Auftaktveranstaltung im April: Freiwillige für Rettungs-App-Einsatz gesucht

Schnelle Hilfe von nebenan: Das ist die Idee der Rettungs-App für Ersthelfer. Nach dem Grundsatzbeschluss Ende 2015 stellte der Kreistag nun die Weichen zur Gewinnung der ehrenamtlichen Retter und vergab den Auftrag zur Anschaffung der notwendigen Software.

Die Rettungs-App wurde vom Leitenden Notarzt im Kreis Gütersloh erdacht und wird dort inzwischen erfolgreich betrieben. Hintergrund ist die Erkenntnis, dass gerade bei einem Kreislaufstillstand jede Sekunde zählt. Nach dem Notruf muss der Rettungsdienst aber erst zum Einsatzort fahren.

Erste Hilfe erhöht Überlebenschancen
Qualifizierte Ersthelfer in der Nähe könnten – so sie denn Bescheid wüssten – die ersten Minuten durch Erste Hilfe wie eine Herzdruckmassage überbrücken und damit die Überlebenschancen erhöhen und das Risiko einer Hirnschädigung durch Sauerstoffmangel minimieren helfen.

Der Erwerb einer Rettungs-App ist allerdings erst der zweite Schritt. Zuerst gilt es, rund 100 und damit für ein flächendeckendes Einsatznetz ausreichend qualifizierte Helfer zu finden, sie zu registrieren und zu schulen. Die Auftaktveranstaltung dafür findet am Montag, 18. April um 18 Uhr im Sitzungstrakt im Kreishaus Unna statt.

Schnittstelle zur Leitstellentechnik wird vorbereitet
Ebenfalls vorbereitet wird die Erstellung einer Schnittstelle, über die die Rettungs-App an die Leitstellentechnik in der Rettungsleitstelle des Kreises angebunden wird. Dafür war vom Kreistag Ende Dezember ein „Startkapital“ von 47.000 Euro in den Haushalt 2016 eingestellt worden.

Klaus Stallmann als Vorsitzender der Freunde und Förderer des Klinikums Westfalen bestätigt

Klaus Stallmann bleibt Vorsitzender des Vereins der Freunde und Förderer des Klinikums Westfalen. Im Rahmen der Mitgliederversammlung in der Klinik am Park Lünen wurde er einstimmig in diesem Amt bestätigt.



Der neue Vorstand der Freunde und Förderer des Klinikums Westfalen

Der alte und neue Vorsitzende gab einen Überblick über die

Aktivitäten des Vereins in den zurückliegenden zwei Jahren. Von der eingerichteten Spielecke über die Förderung des Hauses der Sinne in Lünen, dem Waffelverkauf und der Verlosung eines Autos im Rahmen des 130-jährigen Bestehens des Hellmig-Krankenhauses in Kamen, der Durchführung eines Doppelkopf- und Skatturnieres und der finanziellen Unterstützung von Deckenbildern auf der Intensivstation im Knappschaftskrankenhaus Dortmund reichten die vielfältigen Aktivitäten des Vereins.

Als Schwerpunkte für das Jahr 2016 benannte Stallmann den Ankauf von Bänken für das Knappschaftskrankenhaus in Lütgendortmund sowie die Beteiligung am Brami-Fest in Lünen-Brambauer.

Zu stellvertretenden Vorsitzenden wählten die Mitglieder die Landtagsabgeordnete Gerda Kieninger, den Kamener Bürgermeister Hermann Hupe sowie den Chefarzt der Klinik für Psychiatrie in Lütgendortmund, Dr. Thomas Finkbeiner. Als Geschäftsführerin wurde die Krankenhausleiterin des Hellmig-Krankenhauses, Anke Ronge, als Kassierer Christian Scholz bestätigt. Als Beisitzer fungieren Michael Kleinschmidt, Peter Seidel, Karin Kandler-Langer, Jörg Kühn, Stefan Grave, Stefan Aust sowie Dieter Kniffka und Udo Ohlis.

Neues Ärztehaus an der Geschwister-Scholl-Straße

Bergkamen bekommt ein neues Ärztehaus. Neudeutsch heißt es „Medical Center Bergkamen“ und wird südlich des Aldis an der Geschwister-Scholl-Straße entstehen.



