

# Kinderarzt informiert Eltern übers Impfen

Am Donnerstag, 9. Juni, wird der Bergkamener Kinderarzt Dr. Edmund Petri in der städtischen Kindertageseinrichtung „Sprösslinge“, Kamer Heide 51, einen Informationsabend rund um das Thema „Impfungen bei Kindern“ durchführen. Veranstaltungsbeginn ist um 19 Uhr. Interessierte sind herzlich eingeladen.

---

# Krampfadern – Schönheitsproblem oder Erkrankung?

Krampfadern betreffen vor allem, aber nicht nur, die hautnahen Venen am Bein und ihre Verbindungen nach innen. „Das Gefäßleiden hat nicht nur optische Wirkungen, in fortgeschrittenem Stadium sind Krampfadern auch ein medizinisches Problem“, warnt Dr. Marcus Rottmann, Chefarzt der Klinik für Angiologie und Diabetologie am Hellmig-Krankenhaus Kamen.



Dr. Marcus  
Rottmann

Im Rahmen der Pulsschlagreihe von VHS und Klinikum Westfalen

informiert er am Mittwoch, 8. Juni, ab 18.30 Uhr im Hellmigium, dem Konferenzraum des Hellmig-Krankenhauses im Severinshaus. Dr. Rottmann betont, Krampfadern führen oft dazu, dass betroffene Regionen spannen, anschwellen und schmerzen. Es könne zu bleibenden Hautveränderungen und hartnäckigen Geschwüren kommen. Auch eine Venenthrombose könne damit einhergehen. Der Informationsabend klärt auf über heute bestehende differenzierte therapeutische Möglichkeiten. Früh behandelt, verbessern sich Venenfunktion wie Optik, und das Risiko für Komplikationen sinkt.

---

## **31. Mai ist Welt-Nichtrauchertag: Kein Platz für giftige Werbung**

„Kein Platz für giftige Botschaften. Stoppt Tabakwerbung jetzt!“ So lautet der von der Deutschen Krebshilfe und dem Aktionsbündnis Nichtrauchen herausgegebene Slogan für den Weltnichtrauchertag am 31. Mai. Das Datum ist Anlass für die Kreisgesundheitsbehörde, auf die Gefahren des Rauchens aufmerksam zu machen und für ein rauchfreies Miteinander zu werben.

„Jedes Jahr sterben über 100.000 Bundesbürger an den Folgen des Rauchens und damit mehr als durch Aids, Alkohol, illegale Drogen, Verkehrsunfälle, Morde und Selbstmorde zusammen“, so Amtsarzt Dr. Bernhard Jungnitz. „Damit ist das Rauchen das bedeutendste vermeidbare Gesundheitsrisiko.“ Das Rauchen sei maßgeblich verantwortlich für viele Krebs-, Atemwegs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, unterstreicht Jungnitz und weist auf entsprechende Veröffentlichungen des Robert-Koch-Instituts

hin.

Das Aktionsbündnis Nichtrauchen fordert zum Weltnichtrauchertag ein Außenwerbeverbot für Tabakprodukte. Denn Tabakwerbung wirkt – sie verführt nachgewiesenermaßen Jugendliche zum Rauchen, normalisiert das Rauchen und erschwert Raucherinnen und Rauchern, mit dem Rauchen aufzuhören.

Amtsarzt Dr. Bernhard Jungnitz wird nicht müde, immer wieder zu betonen, dass Raucher nicht nur sich selbst, sondern auch ihren Mitmenschen schaden: „Passivrauchen ist lebensgefährlich. Derzeit sterben jährlich mehr als 3.300 Nichtraucher an den Folgen des Passivrauchens in Deutschland.“

Weitere Informationen gibt es unter [www.aktionsbuendnis-nichtrauchen.de](http://www.aktionsbuendnis-nichtrauchen.de).

---

## **Erstes Salonmusikkonzert für Menschen mit und ohne Demenz im studio theater**

Die Musikakademie und das Demenznetzwerk Bergkamen laden unter dem Motto „An die Freude“ am Montag, 27. Juni, um 16 Uhr (Einlass ab 15 Uhr) zu einem Salonmusikkonzert für Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen und auch alle anderen Musikfreunde in das Bergkamener studio theater ein. Es spielt das Streichquartett „La Gioia“.



Das Streichquartett "La Gioia": Mikhail Tolpygo, Gudrun Edelkötter, Sophie Richter, Christine Hanl.  
Foto: t Roland Kentrup.

