Leisten-, Nabel- oder Narbenbruch – was tun?



Oberarzt Gordon Schramm

Schwachstellen in der Bauchwand begünstigen die Bildung von Nabel-, Narben-, oder Leistenbrüchen. Es entstehen Auswölbungen, so genannte Hernien, in die im besten Falle Fettgewebe, oft aber auch Teile des Darms rutschen.

Rund 170.000 solcher Hernien werden in Deutschland jährlich operativ behandelt, berichtete Oberarzt Gordon Schramm von der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen. Im Rahmen der beliebten Veranstaltungsreihe „Pulsschlag“, die die Klinik in Kooperation mit der VHS anbietet, wies er darauf hin, dass ein Bruch nicht immer gleich einen chirurgischen Eingriff nach sich ziehen muss.

Einem Arzt aber sollten Hernien sicherheitshalber immer

vorgestellt werden. Spätestens wenn Schmerzen auftreten, sei es unverzichtbar, einen Chirurgen – eventuell auch Notarzt – aufzusuchen. Schmerzen können dadurch ausgelöst werden, dass Darmteile eingeklemmt werden, so dass weitere, oft lebensgefährliche Komplikationen drohen.

In Fachkliniken mit entsprechender Erfahrung wie dem Hellmig-Krankenhaus Kamen wird heute in vielen Fällen schonend und nachhaltig operiert mit Einsatz moderner Netze in minimalinvasiven Verfahren.

Lach-Yoga in der Ökologiestation

Wir lachen zu wenig! Nur 15 bis 20 mal am Tag im Durchschnitt. Dabei ist Lachen gesund: wer viel lacht, kann sein Befinden positiv beeinflussen. Am Sonntag den 9. Juli praktiziert Shyney Vallomtharayil in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil, Westenhellweg 110, das gemeinsame Lachen nach den Erkenntnissen des indischen Arztes Dr. Madan Kataria.

Gemeinsam wird in kleinen Spielen und einfachen Dehn- und Streckübungen gelacht. Eventuelles Unbehagen bei „Erstlachern“ verschwindet schnell, denn sich selbst beim freien Lachen zuzuhören und anderen zuzusehen ist Spaß pur! Bei der Veranstaltung, die von 11.00 bis 13.00 Uhr dauert und 15,00 Euro kostet, sollten die Teilnehmer bequeme Kleidung anhaben und etwas zu trinken mitbringen. Eine Anmeldung ist bis zum 2. Juli unter 0 23 89 – 98 09 11 (auch Anrufbeantworter) oder 0 23 89 – 9 80 90 beim Umweltzentrum Westfalen möglich. Interessierte können sich auch vorab unter www.ojas-vitality.com im Internet informieren.

Mein Helm, mein Speer, mein Marschgepäck… – eine Wanderung zu den Spuren der Römer in Bergkamen

Die Ausrüstung eines römischen Soldaten war nur eines der Highlights, die den Lateinschülerinnen und -schülern des 6. Jahrgangs des Städtischen Gymnasiums Bergkamen am Mittwoch im Stadtmuseum Bergkamen geboten wurden.



Foto:
Frederking&Heiling/S
GB

Nach einer etwa vierzigminütigen Wanderung vom Gymnasium aus stieg die Gruppe unter der Leitung von Frau Frederking und Frau Heiling in eine Zeitmaschine und konnte zwei Stunden lang in der Ausstellung des Museums Kleidung und Ausrüstung eines

römischen Soldaten testen, die im römischen Heer übliche Art Brunnen aus alten Weinfässern zu bauen kennenlernen und selbst unter einigem Kraftaufwand Getreidekörner zwischen zwei Steinen per Hand zu Mehl mahlen, denn der typische Legionär stärkte sich nach langem Marsch mit „Pulsum“, einem kräftigen Getreidebrei … Fleisch war rarer als es uns die vielen Wildschweine aus „Asterix und Obelix“ glauben machen.

