardstraße 76a  
Tel. 08233 / 74 15-0  
**Heilig-Geist-Spital | Landsberg am Lech**  
Kommerzienrat-Winkelhofer-Platz 3  
Tel. 08191 / 9 40 85-0

**Kooperationseinrichtungen**  
**Senioreneinrichtung Albertusheim | Augsburg**  
Moltkestraße 12 · Tel. 0821 / 2 57 65-0  
**Seniorenheim Dinkelscherben | Dinkelscherben**  
Spitalgasse 2 · Tel. 08292 / 96 06-0  
**Seniorenzentrum St. Albert | Zusmarshausen**  
Hochstiftstraße 6 · Tel. 08291 / 85 95 8-0



Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne! [www.cab-a.de](http://www.cab-a.de)



# VERANSTALTUNGEN Ausblick

## Informationsabende »Schwangerschaft & Geburt« sowie »Wochenbett & Neugeborenes«

Jeden ersten Dienstag im Monat finden für werdende Eltern Infoveranstaltungen der Klinik für Frauenheilkunde statt. Die Veranstaltungen beginnen jeweils um 18.15 Uhr im großen Hörsaal.

### Nächste Infoabende

immer dienstags, 10. Oktober, 7. November, 5. Dezember 2017

### Russisch

Donnerstag, 14. Dezember 2017

### Türkisch

Der Informationsabend in türkischer Sprache findet auf Anfrage statt.

Um eine Anmeldung bei Frau Güler Erkoc wird gebeten unter:

Telefon 0176 3493 8332

## Kunstaussstellung im Klinikum Augsburg Süd

8. September bis 10. November 2017

Kunstaussstellung von Hans-Rainer Mayer mit dem Titel  
»Plastikwirbel«

Mitte November bis Ende Februar 2018

Bilderausstellung der VHS-Künstler unter der Leitung von  
Edith Gruber



Pflege und Betreuung  
in der gewohnten Umgebung

**APO CARE**  
Häusliche Krankenpflege e.V.  
seit 1991

„Wir können keine großen Taten vollbringen – nur kleine Taten mit großer Liebe“  
„Mutter Teresa“

- Altenpflege
- Krankenpflege
- Palliative Pflege
- und vieles mehr...

Tel.: 0821 / 25 20 25  
e-Mail: info@apo-care.de

Fax: 0821 / 54 45 44  
www.apo-care.de

## Kosmetikseminare für Krebspatientinnen

Donnerstag, 12. Oktober 2017 und 12. Oktober 2017, 15.30–17.30 Uhr

Anmeldung unter Tel. 0821-400 20 33 oder per E-Mail an

herbert.koch@klinikum-augsburg.de

## Tag der offenen Tür



Samstag, 21. Oktober 2017, 10.00–14.00 Uhr

in der Akademie für Gesundheitsberufe am Klinikum Augsburg

## 15. Forum Dialyse und Nierentransplantation

Dienstag, 28. November 2017, 16–18.35 Uhr, Klinikum Augsburg, großer Hörsaal

Anmeldung unter [transplantationszentrum@klinikum-augsburg.de](mailto:transplantationszentrum@klinikum-augsburg.de)

oder per Fax 0821-400 37 76

## Blickpunkt Auge

Dienstag, 21. Dezember 2017 10-16 Uhr

Das Beratungsmobil »Blickpunkt Auge« des Bayerischen Blinden- und Sehbehindertenbundes e. V. informiert am Klinikum Augsburg Menschen, die mit Sehproblemen zu tun haben und Rat und Hilfe suchen. Allgemeine Informationen zum bundesweiten Projekt finden Sie unter

[www.blickpunkt-auge.de](http://www.blickpunkt-auge.de)



**Perücken-Spezialist**

Direkt im Klinikum Augsburg  
Klinikum Augsburg (Perücken-Spezialist)  
Stenglinstraße 2 • Telefon 0821 44 33 05

- Echthaarperücken, große Auswahl an Kunsthaarperücken auch zum Tarif der Krankenkassen
- Komplette Abwicklung gegen Rezept

[www.peruecken-maier.de](http://www.peruecken-maier.de)

haarstudio maier

## Kulturprogramm Bücherei

11. Oktober 2017, 19.30 Uhr, Bücherei

**Lesung: Dr. Martha Schad: »Ludwig Thoma und die Frauen«**

Zum 150. Geburtstag Ludwig Thomas hat die Historikerin Martha Schad ihre Untersuchungen über den Dichter und sein Verhältnis zu Frauen neu überarbeitet. Es erwartet Sie ein interessanter Abend mit der Autorin.

25. Oktober 2017, 19.30 Uhr, Großer Hörsaal

**Bilder-Vortrag: »Marzipan und Räucherfisch – die Ostseeküste von Lübeck bis Usedom« von Gabriele und Manfred Münzner**

Beschauliche Landstriche wechseln sich ab mit schön restaurierten Hansestädten wie Wismar, Rostock oder Greifswald und renommierten Seebädern. Weiter im Osten folgt ein Landstrich mit den Halbinseln Fischland, Darß und Zingst. Die Inseln Rügen und Hiddensee dürfen auf der Reise nicht fehlen. Die letzten Urlaubstage verbringen die Münzners auf der sonnenverwöhnten Halbinsel Usedom.

Mittwoch, 08. Oktober 2017, 19.30 Uhr, Bücherei

**Lesung mit Michael Lichtwarck-Aschoff:**

**»Als die Giraffe noch Liebhaber hatte«**

Der ehemalige Mediziner und Professor hat in seinem Ruhestand mehr Zeit zum Schreiben. Nach erfolgreichen Kurzgeschichten beim Schwäbischen Literaturpreis und beim Preis des Irseer Pegasus ist jetzt sein zweites Buch erschienen.

