Steinreich ist nicht immer gut: Pulsschlagvortrag zu Erkrankungen der Gallenwege



Artur Eduard Matuschek, leitender Oberarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen

Unter dem launigen Titel „Steinreich ist nicht immer gut“ referiert der Leitende Oberarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen, Arthur Matuschek, am Mittwoch, 6. Juni, im Rahmen der Veranstaltungsreihe Pulsschlag über Erkrankungen der Gallenwege.

Der Mediziner erklärt, wie Gallensteine entstehen, welche Beschwerden sie auslösen können und wann eine ärztliche Abklärung erforderlich ist. Los geht es um 18 Uhr im Hellmigium am Kamener Krankenhaus. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Stadtradeln in Bergkamen gestartet: Drei Wochen in die Pedalen treten für Klimaschutz und Gesundheit



Bürgermeister Roland Schäfer schickte am Sonntagmorgen die Bergkamener Teilnehmer der Auftakttour der Aktion „Stadtradeln“ auf die Reise.

Bürgermeister Roland Schäfer schickte am Sonntagmorgen auf dem Platz der Partnerstädte die rund 40 Teilnehmerinnen und Teilnehmer der rund 27 Kilometer langen Auftakttour der Aktion „Stadtradeln“ auf die Reise. Sonntag war der europaweite Tag des Fahrrades. Die gesamte dreiwöchige Aktion soll für den

Drahtesel als Nahverkehrsmittel werben: in der Freizeit, beim Einkaufen und auch auf dem Weg zur Arbeit. Durch den Verzicht aufs Auto auf diesen Strecken könne ein wirksamer Beitrag zur Verminderung der Treibhausgase geleistet werden.

Der Landesvorsitzende des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs aus Bergkamen Thomas Semmelmann nutzte die Gelegenheit, die Werbetrommel für die „Volksinitiative Aufbruch Fahrrad“. Ab dem 16. Juni werden Unterschriften gesammelt, die das Land NRW dazu bringen soll, mit einem Fahrradgesetz unter anderem den Bau von Fahrradwegen dem Straßenbau gleichzusetzen. Ziel der Initiative ist es, den Anteil des Fahrrads am Verkehr von zurzeit acht Prozent auf 25 Prozent zu erhöhen.

Aktuell haben sich in Bergkamen 240 Radlerinnen und Radler für das diesjährige STADTRADELN angemeldet und werden vom 3. bis zum 23. Juni drei Wochen lang kräftig in die Pedalen treten und Fahrrad-Kilometer sammeln.

Im vergangenen Jahr hat Bergkamen an der bundesweiten Aktion STADTRADELN des Klima-Bündnis´ erstmals teilgenommen. Dabei wurden von 165 Radlern im dreiwöchigen Aktionszeitraum insgesamt 37.639 km mit dem Fahrrad zurückgelegt. Die dabei eingesparte Menge der CO2-Emissionen ergab beachtliche 5.345 kg.

Wer beim STADTRADELN mitmachen möchte kann sich auf der Internetseite www.stadtradeln.de/bergkamen anmelden, ein eigenes Team gründen oder sich einem bestehenden Team anschließen. Ansprechpartner bei der Stadt Bergkamen ist Heiko Busch, Tel. 02307/965391, E-Mail: h.busch@bergkamen.de.

Kreis warnt vor „gemeinem Holzbock“: Gefahr durch Zeckenstiche

Zecken können einem den Aufenthalt im Freien mehr als nur vermiesen. Die kleinen Blutsauger übertragen Viren und Bakterien, die schwere Erkrankungen verursachen können. Weil Bekleidung allein nicht ausreicht, gibt die Gesundheitsbehörde Tipps zum Schutz vor einem Zeckenstich.

Die Blutsauger sitzen auf Gräsern, Farnkraut und im niedrigen Gebüsch. Dort warten sie auf ein Opfer – das können Spaziergänger, Jogger oder Hunde sein. Wer also den Waldweg verlässt oder sich auf einer Bank ausruht, der läuft Gefahr, gestochen zu werden. „Sportler, die auf der grünen Wiese rasten, leben besonders gefährlich. Denn Schweiß zieht Zecken magisch an“, sagt Amtsarzt Dr. Roland Staudt.

Schutz und Erste Hilfe
Hier helfen z. B. in der Apotheke erhältliche Mittel zum Einreiben der Haut, die den Menschen geruchmäßig für Zecken „unattraktiv“ machen. „Wer eine Zecke an seinem Körper entdeckt, sollte sie möglichst schnell mit einer Pinzette, einem Zeckenhebegerät oder den Fingern aus der Haut heraushebeln, um das Übertragungsrisiko von Krankheitserregern zu verringern“, rät Dr. Staudt.

