

Faustformel: 30-mal drücken, zweimal beatmen

Lebensrettende Sofortmaßnahmen: Kurs im Evangelischen Krankenhaus Göttingen-Weende

Es kann jederzeit passieren: Herz-Kreislaufstillstand bei einem Patienten auf der Normalstation! Jetzt muss alles ganz schnell gehen. „Supra 1 zu 10 aufziehen! Herzdruckmassage!“ ruft Mitarbeiterin Berit Janßen. Birgit Meister eilt hinzu und hilft ihrer Kollegin. 30-mal drücken, zweimal beatmen. Das ist die Faustformel bei einem Herzstillstand. Zum Einsatz kommen der Ambubbeutel und wenig später der Automatisierte externe Defibrillator (AED). Ein weiterer Mitarbeiter wird angewiesen, die hausinterne Notrufnummer 1110 zu wählen, um das innerklinische Notfallteam von der Intensivstation zu alarmieren. Doch bis dahin muss weiter reanimiert werden. Und das kann anstrengend sein. „Puh!“ seufzt Berit Janßen, nachdem Dr. Anne Lüers, Assistenzärztin in der Inneren Medizin, die Übung im Dachgeschoss von Haus 6 beendet.

Janßen und Meister sind zwei von 24 Teilnehmern des sogenannten „Immediate-Life-Support-Kurses“ (ILS-Kurs) im Evangelischen Krankenhaus Göttingen-Weende.

Kürzlich wurde der Kurs für medizinisches Fachpersonal bereits zum dritten Mal angeboten. Bei dem Kurs werden Mitarbeiter in lebensrettenden Sofortmaßnahmen ausgebildet, bis das innerklinische Notfallteam von der Intensivstation beim Patienten eintrifft. Im Kurs werden die wesentlichen lebenserhaltenden Maßnahmen unter professioneller Anleitung aufgefrischt.

Anschließend folgt die Manöverkritik in der Gruppe. „Gut war die schnelle Reanimation und Infusionsgabe“, sagt Instruktoren Dr. Anne Lüers. „Ihr habt alles sehr strukturiert durchgeführt, euch nicht ablenken lassen und klare Anweisungen gegeben.“ Lüers hat aber auch Kritikpunkte parat: „Es wurde nicht sofort an den AED gedacht, außerdem hättet ihr mehr Hilfe dazu holen können. Dann wäre es auch nicht so anstrengend gewesen.“

Im großen Seminarraum nebenan sieht es ähnlich aus. Angenommen wird, dass ein Patient im Bett in der Radiologie-Abteilung auf seine Untersuchung wartet. Eine Mitarbeiterin merkt plötzlich,



Ein „Patient“ im Krankenhaus hat einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Birgit Meister (links) und Berit Janßen beginnen sofort mit Herz-Druck-Massage und Beatmung.

dass der Patient bewusstlos ist. Jetzt beginnt auch hier das Planspiel. Erik Günther, Medizinisch-technischer Radiologieassistent, und Laura Heyden, Assistenzärztin in der Anästhesie, beginnen mit der Wiederbelebung. Instruktor Marc Jipp und Dr. Roswitha Lubjuhn beobachten genau, wie die Übungsteilnehmer an dieses Szenario herangehen. „Der Blutdruck ist 70, systolisch“, sagt Christin Schmid, die normalerweise auf der Intensivstation arbeitet.

