

# Pulsschlagvortrag über die Divertikelkrankheit

Divertikel, Aussackungen am Darm, lassen sich bei vielen Menschen ins Besondere in einem Alter jenseits der 60 Jahre feststellen. Oft stören diese Veränderungen nicht, bei einem Teil der Betroffenen aber lösen sie Entzündungen aus, Schmerzen, Verstopfung und Fieber, warnt Arthur Eduard Matuschek, Leitender Oberarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen.



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

Im Rahmen der Vortragsreihe von VHS und Klinikum Westfalen referiert er am Mittwoch 5. April, ab 18.30 Uhr im Hellmigium am Hellmig-Krankenhaus über die Erkrankung und über neue Therapiekonzepte, die deutlich weniger als früher auf Antibiotikaeinsatz oder operative Eingriffe setzen. Letztere sind aber bei bestimmten Komplikationen weiterhin dringend angeraten. Der Informationsabend klärt aber auch darüber auf, wie die richtige Ernährungsweise und ausreichend Bewegung helfen können.

---

# Ökologiestation: „Im Wald, da sind die Räuber“ – Vortrag zu den aktuellen Gefahren im Wald

Waren es früher die Räuber, vor denen man sich im Wald fürchtete, sind es heute eher Ursachen nichtkrimineller Natur. Am Dienstag, 4. April, beantworteten die Förster Gerhard Dreps und Winfried Harges in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil häufig gestellte Fragen wie: Auf was muss ich achten, wenn ich mit Kindern in den Wald gehe? Darf ich denn überhaupt in den Wald nach dem Sturm? Wie kann ich mich gegen den Fuchsbandwurm schützen?



Ein Spaziergang im Wald birgt gewisse Gefahren. Foto: Winfried Harges

Es werden die verschiedenen Gefahren, die vom Wald ausgehen und in ihm lauern, aus unterschiedlichen Blickwinkeln beleuchtet. Die Referenten thematisieren auch die rechtlichen Grundlagen zum Betreten des Waldes und die möglichen Konsequenzen für Waldbesuchende und – besitzende. Was bedeutet das Betreten des Waldes „auf eigene Gefahr“ und wie komme ich sicher durch den Wald? Ein weiterer Schwerpunkt beleuchtet die Gefahren durch Krankheitserreger und die Wahrscheinlichkeit, an diesen zu erkranken, sowie die Möglichkeiten, sich davor zu schützen.

Gerhard Dreps war jahrelang Fachkraft für Arbeitssicherheit beim Landesbetrieb Wald und Holz NRW, Winfried Hardes ist zertifizierter Waldpädagoge bei Wald und Holz NRW im Regionalforstamt Ruhrgebiet. Beide engagieren sich im Kreisverband Unna der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald. Der etwa zweistündige Beamer-Vortrag beginnt um 19.30 Uhr und kostet 5,- € je Teilnehmer.

---

## **Heilsamer Gewürzeworkshop in der Ökologiestation: wertvoll, praktisch, alltagstauglich –**

Gewürze sind Aromastoffe und naturkundliche Heilmittel. Sie aromatisieren nicht nur unsere Speisen und machen das Essen bekömmlicher, sondern haben zudem -in angemessener Menge und gezielt eingesetzt- eine gesundheitsfördernde oder therapeutische Wirkung.

Am Mittwoch, 22. März, bietet Sabine Geisler (Krankenschwester Naturheilkunde und Ayurvedatherapeutin) in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil die Gelegenheit, die Gewürzverwendung nach ayurvedischen Gesichtspunkten kennenzulernen. In einem ausführlichen Praxisteil wird mit Hilfe eines Multitalents, dem Thermomix, ein 3-Gänge-Menü zubereitet und dabei besonderer Wert auf das „Kochen nach Jahreszeiten“ gelegt. Bei Bedarf werden Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Allergien berücksichtigt. Informationen zur Dozentin finden sich unter [www.naturheilkunde-geisler.de](http://www.naturheilkunde-geisler.de).

Die Kosten betragen 38,00 Euro je Teilnehmer, einschließlich Seminarunterlagen und Rezepte, zusätzlich werden 9,00 Euro für Lebensmittel und Gewürze erhoben. Die Veranstaltung dauert von 17.30 bis 21.30 Uhr, eine Anmeldung ist bis zum 15. März unter 0 23 89 – 98 09 11 (auch Anrufbeantworter) beim Umweltzentrum Westfalen möglich.