Auch die Latrine, die Soldaten im Lager erwartete, konnten die Schüler aus der Nähe betrachten. Für verzogene Gesichter sorgte dabei die Information, wie genau der Toilettendienst aussah, den ungehorsame Soldaten als Strafe bekommen konnten.

Im Anschluss an die vielseitige Führung erwartete die Kinder dann ein Workshop, in dem sie in die Rolle eines Legionärs schlüpften, der auch für seine Freizeitgestaltung selbst erstmal handwerkliches Geschick beweisen musste: Es galt, ein tragbares Mühlespielfeld herzustellen und anschließend natürlich einem, auf jeden Fall erfolgreichen, Praxistest zu unterziehen.

Mit vielen neuen Eindrücken machten sich die Lateinschüler schließlich wieder auf dem Rückweg, kehrten dann in Ermangelung einer ausreichenden Menge „Pulsum“ kurz in der nahegelegenen Eisdiele ein, bevor es endgültig zurück zur Schule ging. Der Ausflug wird allen lange in guter Erinnerung bleiben. Den Mitarbeitern des Stadtmuseums bleibt uns Lateinern noch zu sagen: „Gratias vobis agimus!“ („Wird danken euch!“).

Tag des KID-Sports des SuS

Oberaden

Der Hauptverein SuS Oberaden veranstaltet am Sonntag, 2. Juli, von 11 bis 15 Uhr den Tag des KID-Sports in der Oberadener Römerberg-Sporthalle. Dort werden alle Sportarten beim SuS vorgestellt. Dazu sind alle Kinder und Eltern eingeladen. Hier erhalten sie einen genauen Überblick darüber, welche für Kinder geeignete Sportarten der SuS Oberaden im Angebot hat.

Offener Informations- und Beratungstag für Mütter mit Migrationshintergrund

Das Mütterprojekt „Starke Mütter – Starke Unternehmen“ bietet am Mittwoch, 28. Juni einen Informations- und Beratungstag für Mütter mit Migrationshintergrund an. Themen wie der (Wieder-)Einstieg in den Beruf, die Berufswahl, die Erstellung der Bewerbungsunterlagen, die Möglichkeiten der Kinderbetreuung können besprochen werden. Außerdem gibt es allgemeine Informationen zum deutschen Arbeitsmarkt.

Zwischen 10 und 12 Uhr können interessierte Frauen kostenlos und ohne Anmeldung bei den beiden Projektmitarbeiterinnern Emine Sancar und Pelin Sarı beim Multikulturellen Forum in der Präsidentenstraße 44 in Bergkamen vorbeikommen.

Kinder-Uni in Kamen-Methler: Geheimschrift-Experten

„Jhkhlph Qdfkulfkwhq“ – Schon seit mehr als 2.000 Jahren gibt es Geheimschriften. Doch wie wird eine solche Nachricht entschlüsselt, um sie für alle wieder verständlich zu machen? Um diese Frage dreht sich die nächste Kinder-Uni-Vorlesung am Freitag, 30. Juni in Kamen-Methler.



Martina Bier (li.) und Elena Zannetin (re.) stellen das Programm zur nächsten Kinder-Uni vor – Foto: Kreis Unna

Prof. Dr. Christoph Selter und Elena Zannetin von der TU Dortmund geben Tipps und Tricks in ihrer Vorlesung. Natürlich wird nicht nur referiert, sondern auch viel experimentiert.

Das Prinzip: Ein Text wird verschlüsselt und nur die Person kann ihn auch verstehen und wieder entschlüsseln. Man muss den Trick kennen, wie aus einem normalen Text Geheimsprache entsteht, denn dann ist auch klar, was genau dort steht. Bei der Vorlesung werden verschiedene Möglichkeiten gezeigt, wie sich Texte entschlüsseln lassen, und nach, und nach werden die

Kinder zu Geheimschrift-Experten.
Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung für diese Veranstaltung erforderlich. Die Anmeldefrist wurde bis zum 26. Juni verlängert.
Beginn der Kinder-Uni-Vorlesung ist am Freitag, 30. Juni um 17 Uhr im Bürgerhaus Kamen-Methler, Heimstraße 3 in Kamen. Eingeladen sind alle Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren. Die Vorlesung dauert rund 60 Minuten; der Eintritt ist frei.
Nach der Veranstaltung findet auf dem Außengelände des Bürgerhauses für alle interessierten Kinder eine Schatzsuche statt. Den Schatz können nur die Kinder finden, die Geheimschift lesen können.