Mittwoch, 22. November 2017, 19.30 Uhr, Kleiner Speisesaal

**Entertainment: Mit dem Klavier durch die Welt der Musik – Ivana Soušek (Pianistin)**

Ein bunter Strauß von Klassik, Oper, Operette, Filmmusik bis zu Musical und mehr.

Mittwoch, 13. Dezember 2017, 19.30 Uhr, Kapelle

**Adventskonzert: Festliches zum Advent für Sopran, Trompete und Orgel**

Iris Marie Kotzian (Sopran), Thomas Seitz (Trompete), Stephanie Knauer (Orgel)

Donnerstag, 14. Dezember 2017, 19.00 Uhr, Kapelle

In Kooperation mit der Evangelischen Seelsorge am Klinikum:

**Andacht mit dem Madrigalchor bei St. Anna**

unter Leitung von Kirchenmusikdirektor Michael Nonnenmacher



## VHS – Ärztliche Vortragsreihe

Das Leitmotiv: Gesundheit im Dialog

Die Veranstaltungen finden im Bürgersaal Stadtbergen, Osterfeldstraße statt (abweichende Orte sind angegeben). Der Eintritt beträgt pro Person 5 Euro, Saalöffnung jeweils um 19.00 Uhr. Kostenlose Parkplätze in der Tiefgarage.

Eine ausführliche Wegbeschreibung finden Sie unter:

[www.buergersaal-stadtbergen.de/index.php?id=4](http://www.buergersaal-stadtbergen.de/index.php?id=4)

Montag, 3. Juli 2017 – 19.30 Uhr

**Muskelschwäche und Muskelschmerz aus neurologischer Sicht**

Professor Dr. Markus Naumann

Oberarzt Dr. Korbinian Holzapfel

Montag, 02. Oktober 2017 - 19:30 Uhr

**Husten, Schnupfen, Heiserkeit – Was kann der HNO-Arzt tun?**

Professor Johannes Zenk

Oberarzt Dr. Kai Uwe Nagel

Montag, 09. Oktober 2017 - 19:30 Uhr

**Sehnenrisse an der Schulter und ihre Therapie**

Dr. Johannes Plath

Montag, 16. Oktober 2017 - 19:30 Uhr

**Neue Medikamente in der Tumorbehandlung:**

**Welche Möglichkeiten gibt es und wo sind die Grenzen?**

Professor Dr. Martin Trepel

Montag, 23. Oktober 2017 - 19:30 Uhr

**Das kleine Blutbild – was sagt es mir?**

Dr. Stefanie Grützner

Montag, 06. November 2017 - 19:30 Uhr

**Neues vom »Krebsdetektiv«:**

**Tumordiagnostik am PET/CT**

Professor Dr. med. Joachim Sciuk

Montag, 20. November 2017 - 19:30 Uhr

**Reanimation für Laien**

Privatdozent Dr. Markus Wehler

Montag, 27. November 2017 - 19:30 Uhr

**Gefäßchirurgie gestern und heute am Beispiel der Hauptschlagader**

Professor Dr. Alexander Hyhlik-Dürr

Montag, 08. Januar 2018 - 19:30 Uhr

**Die Schilddrüse: Kleines Organ mit großer Wirkung**

Oberarzt Dr. Robert Dorn

# RÄTSELPASS für Groß & Klein

schlicht, un-schein-bar	Fremd-wortteil: gegen-über	Wasser-pflanze	sehr kleine Teichen	griech. Schick-sals-göttin	Jetzt-Zustand	Geheim-polizei des Zaren	eng-lisches Fürwort: sie	Amts-prache in Pakistan	Dumm-heit	eine Tonart	Laut der Schafe	andern-falls					
						2	Sitz der Stadt-verwal-tung										
Begrün-dung, Beweis-grund			Ostsee-insel	Verbren-nungs-rück-stand			eine griech. Rache-göttin	dt. Schau-spieler † (Erik)			Christus-darstel-lung (... Homo)						
					12	sport-liche Autos	pau-sieren, rasten										
			1	nord-deutsch: kleine Mücke	Kaiser-name		persön-liches Fürwort		3	erhöhtes Kirchen-lese-pult							
ein Milch-produkt	Quer-hölzer der Leiter	ein Orien-tale	Gerücht, Tratsch	13			däni-scher König im M.A.	US-Parla-ments-entscheid									
Ruinen-stätte in Syrien						Kose-wort für Groß-vater	englisch: Schnee	Teil des Waff-en-visiers		4	ältester Sohn Noahs (A.T.)						
Gewinn						dichte Strauch-reihe	gedou-belte Film-szene		6	Zugriff mit den Zähnen (Mz.)	Lebens-baum						
				Vorname von Filmstar Wepper	dt. Schlager-sänger			Saug-wurm	Über-bringer								
süd-deutsch: Straßen-bahn		österr.: Rat-schläge				Figur der Quadrille	Hülle für Brillen		7	kurz für: lecker							
das Unsterb-liche					10	wegge-brochen (ugs.)	zeitlich endlos			Ton-bezeich-nung	englisch: oder	Rufname von Pacino					
		Abk.: zu Händen	Gegen-teil von chro-nisch				Honig-wein		8	öl-haltige Nutzpflanze							
Antriebs-schlupf-regelung (Abk.)	Magier						frei-sinnig, tolerant										
indischer Staats-mann † 1964					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

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

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

SUDOKO

leicht & schwer

DIE AUFLÖSUNGEN FINDEN DER RÄTSEL FINDEN SIE AUF S. 44

**STREICHHÖLZER**  
 Lege vier Hölzchen so um, dass zwei Quadrate entstehen.

TIERFORMEN

Welche Ziege ist anders als die Anderen?