Es ist das erste Konzert dieser Art im Kreis Unna. Geboten werden Kompositionen auf allerhöchstem Niveau unter anderem von Vivaldi, Mozart und Johann Strauß. „Dies ist kein Kinderkonzert“, betonen Anne Horstmann und Werner Ottjes. Anders ist nur der Rahmen, der auf die besonderen Bedürfnisse von Menschen zugeschnitten ist.

Ein Hinderungsgrund sei für Angehörige schon der Kauf der Eintrittskarten. Habe man sie für viel Geld vorbestellt, dann bestünde die Gefahr, dass sie am Konzerttag nicht genutzt werden könnten, wie der Demenzkranke nicht gut drauf sei.



Stellten die Idee und das Programm des ersten Demenzkonzerts in Bergkamen vor (v.l.): Meike Scherney vom Seniorenbüro, Angelika Chur und Gülsen Koc vom Netzwerk Demenz, Christine Busch, Anne Horstmann und Werner Ottjes.

Dieser Gefahr gehen die Organisatoren ganz einfach aus dem Weg. Der Eintritt ist am 27. Juni frei – auch für die Musikliebhaber. Allerdings müssen sich die Konzertbesucher vorher im Seniorenbüro im Rathaus, Tel. 02307/965-410 anmelden, sich Karten reservieren lassen oder um Seniorenbüro anmelden.

Welche positive Kraft Musik auf Demenzerkrankte auswirkt, hat auch die zuständige Beigeordnete Christine Busch im eigenen familiären Umfeld erfahren. Sie begrüßt ausdrücklich die Form der Inklusion. Musik entspannt, weckt Erinnerungen, fördert verborgene Fähigkeiten wieder zutage und macht einfach Spaß.

Zahlreiche Helferinnen und Helfer des Netzwerks Demenz werden ab 15 Uhr für ein entspanntes Ankommen im studio theater sorgen. In der Mensa der Gesamtschule wird es eine auf die Teilnehmer zugeschnittene Konzerteinführung. Das Konzert beginnt dann um 16 Uhr und wird etwa eine Stunde dauern. Anne Horstmann von der Musikakademie wird durch das Programm führen.

Gefördert wird dieses Konzert vom Demenz-Servicezentrum NRW Region Dortmund. Eine Anmeldung ist auch deshalb notwendig, weil im studio theater nur eine begrenzte Zahl von Rollstuhl- und Rollatorplätzen zur Verfügung stehen.

---

# **Ernährung von Kleinkindern: Von der Muttermilch zum Pfannekuchen**

Vielfältige Tipps zur Umstellung der Ernährung von Kleinkindern bietet der Kurs „Von der Muttermilch zum Pfannkuchen“ der Elternschule des Hellmig-Krankenhauses am Donnerstag, 19. Mai, von 11 bis 12.30 Uhr.

Praktische Informationen zur Einführung von Beikost und zur Herstellung des ersten Gemüse- und Getreidebreis werden hier vermittelt. Angesprochen sind Eltern mit Kindern ab fünf Monaten. Referentin Marianne Künstle wird auch Anregungen für die Ernährung des allergiegefährdeten Kindes geben.

Kinder können mitgebracht werden. Dieser Kurs wird in Kooperation mit der Familienbande Kamen durchgeführt. Für die Teilnahme wird ein Unkostenbeitrag von 9 € erhoben. Eine Anmeldung bis zum 17. Mai ist unbedingt erforderlich unter der Telefonnummer 0231-922 1252 oder per Mail an [Elternschule@klinikum-westfalen.de](mailto:Elternschule@klinikum-westfalen.de).

---

# Brustkrebs früh erkennen

Was kann ich selbst tun zur Brustkrebsvorsorge? Was kann ich beitragen zur Früherkennung? Um diese Fragen geht es bei einer Kooperationsveranstaltung der Familienbande Kamen und des Klinikums Westfalen am Donnerstag, 19. Mai, ab 18 Uhr in den Räumen der Familienbande an der Bahnhofstraße.

Brustkrebs ist die häufigste Krebserkrankung bei Frauen. Etwa jede zehnte Erkrankte ist jünger als 45 Jahre. Heute bestehen auch nach dieser Diagnose gute Lebensperspektiven – gerade bei frühzeitiger Feststellung. Neben dem Mammografie-Screening, also der Röntgenuntersuchung der Brust, wird dazu die regelmäßige Selbstuntersuchung empfohlen. Karin Meininghaus ist Pflegeexpertin (Breastcare-Nurse) am Brustzentrum des Klinikums Westfalen und berät seit Jahren Frauen auch zum Thema Selbstuntersuchung. Sie bietet an diesem Abend ganz konkrete Hilfestellungen. Spezielle Modelle helfen, mehr Sicherheit für diese Selbstuntersuchung zu entwickeln.