---

## **Wasserspaß fördert Entwicklung: Babyschwimmen am Hellmig-Krankenhaus**

Am Montag, 13. März, und am Donnerstag 16. März beginnen ab 16 Uhr neue Babyschwimmkurse für Kinder, die 2016 geboren wurden. Die Kurse werden von der Elternschule des Hellmig-Krankenhauses organisiert und finden im Schwimmbad von Reha Kamen am Hellmig-Krankenhaus statt. Babyschwimmen fördert das Selbstvertrauen und die Bindung an die Eltern, ist aber auch für die körperliche Reifung enorm nützlich. Weil zudem der Gleichgewichtssinn geschult wird, ist die Laufhaltung und die Bewegungskoordination später deutlich besser. Bei ganz kleinen

Kindern steht Spaß und Planschen im Vordergrund.

Interessierte können sich bei Marianne Künstle in der Elternschule unter der Telefonnummer 0231-922 1252 oder per Email an Elternschule@klinikum-westfalen.de anmelden. Die Kurse finden 10 mal statt, dauern jeweils 30 Minuten, die Teilnahme kostet 80 Euro.

---

## **Wenn der Zucker aufs Herz schlägt – Vortrag über Risiken von Diabetes mellitus im Hellmig-Krankenhaus**

---

Diabeteserkrankungen können auch zu einer Schädigung des Herzen führen. Viele Diabetiker sterben an einem Herzinfarkt, warnt Dr. Dr. Marcus Rottmann, Chefarzt der Klinik für Angiologie, Diabetologie, Kardiologie, Allgemeine Innere Medizin und Intensivmedizin am Hellmig-Krankenhaus Kamen.



Marcus Rottmann

Über die Risiken für Herzerkrankungen bei Diabetikern

referiert er gemeinsam mit Oberarzt Joubair Mokarrem in der Reihe Pulsschlag am Mittwoch, 8. März, ab 18.30 Uhr, im Hellmigium am Hellmig-Krankenhaus. Oft wird eine Herzschädigung aufgrund des Diabetes erst spät erkannt, manchmal umgekehrt der Diabetes erst diagnostiziert, wenn er zu Herzbeschwerden geführt hat. „Wenn der Zucker aufs Herz schlägt“, so das Thema des Informationsabends. Die Teilnahme ist kostenlos.

---

# Erste Hilfe für Vorschulkinder

Die Vorschulkinder der Villa Kunterbunt haben im Februar das Thema erste Hilfe durchgenommen.



Die Krankenschwester Yvonne Kutschke, brachte den Kindern, wie bereits in den Jahren zuvor, viel Wissenswertes rund um das Thema näher.

Die Kinder lernten, warum es wichtig ist, seine Adresse zu wissen und wie man einen Notruf absetzt. Wie sich Keime verteilen und warum es wichtig ist sich gründlich die Hände zu waschen haben die Kinder durch ein spannendes Experiment gelernt. Ebenso haben sie durch ausprobieren gelernt wie man ein Pflaster richtig aufklebt, und auch die Gefahrenzeichen auf verschiedenen Putzmitteln sind den Kindern bereits bekannt.

---

## **Fälle häufen sich: Über 100 gemeldete Grippekranke**

Ein kleiner „Pieks“ und die Sache ist meist erledigt. Doch nicht jeder hat eine Gripeschutzimpfung. Er läuft damit Gefahr, von der derzeit grassierenden Grippewelle erfasst zu werden. Die Zahl der gemeldeten Fälle im Kreis ist jedenfalls rasant gestiegen.

Gab es in den ersten sieben Wochen des Vorjahres „nur“ drei gemeldete Grippefälle (insgesamt 96), so musste die Kreisgesundheitsbehörde im Vergleichszeitraum diesen Jahres bereits 102 Fälle zu Protokoll nehmen – und ein Ende der Welle ist nicht in Sicht.

Da die Grippezeit bis in den April hineinreichen kann, rät Amtsarzt Dr. Bernhard Jungnitz, sich noch impfen zu lassen. Besonders im Blick hat er Ältere und chronisch Kranke, deren Immunsystem aufgrund des Alters oder einer chronischen Erkrankung geschwächt ist.

Der Mediziner stellt gleichzeitig klar: „Gegen den normalen Schnupfen hilft die Impfung leider nicht.“ Die richtige Adresse für die individuelle Beratung und Impfung ist übrigens der Hausarzt.