SCHATTEN

Welcher Schatten gehört zum Apfel?



**ZAHLENBILD**  
 Verbinde alle Zahlen der Reihenfolge nach. Was siehst du?

IRRGARTEN

Hilf der Fliege den Weg zum Kuchen zu finden.



# Ohne Silikon: Brustaufbau mit Eigengewebe

## Plastische Chirurgie unterstützt Krebsbehandlung

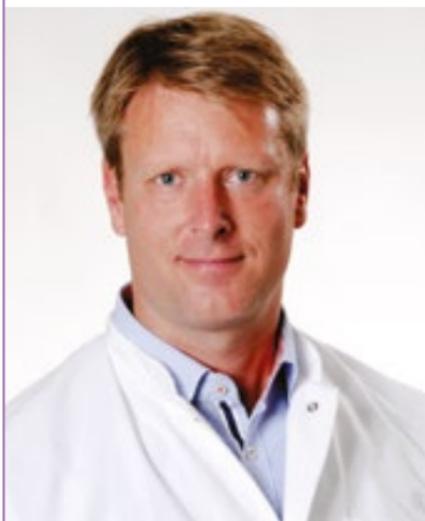
**Es ist nicht unbedingt die erste, aber eine der drängendsten Fragen, die sich Frauen nach der Diagnose Brustkrebs stellen: Wie wird mein Busen nach der Therapie aussehen? Die plastische Chirurgie, die einen wichtigen Platz in der operativen Behandlung von Tumoren einnimmt, gibt darauf eine ermutigende Antwort: Nach einer Entfernung kann die Brust auch mit Eigengewebe rekonstruiert werden. Im Klinikum Augsburg wird dieses Verfahren nun seit Anfang des Jahres neu angeboten.**

Die Betonung liegt auf Lebensqualität. »Durch den Brustaufbau bekommen Patientinnen ein Stück Freiheit und Selbstwert zurück, das ihnen durch die Krebserkrankung genommen wurde«, sagt der Mann, in dessen Händen die Verantwortung für die komplexen mikrochirurgischen Eingriffe liegt, mit Nachdruck. Dabei gehe es keineswegs »nur« um Ästhetik, sondern darum, nicht mehr sichtbar gezeichnet zu sein, uneingeschränkt enganliegende Kleidung oder einen Badeanzug tragen zu können. »Wenn beide Brüste wieder symmetrisch vorhanden sind, kommen Körpergefühl,

Statik und die gerade Haltung wieder«, erklärt Dr. Stefan Krischak, Leiter der Sektion Plastische und Handchirurgie, die seit Anfang 2017 in der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie integriert ist. »Ein wichtiger Aspekt des Heilungsprozesses liegt für die betroffenen Frauen zudem darin, sich wieder vollständig zu fühlen und mit der Krankheit auch optisch abzuschließen.«

Eine interessante Alternative zum Implantat aus Silikon bietet das Klinikum Augsburg jetzt Frauen nach einer Brustkrebserkrankung: den mikrochirurgischen

Brustaufbau aus Eigengewebe nach der sogenannten DIEP-Technik.



Dr. Stefan Krischak

Zwar können heute bereits 70 bis 80 Prozent aller Fälle so operiert werden, dass die Brust erhalten bleibt. Muss aber viel Gewebe entfernt oder gar die ganze Brust amputiert werden, kann der Busen mit plastischen Eingriffen rekonstruiert werden. Wird dazu eigenes Haut- und Fettgewebe verwendet, muss es aus anderen Körperpartien entnommen werden. Diese Methode hat den Vorteil, dass die Frauen nicht mit einem Fremdkörper leben müssen. Zudem lässt sich mit dem Eingriff auch eine größere oder hängende Brust besser nachbilden. Der Facharzt sieht in der Verwendung des körpereigenen Gewebes deutliche Vorteile zum Fremdmaterial. »Ein Implantat aus Silikon sollte alle zehn Jahre

### DIEP-Technik: So wird die Brust wieder aufgebaut

Bei einem knappen Drittel der etwa 60.000 jährlich in Deutschland an Brustkrebs neu erkrankten Frauen muss mit dem Tumor auch die Brustdrüse entfernt werden. Dennoch kann der Busen, wenn die onkologische Therapie abgeschlossen ist, mit Implantaten – meist Silikon – oder Eigengewebe rekonstruiert werden. Im Klinikum Augsburg operieren die plastischen Chirurgen dabei nun nach der europaweit anerkannten, technisch sehr anspruchsvollen DIEP-Methode. Hierbei wird Gewebe aus dem Unterbauchbereich – Haut und Unterhautfett – als Spende für die sorgfältig zu modellierende Brustrekonstruktion entnommen. Der

Bauchmuskel wird nicht angetastet, so dass die Bauchwand in ihrer Struktur intakt und stabil bleibt. Nur eine lange, dünne Quernarbe erinnert an den Eingriff. Die benötigten Unterbauchblutgefäße werden mikrochirurgisch an die Blutgefäße im Brustbereich angeschlossen, die Durchblutung des Eigengewebes wird so sichergestellt.