---

## Notruf gilt europaweit: 112 auch im Urlaub wählen

Wer im europäischen Ausland Urlaub macht und in eine Notsituation gerät, der muss nicht lange überlegen: Die 112 ist europaweit der direkte Draht zu schneller Hilfe. Darauf weist jetzt der Kreis Unna hin.

**NOTRUF  
112**

Im medizinischen Notfall zählt jede Minute. Deshalb ist es so wichtig, dass jeder weiß, was zu tun ist, wenn ein Mensch Hilfe braucht und wertvolle Zeit nicht mit der Suche nach einer Notrufnummer vergeudet wird. Ob das Reiseziel also Frankreich heißt oder Spanien, Polen oder Österreich – oder ob das Ziel anderswo innerhalb Europas liegt: Die 112 ist die entscheidende Nummer im Notfall.

Die 112 kann aus dem Festnetz, vom öffentlichen Telefon oder Handy erreicht werden. Anrufer aus dem Handynetzz werden automatisch mit der örtlich zuständigen Rettungsleitstelle verbunden.

---

## **Pulsschlagvortrag: Neues zum Thema Krebstherapie**

Auf kaum einem anderen Feld gibt es heute so massive neue Erkenntnisse, wie in der Krebsmedizin, schildert Dr. Peter Ritter, Chefarzt der Klinik für Onkologie, Hämatologie, Gastroenterologie und Palliativmedizin am Hellmig-Krankenhaus Kamen. „Diese eröffnen uns heute schon in manchen Fällen neue Möglichkeiten der Behandlung“, so Dr. Ritter.

Über neue therapeutische Optionen berichtet der Chefarzt am Mittwoch, 11. Mai, im Rahmen der Veranstaltungsreihe Pulsschlag, die das Klinikum Westfalen in Kooperation mit der VHS organisiert. Der Vortragsabend beginnt um 18.30 Uhr im Hellmigium, dem Vortragsraum des Krankenhauses im Severinshaus.



---

# Ausreichend Helfer gefunden – Rettungs-App soll im Sommer starten

Vor wenigen Tagen warb Landrat Michael Makiolla erstmals offiziell bei Multiplikatoren um Unterstützung für die geplante Rettungs-App. Inzwischen ließen sich rund 130 fachkundige Ersthelfer mit Wohnsitz im Kreis registrieren.



Zahlreiche Ersthelfer aus dem ganzen Kreis informierten sich über die Rettungs-App. Foto: C. Rauert – Kreis Unna

Das reicht für den Aufbau eines flächendeckenden virtuellen Hilfenetzes, für das eine Mindesthelferzahl von 100 festgelegt worden war. Deshalb machte der Kreis bereits den nächsten Schritt und vergab den Auftrag für die Anschaffung der notwendigen „Verbindungs“-Software.

Denn neben fachlichem Know-how als Ersthelfer und Zeit für den möglicherweise lebensrettenden Einsatz „um die Ecke“ braucht es eine Schnittstelle, über die die Smartphone-App an die

Leitstellentechnik in der Rettungsleitstelle des Kreises angebunden wird. „Wenn alles gut klappt, steht diese Schnittstelle Ende Juni“, skizziert Kreis-Ordnungsdezernent Dirk Wigant den Zeitplan.

Weitere Schritte neben der Fortsetzung der Rekrutierung von Ersthelfern zur Sicherung eines möglichst dichten Hilfenetzes sind Training und Qualifizierung der potenziellen Lebensretter. Hier hat sich der Kreis die Unterstützung des Vereins „Mobile Retter e.V.“ gesichert, der die Smartphone-App bereits anderswo mit installiert hat.

„Wir gehen davon aus, dass wir Ende August, also zum Ende der Sommerferien in Nordrhein-Westfalen, mit der Rettungs-App an den Start gehen können“, fasst Dezernent Wigant zusammen.