Das komplette Halbjahresprogramm wurde an alle Grundschulen und weiterführenden Schulen im Kreis verteilt. Unter www.kreis-unna.de steht es als PDF-Datei zur Verfügung. Dort gibt es auch weitere Informationen zum Kinder-Uni-Projekt und zur Kinder-Uni Spezial.

Zum Hintergrund:
Veranstaltet wird die Kinder-Uni, ein Projekt des 2006 von Landrat Michael Makiolla initiierten „Zukunftsdialog Kreis Unna“ und Teil seiner Bildungsoffensive, vom Kreis Unna in Kooperation mit den Hochschulen der Region. Unter dem Motto: „Wissen macht Spaß!“ lösen Wissenschaftler von „echten“ Universitäten mit den jungen Hörerinnen und Hörern einige Rätsel dieser Welt. PK | PKU

Bei Reise bedenken: Führerscheine nicht immer

unbefristet gültig

Wer kennt das nicht? Kurz vor dem Urlaub stellt man mit Entsetzen fest, dass der Personalausweis oder Reisepass abgelaufen ist. Aber wer denkt schon an den Führerschein?

Die „großen“ Klassen (zum Beispiel die frühere Klasse 2) werden nur noch zeitlich befristet erteilt. Angaben zur Befristung finden sich auf der Rückseite des Kartenführerscheins in der Spalte 11. „Mit Ablauf des dort eingetragenen Datums dürfen Fahrzeuge der entsprechenden Klasse nicht mehr gefahren werden“, weiß Christoph Funke als Leiter der Führerscheinstelle beim Kreis Unna.

Bei wem eine solche Befristung eingetragen ist, muss – wenn die Fahrerlaubnisklasse weiterhin genutzt werden soll – einen Antrag auf Verlängerung stellen. Das trifft für die Inhaberinnen und Inhaber von Führerscheinen zu, die 2009 oder früher für die so genannten großen Klassen erteilt oder verlängert wurden.

Führerscheine werden bei der Bundesdruckerei erstellt. „Bevor der Auftrag erteilt werden kann, muss die Führerscheinstelle beim Verkehrszentralregister nachfragen, ob es Gründe gegen die Ausstellung gibt“, so Funke. Er empfiehlt daher, im Bürgerbüro im Kreishaus Unna rechtzeitig einen Antrag auf Verlängerung zu stellen.

Auch wenn die Reise in ein Land geht, in dem ein internationaler Führerschein verlangt wird, ist etwas Vorbereitung erforderlich. Der internationale Führerschein darf nur für Bürgerinnen und Bürger ausgestellt werden, die einen Kartenführerschein haben.

Wer noch eine graue oder rosa „Fleppe“ besitzt und einen internationalen Führerschein benötigt, sollte den Umtausch bald beantragen. „Die Bearbeitung bei der Bundesdruckerei dauert derzeit rund drei Wochen“, nennt Funke ein Zeitfenster.

Weitere Informationen rund um den Führerschein finden sich im Internet unter www.kreis-unna.de – Service – Führerschein. PK | PKU

Drei glückliche Gewinner bei der Hafenfest-Schatzsuche

Die Schatzsuche für Kinder während des Hafenfests am 2. Juni-Wochenende konnte den Ansturm aus 2015 toppen. Annähernd 500 Kinder haben sich begeistert auf die Suche nach dem Schatz der Marina gemacht. Am gestrigen Mittwoch konnten die drei glücklichen Gewinner ihre Preise von Stadtmarketing-Mitarbeiterin Sandra Krzysko im Rathaus entgegen nehmen.