Nach der Abheilung werden Brustwarze und Warzenhof geformt oder tätowiert. Um eine optimale Symmetrie beider Brüste zu erreichen, wird manchmal die gesunde Seite operativ in Form und Größe angeglichen.

ausgewechselt werden, es kann sich verschieben, Verkapselungen verursachen und Verhärtungen, auch die Form der Brust wird nicht so natürlich«, begründet er. Dennoch können die Operateure, die in Augsburg bislang ausschließlich auf Implantate zurückgegriffen haben, auch bei dieser Variante eines nicht ausgleichen. »Es kommt leider kein Gefühl in die Brust zurück«, bedauert Dr. Krischak. »Wir behandeln in enger Zusammenarbeit mit dem klinikeigenen Brustzentrum«, erläutert der Chirurg. Schon vor der Brustkrebsoperation werden die möglichen Abläufe mit den Kollegen diskutiert und danach mit der Patientin besprochen. Sie ist es, die die Entscheidung für sich treffen muss. Die Rekonstruktion mit Eigengewebe, die in der Regel von den Krankenkassen übernommen wird, ist allerdings wesentlich aufwändiger und macht einen rund zehntägigen stationären Aufenthalt nötig.

Etwa sieben Stunden dauert der Eingriff, die Formung der neuen Brust nimmt dabei einen großen Teil der Zeit in Anspruch. »Größte Sorgfalt und viel Erfahrung in mikrochirurgischen Techniken« seien erforderlich, um die feine Operation durchzuführen, die ein kosmetisch optimales Ergebnis ermöglicht, berichtet Sektionsleiter Krischak. Dafür bleibe sie aber meistens einmalig, von kleinen Nachkorrekturen und der kurzen Neukonstruktion der Brustwarze abgesehen. Die Zusammenlegung der bislang getrennten Bereiche in einer neu strukturierten »Klinik für Unfallchirurgie, Orthopädie, Plastische und Handchirurgie« unter der Leitung von Professor Dr. Edgar Mayr bringt, so

### Brustzentrum Augsburg: Netzwerk für eine umfassende Versorgung

Die plastische Chirurgie ist ein wichtiger Bestandteil des Brustzentrums am Augsburger Klinikum. Fachübergreifende Teamarbeit zeichnet dieses Netzwerk für Patientinnen mit Erkrankungen der Brust aus, das 2005 zu den ersten der bis heute rund 40 bayerischen Zentren gehörte, die von der Deutschen Krebsgesellschaft DKG nach einem umfangreichen Anforderungskatalog zertifiziert wurden.

Ziel ist es, eine differenzierte medizinische Versorgung der Frauen in höchstmöglicher Qualität zu gewährleisten. Unter Federführung der



Eine erfolgreiche Brustrekonstruktion verleiht den betroffenen Frauen ein ganz neues Körpergefühl.

Dr. Krischak, gerade für seine Patienten zahlreiche Vorteile. »Für alle plastischen Behandlungen gibt es nun eine einzige Anlaufstelle.« Neben der Behandlung und Wiederherstellungsoperationen nach Unfällen oder Erkrankungen der Hand widmet sich sein Spezialisten-Team, das aus drei Oberärzten, einem Facharzt und drei Assistenzärzten besteht, der chirurgischen Therapie von Weichteiltumoren wie Brustkrebs. Das neue Angebot am Klinikum, das es bislang in der Region nur in München und Ulm gab, wird von

betroffenen Frauen bisher gut angenommen, Tendenz steigend. Dr. Krischak sieht darin eine Bestätigung, auf dem richtigen Weg zu sein. | vG



Prof. Dr. Edgar Mayr

Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie

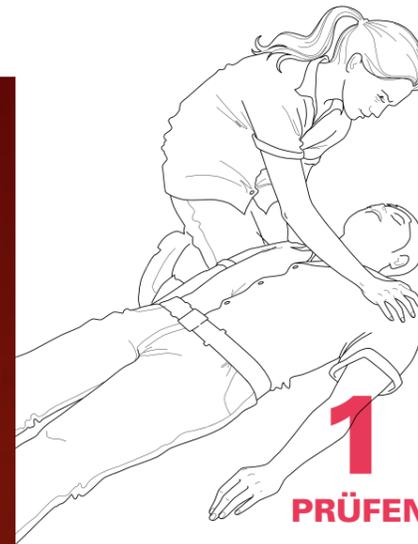
WIR  
für Sie

Frauenklinik, die zuvor die Behandlung von Brustkrebs weitgehend in Eigenverantwortung durchgeführt hatte, konzentriert sich das rund 20-köpfige Experten-Team interdisziplinär auf umfassende Diagnostik, Therapie und Nachsorge.

Nach der onkologischen Versorgung durch Radiodiagnostiker, Strahlentherapeuten, Pathologen, Hämatonkologen und Psychoonkologen bildet die Wiederherstellungschirurgie mit dem postoperativen Brustaufbau den Abschluss der Therapie.

# Herzstillstand – jede Sekunde zählt!

Leben retten  
in drei einfachen Schritten:  
Prüfen – Rufen – Drücken



**D**er plötzliche Herztod ist mit schätzungsweise bis zu 100 000 Betroffenen pro Jahr eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland. Man schätzt, dass ca. 5 000 Menschen gerettet werden können, wenn die Patienten mit Herzstillstand von Ersthelfern bis zum Eintreffen der Rettungskräfte eine Herzdruckmassage erhalten. Obwohl jeder helfen könnte, tun es in Deutschland noch zu wenige. Nur jeder dritte Notfallpatient erhält von Außenstehenden die lebensrettende Herzdruckmassage, bevor professionelle Hilfe eintrifft. Prüfen-Rufen-Drücken sind dabei die grundlegenden, leicht zu merkenden Schritte. Dr. Jürgen Friedrich, Oberarzt in der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin beantwortet die wichtigsten Fragen:

## Was passiert bei einem Herzstillstand im Körper?

Die Pumpfunktion des Herzens fällt durch eine fehlende oder zu schnelle Herzaktion plötzlich aus. Es kommt zu einem Kreislaufstillstand. Das Herz pumpt kein Blut mehr in das Gehirn und den Rest des Körpers. Der Betroffene wird sofort bewusstlos und atmet nicht mehr normal oder gar nicht mehr. Schon wenige Minuten nach einem Herzstillstand kann es zu schweren Schädigungen der Hirnfunktionen kommen, weil das Gehirn nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird. Bei einem plötzlichen Herzstillstand zählt also jede Sekunde. Mit einer einfachen Herzdruckmassage kann der Restsauerstoff im Blut weiter

zirkulieren und so werden bis zum Eintreffen der Rettungskräfte die Überlebenschancen eines Menschen verdoppelt oder sogar verdreifacht.