So könnte das Medical Center Bergkamen aussehen.

Das Konzept und auch erste 3D-Zeichungen stellte der Vorstandsvorsitzende der Wohnungsbaugenossenschaft Reale Werte eG, Norbert Schramm, an Dienstag dem Stadtentwicklungsausschuss vor. Der zeigte sich begeistert, sodass 1. Beigeordneter Dr. Hans-Joachim Peters ankündigte, dass noch in diesem Monat die Notarverträge für den Verkauf des 3600 Quadratmeter großen städtischen Grundstücks unterzeichnet werden können.

Rund 3,6 Millionen Euro soll der dreigeschossige Neubau kosten. Es ist offensichtlich ein sicheres Investment, denn der größte Teil der Praxisräume ist bereits vergeben. Genauer gesagt sind es Mediziner von der Lessingstraße, die bereits seit einigen Jahren nach einem Alternativstandort suchen. Dies sollte bereits im Zusammenhang mit dem ursprünglich geplanten Bau eines Seniorenheims auf einem Nachbargrundstück geschehen. Diese Pläne haben sich aber im vergangenen Jahr zerschlagen, weil der Kreis Unna in seiner Pflegebedarfsplanung keinen Bedarf für zusätzliche Pflegeplätze in Bergkamen sieht.

Ihre neuen Praxisräume werden nun an der Geschwister-Scholl-

Straße vier Allgemeinmediziner in einer Gemeinschaftspraxis, ein Hautarzt, ein Chirurg, ein Orthopäde, eine Podologin und ein Physiotherapeut eröffnen. Platz sei noch für einen Kinderarzt, erklärte Schramm. Sollte der nicht gefunden werden, wird die Zahl der Wohnungen vergrößert.

Im Erdgeschoss gibt es eine Apotheke. Daneben könnte eine Bäckerei eröffnet werden, in deren Café-Bereich Patienten auf ihre Arztbesuche warten. Während an der Geschwister-Scholl-Straße ein Bergkamener Apotheker mit seiner zweiten Apotheke an den Start gehen wird, ist es noch unsicher, ob für die Bäckerei ein Interessent gefunden wird. Wenn nicht, dann könnten die Geschäftsräume beispielsweise von einem Gehörgeräteakustiker genutzt werden, erklärte Schramm.

Chefarzt Dr. Ludwig referiert in der Pulsschlagreihe

Blut am Papier beim Toilettenbesuch muss nicht auf eine ernste Erkrankung hindeuten, kann aber ein wichtiger Hinweis sein, warnt Dr. Andreas Ludwig, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen.



Chefarzt Dr. Andreas Ludwig

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Pulsschlag“ von Klinikum Westfalen und VHS referiert er am Mittwoch, 9. März, ab 18.30 Uhr. Hämorriden, Afterrisse, Entzündungen aber auch zum Beispiel Krebs können Blutungen aus dem Darm oder im Analbereich verursachen. Über entsprechende Erkrankungen und Behandlungsmöglichkeiten informiert Chefarzt Dr. Andreas Ludwig. Sein Rat: „Im Zweifel sollte ein Arzt informiert werden.“

Klinikum rät: Jugendliche gezielt vor Alkoholgefahr schützen

Der Einsatzalarm kam um kurz nach 23 Uhr. Am Einsatzort fand Notärztin Frauke Dryden dann eine 16-Jährige vor, schwer angetrunken im Rahmen der Feier eines 18. Geburtstages. Zum Glück werden solche Szenen seltener, kommen aber weiter vor berichteten die Leiterin der Notaufnahme des Hellmig-Krankenhauses und Helmut Horn, Oberarzt der Fachklinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Knappschaftskrankenhaus Lütgendortmund bei einem Informationsabend im Cafe der Familienbande.



Erste Alkoholerfahrungen machen Jugendliche durchschnittlich heute später, als noch vor einigen Jahren, berichteten die Experten. Dennoch bleibe die Droge Alkohol wegen ihrer gesellschaftlichen Akzeptanz und der breiten Verfügbarkeit gefährlich, stellten sie klar.

