

# Aktionstag Diabetes und Gefäßmedizin am Hellmig-Krankenhaus

Rund um die Themen Diabetes und Gefäßmedizin konnten sich Besucher des Hellmig-Krankenhauses am Mittwoch informieren.



Oberarzt Markus Hörbelt zeigte und erklärte die ultramoderne Angiographieanlage.

Am Nachmittag gab es kostenlose Blutzuckermessungen, Beratung und Ernährungstipps von den Expertinnen des Diabeteszentrums, am Abend stellt Chefarzt Dr. Marcus Rottmann im Rahmen der Vortragsreihe „Pulsschlag“ die Gefäßmedizin vor, die am Kamener Krankenhaus einen neuen medizinischen Schwerpunkt bildet und zusammen mit der Diabetologie und dem Wundzentrum ein umfassendes Angebot für betroffene Patienten darstellt.

Bei einer Führung durch die neuen Räume konnten die Besucher dann auch sehen, welche ultramoderne Medizintechnik hier zum Einsatz kommt. Oberarzt Markus Hörbelt zeigte und erklärte unter anderem die große Angiographieanlage.

---

## **Bulimie oder Binge Eating-Disorder: Selbsthilfegruppe trifft sich donnerstags im Martin-Luther-Haus**

Die anonyme Selbsthilfegruppe für Frauen mit einer Essstörung hat ihre Treffzeiten geändert. Ab sofort trifft sich die Gruppe jeden Donnerstag um 16.30 Uhr im Martin-Luther-Gemeindehaus, Goekenheide 5 in Bergkamen.

Eingeladen sind alle betroffenen Frauen, die an Bulimie oder Binge Eating Disorder leiden. Sie haben in der Gruppe die Möglichkeit, Erfahrungen und Informationen auszutauschen. In der vertrauensvollen und anteilnehmenden Atmosphäre bietet die Gruppe somit Hilfestellung und Wertschätzung bei der Bewältigung der schwierigen Lebenslage.

Um eine telefonische Anmeldung wird gebeten. Interessierte können sich bei der Ansprechpartnerin der Gruppe melden: Antje Totzek, Tel. 01 57 7 / 12 80 34 6 oder bei der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen (K.I.S.S.) im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35. Ansprechpartnerin hier ist Simone Saarbeck, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: [simone.saarbeck@kreis-unna.de](mailto:simone.saarbeck@kreis-unna.de).

Alle Informationen werden streng vertraulich behandelt! PK |  
PKU

---

# **Aktionstag Diabetes und Gefäßmedizin am Hellmig-Krankenhaus**

Das Hellmig Krankenhaus hat sich in den vergangenen Jahren neu aufgestellt. Ganz neu hinzugekommen ist die Gefäßmedizin als ein weiterer medizinischer Schwerpunkt und als perfekte Ergänzung zur Diabetologie.

Beim Aktionstag am Mittwoch, 13. Dezember, bieten ab 17 Uhr die Experten des Diabeteszentrums Blutzuckermessungen, Beratung und Ernährungstipps an. Ab 18.30 Uhr stellt dann im Rahmen der Pulsschlagreihe das gefäßmedizinische Team des Hellmig-Krankenhauses mit Chefarzt Dr. Marcus Rottmann, Dr. med. Fokko Steinbeißer, Dr. med. Markus Hörbelt und Angiologie-Assistentin Ulrike Chmurzynski die neuen medizinischen Möglichkeiten für Patienten mit Diabetes und gefäßmedizinischen Erkrankungen vor. Zusätzlich besteht die Möglichkeit zu einer Führung durch die neuen Räume der Gefäßmedizin mit Vorstellung der Medizintechnik.

---

## **AuK: Alten- und Krankenpflege GmbH feiert 25-jähriges**

# Jubiläum

Seit 25 Jahren ambulante Pflege in Bergkamen: Am kommenden Mittwoch, 13. Dezember, feiert der ambulante Pflegedienst Alten- und Krankenpflege GmbH mit einem Sektempfang sein 25-jähriges Bestehen.