## Nur wer nichts tut, macht was falsch.

Nur jeder dritte Notfallpatient mit einem Herzstillstand erhält von Helfern eine lebensrettende Herzdruckmassage. Bei sofortiger Hilfe könnte jedoch die hohe Zahl von 100 000 Todesopfern pro Jahr verringert werden. Oft liegt der letzte Erste-Hilfe-Kurs aber so weit zurück wie die Führerscheinprüfung. Beim Anblick eines leblosen Menschen fühlen sich daher viele Menschen unsicher und haben Angst, etwas falsch zu machen oder die Situation sogar noch zu verschlimmern. Dabei ist das praktisch unmöglich, denn nur wer nichts tut, macht was falsch. Selbst eine nicht so perfekte Herzdruckmassage ist immer noch besser als gar keine.

## Was kann ich tun?

Bei einem Herzstillstand ist es wichtig, schnell zu handeln: **Prüfen – Rufen – Drücken** sind die leicht zu merkenden Schritte. Zunächst prüfen Sie die Reaktion und die Atmung der leblosen Person, dann rufen sie unter der europaweit gültigen und kostenfreien Notrufnummer 112 den Rettungsdienst und beginnen anschließend unverzüglich mit der lebensrettenden Herzdruckmassage, gegebenenfalls auch unter telefonischer Anleitung durch die Rettungsleitstelle, wenn sie sich unsicher sind. Bei einer Herzdruckmassage machen Sie erst den Oberkörper frei und drücken danach fest und rhythmisch auf die Mitte des



Brustkorbes. Zur Aktivierung des Kreislaufs müssen Sie das Brustbein ca. fünf bis sechs Zentimeter nach unten drücken, zwei Mal pro Sekunde (100 – 120 Mal pro Minute). Laien und Profis können zur Unterstützung selbst Popstars wie die Bee Gees bemühen. Deren Hit »Stayin' Alive« (Bleibe am Leben) passt nicht nur thematisch. »Der Rhythmus ist ideal, um die Frequenz von 100 bis 120 Druckbewegungen pro Minute hinzubekommen.«



## Jede Hilfe ist besser als keine Hilfe.

Scheuen Sie sich nicht einzugreifen! Möglicherweise haben Sie aber Angst die drei Schritte im Ernstfall zu vergessen, oder Sie trauen sich nicht zu, die Ruhe zu bewahren und umsichtig zu reagieren. Dann wäre z.B. eine Auffrischung ihres Erste-Hilfe-Kurses auch sehr hilfreich, um die Ängste abzubauen. Die Hilfsorganisationen in der Region bieten nahezu täglich Kurse in Erster Hilfe und Wiederbelebungsmaßnahmen an. Dort erhalten Sie aktuelles Wissen und können die Maßnahmen unter Anleitung trainieren. Investieren Sie ein bisschen Zeit und werden sie Lebensretter. Ihre Mitmenschen, wir Notärzte und die Rettungskräfte danken Ihnen schon heute für ihre Mithilfe!



**Dr. Jürgen Friedrich**  
Klinik für Anästhesiologie

## Was bedeutet palliativ?

»Palliativ« kommt von pallium – der Mantel – im Sinne von umhüllen und schützen. Im Mittelpunkt der Behandlung steht die Linderung von Symptomen wie z. B. Schmerz, Übelkeit, Luftnot, Appetitlosigkeit oder Angst.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO definierte Palliative Care 2002: »Palliative Care ist ein Handlungsansatz, der die Lebensqualität von Patienten und ihren Familien angesichts der Probleme, die mit einer lebensbedrohlichen Krankheit verbunden sind, verbessert. Dies geschieht durch die Verhütung oder die Erleichterung von Leiden, indem Schmerzen und andere Probleme (seien sie körperlicher, psychosozialer oder spiritueller Art) frühzeitig entdeckt und exakt eingeordnet werden.« Das Recht des Menschen auf Würde genießt in der Palliativmedizin höchste Priorität. Denn diese Menschen benötigen Verständnis und eine besondere physische und psychische Unterstützung. Sie benötigen Nähe, aber manchmal auch die nötige Distanz, die ihnen Freunde und Familie oft nicht geben können.

# Palliativmedizin »Den Tagen mehr Leben geben«

*Den Gedanken an die Endlichkeit des eigenen Lebens so lange wie möglich von sich fernzuhalten, ist menschlich. Und doch sind Leben und Tod untrennbar miteinander verbunden – wie Yin und Yang: Gegensätze, die dennoch zusammen gehören. Zwei Dinge können wir über den Tod sagen: Es ist gewiss, dass wir alle sterben werden und zugleich ungewiss, wann und wie. Nicht jeder von uns hat das Glück, gesund und geistig fit zu altern. Manchmal geht dem Tod eine lange unheilbare Krankheit voraus – mit großen Schmerzen und ohne Hoffnung auf Besserung, beispielsweise bei Krebserkrankungen. In dieser Situation hilft die Palliativmedizin mit einer ganzheitlichen Fürsorge: Unheilbar kranken Menschen unnötiges Leid ersparen und ihnen ein selbstbestimmtes Leben ermöglichen – darum geht es in der Palliativmedizin.*

