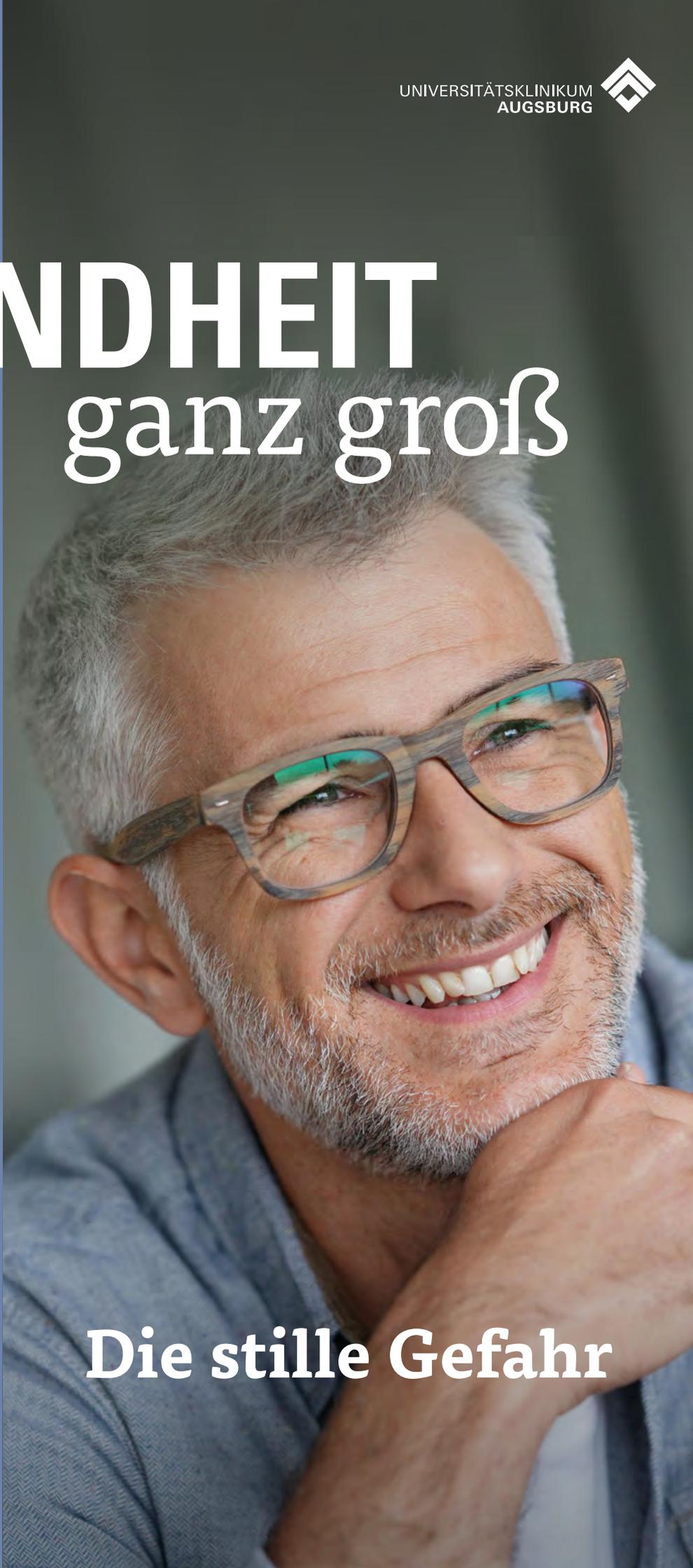


GESUNDHEIT ganz groß

Ein starkes
Immunsystem

Liquid Biopsy

Albtraum nach
dem Aufwachen



Die stille Gefahr

Die Spezialisten für Ihre Rehabilitation



Spezialisierte Akutmedizin und
Medizinische Rehabilitation
www.enzensberg.de



Höhenstraße 56 · 87629 Hopfen am See
www.fachklinik-enzensberg.de

UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

- Neurologische Frührehabilitation – Phase B
- Neurologie Phasen C | D
- Orthopädie | Unfallchirurgie
- Interdisziplinäres Schmerzzentrum
- Innere Medizin
- Konservative Orthopädie
- Geriatrie
- Psychosomatik



Krumbacher Straße 45 · 89335 Ichenhausen
www.fachklinik-ichenhausen.de

UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

- Neurologische Frührehabilitation – Phase B
- Neurologie Phasen C | D
- Neurologie (Parkinson/MS)
- Neurologie | Neuropsychologie
- Interdisziplinäres Schmerzzentrum
- Orthopädie | Unfallchirurgie
- Schluckzentrum
- Geriatrie
- Innere Medizin | Rheumatologie
- Schlaflabor
- Zertifizierte Parkinson-Fachklinik
- MS-Schwerpunktambulanz
- Ambulante Rehabilitation Orthopädie/Neurologie



Haunstetter Str. 112 · 86161 Augsburg
www.gesundheitszentrum-provita.de

UNSER LEISTUNGSSPEKTRUM

- Ambulante Reha für Orthopädie/Neurologie
- Praxen für Physio-/Ergotherapie und Logopädie
- Zentrum für Pädiatrie
- Nachsorgeprogramme IRENA/T-RENA
- EAP/ABMR und EFL-Testung
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Gesundheitsbildung und Präventionsangebote
- Sportmedizinische Beratungsstelle des BSÄV und BLSV



Liebe Leserinnen und Leser,

Aufregung, Nervosität, Ärger, körperliche Anstrengung, aber auch psychischer Stress lassen unseren Blutdruck in die Höhe schnellen. Ist die Situation überstanden, sinkt er wieder. Auch Männer und Frauen in weißen Kitteln rufen bei vielen Menschen eine gewisse Nervosität hervor. Deshalb sind die Blutdruckwerte häufig erhöht, wenn der Arzt in der Praxis den Blutdruck misst. Kaum messen wir zu Hause selbst, sind die Werte bei vielen normal. Keineswegs ist Bluthochdruck aber immer auf Stress oder andere Belastungen zurückzuführen. Millionen Menschen in Deutschland werden wegen eines Bluthochdrucks ärztlich behandelt. Denn ein erhöhter Blutdruck gilt als Risikofaktor für viele Krankheiten. Weil er zunächst keine Beschwerden verursacht, bleibt er oft jahrelang unentdeckt. Die Tragweite wird erst klar, wenn ernste Folgen wie etwa ein Schlaganfall auftreten. Bluthochdruck gilt mittlerweile als Volkskrankheit. Wer rechtzeitig reagiert, kann damit leben. Wie man Bluthochdruck erkennen, behandeln und vorbeugen kann, erfahren Sie in unserer Titelgeschichte auf Seite 12.



Seite
6

Ein starkes Immunsystem ist der beste Schutz gegen Krankheit. Vor allem im Winter lauern verschiedene Erkältungsviren darauf, dass dieses Netzwerk Schwächen zeigt. Doch ein gesundes Immunsystem ist in der Lage, den Körper vor Krankheitserregern zu schützen. Wie wir unsere Abwehrkräfte stärken und fit halten können, lesen Sie auf Seite 6.

Jedes Jahr erkranken rund 500 000 Menschen an Krebs. Mehr als 300 Krebsarten sind inzwischen bekannt. Die meisten Tumore bleiben oft so lange unentdeckt, bis sie Beschwerden verursachen. Doch die Krebsforschung macht große Fortschritte. Dank modernster Technologien und neuer Verfahren ist es inzwischen möglich, Bestandteile von Tumorzellen im Blut – statt wie bisher über eine klassische Gewebeprobe – nachzuweisen. Liquid Biopsy ganz einfach auch Flüssigbiopsie genannt, ist eine moderne Methode zur Krebsdiagnose, an deren Erforschung das Interdisziplinäre Cancer Center am Universitätsklinikum Augsburg maßgeblich beteiligt ist. Mehr über diesen zukunftsweisenden Forschungsansatz ab Seite 26.

Seite
26



Ein älterer Mann, der nach seiner Operation offensichtlich nicht mehr wusste, was geschehen war: Sind Patienten nach einer OP verwirrt und desorientiert, so spricht der Mediziner von einem postoperativen Delir. Es handelt sich dabei um eine Funktionsstörung des Gehirns. Als Auslöser kommen unterschiedliche Gründe infrage: die Narkose ist eine davon. Eine Arbeitsgruppe aus Ärzten, Pflegekräften und Therapeuten setzt sich am Universitätsklinikum engagiert dafür ein, Verwirrtheitszustände besser diagnostizieren und behandeln zu können. Außerdem geben wir ab Seite 18 Tipps für Angehörige, wie Sie ein erkranktes Familienmitglied in solch einer Phase wirkungsvoll unterstützen können.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre und für das neue Jahr Gesundheit und alles Gute!

Andrea Illerich
Chefredakteurin

Gesundheitsmagazin im TV: »Am Puls – aus dem Uni- versitätsklinikum Augsburg«

Das aktuelle Klinik-TV empfangen Sie im Uni-
versitätsklinikum auf Programmplatz 3 oder
bei a.tv, dem regionalen Fernsehsender für
Augsburg und Schwaben (Erstausstrahlung
jeden 3. Freitag im Monat um 18.30 Uhr, regel-
mäßige WH).

Rund um die Uhr im Internet:

uk-augsburg.de/gesundheitsmagazin
Scannen & Klinik-TV online ansehen



Kostenloses Abonnement

Sie möchten unser Magazin »GESUNDHEIT
ganz groß« regelmäßig lesen und abbonie-
ren? Schreiben Sie uns eine E-Mail. Ganz un-
kompliziert und kostenlos erhalten Sie dann
unser Magazin viermal im Jahr direkt mit der
Post nach Hause. Ihre Einwilligung können
Sie im Übrigen jederzeit widerrufen – z. B.
per E-Mail. Sie haben Fragen zum Schutz
Ihrer Daten? Der Datenschutzbeauftragte
des Klinikums und wir geben gerne Auskunft.
Kontakt: marketing@uk-augsburg.de

Impressum

Herausgeber:

Universitätsklinikum Augsburg
Unternehmenskommunikation
Stenglinstraße 2, 86156 Augsburg
Tel. 0821 400-3000, Fax 0821 400-3348
marketing@uk-augsburg.de
V.i.S.d.P.: Prof. Dr. Dr. h. c.
Michael Beyer

Redaktion:

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

Konzeption & Realisation:

Andrea Kleisli (ak), YEAH.de

Fotografie & Bild-Redaktion:

Ulrich Wirth, Marko Petz, Sylvia Willax

Verlag: Vindelica Verlag

Parkstr. 14, 86462 Langweid
Tel. 0821 24757-10, Fax 0821 24757-13
info@vindelicade.de

Produktionsleitung:

Universitätsklinikum Augsburg
Unternehmenskommunikation

Anzeigenwerbung: Vindelica

Verlag, Karl-Heinz Jakel

Druck: Druckerei Joh. Walch

Erscheinungsweise: viermal jährlich

Nächste Ausgabe: März 2021

In den
Sozialen Medien
finden Sie uns unter
@ukaugsburg



Seite
12

Gesundes Leben

6 Ein starkes Immunsystem –
die beste Apotheke gegen Viren

8 Mythos oder Medizin:

»Mit Desinfektionsmittel reduziert man Risiken«

10 Kontakt ist heilsam –
Einsamkeit macht Menschen krank

Mensch & Moderne Medizin

12 Die stille Gefahr
Leben und Überleben mit Bluthochdruck

18 Albtraum nach dem Aufwachen
Akutes Delir nach schweren Operationen

22 Aus dem Gleichgewicht
Zentrum für Gang- und Gleichgewichtsstörungen
macht Menschen wieder mobil und trittsicher



Seite
26



Seite
6



Seite
18

Faszination Forschung

26 Liquid Biopsy
Mit ein paar Tropfen Blut Krebs erkennen
und Krebsbehandlung steuern

Kultur & Unterhaltung

30 Blickwinkel

33 Rezepttipp

34 Medien aktuell

36 Veranstaltungen

38 Rätsel

Wir für die Region

40 Corona verstehen –
Studienteilnehmer gesucht

43 »Ich hätte schreien können vor Wut«
Trauergruppe Pantherpower

44 Fördervereine

46 Spenden

Dieses Produkt stammt aus
nachhaltig bewirtschafteten
Wäldern und kontrollierten
Quellen.

Ein starkes Immunsystem – die beste Apotheke gegen Viren



Geheimrezept

Ab und zu das Mittagessen ausfallen lassen

Stattdessen einen Naturjoghurt mit natürlichen Joghurtkulturen essen, 2–3 Esslöffel Weizenkeime (Reformhaus) mit hohem Gehalt an Selen, Zink, Magnesium, Folsäure und Vitamin E daruntermischen. Dazu 1 rotbackiger Apfel (»One apple a day keeps the doctor away«).

Zum Abschluss einen Cerola-Taler (Reformhaus) lutschen. Cerola-Taler enthalten viel Vitamin C mit sekundären Pflanzenstoffen aus Acerola-Kirschen, schwarzen Johannisbeeren und Hagebutten.

Unser Immunsystem ist ein komplexes Netzwerk aus Immunorganen (Knochenmark, Milz, Thymus, Lymphknoten, Darm), Immunzellen und Immunbotenstoffen. Außerdem ist es über das Nervensystem sehr eng mit unserer Psyche verbunden. Das bringt auch die moderne Wissenschaft der Psycho-Neuro-Immunologie in ihrem Namen zum Ausdruck.

Vor allem im Winter lauern über 200 verschiedene Erkältungsviren darauf, dass dieses Netzwerk Schwächen zeigt – und diese Schwächen muss man ausmerzen, damit das Immunsystem optimal funktionieren kann. Dabei kommt es nicht auf einzelne Faktoren an, sondern auf eine vielschichtige und vielseitige Vorgehensweise.

Optimismus, Begeisterung, gute Stimmung

Die Zellen des Immunsystems sind in gewisser Weise »schwimmende Nervenzellen« und werden von Gedanken, Gefühlen und der seelischen Stimmungslage beeinflusst. Eine prinzipiell optimistische Lebenseinstellung begünstigt eine gute Funktion des Immunsystems.

Stressabbau, Entspannung, guter Schlaf

Umgekehrt hemmen negativer Stress und Ärger die Funktion der Immunzellen. Deswegen fördert Entspannung (autogenes Training, Tiefenentspannung, Yoga) die Funktion des Immunsystems vor allem deswegen, weil man sich dabei bewusst von negativen Gedanken und Gefühlen befreit. Schließlich hemmen auch Übermüdung und Erschöpfung das Immunsystem. Daher sind bewusste Regeneration und ein ausreichender Nachtschlaf sehr wichtig.