Aber Achtung: Niemals den Leib der Zecke drücken oder quetschen. Das Tier wird dadurch gestresst und leitet den Darminhalt, der Krankheitserreger enthalten kann, durch den Stichkanal in den Körper des Opfers. Auf keinen Fall, so der Kreismediziner, sollte Öl oder Klebstoff auf die Zecke getropft werden.

Hilfe auch beim Arzt
Bleibt beim Heraushebeln ein Teil der Zecke, der als

Saugrüssel ausgeformte Stachel oder ein Teil davon in der Haut, sollte er vom Arzt entfernt werden. Auch wenn sich die Stichstelle rötet, ist der Gang zum Arzt ratsam, da das ein Hinweis auf eine bakterielle Infektion (Borreliose) sein könnte.

Gegen die von Zecken übertragene virale FSME-Erkrankung gibt es eine Schutzimpfung. „Alle, die im Sommer in den Süden Deutschlands oder nach Österreich fahren oder in Südosteuropa, Osteuropa und rund um die mittlere Ostsee Urlaub machen, sollten über eine FSME-Schutzimpfung nachdenken“, sagt Dr. Staudt. PK | PKU

Vortrag im Hellmig-Krankenhaus: Blutarmut – ein häufiges Phänomen



Dr. Peter Ritter

Blässe, Müdigkeit oder Leistungsdefizite können Anzeichen einer Blutarmut (Anämie) sein, warnt Dr. Peter Ritter, Chefarzt der Klinik für Onkologie, Hämatologie, Gastroenterologie und Palliativmedizin am Hellmig-Krankenhaus Kamen.

Bei einem Vortragsabend im Rahmen der Pulsschlagreihe am Mittwoch, 9. Mai, ab 18 Uhr im Hellmigium, dem Vortragssaal am Hellmig-Krankenhaus, will er über diese Erkrankung informieren. Hinter solchen Symptomen könne sich ein Mangel an rotem Blutfarbstoff und/oder roten Blutkörperchen und damit ein zu geringer Anteil an Blutzellen verbergen. Als Folge werden Organe mit zu wenig Sauerstoff versorgt. Je nach Ursache und Schweregrad können eine Nahrungsumstellung, Medikamente, Bluttransfusion oder medizinische Eingriffe nötig sein. Die Teilnahme ist kostenlos.

NOCH PLÄTZE FREI !!!: Praxis-Workshop für Erwachsene: Schönes aus der Natur – Naturapotheke

Die Natur schenkt uns eine enorme Vielfalt an Pflanzen. Sie begleiten uns seit Anbeginn der Menschheit mit ihren Heilkräften und wachsen überall vor unserer Haustür.

Am Sonntag 13. Mai lernen die Teilnehmer in der Zeit von 10.00 – 14.00 Uhr die gängigen Anwendungen von Pflanzen/-teilen kennen und legen eine kleine Natur-Hausapotheke aus Ölen, Tinkturen, Salben oder Tees an. Zuvor werden die Pflanzen rund um die Ökologiestation gesammelt. Zum Erwärmen der Zutaten nutzen die Teilnehmer die Kraft des Feuers.

Der Kurs findet draußen statt, deshalb sollte wetterfeste Kleidung mitgebracht werden. Für die zubereiteten Heilmittel sollten kleine leere Marmeladengläser mitgebracht werden. Durchgeführt wird der Praxis-Workshop von der Wildnispädagogin

Sandra Bille und der Naturerlebnis-Pädagogin Heike Barth.

Die Kosten für diesen Praxis-Workshop betragen 30 Euro je Teilnehmer zzgl. 8 Euro für Material (die 8 Euro werden vor Ort bezahlt). Verpflegung für die Mittagspause ist mitzubringen. Teilnehmen können maximal 16 Personen. Anmeldungen noch bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Kräuter im eigenen Garten: Vortrag in der Ökologiestation

Frische Kräuter sind aus unserer Küche nicht mehr wegzudenken, und am frischesten und außerdem preiswert sind Rosmarin, Thymian, Salbei, Liebstöckel oder Basilikum aus dem eigenen Garten oder Balkonkasten.

Am Dienstag den 8. Mai geht Wolfgang Gaida in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil, Westenhellweg 110 auf die Geschichte des Kräutergartens ein, thematisiert, welche Kräuter in unseren Breiten wachsen und was beim Pflanzen und der Pflege zu beachten ist. Außerdem kommen die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten, sowohl in der Küche als auch bei Krankheiten, zur Sprache.