Elias Ellendt (Bönen) durfte sich über eine Geldwertkarte der GSW für alle Freizeiteinrichtungen freuen, Lena Nowaczyk (Bergkamen) kann die neue RUHR TOP CARD mit ihrer Familie nutzen und Niklas Höll (Bergkamen) hat eine Tagesfahrt mit dem städtischen Kinder- und Jugendbüro gewonnen. (auf dem Foto von rechts)

Heimkehrender Hausbewohner vertreibt Einbrecher am

Heiler Kirchweg

Am Mittwoch brachen unbekannte Täter zwischen 7.30 Uhr und 16 Uhr ein Kellerfenster eines Einfamilienhauses am Heiler Kirchweg auf. Vermutlich vertrieb ein heimkehrender Bewohner die Täter, die ohne Beute durch die von innen geöffnete Kellertür unerkannt flüchten konnten.

Wer hat Verdächtiges bemerkt? Hinweise bitte an die Polizei in Bergkamen unter der Rufnummer 02307 921 7320 oder 921 0.

An der Pfalzschule wird gebaut: Die OGGS platzt aus allen Nähten

An der Pfalzschule in Weddinghofen wird in absehbarer Zeit gebaut, um mehr Platz für die Offene Ganztagsschule zu schaffen. Die bestehenden Räume sind für zwei Gruppen zu 25 Kinder gedacht, tatsächlich besucht wird sie aber aktuell von 100 Mädchen und Jungen.



Pfalzschule Weddinghofen.

Zurzeit prüft das Baudezernat zwei Varianten: die Aufstockung eines Traktes oder einen Anbau an den mittleren Trakt. Der

OGGS der Pfalzschule wird dann der südliche Trakt zur Verfügung stehen.

An fast allen Offenen Ganztagsschulen in Bergkamen gibt es Platzprobleme, weil der Bedarf wesentlich stärker geworden ist, als ursprünglich gedacht. An der Overberger Grundschule können jetzt die Planungen für einen Anbau vorgenommen werden, nachdem sich die Stadt mit einem Nachbarn geeinigt hatte, der vor dem Verwaltungsgericht Gelsenkirchen geklagt hatte.

Die Nöte in Oberaden sollen im Zuge der geplanten Neuordnung der „Grundschullandschaft“ behoben werden. Bekanntlich steht hier das Gebäude der ehemaligen Burgschule, ergänzt durch den Neubau eines Traktes als ein möglicher Grundschulstandort zur Verfügung. Entscheidungen hierzu sind noch nicht gefallen, beziehungsweise werden nicht in der Vorlage für die nächste Sitzung des Bergkamener Schulausschusses am 29. Juni genannt.

Noch keine Lösung gibt es offensichtlich für die Freiherr-von-Ketteler-Schule in Rünthe. Jedenfalls dann, wenn die Zahl der zu betreuenden Kinder von 63 in der OGGS merklich steigt. Hinzu kommen noch 90 Kinder in der Verlässlichen Schule, die in einem Pavillon betreut werden. Geprüft wurde inzwischen die mögliche Nutzung der freien Wohnungen im Obergeschoss. Das scheidet allerdings aus Brandschutzgründen aus.

Relativ entspannt geht es hingegen an der Gerhart-Hauptmann-Grundschule zu. Durch Umbauten und einer Umorganisation ist es jetzt möglich, dass dort bis zu 100 Kinder die OGGS besuchen. Für das kommende Schuljahr liegen 85 Anmeldungen vor.

Überhaupt keine Probleme gibt es an der Schillerschule, weil sie als einzige Grundschule in Bergkamen über keine OGGS verfügt.

Ladendieb aus Bergkamen erwischt: Er wurde per Haftbefehl gesucht

Die Polizei nahm am Mittwoch gegen 14.35 Uhr, einen 37-Jährigen in einem Supermarkt am Ökonomierat-Peitzmeier-Platz in Hamm fest. Der Mann aus Bergkamen wurde dort nach einem Ladendiebstahl überprüft. Gegen ihn bestand ein Untersuchungshaftbefehl wegen Diebstahls. Der Gesuchte wurde zunächst zur Polizeiwache und anschließend in eine Justizvollzugsanstalt gebracht. (cg)