Körperliche Aktivität an frischer Luft

Richtig dosierte körperliche Aktivität an frischer Luft und bei jedem Wetter erhöht die psycho-physische Stabilität und stärkt das Immunsystem. Vor allem durch Ausdauertraining wird die Funktion der Immunzellen verbessert. Dazu genügt

schon ein Spaziergang von einer halben Stunde, am besten täglich.

Vitalstoffreiche Ernährung

Wichtig ist auch die Qualität der Nahrung. Essen Sie viel Obst und Gemüse, aber auch ausreichend hochwertiges Eiweiß, denn alle Immunorgane und Immunzellen werden aus Eiweiß aufgebaut. Zu den Vitalstoffen, die das Immunsystem unterstützen, gehören insbesondere sekundäre Pflanzenstoffe, Vitamine (besonders Vitamin D und C) Spurenelemente wie Zink und Selen sowie Omega-3-Fettsäuren in Fettfischen (Lachs, Makrele, Hering) und Meeresfrüchten. Nicht umsonst hat sich in zahlreichen Studien die Mittelmeerkost als eine der gesündesten Ernährungsformen erwiesen. Dabei geht es nicht nur um die Verwendung frischer gesunder Nahrungsmittel – sondern auch um die liebevolle Zubereitung und die ruhige, bewusste Nahrungsaufnahme.

Gesunde Darmflora

Die Bedeutung der Darmflora für das Immunsystem wird immer mehr erforscht. Wie man heute weiß, beeinflusst dieses sogenannte »Mikrobiom« aus ca. 800 Billionen Darmbakterien das Immunsystem und andere Systeme unseres Körpers. Man sollte also nicht nur auf eine gesunde Ernährung, sondern auch auf eine gesunde Verdauung und Darmflora achten. Dazu kann auch ein einfacher Naturjoghurt beitragen. Probieren Sie einfach mal das »Geheimrezept«.

Nahrungsergänzung – ja oder nein?

Es wird immer wieder betont, dass eine »ausgewogene Mischkost« für die vollständige Versorgung mit allen Nährstoffen ausreicht. Aber inzwischen wissen wir, dass unsere Nahrungsmittel nicht mehr die gleiche Nährstoffdichte wie vor 30 Jahren aufweisen. Wenn dann noch besondere Lebensumstände auftreten (z. B. Alter, Krankheit, Medikamente, Stress u. a.) gibt es signifikante Schwachpunkte, die ausgeglichen werden müssen, um die normale Funktion unseres Körpers und damit auch des Immunsystems zu gewährleisten.

Unterstützung des Immunsystems in Kürze

Optimismus, Begeisterung, gute Stimmungslage

Stressabbau, Entspannung, guter Schlaf

Körperliche Aktivität an der frischen Luft

Gesunde vitalstoffreiche Ernährung (»Mittelmeerkost«)

Mangelzustände und Schwachpunkte in der Ernährung ausgleichen

Wichtige Nährstoffe für das Immunsystem: Vitamin D, Vitamin C, Zink, Selen, Omega-3-Fettsäuren, Biologisch hochwertiges Eiweiß

Vor allem beim Vitamin D haben sich in den letzten Jahren sehr viele neue Erkenntnisse ergeben – auch in Bezug auf das Immunsystem. Besonders im Winter vergrößert sich die Wahrscheinlichkeit eines Mangels an diesem »Sonnenhormon«. Am besten ist es, wenn man in Zusammenarbeit mit dem Hausarzt den Vitamin-D-Spiegel misst und dann mit einer vernünftigen Dosis supplementiert. Beim Vitamin C ist eine Nahrungsergänzung nicht unbedingt erforderlich, wenn man ausreichend Zitrusfrüchte und Obst zu sich nimmt. Außerdem enthalten die im »Geheimrezept« erwähnten Cerola-Taler ausreichend natürliches Vitamin C in Verbindung mit sekundären Pflanzenstoffen.



Dr. Peter Konopka
Internist und Sportmediziner



Mythos oder Medizin: »Mit Desinfektionsmittel reduziert man Risiken«

Am Eingang vom Supermarkt. In jedem Restaurant. In der Straßenbahn. Seit diesem Jahr ist es unser ständiger Begleiter: das Desinfektionsmittel. Egal ob Spray oder Gel, farblos oder knallig, im Vorratspack oder als kleiner Anhänger für die Handtasche. Unabhängig von Farbe und Form versprechen alle das gleiche: beste Hygiene und Schutz vor Ansteckung. Auch zahlreiche Schilder machen überall darauf aufmerksam: Händehygiene hilft! Aus Unsicherheit und Angst vor Keimen desinfizieren wir so viel wie nie zuvor. Doch ist das sinnvoll? Müssen wir uns und unsere Umgebung desinfizieren?

»VIELE KEIME IN UNSERER UMGEBUNG SIND HARMLOS UND SOGAR NÜTZLICH.«

Die meisten Menschen haben ein gut funktionierendes Immunsystem. Unser Körper ist täglich verschiedenen Krankheitserregern wie beispielsweise Bakterien, Viren oder Parasiten ausgesetzt. Deshalb arbeitet das Immunsystem rund um die Uhr, um den Organismus vor Infektionen und Schadstoffen zu schützen. Ist das Immunsystem geschwächt, so wird man krank. Doch die meisten Bakterien auf und in unserem Körper sind auch von Nutzen. Sie sind zwar nicht sichtbar, aber sie helfen uns bei wichtigen Körperfunktionen. Zum Beispiel kann unsere Verdauung nur mit Hilfe von Millionen von Darmbakterien richtig arbeiten. Auch auf der Haut oder in der Mundhöhle sind Bakterien wichtig für unsere Gesundheit. Daher dürfen wir die kleinen Helfer nicht ganz von und aus unserem Körper entfernen.

In privaten Haushalten herrscht ein hoher hygienischer Standard. Dieser wurde durch viele technische Errungenschaften oder auch durch sauberes Trinkwasser erreicht. Im Alltag reichen deshalb handelsübliche Reinigungsmittel vollkommen aus. Eine Desinfektion des ganzen Hauses muss nicht sein, denn viele Keime in unserer Umgebung sind harmlos und sogar nützlich. Daher gilt die Devise: Gut putzen, regelmäßig die Putzutensilien wie Tücher und Schwämme waschen und auswechseln. Damit man aber nicht

SCHON gewusst ?

Nicht jedes Desinfektionsmittel hilft gegen Viren, manche wirken nur gegen Bakterien oder Pilze. Ethanol-basierte Mittel mit einem Ethanol-Gehalt ab 62 Prozent sind gegen behüllte Viren (wie dem »Coronavirus«) wirksam. Alkohol-basierte Händedesinfektionsmittel auf Propanol-Basis mit der Kennzeichnung »begrenzt viruzid« reichen ebenfalls aus. Mehr Informationen finden Sie auf der Website des RKI.

ständig neue Schwämme und Lappen kaufen muss, kann man diese auch in der Spülmaschine waschen, gemeinsam mit dem Geschirr. Gleiches gilt für Spülbürsten aus Kunststoff. Und nach der Haushaltsarbeit die Hände gründlich mit Seife waschen. In Zeiten einer Pandemie sind bei abwehrgeschwächten Personen und Risikogruppen wie beispielsweise ältere Menschen, Diabetiker oder Menschen mit einem geschwächten Immunsystem bestimmte zusätzliche Desinfektionsmaßnahmen in Absprache mit ihrem behandelnden Arzt sinnvoll.

Im Alltag mit Kindern reicht regelmäßiges Händewaschen nach dem Toilettengang, vor dem Essen und nach dem Nachhausekommen aus. Sollte sich ihr Kind verletzen und eine offene Schürf- oder Schnittwunde haben, desinfizieren Sie diese mit einem geeigneten Desinfektionsmittel, um eine Wundinfektion zu vermeiden.

Auf Reisen in ferne Länder gelten besondere Regeln. Das Leitungswasser entspricht meist nicht unseren westlichen Standards. Daher ist es sinnvoll, abgekochtes Wasser oder Wasser aus ungeöffneten, gekauften Flaschen zu nutzen. Auch beim Verzehr von Nahrungsmitteln sollte man vorsichtig sein und diese kochen, braten oder schälen. Ganz nach dem Motto: »Boil it, cook it, peel it or leave it«. | Caroline Dirr/ak

Kontakt ist heilsam – Einsamkeit macht Menschen krank



Mehr Infos
zu unserer
Seelsorge:



Pfarrerin Claudia Weingärtler leitet die Evangelische Klinikseelsorge am Universitätsklinikum. Den Lockdown von März bis Mai hat sie als sehr intensive Zeit im Klinikum erlebt. Da Termine und Gottesdienste weggefallen sind, blieb viel Zeit, Patienten und Angehörige, wenn auch oft nur über das Telefon, zu begleiten. Als Pastoralpsychologin sah sie mit Sorge, wie sehr manche Menschen unter der Isolation leiden. Seelsorge ist für sie gerade in dieser fordernden Corona-Zeit eine wichtige Institution, um Menschen zu stützen und zu ermutigen.



Geduldig hat die fast 90 jährige Dame auf mich gewartet. Jeden Nachmittag komme ich im Moment bei ihr vorbei. Sie freut sich und weiß schon genau, was sie alles von mir braucht. Ich muss was im Nachtkasten suchen, ein paar kleine Handgriffe erledigen. Dann erzählt sie mir von einem Artikel, den sie gerade gelesen hat. Beiläufig lässt sie einfließen, dass sie sich immer schwächer fühlt und nicht weiß, wie es weiter gehen soll. Bevor ich gehe, wünscht sie sich manchmal einen Segen, manchmal bittet sie mich, die Telefonnummer ihrer Tochter zu wählen. Ihre von Rheuma verkrümmten Finger können das nicht mehr.

Fast während des ganzen Lockdowns im Frühjahr war sie im Klinikum, sehr bemüht durchzuhalten und niemandem zu viel Arbeit zu machen. Jede Geste und Zuwendung von Ärzten, Pflegenden, der Physiotherapeutin und von mir als Klinikseelsorgerin hat sie sehr bewusst und dankbar aufgenommen. Durch ihre lange Zeit der Krankheit ist sie eine Lebenskünstlerin geworden. Sie weiß, dass diese Kontakte und die Zuwendung ihr die nötige Kraft gaben nicht aufzugeben.

Isolation tut uns Menschen nicht gut, auf die Dauer wirkt sie sich auf unsere Psyche aus und schwächt schließlich auch unseren Körper. »Zwischenmenschliche Nähe ist, wenn sie einem Menschen nicht aufgezwungen wird, eine der stärksten heilsamen Drogen«, betonte Joachim Bauer, Professor für Psychoimmunologie, während des Lockdowns im April.

**»WENN JEMAND EINSAM IST,
ZÄHLT JEDE KLEINE GESTE DER
FÜRSORGE UND ZUNEIGUNG.«**

Als Seelsorgerin kann ich dem nur zustimmen und könnte viele Beispiele anfügen, in denen es der zwischenmenschliche Kontakt war, der Menschen bewogen hat, aus schwierigen Situationen einen Ausweg zu finden oder Kraft und Hoffnung zu schöpfen. Kontakt ist heilsam. Doch wie kann dieser Kontakt aussehen in Zeiten der Kontaktbeschränkung und der Hygienevorschriften? Natürlich gibt es Situationen, in denen leibhaftige menschliche Nähe durch nichts zu ersetzen ist. Und doch habe ich gestaunt,

welch kreative Mittel und Wege manche gefunden haben, um in Kontakt zu bleiben – gerade mit den Menschen, die kein Internet nutzen können. Da wurden Fotos geschickt, Bilder gemalt, Blumen gebastelt, Briefe geschrieben. Viele solche Zeichen der Nähe wurden mir stolz und lächelnd gezeigt.

Auch in der christlichen Tradition weiß man um diese heilsame Droge, die von Nähe ausgeht. Zum Glauben gehörte es schon immer dazu, sich gemeinsam auf den Weg zu machen und sich gegenseitig zu stützen. Und die, die von einem entfernt waren, wurden in Gedanken begleitet. Durch Gott war man verbunden trotz räumlicher Distanz – ganz ohne Internet.

Was mich das lehrt? Kontakt kann auf ganz unterschiedliche Weise hergestellt werden. Wenn jemand einsam ist, zählt jede kleine Geste der Fürsorge und der Zuneigung. Trotz aller Vorsicht sollte so viel wie möglich an zwischenmenschlicher Nähe ermöglicht werden. Und: Manchmal kann ein »Gott behüte Dich« wahre Wunder wirken.



Ambulanter Pflegedienst
& Heimbeatmungsservice

Bismarckstraße 27,
86391 Stadtbergen

Telefon 0821/24 40 93 93

Telefax 0821/24 40 93 92
E-Mail: info@acvila.de

www.acvilla.de



Pflege, die Ihre Welt verändert...

Bedürfnisorientiert · Fachkompetent
Zielorientiert

Unsere Leistungen:

- Häusliche Krankenpflege nach dem Kranken- und Pflegeversicherungsgesetz
- Medizinische Betreuung zu Hause – 24 Stunden pro Tag, 7 Tage in der Woche
- Versorgung nach einem Krankenhausaufenthalt
- Angebote zur Unterstützung im Alltag
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Beratungsbesuche
- Individuelle Pflegeschulungen
- Palliative Pflege



Die stille Gefahr – Leben und Überleben mit Bluthochdruck

Mehr Infos
zur Klinik:



Er kommt auf leisen Sohlen. Und kann großen Schaden anrichten. Bluthochdruck gilt mittlerweile als Volkskrankheit. Wer rechtzeitig reagiert, kann damit leben.

irgendwas, das spürte Anton W., stimmt da nicht. Kopfschmerzen am Morgen, dazu Ohrensausen. Beim Treppensteigen geriet er unerwartet früh außer Atem. Gründe genug, den Hausarzt aufzusuchen. Dessen Diagnose kam knapp in zwei Zahlen daher: 160 zu 100 lautete das Fazit einer ersten Messung. Und das bedeutet schlichtweg Hypertonie, im Volksmund auch Bluthochdruck genannt. Hypertonie gehört für Dr. Thomas Pusl, Oberarzt und Leiter des Funktionsbereichs Endokrinologie und Stoffwechsel an der I. Medizinischen Klinik des Augsburger Universitätsklinikums, zum Berufsalltag. »Bluthochdruck kann heute als Volkskrankheit bezeichnet werden«, erläutert der Privatdozent. »Die meisten Menschen mit Bluthochdruck«, so fügt er hinzu, »weisen aber keine typischen Symptome auf, so dass der erhöhte Gefäßdruck oft lange Zeit unbemerkt bleibt.« Was sich da still und leise anschleicht, kann zu erheblichen Schäden führen – andererseits jedoch bei frühzeitiger Therapie glimpflich verlaufen.