Ein historisches Foto. Damals gab es noch Fiat Waldeck an der Erich-Ollenhauer-Straße. Foto: AuK



Der Pflegedienst AuK (Alten- und Krankenpflege GmbH) lädt alle Patienten, Mitarbeiter, Interessierte und Freunde am 13.12.2017 zu einem Sektempfang anlässlich des 25-jährigen Firmenjubiläums ein.

Gegründet wurde die AuK am 01. April 1992 von Heidi und Ruben Born als einer der ersten ambulanten Pflegedienste in Bergkamen und im Kreis Unna. Seit 2004 wird das Unternehmen in zweiter Generation von

Veronika und Simon Born geführt. Aktuell versorgt der Pflegedienst über 180 Patienten in Bergkamen und bietet neben klassischer Pflege auch Hauswirtschafts- und Betreuungsleistungen für pflegebedürftige Menschen an. Im kommenden Jahr soll ein eigenes Team für die Palliativpflege ausgebildet und umgesetzt werden.

Im Programm der Jubiläumsfeier werden neben Bildern aus den Anfängen und der Geschichte des Unternehmens auch Videos und Anekdoten aus den zuletzt organisierten Patientenurlaube gezeigt und erzählt.



---

**Emschergenossenschaft und Lippeverband wurden in Bonn mit dem „Corporate Health**

# Award“ ausgezeichnet

Die beiden Wasserwirtschaftsverbände Emschergenossenschaft und Lippeverband sind am Dienstag in Bonn mit dem „Corporate Health Award“ ausgezeichnet worden. Bei dieser renommierten Auszeichnung handelt es sich um eine gemeinsame Initiative von EuPD Research Sustainable Management, Handelsblatt und der ias-Gruppe unter der Schirmherrschaft des Bundesministeriums für Wirtschaft und Energie. Emschergenossenschaft und Lippeverband konnten sich mit ihrer betrieblichen Gesundheitsförderung in der Kategorie „Energiewirtschaft“ durchsetzen.



Preisverleihung (v. li.):  
Silke Kayadelen  
(Ernährungs- und  
Fitnessexpertin &  
Buchautorin), Raimund  
Echterhoff, Birgit Teschner  
und Bernd Schwarz (alle  
drei von  
Emschergenossenschaft/Lippe  
verband). Foto: EuPD  
Research/Jörn Wolter) –

Gesundheit am Arbeitsplatz wird bei den beiden in der Emscher-Lippe-Region beheimateten Wasserverbänden Emschergenossenschaft und Lippeverband besonders groß geschrieben. Das Arbeits- und Gesundheitsschutzmanagement

zählt zu den erklärten Zielen der Verbände und ist ein wichtiger Bestandteil des internen Managementsystems.

Vorstand und Personalrat von Emschergenossenschaft und Lippeverband stimmen überein, dass die Förderung des Arbeits- und Gesundheitsschutzes unverzichtbarer Bestandteil einer modernen Personalpolitik sind und einer besonderen Beachtung und Unterstützung bedürfen.

„Als Hüter des Wasserschatzes schaffen wir mit unserem hohen Standard die Grundlage für ein gesundes Leben von 3,5 Millionen Bürgerinnen und Bürger. Das Niveau unseres Betrieblichen Gesundheitsmanagements wird in regelmäßigen Mitarbeiterbefragungen und durch den Corporate Health Award bestätigt“, sagt Raimund Echterhoff, Vorstand für Personal und Nachhaltigkeit bei den beiden Flussmanagern.

Es gibt bei Emschergenossenschaft und Lippeverband eine Vielzahl von konkreten Dienstvereinbarungen und detaillierten Verfahrensanweisungen, die direkt oder indirekt Einfluss nehmen auf arbeitsschutzrechtliche und gesundheitsrelevante Aspekte des Arbeitsalltags. Zu nennen sind unter anderem die Verfahrensanweisungen „Arbeits- und Gesundheitsschutz verbessern“ sowie die Dienstvereinbarungen „Betriebliche Hilfe bei Suchtmittelmissbrauch“ oder „Inklusionsvereinbarung“.