**A**m Klinikum Augsburg entstand bereits im Jahr 2009 die erste Palliativstation der Region mit zehn Betten. Hier finden Schwerstkranke und deren Angehörige seither auf einer speziell dafür eingerichteten Station einen »Raum der Geborgenheit«: Für Menschen in der letzten Lebensphase wurde ein Ort geschaffen, an dem sie in privater Atmosphäre Ruhe finden können, ihre Schmerzen gelindert und sie zugewandt gepflegt werden. Ein interdisziplinäres Team aus verschiedenen medizinischen Fachrichtungen ermöglicht eine individuelle Behandlung und Betreuung von Patienten und ihren Angehörigen. Seit Sommer 2017 gibt es, dem Krankenhausbedarfsplan entsprechend, eine weitere Palliativstation im Klinikum Augsburg Süd in Haunstetten. Diese verfügt über acht Einbettzimmer. Schwerkranke Menschen aus den südlichen Stadt- und Landkreisen können so wohnortnah versorgt werden.

## Lebensqualität schaffen

Ziel der Behandlung auf einer Palliativstation ist die bestmögliche Linderung der oft vielfältigen Symptome, allen voran der Schmerzen. Aber auch Appetitlosigkeit

oder Atemnot sowie psychische Probleme wie Depression sind Teil der palliativen Therapie. Durch die besonders intensive und individuelle Betreuung Betroffener ist nicht nur eine kompetente Schmerztherapie und Symptomkontrolle möglich, sondern auch eine umfassende psychosoziale Unterstützung von unheilbar Erkrankten und deren Familien.

## »EIN RAUM DER GEBORGENHEIT FÜR MENSCHEN IN DER LETZTEN LEBENSPHASE.«

Eine Palliativstation ist aber weder eine »Sterbestation« noch eine Pflegeeinrichtung. Die Aufenthaltsdauer ist zeitlich begrenzt. Nach Besserung oder Stabilisierung wird immer angestrebt, den Betroffenen wieder nach Hause oder in eine andere adäquate Einrichtung zu entlassen. Denn viele Menschen haben den Wunsch, zuhause zu bleiben, im Kreis ihrer Familie, in vertrauter Atmosphäre sein zu können, trotz ihrer schweren Erkrankungen und trotz belastender Symptome.

**Der Förderverein  
»Menschen brauchen  
Menschen e. V.« vertritt  
die Interessen von  
Menschen in deren  
letzten Lebensphase  
und deren Angehörigen.**

Weitere Information  
finden Sie unter:

[www.klinikum-augsburg.de/das-unternehmen/foerdervereine/menschen-brauchen-menschen.html](http://www.klinikum-augsburg.de/das-unternehmen/foerdervereine/menschen-brauchen-menschen.html)

Werden auch Sie Mitglied oder unterstützen Sie das Engagement des Vereins mit Ihrer Spende.

Stadtparkasse Augsburg  
IBAN: DE19 7205 0000 0000 0546 50  
BIC: AUGSDE77XXX

## Die Versorgung zu Hause

Die Grundlage für eine bestmögliche Versorgung zu Hause ist eine optimale Vernetzung zwischen den stationären und den ambulanten Einrichtungen wie Hospizvereinen oder der Spezialisierten Ambulanten Palliativversorgung (SAPV).

Die SAPV ist ein besonderer Dienst am Menschen, bei dem ergänzend zum Hausarzt, Pflegedienst oder Sozialstation sowie den Hospizkräften eine kompetente medizinisch-pflegerische Unterstützung für schwerstkranke und sterbende Menschen zuhause zur Verfügung steht. Ein solches Palliativteam ist dank der Augsburger Hospiz- und Palliativversorgung e.V. seit 1. Dezember 2010 für Stadt und Landkreis Augsburg tätig und behandelt und begleitet Patienten zuhause. Das Klinikum Augsburg ist Gründungsmitglied der Augsburger Hospiz- und Palliativversorgung e.V. und unterstützt das Palliativteam in seiner Arbeit. Im Verein der Augsburger Hospiz- und Palliativversorgung (AHPV), der hinter dem Palliativteam steht, sind die meisten Versorger der Region vertreten. Dies ist ein echtes Miteinander und einmalig in Deutschland.

Fachkompetenz rund um Ihre Gesundheit!

**Orthopädie-Technik**  
Sanitätshaus  
Reha-Technik



**Herbert Ganter GmbH**  
Ulmer Landstraße 315 86391 Stadtbergen  
Tel.: 08 21/240 70-0 Fax: 08 21/240 70-70  
E-Mail: ganter.orthopaedietechnik.de  
Internet: www.orthopaedietechnik.de



**W. BRAUN GMBH & CO. KG**  
**METALLRECYCLING.com**

**Entsorgungsfachbetrieb für Rohstoffrückgewinnung**

*Seit 1947 für Sie vor Ort*



Schönbachstraße 188  
86154 Augsburg  
Telefon 08 21/45 54 17-0 · Fax 08 21/45 54 17-29

Die Auflösung der Rätsel von S. 40

SCHMETTERLING

A	A	O	S	U	M												
S	P	A	R	T	A	N	I	S	C	H	R	A	T	H	A	U	S
A	L	O	A	S	C	H	E	D	O	D	E	O					
A	R	G	U	M	E	N	T	R	A	U	S	R	U	H	E	N	
K	A	E	S	E	K	K	A	R	L	I	H	R	C	S			
	E	G	E	M	U	N	K	E	L	E	A	C	T				
S	I	D	O	N	O	P	A	K	I	M	M	E					
P	R	O	F	I	T	E	S	T	U	N	T	B	E	S			
T	R	A	M	T	H	E	I	N	O	U	B	O	T	E			
O	K	E	Z	Z	E	S	O	E	T	U	I	H	M				
S	E	E	L	E	C	E	W	I	G	E	S	U					
A	S	R	M	A	K	U	T	M	E	T	S	O	J	A			
E	Z	A	U	B	E	R	E	R	L	I	B	E	R	A	L		
N	E	H	R	U													