Gerade bei jungen Menschen, könne Alkohol Körperwachstum und die Reifung des Gehirns bremsen, so Frauke Dryden. Auch das Entstehen von Abhängigkeit drohe gerade dann, wenn die sozialen Erfahrungen Erwachsener noch fehlen.

Die Reduzierung von Kontrollfähigkeit, Überschätzung und steigende Risikobereitschaft in Verbindung mit geschwächtem Gleichgesichtssinn und verringerter Reaktionsfähigkeit münde bei Alkoholmissbrauch gerade bei Jugendlichen oft in Unfälle und Verletzungen. Manchmal werde der Bruch oder selbst eine Schnittverletzung erst am Tag danach festgestellt, wenn der Rausch verflogen ist. Das mache die Behandlung oft deutlich schwerer, so die beiden Experten. Schwerwiegender Alkoholmissbrauch könne zu Bewusstlosigkeit und Schock, im Extremfall zum Tod führen. Dauerhafter Alkoholmissbrauch erhöht das Risiko vielfältiger Erkrankungen einschließlich Krebs, warnen sie.

Der Weg zur Abhängigkeit beginne mit dem Probierkonsum. Fortgesetzter Alkoholmissbrauch führe über die allmähliche Gewöhnung zur Sucht, so Helmut Horn. Die Sucht mache sich nicht erst fest an körperlichen Entzugserscheinungen. Schon der starke Wunsch oder Zwang zum Konsum sei alarmierend wie und die verminderte Fähigkeit, den Konsum einzuschränken.
Die Experten empfehlen Eltern, zum einen auf das eigene Vorbild zu achten. Im passenden Alter solle man aber Alkohol nicht verteufeln, sondern offen über seine Risiken sprechen. Ein gutes soziales Netz und Aktivitäten im sportlichen oder kreativen Bereich und ein starkes Selbstwertgefühl seien gute Mittel, Jugendliche vor der Alkoholsucht zu schützen. Im Zweifel sollte dringend eine Beratungsstelle aufgesucht, bei Bedarf medizinische oder psychotherapeutische Unterstützung gesucht werden.

Kochen nach Jahreszeiten – Seminar „Ernährung und Ayurveda“ in der Ökologiestation

Am Samstag, 5. März, gibt Sabine Geisler in der Ökologiestation in Bergkamen ein Einführung in das Thema Ernährung und Ayurveda.

Ayurvedisch kochen bedeutet, Speisen so zuzubereiten, dass sie mit der Körperkonstitution des Essers harmonieren. Solche Speisen fördern den Erhalt der Gesundheit, verhindern im Falle einer Erkrankung deren Verschlimmerung und fördern die Heilung. Es gibt im Ayurveda viele Rezepte für bestimmte Zustände von Körper und Geist. Die Referentin, Ayurvedatherapeutin und Krankenschwester der Naturheilkunde, stellt einige einfache, die Gesundheit erhaltende, speziell für die kalte, nasse Jahreszeit geeignete Rezepte vor, und es wird gemeinsam gekocht und genossen.

Die Gebühren für das vierstündige Seminar, das um 11.00 Uhr beginnt, betragen 35,00 Euro, einschließlich Seminarunterlagen und Rezepte. Eine zusätzlich Lebensmittelumlage in Höhe von 7,00 Euro wird beim Seminar erhoben.

Eine Anmeldung ist bis zum 26. Februar beim UMWELTZENTRUM WESTFALEN unter 0 23 89 – 98 09 11 (auch Anrufbeantworter) möglich. Informationen zur Dozentin finden sich unter www.naturheilkunde-geisler.de.

Kinderzähne immer gesünder

Wer gesunde Zähne haben möchte, muss früh mit der Pflege anfangen. Daher setzt der Zahnärztliche Dienst des Kreises beim Nachwuchs an: Im Schuljahr 2013/2014 wurde das Gebiss von rund 27.000 Kindern und Jugendlichen untersucht.