»BLUTHOCHDRUCK IST DER WICHTIGSTE RISIKOFAKTOR FÜR DAS AUFTRETEN EINES SCHLAGANFALLS.«

Dr. Thomas Pusl

Zwei Zahlen – eine Diagnose. 160 zu 100 (mmHg) steht für zwei Werte, mit denen der Blutdruck, der im Inneren der Gefäße herrscht, ermittelt wird. Der obere Messwert zeigt den sogenannten systolischen Druck an, mit dem das Blut aus der linken Herzkammer gepumpt wird. Als Pendant agiert der diastolische Druck, der den niedrigsten Wert während der Entspannungsphase des Herzmuskels darstellt. Liegen diese Werte bei mindestens drei Messungen an zwei verschiedenen Tagen über 140 zu 90 oder bei einer 24-Stunden-Blutdruckmessung über 130 zu 80 sprechen die Ärzte, wie im Falle von Anton W., von arterieller Hypertonie, kurzum Bluthochdruck.

Warum Bluthochdruck behandelt werden muss

Doch warum ist diese häufig nur diskret auftretende Krankheit so gefährlich? »Bluthochdruck«, so fasst es Dr. Thomas Pusl kurz zusammen, »ist der wichtigste Risikofaktor für das Auftreten eines Schlaganfalls.« Menschen mit hohem Blutdruck haben ein siebenfach höheres Schlaganfall-Risiko als Zeitgenossen mit normalen Werten. Doch damit nicht genug: Auch für einen Herzinfarkt zeichnet in vielen Fällen Bluthochdruck verantwortlich. Auch hier liegt das Risiko drei Mal höher als bei Vergleichsgruppen. »Was viele Menschen zudem nicht wissen«, erläutert der seit 2010 in Augsburg tätige Oberarzt, »Bluthochdruck und >>

»BLUTHOCHDRUCK IST MEISTENS EINE LEBENSLANGE KRANKHEIT, ABER BEHANDELT UND GUT EINGESTELLT VERRINGERT SICH DAS RISIKO FÜR LEBENSBEDROHLICHE KOMPLIKATIONEN UND DIE STERBLICHKEIT ERHEBLICH.«

Dr. Thomas Pusl

Nierenerkrankungen bedingen sich gegenseitig: Zum einen können Nierenerkrankungen zu hohem Blutdruck führen, umgekehrt führt ein hoher Blutdruck häufig zu Gefäßveränderungen in den Nieren und ist somit für eine Niereninsuffizienz verantwortlich.« Die stille Gefahr Hypertonie ist größer als viele denken. Dass sie als Volkskrankheit eingestuft und von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) im Jahr 2010 zur größten globalen Gesundheitsgefahr erklärt wurde, hat neben ihrer Wirkung auch mit ihrer Verbreitung zu tun. Zwei Drittel aller Menschen ab 65 Jahren, so das Robert-Koch-Institut, sind davon betroffen. Jeder dritte Erwachsene in Deutschland verzeichnet erhöhte Werte. »Aber auch Kinder und Jugendliche können betroffen sein«, erläutert Thomas Pusl.

Ursache ist häufig der moderne Lebensstil

Wer nach den Gründen der Krankheit sucht, nähert sich auch ersten Möglichkeiten der Therapie. Denn obwohl die Ursachen der sogenannten primären Hypertonie, die ohne erkennbare Krankheit auftritt und rund 90 Prozent der Fälle ausmacht, unbekannt sind, verweisen Experten wie Privatdozent Dr. Pusl auch auf den persönlichen Lebensstil.

Kurz gesagt: Wir essen, trinken und arbeiten zu viel und bewegen uns zu wenig! »Übergewicht«, so Pusl, »ist tatsächlich ein sprichwörtlich gewichtiger Faktor für die Entstehung hohen Blutdruckes.« Zu viel Alkohol und zu viel Salz spielen

ebenfalls eine Rolle. Stress und Schlafmangel bei zu wenig Bewegung tragen dazu bei, dass die Werte bei der Blutdruckmessung steigen. Wer also dem Blutdruck schon im Vorfeld den Kampf ansagen will, sollte seinen Lebensstil ändern und auf gesunde Ernährung und regelmäßige körperliche Betätigung setzen, auf Nikotin verzichten und den Konsum von Alkohol und Kochsalz einschränken.

Aber, auch das gehört zum Thema: »Bluthochdruck ist in aller Regel nicht heilbar, sondern meistens eine lebenslange Krankheit«, erläutert Dr. Thomas Pusl. »Aber«, so fügt er hinzu: »Behandelt und gut

eingestellt verringert sich das Risiko für lebensbedrohliche Komplikationen und die Sterblichkeit erheblich.« Gesenkt wird der Blutdruck in der Regel mit Medikamenten. Hier stehen gleich fünf Gruppen von blutdrucksenkenden Arzneimitteln zur Verfügung. Individuell und häufig kombiniert eingesetzt, tragen sie dazu bei, den Blutdruck dauerhaft und möglichst ohne Nebenwirkungen auf ein Normalmaß zu senken. Aber – und darauf weist der Endokrinologe hin: Wer bei seinen Blutdruckmessungen gute Werte erzielt, sollte eines nicht machen – jetzt die Medikamente absetzen. Denn ohne sie, so das Fazit des Mediziners, steigt der >>



SCHON
gewusst
?

Wenn der weiße Kittel Druck macht

Das Phänomen trägt einen einprägsamen Namen: Weißkittelhochdruck. Es kommt immer wieder vor, dass Patienten bei der Blutdruckmessung in der Arztpraxis höhere Werte aufweisen als Zuhause. Ängste vor dem weißen Kittel des Mediziners und seiner Helfer lassen offenbar die Blutdruckwerte steigen. Die Folge kann dann eine Fehldiagnose sein. Aber auch das Gegenteil ist möglich. Bei der maskierten Hypertonie (auch »Praxisnormotonie« genannt) misst der Arzt normale Werte, während Selbstmessungen weit höhere Angaben ermitteln. In beiden Fällen schafft eine ambulante Langzeitblutdruckmessung über 24 Stunden Klarheit.



Was ist normal, ab wann besteht Bluthochdruck?

Blutdruck-Normalwert-Tabelle WHO in mmHg

	systolisch	diastolisch
optimaler Blutdruck	< 120	< 180
normaler Blutdruck	120–129	80–84
hoch-normaler Blutdruck	130–139	85–89
milde Hypertonie (Stufe 1)	140–159	90–99
mittlere Hypertonie (Stufe 2)	160–179	90–99
schwere Hypertonie (Stufe 3)	≥ 180	≥ 110

»WIR ESSEN, TRINKEN UND ARBEITEN ZU VIEL UND BEWEGEN UNS ZU WENIG!«

Dr. Thomas Pusl

Blutdruck in aller Regel wieder. Sollte sich jedoch im anderen Fall trotz des Einsatzes von drei Mitteln keine Besserung zeigen, kann auch der Weg ins Klinikum zu Spezialisten wie Dr. Thomas Pusl hilfreich sein. Anlaufstelle und Ansprechpartner für Patienten und ihre Hausärzte ist die Hochschulambulanz.

Blutdruck selbst messen – aber richtig

Selbst den Blutdruck zu messen, ist nicht schwer, wenn, darauf weist die Deutsche Hochdruck-Liga hin, die nachfolgenden Regeln beachtet werden: Immer zur gleichen Zeit morgens und abends messen. Morgens vor der Einnahme blutdrucksenkender Mittel, damit auch der Blutdruck in den frühen Morgenstunden erfasst wird. Ein zu häufiges Messen hintereinander verfälscht die Werte. Viele Geräte messen, ohne dass man es merkt, mehrfach hintereinander. Ansonsten den Blutdruck zweimal in Folge mit einer Pause von ein bis zwei Minuten messen. Meist liegt der Wert der zweiten Messung niedriger. Diesen sollte man notieren. Vor der Messung fünf Minuten zur Ruhe kommen. Körperliche Aktivitäten vor der Messung vermeiden, sonst die Entspannungsphase verlängern. Falls möglich, entspannt auf einem Stuhl sitzend und an die Stuhllehne angelehnt messen. Den zu messenden Arm auf den Tisch legen. Die Füße nebeneinander aufstellen. Dadurch vermeidet man die Anspannung der Muskulatur. Beim Messen nicht bewegen, reden oder durch Musik ablenken lassen. Die Blutdruckmanschette muss

sich auf Herzhöhe befinden. Darauf sollte vor allem bei Handgelenksgeräten geachtet werden. Die Manschette der Oberarmgeräte liegt in der Regel bereits automatisch auf Herzhöhe. Die Messergebnisse sollten mit Datum und Uhrzeit im Blutdruckpass graphisch dokumentiert werden, falls kein digitaler Datenspeicher vorhanden ist. Das stellt sicher, dass der Arzt sich schnell einen Überblick über Ihre Werte machen kann.

Da sich der Blutdruck über den Tagesverlauf ständig ändert, ist es wichtig, ihn über einen längeren Zeitraum immer zur selben Zeit zu messen. Erst dann ist die Blutdruckselbstmessung sinnvoll. Viele im Handel erhältliche Blutdruckmessgeräte liefern nur unzuverlässige Werte. Die Deutsche Hochdruckliga überprüft regelmäßig auf Antrag der Gerätehersteller Blutdruckmessgeräte und verleiht ein Prüfsiegel für die Messgenauigkeit. | sts

Weitere Informationen unter www.hochdruckliga.de



Dr. Thomas Pusl
I. Medizinische Klinik

Medikamente

Die derzeit verfügbaren und am häufigsten eingesetzten Arzneimittelwirkstoffe zur Senkung des Blutdrucks sind in fünf Gruppen eingeteilt:

ACE-Hemmer (Captopril, Lisinopril, Enalapril, Ramipril und andere mit der Endung »-pril«) senken den Blutdruck, weil sie die Bildung des stark gefäßverengenden Hormons Angiotensin verringern. Ähnlich wirken Sartane (Losartan, Valsartan, Candesartan und andere mit der Endung »-sartan«), die meist eingesetzt werden, wenn ACE-Hemmer nicht vertragen werden.

Diuretika (Hydrochlorothiazid, Xipamid, Indapamid, zum Teil auch in Kombination mit Amilorid oder Triamteren) erhöhen die Salzausscheidung über die Nieren und werden in der Regel in Kombination mit ACE-Hemmern oder Sartanen eingestellt.

Kalziumantagonisten (Nifedipin, Nitrendipin, Felodipin und andere mit der Endung »-dipin«) erweitern die Blutgefäße und senken dadurch den Blutdruck.

Betablocker (Propranolol, Metoprolol, Bisoprolol und andere mit der Endung »-olol«) schirmen das Herz vor den Wirkungen des Stresshormons Adrenalin ab.

Aldosteron-Antagonisten verhindern, dass sich das Hormon Aldosteron an Andockstellen in den Zellen der Nierenkanälchen binden kann.

SPÖRER
Gesund. Aktiv. Sympathisch.



Orthopädietechnik



Schuhtechnik



Sanitätshaus

NEUERÖFFNUNG
ab sofort für Sie im Medical Center - Sheridan Park

SPÖRER AG | Max-Josef-Metzger-Str. 3 | 86157 Augsburg
Telefon +49 821 45559021 | augsburg@spoerer.de | www.spoerer.de



Mehr Infos
zur Klinik:



Albtraum nach dem Aufwachen

Akutes Delir nach schweren Operationen

Plötzlich verwirrt

Als postoperatives Delir oder akutes Delirium (aus dem Lateinischen mit »aus der Spur geraten« zu übersetzen) bezeichnet man eine vorübergehende Funktionsstörung des Gehirns nach großen Operationen oder schweren Erkrankungen. Als Risikofaktor gilt ein hohes Lebensalter, aber auch jüngere Menschen können betroffen sein. Ein Delir lässt sich nicht im Blut oder im CT nachweisen, es zeigt sich durch plötzliche Verwirrung, Störungen des Denkvermögens, zeitliche und räumliche Desorientiertheit und Sinnestäuschungen der Patienten – sie »sehen« Dinge, oft weiße Tiere. Manche Betroffene sind sehr irritiert, unruhig und aggressiv (hyperaktives Delir), andere so verängstigt und in sich gekehrt, dass sie nicht mehr aufstehen wollen (hypoaktives Delir). Viele beschreiben diesen Zustand später als Alptraum, der von der Realität nicht zu unterscheiden war und den nur sie wahrgenommen haben. Meistens treten die Symptome zwischen dem zweiten und siebten Tag nach der Operation auf und dauern drei bis vier Tage an, sie können sich aber auch länger hinziehen. Im Gegensatz zur Demenz ist das Delir durch seinen akuten Beginn sowie einen wechselnden Verlauf gekennzeichnet und bildet sich meistens wieder völlig zurück. Andererseits erhöht es das Risiko, eine Demenz zu entwickeln oder zu verstärken.

»EINE WICHTIGE ROLLE IN
DER DELIR-THERAPIE SPIELEN
DIE ANGEHÖRIGEN.«

Der Schreck nach dem Eingriff war fast größer als die Sorge vor der großen Operation: Kaum stand Silvia V. am Bett ihres frischoperierten Mannes auf der Intensivstation, wollte er das Krankenhaus sofort verlassen. »Er sagte, komm, schnell raus hier«, erinnert sie sich. Ludwig V. hatte Angst, dass die Zimmerdecke einstürzen könnte. In seiner Wahrnehmung schwebte sie nämlich direkt auf ihn zu. Als die Ehefrau den 76-Jährigen beruhigen und ablenken wollte, wurde er zunehmend wütend. Warum erkannte sie die Gefahr nicht auch? »Eine typische Szene für den Beginn eines akuten Delirs«, kommentiert Dr. Philipp Deetjen, Oberarzt an der Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin am Universitätsklinikum Augsburg. »Der Patient, die Patientin erkennt Freunde und Familie, führt ein normales Gespräch und sagt im Anschluss etwas völlig Sinnloses.« Manche ziehen ihre Infusionsschläuche heraus, rufen immer wieder nach Hilfe und empfinden die fremde Umgebung als bedrohlich. Das Delir, eine ernste postoperative Organfunktionsstörung, kann 30 bis 50 Prozent der Intensivpatienten betreffen.