---

## **Klienten und Pflegekräfte unterwegs zum Tanz in den Mai**

Patienten der ambulanten Pflegedienste im Born Gesundheitsnetzwerk werden am kommenden Samstag beim Tanz in den Mai am Samstag (30. Mai) von 15 bis 18 Uhr in der Kamener Stadthalle dabei sein, wenn Sie auf Einladung ihrer Pflegedienste in Kooperation mit der Bergkamener Sonnen-Apotheke zur Deutschen Meisterschaft fahren, die vom Tanzsportclub Dortmund ausgerichtet wird.



Ausflug zum Mühlenhof-Museum in Münster.

57 Klientinnen und Klienten der ambulanten Pflegedienste Lazarus in Kamen und AuK in Bergkamen haben sich bereits angemeldet und werden an diesem Nachmittag von einem guten Dutzend Pflegedienst-Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Born Gesundheitsnetzwerks begleitet. Bei Kaffee und Kuchen und auf kostenlos reservierten Plätzen steht einem vergnüglichen Tanz in den Mai wohl nichts mehr im Wege.

Dies ist nur eine von vielen Aktionen, mit denen die Pflegedienste im Born Gesundheitsnetzwerk zeigen wollen, dass Pflege mehr ist als nur das oft vermittelte Bild vom „Waschen, Füttern, Anziehen“. „Mit Klientenfeiern und sommerlichen Grillnachmittagen, einem wöchentlichen Spielenachmittag oder regelmäßigen Tagesausflügen (wie beispielsweise 2015 zum Mühlenhof Freilichtmuseum nach Münster oder 2014 zum Mönnesee) sorgen die beiden Pflegedienste dafür, dass ihre Klienten nicht nur unter pflegerischen Gesichtspunkten bestens versorgt sind“, so das Gesundheitsnetzwerk. Schließlich gebe es sowohl für

Pflegebedürftige als auch für Pflegekräfte ein „Leben neben der täglichen Pflege-Routine“. So tragen gemeinsame Aktivitäten dazu bei, Kontakte zwischen den Klientinnen und Klienten zu knüpfen, einfach mal raus zu kommen und mit den Pflegekräften eine unbeschwerte Zeit zu verbringen.

---

## **Notfalldarstellung im Jugendrotkreuz: Das ganze Jahr Halloween**

Das Jugendrotkreuz Bergkamen hatte an diesem Wochenende zu einem Grundlehrgang für Notfalldarsteller in den Räumlichkeiten des DRK am Stadion eingeladen. 14 Jugendrotkreuzler lernten dabei Grundkenntnisse und Fertigkeiten für eine wirklichkeitsnahe Darstellung von Unfallopfern. Sie übten dabei nicht nur das Verhalten von „Opfern“, sondern brachten sich mit Schminke wie im Theater unterschiedliche Verletzungen bei.





Realistische Notfalldarstellung auf dem Parkplatz am Bergkamener Hallenbad

Am Ende des Lehrganges waren die Teilnehmer fit, an Übungen, Ausbildungen und Wettbewerben im Bereich der Ersten-Hilfe, des Sanitätsdienstes oder öffentlichen Präsentationen teilzunehmen. Ein Ziel ist es, so Helfer, Sanitäter, Feuerwehrleute oder Ärzte auf den Ernstfall vorzubereiten. „Wer den Ernstfall übt, ist dem Stress im Einsatz besser gewachsen“, erklärt das JRK Bergkamen.



Sieht echt schlimm aus, ist, aber alles nur geschminkt.

Ziel der Notfalldarstellung ist es, das Unfallgeschehen

möglichst wirklichkeitsgetreu widerzuspiegeln und das Verhalten von verletzten und betroffenen Personen so realistisch wie möglich darzustellen. Unterstützt wird dieses durch eine passende Maske und Schminke, sowie Kostümen und Requisiten.

Die Notfalldarstellung in Bergkamen gibt es seit über 15 Jahren. In dieser Zeit ist sie weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt. Die Leitung der Notfalldarstellung in Bergkamen und im Kreis Unna liegt den Händen von Regina Klose.

Die Notfalldarsteller treffen sich immer am 2. Montag im Monat von 18.30 – 20. 30 Uhr in den Räumlichkeiten des Deutschen Roten Kreuzes, am Stadion 3 in Bergkamen. Dabei kommen alle interessierten Jugendrotkreuzler aus dem ganzen Kreis Unna zusammen. Mitmachen kann jeder ehrenamtlich und kostenlos ab 14 Jahren, der sich für Schauspielerei und Erste-Hilfe interessiert und Spaß am Schminken hat. Die Übungen finden meist am Wochenende statt.