Prophylaxe-Fachkraft Heike Reimann vom Zahnärztlichen Dienst des Kreises zeigt am Modell, wie Kinderzähne richtig geputzt werden. Foto: B. Kalle – Kreis Unna

Die gute Nachricht: Die große Mehrheit der Kinder hat – nicht zuletzt wegen der vom Kreis durchgeführten Vorsorgemaßnahmen – gesunde Zähne. Die Untersuchungen der Zahnärzte des Kreises zeigen aber auch immer noch, dass das Vorkommen von Karies eng mit dem gesellschaftlichen Status verknüpft ist.

„Eltern sozial benachteiligter Schichten gehen mit ihren

Kindern oft nicht im notwendigen Maß zum Zahnarzt“, sagt Dr. Claudia Sauerland, Leiterin des Zahnärztlichen Dienstes. Das führt mit dazu, dass 20 Prozent der Kinder fast 80 Prozent der Karieslast tragen – mit Folgen für ihre gesamte gesundheitliche Entwicklung.

Der Zahnärztliche Dienst will diese Situation verbessern und besucht daher Kinder in Schulen und Kitas im gesamten Kreisgebiet. „Spätestens in der Grundschule erreichen wir die Kinder, die den Weg in die Zahnarztpraxen bis dahin noch nicht gefunden haben“, unterstreicht Dr. Claudia Sauerland.

Insgesamt wurden im Schuljahr 2014/15 die Zähne von 27.155 Kindern und Jugendlichen (2013/14: 21.737) untersucht. Der Anteil von unter Dreijährigen hat sich dabei seit dem Jahr 2000 verviefacht und liegt aktuell bei 17 Prozent (2013/14:14 Prozent). „Wir entwickeln neue Formen und Strategien für die Ansprache, um möglichst viele Eltern von Kleinkindern zu erreichen“, betont Dr. Claudia Sauerland.

In 172 (2013/14: 180) Kindergärten und Tageseinrichtungen war der Zahnärztliche Dienst des Kreises im vergangenen Jahr tätig. Darüber hinaus besuchten die Zahnärztinnen, Zahnärzte und Prophylaxefachkräfte 57 (2013/14: 46) Grundschulen und elf Förderschulen (2013/14: zwölf). 1.900 (2013/14: 2.143) Kinder mit besonders hohem Kariesrisiko werden intensiver betreut: Ein Großteil der Förderschulen, zehn Grundschulen und ausgewählte Kitas nehmen an einem Programm mit zusätzlicher Zahnhärtung (Fluoridierung) teil.

Neben den Terminen mit Kindern bietet der Zahnärztliche Dienst Multiplikatorenschulungen für angehende Erzieher und Informationsveranstaltungen für Eltern an. Im letzten Schuljahr fanden 22 Veranstaltungen dieser Art (2013/14: 18) statt.

Pulsschlagvortrag: Künstliches Kniegelenk ist das letzte Mittel

Das Kniegelenk stand jetzt im Mittelpunkt der Vortragsreihe Pulschlag, die das Hellmig-Krankenhaus in Kooperation mit der VHS Kamen/Bönen durchführt.



Chefarzt Dr. Dieter Metzner erläuterte im voll besetztenHellmigium, wann ein künstliches Kniegelenk als letzte Behandlungsoption sinnvoll ist.

Dr. Dieter Metzner, Chefarzt der Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie am Kamener Krankenhaus begrüßte eine Vielzahl von Besuchern im Severinshaus. Im vollbesetzten Hellmigium erläuterte er zunächst, welche verschiedenen Erkrankungen das Knie beeinträchtigen und Schmerzen auslösen können. Anschließend ging er auf

Behandlungsmöglichkeiten ein.