Nach zehn Minuten ist auch diese Übung vorbei, der Patient, dessen Rolle eine hochmoderne Puppe übernimmt, ist wieder bei Bewusstsein. „Ihr habt den Kreislaufstillstand schnell erkannt. Besser wäre es noch gewesen, wenn ihr das

Kopfkissen weggenommen und ein Brett unter den Körper gelegt hättet“, so Jipp. „Aber im Großen und Ganzen war das sehr gut.“

Insgesamt standen den 24 Teilnehmern sieben Trainer zur Seite. „Wenig Theorie, viel Praxis“, fasst Kursleiter Dr. Horst Wagner-Berger, Leiter der Abteilung Klinische Anästhesiologie und Operative Intensivmedizin, zusammen. „Wichtig ist vor allem die schnelle Erkennung einer lebensbedrohlichen Situation beim Patienten.“ Wagner-Berger war es auch, der im März 2009 den ersten ILS-Kurs in Südniedersachsen durchführte – im Evangelischen Krankenhaus Weende. „Nur wenige Krankenhäuser bieten solche Kurse an, wir ge-

hören da deutschlandweit zu den Vorreitern“, so Wagner-Berger.

Erkennen eines drohenden Kreislaufstillstands sowie dessen Vermeidung, Betreuung von kritisch kranken Patienten in den ersten Minuten ohne unmittelbare fachliche Hilfe, Herz-Lungen-Wiederbelebung: Die Kursinhalte werden in kurzen Referaten sowie Übungen in Kleingruppen mit bis zu sechs Teilnehmern vermittelt. Hierbei wird speziell Rücksicht auf lokale Gegebenheiten im Krankenhaus genommen. Der Kurs wird nach einem europaweit einheitlichen Standard durchgeführt und zertifiziert. Alle Instruktoren, auch im Krankenhaus Weende, arbeiten ehrenamtlich. *cbb/bb*



Übungen in Kleingruppen: Kenntnisse werden aufgefrischt.

Damit die Nieren lange funktionieren

Patientenforum in Göttingen zur bundesweiten Nierenwoche

Das chronische Nierenversagen ist ein stark unterschätztes Leiden. In Europa ist bereits circa jeder Zehnte – zumindest in einem Frühstadium – betroffen. Die Zahl der Dialysepatienten steigt stetig an. In Deutschland werden derzeit mehr als 90 000 Patienten mit einer Nierenersatztherapie (Dialyse oder Transplantation) versorgt – Tendenz steigend. Nierenschwäche ist nicht nur mit Einbußen der Lebensqualität verbunden, sondern auch mit einem dramatisch erhöhten Herz-Kreislauf-Risiko verbunden. Unter dem Motto „Damit die Nieren länger funktionieren: Ich mach' den Blutzucker-Check!“ steht die diesjährige bundesweite Nierenwoche vom 13. bis 20. März.



Niere: mehr Schutz nötig.

Das Nephrologische Zentrum Göttingen/Bovenden (NZG) startet deshalb am Montag, 15. März, um 18 Uhr im Evangelischen Krankenhaus Weende unter dem Motto „Niere zum Anfassen“ ein Patientenforum, das von nun an jährlich stattfinden soll. Neben Blutzucker-, Blutdruck- und Urinuntersuchungen sowie der Analyse der Gefäß-Steifigkeit bietet das NZG Kurzvorträge regionaler Experten, Berichte von Patienten, Live-Ultraschall- und Dialysegerätedemonstrationen sowie eine Präsentation neuer Untersuchungstechniken wie die 24-Stunden-Pulswellenanalyse.

„Häufig ist das chronische Nierenversagen eine Folge von Diabetes oder Bluthochdruck, zwei Erkrankungen, die in unserer Gesellschaft mittlerweile so häufig sind, dass sie als „Volkskrankheiten“ gelten.“

sagt Dr. Egbert Schulz, Facharzt des NZG und Vorsitzender des Vereins Blutdruckinstitut Göttingen. Um Diabetes auszuschließen, sollte jeder Mensch jährlich einen Blutzuckertest machen. Das ist beim Hausarzt oder auch in der Apotheke möglich. Außerdem sollte zusätzlich alle zwei Jahre ein „Nieren-Check“ beim Hausarzt durchgeführt werden. Bei entdeckter Nierenschwäche sollten aber auch seltene, zum Teil akut lebensbedrohliche Ursachen in Verdachtsfällen durch Spezialisten ausgeschlossen werden.