### **Zahl der Keuchhustenfälle steigt ebenfalls**

Einen Trend nach oben gibt es auch beim Keuchhusten. Hier wurden seit Jahresanfang 16 Fälle registriert (Vergleichszeitraum 2016 = 8, insgesamt 100 Fälle). Meistens sind die Kranken Erwachsene, denn: „Sie wurden in jungen Jahren nicht geimpft, während die Kinder und Jugendlichen heute einen guten Impfschutz haben“, erläutert Amtsarzt Dr. Jungnitz und rät den Älteren, sich auch diesen Schutz zu besorgen. PK | PKU

Informationen rund um die Grippe & Co finden sich im Internet unter [www.rki.de](http://www.rki.de)

### **Grippe: Zahlen und Daten**

2016 gab es insgesamt 96 gemeldete Grippefälle. In der ersten bis siebten Kalenderwoche wurden drei Fälle gemeldet. Im Vergleichszeitraum 2017 (1. bis 7. Kalenderwoche) wurden 102 Grippefälle gemeldet.

### **Aufteilung nach Städten und Gemeinden (Stand 17.02.2017)**

Bönen 5, Bergkamen 7, Fröndenberg 2, Holzwickede 2, Kamen 11, Lünen 33, Schwerte 8, Selm 9, Unna 11 und Werne 14 Fälle.

### **Keuchhusten: Zahlen und Daten**

2016 gab es insgesamt 100 gemeldete Keuchhustenfälle. In der ersten bis siebten Kalenderwoche wurden acht Fälle gemeldet. Im Vergleichszeitraum 2017 (1. bis 7. Kalenderwoche) wurden 16 Fälle gemeldet.

### **Aufteilung nach Städten / Gemeinden (Stand 17.02.2017)**

Fröndenberg 2, Holzwickede 3, Kamen 4, Lünen 1, Schwerte 2, Unna 1, Werne 3. Aus Bergkamen, Bönen und Selm wurden keine Fälle gemeldet.

---

# Vortrag im Hellmig-Krankenhaus: Wenn das Laufen zur Qual wird – Hilfe bei Fußproblemen

Großzehenballen, Hammer- und Krallenzehe n plagen vor allem Frauen im mittleren Alter und lassen jeden Schritt zur Qual werden. Ursache des so genannten Hitze- oder Frostballens ist meist ein Spreizfuß. Falsches Schuhwerk, langes Stehen und Übergewicht belasten den Fuß zusätzlich.



Dr. Rüdiger Hoppe, Leitender Arzt der Abteilung Fußchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen, referierte am Mittwoch im Rahmen der Vortragsreihe Pulsschlag.

Oberarzt Dr. Rüdiger Hoppe, Leitender Arzt der Abteilung Fußchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen, weiß, dass 75 Prozent aller Menschen irgendwann ein Fußproblem bekommen. Im

Rahmen der Vortragsreihe „Pulsschlag“, die das Hellmig-Krankenhaus zusammen mit der VHS Kamen/Bönen anbietet, erklärte er jetzt, warum sich damit niemand abfinden muss.

Bereits seit einigen Jahren hat sich das Hellmig-Krankenhaus auf die Behandlung von Fußfehlstellungen (insbesondere des Vorderfußes) spezialisiert. Dr. Hoppe und sein Team wenden dazu unterschiedliche, moderne Operationsverfahren an, die die Anatomie des Fußes so wenig wie möglich verändern. Berücksichtigt wird dabei stets das Alter der Patienten. Und: Die Experten greifen keineswegs immer zum Skalpell. Die individuelle Beratung umfasst auch die Möglichkeiten einer konservativen Behandlung, denn manchmal reicht es schon, das Schuhwerk zu wechseln oder Einlagen zu tragen.

Die Erfolgsrate des Kamener Krankenhauses bei der Behandlung von Frost- oder Hitzeballen, Arthrosen der Großzehen, Hammer- und Krallenzehen spricht für sich. Es werden Ergebnisse erzielt, die nicht nur in funktioneller Hinsicht, sondern auch kosmetisch betrachtet die Note „sehr gut“ verdienen. Mit schmerzhaften Verformungen der Füße, die jeden Schritt zur Qual machen, muss man nicht leben.

---

## **Beratung übers neue Kombibad in der Verlängerung: Wer soll es künftig betreiben?**

Das Thema „Bäderkonzept“, also der geplante Neubau eines Kombibads am Häupenweg in Weddinghofen steht zwar auf der Tagesordnung der nächsten Sitzung des Bergkamener Stadtrats am 16. Februar, doch weitere wegweisende Entscheidungen sind dennoch nicht zu erwarten.



Das Hallenbad in Bergkamen.

„Im Hinblick darauf, dass mit dem Neubau eines Bades eine weitreichende Entscheidung und Festlegung getroffen wird, die sowohl das zukünftige Angebot für die unterschiedlichen Nutzergruppen betrifft wie auch die kommunalen Finanzen besteht Einigkeit darüber, dass die genannten Aspekte mit Bedacht und ohne Zeitdruck beraten werden“, heißt es in der schriftlichen Vorlage zur Sitzung, die von der zuständigen Beigeordneten Christine Busch unterzeichnet und jetzt an die Ratsmitglieder verschickt wurde.