Der chirurgische Eingriff ist dabei keineswegs das erste therapeutische Mittel. „Nur wenn die Lebensqualität dauerhaft erheblich eingeschränkt ist und auf anderem Weg nicht wiederhergestellt werden kann, sollte man über den Einsatz eines künstlichen Kniegelenks nachdenken“, empfahl Dr. Metzner und gab auch zu bedenken, dass jede Prothese nur eine begrenzte Haltbarkeit hat. Wie so ein Gelenk aussieht, welche Modelle es gibt uns wie sie optimal eingesetzt werden, zeigte der Chefarzt in faszinierenden Bildern. Die Zuhörer zeigten sich beeindruckt von den modernen Operationsmöglichkeiten im Hellmig-Krankenhaus und erfuhren auch, was sie selbst tun können, um ihr Knie beweglich zu halten und Schmerzen zu vermeiden. Diesen Part übernahm Anja Hanisch von der Reha Kamen. Sie erklärte auch, wie man sich mit gezielten Übungen auf eine Knie-OP vorbereiten kann und wie die Rehabilitation nach dem Eingriff aussieht.

---

11 Prozent der Grundschüler müssen zum Augenarzt

Gutes Sehen ist eine Voraussetzung für erfolgreiches Lernen. Deshalb führt der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Kreises seit 2011 kreisweit Sehtests an Grundschulen durch. Im Jahr 2015 haben die sozialmedizinischen Assistentinnen rund 1.700 Kinder auf ihr Sehvermögen hin untersucht.

Es gibt Kinder, die können und wollen gut lernen, doch die Schulleistungen geben trotzdem Grund zur Sorge. „Manchmal sind dann die Augen das Problem“, weiß Dr. Petra Winzer-Milo, die Leiterin des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes beim Kreis.

Kinder mit einer Fehlsichtigkeit haben es in der Schule wesentlich schwerer: Da sie nicht gut sehen können, ermüden sie beim Lesen und Schreiben schnell.

Doch nicht nur das Lesen an der Tafel oder im Heft bereitet diesen Kindern Schwierigkeiten. Probleme treten beispielsweise auch im Schulsport auf. Hier kommt es gerade bei Ballsportarten auf den richtigen Durchblick an.

Von den rund 1.700 im vergangenen Jahr untersuchten Kindern erhielten elf Prozent erstmals oder erneut eine Mitteilung zur augenärztlichen Untersuchung. In Vorjahren benötigten noch bis zu 20 Prozent der untersuchten Kinder eine augenärztliche Kontrolle. Bei dieser positiven Entwicklung macht sich das seit vier Jahren verbesserte Sehscreening zur Schuleingangsuntersuchung bemerkbar.

Dr. Petra Winzer-Milo appelliert dennoch weiterhin: „Eltern sollten Warnsignale ernst nehmen.“ Wenn ein Kind häufig die Augen reibt oder blinzelt, kann dies ein Hinweis auf eine Sehschwäche sein. Ein Termin beim Augenarzt schafft hier schnell Klarheit.

Weitere Informationen gibt es im Fachbereich Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises bei Dr. Petra Winzer-Milo, Tel. 0 23 03 / 27-11 59, E-Mail petra.winzer-milo@kreis-unna.de.

Kreis gibt Ernährungstipps: Vitaminmangel muss nicht sein

Husten, Schnupfen, Heiserkeit – für viele gehört dies zur kalten und von häufigen Wetterwechseln geprägten Jahreszeit dazu. Vitamine helfen, einen Schutzschild gegen laufende

Nasen, tränende Augen und Co. aufzubauen. Was zu beachten ist, erklärt Amtsarzt Dr. Bernhard Jungnitz.

„Ständige Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Konzentrationsschwäche, Reizbarkeit, Kopfschmerzen und Nervosität können auf einen Vitaminmangel hindeuten. Besonders ein Mangel an Vitamin C begünstigt Husten, Schnupfen und Heiserkeit“, weiß der Amtsarzt.

Dabei braucht ein Erwachsener weniger als ein halbes Gramm Vitamine am Tag. Doch statt gleich zu Vitaminpräparaten zu greifen, empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung die Umstellung auf vitaminreiche Kost. Dabei reicht es nicht, nur einmal in der Woche Salat, Gemüse oder Obst zu sich zu nehmen, denn der Körper benötigt jeden Tag Vitamine. Die Ernährung sollte abwechslungsreich gestaltet werden, da nicht in jedem Produkt alle Vitamine im gleichen Maße vorhanden sind.