Das Patientenforum findet statt in Kooperation mit der Deutschen Nierenstiftung, dem Evangelischen Krankenhaus Weende, dem Nephrologischen Zentrum Niedersachsen (NZN), der Medizinischen

Hochschule Hannover (MHH), dem Landesverband Nierenkranker und Transplantierte (LNDT) und dem Blutdruckinstitut Göttingen.

Prof. Michael H. Weber vom NZG spricht an diesem Abend über das Thema: „Was die Nieren alles können“ und zeigt bei einer Live-Demonstration einen 3-D-Ultraschall der Niere und eine Urin-Mikroskopie.

„Niere, Blutdruck, Gefäße – Wie schütze ich meine Nieren in Deutschland?“ lautet der Vortrag von Dr. Egbert G. Schulz. Prof. Marion Haubitz von der MHH wird unter dem Motto „Unterschätzt: Autoimmunerkrankungen – wirklich seltene Ursachen für Nierenversagen?“ mit einer Patientin über ihre Krankengeschichte sprechen.

Dr. Volker Schettler (NZG) und Dr. Andy Hamadeh (NZG) referieren zum Thema „Dialyse – wie geht das? Bauchfell- und Hämodialyse“. Anschließend demonstrieren sie ein Dialysegerät. Unter dem Titel „Ein neues Leben mit Spender-Niere“ steht das Gespräch zwischen Prof. Volker Kliem (NZN) und der Patientin Bettina Sehnke. Im Anschluss an die Vorträge ist Zeit für Fragen an Betroffene und Experten.

In einer Untersuchungs-Station im Foyer werden ab 17 Uhr Urin-Schnelltests, Blutzuckertests sowie Messungen von Blutdruck und Gefäß-Steifigkeit, angeboten. Während der Nierenwoche werden die Experten vom NZG vom 15. bis 19. März jeweils zwischen 12 und 13.30 Uhr unter Telefon 0551 / 5087694 für Fragen zum Thema Nierenerkrankungen erreichbar sein. *cbb*

Freizeitstress macht krank

Jedes zehnte Kind leidet unter Kopfschmerzen

Es bohrt, es sticht und Ehmert: Immer mehr Kinder und Jugendliche leiden unter Kopfschmerzen. Es sind die am häufigsten auftretenden Schmerzen bei Kindern und Jugendlichen zwischen elf und 17 Jahren. Laut einer aktuellen Forsa-Umfrage zur Kindergesundheit im Auftrag der Techniker Krankenkasse (TK), leidet bereits jedes zehnte Kind aus Niedersachsen, Bremen, Hamburg und Schleswig-Holstein häufig unter Kopfschmerzen.

Stress in der Schule, Freizeit und Familie, Bewegungsmangel, Reizüberflutung und psychische Belastungen sind einige der Ursachen für den Anstieg der Diagnose „Kopfschmerz“. Aber auch das Trinken wird von vielen Schülern häufig vernachlässigt. „Wer zu wenig trinkt, ist geistig und körperlich nicht nur weniger leistungsfähig, sondern leidet auch häufiger unter Kopfschmerzen“, so

Frank Seiffert, Sprecher der TK in Niedersachsen.

Die TK rät, gerade bei Kindern auf eine Selbstmedikamentation zu verzichten und rechtzeitig einen Arzt aufzusuchen, um eine mögliche Chronifizierung der Kopfschmerzen zu vermeiden. Bei immer wiederkehrenden Beschwerden sollte auch genau festgestellt werden, um welche Art von Kopfschmerzen es sich handelt. Um das herauszufinden, helfen oft Fragebögen und Kopfschmerztagebücher.

Diese und weitere Informationen enthält die TK-Patienteninformation „Kopfschmerzen“, die im Internet unter www.tk-online.de/lv-niedersachsen heruntergeladen werden kann.