Die Ursachen für diese Komplikation sind vielfältig. »Es gibt einen Zusammenhang mit dem Entzündungsgeschehen im Körper nach großen Eingriffen oder sehr schweren Erkrankungen«, erklärt Dr. Deetjen. Ebenso können zahlreiche Vorerkrankungen und auch bestimmte Medikamentengruppen, die den Hirnstoffwechsel beeinflussen, das Auftreten eines Delirs begünstigen. Die früher Durchgangssyndrom genannte und einst als psychiatrische Erkrankung verstandene Komplikation ist keine neue Erscheinung. »Aber,« so der Facharzt für Anästhesiologie, »es gibt heute mehr große chirurgische Eingriffe. Und die Patienten werden älter.« Mit den Möglichkeiten der modernen Intensivmedizin entwickelte sich in den letzten Jahren ein neues Bewusstsein für die Behandlung deliranter Patienten. Seit zwei Jahren gibt es am Universitätsklinikum Augsburg eine entsprechende Arbeitsgruppe aus Ärzten, Pflegekräften und Therapeuten.

Schnell aus dem Bett und in Bewegung kommen

Für Katharina Kemmether, Fachkrankenschwester für Anästhesie- und Intensivpflege im Klinikum, können »effektive Prävention, >>



Wie Angehörige nach der OP helfen können

häufige Besuche

Patienten geistig auf Trab halten, z. B. durch Gedächtnisspiele

Orientierungshilfen geben: Kalender und Uhr immer in Sichtweite

Brille, Hörgerät oder Gebiss nach der OP schnell wieder benutzen

mit Fotos, Musik, Lieblingsspeisen Erinnerungen wecken

»DAMIT DIE PATIENTEN NACH EINER NARKOSE SO BALD WIE MÖGLICH IN DIE REALITÄT ZURÜCKFINDEN, SOLLEN SIE SCHNELL AUS DEM BETT UND IN KÖRPERLICHE UND GEISTIGE BEWEGUNG KOMMEN.«

Dr. Philipp Deetjen

Diagnostik und Therapie des Delirs nur im multiprofessionellen Team erfolgen.« Sie ist in der AG unter anderem für die Schulung der Pflegekräfte zuständig und hat den Delir-Standard auf der Intensivstation mitentwickelt. Aktivierung und frühe Mobilisierung der Intensiv-Patienten stehen dabei im Mittelpunkt. Gemeinsam mit den behandelnden Ärzten prüfen die Pflegekräfte, welche Risikofaktoren der Patient mitbringt. »Schon im Vorfeld lassen sich so Flüssigkeitsmängel behandeln, kritische Medikamente reduzieren oder ersetzen und die Anästhesie anpassen«, erläutert Dr. Deetjen.

Nach dem Eingriff wird auf den operativen Intensivstationen ein tägliches Delir-Screening durchgeführt, bei dem die Pflegekräfte bestimmte Kriterien abfragen, um eventuelle Denkstörungen frühzeitig zu erkennen. Eine ausreichende Schmerztherapie steht auf dem Behandlungsplan, zudem wird für einen geregelten Schlaf-Wach-Rhythmus gesorgt. Am Fußende jedes Krankenbetts ist eine Tafel für Datum und Uhrzeit angebracht. Auch Familienfotos finden hier einen Platz.

»Damit die Patienten nach einer Narkose so bald wie möglich in die Realität zurückfinden«, so Anästhesist Deetjen, »sollen sie

schnell aus dem Bett und in körperliche und geistige Bewegung kommen.« Hilfsmittel wie Brille und Hörgerät sollten rasch wieder auf- und eingesetzt werden. »Es sind diese Kleinigkeiten, die eine große Wirkung haben können.«

Eine wichtige Rolle in der Delir-Therapie spielen die Angehörigen. Mit ihrer Anwesenheit, mit ruhigen Gesprächen, Vorlesen und einfachen Spielen tragen sie ein Stück vertraute Sicherheit ins Krankenzimmer. Auch für sie hat die Arbeitsgruppe nun eine Informations- und Aufklärungsbroschüre zum Thema verfasst. »Eine gute Idee«, finden Silvia und Ludwig V. Seine OP-Narbe ist inzwischen verheilt – die schwebende Decke bleibt unvergessen. | vG



Dr. Philipp Deetjen
Klinik für Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin



Gemeinsam mit dem behandelnden Arzt prüfen die Pflegekräfte, welche Risikofaktoren der Patient mitbringt. (Bildmitte Katharina Kemmether, Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivpflege)

Bekannte Nebenwirkungen: erhöhter Puls und Herzklopfen.

Erleben Sie den neuen Panamera GTS im Porsche Zentrum Augsburg.

Porsche Zentrum Augsburg
Tel. +49 821 45544-900
www.porsche-augsburg.de

Panamera GTS · Kraftstoffverbrauch (in l/100 km): innerorts 15,4 · außerorts 8,2–8,0 · kombiniert 10,9–10,7; CO₂-Emissionen (in g/km): kombiniert 249–244; Stand: 10/2020



PORSCHE

**SCHON
gewusst
?**

Der Begriff Trias bezeichnet in der Medizin das Auftreten dreier typischer Symptome im Rahmen einer Erkrankung.

2018 ist ein Jahr, das Walter Mayer (Name von der Red. geändert) nicht so schnell vergessen wird. Aus einem an und für sich gesunden 69-Jährigen wird innerhalb von wenigen Monaten ein völlig unselbständiger und auf jegliche Hilfe angewiesener Mann. Er kann nicht mehr stehen, nicht mehr laufen. Dann auch nicht mehr hören. Er vergisst, auf die Toilette zu gehen, verliert das Interesse an allem und jedem, schließlich die Orientierung. Seine Tochter und seine Lebensgefährtin sieht er zwar, erkennt sie aber nicht.

Keiner von ihnen kann sich die dramatische Verschlechterung seines Gesundheitszustandes innerhalb weniger Wochen erklären. Zwar begleiten den Rentner starke Rückenschmerzen schon ein Leben lang aufgrund eines Unfalls 40 Jahre zuvor, bei dem er sich die Lendenwirbelsäule bricht. »Aber auf einmal wurden die Schmerzen so stark, so unerträglich, mit all diesen Begleiterscheinungen«, sagt Mayer, und seine Tochter ergänzt: »Wir waren völlig ratlos. Heute wissen wir, dass es ein Fehler war, jedes Problem losgelöst voneinander zu betrachten. So sind wir erst zum HNO-Arzt gegangen, dann zum Urologen, schließlich zum Neurologen.« Zum Glück. Denn der Neurologe ist der Schlüssel. Prof. Dr. Markus Naumann,

Aus dem Gleichgewicht

Zentrum für Gang- und Gleichgewichtsstörungen macht Menschen wieder mobil und trittsicher

Direktor der Klinik für Neurologie und klinische Neurophysiologie am UKA, sagt: »Schwindel, Gang- und Gleichgewichtsstörungen können sehr viele Ursachen haben, wirklich sehr viele. Da gibt es orthopädische Probleme, internistische, neurologische – häufig im Zusammenspiel. Und das ist die Herausforderung. Oft scheitert eine erfolgreiche Diagnostik daran, dass der Arzt irgendwann aufhört zu suchen, wenn er nur lange genug keine klaren Ursachen finden konnte.«

Naumann ist nicht der Typ, der aufhört zu suchen. »Natürlich haben wir uns Herrn Mayer besonders genau angeschaut unter dem Blickwinkel der Gang- und Gleichgewichtsstörung. Ein sehr deutlicher Hinweis für die letztendliche Diagnose bei diesem Patienten war aber dann die Trias aus Gangstörung, Blasenschwäche und kognitiven Einschränkungen.« Und die Diagnose lautet Hydrocephalus, im Volksmund bekannt als »Wasserkopf«. Beim Hydrocephalus sammelt sich zu viel Gehirn- und Rückenmarkflüssigkeit in den Hirnventrikeln, weil es nicht mehr in ausreichender Menge abfließen kann. Die Ventrikel blähen sich auf und schädigen das benachbarte gesunde Gehirngewebe. »Man muss sich das so vorstellen: Sie drehen den Wasserhahn auf, und der Abfluss ist verstopft. Dann weist der Patient die Symptome auf, die wir bei Walter Mayer gesehen haben«, erklärt Naumann. »Oftmals liegen der Abflussstörung Verklebungen im Gehirn zu Grunde, aber oft kennen wir die Ursache auch nicht.«

Als Mayer in Naumanns Klinik kommt, nimmt sein Zustand einen dramatischen Verlauf. Innerhalb von wenigen Tagen geht es dem Senior schlechter und schlechter.

Naumann findet heraus, was Mayer fehlt und lässt ihn von seinem Kollegen in der Neurochirurgie operieren. Kurze Zeit später ist der 69-Jährige wieder der alte.

»SCHWINDEL, GANG- UND GLEICHGEWICHTSSTÖRUNGEN KÖNNEN SEHR VIELE URSACHEN HABEN, WIRKLICH SEHR VIELE. DA GIBT ES ORTHOPÄDISCHE PROBLEME, INTERNISTISCHE, NEUROLOGISCHE – HÄUFIG IM ZUSAMMENSPIEL. UND DAS IST DIE HERAUSFORDERUNG.«

Prof. Dr. Markus Naumann

Pro Woche behandelt Naumann und sein Team zirka einen Patienten mit Hydrocephalus, »aber selten sehen wir einen so dramatischen und direkten Erfolg wie bei Herrn Mayer«. Das Problem: »Bei Gang- und Gleichgewichtsstörungen gibt es eine überwältigende Anzahl an möglichen Ursachen«, sagt auch Oberarzt Dr. Christoph Laub, der in Naumanns Klinik das Zentrum für Gang- und Gleichgewichtsstörungen leitet und auch eine >>

Werderstr. 22 | 86159 Augsburg
68 Wohnungen, Verkaufsstart Dezember 2019

**WOLLEN AUCH SIE
IHR GRUNDSTÜCK
ENTWICKELN?**

Rufen Sie uns an
unter 08272 99 57 0

Oskar-von-Miller-Str. 74 | 86199 Augsburg
25 Apartments, Verkaufsstart Januar 2020



Ulrich Reitenberger Bau GmbH
Lindenstr. 4 | 86502 Laugna-Asbach
Tel: 08272 99 57 0
info@reitenberger.de
www.reitenberger.de

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



Wichtige Informationen liefert Naumann und seinem Team die videogestützte Ganganalyse. Hier ein Physiotherapeut mit einem Patienten.

ambulante Sprechstunde dazu anbietet. »Das Problem dabei ist«, erklärt Laub, »dass man im Alter häufig mal ein bisschen schlechter läuft. Unbehandelt wird das ja nicht besser. Aber man muss eben unter Umständen eine Zeitlang suchen, woran das liegt. Und Gangstörungen, das muss ich leider sagen, werden von uns Neurologen deshalb etwas stiefmütterlich behandelt.«

Wichtige Informationen durch videogestützte Ganganalyse

In Augsburg zumindest ist damit längst Schluss. Mit der Gründung des Zentrums für Gang- und Gleichgewichtsstörungen, das großzügig von der Regierung von Schwaben unterstützt wurde, konnte eine Reihe von Apparaturen angeschafft werden, die diesen ganzen Strauß an Symptomen, die Menschen mit Gangstörungen häufig aufweisen, messen und analysieren können. Das spektakulärste Gerät darunter dürfte die videogestützte Ganganalyse sein. Sie ermöglicht es den Ärzten,

»DAS GEHIRN VERARBEITET DIE VISUELLE INFORMATION, STEUERT DEN HALTEAPPARAT DES MENSCHEN UND SEINEN GLEICHGEWICHTSSINN. LIEGT IN EINEM DIESER DREI KOMPONENTEN ODER MEHREREN EINE FEHLFUNKTION VOR, GEBEN UNS DIE ERGEBNISSE DER VIDEOGESTÜTZTEN GANGANALYSE WERTVOLLE INFORMATIONEN FÜR DIE DIAGNOSTIK.«

Dr. Christoph Benedict Laub

Körperschwankungen zu untersuchen, das Sturzrisiko zu messen, die Trittsicherheit zu berechnen. Der Patient betritt dabei eine Art offene Kabine, deren Grundlage eine bewegliche, mit einem Rechner und einer speziellen Software verbundene Bodenplatte ist. Vor ihm hängt auf Augenhöhe ein großer Bildschirm. Unterstützt vom Arzt oder Physiotherapeuten muss der Patient beispielsweise versuchen, die

Biene, die er auf dem Bildschirm sieht, durch einen kleinen Schritt nach links, eine winzige Neigung nach hinten oder die Verlagerung des Körpergewichts nach vorn in die Blüte zu bringen. »Die Schaltzentrale ist das Gehirn«, sagt Laub. »Das Gehirn verarbeitet die visuelle Information, steuert den Halteapparat des Menschen und seinen Gleichgewichtssinn. Liegt in einem dieser drei Komponenten oder mehreren eine Fehlfunktion vor, geben uns die Ergebnisse der videogestützten Ganganalyse wertvolle Informationen für die Diagnostik.« Informationen, die sie bei der bisherigen Routinediagnostik nicht bekamen. Dabei behalten sowohl Naumann als auch Laub den Patienten ganzheitlich im Blick. »Oftmals werden Blasenstörungen isoliert betrachtet und meistens der Prostata zugeschoben«, sagt Naumann. »Aber unser Patient Mayer hat uns eindrucksvoll gezeigt, dass seine vorübergehende Blasen Schwäche nichts mit diesem Organ zu tun hatte.« Den interdisziplinären Blick auf den Körper versuchten sie daher auch ihren Studenten anzutrainieren. Seit November ist das Zentrum für Gang- und Gleichgewichtsstörungen offiziell eröffnet. Es ist schon jetzt eines der ganz wenigen Zentren in Süddeutschland, das eine eigene ambulante Sprechstunde anbietet und gleichzeitig Patienten stationär aufnimmt. »Gerade ältere Menschen, die unsicher gehen und stehen und ohne Diagnose sind, könnten davon profitieren«, sagt Prof. Naumann. Wunder könne er zwar nicht vollbringen, »aber etwas tun kann man immer.« | ilm



Prof. Dr. Markus Naumann
Direktor der Klinik für Neurologie und klinische Neurophysiologie/Intensivmedizin



Dr. Christoph Benedict Laub
Klinik für Neurologie und klinische Neurophysiologie



Mehr Infos
zum ICCA:



Liquid Biopsy

Mit ein paar Tropfen Blut Krebs erkennen und Krebsbehandlung steuern

Mehr als 300 Krebsarten sind inzwischen bekannt, aber nur die wenigsten sind von außen zu erkennen. Die meisten Tumore bleiben daher oft lange unbemerkt, bis sie Beschwerden verursachen. Jedes Jahr erkranken rund 500 000 Menschen an Krebs. Im Rahmen der Krebsvorsorge können die Tumore oft rechtzeitig erkannt und vor bzw. während der Therapiemaßnahmen mit Biopsien beobachtet werden. Und obwohl dank der Forschung die Krebssterblichkeit seit Jahren zurückgeht, werden nur rund die Hälfte aller Patienten dauerhaft vom Krebs geheilt. Grund genug, um weiter unermüdlich an neuen Analyse-, Diagnose- und Therapiemöglichkeiten zu forschen. Am Interdisziplinären Cancer Center Augsburg (ICCA) des Universitätsklinikums Augsburg arbeiten Fachdisziplinen aus 29 Kliniken und Instituten zusammen, um die Krebsforschung und die regionale Vernetzung in der Onkologie zu bündeln. So können die Krebspatienten aus der Region bestmöglich versorgt und therapiert werden.