Wichtig ist auch die richtige Lagerung und Zubereitung vitaminreicher Lebensmittel, da die empfindlichen Stoffe sonst verloren gehen oder zerstört werden. So sollte Gemüse nicht warm gehalten werden, da die Mahlzeit dadurch erheblich an ernährungsphysiologischem Wert verliert.

Günstiger ist es, die Speisen abkühlen zu lassen und sie bei Bedarf erneut kurz zu erhitzen. Beim Garen und Dünsten reicht oft viel weniger Flüssigkeit als allgemein angenommen. Da langes Wässern die Zellwände von empfindlichem Salat oder Gemüse zerstört und wertvolle Vitamine ausspült, empfiehlt sich gründliches Abspülen unter kaltem Wasser. Da auch Zerkleinern die Zellstrukturen zerstört, sollte Obst oder Gemüse erst kurz vor der Mahlzeit geschnitten werden.

Ein wichtiges Hauptnahrungsmittel hierzulande sind Kartoffeln in jeder Zubereitungsform. Dabei eignen sich besonders Pellkartoffeln, um das in der Kartoffel enthaltene Vitamin C zu erhalten. Die Schale schützt bei dieser Zubereitung die Vitamine. Das vitaminhaltige Kochwasser von Salzkartoffeln

kann als Grundlage für Suppen oder Soßen verwendet werden.

Gesundheitshaus kommt – mit stationärer Pflege und Kita

Politik und Verwaltung stehen nach wie vor dem geplanten Gesundheitshaus auf dem ehemaligen Parkplatz von Grimberg 3/4 positiv gegenüber. Das unterstrichen die Vertreter der Fraktionen am Dienstagabend in der jüngsten Sitzung des Bergkamener Stadtentwicklungsausschusses.



Computeranimation des künftigen Gesundheitshauses auf Grimberg 3/4.

Sofort danach überreichte der 1. Beigeordnete Dr. Hans-Joachim Peters den Bauvorbescheid für dieses Projekt an den Geschäftsführer der PueD – Partner unter einem Dach GmbH Lünen Wolfgang Bahrenberg. Bereits im Juli 2017 soll das neue Gesundheitshaus eröffnet werden.



Hier soll das neue Gesundheitshaus gebaut werden: auf dem ehemaligen Parkplatz von Grimberg 3/4.

Damit ist Bahrenberg rund zweieinhalb Jahre in Verzug. Beim Konzept bleibt es bei einer stationären Pflegeeinrichtung, die auch über Kurzzeitpflegeplätze verfügen wird. Hinzugekommen ist eine Tagespflege mit 18 Plätze und eine Kindertagesstätte im Erdgeschoss des Nebengebäudes am Kleiweg. Darüber befinden sich die barrierefreien Wohneinheiten.

Die Notwendigkeit, für Bergkamen zusätzliche Kita-Plätze zur Verfügung zu stellen, hatte sich erst vor einigen Monaten ergeben. Ein wesentlicher Grund ist der Wegfall des sogenannten „Elterngeldes“, das die Eltern erhalten haben, wenn sie ihren Nachwuchs nicht in einer Kita betreuen lassen. Ein anderer Grund ist sicherlich der rasche Anstieg der Zahl von kleinen Kindern aus Flüchtlingsfamilien. Dass Integration am besten klappt, wenn sie in jungen Jahren beginnt, gehört inzwischen zum Allgemeingut.

Geblieben ist der Plan von Wolfgang Bahrenberg, gerade jungen Ärzten im Bergkamener Gesundheitshaus eine gute Startmöglichkeit zu geben. Das gilt für Haus- wie für Fachärzte gleichermaßen, in dem sie zum Beispiel Empfangs- und Warteräume gemeinsam nutzen. Hinzukommen sollen ein umfangreiches Therapieangebot, eine Apotheke, ein Sanitätshaus, ein Optiker, ein Gehörgeräteakustiker, ein Café, ein Kiosk, ein Bäcker und anderes mehr. Hier bietet Bahrenberg den eingesessenen Bergkamener Ärzten und Betrieben eine Zusammenarbeit an. Er schätzt, dass das Gesundheitshaus auf dem ehemaligen Gelände von Grimberg 3/4 rund 80 Arbeitsplätze bieten wird.