Zu den vorgeschriebenen Angeboten, die bei Emschergenossenschaft und Lippeverband umgesetzt werden, gehören die arbeitsmedizinische Vorsorge sowie sicherheitstechnische Begehungen und entsprechende Beratungen durch die BAD-Zentren Duisburg, Essen und Dortmund und das Gesundheitsteam in Hamm (BAD = Betriebsärztlicher Dienst).

## **Die beiden Flussmanager**

Die Emschergenossenschaft wurde 1899 in Bochum gegründet und hat ihren Sitz seit 1910 in Essen. Ihre Aufgaben sind seitdem unter anderem die Unterhaltung der Emscher, die Abwasserentsorgung und –reinigung sowie der Hochwasserschutz.

Seit 1992 plant und setzt die Emschergenossenschaft das Großprojekt Emscher-Umbau um. Über einen Zeitraum von rund 30 Jahren investiert die Emschergenossenschaft insgesamt 5,3 Milliarden Euro in die Revitalisierung des Emscher-Systems.

Der 1926 gegründete Lippeverband bewirtschaftet das Flusseinzugsgebiet der Lippe im nördlichen Ruhrgebiet und baute unter anderem den Lippe-Zufluss Seseke um. In das Projekt (1985 bis 2014) investierte der Lippeverband rund 500 Millionen Euro, es gilt als Vorläufer des Emscher-Umbaus. Gemeinsam haben Emschergenossenschaft und Lippeverband rund 1600 Mitarbeiter und sind Deutschlands größter Abwasserentsorger und Betreiber von Kläranlagen.

***[www.eglv.de](http://www.eglv.de)***

***[blog.eglv.de](http://blog.eglv.de)***

---

# **Start ins Arztleben im Klinikum Westfalen**

Neue Absolventen des für die Ausbildung zum Arzt obligatorischen Praktischen Jahres (PJ) starteten jetzt im Klinikum Westfalen ihren weiteren Berufsweg.





neue Absolventen des für die Ausbildung zum Arzt obligatorischen Praktischen Jahres (PJ) starteten jetzt im Klinikum Westfalen ihren weiteren Berufsweg. Betreut werden sie im Praktischen Jahr auch von den PJ-Beauftragten des Klinikums Westfalen, Lucas Bisplinghoff (l.) und Sebastian Schmidt (r.). Alle neun PJler des vorangegangenen Jahrgangs wurden übrigens übernommen und setzen ihren Werdegang im Klinikum Westfalen fort. Foto: Klinikum Westfalen

Die medizinischen Kliniken mit unterschiedlichen Abteilungen an den vier Standorten des Verbundes bieten ein breites klinisches, diagnostisches und therapeutisches Spektrum von Erkrankungen. Als akademisches Lehrkrankenhaus der Ruhr-Universität Bochum ist das Knappschaftskrankenhaus in Dortmund in die universitäre Ausbildung und Lehre aktiv eingebunden. Im PJ arbeiten junge Mediziner unter fachärztlicher Supervision, üben die verschiedenen Untersuchungsmethoden, setzen sich mit der bildgebende Differentialdiagnostik von Krankheitsbildern auseinander und lernen, einen Diagnostik- und Therapieplan zu erstellen, Visiten- und Angehörigengespräche zu führen und

einen Arztbericht zu verfassen.

Zur Einführung wurden sie vom Ärztlichen Direktor Prof. Dr. Karl-Heinz Bauer und weiteren leitenden Ärzten begrüßt. Betreut werden sie im Praktischen Jahr auch von den PJ-Beauftragten des Klinikums Westfalen, Lucas Bisplinghoff (l.) und Sebastian Schmidt (r.). Alle neun PJler des vorangegangenen Jahrgangs wurden übrigens übernommen und setzen ihren Werdegang im Klinikum Westfalen fort.