Biopsie: Entnahme einer Gewebeprobe bei Tumorerkrankungen

Die Krebsforschung macht große Fortschritte, daran ist zuletzt das Interdisziplinäre Cancer Center Augsburg beteiligt. Eine besondere Herausforderung in der Krebsforschung ist das molekulare Profil von Tumoren. Viele Krebsarten verändern sich während einer Therapie. Der Tumor kann kleiner oder größer werden, je nachdem, ob er auf die aktuelle Therapie anspricht oder nicht. Er kann auf andere Organe überspringen

und Metastasen bilden. Um die Therapie dauerhaft optimal für den Patienten zu gestalten, ist es sinnvoll, die Behandlung den Mutationen (lat. mutare »verändern, verwandeln«) des Tumors ständig anzupassen. Dafür wird bei dem Patienten eine Biopsie durchgeführt, die Entnahme einer Gewebeprobe, mit anschließender feingeweblicher und molekularer Untersuchung der aufbereiteten Tumorzellen-DNA. Dieser Eingriff ist teilweise aufwändig und für den Patienten manchmal auch psychisch und körperlich belastend, da bereits die kleinen Eingriffe in dem geschwächten Körper oft lange nachklingen. Auch werden oft mehrere Biopsien benötigt, um ein vollständiges Bild des Tumors bei Diagnose und im Verlauf zu erhalten. Hier hat die Krebsforschung angesetzt und nach einer besseren Möglichkeit gesucht, um Tumore zu beobachten. Inzwischen gibt es eine vielversprechende Alternative zur klassischen Biopsie.

Mit neuen Technologien ist Flüssigbiopsie »Liquid Biopsy« möglich

Dank modernster Technologien und neuer Verfahren ist es inzwischen möglich, Bestandteile von Tumorzellen im Blut nachzuweisen. Denn Tumorzellen geben ihre Erbinformationen unter anderem auch an das Blut ab, welche dann auf Genveränderungen hin untersucht werden können. »Liquid Biopsy« nennt sich diese neue Art der Biopsie. Im Gegensatz zur Gewebediagnostik wird bei der Liquid Biopsy Blut ab- statt Gewebe entnommen. Das hat für Mediziner und Patienten zahlreiche Vorteile. Denn die Gewebediagnostik basiert darauf, Gewebe des

Patienten zu entnehmen und zu untersuchen, das kann in vielen Fällen sehr schwierig sein. Beispielsweise wenn der Tumor nur schwer erreichbar ist wie beispielsweise ein Gehirntumor, es ein sehr großer und schwerer Eingriff ist oder der eigentliche Tumor gar nicht auffindbar ist. Nicht so bei der Flüssigbiopsie. Hier genügen wenige Milliliter Blut – ein deutlicher Vorteil zur Gewebeprobe.

Liquid Biopsy ermöglicht Monitoring der gesamten Krebserkrankung

Eine Blutentnahme ist nicht aufwendig und für den Patienten nur eine geringe Belastung, da es sich lediglich um einen kurzen Einstich handelt. Die Liquid Biopsy kann dadurch häufiger als eine Biopsie wiederholt werden und immer den aktuellen Stand der Krebserkrankung aufzeigen und die Behandlung daran anpassen. Und es gibt noch einen weiteren großen Vorteil gegenüber der klassischen Biopsie: Bei der Gewebediagnostik kann immer nur eine Tumorkompartiment untersucht werden. Gibt es mehrere Tumormanifestationen (Metastasen) im Körper, sind manchmal auch mehrere Biopsien notwendig, um ein vollständiges (molekulares) Bild des Tumors zu erhalten. Bei der Flüssigbiopsie erhält man hingegen einen Querschnitt über alle vorhandenen Tumormanifestationen im Körper. So können bessere Aussagen über den Tumor, seinen molekularen Aufbau und dessen Therapiemöglichkeiten getroffen werden. Im Blut eines Krebspatienten können mit der Flüssigbiopsie außerdem Metastasen und Rückfälle im gesamten Körper erkannt werden. Die Liquid Biopsy liefert daher >>



PASSAUER WOLF
Medizin fürs Leben



BAD GÖGGING

NEUROLOGIE

ORTHOPÄDIE

GERIATRIE

HNO-PHONIATRIE

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 Team aus Ärzten und Therapeuten entwickelt mit Ihnen den persönlichen Genesungsplan und hilft Ihnen, Schritt für Schritt Ihren Zielen näher zu kommen.

Machen Sie Ihre Rehabilitation zu etwas Besonderem

Für alle, die exklusiven Komfort genießen wollen, verbinden sich mit dem PASSAUER WOLF Privat-Angebot hochwertiger Stil mit herzlichem Service, persönliche Betreuung mit privater Atmosphäre, Geborgenheit mit medizinischer und therapeutischer Spitzenleistung. Gerne beraten wir Sie zu den Gestaltungsoptionen Ihres Aufenthaltes.

Mobilität &
Lebenskraft stärken

PASSAUER WOLF Bad Gögging
Am Brunnenforum 5
93333 Bad Gögging
bad-goegging@passauerwolf.de
T +49 9445 201-0
f@PassauerWolf

passauerwolf.de

im Idealfall Informationen über die gesamte Krebserkrankung und nicht nur über den konventionell biopsierten Tumor oder Tumorteil. Dafür reichen bereits wenige Milliliter Blut des Patienten aus.

Schnelle Therapieanpassung bei Tumorveränderungen

Die Molekularpathologen arbeiten das Blut in mehreren Schritten auf, um die Erbinformation – die DNA – des Patienten herauslesen zu können. Ziel ist es, individuelle Therapien zu entwickeln. Das ist gar nicht so einfach, denn die genetischen Veränderungen des Tumors müssen aus mehr als drei Milliarden Bausteinen der DNA ausgelesen werden. Dieser Vorgang nennt sich Sequenzierung und dauert dank modernster Geräte nur wenige Tage. Zwar ist der Prozess der Auslesung komplex, doch die Liquid Biopsy dauert im Gegensatz zur Gewebibiopsie nur einige wenige Tage und kann beliebig oft wiederholt werden. Mit den Ergebnissen der Flüssigbiopsie können auch kurzfristige Veränderungen z. B. unter laufender Therapie nachgewiesen werden, die darauf hindeuten, dass die derzeitige Behandlung besser, schlechter oder nicht mehr gegen die Erkrankung wirkt. Eine rasche Therapieanpassung ist somit möglich.

Rückfälle können mit Liquid Biopsy viel früher erkannt werden

Und auch bei Patienten, die vom Krebs geheilt sind, kann die Flüssigbiopsie angewendet werden, um Rückfälle frühzeitig zu erkennen. Das ist ein unschlagbarer Vorteil, denn ein wiederkehrender Krebs kann auch in einem anderen Organ und zuerst in sehr kleiner Menge auftreten. Eine Gewebebiopsie kann erst viel später einen Rückfall aufzeigen. So ergab eine Studie bei Darmkrebspatienten, dass mit Hilfe der Liquid Biopsy der Rückfall des Tumors sechs bis neun Monate eher als mit den üblichen Methoden wie Bildgebung z. B. mittels CT erkannt wird. Für die Therapie bedeutet das viel Zeit, die auch über Leben und Tod entscheiden kann.



Im Blut eines Krebspatienten können Tumore und Metastasen geortet werden.

Liquid Biopsy könnte bald zur Routineversorgung gehören

Bislang sind die Liquid Biopsy-basierten Tests bis auf wenige Ausnahmen rein experimentell und noch nicht zugelassen. Sie werden daher aktuell ausschließlich im Rahmen von klinischen Studien angewendet. Im Bayerischen Zentrum für Krebsforschung (BZKF), einem Zusammenschluss der sechs bayerischen Universitätskliniken, ist Augsburg für den Fachbereich Liquid Biopsy zuständig. Dort läuft aktuell die NeoRect Studie, bei der die Flüssigbiopsie an Patienten mit Enddarmkrebs eingesetzt und hinsichtlich der Therapiesteuerung untersucht wird.

die Chemotherapie verschwunden ist, um möglicherweise die Operation zu umgehen. Die Aussichten dieser Studie sind aktuell sehr gut und die zuständigen Ärzte am Universitätsklinikum gehen davon aus, dass Liquid Biopsy hier zukünftig einen wesentlichen Beitrag zur Entscheidung für oder gegen eine Operation leisten könnte. Zudem wird zeitgleich ein Konzept entwickelt, wie Liquid Biopsy breit in die klinische Routineversorgung weiterer Tumorarten und Behandlungsformen integriert werden kann. Für Krebspatienten würde das weniger Belastung, individuellere und optimalere Therapiemöglichkeiten und größere Heilungschancen bedeuten. | SW

»DIE AUSSICHTEN DIESER STUDIE SIND AKTUELL SEHR GUT.«

Bevor den Darmkrebspatienten der Enddarm bzw. Teile des Enddarms operativ entfernt werden muss, wird der Tumor mit Radiochemotherapie bis zum Zeitpunkt der Operation behandelt. Während dieser Zeit wird mittels Liquid Biopsy untersucht, ob der Tumor bereits durch



Dr. Rainer Claus
II. Medizinische Klinik

Grüne Wärme für Augsburg

swa Fernwärme

Mit der regionalen swa Fernwärme heizen Sie Ihre Immobilie nachhaltig und helfen den CO₂-Ausstoß in Augsburg zu senken. Informiere dich unter: swa.to/fernwärme



Immer an deiner Seite



»Intensivpflege

kickt



kickt

mehr!«



„Wer hier arbeitet, muss nicht nur psychisch belastbar sein, über ein breit gefächertes medizinisches Wissen und technisches Geschick verfügen, sondern auch ein großes Maß an Einfühlungsvermögen haben. Diesem Anspruch zu genügen, macht unsere Arbeit so interessant und erfüllend.“

Monique, 30, Gesundheits- und Krankenpflegerin

Fachkräftemangel, Überlastung und fehlende Anerkennung – das Gesundheitswesen in Deutschland steht schon lange vor großen Herausforderungen. Dann kam Covid-19 und die Pandemie zeigte uns so deutlich wie nie zuvor, welche enorme Bedeutung Pflegefachkräfte für eine gesunde und funktionierende Gesellschaft haben. Auch das Universitätsklinikum Augsburg sucht händeringend Nachwuchskräfte und hat dafür im November die Kampagne »Intensivpflege kickt mehr« gestartet! In Videoclips und kurzen Statements erzählen Pflegefachkräfte, warum sie dieser Beruf erfüllt und fasziniert. Ein Beruf mit Zukunft, spannend, Krisen und Existenz sicher, mit großen Herausforderungen und vielen Weiterbildungsmöglichkeiten. Lass auch du dich anstecken von dieser Begeisterung und entscheide dich für einen Job in der Intensivpflege.

Informiere und bewirb dich direkt unter www.intensivpflege-mit-kick.de

Hier bewerben 



[ukaugsburg](https://www.facebook.com/ukaugsburg)

www.intensivpflege-mit-kick.de

Lünendonk
Immobilien
...mein Makler

Möchten Sie Ihre Immobilie verkaufen oder vermieten?

Dann geben auch Sie Ihre Wohnung oder Haus in sichere Hände. Nutzen auch Sie den kompetenten, freundlichen und zuverlässigen Service von Lünendonk Immobilien.

www.luenendonk-immobilien.de
Augsburg - München

Tel.: (08 21) 660 97 111
E-Mail: info@ml24.de



Lange gut leben.
Mit dem Bayerischen Roten Kreuz.

Bayerisches Rotes Kreuz
Bezirksverband Schwaben

- Menü-Service
- Hausnotruf
- Mobilruf



Infos kostenfrei und rund um die Uhr: 0821 - 90 60 777

Ihre Gesundheit ist unser Auftrag

Alltagshilfen • Bandagen
Kompressionsstrümpfe
Orthesen • Prothesen
Lymphversorgung
Brustprothesen
Stoma • Inkontinenz
Wundversorgung
Rollstühle u. v. m.

Sanitätshaus Hilscher
Karlstraße 12
86150 Augsburg
Tel. 0821 4551040

Weitere Filialen in Dillingen und Neu-Ulm

www.hilscher.de

hilscher
DAS SANITÄTSHAUS



Es gibt viele Gründe ins Sanitätshaus Ganter zu kommen!

Wir sind Ihr kompetenter Partner für Kompressionsstrümpfe, Bandagen und Orthesen aller Art, Einlagen aus eigener Werkstatt sowie Bein-Prothesen u.v.m. Wir beraten Sie gerne.

Sanitätshaus • Orthopädie-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



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

haarstudio maier



VOLVO HYBRID BONUS

Jetzt umsteigen und Volvo Hybrid Bonus sichern.
Der Volvo XC60 Mild-Hybrid für Ihr Business.

Entdecken Sie Mild-Hybrid-Technologie und innovative Sicherheitsassistenten serienmäßig.