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

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



**Bewegen Sie sich!**

**PROVITA**  
GESUNDHEITZENTRUM

Im Verbund der  
m&i-Klinikgruppe Enzsenberg

**Ambulante Rehabilitation**  
Orthopädie | Neurologie

**Praxisbetriebe für**  
Krankengymnastik | Massage  
Ergotherapie | Logopädie

**Gesundheitsbildung/Prävention**  
2 Bewegungsbäder (32°C)

Öffnungszeiten:  
Mo.-Do. 7.00-21.00 Uhr und Fr. 7.00-18.00 Uhr

Haunstetter Str. 112 · 86161 Augsburg  
Straßenbahnhaltestelle Siemens S2, Kostenlose Parkplätze  
[www.gesundheitszentrum-provita.de](http://www.gesundheitszentrum-provita.de)



**Michael Blei**  
Hotel-Jackrabbers  
Zertifizierter Entsorgungsfachbetrieb

Höbstl 1 | 86453 Dasing  
Telefon 08205/969385 | Telefax 08205/963554  
Mobil 0173/2311178 | [blei-dasing@t-online.de](mailto:blei-dasing@t-online.de)  
[www.blei-dasing.de](http://www.blei-dasing.de)

Fachgerechte Entsorgung von Speiseresten aus Gastronomie und Lebensmittelbetrieben mit umweltfreundlicher Rückführung in den Ökokreislauf

# Wir danken



...der Stiftung »Herz zeigen« für ihre großzügige Spende für Kinder von krebskranken Eltern. Krebs ist eine niederschmetternde Diagnose, unter der oft nicht nur der Patient, sondern die gesamte Familie leidet. Die Stiftung »Herz zeigen« will sich mit dem neuen Projekt Kids & Youngsters (KiYo) um die Kinder krebskranker Eltern kümmern. In Zusammenhang mit der Arbeiterwohlfahrt werden die Mädchen und Buben erlebnispädagogisch betreut. Dafür stellt die Stiftung 10.000 Euro zur Verfügung. Kuratoriumsvorsitzender Christian Dierig (ganz rechts) übergab den symbolischen Scheck an (von re.) Christa Miller und Annette Thier von der AWO, Prof. Dr. Martin Trepel und Dr. Björn Hackanson, beide vom Interdisziplinären Cancer-Center am Klinikum Augsburg. Das zunächst auf drei Jahre angelegte Projekt wird auch von der Aktion Mensch unterstützt.

...Philipp Kaneider, Inhaber von Optik König GmbH in Augsburg, für seine Spende über 760 Euro zu Gunsten der mukis – Förderverein der Klinik für Kinder und Jugendliche Augsburg e.V. Anlässlich seines runden Geburtstags bat Philipp Kaneider seine Gäste um eine Spende für einen guten Zweck, der ihm besonders am Herzen lag.



... Simone Suppmair aus Ried für Ihre Spende zu Gunsten des Schwäbischen Kinderkrebszentrums. Zur Eröffnung ihres Frisörsalons lud sie Kunden, Freunde und Bekannte zu einem kleinen Fest ein. Den Erlös aus Kaffee, Kuchen und Glücksrad spendete sie für den guten Zweck.



...der Bäckerei zum Holzofen Kraus aus Gersthofen für Ihre Spende über 2.500 Euro, die Ulrike Altinsoy-Braune vom Bunten Kreis (links) dankend entgegen nahm. Anlässlich des ersten Betriebsjubiläums dachten sich die Inhaber Michaela Bergmair (rechts) und Philipp Kraus eine ganz besondere Aktion aus: Während eines Zeitraums von knapp zwei Wochen verkauften sie bestimmte Produkte zugunsten der Stiftung Bunter Kreis. Bei den Kunden kam diese Aktion sehr gut an, so dass am Ende die tolle Spendensumme von 2.500 Euro zusammengekommen ist. »Wir sind sehr dankbar, dass unser erstes Jahr so erfolgreich gewesen ist. Deswegen möchten wir nun etwas zurückgeben und dort helfen, wo es Kindern und Familien nicht so gut geht«, erklärt Michaela Bergmair ihr Engagement.



...der Firma Deuter Sport GmbH & Co. KG Gersthofen für die Spende von 185 Schulrucksäcken. Anstelle eines Schecks übergaben Matthias Herr und Olga Dottei die Rucksäcke an Maja und Zoe, die diese freudstrahlend und stellvertretend für die vom Bunten Kreis betreuten Kinder entgegen nahmen. Auf die Frage, warum die Firma Deuter den Bunten Kreis unterstützt, erklärte Matthias Herr, Verkaufsleiter Urban Sales: »Wir engagieren uns seit vielen Jahren für verschiedene soziale Projekte. Daher war es für uns keine Frage, uns auch hier einzubringen. Vor allem, wenn wir quasi direkt vor unserer Haustüre helfen können. Der hohe Bedarf hat uns überrascht und wir freuen uns umso mehr, dass wir diesen komplett erfüllen konnten.«



...der HWK Schwaben und den Donauwörther Mondspritzen für ihre gemeinsame Spende über 7.000 Euro zu Gunsten des Vereins »Glühwürmchen e.V.«. Ganz nach der Tradition »Spielerisch Gutes zu tun« spendeten die Mondspritzen zum wiederholten Mal nach einem Fußballturnier gegen die Handwerkskammer aus der Vereinskasse 4.000 Euro. Die Handwerkskammer legte nochmals 3.000 Euro drauf.