Für die repräsentative Umfrage wurden im Auftrag der TK 1000 Personen befragt, in deren Haushalt ein Kind zwischen sechs und 18 Jahren lebt. *cbb*



Kopfschmerzen bei Kindern: Gezielte Bewegungen helfen.

Muskeln ohne Mumm

Vortrag bei Flügelschlag

Über Muskelerkrankungen im Kindesalter gibt der dritte Vortrag in der diesjährigen Vortragsreihe von „Flügelschlag - Freunde und Förderer der Göttinger Neuropädiatrie“ Informationen. Der Göttinger Kinderneurologe und Muskel-experte Prof. Ekkehard Wilichowski, Universitätsmedizin Göttingen, spricht am Donnerstag, 11. März, ab 19 Uhr im Uniklinikum Göttingen, Hörsaal 04, darüber, warum Muskeln manchmal der Mumm fehlt. Nicht immer liegt eine Muskelerkrankung zugrunde, wenn ein Kind langsamer als seine Spielkameraden ist oder die Muskelspannung nicht ausreichend ausgeprägt ist. Wie man aber dennoch eine Muskelerkrankung erkennt und welche Symptome für eine Muskelerkrankung sprechen, wie Familien mit der Muskelerkrankung eines Kindes umgehen können und welche therapeutischen Möglichkeiten bestehen wird am Beispiel der häufigsten Muskelerkrankungen bei Kindern geschildert.

Nach dem Vortrag ist Zeit und Gelegenheit für persönliche Fragen rund um das jeweilige Thema. Der nächste Vortrag am Donnerstag, 29. April, beschäftigt sich mit dem Thema Autismus und der entsprechenden Behandlung. *cbb*

„Leben mit Parkinson“

Im Lichte, nicht im Schatten Leiner Krankheit: Das Buch „Parkinson – Leben mit einer Krankheit“ rückt moderne Erkenntnisse zum Thema Parkinson ins rechte Licht. Neben wissenschaftlichen Informationen bietet der Ratgeber vor allem auch menschliche Ansätze zum Umgang mit der Krankheit. Die Stiftung Gesundheit hat das Werk geprüft und zertifiziert. In Deutschland leben derzeit etwa 250 000 bis 300 000 Menschen, die an „Morbus Parkinson“ erkrankt sind, so die Deutsche Parkinson Vereinigung (DPV). Der erste Teil des Buches beleuchtet die Erkrankung aus unterschiedlichen medizinischen, psychologischen und historischen Blickwinkeln. Im zweiten Abschnitt erzählen Betroffene von ihren persönlichen Erfahrungen mit der Krankheit und geben Tipps. *cbb*

„Parkinson – Leben mit einer Krankheit“, Klavigo Verlag, 12,90 Euro plus 1,45 Euro Versandkosten, Deutsche Parkinson Vereinigung, Moselstraße 31, 41464 Neuss.

KURZ & KNAPP

Aquafitness

Aquafitnesskurse bei der Physiotherapeutin und Aquafitnessinstruktoren Kirsten Grundmann starten am Montag, 8. März, und Mittwoch, 10. März, jeweils um 19 Uhr im Badeparadies Eiswiese. Die Präventionskurse gehen über acht Wochen und werden von den Krankenkassen mit bis zu 80 Prozent bezuschusst. Anmeldung und Infos unter Telefon 0551 / 4956820 oder www.aquamotion-team.de.

Hospizforum

Über Krisen und ihre Bewältigung spricht beim Hospiz-Forum am Mittwoch, 10. März, Dr. Vera Kalitzkus, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Allgemeinmedizin und Familienmedizin der Privaten Universität Witten/Herdecke. Der Vortrag beginnt um 20 Uhr im Hospiz an der Lutter im Evangelischen Krankenhaus Göttingen-Weende Haus 3, Erdgeschoss, An der Lutter 26.