IM ATTRAKTIVEN GESCHÄFTSKUNDEN-LEASING FÜR 249 €
INKL. 5.220 € VOLVO HYBRID BONUS*

Kraftstoffverbrauch Volvo XC60 Momentum Pro B4 Geartronic, 145 kW (197 PS), Hubraum 1.969 cm³, in 1/100 km: innerorts 8,6, außerorts 5,9, kombiniert 6,8, CO₂ Emissionen kombiniert 155 g/km, (gern. vorgeschriebenem Messverfahren), CO₂Effizienzklasse: B. * Ein Gewerbe-Leasing-Angebot der Volvo Car Financial Services - ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander Platz 1, 41061 Mönchengladbach - für einen Volvo XC60 Momentum Pro B4 Geartronic, 8-Gang Automatik-Getriebe, Benzin, Hubraum 1.969 cm³, 145 kW (197 PS), monatliche Leasingrate 249,00 Euro, bei einer Laufzeit von 36 Monaten, 10.000 km Laufleistung pro Jahr, einer Leasing-Sonderzahlung von 0,0 Euro, Angebot zzgl. Überführungskosten i. H. v. 831,90 Euro, zzgl. Zulassungskosten und zzgl. gesetzlicher Umsatzsteuer. Gültig für Volvo Gewerbetreibenden bis 31.12.2020. Ausgeschlossen sind spezielle Kundengruppen wie z.B. Taxis, Fahrschulen und Mietwagen. Bonität vorausgesetzt. * Als Volvo Hybrid Bonus gewähren wir beim Erwerb eines Volvo mit Mild-Hybrid-Antrieb einen Preisvorteil i. H. v. 5.220,00 Euro (brutto) gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung, der in voller Höhe bei diesem Angebot eingerechnet ist. Beispielfoto eines Fahrzeugs der Baureihe, die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeugs sind nicht Bestandteil des Angebots.

TIERHOLD
Auto. Service. Qualität.

Automobile Tierhold GmbH
Unterer Talweg 49
86179 Augsburg
Tel. 0821/80899-0
www.volvocars-haendler.de/tierhold



Brathähnchen mit Fenchel und Orangen

INTENSIVE UND HARMONISCHE AROMEN MACHEN DIESE BRATHÄHNCHEN ZU EINEM GANZ BESONDEREN GESCHMACKSERLEBNIS ... SO SCHMECKT'S, WENN ESSEN SATT UND GLÜCKLICH MACHT.



ZUTATEN

- 100 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Olivenöl
- 3 EL frisch gepresster Orangensaft
- 3 EL Zitronensaft
- 2 EL körniger Senf
- 2 EL brauner Zucker
- 2 oder 3 Knollen Fenchel
- ca. 1,2 kg Hühnerteile inkl. Knochen
- 2 Orangen
- 1 EL Thymian
- 2 ½ TL Fenchelsaat
- oder 1 TL Anissaat
- Granatapfelkerne
- Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: 60 Minuten
Marinierzeit: 60 Minuten
Backzeit: 45 Minuten

- 1 Den Backofen auf 220°C vorheizen. Die Gemüsebrühe mit Olivenöl, Orangensaft, Zitronensaft, Senf und Zucker gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Orangen in dünne Scheiben schneiden. Die Fenchelknollen achteln. Dann zusammen mit den Hühnerteilen, dem Thymian, der Fenchelsaat und der Marinade vermischen und alles gut durchziehen lassen.
- 2 Die Hühnerteile in eine große Auflaufform geben, den Fenchel und die Orangenscheiben dazwischen verteilen. Alles mit der Marinade übergießen.
- 3 Für ca. 45 Minuten im Ofen backen, bis alles schön gebräunt ist. Anschließend mit Granatapfelkernen garnieren.
- 4 Das Brathähnchen schmeckt hervorragend mit Reis, Couscous oder Bulgur - je nach Lust und Laune.



Ulrike Eger empfiehlt:

MEDIEN aktuell

Wolfgang Schorlau und Claudio Caiolo

Der freie Hund



Commissario Antonio Morello, genannt »Der freie Hund« wird nach Venedig versetzt, nachdem er sich in Sizilien mit der Mafia angelegt hat und seines Lebens nicht mehr sicher ist. Unwillig tritt er seinen ersten Arbeitstag an. Auch die Kollegen in Venedig sind dem Südtaliener gegenüber sehr skeptisch. Sonst mehr mit Taschendieben vertraut, hat die Polizei einen Mordfall in der Stadt aufzuklären. Ein junger Anführer einer Bürgerinitiative gegen die Kreuzfahrtschiffe wird tot aufgefunden. Er ist der Sohn einer wohlhabenden und einflussreichen Familie. Bald merkt Antonio, dass auch hier im Norden tiefe Verstrickungen von italienischer Politik und Korruption die Ermittlungen erschweren. Einen Ausgleich findet Antonio durch die schöne Nachbarin Silvia, die ihm das etwas andere Venedig zeigt. Wolfgang Schorlau, Erfinder des Privatermittlers Georg Dengler, hat mit seinem Freund, dem Italienkenner Claudio Caiolo eine neue Krimireihe begonnen. Die Leser dürfen sich auf weitere Fälle freuen.

»Unterhaltsamer Krimi inmitten einer aufregenden Stadt.«

Sandra Lüpkes

Die Schule am Meer



Eine Gruppe Lehrer gründet in den 20er-Jahren eine Privatschule auf der Nordseeinsel Juist. Sie wird von Kindern wohlhabender Eltern besucht. Einer davon ist Mücke, der in dem Roman vom zehnjährigen Kind zu einem jungen Mann heranreift. Die Geschichte der Familie Reiner, beide Lehrer und Mitbegründer der Schule, ist ganz eng mit der Schulgeschichte verwoben. Die Inselbewohner blicken skeptisch auf die Neulinge. Mit den modernen Lehrmethoden hat die Dorfbevölkerung so ihre Zweifel. Als der Nationalsozialismus stärker wird, haben die Lehrer mit jüdischen Wurzeln plötzlich keine Stimme mehr. Während sich Anni Reiner große Sorgen um die Gesundheit ihres Mannes macht, muss sie als Halbjüdin auch um ihre Stellung an der Schule bangen. Die gesteckten Ziele werden vom Zeitgeist überrollt. So muss Mücke die Bücherverbrennung in Berlin und die Ungerechtigkeiten in dem neuen Regime erleben. Eine weitere Hauptrolle spielt Gustav, ein Kellner der Dorfkneipe, der zum Hotelier aufsteigen will. In den nationalen Entwicklungen sieht er seine Chance und stellt sich der Bürgermeisterwahl.

»Eine Zeitgeschichte mit wahren Hintergrund.«

Marco Balzano

Ich bleibe hier



Trina will Lehrerin werden und als sie den Abschluss hat, ziehen 1939 düstere Wolken in Südtirol auf. Die deutsche Sprache wird verboten und immer mehr Südtaliener nehmen den Bürgern in der Gegend die Arbeit weg. Während das Gerücht über einen geplanten Stausee immer mehr Gestalt annimmt, spitzt sich die politische Lage in Deutschland und Italien zu. Die Südtiroler sollen nach Deutschland auswandern, um dann im Krieg für das Reich zu kämpfen. Viele der jungen Männer sind von Hitler begeistert und glauben an die Parolen. Trina und ihr Mann bleiben hier, doch die Lage zwingt sie, in die Berge zu fliehen. Dort sind sie einem Kampf um Leben und Tod ausgesetzt. In einer schnörkellosen Sprache erzählt Trina ihre Geschichte: Von ihrer Jugend mit all den Träumen und ihrer Freundschaft zu Gisela, die aus politischen Gründen ins Gefängnis muss; von ihrem Mann Ernst und den beiden Kindern, die sie in gewisser Weise beide verliert und von den Hoffnungen und Träumen, die sich nicht erfüllen.

»Eine berührende Biografie.«

Belmonte

Belmonte



Simona hat gerade ihre Stelle als Landschaftsgärtnerin in Kempten verloren, als ihre Großmutter Franka ganz plötzlich stirbt. Sie ist bei ihr aufgewachsen, nachdem sich die Mutter nicht um sie kümmerte. Noch heute tut sich Simona mit ihr schwer und das Zusammentreffen bei der Testamentseröffnung war nach vielen Jahren ihr erster Kontakt. Großmutter Franka kam als junge Frau als Gastarbeiterin nach Deutschland, wo sie ihren Mann Tobias kennenlernte. In Kempten gründeten sie eine Familie. Als Frankas verhasster Großvater in Italien starb, erbt sie den alten Bauernhof in Belmonte. Den richtete sie als Feriendomizil her, doch Simona wusste von dieser Zeit von ihrer Nonna sehr wenig. Jetzt hat sie dieses Anwesen in Italien geerbt. Nachdem sie beruflich und privat in einer Krise steckt, fährt sie nach Italien und stellt sich der Vergangenheit ihrer Familie. Da gibt es mehr Parallelen, als sie für möglich gehalten hätte.

»Eine deutsch-italienische Familiengeschichte.«

Sasha Filipenko

Rote Kreuze



Alexander, ein junger Mann, zieht in eine neue Wohnung in Minsk. Tatjana Alexejewna, seine Nachbarin, ist an Alzheimer erkrankt. Als junge Frau war sie Übersetzerin im Innenministerium der Sowjetunion. Sie will ihre Erinnerungen von damals weitergeben, bevor sie alles vergisst. Als sie während des Krieges auf den Listen der Kriegsgefangenen vom Internationalen Roten Kreuz den Namen ihres Mannes entdeckte, freute sie sich anfangs, dass er lebte. Doch sogleich wurde ihr bewusst, dass in der Stalinzeit jeder Kriegsgefangene als »verwerflicher Deserteur« betrachtet wurde. Während Alexander sein neues Leben einrichtet, kommt es immer wieder zu Begegnungen mit der alten Dame und sie freunden sich an. Er will mehr von Tatjanas Leben erfahren, die tatsächlich für viele Jahre im Lager inhaftiert war. Interessant ist der Blickwinkel von der Gegenwart in die Vergangenheit. Noch heute gibt es unterschiedliche Bilder des Diktators Stalin in der russischen Bevölkerung.

»Ein bewegendes Schicksal im Russland des 20. Jahrhunderts.«



ROMAN

Thomas Hettche
Herzfaden – Roman der Augsburger Puppenkiste

HÖRBUCH

Jörg Maurer
Am Tatort bleibt man ungern liegen

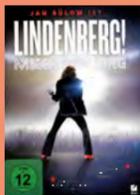


SACHBUCH

Alice Hasters
Was weiße Menschen nicht über Rassismus hören wollen aber wissen sollten

KINDERBUCH

Eine Wiese für alle – Eine Geschichte über Menschlichkeit



DVD

Lindenberg! Mach dein Ding

WIR für Sie

Bücherei

Universitätsklinikum Hauptgebäude Mo – Fr 10.00 – 13.00 Uhr
Mi 14.00 – 16.00 Uhr

Universitätsklinikum Süd Mo – Fr 11.00 – 12.00 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 / 48 07-0

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-Straße 3
Tel. 08191 / 9 40 85-0

Kooperationseinrichtung
Senioreneinrichtung Albertusheim | Augsburg
Moltkestraße 12 · Tel. 0821 / 2 57 65-0



Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne! www.cab-a.de

VERANSTALTUNGEN

Ausblick

Aufgrund der aktuellen Situation informieren Sie sich bitte, ob die Veranstaltung stattfindet.

Schwanger – was nun?

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.

jeden ersten Dienstag im Monat

Türkisch: Der Informationsabend in türkischer Sprache findet auf Anfrage statt.

Um eine Anmeldung bei Frau Güler Erkoc wird gebeten: Tel. 0176 34938332

Alles rund ums Stillen

immer am 2. Dienstag im Monat um 18.00 Uhr im Mutter-Kind-Zentrum, 4. OG, Vortragsraum

Stillen schützt und fördert die Gesundheit von Mutter und Kind. Und je besser sich die Mütter auf die Stillzeit vorbereiten, desto leichter gelingt das Stillen und wird zur glücklichen Erfahrung für Mutter und Kind. Deshalb bietet die Frauenklinik regelmäßig einen Stillinformationsabend für werdende Mütter an. Der Informationsabend dauert ca. zwei Stunden und eignet sich für Frauen ab der 25. Schwangerschaftswoche.

Kosmetikseminare für Krebspatientinnen – viel mehr als nur Schminke

Aufgrund der aktuellen Situation finden die Kosmetikseminare bis auf Weiteres nur online statt. Veranstaltet werden diese von der DKMS.

mehr Informationen finden Sie unter: www.dkms-life.de

Ansprechpartnerinnen im Universitätsklinikum Augsburg sind Janka Wissar und Katrin Schröder, erreichbar unter:

kosmetikseminar@uk-augsburg.de oder 0821 400-2525

Selbsthilfe | Treffen der SHG ADIPOSITAS – Für Betroffene und Interessierte

immer am 3. Freitag im Monat von 19.00 – 21.00 Uhr, Universitätsklinikum, 1. UG

Seelsorge

immer donnerstags

Kleine Meditation für Patienten und Angehörige mit Pfarrerin Claudia Weingärtler.

Kulturprogramm Bücherei

Aufgrund der Coronakrise mussten im Sommer leider alle Veranstaltungen abgesagt werden. Der aktuellen Situation geschuldet, werden auch bis auf Weiteres keine Kulturveranstaltungen stattfinden. Diese werden voraussichtlich zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt. Das Team der Bücherei informiert Sie gerne über den aktuellen Stand und mögliche Termine.

Sprechstunde der Patientenfürsprecherin Dr. Sabine von Mutius

donnerstags, 16.00 – 18.00 Uhr, Büro in der Eingangshalle neben der Information

Dr. Kiebitz lädt zur Medizinischen Kinderakademie 2021 ein!

Universitätsklinikum Augsburg, großer Hörsaal, mit 30-minütiger Pause

weitere Informationen finden Sie hier: www.bunter-kreis.de/kinderakademie

Kunstaussstellung im Universitätsklinikum Augsburg Süd

seit September

Unter dem Motto »Retrospektive« stellen sieben Malerinnen ihre Arbeiten in Aquarell und Acryl aus.



VHS – Ärztliche Vortragsreihe

Das Leitmotiv: Gesundheit im Dialog

Die Veranstaltungen finden Osterfeldstraße, statt (a) Der Eintritt beträgt p um 19.00 Uhr. Koste

Weitere Information beschreibung finde www.stadtbergen.de/sta

Die Ärztliche Vortragsreihe ist aufgrund der Coronakrise bis auf Weiteres abgesagt.