Der zweistündige Vortrag beginnt um 19.00 Uhr und kostet 5,00 Euro je Teilnehmer. Eine Anmeldung ist unter 02389-98 09 11 (auch Anrufbeantworter) beim Umweltzentrum Westfalen möglich.

Sodbrennen – was kann man tun? – Pulsschlagvortrag im Hellmigium zur Refluxkrankheit



Dr. Andreas Ludwig

Sodbrennen kann für Betroffene eine echte Last sein. Es tritt oft als ein Symptom einer sogenannten Refluxerkrankung auf, die auch andere Probleme wie Brustschmerzen, Heiserkeit und Husten sogar bis zum Asthma mit sich bringen kann, warnt Dr. Andreas H. Ludwig, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen.

Er informiert im Rahmen der Vortragsreihe Pulsschlag von VHS und Klinikum Westfalen am Mittwoch, 25. April, ab 18 Uhr im Hellmigum am Krankenhaus über das Krankheitsbild.

Ursache der Beschwerden ist neben dem individuellen Lebensstil eine geschwächte Schließfunktion zwischen Speiseröhre und Magen. Dies ist häufig durch einen Zwerchfellbruch (Hiatushernie) bedingt. Eine genaue Diagnose ist Voraussetzung für die richtige Therapie, zu der es heute moderne Möglichkeiten mit sehr guten Ergebnissen und weitgehender

Beschwerdefreiheit gibt.

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Tagung zur Alterspsychiatrie: Mehr Fachärzte notwendig



Fast 130 Teilnehmer diskutierten beim Symposium Gerontopsychiatrie auf Haus Opherdicke. Foto Jasmin Sowik – Kreis Unna

Fachärztemangel und steigende Bedarfszahlen – das war auf Haus

Opherdicke ein zentrales Thema beim Symposium für Gerontopsychiatrie mit prominent besetztem Podium und fast 130 im Thema berufsbedingt bewanderten Gästen.

Im Kreis Unna leiden rund 27.000 Menschen über 65 Jahre zumindest zeitweise unter psychiatrischen Erkrankungen wie z.B. Depressionen oder sind von Demenz betroffen. Der Kreis hat schon vor Jahren reagiert und macht Betroffenen und ihren Angehörigen die unterschiedlichsten Angebote. Die Palette reicht vom Demenztelefon bis zur Pflege- und Wohnberatung.

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) hat ebenfalls reagiert. So bietet die LWL-Klinik in Dortmund andernorts wie in Bergkamen Tageskliniken an und sorgt mit diesen ortsnahen Angeboten auch hier für kurze Wege. Gleichzeitig ist der LWL führend, wenn es um Modellprojekte oder unterstützende Therapieformen wie z.B. die „Clowns-Visite“ geht.

Es wird viel getan, doch die ambulante medizinische Betreuung müsste besser werden, so die vom Symposium gesendete Botschaft. Gerade geriatrisch und gerontopsychiatrisch ausgebildete bzw. dafür sensibilisierte Hausärzte stehen ganz oben auf dem „Wunschzettel“. Eine Forderung deshalb: Anpassung der Berechnungsgrundlagen für die Fachärzteplanung von Neurologen, Psychiatern, Psychotherapeuten an den demografischen Wandel und sich daraus ergebende Bedarfe. PK | PKU

Gesunde Zähne: Kreis untersucht 9.400 Kinder in

Kitas



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

Wer gesunde Zähne haben möchte, muss früh mit der Pflege anfangen. Daher setzt der Zahnärztliche Dienst des Kreises beim Nachwuchs an: Im Schuljahr 2016/2017 wurden rund 23.400 Kindern und Jugendlichen im Rahmen der zahnmedizinischen Gruppenprophylaxe betreut.

Die gute Nachricht: Die große Mehrheit der Kinder hat gesunde Zähne. Zwölfjährige Kinder haben bei ihren bleibenden Zähnen durchschnittlich betrachtet noch nicht einmal einen halben kranken Zahn. Bei den kleinen Kindern im Milchgebiss sieht es anders aus: Fast 15 Prozent der dreijährigen sind bereits an Karies erkrankt. Leider ist die Lage in Bergkamen nicht so gut. Hier wurden im vergangenen Jahr 636 Kinder untersucht. 155 von ihnen waren behandlungsbedürftig. Dies ist ein Anteil von 24,4 Prozent, so hoch wie in keiner anderen Kommune des Kreises Unna.

Sozialer Status entscheidet mit

Wobei gesunde Zähne laut der Kreis-Zahnmediziner mit dem sozialen Status verknüpft sind: „Eltern sozial benachteiligter Schichten nehmen es mit der Mundhygiene häufig nicht so genau – sie haben andere Probleme – und gehen mit ihren Kindern seltener zum Zahnarzt als es notwendig wäre“, sagt Dr. Claudia Sauerland, Leiterin des Zahnärztlichen Dienstes.