---

## **Blaues Kreuz gibt Tipps: Ohne Alkohol nicht nur zur Weihnachtszeit**

Die Buden sind aufgebaut, die Beleuchtung hängt. Der Duft von gebrannten Mandeln macht sich breit – und auch der Geruch von Glühwein. Was die einen einfach genießen, kann für andere zum Spießrutenlauf werden – sie sind Alkoholiker.

Nicole Bußmann von der Ambulanten Suchtberatungsstelle des Kreises Unna zieht einen Vergleich: „Das wäre so, als würden sie durch ein Schlemmerparadies laufen, während sie gerade Diät machen.“

Gerüche sind so genannte „Schlüsselreize“. Sie wecken in unserem Körper bestimmte Begierden oder Wünsche. Wer an Alkoholismus erkrankt ist, „trocken“ lebt und Weihnachtsmärkte nicht meiden möchte, kann inzwischen nicht nur auf „Kinder-Glühwein“ zurückgreifen.

Die junge Initiative des Blauen Kreuzes postet auf Instagram unter dem Hashtag #vollfrei alkoholfreie Alternativen zum

Glühwein, mit Rezepten zum Nachmachen.

Wem es immer schwerer fällt, Nein zum Glühwein zu sagen und sich beraten lassen möchte oder Hilfe sucht, kann sich an die Suchtberatung des Kreises wenden. Informationen sind unter [www.kreis-unna.de](http://www.kreis-unna.de) (Suchbegriff: Hilfen für Suchtkranke) zu finden.

Auch Selbsthilfegruppen können ein Weg sein, mit einem Problem umzugehen. Mehr zu Selbsthilfegruppen im Kreis Unna unter [www.kreis-unna.de/selbsthilfe](http://www.kreis-unna.de/selbsthilfe). PK | PKU

---

## **Japanische Delegation besuchte Hellmig-Krankenhaus**

Die modernen Versorgungsstrukturen des Hellmig-Krankenhauses und seiner Partner sind inzwischen auch Thema in Japan. Eine Delegation aus dem fernöstlichen Land besuchte jetzt das Kamener Krankenhaus und den radiologischen Kooperationspartner Ranova.



Die Gäste waren in Europa unterwegs, um die Krankenhausstrukturen hier kennenzulernen. Bei ihrem Aufenthalt in Kamen interessierte sie insbesondere, wie hier durch einen starken Verbund medizinische Angebote mit hohem Investitionsbedarf in der Diagnostik oder in spezialisierten Fachbereichen wie der Gefäßmedizin möglich gemacht werden. Bei einem Rundgang wurden sie begleitet von Akiko Möller-Horigome (Dolmetscherin, l.), dem Ärztlichen Leiter Dr. Marcus Rottmann (2.v.l.), Dr. Martin Möller (Ranova, 4.v.l.), Anke Ronge (Krankenhausleiterin, 5.v.r.), Gabi Heinze (Pflegedienstleitung, 3.v.r.) und Holger Hintze (Verwaltungsleiter, r.).

---



# MRE-Netzwerk vergibt Siegel – auch ans Hellmig-Krankenhaus: Wenn Antibiotika nicht mehr helfen

Bakterien, die gegen die meisten Antibiotika resistent sind, stellen für Krankenhäuser eine besondere Herausforderung dar. Dieser stellt sich im Kreis Unna das MRE-Netzwerk. MRE steht für Multiresistente Erreger. Am 22. November hat das Netzwerk sechs Krankenhäuser mit einem Siegel ausgezeichnet.



Gesundheitsdezernent Dirk Wigant (h.r.), Dr. Bernhard Jungnitz (Leiter der medizinischen Dienste Kreis Unna, h.4.v.l.) sowie Dr. Roland Staudt (Sachgebietsleiter Gesundheit und Verbraucherschutz, h.2.v.r.) mit Vertreterinnen und Vertretern des Netzwerks sowie der ausgezeichneten Krankenhäuser. Foto: Max Rolke – Kreis Unna

„Wir zeichnen die Siegelträger damit unter anderem für ihre Diagnostik, Therapie- und Präventionsarbeit zur Bekämpfung Multiresistenter Erreger aus“, sagt Gesundheitsdezernent Dirk Wigant. „Zwei Jahre haben sich die Krankenhäuser darauf vorbereitet und mussten in jedem der Jahre zehn Qualitätsziele erfüllen.“