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
Chefarzt Prof. Dr. Andreas Bender
Kapuzinerstraße 34 • 89331 Burgau • Telefon: 08222-404-100
www.therapiezentrum-burgau.de

Wir schaffen Grundlagen



NEUBAU IN FISCHACH



Mit dieser attraktiven Wohnanlage in Form von 6 Eigentumswohnungen sowie 12 Mietwohnungen, gestalten wir neuen Lebensraum für alle, die sich eine lichtdurchflutete und moderne Wohnung in einem der wohl schönsten Orte im Naherholungsgebiet „Westliche Wälder“ wünschen.

6 EIGENTUMSWOHNUNGEN ZU KAUFEN.
2 UND 4,5 ZIMMER - AB CA. 49M² BIS CA. 89M² BJ 2020
EA-B, 25,00 KWH/(M²*A) GAS/BJ 2020, EEK-A+

12 WOHNUNGEN ZU MIETEN.
2 BIS 4 ZIMMER - AB CA. 56M² BIS CA. 99M² BJ 2020
EA-B, 25,30 KWH/(M²*A) GAS/BJ 2020, EEK-A+

NÄHERE INFORMATIONEN ZUM OBJEKT
SOWIE WEITERE ANGEBOTE FINDEN SIE UNTER:

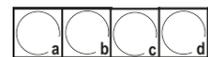
WWW.LAYER-GRUPPE.DE

LAYER

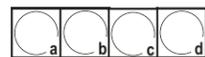
RÄTSELSPASS

für Groß & Klein

Scotter	be-jahrter Mann	Strudel-wirkung	italie-nischer Staats-mann (d')	Flirt	franzö-sisch: bei	künst-licher Zierstein	Bauern-verbund der eh. DDR	Vorname d. Schau-spielerin Moreau	verwirrt	den Atom-kern be-treffend					
ein Konti-ent	5			ein-atmen von Heil-mitteln											
		griechi-sche Insel		Einzel-stück, Muster-stück			3			häufi-ger					
behäbig	Lokal im 'Wilden Westen'	Körper	4		poetisch: scheu			altes Maß des Luft-drucks	Zustim-mung (Abk.)						
ein Wohn-raum					Buß-salm	Schar-nierteil	8								
Vorname der Fitz-gerald †	Kose-wort für Groß-mutter			Vorname von US-Filmstar Moore	duftende Busch-pflanze	2			sehr genau-er Zeit-messer						
		Speisen aromati-sieren		leicht schwach-sinnig	10		Fecht-waffe	absolute techn. Atmo-sphäre	6						
kleine Geld-spende	Luft-schutz-raum	Frage-wort	7			Ruinen-stätte in der Türkei	Hunde-rasse								
				Kurz-schrift-zeichen		Fremd-wortteil: groß		Ver-hältnis-wort		ein Haut-aus-schlag					
		Radio-wesen		ostruss. Groß-land-schaft		9		giftige Verbin-dung (Abk.)		rumä-nische Währung					
Vergnü-ge(n) (engl.)	unab-hängig			helles eng-lisches Bier		japani-sche Meile		größere Men-schen-menge							
seltsam, ver-schoben				int. Kfz-K. Libanon	ans Ziel gelangen	1									
		Konti-ent						franzö-sische Käseart							
franzö-sischer Autor † (Jules)	Explo-sionsge-räusch					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10



	1	6		7	9				
a		3							7
	5	b		2					
	4		9	5					
	3	2		c	5	6			
			6	8		2			
			6		d	7			
2					1				
	1	5			6	4			



a	6	8	7	4
	6	2	9	
3				9
2	b	8	3	1
7		c		3
1		9	5	6
1				8
		5	9	d
3	2	1	9	

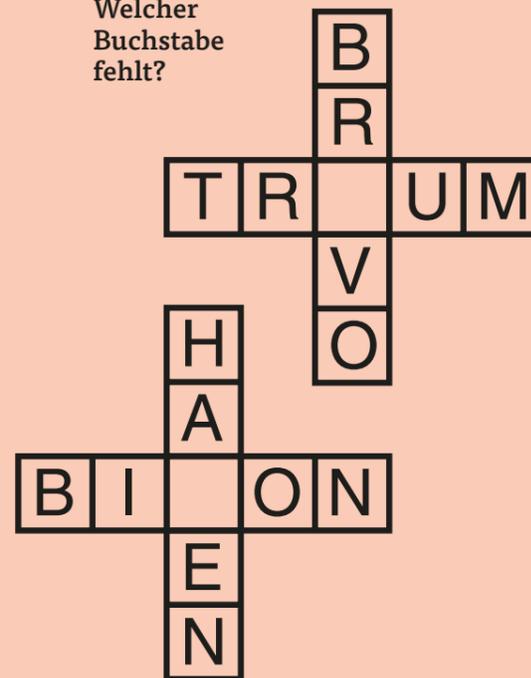
SUDOKU

Jede Zeile, Spalte und Block enthält die Zahlen von 1-9 genau einmal.

DIE AUFLÖSUNGEN DER RÄTSEL FINDEN SIE AUF SEITE 45.

KREUZGITTER

Welcher Buchstabe fehlt?



SCHÜTTELWÖRTER

Bringe die Buchstaben in die richtige Reihenfolge.

GURB



□ □ □ □

MEREI

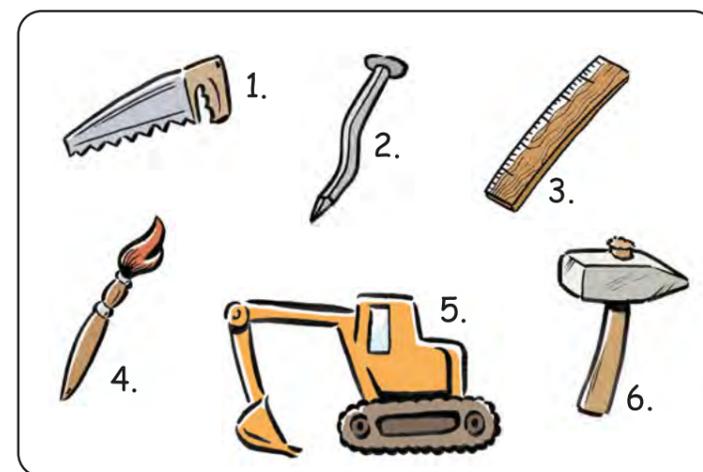


□ □ □ □ □ □

SILBENRÄTSEL

Bilde die passenden Wörter zu den Bildern.

Na - al - Ham - gel - Li - ger - ne
Pin - mer - Bag - ge - Sä - sel



1. □ □ □ □ □ □ 2. □ □ □ □ □ □
3. □ □ □ □ □ □ 4. □ □ □ □ □ □
5. □ □ □ □ □ □ 6. □ □ □ □ □ □



Corona verstehen – Studienteilnehmer gesucht

Das Corona-Virus (SARS COV-2) hält weiterhin die Welt in Atem. Seit Beginn der Pandemie arbeiten Wissenschaftler weltweit daran, das Virus besser zu verstehen, Behandlungsmöglichkeiten zu entwickeln und Spätfolgen zu erkennen und – wo möglich – zu vermeiden. So auch am Universitätsklinikum Augsburg (UKA).

Am UKA wird intensiv geforscht. Mittlerweile geht man davon aus, dass eine COVID-19-Erkrankung Spätfolgen verursachen kann, egal, wie schwer oder leicht sie verläuft. So fand das Team der Klinik für Gefäßchirurgie und endovaskuläre Chirurgie unter der Leitung von Prof. Alexander Hyhlik-Dürr heraus, dass COVID-19-Patienten unter anderem vermehrt an Gefäßverstopfungen (Thrombosen) leiden. Nun haben sie eine weitere Studie auf den Weg gebracht mit dem Ziel, möglichst alle betroffenen Patienten im Großraum Augsburg auf unentdeckte Thrombosen der Beinvenen zu untersuchen. Ziel ist die frühzeitige Erkennung und Behandlung, um dadurch mögliche Spätfolgen zu reduzieren. Zusätzlich wird mit den Partnern der Studie – dem Lehrstuhl für Epidemiologie (Unika-T) und der Corona-Register-Studie (COKA) – der individuelle Abwehrstatus gegen das Coronavirus ermittelt.

Klinische Studien sind eine unerlässliche Basis des medizinischen Fortschritts. Leisten auch Sie einen wertvollen Beitrag zur aktuellen Corona-Forschung.

Wie können Sie zum wissenschaftlichen Fortschritt beitragen?

Sie waren an COVID-19 erkrankt?

Sie sind bereit, Ihren Beitrag zur Pandemiebekämpfung zu leisten?

Welcher Aufwand entsteht für Sie?

Einmaliger Termin im Universitätsklinikum Augsburg, Chirurgisches Zentrum (ca. 60 Minuten)

Was kommt auf Sie zu?

Untersuchung der Beine mittels Ultraschall (diese Untersuchung ist schmerzfrei und ohne Strahlenbelastung)

Blutabnahme

kognitiver Test

Riechtest

Ausfüllen eines Fragebogens

Welcher Nutzen entsteht für Sie?

Sie erhalten Informationen über Ihren aktuellen Abwehrstatus bezüglich Immunität und Infektiosität gegen das SARS COV-2 Virus

Sie erfahren, ob bei Ihnen eine Thrombose der Beinvenen vorliegt.

Für den Weg zu uns und die Blutentnahme sind Sie über das Universitätsklinikum Augsburg versichert.

Die Teilnahme an der Studie ist freiwillig und wird nicht finanziell vergütet

Interessiert? Dann vereinbaren Sie doch einen individuellen Termin unter: termin.corona-studie.gch@uk-augsburg.de oder telefonisch unter 0821 400-161779

Bitte bringen Sie zur Untersuchung mit:

Aktuellen Medikamentenplan mit Barcode (vom Hausarzt), falls vorhanden

Nachweis des 1. positiven SARS CoV-2-Abstrichs

Lesebrille, sofern nötig

TAGESPFLEGE WESTHEIM

- ✓ Fahrdienst durch Mitarbeiter
- ✓ Gemeinsames Frühstück/Zeitungsrunde und Austausch
- ✓ Mittagessen - frisch gekocht
- ✓ Kaffee und Kuchen, gemütliches Zusammensein

AMBULANTER PFLEGEDIENST

- ✓ Grundpflege (SGB XI)
- ✓ Behandlungspflege (SGB V)
- ✓ Hauswirtschaft
- ✓ Verhinderungspflege
- ✓ Ernährung

VILLA ANCORA BERGHEIM

- ✓ 8 Einzel/Doppelzimmer
- ✓ Klein, fein, bezahlbar
- ✓ Garten mit großer Terrasse
- ✓ Verpflegung durch die hauseigene Küche
- ✓ 24-Stundenbetreuung

HAUS ANCORA WESTHEIM

- ✓ 12 Einzelzimmer
- ✓ Entspannungsbereich
- ✓ Terrasse/Garten
- ✓ Fußbodenheizung
- ✓ 24-Stundenbetreuung



WOHNGEMEINSCHAFTEN
FÜR SENIOREN



BISMARCKSTRASSE 57
86391 STADTBERGEN
TELEFON: 0821/90 79 65 88
FAX: 0821/90 79 65 89



AUSKUNFT FÜR
ALLE BEREICHE
MARIA BRAUN
TEL. 0821/90 79 65 88
MOBIL 0151/40 11 57 64

Lernen Sie uns kennen bei
einem kostenlosen Probetag

WEIGERT • STEUERER

Beratende Ingenieure PartGmbH Technische Gebäudeausrüstung

Beratung, Planung und Bauleitung

Heizung, Lüftung, Sanitär, med. Gase, Gebäudeautomation

Landgerichtstrasse 1 Tel. 0821 / 45553-10 info@ws-ingenieure.de
86199 Augsburg Fax: 0821 / 45553-14 www.ws-ingenieure.de



Altenhilfe
der Stadt Augsburg

Pflege gemeinsam leicht gemacht!

Es lohnt sich, bei uns zu arbeiten

- Sie wünschen sich digitale Arbeitshilfen wie Tablet-PCs zur Pflegedokumentation?
- Sie wollen einen modernen Arbeitsplatz, der Perspektiven bietet?
- Sie wollen einen Verdienst nach TVöD/Tarifvertrag öffentlicher Dienst?

Lesen Sie auf unserer Website www.altenhilfe-augsburg.de unter „Karriere“, was wir Ihnen als Arbeitgeber bieten.

Pflegekräfte:
0821 324-6166



Die Altenhilfe ist ein Eigenbetrieb der Stadt Augsburg

»Ich hätte schreien können vor Wut«

Trauergruppe Pantherpower

Jugendliche sind oft schon mit der eigenen Entwicklung überfordert. Kommt dann noch Trauer um einen Angehörigen hinzu, gerät ihre Welt aus den Fugen. Jetzt gibt es am UKA ein Angebot für sie.

Jonas (Name von der Redaktion geändert) hatte sowas von Null Bock. Was soll das für 'ne blöde Gruppe sein: Trauergruppe Pantherpower. »Und überhaupt«, dachte Jonas, »trauern kann ich auch alleine, dafür brauch ich keine blöde Gruppe!« Dann bat jedoch der Vater seinen 13-jährigen Sohn inständig, es doch wenigstens einmal zu probieren. »Wenn es dir nicht taugt, lässt du es halt wieder«, hatte er zu Jonas gesagt. Jonas ging hin und kam immer wieder. So gelang es ihm nach und nach, den Krebstod seiner Mama zu verarbeiten. Dann kam Corona – und trauern wurde für Jugendliche wieder zum Einzelschicksal.