## Sie brauchen uns, wir brauchen Sie

Tragen auch Sie dazu bei, dass das Klinikum Augsburg als einziges Krankenhaus der höchsten Versorgungsstufe in Schwaben, die hohe Leistungsfähigkeit und den hervorragenden medizinischen

Standard weiterhin gewährleisten kann. Unterstützen Sie die Fördervereine, die für die Patienten und das Klinikum da sind. Auf dieser Seite führen wir eine Auswahl an Möglichkeiten auf.



**Kinder wollen leben, spielen, lachen e. V.**  
Vorsitz: Martin Oberman  
Agnes-Graf-Straße 29, 86609 Donauwörth  
[info@kinder-wollen-leben-spielen-lachen.de](mailto:info@kinder-wollen-leben-spielen-lachen.de)  
IBAN: DE18 7225 0160 0190 0264 76  
BIC: BYLADEM1DON



**Stiftung Bunter Kreis,**  
Stiftung zur Unterstützung von Familien mit chronisch-, krebs- und schwerstkranken Kindern  
Geschäftsführung: Horst Erhardt,  
Stenglinstraße 2, 86152 Augsburg  
[www.bunter-kreis.de](http://www.bunter-kreis.de)  
IBAN: DE 64720501010000046466  
BIC: BYLADEM1AUG



**mukis – Förderverein der Klinik für Kinder und Jugendliche Augsburg e. V.**  
Vorsitz: Max Strehle,  
Stenglinstr. 2, 86156 Augsburg  
[www.mukis-augsburg.de](http://www.mukis-augsburg.de)  
IBAN: DE43 7205 0000 0000 0316 17  
BIC: AUGSDE77XXX



**Stiftergemeinschaft zur Förderung des Klinikums Augsburg**  
Vorsitz: Max Strehle,  
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg  
IBAN: DE38 7205 0101 0200 6271 23  
BIC: BYLADEM1AUG



**Menschen brauchen Menschen – Förderverein für Palliativpatienten am Klinikum Augsburg e. V.**  
Vorsitz: Hans Jenuwein  
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg  
IBAN: DE19 7205 0000 0000 0546 50  
BIC: AUGSDE77XXX



**Elterninitiative krebskranker Kinder Augsburg – Lichtblicke e. V.**  
Vorsitz: Gerd Koller,  
Geschäftsführung: Thomas Kleist,  
Neusässer Str. 43a, 86156 Augsburg  
[www.krebskranker-kinder-augsburg.de](http://www.krebskranker-kinder-augsburg.de)  
IBAN: DE20 7205 0000 0000 0373 66  
BIC: AUGSDE77XXX



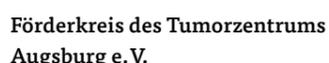
**Fördergemeinschaft Herzzentrum Augsburg-Schwaben e. V.**  
Vorsitz: Max Strehle,  
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg,  
[www.herzzentrum-augsburg.de](http://www.herzzentrum-augsburg.de)  
IBAN: DE10 7205 0101 0000 0034 00  
BIC: BYLADEM1AUG



**Gesellschaft zur Förderung des Zentralklinikums Augsburg e. V.**  
Vorsitz: Max Strehle  
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg  
IBAN: DE67 7205 0101 0380 0028 81  
BIC: BYLADEM1AUG



**»Glühwürmchen« e. V.**  
Verein zur Unterstützung von krebs-, schwerst- und chronisch kranken Kindern und deren Familien  
Vorsitz: Rosmarie Schweyer,  
Brachstädter Str. 12, 86660 Tapfheim  
[www.gluehwuermchen-ev.de](http://www.gluehwuermchen-ev.de)  
[info@gluehwuermchen-ev.de](mailto:info@gluehwuermchen-ev.de)  
IBAN: DE18 7225 0160 0190 0456 82  
BIC: BYLADEM1DON



**Förderkreis des Tumorzentrum Augsburg e. V.**  
Vorstand: Prof. Dr. Martin Trepel und PD Dr. Georg Stüben,  
Stenglinstr. 2, 86156 Augsburg  
[tumorzentrum@klinikum-augsburg.de](mailto:tumorzentrum@klinikum-augsburg.de)  
IBAN: DE88 7205 0000 0810 5283 72  
BIC: AUGSDE77XXX



**Förderkreis für krebskranke Kinder im Allgäu e. V.**  
Vorsitz: Stephan Bartzack,  
Steufzger Straße 41 b, 87435 Kempten  
[www.foerderkreis-krebskranker-kinder-allgaeu.de](http://www.foerderkreis-krebskranker-kinder-allgaeu.de)  
IBAN: DE38 7339 0000 0000 0240 23  
BIC: GENODEF1KEV



**Kinderkrebshilfe Königswinkel**  
Vorsitz: Dr. Rainer Karg  
Sonnenstr. 9, 87642 Halblech  
[www.kinderkrebshilfe-koenigswinkel.de](http://www.kinderkrebshilfe-koenigswinkel.de)  
IBAN: DE12 7336 9933 0000 3208 20  
BIC: GENODEF1RHP



**Dank Reha** Kraft für den Alltag sammeln.  
**Vertrauen fassen.**

Argentalklinik, Isny-Neutrauchburg  
Parksanatorium Aulendorf

Telefon: +49 (0) 7562 71-1135

[www.wz-kliniken.de](http://www.wz-kliniken.de)

Klinik Alpenblick, Isny-Neutrauchburg  
Klinik Schwabenland, Isny-Neutrauchburg

Ein Stück Leben.

**18:00**

**DA SEHEN  
WIR UNS.**



**a.tv**

[www.augsburg.tv](http://www.augsburg.tv)