### **Sechs Krankenhäuser erhalten Siegel**

Um das Siegel halten zu können, gibt es strenge Auflagen: Die Krankhäuser müssen darauf achten, die Aktivitäten lückenlos fortzusetzen. Nur so führen die Maßnahmen auch zum gewünschten Erfolg – die Wahrscheinlichkeit einer unerwarteten Übertragung auf Patienten mit Multiresistenten Erregern (MRE) deutlich zu verringern.

Das Siegel haben sechs Krankenhäuser aus dem Kreis Unna erhalten:

Evangelisches Krankenhaus Unna

Hellmig-Krankenhaus Kamen

Klinik am Park Lünen

Christophorus-Krankenhaus Werne

Marienkrankenhaus Schwerte, Standort Schützenstraße

Marienkrankenhaus Schwerte, Standort Goethestraße

### **Hintergrund: MRE-Netzwerk**

Multiresistente Erreger beschäftigen Krankenhäuser schon lange. Daher wurde auf Initiative des Evangelischen Krankenhauses Unna, des St. Marien-Hospitals in Lünen und des Kreis-Gesundheitsamts 2008 das MRSA-Netzwerk (seit 2013 heißt es MRE-Netzwerk) gegründet. Seitdem widmet es sich der Bekämpfung Multiresistenter Erreger. PK | PKU

---



# Lachen kann man lernen

„Selten so gelacht“, lautete das Fazit von Besucher der jüngsten Pulsschlagveranstaltung im Hellmigium. Die zertifizierte Lach-Yoga-Lehrerin Hedwig Koch-Münch hatte in der gemeinsamen Vortragsreihe von VHS und Hellmig-Krankenhaus am Mittwochabend erläutert, dass Lachyoga nicht nur gute Laune macht, sondern auch die Selbstheilungskräfte aktivieren kann.

Wie man spontan und ohne Grund ins Lachen gerät, konnten die 20 Teilnehmer denn auch gleich ausprobieren. Wer tiefer in die Methode einsteigen möchte, hat ab kommenden Mittwoch, 15. November, Gelegenheit dazu. Dann bietet Hedwig Koch-Münch in der Reha Kamen direkt am Hellmig-Krankenhaus, Nordstraße 34, einen fünfwöchigen Kurs an – jeweils mittwochs von 19 bis 19.45 Uhr. Anmeldungen sind direkt bei der Kursleiterin unter Tel.: 02307 41227 möglich.

---

## Burnout – Selbsthilfeangebot in Unna

Zum nächsten Treffen lädt die Gruppe Burnout am Donnerstag, 19. Oktober um 19 Uhr ins Gesundheitshaus Unna, Massener Straße 35 ein. Es handelt sich um ein regelmäßiges Angebot und bietet Betroffenen sowie den Angehörigen einen Ankerpunkt für ihr Anliegen.

Menschen, die von Burnout betroffen sind, befinden sich in einem Zustand seelischer Erschöpfung. Als Folge von ständig negativem Stress geraten Betroffene in eine Abwärtsspirale, aus der sie allein nicht mehr herausfinden. Dieses Erkrankungsbild entwickelt sich nicht nur bei Menschen, die in

ihrem Beruf permanenten Anforderungen oder Stress ausgesetzt sind, sondern auch bei jungen Menschen. Durch die hohen Leistungsanforderungen im Studium oder Ausbildung geraten sie ebenfalls schnell an ihre Grenzen. Auch langanhaltende, stressbedingte Lebensumstände können zu diesen Erschöpfungszuständen führen.

Die Gruppentreffen sind regelmäßig und finden jeden 1. und 3. Donnerstag statt. Interessierte können sich bei der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen Kreis Unna (K.I.S.S.) im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35 melden. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: [margret.voss@kreis-unna.de](mailto:margret.voss@kreis-unna.de). Alle Informationen werden streng vertraulich behandelt. PK | PKU