Auslöser für diese Denkpause war offensichtlich die Fahr der Fraktionsvorsitzenden mit Vertretern der Verwaltung nach Lippstadt. Dort wollten sie sich eigentlich nur das Cabriodach des Hallenbads als mögliche Ausstattungsvariante für das künftige Bergkamener Kombibad anschauen. Vor Ort stellte allerdings die Bergkamener Delegation fest, dass das „CabrioLi“, so der Name des Lippstädter Kombibad, weitere Besonderheiten hat.

Der Innenbereich verfügt über ein Sportbecken mit sechs Bahnen, ein Kursbecken mit Hubboden und ein Erlebnisbecken mit Strömungskanal und Massageliegen. Im Außenbereich finden die Badegäste auf über 10.000 qm Fläche ein großes Sportbecken mit Sprunganlage, ein Beachvolleyballfeld, einen Kinderspielplatz, eine Liegewiese und eine Sonnenterrasse.

Auf besonderes Interesse stieß bei diesem Besuch aber auch das Betreibermodell: Eigentümerin des CabrioLi sind die Stadtwerke Lippstadt, für die Betriebsführung ist aber eine andere Gesellschaft, die DSBG (Deutsche Sportstättenbetriebs- und Planungsgesellschaft) verantwortlich).

Neben die Frage, wie soll das künftige Bergkamener Kombibad aussehen, ist jetzt also die mindestens ebenso wichtige Frage getreten: Wer soll

das Kombibad betreiben?

„Hierüber beraten derzeit die Fraktionen und die Verwaltung und es sind in dieser Sache selbstverständlich die weiteren Gespräche mit der GSW GmbH als Eigentümerin und derzeitige Betreiberin der Bäder notwendig“, heißt es dazu in der Vorlage für den Stadtrat.

---

## **Geflügelinfluenza: Bergkamener Federvieh darf wieder ins Freie**

Als Schutz der Nutzgeflügelbestände vor der Geflügelinfluenza (H5N8) hatte die Kreis-Veterinärbehörde Ende November kreisweit eine Stallpflicht angeordnet. Die Verfügung wird nun teilweise aufgehoben.

Mit Wirkung vom 6. Februar nicht mehr gültig ist die Verordnung für Nutzgeflügel in Bergkamen, Holzwickede, Kamen, Lünen und Schwerte. Hier liegt die Geflügeldichte bei unter 300 Tieren pro Quadratkilometer. Damit besteht nach Auffassung des Fritz-Loeffler-Institutes aktuell kein erhöhtes Einschleppungsrisiko.

Nach wie vor gilt die Stallpflicht für Nutzgeflügelbestände in Bönen, Fröndenberg, Selm, Unna und Werne. Hier liegt die Geflügeldichte bei über 300 Tieren pro km<sup>2</sup>.

Weitere Informationen zum Thema und Antworten auf häufig gestellte Fragen sowie Links zum Umweltministerium NRW ([www.umwelt.nrw.de](http://www.umwelt.nrw.de)), Landesamt für Natur, Umwelt und Verbraucherschutz NRW (LANUV, [www.lanuv.nrw.de](http://www.lanuv.nrw.de)) oder auch zum Friedrich-Loeffler-Institut ([www.fli.de](http://www.fli.de)), dem

Bundesforschungsinstitut für Tiergesundheit, finden sich im Internet unter [www.kreis-unna.de](http://www.kreis-unna.de) (Suchbegriff Geflügelinfluenza). (PK)

---

## **Restless-Legs-Syndrom (RLS): Gesprächskreis trifft sich**

Der Gesprächskreis für Menschen, die an dem Restless-Legs-Syndrom leiden, trifft sich am Mittwoch, 8. Februar wieder. Beginn ist um 15 Uhr im Raum D4 / D5 im Gesundheitshaus Unna, Massener Straße 35 (Obergeschoss).

Das Restless-Legs-Syndrom („unruhige Beine“) zählt mit zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen des Nervensystems. Besonders im Ruhezustand machen sich Beschwerden wie Bewegungsunruhe, Kribbeln, Ziehen, Reißen und Schmerzen hauptsächlich in den Beinen bemerkbar.

In der Gruppe können sich die Betroffenen über aktuelle Behandlungsmöglichkeiten, deren Anwendung und Wirkungsweisen austauschen.

Interessierte können sich bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen 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 vertraulich behandelt.