Im September 2020 kehrte Pantherpower wieder zurück – und damit die Möglichkeit für Jugendliche zwischen zwölf und 17 Jahren, den Tod eines Elternteils, eines Geschwisters oder eines anderen Angehörigen in der Gruppe mit Schicksalsgenossen und Therapeuten zu begreifen und zu verarbeiten. »Gerade für Jugendliche war so ein Angebot überfällig«, sagt Trauerpädagogin Barbara Waibl, »das gab es in Augsburg so bislang nicht.« An den Start war die Trauergruppe Pantherpower, gegründet vom Palliativzentrum des Universitätsklinikums (UKA), bereits im Januar gegangen. Dreimal trafen sich die Jugendlichen, unter ihnen Jonas,

Zu den Angeboten von Pantherpower gehören außerdem bei Bedarf

die Erweiterung der Altersgruppen (mit Grundschulkindern, besonders wichtig ist dies für Familien mit mehreren Kindern)

zusätzliche Einzelbegleitungen der Kinder und Jugendlichen

eine Begleitgruppe für die Eltern.

in den Räumlichkeiten im Haus Tobias gegenüber vom UKA. Dann war pandemiebedingt erst einmal Schluss. Jetzt startet die Gruppe wieder, wenn auch mit an die Corona-Regeln angepasstem Angebot. Im Fokus der Gruppe stehen indes nach wie vor Austausch und Gemeinschaft minderjähriger Angehöriger von Patienten, die auf den beiden Palliativstationen am UKA und am UKA Süd versterben. Darüber hinaus ist die Gruppe für alle Kinder und Jugendlichen offen, die einen Angehörigen durch Tod verloren haben. Der Name Pantherpower steht dabei für die Wandlung der Trauer in einen kraftvollen Neubeginn. »Wir begleiten die Kinder und Jugendlichen dabei mit trauer- und traumpädagogischer Anleitung sowie, wenn nötig, mit psychologisch-seelensorgerischer Betreuung«, erklärt Waibl, die eine von insgesamt drei Therapeuten im Leitungsteam der Gruppe ist. Musik, Bewegung, kreatives Arbeiten und miteinander Kochen gehören ebenso zum Angebot wie gemeinsames Lachen und Freude haben. »Ich hätte schreien können vor Wut«, sagt Jonas heute. Sein Vater war mit der Trauer um seine Frau überfordert. Die Gespräche sowohl mit den Gleichaltrigen, die in einer ähnlichen Situation waren wie er selbst, als auch mit den Therapeuten hätten ihm damals, als seine Mama starb, sehr geholfen. »Manchmal hat es schon gereicht, dass jemand nur zuhörte.« Gerade Jugendliche überrollt ein solches Ereignis geradezu. »Sie fühlen sich oft komisch mit ihrem Körper, verstehen das eigene Verhalten und das anderer oft nicht – und müssen dann den Verlust eines geliebten Menschen verarbeiten. Das ist für viele zu viel«, sagt Waibl, die das Leben in seiner solchen Ausnahmesituation gern mit einem Ruderboot beschreibt: »Die Trauer ist das linke Paddel, Spaß und Party das rechte. Beides gehört im Leben dazu. Benutzt du nur ein Paddel, drehst du dich im Kreis.« Finanziert wird die Gruppe durch den Förderverein Menschen brauchen Menschen. | ilm

Anmeldung unter:
barbara.waibl@uk-augsburg.de
und telefonisch unter 0821 400-2598 oder 0821 400-2520



fußzentrum augsburg

meisterbetrieb für orthopädie-schuhtechnik stefan ziegler e.k.

Sie schildern uns Ihr Fußproblem, wir hören zu und lösen es!
Wir freuen uns darauf, Sie in der Katharinengasse begrüßen zu dürfen.
Ihr Stefan Ziegler mit Team

UNSERE LEISTUNGEN:

- **Handwerk 4.0:** 3D-Scan-Technologie
- Individuelle Einlagen nach Maß
- Orthopädische Maßschuhe
- Diabetiker- und Rheumatikerversorgung
- Elektronische Fuß-Messungen
- Spezial-Schuhkorrekturen
- Bequemschuhe und Stretchwalker und vieles mehr!

NEU!

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo.–Mi. 9.00 – 18.00 Uhr
Do. 9.00 – 19.00 Uhr
Fr. 9.00 – 18.00 Uhr
Sa. 10.00 – 14.00 Uhr

KONTAKT:

katharinengasse 24
86150 augsburg
tel. 0821 / 29 73 27 48
fax 0821 / 29 73 27 49

JETZT NEU:
HANDWERK 4.0
3D-SCAN
TECHNOLOGIE



Sie brauchen uns, wir brauchen Sie

Tragen auch Sie dazu bei, dass das Universitätsklinikum 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 Universitätsklinikum da sind. Weitere Informationen finden Sie unter www.uk-augsburg.de/unternehmen/foerderevereine

Fördergesellschaften, die ausschließlich das Universitätsklinikum Augsburg unterstützen:



Gesellschaft zur Förderung des Universitätsklinikums Augsburg e.V.

Vorsitz: Max Strehle
IBAN: DE67 7205 0101 0380 0028 81
BIC: BYLADEM1AUG

Über die Fördergesellschaft können Sie auch zweckgebunden spenden z. B. unter Angabe »ICCA – Gemeinsam gegen Krebs« und für den »Aufbau der Schmerzlinik am UKA«



mukis – Förderverein der Klinik für Kinder und Jugendliche Augsburg e.V.

Vorsitz: Max Strehle
www.mukis-augsburg.de
IBAN: DE43 7205 0000 0000 0316 17
BIC: AUGSDE77XXX



STIFTERGEMEINSCHAFT zur Förderung des Universitätsklinikums Augsburg

Vorsitz: Max Strehle
IBAN: DE38 7205 0101 0200 6271 23
BIC: BYLADEM1AUG



Menschen brauchen Menschen – Förderverein für Palliativpatienten am Universitätsklinikum Augsburg e.V.

Vorsitz: Hans Jenuwein
IBAN: DE19 7205 0000 0000 0546 50
BIC: AUGSDE77XXX



Fördergemeinschaft Herzzentrum Augsburg-Schwaben e.V.

Vorsitz: Max Strehle
www.herzzentrum-augsburg.de
IBAN: DE10 7205 0101 0000 0034 00
BIC: BYLADEM1AUG

Förderkreis der Freunde der Strahlenklinik e.V.

Vorstand: Dr. Georg Stüben
IBAN: DE94 7205 0000 0810 5106 10
BIC: AUGSDE77XXX

Verein der Freunde und Förderer der Neurologischen Klinik Augsburg e.V.

Vorstand: Prof. Dr. Markus Naumann
IBAN: DE86 7205 0000 0000 4414 44
BIC: AUGSDE77XXX

Förderverein der Klinik für Nuklearmedizin am Universitätsklinikum Augsburg e.V.

Vorstand: Prof. Dr. Peter Heidenreich
IBAN: DE43 7206 2152 0006 5388 00
BIC: GENODEF1MTG

Förderkreis des Tumor Centrums Augsburg e.V.

Vorstand: Prof. Dr. Martin Trepel und PD Dr. Georg Stüben
IBAN: DE88 7205 0000 0810 5283 72
BIC: AUGSDE77XXX

Weitere Fördergesellschaften:



KINDER WOLLEN LEBEN, SPIELEN, LACHEN!

Kinder wollen leben, spielen, lachen e.V.
www.kinder-wollen-leben-spielen-lachen.de
IBAN: DE18 7225 0160 0190 0264 76
BIC: BYLADEM1DON



»Glühwürmchen« e.V.

Verein zur Unterstützung von krebs-, schwerst- und chronisch kranken Kindern und deren Familien
www.gluehwuermchen-ev.de
IBAN: DE18 7225 0160 0190 0456 82
BIC: BYLADEM1DON



Förderkreis für krebskranke Kinder im Allgäu e.V.

www.foerderkreis-krebskranke-kinder-allgaeu.de
IBAN: DE38 7339 0000 0000 0240 23
BIC: GENODEF1KEV



Stiftung Bunter Kreis, Stiftung zur Unterstützung von Familien mit chronisch-, krebs- und schwerstkranken Kindern

www.bunter-kreis.de
IBAN: DE 64720501010000046466
BIC: BYLADEM1AUG



Elterninitiative krebskranker Kinder Augsburg – Lichtblicke e.V.

Vorsitz: Gerd Koller,
www.krebskranke-kinder-augsburg.de
IBAN: DE20 7205 0000 0000 0373 66
BIC: AUGSDE77XXX



Kinderkrebshilfe Königswinkel

www.kinderkrebshilfe-koenigswinkel.de
IBAN: DE12 7336 9933 0000 3208 20
BIC: GENODEF1RHP

Die Auflösung der Rätsel von Seite 38:

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

4	1	6	8	5	7	9	2	3	9	2	6	3	8	1	7	5	4	
8	2	3	9	1	6	4	5	7	5	4	7	6	2	9	3	1	8	
7	5	9	3	2	4	8	1	6	6	8	4	2	9	5	7	3	1	
9	3	2	7	4	1	5	6	8	1	7	5	6	8	3	2	9	4	
5	4	8	1	6	2	3	7	9	2	9	4	2	9	4	2	9	4	
2	6	7	4	3	9	1	8	5	5	4	8	1	6	2	3	7	9	
3	9	1	5	7	8	6	4	2	2	6	7	4	3	9	1	8	5	
8913																		
9	2	6	3	8	1	7	5	4	7	5	4	7	6	2	9	3	1	8
8	3	1	7	5	4	6	9	2	8	3	1	7	5	4	6	9	2	
2	9	4	8	6	3	5	7	1	6	7	5	1	4	2	8	3	9	
1	8	3	9	7	5	2	4	6	7	1	9	2	3	6	4	8	5	
4	6	8	5	9	7	1	2	3	4	6	8	5	9	7	1	2	3	
3	5	2	4	1	8	9	6	7	3	5	2	4	1	8	9	6	7	
8921																		

HYPERTONIE



ZWICK ROLLADEN GMBH

ZWICK Rolladen GmbH
Messerschmittring 42½
86343 Königsbrunn
Telefon 08231/98977-0
Telefax 08231/98977-33
eMail: info@zwick-rolladen.de

Rolladen u. Sonnenschutz
Markisen · Jalousien
Wintergartenbeschattung
Rollotron-Geräte · Rolllöre
Motorantriebe-Steuerungen
Reparaturdienst · Ersatzteile
<http://www.zwick-rolladen.de>

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.

Ambulante
Kranken- und Altenpflege

Sonnenschein

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

Wir danken ...



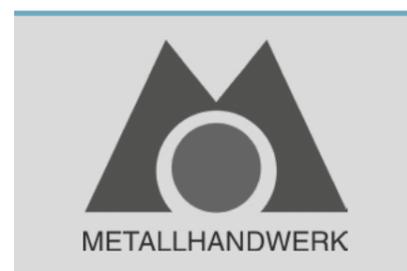
... dem Verein »Kinder wollen leben, spielen, lachen«, der seit vielen Jahren regelmäßige Besuche der KlinikClowns im Universitätsklinikum Augsburg finanziert. Auch in diesem schwierigen Jahr ermöglicht es der Verein den Klinikclowns, mit der Spende von 20.000 Euro ein ganzes Jahr lang »ein Lachen zu schenken«. Die Visiten der Klinikclowns sind mittlerweile unverzichtbarer therapeutischer Bestandteil bei der Betreuung der Kinder auf den Stationen. Den Profis gelingt es immer wieder, ein Strahlen in die Gesichter zu zaubern, wo eben noch Sorge, Angst und Schmerzen die Stimmung dominierten. Das Spiel mit den Clowns aktiviert bei den oft schwerkranken Kindern Zuversicht und neue Energien, die die psychische Verfassung stärken und den Gesundheitszustand positiv beeinflussen.



... dem Fanclub Red-White Glammhogga aus Gablingen, der mit einer sehr großzügigen Spende in Form von Kleinspielwaren die COVID-Kids-Bavaria-Studie unterstützt hat. Ziel der COVID Kids Bavaria Studie ist es zu klären, ob Kinder, die eine Kinderbetreuungsstätte in Bayern besuchen, eine Gefahr für eine unkontrollierte SARS-COV-2-Ausbreitung darstellen. Zudem soll beurteilt werden, inwieweit die Corona-Pandemie die psychische Gesundheit von Kindern beeinflusst. Der Verein spendet seit vielen Jahren an das Schwäbische Kinderkrebszentrum und hilft, wo staatliche Gelder fehlen.



... Leo und seinen Freunden sowie den Donauwörther Mondspritzern für die Spende von 5.000 Euro zu Gunsten des Schwäbischen Kinderkrebszentrums. Seit vielen Jahren werden Gelder bei einem Freundschaftsfußballspiel gesammelt und gespendet, um den Klinikalltag für die jungen Patienten ein wenig abwechslungsreicher zu gestalten.



... der Metall Innung Augsburg (Kreishandwerkerschaft Augsburg) für die Spende über 500 Euro zu Gunsten der pädiatrischen Tagesklinik MK 09 der Kinderklinik Augsburg | Mutter-Kind-Zentrum Schwaben.

DRESCHER+LUNG

Orthopädie-Technik

- Prothesen
- Orthesen
- Bandagen
- Korsette
- Mieder
- Leibbinden
- Kinderversorgung
- Sonderbau

In unseren eigenen orthopädischen Werkstätten versorgen wir Sie hochwertig und individuell.



DRESCHER+LUNG GmbH & Co. KG
Stammsitz Augsburg
 Klausenberg 30 | 86199 Augsburg-Göggingen
 Tel. 0821/9007-0

Öffnungszeiten:
 Montag - Freitag 8:00 - 18:00 Uhr
 Samstag 9:00 - 12:00 Uhr

Besuchen Sie uns im Internet unter www.drescher-lung.de

IHRE REHA DIREKT VOR ORT



JETZT TERMIN VEREINBAREN!
 **0821 597070**

REHA-KLINIK FÜR ORTHOPÄDIE UND PSYCHOSOMATIK

mit integriertem Therapiezentrum für:
**PHYSIOTHERAPIE, ERGOTHERAPIE,
 LOGOPÄDIE, MASSAGEN & MED. TRAINING**



THERAPIEZENTRUM AM ALTEN POSTWEG
 Alter Postweg 97 b • 86159 Augsburg • info@med-aktiv.de

www.med-aktiv.de



sska.de · blog.sska.de

Unser Beratungs.Center im Klinikum steht Ihnen in allen Finanzfragen umfassend zur Seite. Unser Ziel ist es, Sie durch ausgezeichneten Service und hohe Beratungsqualität zu überzeugen.

Persönliche Beratung:

Montag 09:00 bis 12:30 Uhr
 Dienstag: und 14:00 bis 16:00 Uhr
 Mittwoch: 09:00 bis 12:30 Uhr
 Donnerstag: 09:00 bis 12:30 Uhr
 und 14:00 bis 18:00 Uhr
 Freitag: 09:00 bis 14:00 Uhr

 **Stadtsparkasse
 Augsburg**



**Dank Reha wieder
mitten im Leben.**

Argentalklinik, Isny-Neutrauchburg
Klinik Alpenblick, Isny-Neutrauchburg
Klinik Schwabenland, Isny-Neutrauchburg
Parksanatorium Aulendorf

Telefon: +49 (0) 7562 71-1135

Ein Stück Leben.
www.wz-kliniken.de