Selten beim Zahnarzt: unter dreijährige Kinder. Und wenn, dann lassen sich die ganz Kleinen nicht so einfach in den Mund gucken. Für sie kommen Prophylaxe-Maßnahmen daher oft zu spät. Da aber seit einigen Jahren immer mehr unter Dreijährige eine Kita besuchen, eröffnen sich neue Chancen zur Prophylaxe, sagt Dr. Sauerland: „Wir können viele Kleinkinder endlich früher erreichen und vor Schäden bewahren. Das gilt besonders in den Einrichtungen, die am Programm ‚Kita mit Biss‘ teilnehmen.“

Über 9.400 Kinder in Kitas untersucht

Insgesamt haben die Mediziner im Schuljahr 2016/17 die Zähne von 23.395 Kindern und Jugendlichen untersucht, davon allein 9.412 Mädchen und Jungen in Kindertagesstätten. Die meisten Kinder haben die Kreis-Zahnmediziner in den Grundschulen untersucht. Da waren es 12.322 Kinder. In den Förderschulen waren es 1.107 Kinder, in der Sekundarschule 109 und der Gesamtschule 445. PK | PKU

Info-Abend im Hellmig-Krankenhaus: OP letzter Ausweg bei Knieschmerzen



80 Prozent aller Deutschen über 55 Jahre zeigen heute typische Gelenkveränderungen, berichtete Dr. Metzner im Rahmen der Pulsschlagreihe.

Die Zahl von Gelenkersatz-Operation an Hüfte oder Knie sei in Deutschland seit Jahren stabil, so Dr. Dieter Metzner, Chefarzt der Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie am Kamener Hellmig-Krankenhaus. Ins Besondere an einschlägigen Zentren gebe es heute viel Erfahrung und geringe Komplikationsrisiken, ist er überzeugt. Längst verfügten die Mediziner über gute Produkte für solche Fälle, auch wenn er sich nicht dafür aussprach, sich jedem neuen Trend anzuschließen.

80 Prozent aller Deutschen über 55 Jahre zeigen heute typische Gelenkveränderungen, berichtete Dr. Metzner im Rahmen der Pulsschlagreihe. Mit 35 Jahren beginne oft der Abbau der entsprechenden Strukturen. Ernährung, Übergewicht und fehlende Bewegung, Überbeanspruchung aus besonderen Tätigkeiten oder eine Fehlstellung können das unterstützen. Bei Knieschmerzen könnten oft Eingriffe zur Glättung oder zum Wiederaufbau von Knorpelstrukturen helfen. Etwa 150.000 komplette Knieersatz-

Operationen werden in Deutschland jährlich durchgeführt.

Schmerzen, Bewegungseinschränkungen, Entzündungen und Versteifungen können entsprechende Veränderungen anzeigen. Wenn Schmerz und Mobilitätseinschränkung nicht mehr hinnehmbar seien und die Diagnostik z.B. per MRT die Symptome bestätigt, dann sei oft ein Eingriff geraten. Gute Planung für den individuellen Fall, bei Bedarf auch modernste Technik für eine exakte Platzierung und Erfahrung des Operateurs seien wichtig für die Qualität solcher Operationen. Umstritten seien dagegen nicht nur wegen der Kosten neue Knie aus dem 3D-Drucker, weil langjährige Erfahrungen fehlen und weil herkömmliche modulare Systeme bei eventuellen Komplikationen mehr Möglichkeiten böten.

Altersdepression als Krankheit ernst nehmen



Dr. Thomas Finkbeiner

Depression gehört zu den häufigsten seelischen Erkrankungen im höheren Lebensalter, oft aber werden sie nicht als Erkrankung erkannt und entsprechend beachtet.

Auf Einladung der VHS Kamen informiert Dr. Thomas Finkbeiner, Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie im Klinikum Westfalen am Standort Knappschaftskrankenhaus Lütgendortmund, über dieses Thema am Dienstag, 17. April, ab 19.30 Uhr im Haus der Stadtgeschichte, Bahnhofstraße 21.

An diesem Abend wird es auch darum gehen, welchen Formen der Depression durch Vorbeugung entgegen getreten werden kann, wann professionelle Hilfe unverzichtbar ist. Der Vortrag will auch dafür werben, Depressionen unabhängig von Vorurteilen als echte Krankheit zu betrachten. An konkreten Verläufen werden Krankheitsbild und Therapieoptionen aufgezeigt. Der Abend wendet sich an Betroffene, ihre Angehörigen und weitere Interessierte.